



# AVA: L' Association pour la Visibilité Asexuelle

---

AVA est la première association asexuelle en France. Lancée d'abord en 2010, puis reprise en 2012, AVA souhaite que l'asexualité soit reconnue comme une orientation sexuelle à part entière. Pour nous, l'asexualité fait partie de la diversité des sexualités humaines et nous sommes fermement convaincu-e-s qu'il faut accepter cette diversité et reconnaître sa richesse.

## Mais qu'est-ce que l'asexualité exactement?

L'asexualité est l'absence d'attraction sexuelle. Les personnes asexuelles n'éprouvent pas d'attraction sexuelle, elles ne ressentent pas le besoin à l'intérieur d'elles d'impliquer la sexualité dans leurs relations avec les autres. L'asexualité est différente de l'abstinence. L'abstinence est un choix. Les personnes qui sont abstinentes font le choix de ne pas pratiquer la sexualité pour des raisons personnelles ou culturelles. Au contraire, être asexuel-le n'est pas un choix. Ce n'est pas nous qui contrôlons si nous ressentons de l'attraction sexuelle ou non. L'asexualité n'est pas non plus une absence d'émotion. L'absence d'attraction sexuelle ne nous empêche en rien d'avoir des besoins émotionnels, de tomber amoureux, d'aimer les câlins, ou de préférer un genre à un autre.

L'asexualité ce n'est pas non plus la même chose que de juger ou de critiquer la sexualité des autres. Nous ne pensons pas que la sexualité soit une mauvaise chose: nous ne sommes pas anti-sexuel-le-s. En fait, la plupart des personnes asexuelles ont une attitude neutre face à la sexualité. Et enfin, notre asexualité n'est pas un défaut ou un trouble. Elle n'est pas liée à un déficit hormonal, à une mauvaise relation avec notre corps ou à un quelconque trouble mental. Et non, l'asexualité n'est pas non plus le refuge des "nuls au pieu" !

Nous sommes justes... asexuel-le-s!



D'après une étude d'Anthony Bogaert souvent citée, les personnes asexuelles représenteraient environ 1% de la population. Ça peut paraître peu, mais c'est un chiffre important. Il se peut en plus que ce chiffre soit sous-estimé, car l'asexualité est encore très peu connue.



## Pourquoi avoir créé une association?

L'association a été créée pour permettre aux personnes a de parler pour elles-mêmes. Pour nous, le droit de se définir avec ses propres mots, de raconter son histoire, d'avoir sa propre voix est essentiel. Nous ne sommes ni des objets de science ni des curiosités publiques, mais des personnes à part entière et nous sommes capables de nous exprimer.

Redonner la parole aux personnes asexuelles permettra de véhiculer une information au plus près de la réalité. . Nous voulons nous éloigner au maximum des raccourcis médiatiques et des visions pathologisantes issues d'un monde médical qui a parfois du mal à s'adapter au changement.

### *Extrait du blog "Asexualité-s"*

#### *Pourquoi chercher à sensibiliser les gens à l'asexualité ?*

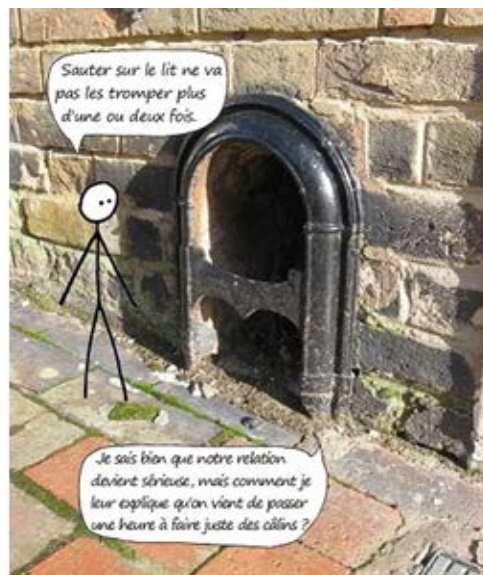
*Dans un monde où le sexe et les relations sont partout, la vie de celles et ceux qui ne s'y retrouvent pas peut être très solitaire et douloureuse.*

