

OBJECTIUS

- Conèixer els Drets Sexuals. Identificar situacions en les quals es vulneren els Drets Sexuals.
- Afavorir estratègies que facilitin l'autonomia i l'empoderament en l'exercici dels Drets Sexuals.
- Reflexionar sobre com el masclisme, la LGTBfòbia, el capacitisme i el racisme ens afecten en la vivència de les nostres sexualitats.

PERSONES DESTINATÀRIES

- Joves a partir de 15 anys
- Grups heterogenis

MATERIAL

- Targetes dels Drets (annex 1)
- Targetes de les situacions (annex 2)
- Paper continu, adhesius petits o retolador

CONCEPTES CLAU

- Sexualitats
- Autonomia
- Plaer
- Consentiment
- Violències
- Vulneració
- Drets Sexuals
- Empoderament
- Equitat
- Masclisme
- LGTBfòbia
- Capacitisme

ELS NOSTRES DRETS A LA NOSTRA COTIDIANITAT

Qüestionant el sexisme, el racisme, el capacitisme i la cis-heteronorma

DESENVOLUPAMENT DE L' ACTIVITAT

1. Expliquem i pactem les normes de l'espai: respecte, escolta, confidencialitat, no judici. És important tenir en compte que el pacte funciona en totes adreces: entre les persones que formen el grup i d'aquestes cap a la persona referent; així com d'aquesta persona cap al grup. Per exemple, seria especialment contraproductiu que les persones del grup se sentissin jutjades per la persona referent.

2. Podem començar amb una petita introducció sobre els Drets Sexuals (DS):

Els DS, com a Drets Humans, són imprescindibles per al desenvolupament de les persones i el seu benestar en relació amb la sexualitat. Les societats no poden ser justes ni equitatives sense el reconeixement i l'exercici ple dels DS de totes les persones, per això són universals. La vulneració dels DS suposa una vulneració dels Drets Humans [Información sobre los MAC](#) (P. 84-92)

- La sexualitat és una part integral de la personalitat de cada persona. Per aquesta raó, s'han de donar les possibilitats per crear entorns favorables i segurs, en els quals cada persona pugui gaudir de les seves DS com a part del seu procés de desenvolupament.

- La sexualitat i el plaer derivat d'ella és un aspecte central de l'ésser humà; tothom té dret a gaudir. La garantia dels DS per a totes les persones inclou un compromís amb la llibertat i la protecció de dany.



- La no-discriminació és subjacent a la defensa i protecció dels DS, que per tant s'oposa a totes les formes de discriminació independentment del sexe, el gènere, la preferència sexual, a l'edat, la raça, la classe social, la religió i/o la diversitat funcional de les persones.

- Quan parlem de l'exercici dels DS no només estem parlant de l'accés a l'atenció en salut sexual i reproductiva, o de rebre informació veraç i oportuna, sinó que apuntem més lluny: que totes les persones, sense cap tipus de discriminació, puguem prendre les nostres pròpies decisions en tot allò relacionat amb la nostra sexualitat; estem parlant d'Autonomia: aprendre a decidir de forma lliure i informades, aprendre a detectar les nostres necessitats, els nostres desitjos i a comunicar-los. El Dret d'Autonomia és la pedra angular dels Drets Sexuals.

3. DESENVOLUPAMENT: Distribuïm les persones participants en petits grups de 5 o 6 persones. Abans d'entregar els materials expliquem la dinàmica:

A cada grup se li entregarà un joc de targetes amb els DS (annex I) i un altre amb situacions de vulneració dels DS (annex II cada color és un subgrup). Els grups debatran sobre cadascuna de les situacions i tractaran d'ubicar-les en el Dret amb el qual es relacioni millor la situació descrita. Podem posar exemples perquè s'entengui millor.

- Col·locaríem la targeta NO REBRE UNA ATENCIÓ GINECOLÒGICA ADEQUADA PER SER LESBIANA en l'espai relacionat amb el DRET A LA CURA DE LA SALUT SEXUAL I A LA INFORMACIÓ BASADA EN EL CONEIXEMENT CIENTÍFIC.

