



no sex

GUIA D'ACTIVITATS

Guia d'activitats



ÍNDEX

Introducció	5
Fitxa tècnica de l'exposició «Sex o no sex»	6
Activitat 1: Visita organitzada i debat	7
Activitat 2: Aventures i desventures d'un condó	10
Activitat 3: Busquem company de pis	15
Activitat 4: Tens un virus a l'ordinador!	21
Informació addicional:	
• Alguns elements que cal tenir en compte a l'hora de fer les activitats	26
• Alguns aspectes sobre pràctiques sexuals i preservatius	27
• Informació sobre les ITS i el VIH/sida a Internet ..	32
• Centres alternatius de determinació serològica del VIH	34
• Unitats d'infeccions de transmissió sexual	34
• Reproducció dels plafons de l'exposició	35
Bibliografia	36

INTRODUCCIÓ

Tant als països europeus com a casa nostra, les infeccions de transmissió sexual –ITS– i el virus de la sida –VIH– constitueixen problemes importants de salut pública que afecten tant els adults com els joves.

L'Organització Mundial de la Salut (OMS, 2006), ha alertat que el 50% dels nous casos d'infeccions pel VIH/sida es produeixen en joves menors de 25 anys, i això es deu principalment al fet que, als països occidentals, els joves donen per superada aquesta epidèmia o, en tot cas, la consideren limitada als països en vies de desenvolupament. En realitat, tota una generació d'adolescents i joves s'estan fent grans amb la impressió que tant les ITS com el VIH/sida són una qüestió que ja no els afecta o, en el pitjor dels casos, que els tractaments farmacològics actuals ja permeten portar una vida completament normal. Per tot això, l'OMS ha instat els governs, els mitjans de comunicació, els sistemes sanitaris i educatius i les ONG a prendre mesures urgents per conscienciar els adolescents i joves sobre els riscos d'exposar-se al VIH/sida.

D'altra banda, entre els joves en general s'observa que l'augment de les taxes de seroprevalença de la infecció pel VIH/sida, es produeix fonamentalment a través de conductes sexuals de risc, les quals comporten també moltes altres conseqüències sanitàries i socials (com ara ITS i embarassos no desitjats), que s'han incrementat en el nostre entorn.

Així doncs, incorporar elements per a la millora dels hàbits saludables per tal de prevenir aquets comportaments de risc entre la població és una necessitat assumida per les administracions públiques en tots els nivells, i en aquest sentit, el Consell de la Comissió Europea recomana als Estats membres l'elaboració i l'aplicació de polítiques globals apropiades de promoció de la salut en relació als joves, adoptant mesures a través de l'educació i la informació per respondre a aquesta necessitat. Aquestes polítiques han de traduir-se en actuacions concretes, eficaces i properes als ciutadans.

«Sex o no sex» és un programa per facilitar el desenvolupament d'una acció educativa al voltant de les ITS i el VIH/sida, posant a l'abast d'educadors que treballen amb adolescents i joves elements informatius i educatius que, defugint de plantejaments moralistes, ajudin a orientar actituds i facilitar estratègies per a la promoció d'hàbits saludables i la prevenció de conductes de risc.

«Sex o no sex» gira al voltant d'una exposició de 10 plafons que combina texts i fotografies. Alhora, compta amb una *Guia* d'orientacions per als educadors que facilita la visita guiada i proposa tres activitats pedagògiques per ajudar a la reflexió i l'anàlisi de situacions que poden viure els joves. Inclou també un *fullet* recordatori de la visita a l'exposició.

FITXA TÈCNICA de l'exposició «Sex o no sex»

Nom	■ «Sex o no sex»
Descripció dels materials	■ Exposició formada per 10 plafons enrotllables verticals de 85x200 cm. ■ Guia de 36 pàgines amb propostes d'activitats complementàries per realitzar amb els visitants de l'exposició. ■ Díptic amb la reproducció dels plafons.
Objectius	1. Contribuir a promoure entre els adolescents i joves una consciència crítica davant les conductes sexuals de risc, generant un estat d'opinió favorable a la promoció d'hàbits saludables i a la salut. 2. Afavorir el desenvolupament d'activitats al voltant de l'exposició (debats i col·loquis) relacionades amb les conductes sexuals de risc. 3. Facilitar informació i sensibilitzar sobre els riscos i conseqüències de les infeccions de transmissió sexual –ITS–, inclòs el VIH/sida. 4. Incrementar la percepció de vulnerabilitat associada a la pràctica de conductes sexuals de risc. 5. Millorar el repertori d'habilitats per adoptar comportaments adequats davant de situacions de risc.
Població destinatària	■ Joves de 15 a 18 anys (aproximadament).
Forma d'aplicació	■ Visita a l'exposició: preferiblement, visites organitzades en grups de 20-25 persones. ■ Activitats complementàries: en grups de 20-25 joves.
Duració de les activitats	■ Una duració estimada de 60 minuts per a cada activitat.
Perfil dels monitors de les activitats	■ Educadors, professors, monitors..., amb experiència de treball amb joves i coneixements sobre sexualitat i VIH/sida, prevenció i dinàmiques de grup.
Àmbits d'aplicació	■ Adolescents i joves escolaritzats (2n cicle d'ESO, batxillerat, cicles formatius de grau mitjà, programes de transició al treball) i d'altres espais (esplais, casals de joves, entitats juvenils, punts d'informació juvenil, programes de garantia social, formació ocupacional...).

DESCRIPCIÓ

Visita guiada als plafons de l'exposició «Sex o no sex», amb un treball d'aprofundiment posterior per a grups tant sobre els continguts com sobre les actituds en l'aprenentatge, i abordatge de dubtes.

OBJECTIUS

- Propiciar una lectura reflexiva dels continguts de l'exposició.
- Identificar els conceptes relacionats amb el VIH/sida i amb les infeccions de transmissió sexual –ITS–, i fixar els criteris preventius sobre els quals els joves encara no disposen de suficient informació o que els plantejgen dubtes.
- Afavorir la reflexió i l'intercanvi d'opinions entre els participants i aclarir els dubtes que es plantegin.

MATERIALS

- Els 10 plafons de l'exposició «Sex o no sex».
- Pissarra, paper i bolígrafs.

DURADA

- 60 minuts per a la visita guiada i el debat.

DESENVOLUPAMENT

Per fer aquesta activitat, el monitor o la monitora ha de saber que:

- Hi ha joves que pensen que ja han rebut molta informació sobre les ITS i el VIH/sida, i tenen la sensació que sempre que es parla del tema és per repetir el mateix. Malgrat tot, aprofundint sobre aquests conceptes –n'hi ha que són bàsics– es detecta que la informació de què disposen no és del tot correcta i que encara sorgeixen dubtes importants. Per tant, convé detectar aquests punts crítics i abordar-los.

