

# BDSM Checklist de Maîtresse Sady

Cette checklist a été créée par Maîtresse Sady pour vous aider à explorer vos désirs et vos limites dans le monde du BDSM. Veuillez la remplir honnêtement en indiquant votre niveau d'expérience et votre intérêt pour chaque activité.

Nom du soumis (ou pseudonyme) :

Oui = O / Non = N

## LE JEUX DE BONDAGE :

Activité	Essayé (O/N)	Envie (0-5)	Observations
Menottes, cordes, sangles, collier			
Camisole de force			
Barres d'écartement			
Suspension (à l'envers, tête en bas)			
Suspension (à l'horizontal )			

Mise en croix (p.ex. croix de St. André)			
Pilori sexe (carcan pour sexe)	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Momification, emballage ("Saran Wrap")			
Bâillon (boule, harnais)			
Bandeau sur les yeux, masque, enfermement			

## LA DOMINATION

Activité	Essayé (O/N)	Envie (0-5)	Observations
Compétition (avec d'autres personnes soumises)			
Exercice physique, gymnastique (forcé et obligatoire)			
Humiliation verbale			

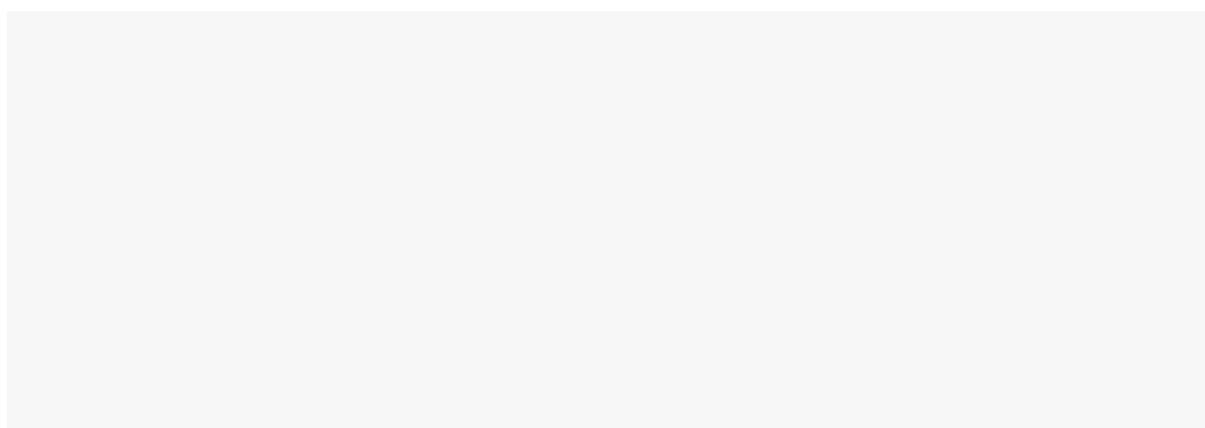
Inclure d'autres personnes			
Rasage (poil du corps)			
Rasage (cheveux)			
Restriction des sens, privation sensorielle			
Se faire "marquer" (branding)	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Chasteté forcée			
Godemiché (sucrer)			
Le strapon, jeux anal			
Homosexualité imposée			
Sexe anal - Insertion d'objets, petits (Anal plugs)			

## LES SUPPLICES, DOUX OU PLUS DURS

<b>Activité</b>	<b>Essayé (O/N)</b>	<b>Envie (0-5)</b>	<b>Observations</b>
Correction douce (recevoir une)			
Correction dure (recevoir une)			
Fessées			
Claques au visage			
Claques aux seins			
Fouetter			
Outils de flagellation			
Baguettes / badines			

Canne			
Cravache			
Martinet			
Palettes en bois (Wooden paddles)			
Branches épineuses, Orties			
Aiguilles (dans le corps en général)			
Aiguilles (dans les seins)			
Aiguilles (dans les parties génitales)			
Brûlures (cigarettes, etc.)			
Chalumeau (bougie qui coule plus vite)			

Cire chaude			
Électricité (raquette électrique, violet wand, tens units...)	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Pinces à linge sur le corps			
Pinces aux seins			
Poids aux seins			
Tirer ou tordre les tétons / les seins avec les doigts ou des pinces			
Torture avec de l'eau (Water torture - boire, lavements...)			



## LES JEUX MÉDICAUX ET ABDL SOUMISSION

<b>Activité</b>	<b>Essayé (O/N)</b>	<b>Envie (0-5)</b>	<b>Observations</b>
Examens (physique)			
Cathéter (recevoir, cathétérisme)	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Chatouilles			
Ceintures de chasteté			
Injections saline	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Perçage (temporaire, "play-piercing")	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Perçage (permanent)			
Port de couche forcés			

Régression forcés			
Plug couche			
humiliation couche			
autre demande			

LES FANTASMES OU ENVIES DIVERSES

Activité	Essayé (O/N)	Envie (0-5)	Observations
Adoration/Vénération des bottes/souliers (boot worship)			
Adoration/Vénération des pieds			

Simulation d'un viol (par une personne)	Bientôt	Bientôt	Bientôt
Tatouage			
Petplay			

### LES PROBLÈME DE SANTÉ POUVANT EXCLURE CERTAINS JEUX ?

<b>MÉDICATION GÉNÉRALE</b>	:
SIGNATURE ÉLECTRONIQUE (ou sur papier):	

\*Note : L'utilisation d'alcool, de stupéfiants et de psychotropes avant et pendant les sessions est strictement interdite.