



STRUMENTI PER EDUCAZIONE SESSUALE

CORPO E SESSUALITÀ

ADOLESCENZA

}} settenove Via Don Minzoni, 44/E - 61043 Cagli (PU) - ordini@settenove.it - Tel. 0721 787699

Cos'è il consenso?

Qual è il miglior metodo contraccettivo per il mio caso?

Sono strana se non ho voglia di fare l'amore?

Cosa vuol dire LGBTQ+?

Identità, intimità, relazioni e scoperta di sé. **La sessualità può suscitare tanto desiderio, ma anche molti dubbi e grandi paure.**

In Italia, nonostante l'alta percentuale di gravidanze indesiderate sotto i 14 anni e una recrudescenza di contagi da malattie sessualmente trasmissibili, l'educazione sessuale non appare come una priorità e i dubbi dei ragazzi e delle ragazze restano senza risposta. Soprattutto, restano senza riferimenti per una sessualità sana, consensuale e non discriminatoria.

L'autrice, sessuologa e giornalista, affronta con chiarezza temi legati non solo alla **scoperta della sessualità**, ma anche alle questioni relative all'**identità**, alle **relazioni** e all'**immagine di sé**, affrontando la **sessualità in senso olistico e proattivo**, per contribuire alla conoscenza di sé e delle altre persone, garantire l'accesso

Myriam Daguzan Bernier

Giornalista e sessuologa, collabora con molte riviste, tra le quali l'Huffington Post e La Gazette des femmes. È ideatrice del blog femminista *La tête dans le cul* molto seguito in cui analizza i fenomeni socioculturali legati alla sessualità.

Myriam Daguzan Bernier,
Cécile Gariépy

A nudo! Dizionario amorevole della sessualità

a informazioni aggiornate attraverso una prospettiva di genere ampia e intersezionale.

Il dizionario, rivolto sia a lettrici che lettori dai 14 anni in su, sia alle persone adulte che hanno bisogno di strumenti per l'educazione sessuale, si compone di **150 parole**, per ciascuna delle quali si indica **origine, definizione, riferimenti all'attualità e strumenti per approfondire il tema** (film, serie tv, libri).

In fondo al volume è presente una **parte di risorse aggiornata** con **riferimenti italiani e internazionali** che includono materiali, associazioni ed enti da contattare in caso di necessità.

A nudo! è un libro che potrà facilmente diventare uno strumento indispensabile per gli e le adolescenti, educatori, educatrici, insegnanti e genitori.

Titolo: A nudo!

Sottitolo: Dizionario amorevole della sessualità

Autrice: Myriam Daguzan Bernier

Illustratrice: Cécile Gariépy

Traduttrici: Valeria Illuminati e Roberta Pederzoli

Pagine: 272 - **Prezzo:** 23,00 €

Formato: 17 x 24- **Isbn:** 9788898947942

Argomento: Sessualità, educazione sessuale, corpo, dizionario



Cisgender

Espressione inglese derivata dal sostantivo gender ("genere") con l'aggiunta del prefisso cis- ("entro")

Si definisce cisgender una persona il cui sesso biologico corrisponde all'identità di genere. Ad esempio, una persona che ha una vagina e si identifica con il genere "donna". È il contrario della parola transgender (v. Trans [persona]), che indica una persona nata con un sesso non corrispondente all'identità di genere percepita.

Nella stessa famiglia semantica:

Cisnormatività

Concezione secondo la quale tutte le persone sono cisgender per natura ed essere cisgender è la norma. Per le persone che non corrispondono a questa definizione – ad esempio le persone trans – questo implica essere considerate "al di fuori della norma".

È il contrario della parola *transgender*

Cisessismo

Nella nostra società italiana cisnormativa, che considera l'essere cisgender come la normalità, le persone che non sono cisgender possono subire discriminazioni. È ciò che si definisce cisessismo.

Clitoride

Nome femminile o maschile, dal greco kleitoris ("collinetta")

La clitoride è la grande incompresa delle parti intime femminili. Eppure, si tratta dell'unico organo del corpo umano dedicato esclusivamente al piacere: non è mica una cosa da poco, anzi è davvero straordinario! Solo da poco si è cominciato a parlare apertamente di questa parte del corpo femminile, che è molto più grande e degna di nota di quanto non si pensi. Per molto tempo si è pensato che si trattasse solo di un piccolo lembo di carne, ma non è così. La clitoride può misurare dai 10 ai 15 cen-

timetri di lunghezza. Una parte di quest'organo è esterna – il cosiddetto glande della clitoride –, mentre la parte restante è celata all'interno del corpo, proprio dietro la vulva. In Francia, i libri di scuola ne parlano in maniera adeguata solo dal... 2017, in Québec sono pochi i manuali che la menzionano, poiché «la clitoride non fa parte dei concetti previsti nei programmi di studio», secondo il ministero dell'istruzione. In Italia, per lo più i libri di scuola non ne parlano proprio, perché l'educazione sessua-

le non è prevista come disciplina obbligatoria nelle scuole. Il problema è che per descrivere la sessualità femminile si ricorre spesso a due termini usati in contrapposizione: "clitoridea" e "vaginale". Eppure, questa percezione della realtà è sbagliata, perché tutte le persone di sesso femminile godono attraverso la stimolazione della clitoride, le cui radici vengono stimolate all'interno della vagina! Non è dunque la penetrazione vera e propria a far godere le donne, bensì il fatto di accarezzare, toccare e stimolare la clitoride. Insomma, clitoridea o vaginale? Il dibattito è ormai superato: è la clitoride a essere responsabile del piacere, punto e basta!

