



Maison d'édition
de livres jeunesse
— adaptés



CATALOGUE

VIE AFFECTIVE INTIME et SEXUELLE

- Outils
- Formations
- Interventions

Adaptés à tous
les besoins
pour l'inclusion





Maison d'édition
de livres jeunesse
— adaptés

MES MAINS EN OR

Mes Mains en Or est une association loi 1901 fondée en 2010, qui développe notamment des outils et des actions autour de la vie affective, intime et sexuelle, accessibles à toutes et tous. Elle conçoit des ressources pédagogiques adaptées (braille, gros caractères, tactile, FALC), ainsi que des formations et des interventions destinées aux jeunes, aux personnes en situation de handicap, aux familles et aux professionnels.

Retrouvez tous nos outils
et projets sur :
www.mesmainsenor.com

ÉDITO

Notre catalogue présente une gamme d'outils conçus en collaboration avec des personnes en situation de handicap et des professionnels des ESMS, pour répondre aux besoins concrets de chacun et de chacune.

Notre collection offre des ressources adaptées, allant des kits pédagogiques aux livres en braille, en gros caractères et avec images tactiles, aux livres en FALC (facile à lire et à comprendre), ainsi que des formations et des animations pour les différentes structures.

Ensemble, nous facilitons l'accès à une éducation inclusive sur les questions de vie affective, intime et sexuelle, que ce soit pour une utilisation autonome ou par les professionnels de l'éducation et du médico-social.

* LES P'TITS CURIEUX

Une collection autour de la science et du bien-être.
p.4-11

* PLANÈTE FALC

Une collection de livres en FALC.
p.12-14

* FORMATIONS ET INTERVENTIONS

Pour les jeunes avec ou sans handicap, les familles et les professionnels qui les accompagnent au quotidien.
p.15-24

* COM' ET OUTILS ACCESSIBLES

Vos outils et supports de communication VAIS adaptés.
p.25-26



Braille



Gros caractères



Tactile



Audio



FALC



TOUT SUR LES RÈGLES!

les
p'tits
curieux



Br

— D'après l'œuvre originale d'Anna Roy

Gr

Ce livre est fait pour répondre à toutes les questions que peuvent se poser les jeunes filles, les femmes mais aussi les garçons et les hommes, car les règles c'est un sujet de société.

Ta

Ce n'est pas un tabou d'avoir ses règles ! On devrait pouvoir en parler facilement entre amis, en famille ou à l'école, sans être gênés. Pas de panique, ça peut paraître impressionnant au début mais on va tout vous expliquer !

Au

Fa



• VERSION BRAILLE

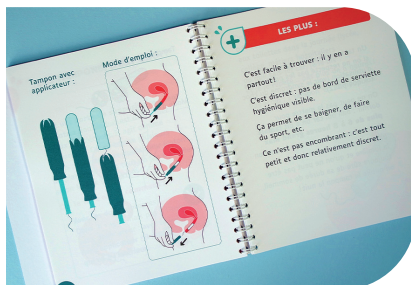
ISBN : 978-2-492440-22-9

80 €

• VERSION GROS CARACTÈRES

ISBN : 978-2-492440-23-6

25 €



• VERSION FALC

ISBN : 978-2-492440-24-3

25 €





LE KIT « MES RÈGLES »

⠠ ⠠⠠ ⠠⠠⠠ ⠠⠠⠠⠠ ⠠⠠⠠⠠⠠ ⠠⠠⠠⠠⠠⠠

— Caroline Chabaud et Laetitia Castillan

Enfin un kit pédagogique pour accompagner les adolescentes présentant une déficience visuelle et/ou intellectuelle dans leur découverte des protections périodiques. Face au constat d'un manque de connaissance des alternatives possibles, il nous a semblé indispensable de créer des outils adaptés aux besoins spécifiques des jeunes.

Tampons, serviettes, culottes menstruelles, cups... Elles n'auront plus aucun secret pour vous !

Il est recommandé d'utiliser ce kit avec une version adaptée du livre « Tout sur les règles ! ».

110 €



FICHES PÉDAGOGIQUES

les
p tits
curieux

— L'APPAREIL GÉNITAL FÉMININ

Braille and large print text for the title.

Br

Découvrez nos fiches pédagogiques de l'appareil génital féminin. Elles seront parfaites pour compléter vos lectures ou accompagner vos ateliers sur la thématique de la sexualité.