- La informació que és important que quedi clara és: 1) Vies de transmissió de la infecció pel VIH/sida i altres ITS i, 2) Formes de prevenció, donant especial rellevància a la via sexual i a l'ús del preservatiu.
- En l'actualitat, i amb l'aparició dels nous fàrmacs, la sida comença a considerar-se una malaltia crònica, i això podria provocar un relaxament en la utilització de les mesures preventives. Però cal tenir present que continuen produint-se infeccions i que els tractaments no eliminen el virus.

1. Visita a l'exposició [30']: el monitor o monitora dividirà el grup en petits grups de 4 o 5 persones. S'iniciarà el recorregut pels diferents plafons de l'exposició amb una diferència de 2 o 3 minuts entre cada grup, per evitar aglomeracions. Es triga entre 15 i 20 minuts en veure i llegir tots els plafons amb tranquil·litat.

2. Treball en grups [10']: Els joves treballaran en els mateixos grups que s'han format per visitar l'exposició. El monitor o la monitora formularà als grups les preguntes següents:

- *Quina informació sobre les ITS, el VIH/sida i la sexualitat no teniu prou clara?*
- *A quines conclusions heu arribat després de veure l'exposició sobre l'ús del preservatiu?*
- *Què us podria dificultar l'ús del preservatiu en les vostres relacions sexuals? (es pretén identificar les barres que poden tenir els joves)*
- *Què faríeu si tinguéssiu un problema relacionat amb les relacions sexuals sense protecció o amb les ITS?*

Cada grup nomenarà un portaveu que s'encarregarà d'apuntar les idees que vagin sorgint.

3. Discussió [20']: Els grups donaran a conèixer a la resta les seves conclusions i s'iniciarà una discussió per:

- Aclarir els dubtes que plantegin els continguts dels plafons.
- Establir els punts bàsics que cal tenir presents sobre el VIH/sida i les ITS i quina és la situació actual de les malalties.

És convenient que siguin els mateixos joves els qui resolguin els dubtes els uns als altres i que el monitor o la monitora es limiti a fer intervencions puntuals per fer aclariments i estimular el debat.

	TÍTOL PLAFO	CONCEPTES REFERENCIALS
0	«SEX O NO SEX»	Presentació i logotips institucionals
1	ARA TINC UNA ALTRA PARELLA	Parelles, «rotllos» i «rotlletes»
2	M'ACOMPANYA A TOTES LES FESTES	El preservatiu per a ell
3	JO HO TINC CLAR!	El preservatiu per a ella
4	SI EM PASSO, «DESCONTROLO»	La sexualitat quan s'ha pres drogues
5	FENT-HO BÉ NO EM «RATLLO»	Els riscos d'agafar el VIH
6	EM PICA I EM COU	Altres infeccions per via sexual
7	EM FA UNA POR...	La possibilitat de tenir el VIH
8	NO EM VE LA REGLA	Un embaràs no previst
9	PASSA, PASSA	Centres de Salut

DESCRIPCIÓ

La lectura i el treball per grups d'una història original d'un preservatiu animat que explica, des del seu punt de vista, la preparació, els preàmbuls i la relació sexual amb penetració entre dos joves, ha de permetre la manifestació de les possibles dificultats a l'hora d'emprar el condó, i promoure'n l'ús amb normalitat.

OBJECTIUS

- Prendre consciència del risc de transmissió d'una ITS, inclòs el VIH/sida.
- Conèixer quines són les pràctiques sexuals amb més risc i amb menys de contraure ITS.
- Alertar sobre els riscos que comporta tenir relacions sexuals sota els efectes de l'alcohol o altres drogues.
- Promoure l'adopció de conductes que afavoreixen l'ús del preservatiu.

MATERIALS

- Pissarra, paper i bolígrafs.
- Fotocòpies de la història i de les preguntes per a cadascun dels participants.

DURADA

- 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT

1. Treball en grups [30']: Formar grups de 4/5 persones i donar a cadascuna d'elles una fotocòpia amb el text i les preguntes que trobareu al final d'aquesta activitat. Cada grup nomena un portaveu, que escriurà i llegirà les conclusions del grup en el moment del debat. Deixar uns 30 minuts perquè cada persona llegeixi la història, la comenti i respongui les preguntes amb la resta del grup.

2. Discussió [30']: Després, cada portaveu exposa les respostes del seu grup a tots els participants. El monitor o monitora pot anotar en una pissarra els punts més significatius de les respostes de cada grup. Un cop hagin parlat tots els portaveus, s'obre un debat entre tots els participants per mirar de resoldre les discrepàncies que hagin pogut sorgir.

NOTA: Si hi ha temps, es pot proposar un *role-playing* sobre la possible negociació prèvia entorn de l'ús del preservatiu. S'escullen dos voluntaris: l'un ha de mostrar-se en contra del seu ús, i l'altre ha d'utilitzar, per convèncer-lo o convèncer-la, les estratègies que hagin sorgit de les respostes donades a la penúltima pregunta que hi ha al final d'aquesta activitat. Seguidament, el grup opinarà sobre la representació, i els protagonistes es podran intercanviar els seus papers, o d'altres poden passar a representar-los.

HISTÒRIA: Aventures i desventures d'un condó

Dilluns. 9 del matí.

Ufl, he nascut en una fàbrica. Compleixo totes les normatives, he passat dures proves i he sobreviscut amb garanties. I ara, una farmàcia m'ha adoptat!

Divendres. 7 de la tarda.

S'obre la porta de la farmàcia i entren dues noies, s'acosten al mostrador agafades del braç, amb la mirada fixa a terra i un somriure nerviós.

– Un paquet de preservatius, si us plau.

El cor em va a cent per hora! Acabo de sortir de la fàbrica només fa quatre dies i aquest cap de setmana ja tinc la meva primera oportunitat d'una rebolcada. S'obre el calaix de la prestatgeria i, a contrallum, veig la mà de la farmacèutica que se m'acosta. Sí, sí... agafa'm! Estic llest! Un, dos, tres... bingo! Salto al taulell. Una petita visita al lector del codi de barres i m'allotjo a la bossa d'una noia. He nascut per a la marxa, i tinc la sensació que no me'n faltarà...

Al cap de poc temps.

Arribem a casa d'una de les noies. Buiden la bossa i em deixen a la tauleta, com un espectador de primera fila. Pintallavis, «sexifaldilles», perfums, penjolls... Avui sortim, avui és dia de festa. Quatre retocs d'últim moment davant del mirall i... llestes.

Surten de l'habitació sense mi? Eil, que jo també hi participo, a la festa! Pocs segons després una de les noies torna a entrar a la habitació, agafa la caixa i se la mira uns instants. Buf... jo pensava que m'agafava un atac! Tot seguit, obre la caixa i em treu. Darrere seu apareix l'altra noia.

