

04.10.2020 - 00:05 Uhr

## La masturbation - est-ce normal?

Bern (ots) -

Avec sa campagne nationale sous forme de vidéo, le [Réseau Jeunes de SANTÉ SEXUELLE SUISSE](#) veut rappeler, en particulier aux jeunes, que la masturbation fait partie de la vie quotidienne au même titre que le brossage de dents. Ce spot publicitaire est une sorte de déclaration de guerre à un tabou en place depuis trop longtemps. À la question " La masturbation - est-ce normal ? ", notre campagne répond par un " Oui ! " retentissant.

En couple, célibataire, hétéro ou non, jeune et moins jeune, femme, homme, non binaire... se donner du plaisir, presque tout le monde " le " fait. Chaque jour, de temps en temps...mais rarement jamais ! La masturbation contribue à une sexualité épanouie qui peut à son tour avoir un effet positif sur la santé psychique. Bien que l'acte de la masturbation est quotidien et entouré d'histoires excitantes, il reste un tabou social. Ainsi, bien qu'elle concerne plus ou moins chaque personne, nous en savons peu sur la masturbation. Les jeunes, notamment, perçoivent toujours certains aspects de la sexualité comme tabous et honteux. Les filles et jeunes femmes, en particulier, admettent très rarement qu'elles se masturbent et en parlent encore moins, tant cette pratique suscite encore de la honte et un sentiment d'interdit. Pourtant, il n'y a aucune raison de s'inquiéter: En effet, selon [une étude de l'Université de Berne](#), 99% des personnes interrogées se sont déjà masturbées.

Il est nécessaire d'offrir des offres de formation extrascolaire adaptées aux adolescent·e·s et jeunes adultes qui les encouragent à s'interroger sur les normes sociales. La masturbation devrait également être abordée dans le cadre de ces programmes au même titre que dans les programmes d'éducation sexuelle. C'est pourquoi le Réseau Jeunes de SANTÉ SEXUELLE SUISSE lancera en automne une campagne vidéo de sensibilisation intitulée " La masturbation - est-ce normal ? ". Notre vidéo est une succession de séquences dans lesquelles des personnes se brossent les dents. Ce qui, au premier abord, ressemble à une publicité classique pour l'hygiène dentaire, se transforme rapidement en une métaphore humoristique...de la masturbation. On peut se masturber lentement, rapidement, comme rituel avant de s'endormir ou en regardant des supports pornographiques. Comme pour le brossage des dents, il existe différentes techniques. La masturbation, c'est en fait comme se brosser les dents. (Presque) tout le monde le fait. Pour une bonne santé au quotidien. Sauf que le plaisir procuré par la masturbation est beaucoup plus important que lors du brossage de dents.

La vidéo d'une minute est diffusée en français, sous-titrée en allemand et en italien. La campagne nationale est conçue pour attirer les jeunes. Elle vise à lever ce tabou qui génère inquiétude et pression psychologique. Des photos de la vidéo se trouvent [ici](#) et vous pouvez regarder [la vidéo en cliquant ici](#).

Contact:

Réseau Jeunes de SANTÉ SEXUELLE SUISSE

Français :

Noëmi Grütter

Membre du Réseau Jeunes et Co-Présidente de SANTÉ SEXUELLE SUISSE

noemi.gruetter@hotmail.com

+41 79 922 75 94

Allemand:

Vittoria Burgunder

Responsable Communication et campagnes

vittoria.burgunder@sexuelle-gesundheit.ch

+41 31 311 44 08 / +41 79 429 43 85

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/fr/pm/100018510/100856557> abgerufen werden.