

**AMORE?**



**SICURO!**

# L'AMORE PER ME È...



**Jessica**

14 Febbraio alle ore 13:47 · Bologna · 2

Ragazzi, per voi cos'è l'Amore?



Mi piace



Commenta



Condividi



a Chiara, Marco e altri 61 piace questo elemento



**Chiara** Pensare sempre a lei!



**Alessandro** Avere le farfalle nello stomaco ogni volta che lo vedi.



**Abdul** Quando non ti aspetti niente in cambio



**Valentina** Quando sei veramente te stessa e non hai vergogna di niente



**Irina** Quando guardandolo mentre sta venendo a prenderti pensi "mio Dio, quant'è bello".



**Malika** Un brivido nel corpo quando ti accarezza e lo baci dimenticandoti di tutto!



**Lorenzo** Non riuscire a smettere di parlare di lei con gli amici.



**Carlo** Non l'ho ancora trovato, si vede che si è nascosto per bene!!!



**Michele** È non averne mai abbastanza di lui!



Sapere di potersi fidare di quella persona. I

Commenta



In questo opuscolo troverai informazioni corrette e utili per vivere l'amore in modo sicuro!



**Le informazioni che trovi online non sempre sono corrette.** Non affidarti alla prima risposta, verifica sempre che la fonte sia autorevole.

## IL TUO CORPO, LO CONOSCI?

Anatomia e fisiologia degli apparati genitali,  
sessuali e riproduttivi

*pag 7*

## LA PRIMA VOLTA... E TUTTE LE ALTRE!

Sessualità e relazioni

*pag 27*

## SCEGLI TU!

Metodi contraccettivi

*pag 39*

## MAL D'AMORE

Infezioni sessualmente trasmissibili

*pag 59*

# COSA STAI CERCANDO?

I



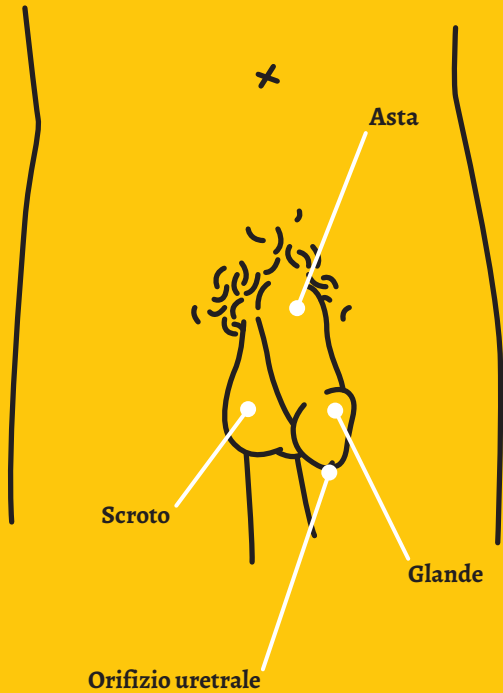
<b>A.</b>			
Aborto	pag. 56	Impotenza	pag. 36
AIDS	pag. 62	Infezioni Sessualmente Trasmisibili (IST)	pag. 60
Anello vaginale	pag. 42	Infibulazione	pag. 20
Andrologo	pag. 16	<b>M.</b>	
<b>C.</b>		Mestruazioni	pag. 22
Cerotto anticoncezionale	pag. 42	Metodi naturali	pag. 46
Ciclo mestruale	pag. 21	<b>O.</b>	
Circoncisione	pag. 19	Omosessualità	pag. 35
Clitoride	pag. 16	Orientamento sessuale	pag. 35
Coito interrotto	pag. 50	Orgasmo	pag. 16
Contraccezione	pag. 40	Ovulazione	pag. 21
Coppetta mestruale	pag. 23	<b>P.</b>	
<b>D.</b>		Pene	pag. 9
Desiderio sessuale	pag. 24	Pillola anticoncezionale	pag. 42
Dimensioni del pene	pag. 18	Pillola del giorno dopo	pag. 52
<b>E.</b>		Preservativo	pag. 43
Eiaculazione precoce	pag. 34	Prima volta	pag. 28
<b>F.</b>		Pornografia	pag. 33
Fimosi	pag. 16	Punto G	pag. 17
Frenulo	pag. 9	<b>S.</b>	
Frigidità	pag. 36	Spazio Giovani	pag. 68
<b>G.</b>		Spirale	pag. 43
Genitali femminili	pag. 12	<b>T.</b>	
Genitali maschili	pag. 8	Test di gravidanza	pag. 54
Gravidanza	pag. 55	Test HIV	pag. 64
<b>H.</b>		Testicoli	pag. 16
HIV	pag. 62	Transessuale	pag. 35
<b>I.</b>		<b>V.</b>	
Interruzione Volontaria di Gravidanza (IVG)	pag. 56	Vagina	pag. 14
Imene	pag. 17	Verginità	pag. 17
Impianto sottocutaneo	pag. 43	Vulva	pag. 13

# **IL TUO CORPO, LO CONOSCI?**

Anatomia e fisiologia degli apparati genitali,  
sessuali e riproduttivi



## PENE CIRCONCISO



## PENE NON CIRCONCISO



## COME È FATTO LUI?

### Apparato esterno

**Scroto:** Sacca che contiene i testicoli.

**Pene:** Organo esterno dell'apparato genito-urinario maschile.

**Glande:** Punta del pene molto sensibile e ricca di terminazioni nervose.

**Orifizio uretrale:** Apertura dell'uretra da cui escono l'urina e lo sperma.

**Frenulo:** Lembo di pelle che unisce il prepuzio al glande.

**Prepuzio:** Lembo di pelle che ricopre il glande.

## COME È FATTO LUI?

### Apparato interno

**Testicoli:** Ghiandole che producono gli spermatozoi e gli ormoni maschili.

**Condotti seminali:** Canali che trasportano gli spermatozoi dai testicoli all'uretra.

**Uretra:** Canale che serve a portare all'esterno l'urina e lo sperma.

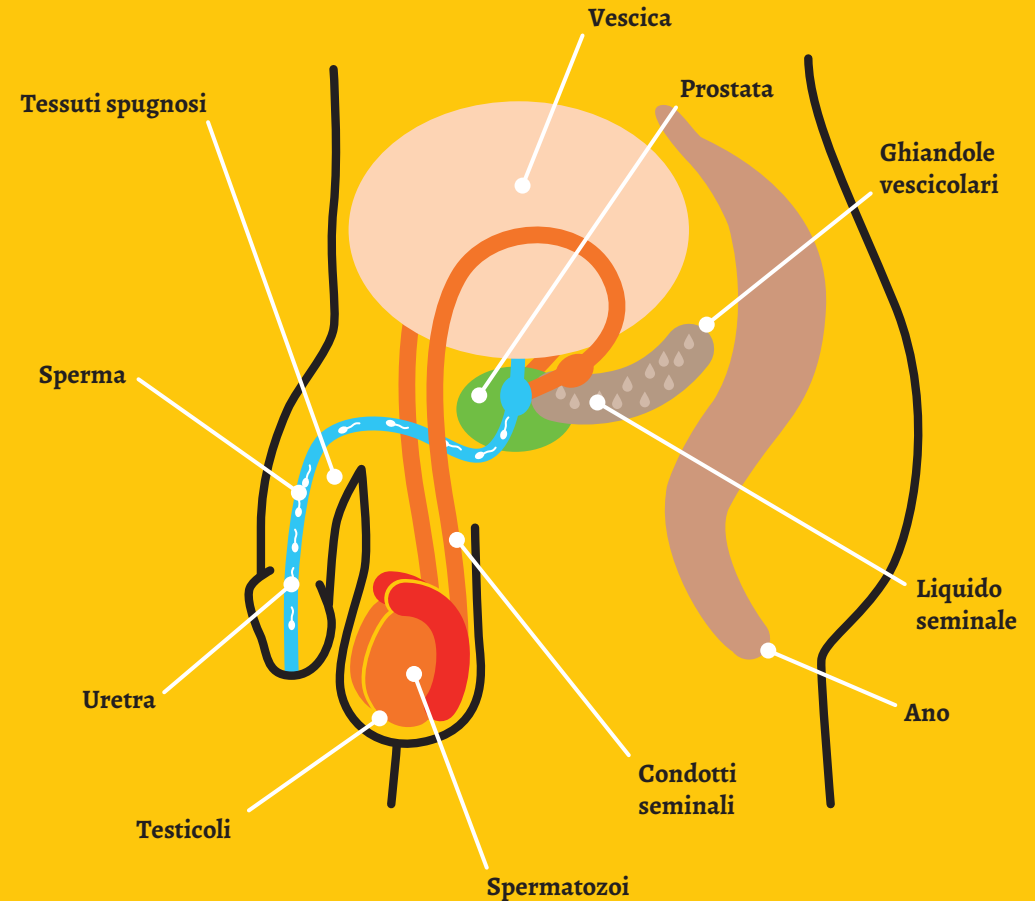
**Prostata:** Ghiandola che produce il liquido prostatico, ricco di nutrimento per gli spermatozoi.