- Col·locaríem la targeta QUE HI HAGI MENYS RECURSOS SOBRE EDUCACIÓ SEXUAL PER A PERSONES SORDES, en l'espai relacionat amb el DRET A REBRE UNA EDUCACIÓ SEXUAL COMPRENSIVA.

4. A continuació, els fem entrega d'un joc de targetes amb els DS (annex I) un joc de targetes amb situacions de vulneració de DS (en total hi ha 120 targetes amb situacions diferents: podem dividir les persones participants en quatre petits grups i distribuir 30 targetes per a cada un) i un joc d'adhesius petits (5-6 per grup). És important que cada grup disposi d'una taula prou àmplia per distribuir totes les targetes de forma visible.

5. Els grups debatran sobre cada targeta i tractaran d'ubicar-les en el Dret (annex I) amb el qual millor es relacioni la situació descrita. Si no hi ha consens en el grup sobre on s'ha de col·locar una situació es pot col·locar en un espai intermedi entre un parell de DS si el grup ho estima convenient, o fer fletxes amb el retolador per indicar la relació de la situació amb la vulneració d'un o més DS.

És fonamental tenir clar tant per al grup com per a la persona que dinamitza l'activitat, que l'important és la reflexió que es dona en el grup, més que el lloc on es col·loca la situació. De fet, moltes targetes poden relacionar-se amb diversos Drets.

Que una situació pugui identificar-se amb la vulneració de més d'un Dret es deu al fet que els DS són interdependents, és a dir, estan connectats. Convé explicitar que tots els punts de vista són vàlids i que no hi ha una única resposta correcta.

Exemple:

- La situació “Una agressió homòfoba” pot col·locar-se sobre el Dret a la Llibertat sexual però també pot col·locar-se sobre el Dret a l’Autonomia Sexual, la Seguretat del Cos i a Viure Relacions Lliures de Violències.
- La situació “Violències masclistes” pot col·locar-se sobre l’espai relacionat amb el Dret a l’Autonomia Sexual, la Seguretat del Cos i a Viure Relacions Lliures de Violència, però també pot col·locar-se en l’espai relacionat amb el DRET a l’Equitat Sexual.

6. És convenient no avançar conclusions i deixar que els grups organitzin les targetes com els sembli més convenient. Es recomana distribuir les targetes i les situacions en paper continu i oferir als grups retoladors amb la finalitat que plasmin gràficament la connexió entre les situacions i els DS.

7. Si el grup té dubtes sobre el significat d’algun terme o desconeix la informació a la qual es refereix la situació col·locarà un adhesiu a aquesta situació amb la finalitat d’aclarir-la posteriorment en el gran grup.

8. La persona dinamitzadora passarà per cada grup per assegurar-se que hagin entès el desenvolupament de la dinàmica i per si sorgeixen dubtes sobre el contingut de les situacions descrites. Si els grups són molt participatius, se’ls repetirà la idea de col·locar fletxes per agilitzar el debat. Si és poc participatiu, els podem fer preguntes sobre les situacions descrites.

9. Un cop tots els grups han relacionat totes les situacions amb els DS, es poden moure per l’espai amb l’objectiu de veure el treball dels altres grups.

Si sorgeixen dubtes sobre les targetes d’altres grups també poden col·locar-los un adhesiu.

10. A continuació, passarem al grup gran per fer la POSADA EN COMÚ. La dinamitzadora preguntarà a cada grup què tal els ha anat la dinàmica de distribuir les situacions i quines dificultats han trobat per col·locar les situacions i a quines reflexions han arribat?

Els comentaris dels grups acostumen a ser:

- Moltes situacions poden col·locar-se en diversos punts al mateix temps. Podem guiar el debat preguntant als altres grups si han tingut també aquesta dificultat.
- Algunes persones estan més “vulnerabilitzades” que d’altres pel que fa a l’exercici dels seus DS.

Respecte a la primera idea: Moltes situacions poden col·locar-se en diversos punts al mateix temps, algunes idees per a la reflexió.

Un dels objectius fonamentals d’aquesta dinàmica és entendre el principi d’interdependència dels DS, tots els Drets estan interconnectats de manera que, si un es vulnera, la resta dels DS en resulten afectats. Per exemple, la situació “Assetjament escolar a una parella de lesbianes” podríem relacionar-la tant amb la vulneració del Dret a la Llibertat Sexual, com amb el Dret a l’Equitat, a l’Autonomia o a la Lliure Associació.