Qualche libro per saperne di più

- > Il piacere rimosso. Clitoride e pensieri di Catherine Malabou, Mimesis, Milano 2022.
- > Le gioie della vagina, di Nina Brochmann, Ellen Stakken Dahl, Sonzogno, Venezia 2018.

CLITORIDE VIAGGIATRICE

L'artista Laura Kingsley ha cominciato a disegnare con il gesso, in spazi pubblici, delle clitoridi, per renderle più familiari. Da Washington a San Francisco, passando per Londra e New Orleans, il suo progetto si è diffuso negli Stati Uniti e nel mondo. È possibile seguirlo su Instagram sul profilo Clitorisity, clitorisity.com

LA CLITORIDE SECONDO LORI MALÉPART-TRAVERSY

Lori Malépart-Traversy ha realizzato *Le clitoris*, un cortometraggio animato (si può trovare sottotitolato in inglese e in italiano) che ha fatto il giro del mondo e vinto numerosi premi. E a ragione: oltre a essere divertente e ben disegnato, spiega chiaramente, in meno di quattro minuti, perché questa parte del corpo sia stata trascurata così a lungo, invece di essere celebrata come meriterebbe.



Anoressia e anoressia inversa

Nome femminile, dal greco an- ("senza") e orexis ("appetito")

Nel 2016, all'inizio di agosto, un video diffuso in diretta su Instagram scatenò il dibattito: in questo video la socialite Kardashin si congratulava con Kim per la recente perdita di peso utilizzando, fra gli altri, il termine anoressia come un complimento. Quando le dicono che sembra privata del cibo per raggiungere quella taglia, Kim Kardashian esulta a un "Oh mio Dio, grazie!" e che lascia intendere che, primo, non mangiare sia una buona cosa, secondo, che sia la soluzione perfetta per perdere peso. È importante sapere che l'anoressia è un disturbo alimentare grave. La persona che ne soffre subisce una perdita di peso tale da essere, fra l'altro, da dieta molto restrittiva e periodi di digiuno. Può anche provocarsi il vomito dopo un pasto, o rifiutare le bevande per non prendere peso mangiando. In Canada, le donne sono affette dieci volte più degli uomini da disturbi alimentari, in Italia, i dati del ministero della Salute, registrano un aumento fra le persone di genere femminile di età compresa fra i 10 e i 25 anni. Anoressia ed bulimia Quibic (Anno settantesimo che sarà rigata su tre fra i 12 e i 16 anni e altre prese con un disturbo legato al comportamento alimentare e al rapporto con il cibo). L'ultimo ministero di salute mentale Douglas spiega i diversi fattori che possono essere la causa, fra i quali l'irritabilità di disturbo alimentare e di rapporto con il cibo, la pressione sociale derivante dagli standard di bellezza, sottolinea inoltre come l'anoressia sia spesso accompagnata da disturbi ansiosi e disturbi del controllo degli impulsi, che, ad esempio, colpiscono alcune persone incapaci di controllare il proprio rapporto con il cibo.

DIPENDENZA DALLO SPORT

Minimo le persone anoressiche non si sentono mai abbastanza magre, sono costanti non considerano mai i propri muscoli abbastanza forti si parla allora di anoressia inversa, detta anche iperorexia o disorxia muscolare, e consiste nel bisogno di allenarsi in maniera eccessiva per aumentare sempre di più la propria massa muscolare, che può diventare spandomatica rispetto al resto del corpo. Si diventa allora dipendenti di allenamenti, fanno il punto su testate e prima serata di amici e amiche e di allenatori.

DOVE TROVARE AIUTO

Una buona notizia, si può guarire. I centri per i disturbi del comportamento alimentare offrono sostegno alle persone che soffrono di anoressia, bulimia (o disorxia), binge eating disorder o disturbo alimentazione compulsiva. Il 15 maggio, in Italia, è stata istituita la Giornata Nazionale del Riciccolo Utile, una giornata dedicata alla sensibilizzazione ai disturbi alimentari che ha lo scopo di rafforzare il pubblico sulle cause di questi disturbi e, soprattutto, di denunciare tutti i fake informativi riguardo queste malattie. Per altre notizie gli sport trovare la mappa dei servizi dedicati.