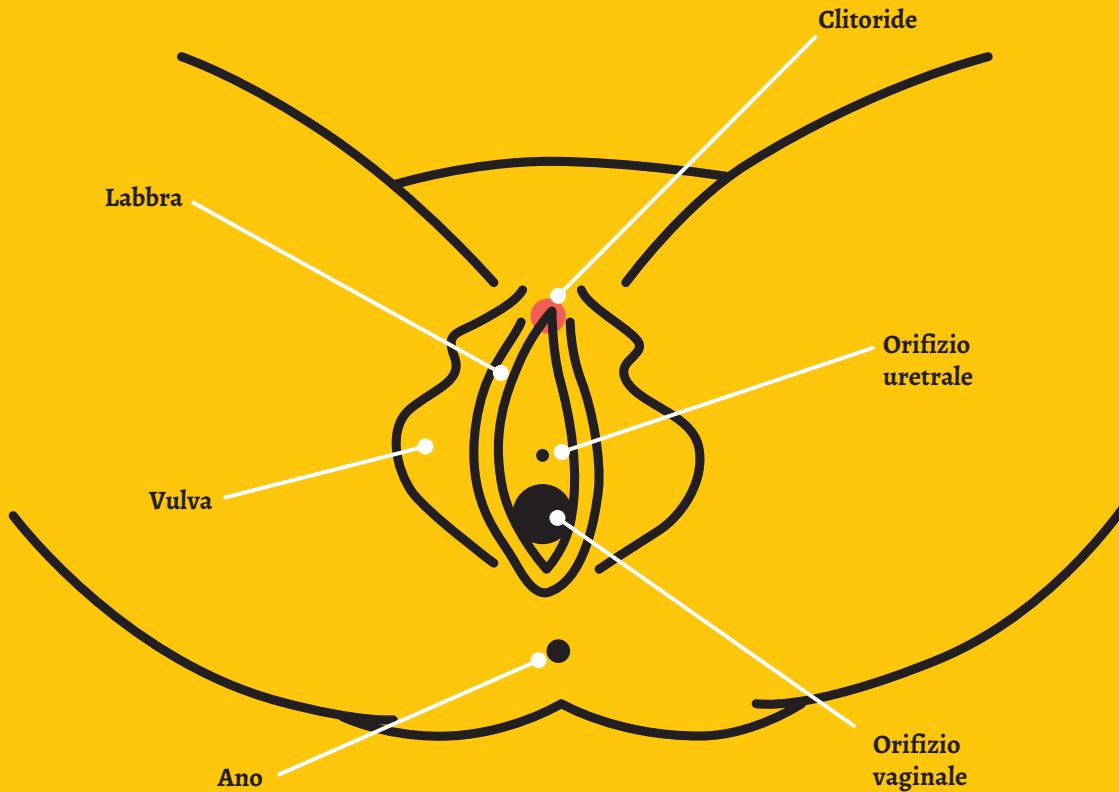
**Ghiandole vescicolari:** Ghiandole che producono un liquido per la motilità degli spermatozoi.

**Vescica:** Organo che raccoglie l'urina per espellerla attraverso l'uretra.

**Pene:** Organo formato da tessuti spugnosi che, quando si riempiono di sangue, provocano l'erezione.

**Ano:** Orifizio che controlla l'uscita delle feci.





## COME È FATTA LEI?

### Apparato esterno

**Vulva:** Genitali esterni, composti da: clitoride, grandi e piccole labbra, orifizio uretrale, orifizio vaginale e imene.

**Clitoride:** Organo formato da tessuti erettili, la cui parte esterna si trova al vertice delle piccole labbra.

**Labbra:** Pieghe di pelle che coprono l'ingresso della vagina: le grandi labbra sono la parte più esterna da cui sporgono le piccole labbra.

**Orifizio uretrale:** Apertura dell'uretra da cui esce l'urina, tra il clitoride e l'ingresso della vagina.

**Orifizio vaginale:** Apertura del canale dalla vagina.

**Ano:** Orifizio che controlla l'uscita delle feci.



## COME È FATTA LEI?

### Apparato interno

**Vagina:** Canale che collega la vulva e l'utero, da cui esce il sangue mestruale. La sua elasticità permette il rapporto sessuale e il parto.

**Imene:** Membrana elastica che si trova all'ingresso della vagina.

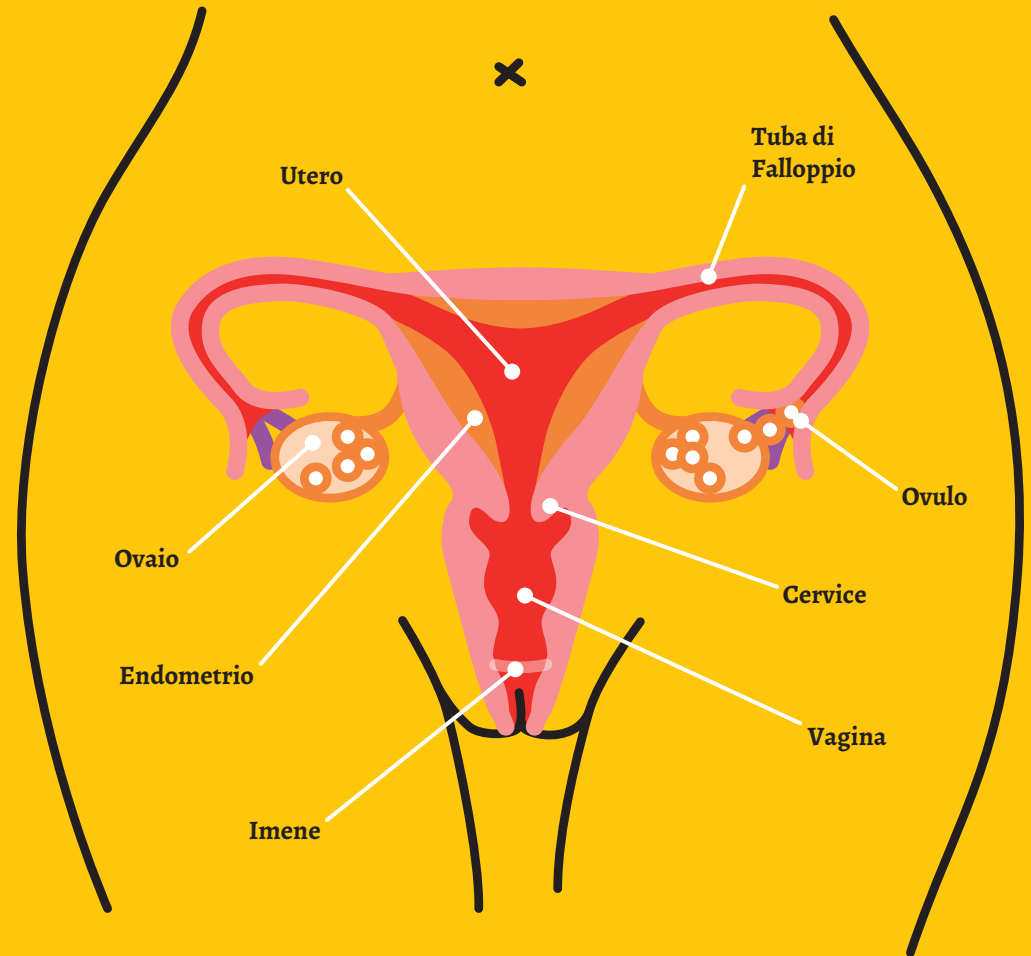
**Cervice:** Canale che collega utero e vagina.

**Utero:** Organo dove cresce il feto durante la gravidanza.

**Endometrio:** Mucosa che riveste le pareti interne dell'utero. Si sfalda ogni mese provocando le mestruazioni.

**Tube di Falloppio:** Canali che collegano l'utero alle ovaie. Nelle tube avviene la fecondazione.

**Ovaie:** Ghiandole che producono le cellule uovo e gli ormoni sessuali femminili.



## FORSE NON TUTTI SANNO:



### CHI È L'ANDROLOGO/UROLOGO?

È il medico che si occupa dell'apparato urinario e genitale dei maschi. Può diagnosticare eventuali **problemi** (frenulo breve, fimosi, varicocele) che possono rendere dolorosi i rapporti sessuali e, se trascurati, causare **sterilità**.

Dai 15 anni è consigliabile effettuare una visita di controllo e fare l'**autopalpazione dei testicoli**, che serve a individuare possibili noduli o aree dolenti.

### COME È FATTO IL CLITORIDE?

Ha una parte esterna (glande clitorideo) che sporge dalle piccole labbra e prosegue all'interno con due lembi che abbracciano la parte iniziale della vagina. Il clitoride è formato da tessuto erettile ed è ricco di terminazioni nervose: rappresenta l'organo del **piacere femminile**, che stimolato porta all'orgasmo.

Molti pensano che una donna possa avere due orgasmi diversi: vaginale o clitorideo. In realtà, **l'orgasmo è uno!** Si può provare piacere con la stimolazione esterna del clitoride e con quella interna attraverso la penetrazione.



### ESISTE IL PUNTO G?

Si ritiene che il punto G sia, all'interno della vagina, una piccola area **particolarmente sensibile** di cui non è stata dimostrata l'esistenza. La particolare sensibilità di questa zona è data dalla parte interna del clitoride.

### COS'È LA VERGINITÀ?

Molti pensano che la verginità sia una questione solo femminile, legata all'integrità dell'**imene**.

