

CREEM EL NOSTRE PROPI MATERIAL

GUIA

Penseu que només tenim 3 sessions per fer-ho! I que serà una part important de l'avaluació. Podeu fer-ho soles o en grup de 2 o 3 (jo us recomano fer-ho en grup, però us haureu de posar d'acord!).

Pas 1. Triar el format. Pot ser un fanzine, un podcast o una campanya (amb diferents cartells, vídeos... el que vulgueu).

Pas 2. Triar els temes que volem tractar. Com a mínim ha d'aparèixer un tema de cada apartat (o sigui, com a mínim 4 temes). Aquí teniu una guia dels 4 apartats amb diferents temes possibles. En podeu afegir d'altres que us semblin interessants.

1. SEXUALITATS

- Estereotips de gènere i sexualitat
- La sexualitat és un tabú. Com fer perquè ho sigui menys?
- LGTBI
- Gènere fluid i persones no binàries.
- Què és l'asexualitat?
- Drets sexuals, els nostres drets
- És veritat el porno?

2. VIVÈNCIA I CONEIXEMENT DEL COS

- El clítoris, aquest gran desconegut
- Com fer-ho per gaudir més?
- Tot el que mai t'han explicat sobre la regla
- Com saber si l'altra persona està sentint plaer?
- Rallades sobre el cos.
- Què vol dir fer-ho bé?
- Fa mal la primera vegada?

3. EMOCIONS I RELACIONS

- Com lliguem? Coses que ens molen i coses que no.
- Ètica relacional: no facis el que no vulguis que et facin.
- Relacions, gelos i com gestionar-los.
- Les xarxes i el dret a la intimitat.
- Parlem de poliamor.
- Més enllà del mite de l'empotrador: com vèncer les pors dels nois a "no estar a l'alçada".

4. DECISIONS D'AUTOCURA

- ITS. Passa de la por i fes-te proves!
- Mètodes anticonceptius: tipus, avantatges i inconvenients
- Com parlo amb la gent amb la que m'ha liat si tinc una ITS?
- Consentiment. Com fer que la comunicació sigui sexi?
- Negociant el calentón: la gent parla o no parla quan "ho fa"?
- Xantatges, pressions i altres violències quotidianes.

Pas 3. Dels temes que hem triat, decidir quin missatge volem donar. Per fer-ho, ompliu aquesta taula:

TEMA	MISSATGE	LEMA O TÍTOL
Exemple: ITS. Passa de la por i fes-te proves	La majoria d'ITS avui dia, en el nostre context, tenen tractament. Ens han ficat al cap que les ITS son com un monstre i que la sexualitat és molt perillosa, però si tens la informació que necessites, et cuides i cuides a la gent amb qui estàs, fer-te proves de tant en tant és la clau per estar bé. Et pots fer proves al teu CAP o al CJAS de forma gratuïta i confidencial.	Per perdre la por, posa't a prova!

Pas 4.

Si fem un podcast: pensar una escaleta (l'ordre dels temes, com parlarem de cadascun, si posarem algun àudio d'un anunci, d'una sèrie... i quines cançons volem posar...). No cal que sigui súper llarg, hi ha podcasts que duren uns minuts! Penseu que es pot editar, però que no es poden fer miracles! Com millor estigui l'escaleta més fàcil serà gravar el podcast. Per inspirar-vos us he deixat uns enllaços a recursos.

Si fem un fanzine: pensar en un índex, en quantes pàgines necessitem i quantes dedicarem a cada subtema, en com volem abordar cadascun dels temes (còmic, imatge, text, collage...). Per inspirar-vos, us he deixat uns enllaços a recursos.

Si fem una campanya, pensar a qui anirà dirigida, a on ens agradaria que aparegués (tele,

marquesines del metro, ràdio, per penjar-la als instituts, xarxes socials, etc.) i quin tipus d'imatges relacionem amb la nostra campanya. Penseu un títol general per la campanya. Per inspirar-vos us he deixat uns quants enllaços a recursos.

Pas 5. Un cop tenim l'esquelet/esquema del que volem fer, posem-nos a crear! Per fer el fanzine, podeu fer-ho a mà o digitalment. Per fer la campanya podeu gravar vídeos o fer cartells o posts amb programes de disseny (canva, etc.). Per fer podcasts podeu utilitzar qualsevol editor de so (Anchor, etc.)

Si us encalleu, us podeu inspirar en aquests recursos:

Webs:

<https://kitdelplaer.org/ca/>

<https://lalore.org/el-blog-de-la-lore/>

Podcasts:

Mòbil, cartera, claus. 1r capítol:

<https://www.primaverasound.com/es/radio/shows/mbil-cartera-claus/mbil-cartera-claus-es-pri-ncipi-febrer>

Mòbil, cartera, claus. Tots els capítols:

<https://www.primaverasound.com/es/radio/shows/mbil-cartera-claus>

Fanzines:

La palabra más sexy es sí: http://consentzine.com/assets/consentimiento_zine.pdf

Gorda zine:

<https://distribuidorapeligrosidadsocial.files.wordpress.com/2011/11/gorda-zine-1.pdf>

Campanyes:

Per gustos, culs: <https://igualadajove.cat/campanya-per-gustos-culs/>

La sexualitat és un puzzle. El muntem?

<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD49670.pdf>

Tens drets sexuals i reproductius. Els coneixes?

<http://salutsexual.sidastudi.org/resources/inmagic-img/DD56015.pdf>