*Beaucoup de personnes asexuelles se sentent « défectueuses », car elles ont le sentiment de ne pas avoir les mêmes besoins et les mêmes désirs que tout le monde. Beaucoup d'autres sont en proie à des sentiments de honte, et l'attitude des pairs, parfois inappropriée, voire ouvertement hostile, peut aggraver cette situation. Essayer à tout prix d'être « normal » peut mener beaucoup d'asexuel-le-s à s'enfermer dans des vies malheureuses.*

*Sensibiliser les gens à l'asexualité, c'est avoir la chance de dire : vous n'êtes pas seul-e. Vos sentiments et votre vécu n'ont rien de honteux. Mais aussi : l'asexualité est une orientation sexuelle. Ce n'est pas quelque chose qui se traite ou qui se soigne. Et c'est aider les gens à se sentir fiers de ce qu'ils et elles sont.*

*Au-delà de ça, plus l'asexualité sera connue, plus il sera facile pour les personnes asexuelles de se retrouver, de créer des liens, et d'avoir du soutien. Enfin, être sensibilisé à l'asexualité, cela peut être une chance d'en apprendre un petit peu plus sur la sexualité humaine et les relations qu'il est possible de former les un-e-s avec les autres.*

*En résumé, l'information et la sensibilisation à l'asexualité aident les gens qui ne comprennent pas ce qui leur arrive à trouver un nom, du soutien, et aide leur entourage à comprendre les asexuel-le-s et les questions liées à l'asexualité.*



## Quels buts AVA poursuit-elle?

AVA s'engage à favoriser la reconnaissance de l'asexualité comme une orientation sexuelle à part entière. Pour nous, l'asexualité fait partie de la diversité des sexualités humaines. Nous sommes fermement convaincu·e·s qu'il faut accepter cette diversité et reconnaître sa richesse. Nous luttons contre celles et ceux qui encouragent une vision pathologique de l'asexualité ou qui voudraient nous marginaliser sur la base de notre sexualité.

AVA s'attache à ce que chacune et chacun dispose des outils dont il a besoin pour mieux se comprendre et mieux se faire comprendre. Bien que le mouvement asexuel soit un jeune mouvement, il a pourtant donné lieu à une multitude de discussions, d'idées et de propositions. Rassembler et rendre accessible ce savoir est pour nous une entreprise indispensable car nous sommes persuadé·e·s que mieux se connaître c'est aussi avoir un meilleur contrôle sur soi-même et sur le monde.

AVA s'engage à envoyer un message positif à toutes les personnes asexuelles. Nous sommes des personnes complètes telles que nous sommes. Nous n'avons pas besoin de changer et nos différences sont une richesse.

### Quels sont les principes d'AVA?

- \* *L'association est engagée depuis sa création en faveur du respect de la sexualité de chacune et de chacun.*
- \* *L'attraction sexuelle peut prendre des formes multiples. On peut être attiré par un genre, par plusieurs genres ou par aucun genre.*
- \* *L'attraction romantique, elle aussi, peut prendre des formes multiples. On peut être attiré par un genre, par plusieurs genres ou par aucun genre.*
- \* *Les identités et les expressions de genre sont multiples et toutes doivent être respectées de la même façon.*
- \* *Le comportement sexuel d'une personne ne reflète pas forcément son orientation. Lorsqu'une personne asexuelle décide d'avoir des relations sexuelles, elle n'en devient pas moins asexuelle pour autant.*
- \* *Les privilèges existent sous de nombreuses formes (rapports de race, classe, genre, orientation sexuelle, validité, etc.) et nous nous efforçons de garder cette réalité constamment à l'esprit.*

Quelle est votre orientation sexuelle?

Hétérosexuel

Homosexuel

Bisexuel

autre

Nous voulons aussi montrer aux personnes asexuelles qu'elles ne sont pas seules.

AVA s'applique à susciter et à animer la discussion autour de l'asexualité ainsi qu'à promouvoir la connaissance des personnes asexuelles et le respect de leurs diversités. A ce titre, nous entrons en discussion avec des journalistes, des enseignants ou des chercheurs de manière à leur faire connaître notre perspective et à les aider à poursuivre leurs travaux dans les meilleures conditions.