L'imene può avere diverse forme e elasticità. Durante i rapporti **non si rompe ma si allarga**: non sempre c'è una perdita di sangue. L'imene può allentarsi anche durante la masturbazione o per l'inserimento di assorbenti interni, ma non per questo "si perde" la verginità.

Essere vergini **riguarda sia i maschi che le femmine** e significa non avere mai avuto rapporti sessuali.





### Ho paura di avere un pene troppo piccolo, qual è la media?

Pietro, 14 anni



### Mi vergogno perché credo che le mie piccole labbra siano troppo lunghe, cosa posso fare?

Gaia, 15 anni



I genitali hanno forme e dimensioni diverse e questo non influisce sul piacere sessuale. Il pene, quando è in erezione, può misurare dai 9 ai 16 centimetri. La vagina è un canale molto elastico, lungo tra i 7 e i 9 centimetri. **Il piacere sessuale non è solo una questione di dimensioni dei genitali** ma dipende da vari fattori fisici, psicologici e relazionali.



### Che cos'è la circoncisione?

Leonardo, 16 anni



È la rimozione del prepuzio che lascia il **glande scoperto**. La circoncisione è praticata in alcuni Paesi per motivi religiosi o igienici. A volte un ragazzo viene circonciso perché il suo prepuzio è troppo stretto e il glande non si scopre (**fimosi**); si può, quindi, sentire fastidio o dolore durante i rapporti sessuali. In questo caso è necessario rivolgersi al proprio medico o all'andrologo.



### Masturbandomi ho sentito un forte bruciore e ho perso un po' di sangue, è normale?

Ahmed, 15 anni



Può capitare che il frenulo sia troppo corto (**frenulo breve**) e impedisca al prepuzio di scoprire sufficientemente la punta del pene, provocando una sensazione di fastidio/dolore durante l'erezione e piccole perdite di sangue durante la masturbazione o i rapporti sessuali. In questo caso è necessario rivolgersi al proprio medico o all'andrologo.



### Cos'è l'infibulazione?

Rosy, 16 anni



È una pratica usata in alcuni Paesi che consiste nell'asportazione di parte dei genitali esterni femminili e/o nella cucitura delle grandi labbra. Sono modificazioni genitali che **danneggiano la vita sessuale delle donne** perché impediscono di provare piacere, rendono dolorosi i rapporti e possono provocare danni fisici e psicologici. In tutti i Paesi delle Nazioni Unite queste pratiche sono vietate dalla legge. È importante sapere che, in caso di bisogno, si può ricevere **supporto e assistenza** recandosi ai Consultori Familiari.



### Può succedere che il pene, durante un rapporto sessuale, si rompa?

Andrea, 16 anni



È una cosa molto rara ma può accadere, sia durante i rapporti sessuali (se ci sono forti spinte) che durante la masturbazione (se si utilizzano oggetti inadeguati). I sintomi sono gonfiore ed un **forte dolore** ed in questo caso è **necessario** andare subito al **pronto soccorso**.

## QUIZ: IL TUO CORPO, COME FUNZIONA?

- 1 Che cosa si intende per ciclo mestruale?**

  - a) i giorni in cui si hanno le mestruazioni
  - b) il periodo che va dall'inizio della mestruazione all'inizio della mestruazione successiva
- 2 In quali giorni del ciclo mestruale è più fertile una ragazza?**

  - a) sempre
  - b) in alcuni giorni che coincidono con l'ovulazione
- 3 Che cos'è l'ovulazione?**

  - a) il periodo in cui la cellula uovo viene rilasciata dall'ovaio nella tuba di Falloppio
  - b) il periodo che precede le mestruazioni in cui ci si può sentire irritate, tristi, stanche, ecc.
- 4 È facile individuare l'ovulazione?**

  - a) sì, perché è sempre a metà del ciclo mestruale, al 14° giorno
  - b) no, perché può variare anche nei cicli mestruali più regolari
- 5 Cosa sono le polluzioni notturne?**

  - a) eiaculazioni che un ragazzo può avere spontaneamente durante la notte
  - b) perdite di urina durante la notte
- 6 Perché i testicoli sono esterni?**

  - a) perché per sopravvivere gli spermatozoi hanno bisogno di una temperatura più bassa di quella corporea interna
  - b) perché si sviluppano più tardi rispetto alle altre parti dell'apparato genitale
- 7 Quanto vivono gli spermatozoi nel corpo femminile?**

  - a) uno/due giorni
  - b) in media 3 giorni ma anche fino 5/6 giorni

1b, 2b, 3a, 4b, 5a, 6a, 7b

**RISPOSTE GIUSTE**

# #MESTRUAZIONI...

## A che età vengono?

La prima mestruazione viene in genere **tra i 9 e i 15 anni**.

## A cosa servono?

L'utero si prepara tutti i mesi ad una gravidanza: le sue pareti diventano più spesse e ricche di sangue per far sviluppare l'embrione. Se ciò non accade, l'utero si contrae per **espellere la mucosa interna** - endometrio - sotto forma di sangue mestruale.

## Perché fanno male?

Le **contrazioni** necessarie per espellere il sangue mestruale possono provocare dolore alla pancia e fastidio alla schiena. Quando i dolori mestruali sono forti e la perdita di sangue molto abbondante è necessario andare dal medico.

## Si può fare il bagno con le mestruazioni?

Certo, si può fare il bagno al mare, in piscina o la doccia. La temperatura dell'acqua può influire sul flusso mestruale, aumentandolo o diminuendolo ma **non succede nulla di grave**.

## Si può fare sport?

Sì, il **movimento** è spesso **consigliato** per contrastare i dolori mestruali.

## Si può far sesso durante le mestruazioni?

Ci sono persone che non amano l'idea di avere rapporti sessuali durante le mestruazioni, per altre invece non c'è nessun problema. È una **scelta personale!** Ricorda però che anche in questo periodo c'è **rischio**, sia di gravidanza che di infezioni sessualmente trasmissibili.

## Come mai in “quei giorni” ci si sente strane, irritabili ecc.?

Alcune ragazze nei giorni che precedono le mestruazioni possono sentire: dolore al seno, alla testa, pancia gonfia, irritabilità, tristezza. Queste sensazioni sono dovute alle **variazioni ormonali**.

## Che cos'è la coppetta mestruale?

È una coppetta che si inserisce in vagina per **raccogliere il fluido mestruale**. Può rappresentare un'alternativa, economica ed ecologica, al tampone o all'assorbente. Inserirlo in vagina non fa male, ma può essere più difficile per le ragazze che non hanno ancora avuto rapporti, per la presenza dell'imene. Ogni 4/12 ore, a seconda dell'abbondanza del flusso, va rimossa, pulita e reinserita in vagina. Può essere acquistata in farmacia, nei negozi di prodotti biologici o al supermercato.



### Ricorda di segnare quando ti vengono le mestruazioni!

Ci sono delle App che possono aiutarti a controllare che il ciclo sia regolare e che non ci siano ritardi di cui preoccuparsi se hai fatto sesso non protetto.

## QUIZ: PIACERE DI CONOSCERTI

Leggi le seguenti affermazioni e indica se sono vere (V) o false (F).  
Trovi le soluzioni a fianco!

- 1 I maschi provano più desiderio sessuale delle femmine. V F

---

- 2 La sessualità è spesso accompagnata da fantasie erotiche diverse per ciascuno. V F

---

- 3 La preoccupazione di una gravidanza o di un'infezione sessualmente trasmissibile può influenzare il desiderio o la risposta sessuale. V F

---

- 4 I maschi hanno sempre voglia di fare sesso. V F

---

- 5 Se a un ragazzo capita di avere difficoltà nell'erezione significa che non desidera davvero la persona con cui si trova in quel momento. V F

---

- 6 Alcuni farmaci o droghe influenzano il desiderio sessuale. V F

---

- 7 È possibile provare desiderio sessuale per qualcuno che non si ama. V F

---

- 8 Solo i maschi hanno un segnale fisico evidente dell'eccitazione: l'erezione. V F