- Creus que amb un en tindràs prou? –li pregunta.
- Sí, per a avui ja faig... I tu, ja en tens? –contesta.

I es clar que sí: amb mi tens garantida una nit de diversió segura. Que sóc un professional... Guapa! –penso mentre els seus dits em llancen dins la bossa. Apa! Anem de marxa! Ara només espero que la cremallera del moneder o les claus no em facin cap mala passada en algun sotrac del camí... que un servidor ha passat moltes proves de resistència, però no és immune a les punxades d'objectes metàl·lics.

11 de la nit.

El temps passa ràpidament. Música, ball, més música i més ball. Ara un flirteig per aquí, ara una carícia per allà. Per sort, a la discoteca la noia m'ha agafat i m'ha deixat a la seva butxaca. Les claus i la bossa s'han quedat al guarda-roba. Bé, de fet avui he d'estar a punt en tot moment. Gairebé no me n'adono; el temps passa ràpidament i ja tornem a estar de camí cap a casa. Però ara la meva amfitriona ha canviat la companyia de la seva amiga per la d'un noi. Sembla bon tio, però ha begut una mica massa. Espero que no tant com perquè no pugui entrar en acció!

Entrada la matinada.

Claus al portal. Ascensor. Carícies. Petons. Claus a la porta del pis. Tornem a ser a casa.

- I els teus pares? –xiuxieja ell.
- Avui no vénen a dormir, passaran el cap de setmana a casa dels tiets –li respon ella.
- Així que estem sols...eh? –diu ell.

Bé, això seria discutible, que jo també hi sóc aquí, i no penso perdre'm cap detall! Sense gaires dilacions fem cap a l'habitació. Ella em deixa damunt la tauleta. S'acaricien i es van traient la roba mútuament. Juguen. Riuen. Es petonegen. Al cap de pocs minuts jeuen despullats i abraçats sobre el llit.

El noi de seguida vol anar al gra. Ella, però, li diu «tranqui, que hi ha temps per tot». Ell ho accepta una miqueta a contracor, però quan ella comença a jugar amb el seu sexe, canvia ràpidament d'opinió i no pot amagar un somriure de plaer. Sembla que saben que s'ho poden passar bé abans que jo entri en acció. Uns minuts després, els dos gemeguen de satisfacció i semblen preparats per incorporar-me a la festa. Llavors, ell deixa anar:

- Millor sense... A mi el condó no m'agrada perquè no tinc sensació de contacte i em talla el rotllo...

Estic atònit. Que no tens sensació de contacte? Ei tio, que estàs davant d'un *extrasensible*. Que el làtex ha avançat molt i ara la relació seguretat-satisfacció és immillorable!

– A més, jo controlo, i em coneixes del barri. Saps que amb mi no agafaràs res –afegeix.

Però què diu, aquest tio? Ei, penseu-vos-ho bé. Us hi jugueu molt. Amb mi ho tens tot a guanyar i res a perdre, però sense mi... Ella vacil·la uns instants. Sembla que la seva ment vagi a cent per hora buscant una resposta:

– Mira, m'agrades molt, però sense el condó no em sento segura i no vull fer-ho.

Olé! Ell insisteix, però ella es mostra ferma i segura de la seva decisió. Després d'uns moments de tensió, ella dibuixa un mig somriure, i ell pensa: «Tens raó, es millor amb preservatiu».

Ara l'has clavada, *tio!*, ja m'ho semblava, que eres collonut! En un instant... s'acosten molt, jo estic preparat i... uf!... l'ombra de la seva mà es projecta sobre mi. De seguida em veig alliberat de l'embolcall. Estic preparat!

Al matí següent...

Em desperto al terra de l'habitació tot fet un nus. Bé, almenys han tingut el detall de lligar-me. Ells obren els ulls... s'abracen, es petonegen, es tornen a abraçar... Al cap d'una estona, ell s'acomiada i se'n va. La noia s'aixeca i em recull. Em sento satisfet d'haver fet bé la meva feina.

Estic tan content que començo a taral·lejar una cançó i, de cop, sense adonar-me, em veig al lavabo. La noia mira la paperera i mira el vàter; dubta... I jo em demano com acabarà la meva curta però intensa existència...

PREGUNTES PER A LA DISCUSSIÓ I EL DEBAT

A partir d'aquest text, del que penses o de la teva experiència:

1. Quin diries que és el millor moment per parlar del preservatiu o per posar-lo o posar-te'l?
2. Creus que l'alcohol o els porros ho posen més fàcil o més difícil, usar el preservatiu? Afavoreixen o dificulten les relacions sexuals?... i les de risc?
3. Quins tipus de preservatiu o de barreres protectores coneixes?
4. Un sol preservatiu, és suficient?
5. On el duries perquè no es fes malbé?
6. Quins jocs sexuals són més segurs davant del virus del VIH i altres infeccions per via sexual?
7. Què et sembla la defensa que fa la protagonista de l'ús del condó? Se t'acudeixen altres formes de defensar-ne l'ús?
8. On hauria d'acabar la seva existència el condó de la història? Per què?

DESCRIPCIÓ

Es descriu una situació hipotètica en què s'ha de seleccionar un nou company o companya de pis entre quatre aspirants a ocupar una habitació buida. Un cop feta la tria, s'informa que la persona té el VIH, situació que ens permet conèixer i afrontar els possibles prejudicis i l'estigmatització que podrien patir les persones afectades.

OBJECTIUS

- Entendre que podem estar ben a prop d'una persona afectada pel VIH/sida, i que pot ser un més, com qualsevol altre.
- Conèixer els possibles prejudicis que podem tenir davant la convivència amb una persona amb VIH.
- Fomentar una convivència normalitzada amb les persones afectades.

MATERIALS

- Pissarra, paper i bolígrafs.
- Fotocòpies dels *vidículums vitae* dels aspirants per compartir pis i de les preguntes per a cada participant (ho trobareu al final d'aquesta activitat).

DURADA

- 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT

1. Treball en grups [30']: Formar grups de 4/5 persones i donar a cadascuna d'elles una fotocòpia amb *vidículums vitae* dels aspirants per compartir pis i de les preguntes per al debat. Seguidament, se'ls explica la següent situació:

Sou una colla d'amigues i amics que compartiu pis. Fa temps que viviu junts. Per raons que ara no vénen al cas, un dels vostres companys ha marxat i ha deixat buida una habitació. Esteu intentant trobar la persona més adequada per compartir amb vosaltres el dia a dia. Cal ocupar la plaça vacant per poder fer front a les despeses tal i com ho heu fet fins ara.

Per escollir la persona que viurà amb vosaltres al mateix pis heu parlat amb quatre candidats/tes, anotant les seves opinions, gustos i preferències entorn de diferents aspectes de la convivència que us han comentat. També heu pres nota de les vostres sensacions durant la conversa.