Per fomentar la reflexió i potenciar la capacitat crítica de les persones podem llançar la pregunta: tots els DS són igual d’importants? El principi d’indivisibilitat: ningú no ens pot prendre un Dret perquè és “menys important” que la resta o “no essencial”.

vulnera els nostres DS en conjunt.

És important, també, tenir present que totes i cadascuna de les situacions que es plantegen constitueixen una vulneració de DS. De fet, aquest és un altre dels grans objectius de la dinàmica: visibilitzar situacions de violències quotidianes com una vulneració dels nostres Drets. El primer pas per poder exercir els nostres DS és conèixer-los i identificar situacions en les quals se'ns vulnereu.

Per fomentar la reflexió i potenciar la capacitat crítica de les persones podem llançar la pregunta: tots els DS són igual d'importants?

El principi d'indivisibilitat: ningú no ens pot prendre un DS perquè sigui "menys important" que la resta o "no essencial". Cap Dret pot gaudir-se a costa d'un altre Dret, no es pot prescindir de cap d'ells. Tots tenen la mateixa importància i són igualment essencials per al respecte de la dignitat i la vàlua de les persones.

Pel que fa a la segona: Algunes persones estan més "vulnerabilitzades".

Hem parlat de la universalitat dels Drets Sexuals, però si mirem de prop la realitat, veurem que una bona part de la societat no podem exercir els Drets Sexuals com a resultat de les desigualtats estructurals.

Per exemple, la situació:

- QUE ALGÚ ET DIGUI QUE SEMPRE LI HA FET VENIR "MORBO" CARDAR AMB UNA MORENITA

Fa referència a la intersecció entre el racisme o el masclisme i ens porta a preguntar com amplifica el masclisme al racisme o viceversa.

Una altra bona pregunta: la majoria de les persones gaudeixen de l'exercici dels seus DS?

Si mirem de prop la realitat, veurem que una bona part de la societat no podem exercir els DS com a resultat de les desigualtats culturals, econòmiques i socials. Així, per exemple:

- Les desigualtats entre dones i homes condicionen la informació i influeixen en la presa de decisions que tenen a veure amb la sexualitat generant un marc de negociació desigual, per exemple, per a l'ús del preservatiu.
- L'heteronormativitat provoca, per exemple, que existeixin moltes menys iniciatives de promoció de la salut sexual per a persones LGTBI, especialment per a lesbianes, trans* i intersex.

- El capacitisme i les falses creences exclouen les persones amb diversitat funcional del terreny de la sexualitat i els neguen els seus DS.

11. A continuació, es preguntarà a cadascun dels grups per les targetes amb adhesius amb la intenció de resoldre dubtes en gran grup, així totes les participants poden conèixer tots els conceptes que surten a les targetes (sexpreading1 , “baboseo”, assetjament de carrer, consentiment).

12. Es pot guiar la dinamització per tal d’incidir en les situacions que més ens interressi treballar. En general, podríem agrupar les situacions en quatre grans eixos temàtics: violències sexuals, mites relacionats amb la sexualitat, estereotips racistes, prejudicis sobre la sexualitat de les persones amb diversitat funcional i LGTBIfòbia. Segons les necessitats del grup podem aprofundir més en unes temàtiques que en d’altres.

13. És important relacionar la vulneració de DS amb les Violències masclistes per prevenir violències. Podem llançar preguntes com: qui pateix sexpreading, assetjament de carrer, pressió per fer-ho sense condó? Qui traspasa els límits a l’hora de lligar? És important fer èmfasi en com la societat masclista naturalitza aquestes situacions de violència i com totes i cadascuna de nosaltres, com a part de la societat, hem de tractar de transformar-les per possibilitar un món més just on totes puguem viure les nostres sexualitats en llibertat.

14. És convenient dirigir les reflexions del debat de forma positiva; com que estem tractant amb situacions de violències, és important generar un espai d’empoderament col·lectiu, de reivindicació de Drets.

