



¡SÍ, POR FAVOR! DESCRIPCIONES DE SESIONES

La serie de talleres de sexualidad saludable Sí, POR FAVOR! del Centro Mazzoni capacita a jóvenes de grados 7-12 para tomar decisiones saludables mediante el desarrollo del pensamiento crítico y el aumento de su conocimiento sobre la sexualidad y la salud sexual. A los estudiantes se les brindará la oportunidad de explorar sus relaciones, comportamientos, sentimientos y valores de una manera afirmativa, inclusiva e interactiva.

Para solicitar nuestros talleres, por favor [envíe una solicitud formal en línea](#). Envíe un correo electrónico a youthprograms@mazzonicenter.org si tiene alguna pregunta sobre la programación de la serie de talleres de sexualidad saludable Sí, POR FAVOR!.
¡Gracias y esperamos saber de usted pronto!

SESIONES PARA GRADOS 7-12

1. AUTOESTIMA

Esta primera sesión prioriza el "yo" y llama a los jóvenes a mirar hacia adentro e identificar áreas donde se sienten más seguros, poderosos y afirmados. A través de actividades interactivas guiadas, los estudiantes podrán definir la autoestima, el autovalor y la autoimagen. Reflexionarán sobre sus cualidades únicas y desarrollarán métodos para cuidarse a sí mismos y aumentar la autoestima en medio de las presiones de crecer. Los estudiantes aprenderán sobre recursos locales para ayudar a mantener su bienestar físico, mental y emocional.

2. FUNDAMENTOS DE GÉNERO Y SEXUALIDAD

Este curso centra y prioriza las identidades LGBTQIA+, sus experiencias y su seguridad. Los estudiantes serán presentados a las diferencias entre la expresión de género, el sexo asignado, la identidad de género y la orientación sexual. Los temas de discusión incluyen el uso de un lenguaje neutral en cuanto al género y la aplicación de prácticas óptimas de pronombres.

3. CEREBROS Y PREJUICIOS: CÓMO PODEMOS CREAR ESPACIOS MÁS SEGUROS

Este taller brinda a los estudiantes la oportunidad de desempacar sus propios prejuicios personales y abordar cómo interactúan con los demás en su mundo. Todos los seres humanos tienen prejuicios, pero no tenemos que creer ni actuar según esos pensamientos iniciales. Los términos discutidos incluyen estereotipos, prejuicios y cómo pueden llevar al racismo, sexismo, homofobia y transfobia. Al crear espacio, los jóvenes pueden comenzar a dismantelar sus propios estigmas y vergüenzas.

4. RELACIONES SALUDABLES

Esta sesión brinda a los estudiantes la oportunidad de pensar sobre componentes importantes de los muchos tipos de relaciones que tienen en sus vidas (pares, amigos, familia, enamorados). Los jóvenes determinarán qué valoran en sus propias relaciones y qué elementos hacen que una relación sea saludable, no saludable o abusiva mediante la referencia a los escenarios de la vida real apropiados para su edad. Crearán un plan de seguridad y obtendrán recursos en caso de que ellos o alguien que conozcan se encuentren en una relación no saludable o abusiva.

5. CONSENTIMIENTO Y COMUNICACIÓN

Esta sesión redefine la conversación sobre el consentimiento como un intercambio mutuo y continuo entre los participantes. A través de discusiones guiadas y juegos interactivos, los estudiantes trabajarán juntos para definir el consentimiento en contextos sexuales y no sexuales. Practicarán la negociación del consentimiento, comunicarán sus límites de manera efectiva y aprenderán las leyes relevantes de Pensilvania que definen la edad de consentimiento. Finalmente, crearán un plan de seguridad con recursos y adultos de confianza a los que pueden recurrir si alguien viola su consentimiento.

6. TOMA DE DECISIONES DIGITALES

Esta sesión capacita a los estudiantes para tomar decisiones responsables en línea y mantenerse seguros en el contexto de nuestro mundo cada vez más digitalizado. Los estudiantes serán introducidos al concepto de una "huella digital" y se les pedirá que reflexionen sobre la suya. Los temas incluyen repercusiones legales y sociales del sexting, el ciberacoso y la privacidad en las redes sociales. A través de juegos y discusiones, los participantes pueden practicar pasos a seguir si se encuentran en una situación insegura en línea.

7. CONOCIENDO TU CUERPO

Todos tienen un cuerpo, algunas de nuestras partes son iguales y algunas son diferentes. Esta sesión busca destigmatizar los cambios que ocurren en la mayoría de los cuerpos durante la pubertad. Los cuerpos saludables se ven diferentes para todos, y solo tú sabes si te sientes saludable en tu cuerpo y cerebro.

8. PRÁCTICAS DE SEXO SEGURO PARTE 1: COMPRESIÓN DE LA REPRODUCCIÓN Y ANTICONCEPCIÓN

Este taller revisa mitos y hechos sobre el embarazo. Los participantes compararán múltiples opciones de anticoncepción, cómo funcionan, su tasa de efectividad, protección contra las infecciones de transmisión sexual (ITS), costo y accesibilidad.

9. PRÁCTICAS DE SEXO SEGURO PARTE 2: PREVENCIÓN Y REDUCCIÓN DE ITS

Este taller define las infecciones de transmisión sexual (ITS/STI) e introduce métodos para prevenir la transmisión de ITS y mantener la salud sexual. Las discusiones incluyen una descripción general de los signos y síntomas de las ITS, métodos de sexo seguro, exposición de mitos populares sobre prácticas seguras y reconocimiento de la importancia de decisiones informadas. Los estudiantes podrán identificar qué comportamientos sexuales tienen el riesgo más bajo de transmisión de ITS y/o embarazo y explorar métodos de reducción de riesgos.

****Nota:** Esta sesión incluye demostraciones de condones. Si no desea tener una demostración o condones disponibles para los jóvenes, informe a su facilitador antes de programar.

10. PRÁCTICAS DE SEXO SEGURO PARTE 3: VIH 101

Los estudiantes recibirán hechos, habilidades y la oportunidad de comprender la composición, transmisión, prevención y tratamientos del VIH/HIV, incluyendo PrEP y PEP. En un espacio inclusivo del estado de VIH, este taller también desmitifica mitos y estereotipos sobre el VIH para poner fin al estigma y mejorar las condiciones para las personas VIH positivas.

11. TOMA DE DECISIONES SEXUALES

En este taller final, los estudiantes reflexionarán sobre sus propias definiciones de positividad sexual y, a través de actividades y educación de recursos, reconocerán su autonomía para elegir recursos en el futuro. Los estudiantes considerarán sus preferencias en torno a los comportamientos sexuales y formas de comunicar sus pensamientos y sentimientos con los demás. Esta sesión se enfoca más en habilidades sociales e interpersonales que en herramientas físicas de las sesiones 8-10.