



Sexualita a ja



**Co-funded by
the European Union**

Číslo projektu: 2023-2-AT01-KA220-YOU-000180341

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názory a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť za ne ..

let's sign about sex

abakus
NADAČNÍ FOND



Tieto materiály boli vytvorené s finančnou podporou Abakus Erasmus+ v rámci projektu Let's Sign About Sex.

Materiály nesmú byť šírené bez povolenia.

Vyvinula organizácia Freya, z. s., www.freya.live 

Materiály Freya doplnil projektový tím o záznamy v ľahko čitateľnej forme
a informácie o existujúcom video materiáli.



**Co-funded by
the European Union**

Financované Európskou úniou. Vyjadrené názory a postoje sú názormi a vyhláseniami autora(-ov) a nemusia nevyhnutne odrážať názor a stanoviská Európskej únie alebo Európskej výkonnej agentúry pre vzdelávanie a kultúru (EACEA). Európska únia ani EACEA za ne nepreberajú žiadnu zodpovednosť za ne ..

informácie pre lektorov



Táto ikona označuje, že informácie budú posunkované lektormi na workshope.



Táto ikona označuje, že lexikón LSAS obsahuje **video materiál v posunkovom jazyku**.



Táto ikona označuje, že pre účastníkov sú k dispozícii doplnkové pracovné listy.

Čo je sexualita?



Čo je sexualita?

Pod'me túto tému spoločne
preskúmať!

Čo je sexualita?



- Sexualita zahŕňa viac než len sexuálnu aktivitu.
- Zahŕňa aj témy ako láska, fyzický dotyk, pocity a **hygiena**.
- Sexualita je dôležitá pre každého.
- Považuje sa za osobnú, súkromnú a intímnu záležitosť.
- Je prítomná v živote každého človeka v rôznej miere.
- Sexualita každého človeka je iná

hygiena
čistota



hygiena - chlapci
hygiena – dievčatá
hygiena a menštruácia

intímne, intimita
iné slovo pre:

osobné
dôverné
súkromné

Čo je sexualita?

Sexualita súvisí s nasledujúcimi témami:



sexuálna orientácia

K akému pohlaviu ma priťahuje?

sexuálna preferencia

Aké podnety ma vzrušujú?

telo a rozmanitosť



sexuálna orientácia



sexuálna preferencia



Čo je sexualita?



- Zahŕňa potešenie, emocionálne spojenie, uspokojenie sexuálnych potrieb a **intimitu** s inou osobou.
- Každý má právo prežívať svoju sexualitu, aj keď má obmedzenú **autonómiu**.
- Zdravé prejavy sexuality nikomu neublížia. To znamená, že neublížujeme sebe ani iným.

autonómia

iné slovo pre:

nezávislosť
seba-určenie
sloboda

intimita

iné slovo pre:

osobné
dôverné
súkromné



Čo je sexualita?

Zdravý a spoločensky prijateľný prístup k sexualite zahŕňa

- **Rešpekt**

Rešpektujeme prania a potreby druhej osoby a poznáme slovo „nie“.

- **Súhlas**

Každý súhlasí s aktivitou a môže ju kedykoľvek odmietnuť.

- **Bezpečnosť**

Neubližujeme sebe ani iným.

- **Komunikácia**

Hovoríme o tom, čo sa nám páči a čo nie, a
Je dobré mať možnosť hovoriť s niekým
o sexualite.



Čo je sexualita?



- Na to, aby sme mali **zdravý** sexuálny život, je dobré **učiť sa**
- To znamená poznať základné veci o tele, hygiene, sexe, antikoncepcii a ďalších témach.
- Ak máme otázky, mali by sme sa porozprávať s niekým iným.
- Napríklad: člen rodiny, priateľ, partner,
- alebo odborník, ktorý pomáha v oblasti sexuality a vzťahov.

antikoncepcia



hygiena
čistota



hygiena - chlapci
hygiena – dievčatá
hygiena a menštruácia



Čo je sexualita?