## Mais que fait AVA concrètement?

AVA mène plusieurs actions qui chacune à sa manière contribue à la visibilité de l'asexualité et incite au respect de sa diversité. D'abord, nous avons créé un site internet qui regroupe de l'information sur l'asexualité et sur notre association: <http://www.asexualite.org>. Nous cherchons à rendre accessible des informations fiables et en première personne.

Ensuite, nous redonnons la parole aux personnes asexuelles en regroupant des témoignages sur différents sujets liés à l'asexualité avec le projet « Parole d'A ». Nous voulons que ces personnes puissent s'exprimer sur leur réalité avec leurs propres mots. Pour cela nous avons élaboré un questionnaire abordant de nombreuses questions que vous pouvez demander à l'adresse [paroles.asexualite\[at\]gmail.com](mailto:paroles.asexualite[at]gmail.com). Ces témoignages apportent un réel point de vue de l'intérieur pour celles et ceux qui souhaitent mieux nous comprendre, mais nous espérons aussi qu'ils permettront aux personnes en questionnement de mettre des mots sur leur expériences.

Nous sommes aussi en train de préparer la diffusion en France du documentaire (A)sexual. Ce documentaire, qui a fait le tour des festivals LGBT aux Etats-Unis, met en image le développement du mouvement asexuel par le biais d'une série de portraits dont celui de David Jay, le fondateur du site AVEN. Nous avons commencé à créer les sous-titres du film en français en collaboration avec la réalisatrice et nous espérons que le film sera diffusé à partir de 2013.

Nous organisons aussi à des discussions et des conférences sur l'asexualité dans lesquelles chacun peut participer, échanger et poser des questions. Avec ces présentations, nous essayons de replacer l'asexualité dans la vie de tous les jours, où elle a toute sa place et de toucher un large public.

Nous souhaitons aussi nous rapprocher de différentes associations qui s'occupent des questions de genre et de sexualité, en particulier les diverses associations LGBT. Nous sommes convaincus que nos expériences se recoupent et que nous avons beaucoup à nous dire.

Nous engageons aussi régulièrement des dialogues avec des journalistes qui désirent mieux connaître l'asexualité et connaître notre perspective sur la question. Promouvoir la connaissance des personnes asexuelles et le respect de leur diversité est pour nous un objectif essentiel. Nous collaborons aussi ponctuellement avec des chercheurs ou des chercheuses qui désirent obtenir le même type d'expertise.

Enfin, nous allons lancer courant 2013 une campagne dont le titre provisoire est : "Ma parole, mon asexualité" et qui consistera en une série de visuels traitant des différentes formes d'asexualités. Cette campagne sera prioritairement destinée aux réseaux sociaux où de la désinformation et l'intolérance circulent parfois en masse.

### Qui se cachent derrière AVA?

*AVA a été créée par une petite équipe de personnes motivées et passionnées. Nous sommes de milieux différents mais nous sommes guidés par la même conviction: nous pensons qu'une plus grande tolérance passe par une meilleure connaissance et c'est pourquoi nous avons choisi de travailler à améliorer la visibilité de l'asexualité.*

## Extraits de témoignages.

### Lilly, 26 ans

#### *Qu'est-ce que tu as ressenti quand tu as découvert l'asexualité ?*

Ça a été une vraie révélation. C'est comme si quelqu'un venait d'allumer la lumière et que je me rendais enfin compte que jusqu'à présent j'avancais dans le noir. Je savais enfin qui j'étais et où j'allais. J'étais à un moment de ma vie où j'avais du mal à envisager l'avenir. Je me sentais différente des autres et j'avais l'impression de ne pas être faite sur le même modèle que tout le monde. Le fait de pouvoir mettre un mot sur ce que j'étais et surtout savoir que je n'étais pas seule m'a enlevé un énorme poids des épaules.

#### *Penses-tu qu'il soit nécessaire de parler de l'asexualité dans les médias ?*

Oui car c'est très peu connu. Quand vous dites à quelqu'un : je suis asexuel, la première chose qu'il vous dit en principe c'est « qu'est-ce que c'est que ça? ». Ce n'est déjà pas évident de faire son coming-out alors quand en plus il faut tout expliquer ça corse carrément les choses. Et puis il y a plein de A qui ne savent pas qu'ils sont A et qui sont persuadés d'avoir un problème ou un blocage psychologique. Ils pensent qu'ils sont les seuls dans cette situation. Alors parler de l'asexualité au public permet de leur dire que quelque part d'autres personnes peuvent les aider à y voir plus clair.