Gr

Ta

D'un côté la vulve et de l'autre l'utérus, les deux en version tactile, permettront aux personnes menstruées, notamment déficientes visuelles, de comprendre leur anatomie. Les illustrations sont complétées de leur légende en braille et gros caractères.

20 €



OUTILS ÉDUCATIFS



Découvrez et explorez nos outils éducatifs uniques adaptés à l'éducation des jeunes, notamment des jeunes déficients visuels et déficients intellectuels.

Des vulves et des pénis en tissu à destination des adolescents pour une meilleure compréhension du corps, une version en crochet pour sensibiliser les plus jeunes au respect du corps et du consentement, ainsi qu'un modèle de femme enceinte et son bébé en crochet pour comprendre le processus de la naissance.



- **PÉNIS ET VULVE EN CROCHET**

13 € l'unité

20 € le lot

- **FEMME ENCEINTE ET SON BÉBÉ EN CROCHET**

Sur commande
(6 semaines de délai)

80 €



- **PÉNIS 3D***

Pénis de démonstration pour enseigner la pose d'un préservatif.

15 €

* ATTENTION : le pénis 3D est exclusivement destiné à un usage pédagogique et ne doit pas être utilisé à d'autres fins.

CONSEN'T



— Anaïs Mazella

Un jeu inclusif et ludique pour parler de consentement, d'amour, d'amitié, de sexualité et lutter contre les violences sexistes et sexuelles.

Co-créé par Mes Mains en Or et une psychologue de l'ASEI, CONSEN'T a été testé dans plusieurs établissements médico-sociaux. Ce jeu de cartes pédagogique a été conçu avec et pour les jeunes en situation de handicap. Accessible aux personnes avec un trouble du développement intellectuel, un trouble du spectre de l'autisme ou des troubles cognitifs, il aborde les émotions, les droits et les limites à travers des cartes scénario, action, lieu et consentement, simples et colorées. Il se joue en groupe, avec l'aide d'un éducateur, enseignant ou parent, favorise les échanges, aide à comprendre, s'exprimer et se protéger. Un outil essentiel pour aborder la vie intime et le respect de soi, pour tous.

50 €

Nos partenaires :





LE KIT VULVE ET PÉNIS



Un kit éducatif développé pour répondre aux besoins de **compréhension de l'appareil génital externe féminin et masculin**, notamment chez les jeunes déficients visuels.

Le kit est conçu pour **accompagner les interventions des professionnels de la santé sexuelle**.



Un P'tit Guide Pro accompagne le kit pour guider l'utilisation de ces modèles lors des animations.

Testé par les jeunes, le choix du tissu facilite les échanges autour du sujet, rendant les discussions plus confortables tant pour les professionnels que pour les familles.



Un kit fabriqué à la main en France dans une entreprise d'insertion.

Le kit contient :

- Un sac en coton
- Un P'tit Guide Pro
- Un modèle de vulve et de pénis

Nos partenaires :



260 €

ZIZIS ET ZÉZETTES



— D'après l'œuvre originale de Camille Laurans

Zézette ou zizi, à chacun le sien... mais comment fonctionnent-ils ? Avec Olivia et Samuel, tu vas faire l'apprentissage de la pudeur et de l'intimité, découvrir combien ton corps est sensible et à quoi servent les zizis et les zézettes. Mais oui, à quoi ?

Une fiche pédagogique à l'attention des professionnels est disponible pour accompagner la lecture du livre et les interventions d'éducation à la sexualité auprès des plus jeunes.

ISBN : 978-2-492440-21-2

70 €

Br

Gr

Ta

Au



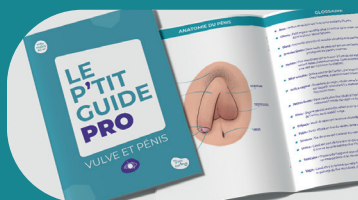
NOS RESSOURCES GRATUITES



www.mesmainsenior.com/nos-ressources/

Retrouvez des ressources variées aux formats accessibles sur la thématique de la vie intime, affective et sexuelle.

Nous vous proposons ces ressources à télécharger gratuitement :



- **Le P'tit Guide Pro « Les règles » et « Vulve et Pénis »**, à destination des professionnels de la déficience visuelle ou des parents.

- **Le P'tit Guide Ado « Les règles »**, pour les adolescents et jeunes adultes déficients visuels qui souhaitent en savoir plus sur le sujet.