Llegiu atentament els seus vidículum vitae i decidiu-vos. És el moment de triar la nova persona que compartirà casa amb vosaltres.

2. Discussió [30']: Un cop llegits els quatre *vidículums vitae* i recollides les impressions, sensacions i opinions dels aspirants per ocupar el lloc buit al pis:

- a) Cada grup escull qui ocuparà la vacant, i explica els motius que l'han portat a fer aquesta elecció i no una altra.
- b) Posteriorment, el monitor o monitora informarà que el *vidículum vitae* de la persona escollida, per error, no recollia una informació: té el VIH (el virus de la sida).

De nou els portaveus expliquen a la resta la posició del seu grup, i s'obre un nou debat amb tots els participants per reflexionar plegats i arribar a conclusions.

VIDÍCULUM VITAE 1

La Carla

És una persona molt neta. Li agrada anar de mil i un botons. No suporta ni el desordre ni la brutícia. De cap de les maneres voldria compartir l'habitació amb ningú. Necessita molta intimitat i un espai per a ella sola. Té molt clar que ningú podrà entrar a la seva habitació ni tocar les seves coses. Si cal, hi posarà un pany amb clau. Voldria disposar d'un armari gran per posar-hi la seva roba.

Té uns horaris molt estrictes que compleix fil per randa. No menjarà mai al pis. Més que un lloc per viure, necessita un espai per dormir i estudiar.

Li cal molta tranquil·litat i silenci. Li molesten molt els canvis. Toca el violoncel i necessita assajar un parell d'hores cada dia. No li agraden gens les festes. Li agrada i escolta, bàsicament, música clàssica. El més indispensable en la seva habitació és una televisió per poder agafar el son.

Sobre les feines de la casa, pensa que cadascú ha de tenir cura dels seus espais i que tothom ha de netejar el que embruta dels espais comuns. Proposa, si cal, agafar una assistenta per a la neteja.

VIDÍCULUM VITAE 2

En Marc

És molt sociable i molt de la broma, i sovint evita estar sol, fins i tot per treballar o estudiar. No és gaire xerraire, sinó més aviat callat, però quan obre la boca és per dir coses agudes i divertides.

Pensa que les feines de la casa s'han de repartir i que és millor fer-les en equip i no haver de treballar tot sol. No li faria res compartir habitació amb algú de la casa si fos necessari. Li agrada fer esport, sobretot anar a córrer una estona els capvespres.

Li agrada molt escriure contes, tant per a adults com per a la mainada, i jugar a la Play.

Es dutxa cada dia, abans d'anar a dormir si ha fet esport i, si no, pel matí, però no l'obsessiona la higiene.

Escolta molts tipus de música, i sovint es compra CD de grups que ni coneix. Tot i que treballa molt, té uns horaris molt flexibles.

Busca un pis on hi hagi un bon ambient i on es pugui compaginar diversió i treball sense problemes. Segons ell, l'única cosa que és imprescindible en la seva habitació és el llit. Li encanta llegir estirat al matalàs, i necessita prestatges per poder posar-hi els llibres i les seves col·leccions de còmics.

No li molesta compartir les seves coses si tothom ho fa, i s'ha ofert a fer servir la seva Play per veure pel·lícules amb DVD i a portar una rentadora nova que té al pis on viu ara.

VIDÍCULUM VITAE 3

La Paula

És força deixada i desordenada. Sempre va a la seva i no li agrada tenir compromisos ni fites. Té molts coneixuts i li encantaria poder convidar gent nova per ampliar amistats. Té un gat que sempre va amb ella arreu, però és molt pacífic i, segons ella, no molesta.

Creu molt en les energies ocultes i s'ha ofert per tirar les cartes i llegir les mans. Li agrada destacar que el seu signe del zodíac és capricorn.

Normalment escolta música multiètnica. No té horaris. Li encanta la improvisació, les sorpreses i les festes amb molta gent.

Li agrada anar despullada per la casa i prendre el sol a la terrassa per agafar energia positiva.

No li faria res compartir habitació, i no pensa que s'hagin de programar les tasques de la casa perquè «entre tots ho farem tot».

Els àpats per a ella són molt importants i s'alimenta bàsicament de menjar biològic. No li importa compartir les seves coses perquè considera que tot és de tothom. A la seva habitació pensa que és imprescindible poder

tenir la seva piràmide d'energia. Avisa, per no preocupar ningú, que de tant en tant desapareix uns dies, però torna.

Li encanta posar moltes espelmes per la casa i no suporta veure un televisor en marxa. Porta perfums molt forts.

VIDÍCULUM VITAE 4

En David

És una persona molt solitària, però li agrada molt discutir sobre temes d'actualitat, i sovint és d'idees extremistes. No té temps, està sempre molt ocupat i sol ser molt pràctic en tot el que pensa i fa. Dorm moltes hores, però de dia, perquè prefereix treballar de nit.

Passa moltes hores davant l'ordinador, programant. Quan està concentrat en la feina, no sent ni veu res i, per tant, no li molesta el soroll.

Menja quan li ve de gust; poques vegades s'asseu a taula a fer un àpat. Li encanten els entrepans de pa amb mantega de cacauet.

Prefereix tenir molt clares quines són les seves tasques dins la casa i quan cal que les faci. No li agrada compartir feines perquè sempre li sembla que els altres en fan menys.

Escolta molta música i sempre porta els auriculars posats. El seu estil preferit és l'indie-pop.

Té parella, i voldria poder-la convidar a dormir al pis, si més no, de tant en tant. Sempre duu les ulleres de sol posades, dia i nit, perquè no li agrada que li vegin els ulls.

Vol tenir una habitació per a ell, amb el seu ordinador i la resta de maquinària. No li fa res compartir les seves coses, tret del seu ordinador.

No li agraden els animals i és al·lèrgic als gats. Li agrada molt el cinema, sobretot el de ciència-ficció dels anys vuitanta. L'única cosa imprescindible a la seva habitació és un endoll per poder carregar el mòbil i fer anar el seu muntatge informàtic.

