

SEX
O NO SEX



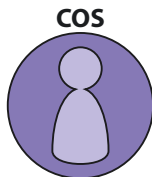
Com, quan,
per què i
amb qui?

El sexe és només un acte físic?

Les **sensacions**, els **sentiments** i
els **pensaments** configuren la
sexualitat.

Podem experimentar diferents
classes d'atracció
per les nostres parelles:
física, **mental** i
emocional o
cap d'aquestes.





COS

Sensacions



excitació



relaxació



plaer



orgasme



CAP

Pensaments



límits



comunicació



protecció



curiositat



COR

Sentiments



amor



benestar



vulnerabilitat



atracció

Un programa de:

Amb el suport de:

SEX
O NO SEX



Com, quan,
per què i
amb qui?

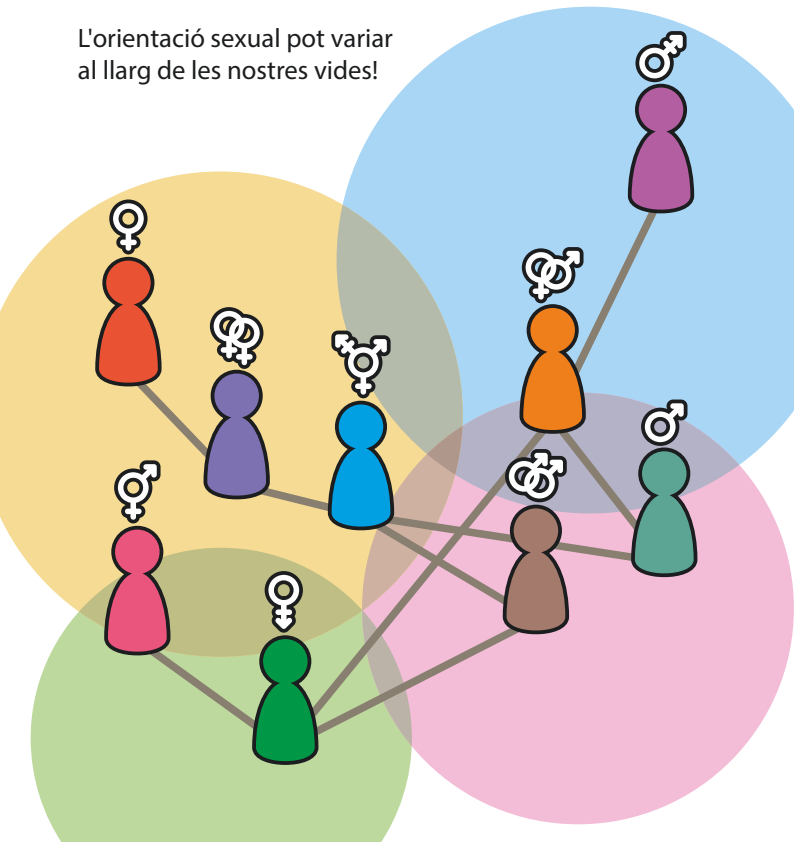
Hi ha una sola manera de viure la sexualitat?

No hi ha pas una única manera de viure la sexualitat, ni tampoc n'hi ha cap de més correcta: d'això en diem **plurisexualitat**.

Cadascú decideix com vol manifestar la seva sexualitat **i amb qui**, en cas de voler relacionar-se amb algú.



L'orientació sexual pot variar
al llarg de les nostres vides!



Un programa de:

Amb el suport de:

SEX
O NO SEX



Com, quan,
per què i
amb qui?

Com ens afecta el gènere?

La societat classifica les persones en un gènere d'home o de dona sobre la base dels trets sexuals, i espera de cadascú un comportament determinat.

Quan mirem una situació amb ulleres de gènere, ens adonem de com afecta el nostre dia a dia allò que s'espera de nosaltres en funció de si ens sentim home, dona, ambdues coses, cap, etc.





Què passa si el que fan, pensen o senten les persones
no s'adiu amb les "normes de gènere"?

Un programa de:

Amb el suport de:



Programa de prevenció, control i atenció al VIH,
les ITS i les Hepatitis Víriques – PCAVIHV



**Generalitat
de Catalunya**

Salut/Agència de
Salut Pública de Catalunya

SEX

O NO SEX



Com, quan,
per què i
amb qui?

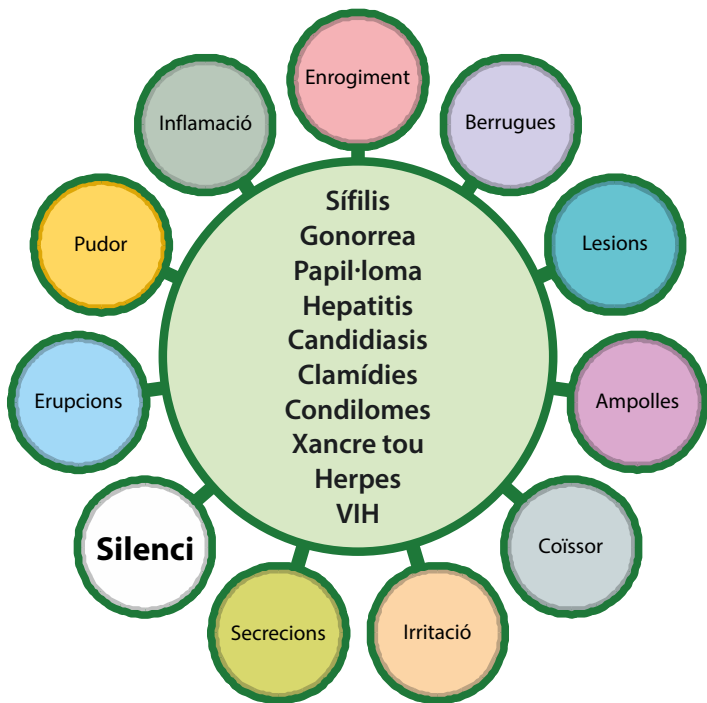
És qüestió d'atzar contraure una infecció de transmissió sexual?