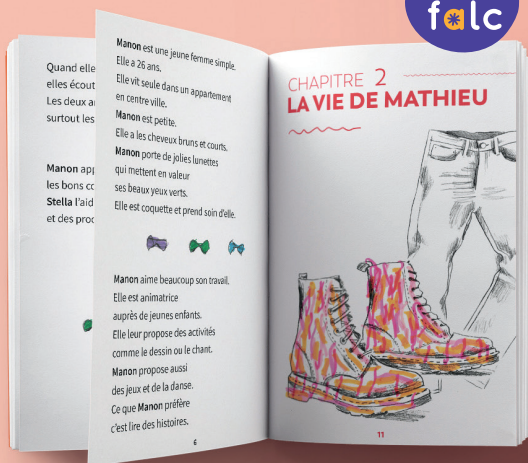


- **Les notices des différentes protections périodiques** en gros caractères, format word et FALC.

- **Les notices accessibles des préservatifs internes et externes**, accompagnées de conseils préalables.



Sans oublier nos ressources coups de cœur ! Entre séries, vidéos, livres ou podcasts, tous les médias sont à votre disposition sur notre site internet (www.mesmainsenior.com), à la page « Ressources ».



Livre réalisé
en co-construction
avec des personnes
déficientes
intellectuelles

LA BEAUTÉ DANS TOUS SES ÉTATS

— Sandrine-Marie Simon et Claire Gaudriot

La beauté c'est quoi ? Une chanson ? Un défilé de mode ? Une tenue ? La confiance en soi ? Découvrez l'histoire de Stella, Manon, Jean-Paul et Mathieu qui nous partagent leur vision de la beauté.

Il est accompagné d'un cahier de dessin téléchargeable par QR code pour favoriser la réalisation d'ateliers créatifs sur le thème de la beauté.

ISBN : 978-2-492440-19-9
18 €

TOUT SUR LES RÈGLES



— D'après l'œuvre originale
d'Anna Roy

Fa

Gr



Cette version facile à lire et à comprendre convient aux personnes avec une déficience intellectuelle ou des troubles cognitifs.

Ce n'est pas un tabou d'avoir ses règles ! On devrait pouvoir en parler facilement entre amis, en famille ou à l'école, sans être gênés. Pas de panique, ça peut paraître impressionnant au début mais on va tout vous expliquer !

ISBN : 978-2-492440-24-3
25 €

LA BELLE RENCONTRE



Fa

— Laetitia Pettini
et Thibaut Lambert

Gr

Tim prend le bus tous les jours pour aller travailler au restaurant dans lequel il est apprenti. Un jour, il voit une jeune fille se faire embêter par deux garçons. Tim n'hésite pas longtemps à la secourir. Tim et Tara deviennent alors amis et décident de s'entraider dans leurs mésaventures. Ce livre en facile à lire et à comprendre aborde les notions d'amitié et d'amour.

ISBN : 978-2-492440-18-2
16 €





AMITIÉ, AMOUR, SEXUALITÉ : PARLONS-EN !*



Sortie prévue
en 2026

— Jennifer Fournier

Un ouvrage unique, écrit **avec** et **pour** les personnes présentant une déficience intellectuelle, autour des thèmes de l'amour, du corps et de la sexualité. Issu d'ateliers participatifs de co-construction, ce livre donne la parole aux personnes concernées : leurs questionnements, leurs expériences, leurs mots. Ensemble, nous avons choisi les sujets, les images et les formulations pour créer un outil clair, accessible et respectueux.

Ce livre vise à favoriser l'autonomie, la compréhension et le respect de soi et des autres.

Fa

Gr



FORMATIONS ET INTERVENTIONS : VIE INTIME, AFFECTIVE ET SEXUELLE



Retrouvez
les résultats
de l'enquête
sur notre site !

Depuis 2021, l'association Mes Mains en Or mène le projet « Éduquer pour protéger ! » sur l'éducation à la sexualité des jeunes en situation de handicap. Une enquête a révélé un accompagnement inégal sur le territoire national, un manque d'accessibilité des supports pédagogiques et un besoin de formation des professionnels du médico-social qui se sentent insuffisamment outillés.

En réponse, l'association a dans un premier temps développé des formations pour les professionnels travaillant avec des jeunes déficients visuels, puis a élargi son offre à tous les professionnels du handicap et du secteur ordinaire, visant un accompagnement adapté et accessible pour tous.

