

Per sol·licitar informació respecte a l'organització i realització d'aquests tallers us podeu adreçar a:

Mónica Timón Herrero
Tel: 93 226 98 64
pandora@pandorapsicologia.com

Organitza:

PANδORA

Recursos per la igualtat d'oportunitats
i la no discriminació de les dones

C/València 45, pral. B. Barcelona 08015
pandora@pandorapsicologia.com
www.pandorapsicologia.com

Programa Sexualitat i Dona



diseny gràfic: albertmavarro.com

Amb el suport de:



Diputació
Barcelona
Departament Salut Pública



Generalitat de Catalunya
Institut Català de les Dones

PANδORA

Recursos per la igualtat d'oportunitats
i la no discriminació de les dones

Programa Sexualitat i Dona



Aquest programa pretén incidir en una àrea que considerem prioritària a l'hora d'abordar el desenvolupament de les dones: l'àrea afectiva i sexual. Considerar la sexualitat d'una manera integral i global, en què qüestions com l'afectivitat, els processos de comunicació interpersonal, l'autoacceptació i l'autoestima formen part inherent d'una satisfactòria realització i desenvolupament de la persona són factors que incideixen de manera positiva en l'àmbit de la prevenció i la salut sexuals.

La finalitat del programa és, doncs, desenvolupar, millorar i entrenar les habilitats de relació amb una mateixa (autoacceptació, autoestima, coneixement) i les habilitats socials, ressaltant l'àrea afectiva i sexual. D'aquesta manera facilitarem processos de transformació personal que millorin la qualitat de vida de les dones, potenciant la seva autoestima com a subjectes i com a col·lectiu. Per tal d'assolir aquests objectius, hem organitzat diferents tallers que es poden adaptar als interessos i necessitats de cadascun del col·lectiu, associacions o equipaments interessats.

Taller "Sexualitat i Dona"

Aquest taller s'adreça a grups de dones i vol oferir una visió global de la sexualitat, en un espai obert que propiciï l'intercanvi d'informació amb els següents objectius:

- Valorar la sexualitat com quelcom enriquidor i positiu.
- Afavorir un millor coneixement una valoració positiva i gratificant del propi cos.
- Desenvolupar capacitats de comunicació afectiva i de relació interpersonal.
- Potenciar l'autoestima i el desenvolupament personal.
- Facilitar elements i recursos per afrontar algunes dificultats i/o problemàtiques relacionades amb la sexualitat.

Aquest taller tindrà una durada de 16 h totals que es faran en quatre sessions de 4 h cadascuna (sexualitat; sexualitat i afectivitat; sexualitat i cos; sexualitat i sexe). Cadascuna d'aquestes sessions també es pot realitzar com a mòduls independents.

Taller de Sexualitat i Prevenció del VIH entre dones

Aquest taller tindrà com a objectiu principal oferir un espai per compartir, intercanviar experiències, dubtes, sensacions, vivències, etc. envers la sexualitat a la vegada que s'oferiran eines i recursos per tal de facilitar la prevenció del VIH entre dones. Els continguts que es tractaran són els següents:

- Què és la sexualitat, què entenem per sexualitat i com la vivim.
- Sexualitat i afectivitat, la comunicació afectiva i les relacions interpersonals.
- L'autoestima i el desenvolupament personal.
- Conceptes bàsics sobre el VIH/sida (què és el VIH/Sida, vies de transmissió...); taller de sexe més segur.
- Habilitats socials per treballar tots aquests temes.

El taller té 4 hores de durada.

Taller "Sexe als 60": Les persones de 60 i més també tenim sexualitat... i sexe

Tallers adreçats a persones més grans de 60 anys. Els tallers formatius que s'impartiran seran en mòduls de 2 a 4 hores de duració (sempre adaptant-se a les peculiaritats de cada centre). Els continguts tractats seran:

- Conceptes bàsics sobre sexualitat.
- La influència dels rols de gènere en la manifestació i expressió de la sexualitat.
- Conceptes bàsics sobre el VIH/sida (Què és el VIH/ vies de transmissió...).
- Habilitats socials per treballar tots aquests temes i viure la sexualitat de forma gratificant.

Per sol·licitar informació respecte a l'organització i realització d'aquests tallers us podeu adreçar a: Mónica Timón Herrero. Tel.: 93 226 98 64 pandora@pandorapsicologia.com

Activitat debat

Per a aquelles dones que no desitgin participar en un taller però estiguin interessades en aquesta temàtica, s'organitza la següent activitat:

DEBAT: SEXUALITAT I DONA, *Filmar el deseo*

Les dones tenen una forma particular de percebre, viure i expressar el desig? La relació amb el cos, la publicitat i els mitjans de comunicació. Com ens situen davant el rol de dona. Prejudicis, estereotips, mites. Sexualitat, afectivitat, relacions interpersonals. A partir de la projecció del documental: **Filmar el deseo** (2001) de Marie Mandy es plantejarà un debat-taller per reflexionar sobre la vivència de la sexualitat i l'afectivitat de les dones.

Un espai lúdic per debatre i compartir.