(1)Sexpreading <https://www.youtube.com/watch?v=boEGN39vSC4>

Ens ajudarà assenyalar que quan es vulneren els DS la responsabilitat és sempre de qui traspasa els límits, de qui exerceix la violència mai de qui la pateix.

15. També podem aprofundir en algunes situacions que fan referència a la LGTBIfòbia i al capacitisme per generar reflexions que facilitin aprenentatges significatius que contribueixin a una societat més igualitària i més justa. Comentaris per part de la persona dinamitzadora com: les persones tenim tot el Dret i la llibertat per vestir com vulguem, triar la nostra opció sexual (heterosexual, lesbiana, gai, bisexual, pansexual, etc.) o la nostra identitat, per establir el model de relació que més ens vingui de gust, per mostrar els nostres afectes.

16. En definitiva, totes les persones tenim el Dret a viure les nostres sexualitats en un marc de relacions igualitàries, plaents i més segures. És essencial generar processos d’empoderament perquè les persones siguem protagonistes actives en la reivindicació dels nostres Drets Sexuals.

CRONOGRAMA

ACTIVITAT	TEMPS
Introducció, explicació de la dinàmica	10 min.
Treball en petits grups	20 min.
Reflexionant en grup gran	25 min.
Avaluació	5 min.

ANNEX1

Dret a la Llibertat Sexual i a l'Equitat Sexual:

Obre la possibilitat a totes les persones per expressar les seves sexualitats. No obstant això, exclou totes les formes de coerció sexual, d'exploració i d'abús en qualsevol moment i situació de la vida. El Dret a l'Equitat fa referència a viure relacions igualitàries, per tant, implica l'oposició a tota forma de discriminació independentment del sexe, el gènere, la preferència-opció sexual, l'edat, la raça, la classe social, la religió i/o la diversitat funcional de les persones

Dret a l'Autonomia Sexual, la Seguretat del Cos i a Viure Relacions Lliures de Violències:

Comprèn l'habilitat de les persones per prendre decisions autònomes sobre la vida sexual d'un/a mateix/a. També inclou el control i el plaer dels nostres cossos, lliures de violència de qualsevol tipus.

Dret a fer Opcions Reproductives Lliures:

El Dret a fer Opcions Reproductives recull el Dret a l'avortament, a decidir sobre tenir filles o fills o no, el nombre i el temps entre cadascun i el dret a l'accés als mètodes anticonceptius (preservatius, píndoles hormonals, píndola de l'endemà, DIU, diafragma...).

Dret a la Cura de la Salut Sexual i a la Informació basada en el Coneixement Científic:

La cura de la salut sexual ha d'estar disponible per a totes les persones. La informació sexual ha de ser generada a través d'un procés científic i ètic, i ha de ser difós en formes apropiades a tots els àmbits socials.



Dret a l'Educació Sexual comprensiva:

Rebre Educació Sexual és un procés que hauria de durar tota la vida de les persones, des del naixement fins que som grans, ja que la sexualitat és un procés d'aprenentatge durant tot el cicle vital. L'Educació sexual hauria d'involucrar totes les institucions socials: família, escola, espais del lleure, universitats, etc.

Dret a la Lliure Associació Sexual i Dret a la Privacitat Sexual:

Significa la possibilitat de contraure matrimoni o no, de divorciar-se i d'establir diferents tipus vincles afectius i sexuals. Involucra el Dret a prendre decisions individuals i conductes sobre la intimitat sempre que aquestes no interfereixin en els Drets Sexuals d'uns altres.