L'association soutient également les familles, qui manquent souvent de ressources et de repères sur ces questions, à travers des actions de sensibilisation.

Enfin, des ateliers accessibles et inclusifs ont été créés directement pour les jeunes, avec ou sans handicap. Les ateliers permettent d'aborder ces thématiques de manière ludique et bienveillante, dans un cadre sécurisé et respectueux de leurs besoins spécifiques.

** Déplacement depuis Limoges sur toute la France.*

ACCOMPAGNER LES ENFANTS ET ADOLESCENTS PRÉSENTANT UNE DÉFICIENCE VISUELLE

— VIE INTIME, AFFECTIVE ET SEXUELLE

À destination des professionnels du médico-social et de l'éducation.

CONTENU :

- Les bases du cadre légal relatif à l'intervention des professionnels du médico-social sur les questions relatives à la vie affective, intime et sexuelle.
- Les notions fondamentales du développement affectif et sexuel de l'enfant et de l'adolescent.
- Travail autour des pratiques d'accompagnement mises en place.
- Propositions concrètes visant à améliorer l'accompagnement des enfants et adolescents.

OBJECTIFS :

- Identifier le cadre réglementaire qui entoure l'accompagnement relatif à la vie affective, intime et sexuelle des personnes accueillies dans les établissements médico-sociaux.
- Questionner sa pratique professionnelle.
- Découvrir des méthodes et outils permettant d'aborder les questions relatives à la vie affective, intime et sexuelle.



Professionnels du médico-social.



2 jours en inter ou en intra.



Informations et inscriptions :
secretariat.formation@aveugle-defrance.org

Une formation
certifiée Qualiopi.
dispensée par
Mes Mains en Or,
prestataire de la
Fédération des
Aveugles de France.



MIEUX COMPRENDRE POUR MIEUX ACCOMPAGNER

— INITIATION À LA VIE AFFECTIVE, INTIME
ET SEXUELLE

**À destination des professionnels des ESSMS et de tous
professionnels en contact avec les personnes accompagnées.**

CONTENU :

- Déconstruire les représentations.
- VAIS et personnes accompagnées : repères clés.
- Posture professionnelle : entre soutien et protection.
- Réflexion collective sur les pratiques : besoins, freins, leviers.

OBJECTIFS :

- Comprendre les enjeux liés à la Vie Intime Affective et Sexuelle (VAIS) des personnes accompagnées.
- Identifier les représentations personnelles et professionnelles.
- Se repérer dans les droits, les devoirs et les limites de la posture professionnelle.
- Amorcer une réflexion collective sur les pratiques dans les établissements.

Une formation pour sensibiliser et former les professionnels du médico-social afin qu'ils soient équipés d'outils leur permettant d'accompagner au mieux les enfants et adolescents notamment en situation de handicap sur cette thématique mais également d'améliorer leur sentiment de compétence.

Une formation
certifiée Qualiopi
dispensée par
Mes Mains en Or,
prestataire de
Campus Formation.



Professionnels du médico-social.



1 jour en inter ou en intra.



Informations et inscriptions :
contact@campusformation.org

ACCOMPAGNER LES ENFANTS ET LES ADOLESCENTS EN SITUATION DE HANDICAP

— VIE INTIME, AFFECTIVE ET SEXUELLE

À destination des professionnels du médico-social et de l'éducation qui accompagnent des enfants et adolescents présentant un handicap

CONTENU :

- Les bases du cadre légal relatif à l'intervention des professionnels du médico-social sur les questions relatives à la VAIS.
- Les notions fondamentales du développement affectif et sexuel de l'enfant et de l'adolescent.
- Travail autour des pratiques d'accompagnement mises en place.
- Propositions concrètes visant à améliorer l'accompagnement des enfants et adolescents.

OBJECTIFS :

- Identifier le cadre réglementaire relatif à la VAIS des personnes accompagnées par des établissements médico-sociaux.
- Questionner sa pratique professionnelle.
- Découvrir des méthodes et outils permettant d'aborder les questions relatives à la VAIS.



Professionnels.



2 ou 3 jours en inter ou en intra.



Informations et inscriptions :
contact@campusformation.org

**Formule sur 3 jours :
OBJECTIFS +**
Concevoir et expérimenter
des outils ou animations
adaptés à son public.
Approfondir ses
connaissances, prendre
du recul sur sa pratique et
renforcer le travail en équipe
pluridisciplinaire.