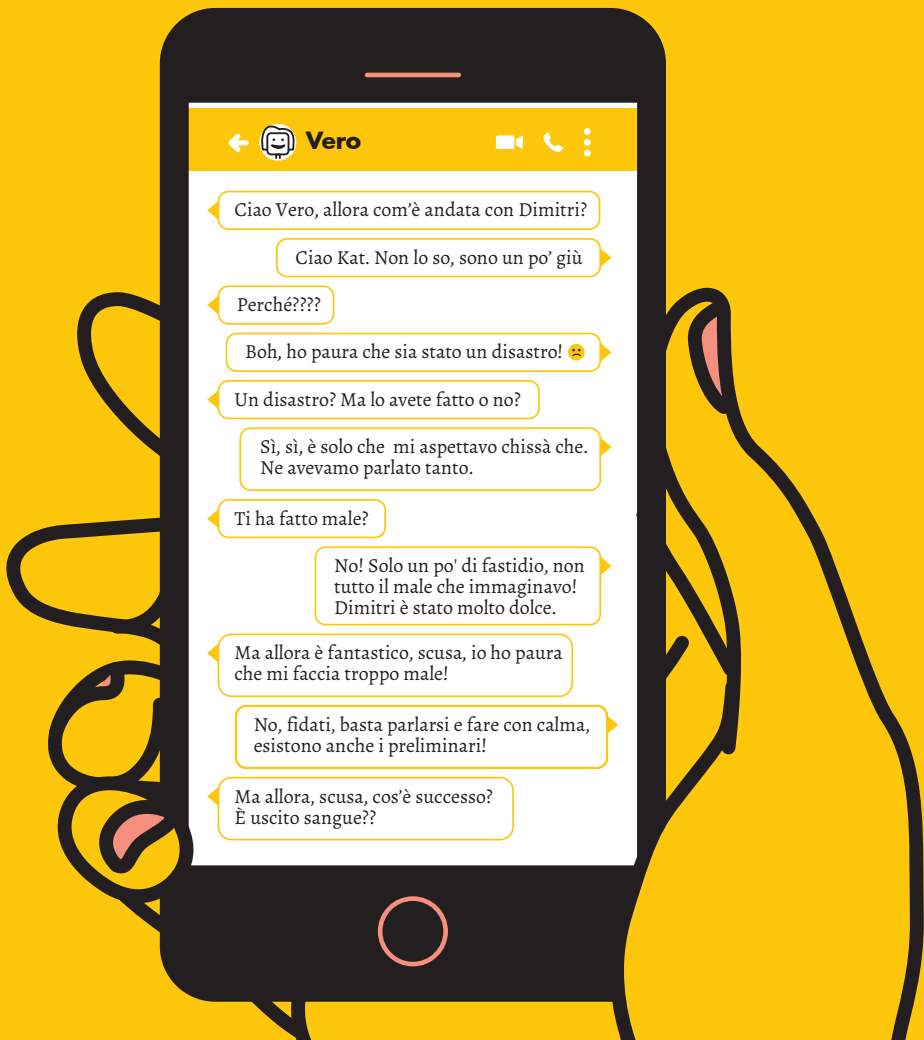
## SOLUZIONI

- 1 **FALSO** Questo è uno stereotipo: donne e uomini provano entrambi desiderio sessuale; ognuno lo vive a modo suo.
- 2 **VERO** Le fantasie aiutano la vita sessuale facilitando il desiderio e l'eccitazione. Questo non significa che si voglia sempre fare nella realtà ciò che si ha in mente.
- 3 **VERO** Le emozioni influenzano il nostro desiderio sessuale. È possibile che l'ansia o la paura compromettano il desiderio e la risposta sessuale.
- 4 **FALSO** Questa credenza è spesso alimentata dal modello di uomo proposto nel porno.
- 5 **FALSO** Ci possono essere motivi diversi: una malattia (diabete, problemi cardiaci), l'assunzione di sostanze (droghe o alcol), fattori emotivi (ansia da prestazione, una forte preoccupazione, ecc.).
- 6 **VERO** Una variazione del desiderio sessuale può essere l'effetto collaterale di alcuni farmaci o droghe.
- 7 **VERO** Può accadere di provare desiderio sessuale per una persona appena conosciuta o di cui non si è innamorati/e.
- 8 **FALSO** L'eccitazione provoca nei maschi e nelle femmine reazioni simili: attrazione fisica, voglia di vicinanza e d'intimità, il cuore batte forte, il respiro è più veloce. Nelle femmine le piccole labbra e il clitoride si gonfiano leggermente e la vagina si inumidisce. Nei maschi compare l'erezione e il pene si lubrifica con un liquido che contiene spermatozoi.

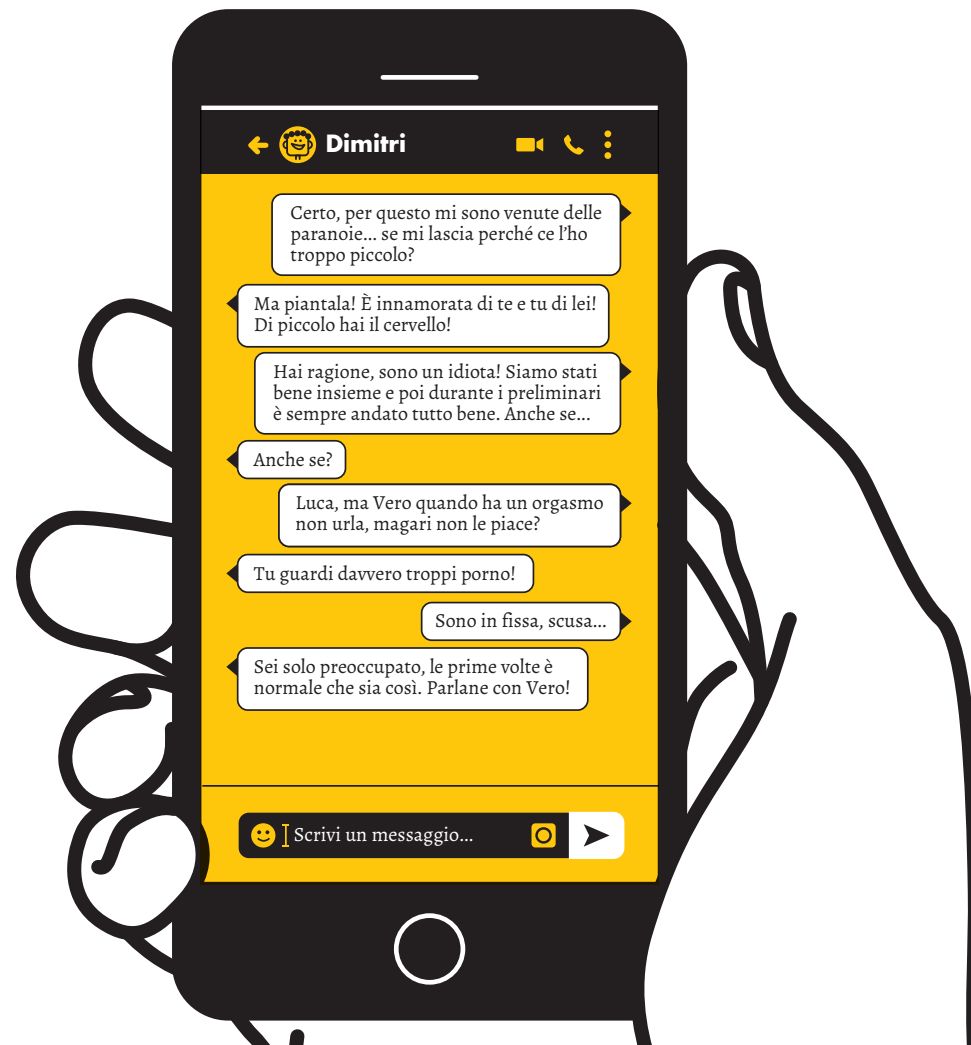
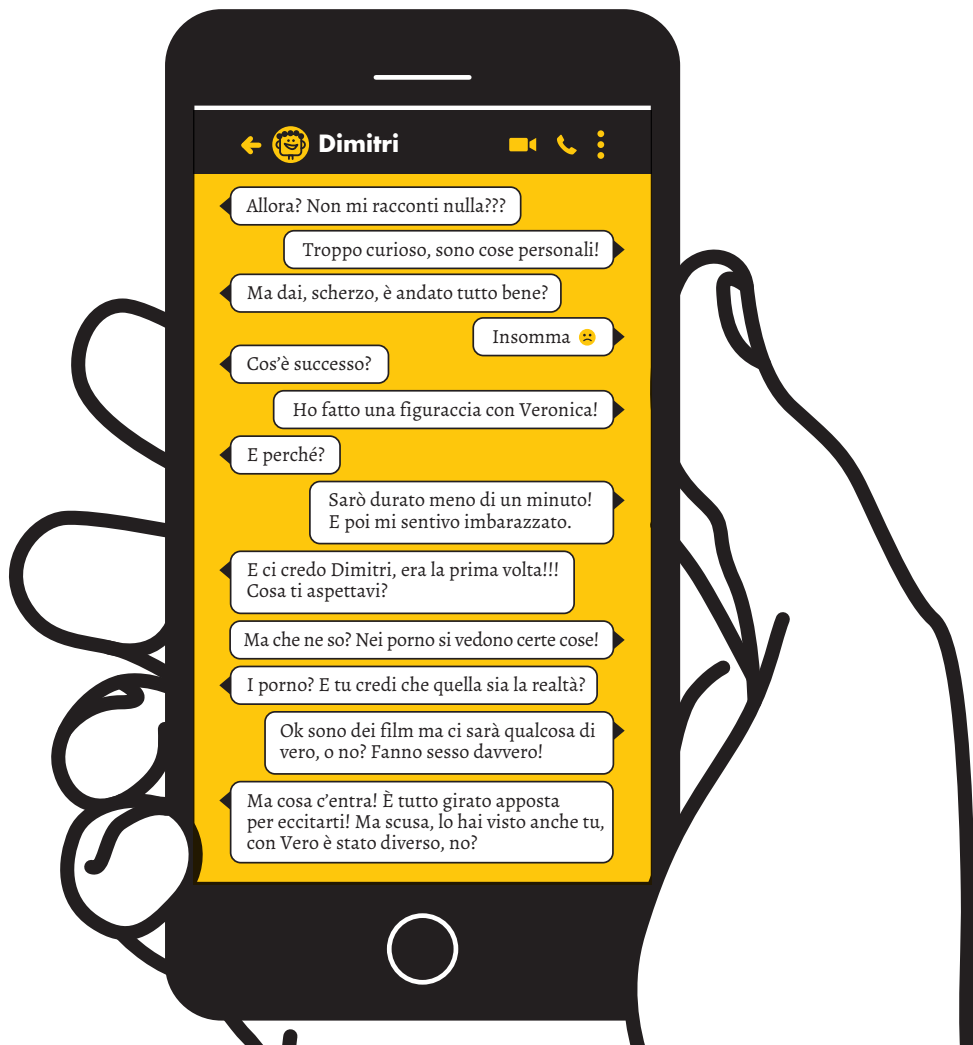
# **LA PRIMA VOLTA... E TUTTE LE ALTRE!**

Sessualità e relazioni









## 7 MITI DA SFATARE SUL SESSO



### La prima penetrazione per la ragazza è sempre dolorosa.

Il dolore che alcune ragazze provano durante i primi rapporti sessuali può essere dovuto alla **tensione** fisica e psicologica che causa un irrigidimento dei muscoli. **I preliminari sono importanti:** aiutano a eccitarsi, rilassarsi e trovare l'intimità con l'altra persona. La vagina si inumidisce e la penetrazione diventa più facile.