- **Ľudia prejavujú svoju sexualitu rôznymi spôsobmi.**
- Napríklad objímaním, bozkávaním, držaním sa za ruky, láskavým dotykom alebo sexom.
- Ak človek dlhodobo nie je spokojný so svojím sexuálnym životom, môže sa cítiť zle.
- Napríklad: úzkostne, smutne alebo na



designed by freepik.com



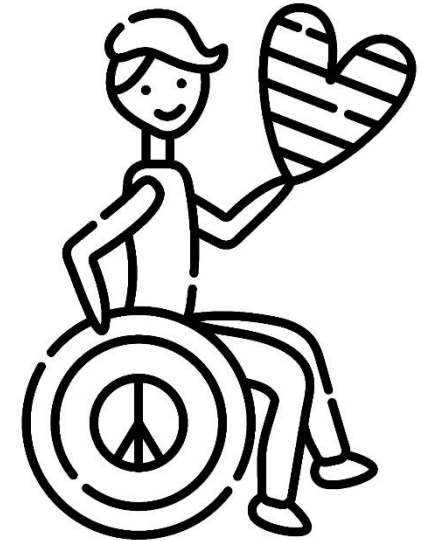
Čo je sexualita?



- Zdravotné postihnutie (fyzické, mentálne alebo psychologické) neznamená, že človek nemá sexuálne potreby.
- Postihnutie však môže zmeniť spôsob, akým je sexualita prežívaná.
- Napríklad môžete potrebovať špeciálne pomôcky alebo iné spôsoby vyjadrovania sexualit.

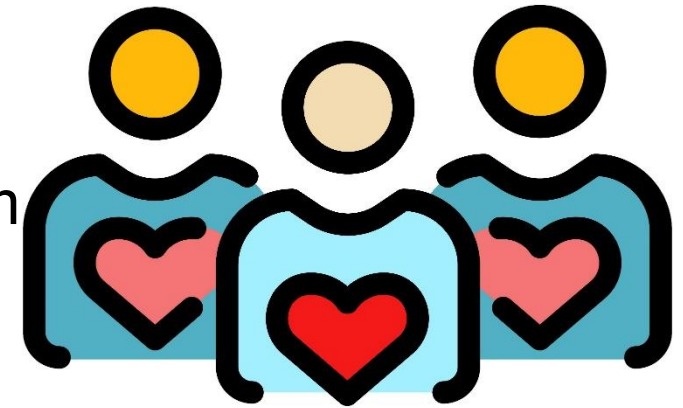
frekvencia

frekvencia
= ako často



Čo je sexualita?

- Sexualita nie je len o plodení detí.
- Je aj o potešení, láske, spojení a blízkosti.
- Každý má právo vyjadrovať svoju sexualitu, vrátane ľudí, ktorí potrebujú pomoc v každodennom živote.
- Zdravá sexualita nikomu neublíži.
- To znamená, že neubližujeme sebe ani iným



Čo je sexualita?



**Je vám teraz sexualita
jasnejšia?
Máte ďalšie otázky?**



Kto som?



Otázky na reflexiu.



Rozšírená časť - Vedomosti
Kto som (pracovný list)



Čo je sexualita?



Pojmy súvisiace so sexualitou.

Poznáte ich?



súkromie



dotyk



penis
vulva
prsia
zadok



Môžeš ty?
Môžem ja?

milene
milenk



intimita



romantické



priateľ



partner



manžel
manž



Čo je sexualita?



Pojmy súvisiace so sexualitou.

Poznáte ich?

zaľúbiť
sa do niekoho



masturbácia



bezpečnosť



rande



príťažlivosť



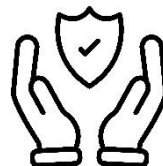
smútok
hnev
šťastie



sexuálna výchova
kondóm
tabletky



ochrana



lekár



koitus
sexuálna
aktivita
ný styk



Čo je sexualita?



Pojmy súvisiace so sexualitou.
Poznáte ich?

súhlas



tehotenstvo
materstvo



náklonnosť
partnerstvo
rozvod

sprcha



identita



trápnosť



objatie
jemný dotyk



nežnosť



flirtovanie



bozkávanie
držanie za
ruk'



rešpekt



Čo je sexualita?



Aké ďalšie pojmy poznáte?

Kreatívny plagát

Moja identita a
sexualita