PREGUNTES PER A LA DISCUSSIÓ I EL DEBAT

1. Per què heu escollit aquesta persona?
2. Què heu tingut més en compte a l'hora de triar? Per què?
3. Hi ha algú del grup que no estigui d'acord amb la majoria? Per què?
4. Heu tingut en compte tots els aspectes de la convivència? Heu fet servir més la raó o els sentiments?
5. Amb quins dels possibles inquilins no hi viuríeu de cap de les maneres? Per què?
6. Us heu vist reflectits en algun dels aspirants?
7. Quin qüestionari faríeu vosaltres per triar un company o companya de pis?
8. Heu canviat d'opinió en saber la nova dada: que la persona escollida era portadora del VIH? Per què?
9. Ha canviat la percepció que teníeu del personatge? En quin sentit?
10. Us sembla que aquesta informació us l'havia d'haver donat de bon començament? Per què?
11. Vosaltres –poseu-vos en la seva pell–, l'hauríeu donada?
12. Com seria la vostra descripció si haguéssiu estat una o un dels candidats? Què hauríeu explicat i què no?
13. Us sembla una dada important saber com ha adquirit el VIH? Per què?
14. Què us sembla que suposa compartir pis amb una persona que té anticossos? Ho sabeu? En teniu prou informació?
15. Compartiríeu amb aquesta persona estris de menjar, de cuina o de neteja personal, igual que amb la resta de companys o companyes de pis? Per què?
16. Besaríeu aquesta persona, si es donés la situació?
17. Rebria un tractament discriminatori per part vostra?
18. Us semblaria un impediment per sentir-vos a gust al pis?
19. La situació seria: «Un risc per a la resta de companys del pis» o «Una situació que cal saber afrontar»?
20. Parlaríeu obertament amb aquesta persona del tema del VIH o no gosaríeu fer-ho? Per què?
21. Si fos el cas, li explicaríeu a algú que convivia amb una persona amb anticossos? Per què? Quina opinió us sembla que en tindrien?
22. Penseu que aquesta situació es pot donar en la vostra vida?
23. Us ha sorprès la reacció d'alguna persona del vostre grup?
24. Aquesta activitat us ha fet pensar en coses que no havíeu pensat abans?

DESCRIPCIÓ

Mitjançant un paral·lelisme metafòric entre la transmissió d'un virus o troia informàtic i la d'un virus biològic (de la mateixa manera que protegim el nostre ordinador d'agents externs que poden infectar el sistema i provocar danys que poden ser irreparables, cal protegir també el nostre cos amb accions que tenen el mateix efecte que un antivirus o un tallafocs *-firewall-* a l'ordinador), s'intenta aplicar la pràctica de la protecció i la consciència de risc en els equips informàtics, a les relacions sexuals amb risc.

OBJECTIUS

- Posar en evidència que si no es posen les mesures preventives adients, encomanar-se una ITS és fàcil.
- Millorar la percepció de la possibilitat real d'infecció.
- Afavorir la discussió sobre la necessitat de prendre mesures de protecció en les relacions sexuals.

MATERIALS

- Pissarra, paper i bolígrafs.
- Fotocòpies dels qüestionaris 1 i 2 per a cadascun dels participants.

DURADA

- 60 minuts.

DESENVOLUPAMENT

El monitor o monitora proposarà, a partir de la metàfora de la «porta d'entrada» d'un ordinador (Internet i/o correu electrònic), un exercici de reflexió sobre allò que conscientment hauríem de fer per protegir-nos d'una ITS, de l'estranya situació que es podria produir en el cas que algú tingués més cura del seu ordinador que del seu cos, i de com la prevenció es basa en l'adopció de mesures concretes, sovint senzilles, que redueixen al mínim l'atzar i el risc.

Es distribueix entre els participants el qüestionari número 1 que trobareu més endavant en aquesta activitat. Una vegada que tots l'han emplenat individualment, el dinamitzador facilitarà la informació que permeti a cada jove obtenir la seva puntuació de risc: elevat, moderat i baix. Per fer-ho, es faran servir les taules següents:

PUNTUACIÓ:

1.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
2.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
3.	SÍ 1 punt	NO 0 punts	
4.	0% 2 punts	50% 1 punt	100% 0 punts
5.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
6.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
7.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
8.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	
9.	SÍ 1 punt	NO 0 punts	
10.	SÍ 0 punts	NO 1 punt	

RISC SEGONS LA PUNTUACIÓ:

Risc baix	Risc moderat	Risc elevat
0-2 punts	3-5 punts	6-11 punts

A partir d'aquí, es pot treballar la similitud entre la transmissió d'un virus per correu electrònic i un virus a l'organisme humà. Es pot demanar als participants si creuen que tenen prou cura del seu ordinador, si s'encarreguen ells mateixos de la protecció o si la deleguen; si protegeixen l'ordinador més els nois que les noies o a l'inrevés o, fins i tot, si protegeixen més l'ordinador d'un virus que no pas el seu mateix cos.

Es tracta de posar en joc, mitjançant un paral·lelisme amb els virus informàtics, la idea de la facilitat de la transmissió, la necessitat d'un «antivirus» (el preservatiu) i la necessitat de tenir l'antivirus al dia (la informació), per poder seguir gaudint de les relacions sexuals amb les seves parelles sense riscos innecessaris.

Es pot valorar també quants membres del grup se situen en el grup de risc alt, moderat o baix, i fer paral·lelismes amb la vida real.

Es tracta de minimitzar la idea que una infecció d'aquest tipus depèn del factor sort o de l'atzar. Cal fixar la idea que si es posen les mesures preventives adients, el risc és nul o molt baix; i que, per tant, no és una qüestió de sort sinó del que cada un fa i de com ho fa.

L'activitat es completa repetint les mateixes preguntes del test, però aplicant-les a les relacions sexuals (mitjançant el qüestionari número 2 que trobareu al final d'aquesta activitat), i fent un debat sobre aquest tema. El monitor o monitora acordarà unes conclusions amb tots els membres del grup.

QÜESTIONARI NÚM. 1

Imagina que a casa teva tens un ordinador amb una porta d'entrada (ADSL, mòdem o cable) i que utilitzes Internet i/o correu electrònic:

1. Tens un programa antivirus i un tallafocs al teu ordinador?	Sí		NO	
2. Tens l'antivirus actualitzat?	Sí		NO	
3. T'ha entrat mai un virus, un cuc, un marcador de telèfon o un troià a l'ordinador?	Sí		NO	
4. Quin percentatge de probabilitat creus que tens que t'entri un virus a l'ordinador si no el tens ben protegit?	0%	25%	50%	100%
5. Et sembla que n'hi ha molts, de virus i troians donant voltes amb possibilitats d'infectar el teu ordinador?	Sí		NO	
6. Creus que un virus pot crear problemes que tenen solució a un ordinador?	Sí		NO	
7. Creus que un virus pot crear un problema irreversible a un ordinador?	Sí		NO	
8. Val la pena dedicar esforços a tenir antivirus, <i>antispyware</i> i tallafocs?	Sí		NO	
9. Es pot treballar amb tranquil·litat sense una bona protecció de la màquina?	Sí		NO	
10. Creus que hi ha una relació entre les mesures protectores que apliques al teu ordinador i el risc que t'entri un virus o un troià?	Sí		NO	