NO REBRE INFORMACIÓ
SOBRE MÈTODES
ANTICONCEPTIUS

QUE LA TEVA PARELLA
ET CONTROLI EL MÒBIL

MANCA DE RECURSOS
EDUCATIUS SOBRE SALUT
SEXUAL PER A PERSONES
CEGUES

PATIR VIOLÈNCIA SEXUAL

QUE NINGÚ ENS PARLI
SOBRE SEXUALITAT

QUE ET DIGUIN "BRUTA"
PER MASTURBAR-TE

QUE EN GINECOLOGIA
NO TRACTIN BÉ A UNA
DONA AMB DIVERSITAT
FUNCIONAL

COMENTARIS RACISTES
SOBRE LA SEXUALITAT

QUE T'EMBOLIQUIS AMB
ALGÚ I TRASPASSI
ELS TEUS LÍMITS

QUE ALGÚ T'INSISTEIXI PER
NO FER SERVIR PRESERVATIU

QUE ALGÚ NO RESPECTI LA
TEVA INTIMITAT

TRACTAR A UNA DONA
TRANS* EN MASCULÍ

QUE ET FACIN BRONCA
PER MASTURBAR-TE

COMENTARIS
IRRESPECTUOSOS SOBRE
EL NOSTRE COS

QUE T'OBLIGUIN A VESTIR
D'UNA MANERA
QUE ENCAIXI AMB
EL TEU GÈNERE

QUE NO ENS DEIXIN SER
GAI, LESBIANA, BISEXUAL,
ETC.

QUE ENS ENSENYIN A
CUIDAR DE LA NOSTRA
SALUT SEXUAL

QUE L'ÚNICA INFORMACIÓ
SOBRE LA SEXUALITAT
SIGUI EL PORNO

QUE ET PROHIBEIXIN
TENIR PARELLA

BULLYING HOMOFÒBIC

QUE RENYIN A UNA
PARELLA DE NOIS
PER FER-SE PETONS

QUE S'IMPEDEIXI A UNA
PARELLA AMB DIVERSITAT
FUNCIONAL TENIR FILLI/ES

QUE NINGÚ ENS PARLI
SOBRE LES INFINITES
MANERES DE VIURE
LA SEXUALITAT

NO REBRE INFORMACIÓ
SOBRE L'AVORTAMENT

NO REBRE INFORMACIÓ
SOBRE INFECCIONS
DE TRANSMISSIÓ SEXUAL

MANCA DE RECURSOS
SOBRE EDUCACIÓ SEXUAL
PER A PERSONES SORDES

QUE LA TEVA PARELLA ET
DIGUI COM T'HAS DE VESTIR
I AMB QUI POTS PARLAR

QUE NO ENS ATENGUIN
ADEQUADAMENT EN
GINECOLOGIA O UROLOGIA

TRACTAR EL COS DE LES
DONES COM UN OBJECTE

QUE ALGÚ ET FACI UNA
FOTO O UN VÍDEO SENSE
EL TEU CONSENTIMENT

QUE ALGÚ ET TOQUI
EL CUL SENSE
EL TEU CONSENTIMENT

QUE NINGÚ ENS PARLI
SOBRE EL PLAER

PENSAR QUE LA "MARXA
ENRERE" ÉS UN MECANISME
EFECTIU PER A EVITAR
EMBARASSOS

QUE T'INSISTEIXIN
PER A LLIGAR

PRESSUPOSAR QUE PERQUÈ
UN NOI VAGI
EN CADIRA DE RODES
NO TÉ SEXUALITAT

QUE NO ET DONIN
LA PASTILLA DE L'ENDEMÀ

QUE NO ET DEIXIN FORMAR
PART D'UN COL·LECTIU
EN DEFENSA DELS DRETS
SEXUALS

FER FORA D'UN BAR
A UNA PARELLA DE NOIES

NO REBRE INFORMACIÓ
SOBRE ASSISTÈNCIA SEXUAL

PROHIBIR A UNA PARELLA
AMB SÍNDROME DE DOWN
FER-SE PETONS

PRESSUPOSAR QUE LES
PERSONES AMB DIVERSITAT
MOTORA NO TENEN
SEXUALITAT

NO REBRE INFORMACIÓ
SOBRE ITS

QUE ET RECOMANIN
NO SER MARE PER ANAR
EN CADIRA DE RODES

QUE T'EMBOLIQUIS AMB
ALGÚ, SE'T TALLI EL ROTLLO
I T'INSISTEIXIN
PERQUÈ CONTINUÏS

MANCA DE RECURSOS
D'ACOMPANYAMENT
EN SALUT SEXUAL
PER A PERSONES AMB
DIVERSITAT FUNCIONAL

COMENTARIS I BROMES
LGTBIFÒBIQUES

QUE ALGÚ DIFONGUI
FOTOS SEXIS TEVES SENSE
EL TEU CONSENTIMENT
(Sexpreading)

DISCRIMINACIÓ
A UN PROFE GAI