ACTUALISER SES CONNAISSANCES POUR UN PILOTAGE ÉTHIQUE ET CONFORME EN ESSMS

— VIE AFFECTIVE, INTIME ET SEXUELLE

À destination des responsables et dirigeants d'ESSMS.

CONTENU :

- Rappels réglementaires et éthiques.
- Le rôle des directions d'établissement.
- Outils, actions et bonnes pratiques.

OBJECTIFS :

- Identifier les enjeux éthiques, législatifs et réglementaires liés à la VAIS des personnes accompagnées.
- Comprendre le rôle de l'établissement dans la promotion des droits à la vie affective et sexuelle.
- Mettre en place des démarches institutionnelles pour accompagner les équipes et les usagers.
- Repérer les outils, ressources et partenaires mobilisables dans ce domaine.

Aucune connaissance juridique nécessaire, mais la connaissance du fonctionnement d'un ESSMS est attendue.

En partenariat avec :



HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ

Une formation
certifiée Qualiopi
dispensée par
Mes Mains en Or,
prestataire de
Campus Formation.



Dirigeants, directeurs
et directrices.



3 h 30 en visioconférence.



Informations et inscriptions :
contact@campusformation.org

SENSIBILISER AU CONSENTEMENT, À L'INTIMITÉ ET AUX RELATIONS ÉGALITAIRES.

— VIE INTIME, AFFECTIVE ET SEXUELLE

À destination des professionnels (enseignants, éducateurs, animateurs...) travaillant avec des enfants et des adolescents, avec ou sans handicap.

LA FORMATION S'ADAPTE À :

- Votre contexte professionnel.
- Votre lien avec les enfants et adolescents.
- Les besoins et stade de développement des jeunes.
- Les situations spécifiques rencontrées.
- Vos connaissances préalables.

OBJECTIFS :

- Transmettre les bases du corps, du consentement et de l'intimité.
- Identifier les comportements sexuels sains vs problématiques.
- Favoriser les relations égalitaires, gérer les conflits et le harcèlement.
- Éduquer aux médias et prévenir l'exposition à la pornographie.

Une formation interactive pour les professionnels dans le respect du programme EVARS de l'Education nationale, alliant théorie et pratique avec des outils ludiques adaptés à votre quotidien.



Professionnels.



½ journée (3 h 30)
ou une journée complète (7 h)



Sur demande de devis.

ON S'ÉDUQ : SPÉCIAL JEUNES !

En tant que parents ou professionnels, il n'est pas toujours facile d'aborder les sujets de la vie affective, intime et sexuelle avec les enfants et adolescents. **C'est pourquoi, nous proposons d'intervenir directement auprès des jeunes pour animer des espaces de parole autour de ces questions.**

Les ateliers sont adaptés aux besoins spécifiques des jeunes (déficience visuelle, troubles du développement, TSA, TDI, TDAH...). Les thématiques abordées se font en fonction de l'âge : 3/6 ans, 7/9 ans, 10/12 ans, 13/15 ans, 15 ans et plus, mais aussi du niveau intellectuel et du développement des jeunes.

Exemples d'ateliers :

- Le consentement,
- Les émotions,
- Les règles,
- La puberté,
- Les premiers amours,
- l'amitié,
- les relations toxiques...

Nous définissons les objectifs avec les parents ou les professionnels pour créer des ateliers sur-mesure. Des outils et références sont présentés.



Enfants et adolescents.



45 minutes à 2 h.
Plusieurs sessions possibles.
La durée du module varie
en fonction des participants.



Sur demande de devis.

ON S'ÉDUQ : ENTRE PARENTS OU EN DUO

PARENTS / ENFANT

Comment transmettre une éducation affective et sexuelle à nos enfants sans en avoir reçu nous-mêmes ?
À quel âge commencer ? Quels mots employer ?
Vos interrogations méritent un accompagnement pédagogique et bienveillant.

Nos ateliers sont inclusifs et pensés pour tous les parents, que leur enfant soit en situation de handicap ou non (déficience visuelle, trouble intellectuel, autisme, TDAH...).

Ces ateliers sont des espaces d'échange offrant aux parents des réponses concrètes, des pistes de réflexion et des outils pratiques. Ensemble, nous explorerons comment aborder le corps, le consentement, l'intimité et les relations égalitaires, selon le développement de l'enfant.