Se però durante il rapporto la ragazza sentisse un intenso disagio o dolore, è meglio fermarsi senza avere paura o vergogna di dirlo.



### Fare sesso sotto l'effetto di sostanze è il top.

Può capitare che l'uso di alcol o droghe faccia sentire più disinibiti o eccitati durante un rapporto sessuale. Altre volte però ci può essere l'**effetto contrario**: perdita dell'erezione, mancanza di piacere, minor interesse verso il sesso. Inoltre, oltre ai danni diretti causati da queste sostanze, il rischio è di abbassare la guardia rispetto all'uso del preservativo o a cose non volute.

**ATTENZIONE:** esistono sostanze che rendono incoscienti le persone e impediscono di riconoscere e difendersi dalla violenza!!



### La prima volta per una ragazza è impossibile avere un orgasmo.

Durante le prime esperienze sessuali sia i ragazzi che le ragazze possono avere delle difficoltà (mancanza di orgasmo, eiaculazione precoce, problemi di erezione), perché ci sono spesso **ansie, imbarazzo e aspettative troppo alte**. Una coppia può aver bisogno di **tempo** per trovare la **giusta sintonia**.



### Tutte le donne squirtano quando hanno un orgasmo.

Nei porno spesso si vede lo squirting: un getto di liquido che esce dai genitali femminili al momento dell'orgasmo. Questa è una cosa che avviene in **pochissime persone**, mentre in realtà l'unico segnale dell'orgasmo femminile sono le contrazioni ritmiche dei muscoli che circondano la vagina e l'apparato genitale.



### Deve essere il maschio ad avere il controllo sul rapporto sessuale con una ragazza.

In tv, sul web e nelle pubblicità si vedono quasi sempre uomini forti, assertivi e virili e donne passive, sexy e ammiccanti, che aspettano di essere corteggiate. Questo può influenzare il nostro modo di essere e di comportarci. È importante, invece, **sentirsi libere e liberi di essere ciò che si è**, esprimendo i propri desideri e le proprie caratteristiche. Posso essere un vero uomo anche se esprimo la mia dolcezza ed una vera donna anche se tiro fuori la mia aggressività.



### Se ami davvero il tuo partner, accetti di fare tutto ciò che ti chiede.

In una relazione non devono esserci imposizioni e obblighi di nessun tipo, tanto meno sessuali. Se il/la partner ti chiede di fare qualcosa che non ti convince, cerca di capire perché: forse non ti piace, hai paura che ti faccia male o pensi che non sia "normale"? **È importante fare quello che ti senti** e non agire per paura di perdere l'altro/a.



### Guardare i porno ti insegna come fare sesso.

Il porno è creato per eccitare, ma spesso presenta relazioni e modi di fare sesso violenti e stereotipati: i maschi sono superdotati e le femmine sempre pronte a fare sesso. E non si vede mai il preservativo! Se guardi molti porno potresti avere bisogno di stimoli sempre più forti per eccitarti e rischi di **non stare bene nelle relazioni** che vivi o vivrai davvero.

## QUIZ: SOS! SAVING OUR SEXUALITY

Leggi le seguenti affermazioni e indica se sono vere (V) o false (F).  
Trovi le soluzioni a fianco!

- 1 Si può fare sesso e raggiungere l'orgasmo anche senza la penetrazione. V F
- 2 Le persone omosessuali desiderano fare sesso con chiunque appartenga al proprio sesso. V F
- 3 Il modo più facile per sapere cosa piace al tuo partner o alla tua partner è parlarne. V F
- 4 Una donna a cui piace molto il sesso è poco affidabile e poco fedele. V F
- 5 L'età giusta per fare sesso è 15 anni. V F
- 6 L'eiaculazione precoce è una malattia. V F
- 7 Essere attratti/e da una persona dello stesso sesso vuole dire essere omosessuali. V F
- 8 I/Le transessuali sono maschi che si vestono da donna. V F

## SOLUZIONI

- 1 **VERO** Il piacere di fare sesso è dato anche da carezze, baci, parole sussurrate, massaggi, stimolazione delle zone erogene (parti del corpo che se toccate ti fanno eccitare). Si può raggiungere l'orgasmo tramite una o tutte queste pratiche insieme, non necessariamente con la penetrazione.
- 2 **FALSO** Questo è un vero e proprio pregiudizio che alimenta atteggiamenti omofobici. Tutti e tutti, omosessuali e non, sono attratti solo da alcune persone. L'attrazione è influenzata da tanti fattori, tutti molto soggettivi.
- 3 **VERO** Ogni persona è diversa e l'eccitazione è un'esperienza molto personale. Le coppie imparano a conoscersi con l'esperienza e con il tempo. La cosa più semplice è chiedere all'altro cosa desidera e cosa gli piace. Parlare fa bene all'amore.
- 4 **FALSO** Questo è lo stereotipo secondo il quale i maschi devono essere più intraprendenti e le femmine più riservate. Un atteggiamento positivo verso il sesso può appartenere ai maschi e alle femmine e nulla ha a che fare con l'affidabilità o la fedeltà.
- 5 **FALSO** Non esiste un'età giusta per fare sesso. Ogni persona deve poter decidere liberamente quando fare le prime esperienze. Sentirsi pronti/e o meno dipende da tanti fattori quali la maturità, la relazione che si vive, i sentimenti che si provano, il credo religioso o i valori personali. Per la legge italiana solo dai 14 anni una persona è considerata matura per decidere di avere rapporti sessuali.
- 6 **FALSO** Può succedere che durante i primi rapporti lui abbia l'eiaculazione prima di quando si desidera. Si può parlare però di eiaculazione precoce solo se il problema si ripresenta spesso e se continua nel tempo: in questo caso si può contattare un andrologo o un sessuologo.
- 7 **FALSO** Per alcune persone il proprio orientamento sessuale (etero, omo o bisessuale) è chiaro e definitivo. Altri hanno bisogno di tempo e di esperienze per capirlo. Può essere difficile accettare di essere omosessuali e comunicarlo ad altri perché nonostante sia una variante naturale del comportamento umano (definizione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità), c'è ancora chi crede che sia una malattia o un comportamento sbagliato. In realtà sono pregiudizi che faticano a morire!
- 8 **FALSO** I/Le transessuali sono persone che non si identificano con il loro sesso biologico e decidono di sottoporsi a trattamenti ormonali e/o chirurgici per assumere le caratteristiche del sesso opposto. Sono uomini che si sentono donne (M>F) o donne che si sentono uomini (F>M). Questo passaggio è complesso sia dal punto di vista fisico che psicologico, ma permette a molte persone di riuscire ad essere quello che si sentono da sempre. In Italia è possibile effettuare il cambio di sesso sia dal punto di vista medico che, successivamente, anagrafico. Ci sono associazioni che sostengono in questo passaggio e promuovono i diritti delle persone transessuali.



