


ESPIRALS

Educació sexual integral per a les infàncies



PLAERS QUE OBREN MONS

Taller d'educació sexual per a cicle mitjà de primària

Aquest taller està basat en quatre eixos: les emocions, els sentiments, l'escolta (tant la nostra pròpia com l'escolta de les altres) i els límits. Farem servir la màgia dels nostres cossos per connectar-los amb la nostra imaginació i les nostres emocions, i ho representarem en un mapa d'emocions i límits dels nostres propis cossos.

OBJECTIUS

- Promoure el coneixement del propi cos com una forma d'autocura.
- Donar eines d'autoescolta i autocura, i d'escolta i cura dels i les altres.
- Obrir un espai on explicitar les emocions i els afectes sense jutjar-nos.
- Celebrar la diversitat corporal.
- Aprofitar la creativitat i la màgia de la infància per ampliar els imaginaris d'allò possible en les nostres maneres de ser i de relacionar-nos.
- Donar eines per reconèixer els nostres límits, com expressar-los i com respectar els límits dels i les demés.
- Prioritzar el plaer com a base de l'autocura.

CONTINGUTS

- Autoconeixement
- Emocions i sentiments
- Diversitat corporal com a riquesa
- Autocura, cura dels i les altres i respecte
- Autoescolta. Límits i consentiment.

METODOLOGIA

- Utilitzarem un recurs audiovisual per explicar les emocions i després explorarem emoció per emoció si sabem de quina es tracta, si l'hem sentit alguna vegada i a quina part del cos la sentim cadascú de nosaltres. Parlarem de com els cossos perceben aquestes sensacions, que cada cos és únic i té sensacions diferents i explicarem que a vegades aquestes sensacions poden resultar agradables o desagradables. Explorarem i parlarem de la importància de cuidar el nostre cos. Posarem al centre l'autoescolta com a forma de cuidar-nos. I expressarem els nostres límits a la resta del grup així com escoltarem els límits de la resta.

Persones destinatàries

Infants de 8 a 10 anys. Grups-classe 3r i 4t primària

Durada

Una o dues sessions d'1 hora i mitja



JUGANT PLAERS

Taller d'educació sexual per a cicle superior de primària

La sexualitat està present a les nostres vides i a les nostres escoles des que som infants. Situacions com voler saber qui té penis i qui té vulva a l'etapa d'infantil; els jocs d'aixecar faldilles o tocar culs als patis a cicle inicial o mitjà; les primeres regles i les primeres ejaculacions a cicle superior o que hi hagi nenes que llencen l'entrepà a les escombraries en aquesta mateixa etapa perquè els diuen "gordes" en són alguns exemples. Proposem un taller que parteix de la idea que "els nostres cossos, siguin com siguin, són tresors de plaer, i per això és molt important cuidar-los". I cuidar-los vol dir tractar-los bé (els nostres i els dels i les altres); vol dir conèixer-los, saber com es diuen les seves parts, saber com funcionen i com canviaran; i vol dir també donar-nos espais per gaudir-los, com quan mengem xocolata o quan ens hi fem pessigolles.

OBJECTIUS

- Introduir la sexualitat com un tema del que es pot parlar amb naturalitat i respecte alhora.
- Relacionar la sexualitat amb el plaer i el joc.
- Promoure el coneixement del propi cos com una forma d'autocura.
- Celebrar la diversitat corporal.
- Treballar la manera de trencar amb els estereotips de gènere ens pot fer més lliures.
- Donar eines d'autoescolta i autocura, i d'escolta i cura dels i les altres.
- Obrir un espai on explicitar les emocions i els afectes sense jutjar-nos.
- Aprofitar la creativitat i la màgia de la infància per ampliar els imaginaris d'allò possible en les nostres maneres de ser i de relacionar-nos.

CONTINGUTS

- El tabú de la sexualitat.
- Diversitat corporal com a riquesa.
- Sensibilitat i plaer.
- Pubertat i canvis del cos.
- Autocura, cura dels i les altres i respecte.
- Sexualitat i gènere: els missatges diferents que rebem nois i noies.
- Autoconeixement.
- El porno com a ficció.

METODOLOGIA

- Treballarem a partir d'una metodologia participativa, que inclou la creativitat i el joc. Partim de jugar individualment a fer-nos pessigolles amb uns pinzells per enllaçar, a través de les pessigolles com a metàfora del plaer, amb la resta de continguts del taller a partir de llançar preguntes al grup i del treball amb contes i audiovisuals. Com que fem servir la pregunta com a metodologia, treballarem amb el que hi ha al grup, amb el que va sortint.

Persones destinatàries

Grups-classe de 5è i 6è de primària.