QÜESTIONARI NÚM. 2

PREGUNTES SOBRE ELS EQUIPS INFORMÀTICS	PREGUNTES SOBRE LES RELACIONS SEXUALS
IMAGINA QUE TENS UN ORDINADOR A CASA, AMB UNA PORTA D'ENTRADA (ADSL, MÒDEM O CABLE) I QUE UTILITZES INTERNET I/O CORREU ELECTRÒNIC:	IMAGINA QUE MANTENS RELACIONS SEXUALS AMB PENETRACIÓ (ÉS A DIR, AMB INTERCANVI DE FLUIDS):
1. Tens al teu ordinador un programa antivirus i un tallafocs?	1. Fas servir mesures protectores en les teves relacions sexuals?
2. Tens l'antivirus actualitzat?	2. Tens informació actualitzada sobre ITS?
3. T'ha entrat mai un virus, un cuc, un marcador de telèfon o un troià a l'ordinador?	3. Has contret mai alguna malaltia per contacte amb altres persones (per exemple, la varicel·la...)?
4. Quin percentatge de probabilitats creus que tens que t'entri un virus a l'ordinador si no el tens ben protegit?	4. Actualment, quin percentatge de probabilitats creus que tens que t'encomanin una infecció de transmissió sexual?
5. Et sembla que hi ha molts virus i troians donant voltes amb possibilitats d'infectar el teu ordinador?	5. Et sembla que hi ha molts agents infecciosos donant voltes amb possibilitats d'infectar el teu cos?
6. Creus que un virus pot crear problemes resolubles al teu ordinador?	6. Creus que una ITS pot provocar problemes que tinguin solució? (*)
7. Creus que un virus pot crear a un ordinador un problema irreversible?	7. Creus que una ITS pot crear un problema que no tingui solució? (**)
8. Val la pena dedicar esforços per disposar d'antivirus, <i>antispymware</i> i tallafocs?	8. Val la pena dedicar esforços a utilitzar el preservatiu?
9. Es pot treballar amb tranquil·litat sense una bona protecció de la màquina?	9. Es pot gaudir de la sexualitat amb tranquil·litat si no s'utilitza una bona protecció?
10. Creus que hi ha una relació entre les teves mesures protectores i el risc que t'entri un virus o un troià a l'ordinador?	10. Creus que hi ha una relació entre les teves mesures protectores i el risc de transmissió d'una ITS?

Informació per al monitor/a:

(*) com en el cas dels fongs.

(**) com el cas del virus de la sida.

ALGUNS ELEMENTS QUE CAL TENIR EN COMPTE A L'HORA DE FER LES ACTIVITATS

1. Cal disposar d'una informació adequada sobre el VIH/sida i altres ITS (si cal, es pot revisar un dels webs que se suggereixen més endavant). A més, és convenient que al començar les activitats es coneguin les característiques del grup amb què es treballarà.

2. Susceptibilitat a la infecció: sentir-se en risc de contraure una infecció de transmissió sexual, inclo-sa la sida

Hi ha joves que tenen una baixa percepció de risc de contraure una ITS, de la mateixa manera que n'hi ha que tampoc no perceben el risc de patir un accident de trànsit... Cal que quedi clar que si no s'adopten mesures preventives, la infecció s'estén molt ràpidament, i que tots nosaltres si tenim relacions sexuals sense protecció estem en risc d'agafar una ITS. Sovint els joves se senten més en risc de patir un embaràs no desitjat, ja que els resulta més proper que no pas una ITS. El risc de contraure una ITS no rau tant en el nombre de parelles amb què es mantinguin relacions com en el fet de tenir pràctiques sexuals insegures. Per tant, «no depèn de qui ets ni de com ets, sinó del que fas». I cal que quedi clar que un grup important de persones amb infeccions sexuals (VIH/sida i altres) ni saben ni imaginen que les tenen.

3. Opinions i creences sobre els preservatius i el seu ús

Avantatges i inconvenients, dificultats, mites... Més que convèncer els joves dels avantatges que aporten els preservatius o de minimitzar-ne els inconvenients, és millor intervenir a partir del que ells mateixos plantegen. Sempre és preferible que coneguin què opinen els seus companys, que intercanviïn idees i formes d'actuar positives, que reflexionin i discuteixin... Cal evitar fer judicis sobre actituds i comportaments, i promoure la utilització correcta del preservatiu.

4. Presa de decisions i habilitats de comunicació

Plantejant situacions difícils que resultin properes al jove (Què passa si no tens preservatiu? I si no vols tenir encara relacions sexuals amb penetració? I si la teva parella no vol utilitzar el preservatiu i tu sí?, etc.). Poden plantejar-se què pensem, què volen de l'altre, com poden respectar el punt de vista de l'altre mantenint les prò-

pies conviccions, com trobar una solució satisfactòria per a tots dos. Però si les opcions d'ambdós són contraposades, aleshores l'actitud de respecte, responsabilitat i autonomia s'ha d'aplicar, sobretot, a un mateix.

5. Accés als recursos de la comunitat

Els joves han de saber on adreçar-se si necessiten informació, assessorament i/o atenció sobre les ITS, inclòs el VIH/sida, i també sobre la sexualitat en general. Els recursos més adients per a ells són els programes d'atenció a la salut sexual i reproductiva –PASSIR–, especialment els que ofereixen espais reservats exclusivament per als joves, els centres d'atenció primària –CAP– i les ONG de servei en sida.

ALGUNS ASPECTES SOBRE PRÀCTIQUES SEXUALS I PRESERVATIUS

1. Ús correcte dels preservatius

Qui els ha vist, tocat i posat abans del primer ús amb una altra persona, té més probabilitats d'utilitzar-los bé que l'usuari que només ha rebut informació verbal.

El masculí

El primer pas és saber utilitzar-lo correctament:

- Col·locar-lo quan el penis està en erecció i abans de qualsevol intent de penetració.
- Cal deixar un petit espai sense aire a la punta perquè s'hi dipositi el semen.
- Cal desenrotllar-lo des del gland fins a la base del penis.
- Cal treure'l abans que el penis perdi l'erecció, subjectant-lo per la base en retirar el penis.
- Cal utilitzar-ne un de nou en cada penetració.
- Cal llençar-lo a les escombraries després de fer-li un nus, mai al vàter.

Perquè el preservatiu no es trenqui:

- En comprar-los, assegureu-vos que són homologats.
- Comproveu la data de caducitat.
- Guardeu-los en llocs que no siguin humits, on no rebin escalfor i on no estiguin sotmesos a gaire pressió.
- Tingueu cura de les ungles en el moment d'obrir-lo, i no utilitzeu les dents.

El femení

La majoria de dones que l'escullen ho fan perquè valoren la llibertat que els dóna el fet de no haver de negociar l'ús del preservatiu masculí amb la parella.