**Aiuto! Vorrei avere rapporti con la mia ragazza ma, quando è il momento, non ho l'erezione. Sono impotente???**

*Abdul, 16 anni*



**Sono preoccupata perché quando faccio l'amore con il mio ragazzo non provo piacere e alcune volte mi fa un po' male. Sono frigida?**

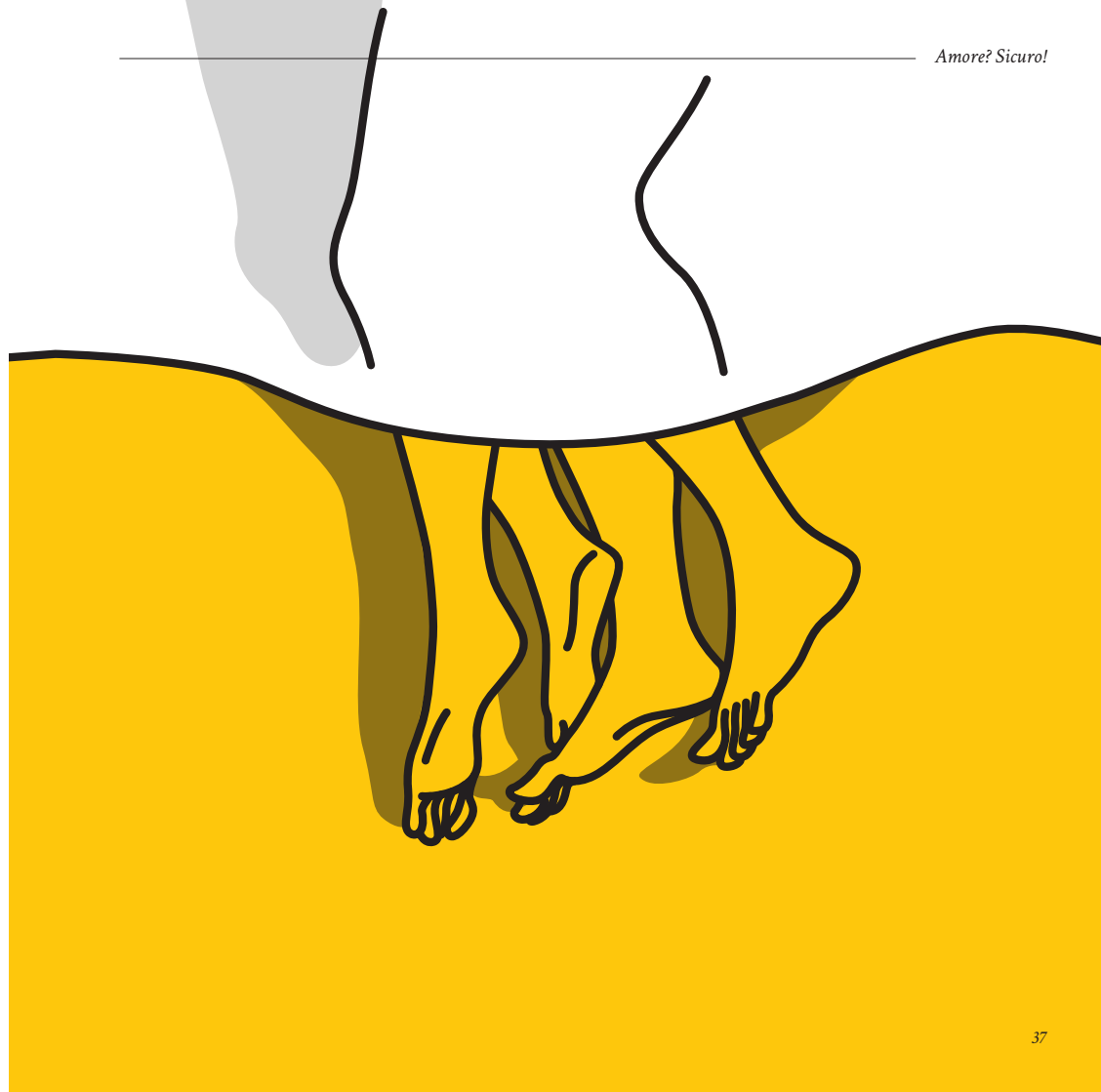
*Simona, 17 anni*



Nei primi rapporti può succedere che le cose non vadano come si spera. La **preoccupazione** e l'**inesperienza** influenzano l'erezione e la lubrificazione vaginale, che possono non esserci o venire meno ad un certo punto.

Questa cosa può mandarti in **ansia**: **parlane** con il/la partner o con persone di cui ti fidi, così le cose potranno migliorare. È importante avere una **buona intimità** fisica tra di voi perché il sesso non è solo penetrazione: giocare un po' ed esplorarsi insieme porta a conoscere cosa ti fa stare bene e cosa fa stare bene il/la partner e quindi aiuta a risolvere la situazione.

Se il problema rimane per un lungo periodo o ti preoccupa troppo, puoi rivolgerti a uno Spazio Giovani o a un Consultorio Familiare.



**SCEGLI TU!**

Metodi contraccettivi



## ATTENZIONE ALLE FAKE NEWS!

### Si dice che così non si rimane incinta...

- ☹️ Se si fa sesso per la prima volta
- ☹️ Se si fa sesso in acqua
- ☹️ Se si fa sesso quando lei ha le mestruazioni
- ☹️ Se dopo aver fatto sesso lei si lava
- ☹️ Se si fa sesso con il coito interrotto (*salto della quaglia, retromarcia, venire fuori...*)

Di metodi assurdi per evitare una gravidanza non desiderata se ne sentono tanti, la verità è che esistono **solo tre modi per non restare incinta:**

- 😊 Non fare sesso
- 😊 Fare sesso utilizzando correttamente un contraccettivo sicuro (*preservativo maschile o femminile, pillola, cerotto, anello, spirale, impianto sottocutaneo*)
- 😊 Fare sesso essendo già incinta!!!

### # Tutte le altre situazioni sono a rischio di gravidanza.

Questi miti si creano perché pensare alla contraccezione può essere noioso e impegnativo, ma non è facendo finta di niente che risolverai la questione!



## METODI ORMONALI:

Contengono ormoni femminili (estrogeni e progesterone) che **bloccano l'ovulazione**. Sono metodi da usare con continuità, non solo al momento del rapporto. L'assunzione dura tre settimane, dopo le quali si fa una pausa di 7 giorni in cui vengono le mestruazioni, ma si è comunque protetti.

### PILLOLA:

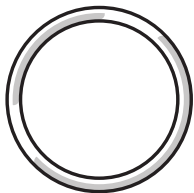
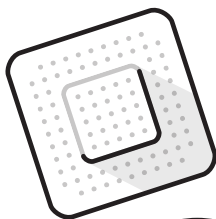
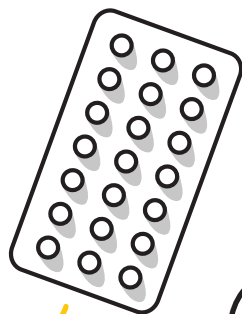
Si prende una pillola ogni giorno, preferibilmente alla stessa ora.

### CEROTTO:

Nella confezione ci sono tre cerotti, ognuno dura una settimana. Gli ormoni vengono assorbiti attraverso la pelle.

### ANELLO VAGINALE:

È un anello sottile e morbido, che si inserisce in vagina una volta al mese. Gli ormoni vengono assorbiti attraverso la mucosa vaginale.



## METODI DI BARRIERA:

Sono gli unici che proteggono da gravidanze indesiderate e dalle infezioni sessualmente trasmissibili.

### PRESERVATIVO FEMMINILE:

È una guaina morbida di poliuretano che s'inserisce in vagina prima di un rapporto sessuale. Può essere inserito in vagina fino ad **8 ore prima del rapporto sessuale**, in questo modo può consentire una **maggior spontaneità** nel rapporto. È più grande del preservativo maschile e copre anche i genitali esterni. Si compra in farmacia.

### PRESERVATIVO MASCHILE:

È una sottile guaina di lattice che si mette sul pene in erezione **subito prima del rapporto sessuale**. Si compra in farmacia, nei supermercati, nelle macchinette automatiche.

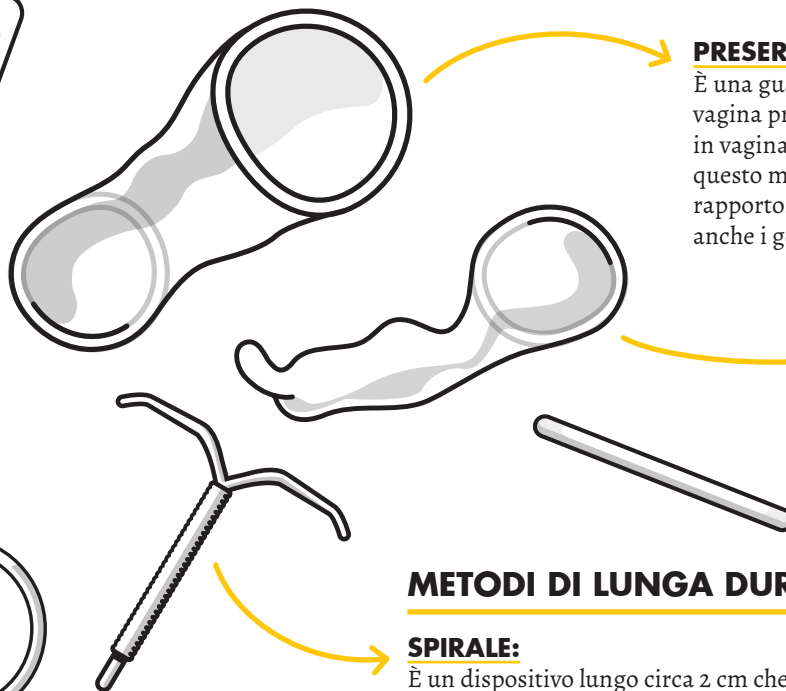
## METODI DI LUNGA DURATA:

### SPIRALE:

È un dispositivo lungo circa 2 cm che il ginecologo mette dentro all'utero. Dura da **3 a 5 anni** e può contenere ormoni (IUS) oppure no (IUD). Può essere usata anche da ragazze molto giovani.

