

VIVO MI SEXUALIDAD: SALUDABLE Y PLACENTERA

10 CARACTERÍSTICAS

Es elegida y consensuada.	Reconoce y promueve la equidad entre los géneros.	
Es responsable.	Es saludable.	Es placentera.
Reivindica el derecho al placer	Tiene poder de decisión sobre su reproductividad (embarazos).	Libre de violencias.
Es respetuosa a la diversidad sexual y erótica.		Es informada.



ACCIONES

Aprendo sobre sexualidad

Forma parte de mi vida: en mi orientación erótico-afectiva, decido quien me gusta y a quien quiero, en el conocimiento de mi cuerpo y mis deseos.



Olvido los roles de género

Aunque las etiquetas hombre o mujer intentan definir mi sexualidad y placeres, puedo vivirla como yo quiera.



Reconozco la violencia que recibo y ejerzo conductas como piropos, acoso, abuso, la violación de pareja, son formas de violencia que me lastiman y lastiman a otras personas.



Ejerzo mi derecho al placer y al erotismo

Como una fuente para mi bienestar, desde el respeto y sin violencias, incluida la diversidad sexual.

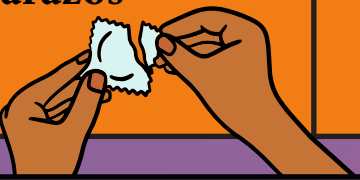
DECIDO VIVIR UNA SEXUALIDAD BASADA EN

Sensatez

Pensar en los pros y los contras de las decisiones y las consecuencias que puedan tener.

Seguridad

Practicar el sexo protegido, la masturbación individual y mutua, el uso del condón, los juguetes sexuales o la abstinencia, para evitar abusos, embarazos o el contagio de una ITS.



Consenso

Llegar a acuerdos donde todas las personas están libres de presiones y otras violencias.



Responsabilidad reproductiva y de salud

Decidir si quiero o no embarazarme, eligiendo el método de planificación familiar que más convenga a mi persona: condón, pastillas anticonceptivas, DIU, Esterilización voluntaria.



Responsabilidad emocional

Reconocer mis propias emociones, y las de la otra persona para evitar conductas que me dañen a mi o a otros