### Tyane, 23 ans

#### *Quel est ton rapport au sexe?*

Le sexe occupe finalement une place assez ambivalente dans ma vie : à la fois, je ne ressens pas de gêne à en discuter, je m'en accommode relativement bien pour en plaisanter, en même temps, je me lasse de son omniprésence. Au-delà des formes ridicules que prend parfois l'érotisme dans notre société, et en particulier, j'assume le lieu commun, d'un affichage publicitaire qui m'est totalement insipide, ce qui me dérange le plus réside dans l'hypocrisie qui consiste à présenter la valorisation de l'activité sexuelle comme un moyen d'émancipation, et en faisant ainsi une règle stigmatisant les personnes qui n'y adhèrent pas. Le problème principal ne consiste finalement pas tant sur l'importance quantitative du sexe dans les discours que sur son appréciation, positive ou négative, même si, à longueur de journée, l'accumulation de références à la vie sexuelle peut également fatiguer, asexuels ou non. Les mouvements de libération sexuelle rejettent d'abord les tabous et l'oppression pesant sur la sexualité ; ils doivent maintenant lutter contre l'excès contraire. Un seul défi revient et demeure : le respect de l'autre dans sa différence.



“Certaines personnes sont asexuelles. Remettez-vous en!”  
L'asexualité a toujours existé, ce n'est pas une anomalie à soigner. Nous sommes des personnes comme les autres.

**Olivier, 24 ans**

*Quelle est ta définition de l'asexualité?*

Il est difficile de donner une définition exhaustive de l'asexualité, il y a à peu près autant de manières de vivre son asexualité qu'il y a d'asexuel. Pour moi cela veut dire que l'on ne ressent pas d'attraction sexuelle pour les autres, que l'on ne ressent pas cette pulsion au fond de notre être, ce « truc » qui soit disant gouverne le monde.

Être asexuel ne veut pas dire que l'on est incapable d'aimer ou d'être attiré par quelqu'un. Il peut s'agir d'une attraction intellectuelle, sentimentale, esthétique, une envie de mieux connaître une personne, de partager ses expériences, passer du temps ensemble... tout sauf une envie de sexe. Pour la plupart des gens, exprimer son amour requiert l'usage du sexe. Les asexuels ne font pas ce lien entre l'amour et le sexe. Après tout certaines personnes ont des relations sexuelles sans amour alors pourquoi pas l'inverse?

Être asexuel ne veut pas dire non plus que l'on est pas capable d'avoir des relations sexuelles. Pour la plupart d'entre nous tout fonctionne très bien. Nous pouvons ressentir du plaisir dans l'acte sexuel mais nous n'en avons pas envie. Cela ne signifie pas non plus que l'on a peur du sexe ou que l'on en est dégoûté, la plupart des A ont une attitude tout à fait neutre à propos du sexe. Pour nous le sexe c'est un peu comme se brosser les dents, ce n'est ni un plaisir ni une corvée, s'il faut le faire alors on le fait.

Enfin contrairement à l'abstinence, l'asexualité n'est pas un choix.

***Où trouver de l'information sur l'asexualité?***

***Où échanger, discuter?***

***Site d'AVA:***

<http://www.asexualite.org>

***AVEN (Asexuality Visibility educational Network)***

***France:***

<http://www.asexuality.org/fr>

***Forum d'échange d'AVEN France:***

<http://www.asexuality.org/fr/forum>

***Blog "Déconstructions asexuelles":***

<http://asexualite-underground.blogspot.com>

***Blog "Asexualite-s":***

<http://asexualite.wordpress.com>

***Centre de documentation – Asexualité:***

<http://asexualite.blogspot.com>

***Une question? Contactez-nous:***

[Ava.asexualite\[at\]gmail.com](mailto:Ava.asexualite[at]gmail.com)

***Envoyez-nous votre témoignage:***

[Paroles.asexualite\[at\]gmail.com](mailto:Paroles.asexualite[at]gmail.com)

Association pour la Visibilité  
Asexuelle (AVA)  
<http://www.asexualite.org>  
Mail: [ava.asexualite\[at\]gmail.com](mailto:ava.asexualite[at]gmail.com)