Durada

Una o dues sessions d'1 hora i mitja



DIFONENT PLAERS

Educació sexual en la infància

Aquesta sessió pretén conscienciar el professorat sobre la importància d'incorporar l'educació sexual en les aules. El nostre punt de partida és la vinculació de les sexualitatS amb el plaer, el benestar i els Drets Sexuals (el dret a explorar la nuesa, el cos, els rols de gènere més enllà dels estereotips, a preguntar sobre sexualitat, a dir no, etc.), per generar confiança i una actitud de pertinença del propi cos i de la sexualitat. Considerem que impulsar l'educació sexual des de la primera infància i durant l'educació secundària, és un objectiu de primer ordre per facilitar aprenentatges sobre els cossos, les cures, el plaer i els límits, i també per oferir una visió positiva de la sexualitat. Es facilitaran claus metodològiques i recursos pedagògics, tant per tractar situacions que ja succeeixen a les escoles e instituts, com per proporcionar una base per desenvolupar sessions d'educació sexual en les hores de tutoria.

OBJECTIUS

- Proporcionar eines per tractar la sexualitat com un tema del que es pot parlar amb naturalitat i respecte alhora.
- Promoure una educació sexual integral que transmeti una visió positiva de la sexualitat.
- Comprendre de quina manera els estereotips de gènere afecten la sexualitat i oferir claus metodològiques per combatre'ls.
- Trencar els mites adults sobre la sexualitat a la infància per passar del tabú a l'acompanyament educatiu.

CONTINGUTS

- El tabú de la sexualitat.
- Diversitat corporal com a riquesa.
- Sensibilitat, plaer i cures.
- Sexualitat i gènere: els missatges diferents que reben nois i noies.
- Autoconeixement.
- El porno com a ficció.

METODOLOGIA

Farem servir dinàmiques participatives per fomentar un espai on les persones participants puguin reflexionar sobre l'educació sexual, compartir les seves pors i inquietuds, resoldre dubtes i adquirir nous coneixements i estratègies per a l'acompanyament de les infàncies.

Persones destinatàries

Professorat de les etapes infantil, primària i secundària. També es pot adreçar a equips educatius d'educació informal.

Durada

2 hores
(adaptable segons disponibilitat)



DIFONENT PLAERS

Educació sexual per a mares, pares i altres referents familiars

Des del programa sexualitats-educació sexual feminista de SIDA STUDI, considerem que impulsar l'educació sexual des de la primera infància, així com poder oferir un acompanyament respectuós durant els cicles vitals de la infantesa, adolescència i joventut, son objectius primordials per facilitar una vivència positiva de la sexualitat i aprenentatges sobre els cossos, les cures, el plaer, els límits, etc.

Aquesta xerrada pretén crear un **espai per compartir claus educatives i reflexions** per tractar l'acompanyament a les sexualitats d'infants, adolescents o joves des de l'àmbit familiar.

Tots els continguts s'adaptaran a les necessitats de cada grup i poden focalitzar-se en alumnat de primària i/o secundària.

OBJECTIUS

- Exposar els coneixements i les reflexions fruit del nostre treball amb els grups d'infants, adolescents i joves.
- Facilitar un espai de confiança en el qual compartir els dubtes, preguntes, creences per part dels familiars respecte la vivència de les sexualitats els/les/lis seus fills/filles/filles.
- Visibilitzar habilitats, dificultats i oferir eines per a l'acompanyament en el desenvolupament de les sexualitats d'infants, adolescents i joves des de l'entorn familiar.
- Promoure unes vivències positives i saludables de les sexualitats i abordar la diversitat sexual i afectiva per tal d'afavorir la seva acceptació i respecte.

CONTINGUTS

- Què entenem per educació sexual amb mirada feminista i com aquesta pot incorporar la diversitat sexual com a un eix transversal.
- Com influeixen els estereotips de gènere, els mites i les falses creences en les vivències de les sexualitats dels/les/lis nostres fills/filles/fillis.
- Com podem acompanyar des de l'àmbit familiar les sexualitats a la infància, adolescència i joventut?
- Aspectes relacionats amb la vivència de les sexualitats a la infantesa, adolescència i joventut que poden ajudar-nos a entendre la vivència de les seves sexualitats.
- Resolució de dubtes concrets per part de les persones participants.
- Eines i recursos pedagògics.



METODOLOGIA

- Farem servir dinàmiques participatives (debat, preguntes obertes, treball amb material audiovisual, dinàmiques, etc.) per fomentar un espai on les persones participants puguin reflexionar sobre l'educació sexual, compartir les seves pors i inquietuds, resoldre dubtes i adquirir nous coneixements i estratègies per a l'acompanyament de les criatures, d'adolescents i joves en el seu procés de desenvolupament personal. Aplicarem la perspectiva de gènere de forma transversal durant tota l'acció.

Persones destinatàries

Mares, pares i altres referents familiars.

Durada

2 hores

(adaptable segons disponibilitat)