Ansia

Nome femminile, dal latino anxietas, da anxiosus ("ansioso")

Secondo l'Istituto universitario di salute mentale Douglas, l'ansia è un meccanismo biologico la cui funzione è proteggerci da situazioni pericolose. Però il normale essere una certa forma di ansia di fronte a situazioni sconosciute o incerte, si tratta di un riflesso umano di protezione. Anche se ha dei lati positivi, l'ansia può tuttavia diventare problematica o patologica se impedisce alla persona che la prova di "funzionare" normalmente nella vita.

Uscendo dall'isolamento, ci rendiamo conto che non siamo solo noi a provare ansia.

A CHI PARLARE QUANDO QUALCOSA NON VA

- una persona di famiglia di cui si fidiamo;
- una persona amica che si è voluta;
- un'una prof con cui si hanno bene;
- una psicologa o una psicologa;
- un medico o una medico;
- un servizio di supporto come un servizio di supporto.

Sempre più bambini, bambini e adolescenti si hanno problemi importanti di ansia. Che si tratti di ansia da prestazione, di ansia da separazione, di ansia generalizzata, di fobia sociale, di crisi di panico o di stress post-traumatico, da 16 anni a questa parte i disturbi ansiosi nei e nelle giovani sono in aumento. Stress prima degli esami in scuola, timore di essere separati dai genitori, forte di alcune situazioni sociali (andare a scuola, affrontare compagni e compagne di classe, ecc.) e ancora paura di morire o che succede qualcosa di brutto sono tutte espressioni dei disturbi ansiosi. E non sono l'unico.



– Esempio di pagina di apertura per ogni lettera

Pelo

Nome maschile, dal latino pilus

Settembre 2017. La giovane modella e attrice svedese Anya Rydberg partecipa a un servizio fotografico per una nota marca di moda di calzature per donne. Ben presto, invece, rivela di aver dato il consenso a un servizio di agenti per avere un'ottima gamma non solo. Questa storia accidenti fu scelta il merito di mettere in luce fino a che punto i peli femminili siano ancora oggi agitati. Per rendersi conto come tutte pensano alla moda del laser e guardare gli scaffali della baracca, che parlano di prodotti di ogni genere che si trovano per gli uomini: rasatura, depilazione, rasatura e depilazione. "Avremmo una vera propria 'laser e peli' sgarbi?". E questa domanda non è nata nel. A questo per abbiamo dalla pelle e nudi peli. 114.000 anni fa il nostro andare che i parano ci rivelano come d'istinto nella pelliccia umana (ad esempio pelliccia e all'altro dell'evoluzione umana). Nel corso del secolo, l'idea di liberarsi di questo involontario peloso si è fatta strada passo passo nella società (e nelle società per differenza) insieme a una nuova idea di femminilità e di femminilità. E l'idea di liberarsi dalla baracca. Riprendo i peli sono parte di noi (e peli pubblici, ad esempio, possono deragolare le sensazioni tattili ed epidermiche durante i rapporti sessuali. Proteggono inoltre l'epidermide (la pelle) e impediscono a batteri nocivi di insediarsi nei genitali femminili. Se il corpo, possiamo provare più incamici, rasati e pelati, ma anche piccole lesioni che aumentano il rischio di contrarre una HIV. In compenso, nelle persone che si rasano i peli pubblici, si osservano un calo della riduzione di paralo e pubiche del pelo. Che sono. Invece, invece, non, almeno il fatto che i peli hanno una loro utilità e il importante capire da dove viene questa "voglia" che dovrebbe essere di noi e quali no. Anche fuori il giorno le cui tutto a tutti abbiamo con meglio anche riprendo e estensione del pelo del nostro sistema sensoriale.

MAGGIO: IL PELO MESSO A NUOVO

Dal 2016, l'attrice e attivista Pamela Anderson rivela il suo intimo e persino non lavare e non vedere per tutto il mese di maggio, ribattezzata per l'occasione "Madrone alla lettera 'Maggiorista'". gioco di parole con l'inglese "mae peli", che letteralmente significa "i miei peli". La giovane svedese che può dire di essere un'attrice, sgarbi, parati, peli e nudi con orgoglio. Che ha permesso di smantellare di un'azione con nome di "mae peli" quando i peli di Anderson sempre per essere la meglio, data che, ovviamente, rappresenta sempre il momento, per lei non il merito di più naturale dei peli si batte vita.

DA SCOPRIRE

Il Canale YouTube Marco Bellomo Anni (e la) è un servizio di servizi di servizi che spiega il nostro difficile rapporto con i peli. Si tratta di un servizio di servizi di servizi che spiega il nostro difficile rapporto con i peli. Si tratta di un servizio di servizi di servizi che spiega il nostro difficile rapporto con i peli.



- 150 parole
- etimologia
- significato
- riferimenti all'attualità
- risorse aggiuntive, per ogni lemma:
 - > associazioni
 - > approfondimenti
 - > risorse

– Esempio di doppie pagine interne