### IMPIANTO SOTTOCUTANEO:

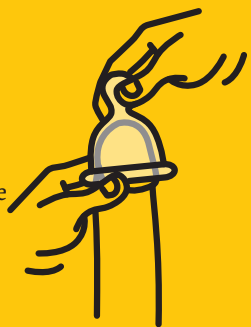
Bastoncino sottile e lungo qualche centimetro, che viene messo sotto la pelle dal medico; rilascia gradualmente la giusta dose di ormone (progesterone). **Dura 3 anni.**



## COME SI UTILIZZANO I PRESERVATIVI MASCHILI



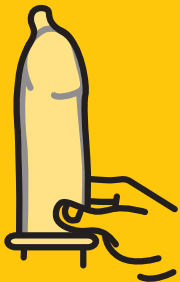
**1** Prima di indossarlo, assicurati che la parte da srotolare sia verso l'esterno.



**2** Tieni la punta del preservativo (serbatoio) stretta fra le dita per impedire la presenza d'aria.



**3** Appoggialo sulla punta del pene e srotolalo fino alla base, stando attento/a che non entri dentro dell'aria.



**4** Dopo l'eiaculazione, il pene deve essere estratto prima che si rilassi, tenendo stretto il bordo del preservativo.

- Hanno una data di scadenza
- Vanno conservati in modo da evitare sbalzi di temperatura
- Sono lubrificati per rendere più facile la penetrazione: puoi aggiungere lubrificante ma solo quelli in commercio sono sicuri, non usare l'olio di oliva!



## COME SI UTILIZZANO I PRESERVATIVI FEMMINILI



**1** Stringi l'anello flessibile interno in modo che diventi lungo e stretto.



**2** Con l'altra mano separa le labbra e inserisci delicatamente l'anello interno in vagina.



**3** Con l'indice all'interno del preservativo, fai salire l'anello interno fino in fondo alla vagina. L'anello esterno deve rimanere fuori.



**4** Dopo il rapporto, togli il preservativo tenendo stretto l'anello esterno e girandolo su se stesso per evitare di fare uscire lo sperma.

- Hanno una data di scadenza
- Non temono sbalzi di temperatura
- Sono lubrificati. Puoi aggiungere lubrificante sia a base acquosa che oleosa.





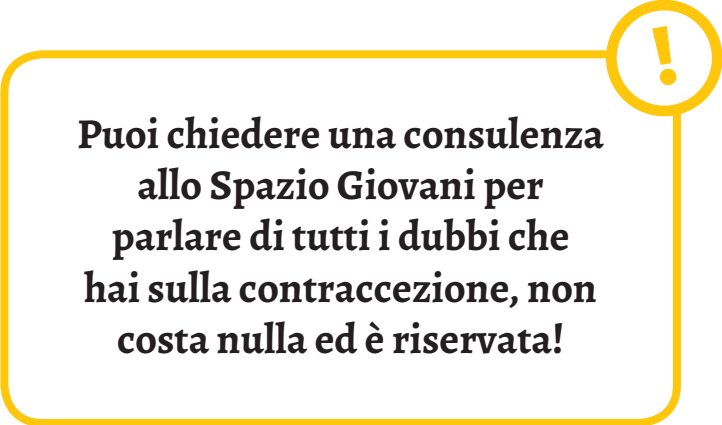
## METODI NATURALI

Permettono di **individuare il periodo fertile** di una donna, in modo da **non avere rapporti sessuali** in quei giorni. Per riconoscere i segnali dell'ovulazione, però, è necessario l'aiuto di un operatore sanitario perché è complesso e richiede allenamento. Per questi motivi sono metodi **poco adatti alle ragazze giovani**, che hanno frequentemente cicli ancora irregolari.



### ATTENZIONE

Le App che scarichi sul tuo smartphone possono essere utili per conoscere meglio il tuo ciclo mestruale ma non possono insegnarti ad usare i metodi naturali, solo gli operatori sanitari possono farlo!



**Puoi chiedere una consulenza  
allo Spazio Giovani per  
parlare di tutti i dubbi che  
hai sulla contraccezione, non  
costa nulla ed è riservata!**



## NON TUTTI SANNO CHE...



### **QUAL È IL CONTRACCETTIVO PIÙ SICURO PER NON RIMANERE INCINTA?**

Tutti i **contraccettivi ormonali** (pillola, cerotto, anello, impianto, spirale ormonale), se usati correttamente, sono sicuri quasi al **100%** ma non proteggono dalle infezioni a trasmissione sessuale.

### **COSA SUCCEDDE SE SI DIMENTICA UNA PILLOLA?**

Non ci sono rischi se non si superano le 12 ore dall'orario abituale. Per questo si consiglia di prenderla sempre alla stessa ora. **Superate le 12 ore, se si hanno rapporti si rischia di restare incinta.** Quando si prendono alcune medicine o si hanno episodi di vomito e/o diarrea, la pillola potrebbe non venire assorbita correttamente e non proteggere più da gravidanze indesiderate. In tutti questi casi, quindi, bisogna continuare a prendere le altre pillole fino alla fine della scatola e consultare un ginecologo. Se si hanno rapporti sessuali si deve **utilizzare il preservativo.**

### **LE MINORENNI POSSONO PRENDERE LA PILLOLA?**

Sì, c'è una **legge (194/78)** che consente alle minorenni di prendere i contraccettivi anche senza il consenso dei genitori. Puoi parlare con un operatore sanitario per capire qual è il tipo di contraccettivo più adatto a te.

Oggi in Emilia-Romagna sono **gratuiti!** Chiedi a uno Spazio Giovani!

### **LA PILLOLA FA INGRASSARE?**

Le pillole contengono una bassa percentuale di ormoni che di solito non fa aumentare di peso. Può succedere che nei primi mesi di assunzione ci sia **un po' di gonfiore** ma poi tende a scomparire. I contraccettivi ormonali, inoltre, possono dare **benefici**, come la diminuzione delle irregolarità mestruali, del dolore mestruale, dei sintomi premestruali e dell'acne.

## **A LUNGO ANDARE LA PILLOLA PUÒ PROVOCARE STERILITÀ?**

**No**, la donna recupera la sua fertilità quando smette di usare il contraccettivo ormonale.

## **CHI SE NE DEVE OCCUPARE?**

Quando si è in **coppia**, il gioco di squadra è sempre il modo più efficace per affrontare la contraccezione: dalla scelta del metodo al ricordare e/o aiutare il/la nostro/a partner ad utilizzare in maniera corretta il contraccettivo scelto.

## **SE UNA RAGAZZA HA CON SÉ DEI PRESERVATIVI È UNA POCO DI BUONO?**

Per tutelarci dalle infezioni a trasmissione sessuale l'unico metodo sono i preservativi. Non ha importanza chi se li procura, **l'importante è usarli!** Cominciamo a pensare che chi usa il preservativo (e lo ha a portata di mano) è una persona responsabile, che tutela se stessa e gli altri.

## **E IL COITO INTERROTTO?**

(*“il fare attenzione”, “la retromarcia”, il “venire fuori”, il “fidati di me che mi controllo!”*)

Consiste nel togliere il pene dalla vagina prima dell'ejaculazione. **Non è sicuro** perché dal pene prima dell'ejaculazione può uscire qualche goccia di sperma che non si sente e non si controlla. Si può quindi rimanere incinta e contrarre una infezione a trasmissione sessuale.

## **QUANTI SPERMATOZOI CI SONO IN UN'EIACULAZIONE?**

Circa duecento milioni. E ne basta solo uno per una gravidanza!

I ragazzi e le ragazze sotto i 26 anni residenti e con il medico di base in Emilia-Romagna possono ricevere **consulenze e contraccettivi gratuiti** rivolgendosi agli Spazi Giovani o ai Consultori Familiari.

## AIUTO! HO UN'EMERGENZA!

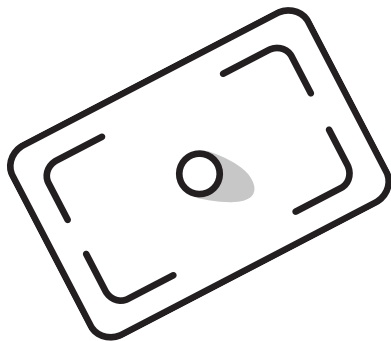
Se hai avuto un rapporto non protetto, o si è rotto il preservativo, o lo sperma è finito in vagina... puoi prendere la pillola del giorno dopo!

### LA PILLOLA DEL GIORNO DOPO

Viene utilizzata dopo un **rapporto sessuale a rischio** per diminuire la probabilità di una gravidanza indesiderata.

#### Sono rapporti non protetti quando:

- C'è l'eiaculazione in vagina
- Lui "viene fuori" (coito interrotto)
- Si rompe o si sfilta il preservativo
- Lei ha dimenticato o preso in maniera sbagliata la pillola o un altro contraccettivo ormonale



- È più efficace quanto prima si prende.
- **Ricordati:** non puoi usarla come metodo contraccettivo, ma solo in caso di emergenza!



La pillola del giorno dopo contiene **ormoni** che posticipano l'ovulazione.

Deve essere presa **il più presto possibile**, l'ideale è entro le 12/24 ore dal rapporto a rischio, perché se avviene la fecondazione, non impedisce la gravidanza. Ne esistono due tipi, uno di questi può essere preso fino a 5 giorni dopo il rapporto a rischio.

Per acquistare la pillola del giorno dopo, le ragazze maggiorenni possono andare direttamente in farmacia, le minorenni hanno bisogno della **prescrizione medica**. Si può andare da un ginecologo o dal medico, al Consultorio Familiare o allo Spazio Giovani; nei giorni festivi alla guardia medica o al pronto soccorso ginecologico.

