

QUÉ HACER...

Si necesitas ayuda, pídesela a las personas adultas de referencia.

Si crees que puedes haber restado en tus relaciones, pide apoyo, para reflexionar sobre ello y para evitar volver a repetirlo.

Si has sufrido una agresión sexual o si conoces a alguien que la haya sufrido es importante que pidáis ayuda a vuestros/as educadores/as de referencia, os acompañarán y guiarán durante todo el proceso.

Existen asociaciones que ofrecen asistencia gratuita y confidencial durante todo el proceso para víctimas de violencia sexual, en Castilla y León:

ADAVAS Burgos
Tlf. 947 20 67 83
Tlf. Urgencias 600 466 123

ADAVAS León
Tlf. 987 23 00 62

ADAVAS Salamanca
923 26 05 99
Tlf. Urgencias 609 835 336

ADAVASYMT Valladolid
Tlf. 983 35 00 23
Tlf. Urgencias 606 79 23 98

En Castilla y León, llamando al **012**, os informarán de los teléfonos de contacto de los CEAS.

Tanto la Guardia Civil como el Cuerpo Nacional de Policía disponen de unidades para abordar la violencia de género. Puedes llamar al **112** y te pondrán en contacto con ellas.

Si necesitas asesoramiento sexológico

Dialogasex
Plaza Fuente Dorada, 5, 3ºB
Tlf. 629 018 309 (llamadas y WhatsApp)
asesoria@dialogasex.es

DIALOGASEX.ES



NOS
IMPULSA



Ponle cara a tu deseo

PROPUESTAS PARA RELACIONES EN IGUALDAD



Asociación de Sexología
Dialogasex

JOSÉ

Menudo fiestón ayer... ¡Buah! ¡Y menudo final! 🤪

JUAN

Si, menos mal que ayer te animamos... Si no, ¡no mojas!

JONATHAN

Eso... ¡Cuenta los detalles, tío! Julia está muy buena, qué suerte tuviste... Vaya borrachera que llevaba 🤪

JOSÉ

Tíos, fue como el vídeo porno del otro día... ¡Os lo juro!

CHRISTOPHER

Mira que yo metí mano a Elisa y nada.. Está claro que cuanto más borrachas mejor, más se dejan 🍷🍷

JOSÉ

Hubo de TODO. Intentadlo en la próxima fiesta con alguna de sus amigas, seguro que también se dejan... Julia se dejó hacer de todo ¡y sin quejarse! No dijo ni mu, estuvo quietecita y le di bien fuerte, ni se enteraba

CHRISTOPHER

Bueno, para mí que ella no estaba muy dispuesta la verdad... ¡Estaba cieguísima!

GUILLE

¡Pero, tíos! ¿En serio? 🤪

JOSÉ

¿Qué pasa, Guille? 🤪

GUILLE

Pasa, que lo que has hecho no está bien... La vida real no es una peli, no podemos tratar así a las chicas, ni a Julia ni a ninguna... ¡Y menos si han bebido!

JONATHAN

¿No te cansas, Guille, de cortar siempre el rollo?

JOSÉ

No hice nada malo, ella quería y se dejó...

GUILLE

¿Cómo sabes si quería si estaba medio inconsciente? ¿Se dejó o no pudo hacer otra cosa? Incluso os digo más, puede ser un delito

MARÍA

¡Menudo fiestón ayer, chicas! No puedo con mi alma

ANA

Sobre todo Julia que llevaba una cogorza... Menos mal que ayer te animamos, sino, no te lías con José 🍷

JULIA

No me hace gracia... 🤪
Yo no quería, le dije que parara varias veces que me encontraba fatal y no me hizo ni caso.

ANA

Anda exagerada, si llevas semanas detrás de él, lo andabas buscando, y ahora te haces la estrecha.