Com col·locar-lo:

- S'introdueix a la vagina agafant l'anella interior des de la part externa del preservatiu.
- S'introdueix el dit dintre del preservatiu per acabar-lo de col·locar, anant amb compte amb els possibles objectes tallants (ungles, anells...).
- L'anella exterior ha de quedar fora per impedir que hi hagi contacte entre el semen i la vagina.
- Un cop finalitzat el coit, cal donar un parell de voltes a l'anella exterior per evitar que surti el semen, i estirar el preservatiu amb suavitat per treure'l.
- Torna'l a col·locar dins del seu envoltori i llença'l a les escombraries.
- Cal fer servir un preservatiu nou en cada relació sexual.

A més a més:

- No cal esperar que el penis estigui en erecció, de manera que pot posar-se abans de començar les relacions sexuals.
- No cal extreure'l immediatament després de l'ejaculació.
- Amb una mica de pràctica, és fàcil utilitzar-lo.
- Suposa una alternativa per a aquelles persones que tinguin al·lèrgia al làtex (és de poliuretà).
- Pots trobar-los de franc als programes d'atenció a la salut sexual i reproductiva –PASSIR–, a les ONG de servei en sida i als punts d'informació juvenil –PIJ–.

La ruptura del preservatiu és un fet poc freqüent i, en la majoria dels casos, es degut a un mal ús: utilització de lubricants oliosos (vaselina...), exposició al sol, calor i/o humitat, rascades amb les dents o les unghes, espai



insuficient per al semen, aire a l'interior, desenrotllar-lo abans de posar-lo, emmagatzematge indegut, reutilització, no desenrotllar-lo completament, i falta d'experiència.

Si el preservatiu es trenca, cal anar abans de 72 hores a un centre de salut (centre d'atenció primària o servei d'urgències d'un hospital). En aquests centres, es pot demanar l'anticoncepció d'emergència (*píndola de l'endemà*). Cal tenir present que aquest és només un recurs d'excepció o puntual per quan falla el mètode habitual i en cap cas no evita les ITS, inclòs el VIH/sida.

2. Actituds positives envers els preservatius

- És una manera senzilla de protegir-se del VIH/sida i d'altres infeccions de transmissió sexual, així com d'evitar embarassos no previstos.
- Estan al nostre abast i tenen un preu assequible.
- Es poden utilitzar com a element de seducció i com a part del joc sexual.
- El fet d'utilitzar-los és un acte de responsabilitat vers la parella i un mateix.

3. Fases crítiques per a la utilització efectiva del preservatiu

- On trobar-los? (farmàcies, màquines expenedores, supermercats, condoneries, sex-shop, punts d'informació juvenil i ONG de servei en sida)
- En tenim? N'hi ha a casa?, A on?, En tenen els pares, germans o amics? Ens en donen si en necessitem?
- De quin tipus? (masculí o femení)
- On portar-lo? Butxaca, cartera, motxilla, caçadora...
- Quan treure'l? Abans, durant... En parlem abans i/o després, amb la parella? Negociem el seu ús, o no cal fer-ho perquè està clar que s'utilitzarà?
- Qui el porta? Qui el posa?
- Sabem posar-lo? Talla el rotllo? Hi ha formes originals de posar-lo?
- Com treure'l del penis quan s'ha acabat la relació? Cal fer-hi un nus? On llençar-lo?

4. Algunes dificultats per a l'ús del preservatiu

«Utilitzar-lo és un rotllo»	Amb una mica d'imaginació hi ha maneres d'utilitzar-lo que són divertides. Si encara continua pensant que és un rotllo, cal recordar-li que és pitjor agafar el VIH/sida o altres infeccions, o tenir un embaràs no desitjat.
«El preservatiu em talla molt»	La vergonya va disminuint a mesura que s'utilitza. Es pot practicar abans per tenir-ho més per la mà.
«Disminueix el plaer»	Hi ha preservatius més primers per augmentar-ne la sensibilitat, o amb estries per augmentar-ne l'estimulació. Tots els preservatius ajuden a perllongar l'erecció en l'home abans de l'ejaculació.
«Trenca el ritme de fer l'amor»	Posar o posar-se el preservatiu pot ser part del joc sexual. Amb una mica d'imaginació es pot posar el preservatiu a la parella de manera que produeixi plaer.
«No necessitem utilitzar preservatiu. Fa molt de temps que ens coneixem»	Malgrat el temps que faci que es coneixen, no es pot saber amb seguretat si un dels dos ha contret una ITS o el VIH/sida sinó s'han fet les proves adients.
«Si li dic a la meua parella que hem d'utilitzar-lo, pot ser que sospiti de mi»	Per oferir el preservatiu a la parella es poden utilitzar frases com «Això és per a la salut dels dos». Si una parella ja ha tingut relacions sexuals amb penetració sense protecció, també poden començar a utilitzar-lo. Proposar l'ús del preservatiu mai s'ha d'entendre com una acusació o una sospita: ben al contrari, és una acció de respecte i responsabilitat mútua.
«Si jo (noia) ofereixo un preservatiu a un noi, què pensarà de mi?»	El noi pot pensar que ets una noia responsable i l'alleujarà el fet que hagi introduït el tema. Les noies també poden comprar preservatius masculins i portar-los.

5. Pràctiques sexuals segons el risc d'infecció pel VIH/sida

Ordenades per grups i de *més risc a menys*.

AMB RISC

- Penetració anal receptiva sense preservatiu.
- Penetració anal insertiva sense preservatiu.
- Penetració vaginal receptiva sense preservatiu.

- Penetració vaginal insertiva sense preservatiu.
- Fel·lació sense preservatiu amb ingestió de semen.
- «Petó negre» (contacte boca-anus) sense barrera.
- Cunnilinió sense barrera.
- Compartir joguines sexuals, sense barrera.
- Fel·lació sense preservatiu però sense ingestió de semen.

SENSE RISC

- Petons humits (de boca a boca).
- Carícies, massatges.
- Masturbació mútua.
- Petonejar o llepar el cos.
- Penetració vaginal amb preservatiu.
- Penetració anal amb preservatiu.
- Fel·lació amb preservatiu.
- Cunnilinió amb barrera.
- «Petó negre» amb barrera.
- Compartir joguines sexuals higienitzades o amb protecció.

6. Obstacles per dur a terme un canvi de comportament

- La baixa percepció de risc d'infectar-se no té res a veure amb el comportament d'un mateix («Això a mi no em passarà»).
- La convicció que els inconvenients d'utilitzar un preservatiu són superiors als beneficis («Els preservatius són un rotllo, em tallen»).
- El nivell d'autoestima personal («La meua parella no vol utilitzar preservatius i jo no m'atreveixo a dir-li que ho faci»).
- El nivell de confiança i l'habilitat en la negociació amb la parella («La meua parella diu que no al preservatiu i no sé com convèncer-la»).
- La percepció que un no té control sobre el que passa a la vida («Passarà el que hagi de passar»).
- Els problemes d'accés als preservatius («Al meu poble no puc comprar-los sense que se n'assabenti tothom»).
- La confiança, el coneixement i l'habilitat de l'ús correcte dels preservatius («No n'he posat mai cap»).