Quan es fa un joc, cal saber-ne les regles per poder-ne gaudir plenament.



En la **sexualitat** també és important saber com ens hem de **protegir** de les infeccions de transmissió sexual i no deixar la nostra salut i la dels altres a les mans de la sort.





Per nosaltres, i també per les altres persones, davant d'una infecció de transmissió sexual, parlem-ne. No al silenci!

Un programa de:

Amb el suport de:

SEX

O NO SEX



Com, quan,
per què i
amb qui?

Què és un home fàcil? Què és una dona fàcil?

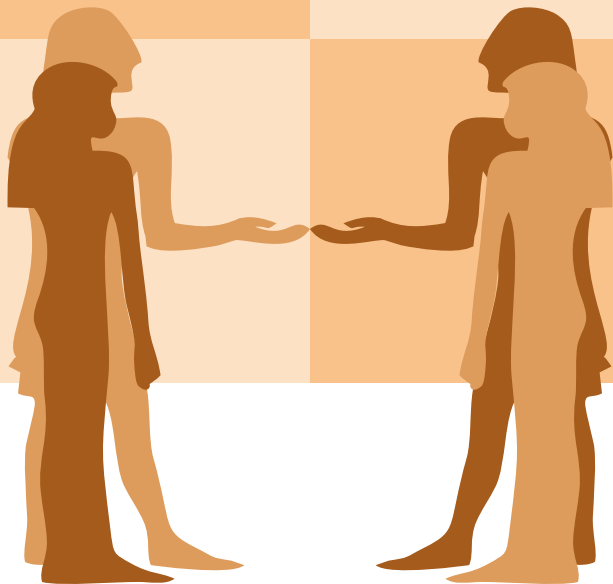
Històricament hi ha hagut moltes creences culturals lligades al gènere sobre com s'havia de viure la sexualitat segons si s'era un home, una dona o altres opcions.

Quan reflexionem sobre els mites culturals entorn de la sexualitat i els qüestionem, **podem viure una sexualitat més lliure**, és a dir, deixar-nos dur més pel propi desig i menys pel que dicta la societat.



Si un home perd l'erecció, és perquè no se sent atret per la seva parella?

Els orgasmes s'aconsegueixen només a través de la penetració?



Un programa de:

Amb el suport de:


PDS
PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL

Programa de prevenció, control i atenció al VIH,
les ITS i les Hepatitis Víriques – PCAVIHV



**Generalitat
de Catalunya**

Salut/Agència de
Salut Pública de Catalunya

SEX
O NO SEX



Com, quan,
per què i
amb qui?

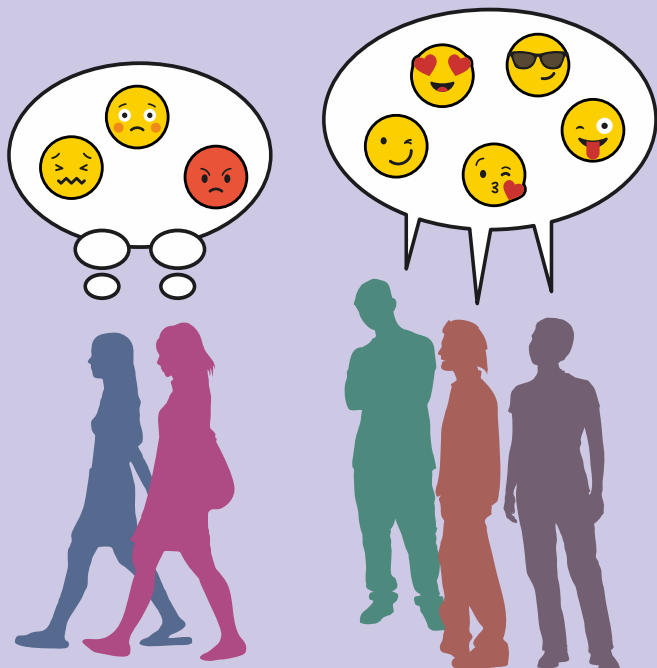
És masclisme? Som masclistes?

L'**abús té moltes cares** i, a vegades, és difícil de detectar-ne les més subtils, com ara els acudits o les bromes sexistes.



Sovint pensem en les formes més greus (i menys freqüents), mentre que normalitzem les més habituals, que formen la base de l'estructura heteropatriarcal.





Actituds masclistes, bromes sexistes, afalacs no desitjats...
Davant d'aquestes conductes, no ens quedem en silenci!

Un programa de:

Amb el suport de:


PDS
PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL

Programa de prevenció, control i atenció al VIH,
les ITS i les Hepatitis Víriques – PCAVIHV



Generalitat
de Catalunya

Salut/Agència de
Salut Pública de Catalunya