JULIA

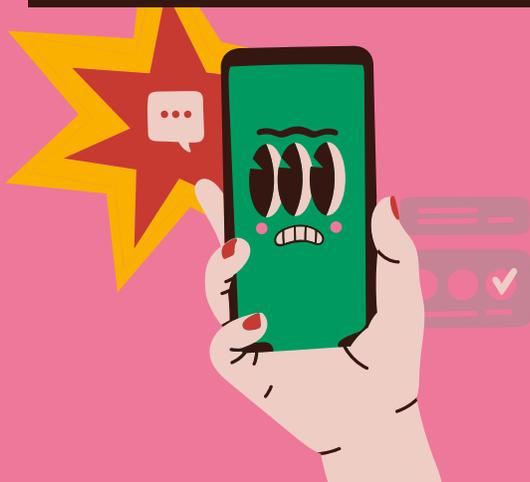
No, Ana. Me siento violada... Me ha hecho daño, tengo heridas y me encuentro fatal 🤪

JULIA

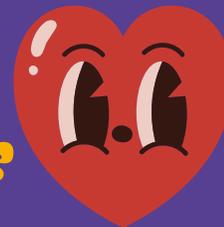
con ansiedad y mucha tristeza. Me gustaba es verdad, pero no así, como si fuera su juguete.

MARÍA

A ver Ana, si se encontraba mal y aún así el otro siguió liándose con ella y le hizo cosas que ella no quería, eso es una violación. Debemos pedir información y ayudar a Julia, no culparla.



¿Y tú? ¿Restas o sumas en tus relaciones sexuales?



- ➖ Aunque diga “no”, o “ahora no”, yo insisto, seguro que al final accede a liarse contigo.
- ➖ Yo no me quedo sin orgasmo, pase lo que pase.
- ➖ Mola compartir con los colegas u otras personas conversaciones, fotos o vídeos privados e íntimos.
- ➖ Copio lo que vemos en el porno pensando que eso es lo que le mola a todo el mundo.
- ➖ No me va el condón, si estamos sanos la marcha atrás es suficiente. Si falla, la píldora postcoital de emergencia siempre es una opción.
- ➖ Mi pareja, mientras sea mía, debe satisfacerme para demostrarme que está en la relación.
- ➖ Los chicos no podemos controlarnos cuando tenemos nuestras necesidades.
- ➖ Si alguien me calienta, después tendrá que asumir las consecuencias, no me pueden dejar a medias.
- ➕ Si alguien te dice NO, aunque fastidie es NO.
- ➕ Cada persona vive la sexualidad a su manera y no hay formas mejores que otras.
- ➕ Me preocupo por proteger mi salud y la de mi(s) compañero(s)/a(s) en las relaciones eróticas.
- ➕ Protejo la intimidad compartida, así como todas las conversaciones, vídeos, audios o fotos que intercambio.
- ➕ Cuando una persona no tiene capacidad de decisión, no puede consentir (está borracha o dormida), espero a que se despierte o se le pase el pedo para que pueda decidir.
- ➕ Acuerdo y hablo con mis parejas sexuales. No impongo prácticas no deseadas, ni presiono en el momento para que acepte por no cortar el rollo.
- ➕ Si mantengo una relación con otra persona, no olvido que es una igual y que debe ser respetada.
- ➕ Las prácticas eróticas no son una meta, ni algo a coleccionar, son un abanico de opciones de disfrute compartido y saludable.

APRENDIENDO A SUMAR

Hablar con mi pareja sobre lo que me gusta, lo que me apetece y lo que no favorece el disfrute erótico.

El porno no es un guión a seguir en las relaciones entre las personas.

La penetración no es una práctica obligatoria ni tiene por qué gustarle a todo el mundo.

No basta con consentir, también hay que tener deseo sexual para disfrutar en las relaciones sexuales.

Presionar a alguien en las relaciones sexuales es inaceptable.

Una agresión sexual, incumbe a toda la sociedad, no mires a otro lado.

Busca asesoramiento de profesionales con formación para aclarar tus dudas.