INFORMACIÓ SOBRE LES ITS I EL VIH/SIDA A INTERNET

INSTITUCIÓ O ENTITAT	ADREÇA WEB	COMENTARIS
Institut Català de la Salut. Departament de Salut	www.sexejoves.gencat.net	Servei d'informació sexual adreçat a joves.
Departament de Salut. Generalitat de Catalunya	www.gencat.net/salut/depsan/units/sanitat/html/ca/sida	Hi trobareu material divulgatiu i educatiu sobre la sida, i materials i guies per a professionals.
Secretaria General de Joventut. Generalitat de Catalunya	www6.gencat.net/joventut/catala/portal/salut/salut5.htm	Informació sobre la sida i les malalties que es transmeten per via sexual.
Centre d'Estudis Epidemiològics sobre el VIH/sida de Catalunya	www.ceescat.org	Òrgan del Departament de Salut que recull i divulga la informació més rellevant en relació a l'epidèmia del VIH/sida a Catalunya.
Institut d'Estudis de la Sexualitat i la Parella	www.informaciosexual.net	Servei d'informació sexual adreçat a joves, pares i mares i, professionals. Inclou informació, consulta on-line i material de suport.
Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat –CJAS–	www.centrejove.org	Servei d'atenció específica als adolescents, en relació amb la salut sexual i l'educació per a la prevenció. Inclou informació sobre sexualitat, anticoncepció i ITS. Compta amb un servei de consulta on-line.
Associació SIDA STUDI	www.sidastudi.org	Centre de Documentació sobre la sida de Catalunya. Compta amb un servei de consulta telefònica i on-line.





ONUSIDA	www.unaids.org	Agència de l'ONU d'informació sobre sida (en anglès).
Organització Mundial de la Salut	www.who.int/es	Hi trobareu informació exhaustiva sobre el VIH/sida al món.
Coordinadora Gai-Lesbiana de Catalunya	www.cogailles.org	Federació d'associacions constituïda amb l'objectiu de reunir el treball i els esforços de les associacions membres, i servir-les de suport mitjançant infraestructures i serveis comuns.
Fundació "la Caixa"	www.sidasaberayuda.com	Inclou materials, recursos didàctics i jocs per fer pensar, espais de debat.
Diputació de Barcelona	www.diba.cat	Hi trobareu materials divulgatius i educatius sobre la sida i la sexualitat.

CENTRES ALTERNATIUS DE DETERMINACIÓ SEROLÒGICA DEL VIH

BARCELONA:

- **Àmbit Prevenció**

933 177 059

<http://www.ambitprevencio.org>

- **Associació Ciutadana Antisida de Catalunya**

933 170 505

<http://www.acasc.info>

- **Centre Jove d'Anticoncepció i Sexualitat**

934 151 000

<http://www.centrejove.org>

- **Projecte dels Noms - BCN Checkpoint**

933 182 056

A/e: info@hispanosida.com

- **SAPS (Creu Roja)**

934 430 373

A/e: infsaps@creuroja.org

- **Stop Sida**

932 980 588

<http://www.stopsida.org>

LLEIDA:

- **Associació Anti-Sida de Lleida**

977 3261 111

A/e: aasll@sidaponent.org

VALLÈS OCCIDENTAL:

- **Actua Vallès - Actuem**

937 271 900

<http://www.actuava.org>

El metge de capçalera i el farmacèutic també poden assessorar-te sobre la conveniència de fer-te la prova.

UNITATS D'INFECCIONS DE TRANSMISSIÓ SEXUAL

BARCELONA:

- **CAP Drassanes**

Av. Drassanes, 17-21

08001 Barcelona

934 414 612

TARRAGONA:

- **CAP II Tarragonès**

C. Mallafré Guasch, 4, 6a planta

43007 Tarragona

977 295 895

REPRODUCCIÓ DELS PLAFONS DE L'EXPOSICIÓ

SEX no sex

PDS

Organitzadors:

Col·laboradors:

Patrocinadors:

QUÈ TENIM A LA MÀ DRETA?
Penells, "trocis" i "trocis"

Què tenim a la mà dreta? Penells, "trocis" i "trocis".

Què tenim a la mà dreta? Penells, "trocis" i "trocis".

QUÈ SOMMOS A TOTES LES PARTS
de construcció per a ell

Què som a totes les parts de construcció per a ell?

Què som a totes les parts de construcció per a ell?

QUÈ TENIM CLAU
de construcció i vida

Què tenim clau de construcció i vida?

Què tenim clau de construcció i vida?

QUÈ HEM "TEIXIT" ENVIANT?
de construcció per a ell

Què hem "teixit" enviant de construcció per a ell?

Què hem "teixit" enviant de construcció per a ell?

QUÈ TENIM DE MÀ "TOPICAT"
de construcció i vida

Què tenim de mà "topicat" de construcció i vida?

Què tenim de mà "topicat" de construcció i vida?

QUÈ TENIM A LA MÀ
de construcció i vida

Què tenim a la mà de construcció i vida?

Què tenim a la mà de construcció i vida?

QUÈ TENIM A LA MÀ
de construcció i vida

Què tenim a la mà de construcció i vida?

Què tenim a la mà de construcció i vida?

QUÈ TENIM A LA MÀ
de construcció i vida

Què tenim a la mà de construcció i vida?

Què tenim a la mà de construcció i vida?

QUÈ TENIM A LA MÀ
de construcció i vida

Què tenim a la mà de construcció i vida?

Què tenim a la mà de construcció i vida?

BIBLIOGRAFIA

- AGÈNCIA DE SALUT PÚBLICA DE BARCELONA (ASPB), PROMOCIÓ I DESENVOLUPAMENT SOCIAL (PDS). *Guia d'habilitats per al treball en grup*. Barcelona: 2006.
- GENERALITAT DE CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SANITAT I SEGURETAT SOCIAL. *Dona i Sida*. Barcelona: 1999.
- GENERALITAT DE CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SALUT. *Per un futur sense sida. No te'n desentenguis. Informa-te'n*. Barcelona: 2005.
- STOP SIDA, COORDINADORA GAI-LESBIANA, GENERALITAT DE CATALUNYA. DEPARTAMENT DE SANITAT I SEGURETAT SOCIAL. *A tu salud. Guía de salud para gays de la a a la z*. Barcelona: 2000.
- UNAIDS. *Report on the global aids epidemic. Chapter 6: Comprehensive VIH Prevention*. Ginebra: 2006.



un programa de:



amb el suport de:



SIDA
900 212222
Informació confidencial i gratuïta



en col·laboració amb:



CENTRE JOVE D'ANTICONCEPCIÓ I SEXUALITAT



Institut d'Estudis de la
Sexualitat
i la Parella

