



# EN QUÊTE D'IDENTITÉ(S)

Situation amoureuse : célibataire, en couple, en union libre, c'est compliqué...

**Aujourd'hui, même si le couple exclusif et la relation stable sont souvent avancés comme la recette du bonheur, on évoque de plus en plus d'autres possibilités.** On s'interroge à présent sur le fait de faire reposer l'entièreté de son bonheur sur une seule personne, qui serait censée nous combler dans tous les aspects notre vie.

D'autres manières de faire couple, ou pas, sont à présent assumées, au lieu d'être dissimulées comme des secrets honteux.

La conception du couple repose maintenant davantage sur les individus et le respect de leur identité et besoins, plutôt que sur le respect d'une tradition.

Perd-on son identité lorsqu'on se met en couple ? Devient-on plus qu'uniquement nous-mêmes ? Ou moins ? Ou une personne différente ?

Au cours de l'exposition-animation, les groupes seront amenés à découvrir la diversité des interactions conjugales et des configurations possibles dans la « situation amoureuse ».



## Mixy love - ASBL O'YES

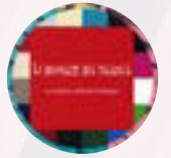
Ce jeu se présente sous forme de cartes symbolisant des valeurs (fidélité, égalité, amour...), des schémas de vie (se marier, avoir des enfants, couple hétérosexuel...), des actions de la vie de tous les jours et des actions propres à la sexualité. La personne qui anime demande aux jeunes de choisir ensemble les cinq ingrédients fondamentaux présents dans une vie de couple afin de créer leur propre « Mixy Love ».

Mots clés : amour – normes et valeurs – sexualité – vie relationnelle, affective et sexuelle

En savoir plus : [www.o-yes.be](http://www.o-yes.be)



## La diversité des possibles, le couple, au-delà des stéréotypes - Fédération des Centres Pluralistes de Planning Familial



Dans ce recueil de témoignages, les couples témoignent des spécificités de leur relation et abordent leurs différences (culture, religion, orientation sexuelle, mode de vie, âge, taille, envies, goûts...). Des différences qui sont souvent une force et où les similitudes se révèlent bien au-delà des apparences.

Mots clés : amour – diversité

En savoir plus : [www.fcppf.be](http://www.fcppf.be)



## Mon couple ouvert - YouTube



Vidéo d'une durée de +/- 10 minutes traitant des relations libres.

Mots clés : (in)fidélité – jalousie – couple exclusif et non exclusif

En savoir plus : [Ben Névert sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=BenNévert)



## Parlons peu Mais parlons – Chaîne You tube



« Parlons peu Mais parlons » est une chaîne Youtube où l'on aborde des sujets aussi variés que l'amour, le couple, le célibat, la sexualité... tout en mêlant humour et information.

Mots clés : couple exclusif et non exclusif – couple atypique – (in)fidélité – jalousie

Nous avons notamment épinglé pour vous :

- [Qu'est-ce qu'un couple ? sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=Qu'est-ce-qu'un-couple)
- [Relations à distance sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=Relations-à-distance)
- [L'infidélité sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=L'infidélité)



## Et tout le monde s'en fout - Chaîne Youtube



Cette web-série diffusée depuis 2017 met en scène un homme qui partage ses réflexions sur la société et l'actualité, en y mêlant humour, philosophie et éléments factuels. La durée approximative de ces vidéos est de 5 minutes. Petit bonus sous les vidéos, les concepteurs indiquent leurs sources.

Mots clés : couple exclusif et non exclusif – (in)fidélité – jalousie – choix – identité croyances

Nous avons notamment épinglé pour vous :

- [Et tout le monde s'en fout #69 - L'infidélité sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=Et-tout-le-monde-s-en-fout-#69)
- [Et tout le monde s'en fout #29 - Le couple sur www.youtube.com](https://www.youtube.com/watch?v=Et-tout-le-monde-s-en-fout-#29)



## Quelques associations, organismes spécialistes



- [Listing des associations Evras sur www.egalite.cfwb.be](http://www.egalite.cfwb.be) – liste officielle des opérateurs labellisés pour l'Education à la Vie Relationnelle, Affective et Sexuelle (EVRAS)
- [www.loveattitude.be](http://www.loveattitude.be) - site internet de tous les Centres de Planning Familial