Vous avez besoin d'une «personne-relais» pour aborder ces discussions ? Nous proposons également des ateliers duo parents-enfants.



Entre parents : 3 à 10 adultes
Parents et enfants : 2 à 6 duos



Entre parents : 1 h 30
Parents et enfants : 40 à 75 min
La durée varie en fonction des participants.



Sur demande de devis.

ON CONSUL'T : PARENTS ET PROS

Les consultations offrent un espace d'échange libre et sans jugement pour aborder la santé affective et sexuelle des enfants et des adolescents.

POURQUOI CONSULTER ?

- Questionnements sur l'éducation affective et sexuelle.
- Interrogations autour d'un comportement sexuel.
- Signalement émanant d'un établissement scolaire.
- Propos discriminatoires tenus par ou autour de l'enfant.
- Prévention des violences sexuelles.
- Prévention de l'exposition à des contenus inappropriés.
- Besoin d'accompagnement face à des situations difficiles.

OBJECTIFS :

- Écouter les besoins et les questionnements.
- Apporter des solutions adaptées (situation familiale, âge, handicap...).
- Informer sur le développement psychosexuel.
- Orienter vers des spécialistes si nécessaire.

Les consultations sont confidentielles.



Parents ou professionnels.
2 adultes maximum.



Environ 1h.
Plusieurs sessions possibles.
En visio, par téléphone
ou en présentiel.



50€ / heure



LES INTERVENANTES

Nos ateliers, formations et consultations sont animés par des intervenantes formées, engagées et bienveillantes. Leurs expertises dans l'accompagnement des enfants, des familles et des professionnels autour de la vie affective, intime et sexuelle feront de leurs interventions un accompagnement précieux, au plus proche des besoins du terrain.



CARINE COSTA *

- Chargée de projet et formatrice à la vie affective, intime et sexuelle à Mes Mains en Or.
- Titulaire du diplôme universitaire « Santé sexuelle pour tous.tes » – Sorbonne Université.
- Consultante en santé sexuelle infantile et prévention des violences sexuelles (0-12 ans).



CAROLINE CHABAUD *

- Directrice et fondatrice de l'association Mes Mains en Or.
- Experte en accessibilité.
- Éducatrice en santé sexuelle.
- Coordinatrice du projet Éduquer pour Protéger.

VOTRE COM' ACCESSIBLE !

Mes Mains en Or adapte et améliore l'accessibilité de vos documents.

En braille, en gros caractères ou en FALC (Facile à Lire et à Comprendre), nous proposons des solutions sur mesure, adaptées à vos besoins et à ceux de vos utilisateurs.

- Charte VAIS
- Livret d'accueil
- Support de communication (Flyers, plaquettes, livrets...)
- livre adapté

Contactez-nous
pour établir
un devis
personnalisé.



LA CHARTE DE VIE AFFECTIVE ET SEXUELLE
Pour les personnes accueillies
à la Fondation des Amis de l'Atelier



VOS OUTILS VAIS SUR-MESURE !

Vous avez une idée, mais vous ne savez pas comment la concrétiser ? Créons ensemble un outil adapté à vos besoins !

Nous concevons, avec vous, des outils éducatifs et pédagogiques personnalisés pour accompagner vos interventions et vos actions de médiation autour de la vie intime, affective et sexuelle.

Contactez-nous
pour établir
un devis
personnalisé.



*Prototype du jeu CONSEN'T conçu
en partenariat avec Anaïs Mazella,
psychologue à l'ASEI Ramonville.*

INFORMATIONS ET DEMANDE DE DEVIS :



Maison d'édition
de livres jeunesse
— adaptés

Carine Costa :

06 52 30 71 58

eduquer-protger@mesmainsenor.com

www.mesmainsenor.com



NOS PARTENAIRES ET MÉCÈNES :



RÉGION
**Nouvelle-
Aquitaine**



FÉDÉRATION DES
**AVEUGLES
DE FRANCE**



UNION NATIONALE
UNADEV



La solidarité en action



apas



Agissons pour l'inclusion



FONDATION
DES AMIS DE L'ATELIER



HAUTE AUTORITÉ DE SANTÉ





ENSEMBLE POUR L'INCLUSION !



Informations et demande de devis :

06.52.30.71.58

eduquer-protger@mesmainsenor.com



www.mesmainsenor.com