

OBRADOIROS SOBRE SAÚDE AFECTIVO - EMOCIONAL E SEXUAL

Obradoiros dende unha perspectiva de xénero nos que se traballa e reflexiona sobre as diferenzas de valores emocionais, afectivos e sexuais que nos transmiten segundo sexamos mulleres ou homes e as repercusións que estas diferenzas teñen nas nosas vidas.

OPCIÓN 1

OBRADOIRO COMPLETO

- Sexo e Sexualidade son o mesmo?
- Diversidade Sexual e identidades de xénero
- Pracer e desexo - resposta sexual humana
- Erótica e percorrido sensorial
- Recoñecer e expresar as emocións

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OPCIÓN 2

OBRADOIROS ESPECÍFICOS

OBRADOIRO 1- QUE LLE PASA AO MEU CORPO? - Coñecerse

- Sexo e Sexualidade
- Cambios corporais
- Pracer e desexo - resposta sexual humana

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OBRADOIRO 2- A DIVERSIDADE MOLA - Acceptarse

- Diversidade Sexual e identidades de xénero
- Orientación do desexo
- Sexualidade e erótica

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OBRADOIRO 3- EROTÍZATE! DESEXO E EMOCIÓN S - Expresarse

- Primeiras relacións afectivas
- Recoñecer e expresar as emocións - Relatos eróticos
- Os ciumes son unha proba de amor?
- Que contan as cancións sobre o amor e o sexo?

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OBRADOIRO 4- MELLOR PREVIR E GOZAR - Coidando o corpo para gozar máis

- Métodos anticonceptivos e de protección fronte ás ITX
- Saúde sexual e autocoidado
- Dúbidas sobre menstruación, masturbación, virxindade...

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OBRADOIRO 5- ISTO DO SEXTING, QUE É? - Navegando pola rede

- É certo o que hai na internet sobre o sexo?
- Redes sociais, sexting e novas formas de ligar
- Emocións, desexos e sentimentos que experimentamos ao facer sexting
- Onde podo atopar información segura sobre sexualidade?

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

OBRADOIRO 6- PRIMEIRAS VECES DE QUE? A túa caixa de sabores, para gustos...

- Amor, sexo e desexo na parella
- As primeiras veces... de que? É verdade que doe?
- Sexualidade e sexo son o mesmo?
- Eu decido cando, onde e con quen...

Consultorio sexolóxico - Dúbidas?

MODALIDADE OBRADOIRO											
OPCIÓN 1											
OBRADOIRO COMPLETO											
6 HORAS (2 Sesións de 3 h. de duración durante 2 semanas continuas)											
09/02/19- 16/02/19	20/02/19- 27/02/19	09/03/19- 16/03/19	20/03/19- 27/03/19	03/04/19- 10/04/19	20/04/2019- 27/04/2019						
						MÉRCORES de 17:00 a 20:00 h.					
						XOVES de 17:00 a 20:00 h.					
OPCIÓN 2											
OBRADOIROS ESPECÍFICOS											
3 HORAS (1 Sesión)											
1 Coñecerse		2 Aceptarse		3 Expresarse		4 Cozar		5 Navegando		6 Custos	
07/02/19		14/02/19		21/02/19		28/02/19		07/03/19		14/03/19	
21/03/19		28/03/19		04/04/19		11/04/19		25/04/19			

- Prazas limitadas de 10 a 20 persoas por grupo. Senon se chega ó mínimo de participantes, non se levará a cabo o obradoiro.
- Podes inscribirte ata 48 horas antes do día do obradoiro. Recibirás un correo de confirmación da túa inscrición.

DIVERSIDADE - No Centro de Planificación Familiar aténdese a toda a mocidade, recoñecendo as diversas capacidades, identidades ou orientacións sexuais.

CONFIDENCIALIDADE - Para ser atendida/o no COF, non precisas permiso familiar, aínda que sexas menor de idade.

Se tes algún tipo de necesidade específica para poder participar na actividade, contacta con nós cun mínimo de 48 horas antes do evento, a través do correo: coforillamar@coruna.es