Nessuno di questi medici avvertirà i genitori ma qualcuno potrebbe fare obiezione di coscienza e non prescriberla, ma ha il dovere di indicarti il luogo più vicino dove procurartela.

**La pillola del giorno dopo in Emilia-Romagna viene data gratuitamente nei Consultori Familiari e negli Spazi Giovani alle ragazze sotto i 26 anni residenti e con il medico di base in Regione.**



**Rapporto a rischio e ritardo mestruale?  
Bisogna fare il test di gravidanza!**

### **COME FUNZIONA IL TEST DI GRAVIDANZA**

Per capire se la ragazza è incinta si deve fare un test che dà risposta già dal primo giorno di ritardo mestruale e/o dopo 15-20 giorni dall'ultimo rapporto non protetto. I test si comprano in farmacia o al supermercato, non serve essere maggiorenni per comprarli, sono **facili e sicuri**. Se il test dice che non c'è una gravidanza, è consigliato ripeterlo dopo qualche giorno per confermare l'esito.

## **GRAVIDANZA: CHE FARE?**

La scoperta di una gravidanza inaspettata è una situazione molto delicata e complessa. **Non va affrontata da soli/e!** È una cosa che riguarda entrambi i partner della coppia ed è importante che ne parliate fra di voi e **con gli adulti di cui vi fidate**.



### **LA SCELTA È TUA**

Se sei rimasta incinta la legge tutela la tua volontà, sia di portare a termine sia di interrompere la gravidanza. I Consultori Familiari e gli Spazi Giovani possono offrirti assistenza ostetrica, psicologica e sociale per aiutarti a tenere il bambino, ma la decisione è tua: nessuno, neanche i genitori o il partner, può obbligarti a scelte contrarie alla tua volontà. Se decidi di portare avanti la gravidanza, potrai crescere il bambino o darlo in adozione, in maniera anonima. Se scegliete di tenere il bambino tu e il padre potrete riconoscerlo legalmente solo se avrete compiuto 16 anni.



### **È RESPONSABILITÀ ANCHE TUA**

La tua ragazza è rimasta incinta? Essere spaventati o avere voglia di scappare sono reazioni comprensibili. Cerca di starle vicino e di discutere della scelta più giusta da fare. Se non desideri diventare padre ma lei decide di portare avanti la gravidanza, hai la possibilità di non riconoscere il bambino. Lei ti potrà chiedere un contributo economico per il mantenimento per il figlio.

## **INTERRUZIONE VOLONTARIA DI GRAVIDANZA (IVG):**

### **Cosa dice la legge 194 del 1978**

In Italia una gravidanza può essere interrotta **entro 90 giorni dall'inizio dell'ultima mestruazione**. Dopo i primi tre mesi è possibile solo per gravi problemi di salute della madre o del feto.

Per interrompere la gravidanza devi rivolgerti a un Consultorio Familiare, a uno Spazio Giovani o a un medico di tua fiducia. Le ragazze minorenni devono avere **il consenso di entrambi i genitori**. Se ci sono gravi motivi che impediscono il coinvolgimento dei genitori o anche di uno dei due, gli operatori sanitari inviano, dopo alcuni colloqui, una relazione al Giudice Tutelare che può autorizzare la minore a decidere autonomamente.



## **LO SAI CHE...**

In Italia è possibile interrompere la gravidanza in ospedale o nelle cliniche convenzionate in due modi:

### **ABORTO CHIRURGICO:**

Mediante intervento chirurgico in **anestesia** locale o generale, viene effettuata l'**aspirazione dell'embrione** dall'utero.

### **ABORTO FARMACOLOGICO (RU 486):**

Si assumono due farmaci che fanno espellere l'embrione dall'utero tramite un sanguinamento simile a una mestruazione.

Gli **effetti collaterali** sono **minori** rispetto a un intervento chirurgico ma non tutte le persone per motivi di salute possono assumere questi farmaci ed è possibile prenderli solo **entro le prime 7 settimane di gravidanza**.

# **MAL D'AMORE**

Infezioni sessualmente trasmissibili



Il sesso è un'esperienza intensa e positiva! Se non tieni la testa sulle spalle però possono capitare situazioni spiacevoli perché esistono delle malattie che si trasmettono attraverso i rapporti sessuali.

## INFEZIONI SESSUALMENTE TRASMISSIBILI (IST)

Le IST sono malattie che si possono prendere o trasmettere attraverso **qualsiasi tipo di rapporto sessuale non protetto** (vaginale, anale, orale) per contatto con i liquidi organici infetti (sperma, secrezioni vaginali, sangue, saliva) o con le mucose (orale, anale, genitale).





**I ragazzi e le ragazze tra i 15 e i 24 anni sono le persone più a rischio**

### COSA È IMPORTANTE SAPERE ?

**Se hai rapporti sessuali sei a rischio di contrarre una di queste infezioni**

Se hai uno dei **sintomi** della tabella qui a fianco, rivolgiti subito a un medico per iniziare la cura giusta. Nel caso di contagio, anche il partner dovrà curarsi. Alcune di queste malattie sono facilmente trattabili con antibiotici o altri farmaci ma, se trascurate, **possono causare sterilità e altri problemi gravi**.

Alcune di queste infezioni **non danno sintomi** e quindi se non ti sei sempre protetto/a parlane con un medico. Esistono dei **test** specifici che possono dire se hai contratto un'infezione.

IST	VIRUS	BATTERI	FUNGI
<b>SENZA SINTOMI</b>	<b>HIV</b> Sindrome da immunodeficienza acquisita <b>HCV Epatite C</b> <b>HBV Epatite B</b>  <b>HAV Epatite A</b>  <b>HPV Papilloma virus</b> alcuni ceppi 	<b>CLAMIDIA</b>	
<b>CON SINTOMI</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bruciore e/o prurito</li> <li>• Arrossamento</li> <li>• Secrezioni anomale</li> <li>• Dolore addominale</li> <li>• Ingrossamento linfonodi inguinali</li> </ul>	<b>HPV Papilloma virus</b> alcuni ceppi (condilomi acuminati)  <b>HERPES GENITALE</b>	<b>SIFILIDE GONORREA</b>	<b>CANDIDA</b>

 = esiste un vaccino

### ALTRE VIE DI TRASMISSIONE:

- Salviette o sanitari non igienizzati per alcune IST.
- Sangue **infetto** (**siringhe** o **strumenti** taglienti **non sterilizzati**).  
Attenzione a tatuaggi, piercing, manicure o pedicure: verifica sempre che gli **strumenti** utilizzati siano **sterilizzati** o **monouso**.

**Ci sono ambulatori specifici per le IST, dove si possono fare test e visite. Cerca quello più vicino a te oppure rivolgiti a uno Spazio Giovani**





## INTERVISTA AL VIRUS HIV

Ciao, sono il virus dell'immunodeficienza acquisita (HIV) e sto per compiere 40 anni!

### Qual è la tua specialità?

**Riduco le difese del corpo** della persona che diventa **sieropositiva**. Se non si accorge di me, dopo un periodo anche molto lungo (fino a 10 anni), posso causare l' **AIDS** (Sindrome da immunodeficienza acquisita): la persona ha poche difese e malattie banali (come il raffreddore) possono diventare gravi fino al rischio di morte.

### Quindi sei pericoloso solo dopo tanto tempo?

Assolutamente no! La persona che mi ospita può anche non accorgersene - sono furbo, **non dò sintomi** - e diventa subito infetta e quindi può contagiare altre persone. Un'altra cosa: **più passa il tempo più indebolisco il corpo** del mio ospite.

### Qual è la tua via di contagio preferita?

All'inizio mi divertivo in molti modi: trasfusioni di sangue, trapianti d'organo, scambio di siringhe infette, rapporti sessuali senza preservativo, parto e allattamento.

Ora che mi hanno studiato bene, sono fregato. Il sangue delle trasfusioni e gli organi da trapiantare sono controllati, le persone che usano sostanze sanno di dover usare le siringhe monouso, le donne che aspettano un bambino fanno gli esami a inizio gravidanza. A questo punto, quindi, **la mia via di trasmissione principale è quella sessuale.**

### Ma come? Basta usare il preservativo!

Certo, se i rapporti sessuali fossero tutti protetti con il preservativo sarei spacciato! Per mia fortuna ci sono ancora un sacco di persone, soprattutto giovani, che non usano alcuna protezione! Così io sono libero di circolare indisturbato: passo da una persona all'altra attraverso lo **sperma** e le **secrezioni vaginali**, la **mucosa vaginale** e anale.

### Ma perché secondo te non ci si protegge sempre con il preservativo?

**È difficile usare la testa in un momento di passione.** Per alcune persone mettere il preservativo significa interrompersi sul più bello. In più, in tanti pensano che diminuisca il piacere, mentre in realtà è solo una sensazione iniziale e soprattutto è una barriera più mentale che fisica. E c'è un'altra cosa importante: se i ragazzi e le ragazze bevono o assumono droghe stanno meno attenti a ciò che fanno col sesso. In questo sono proprio fortunato perché mi è più facile contagiare le persone!

### Sei così vecchio e ancora non c'è una cura?

Non esiste ancora un vaccino, anche se la ricerca fa passi da gigante. Io sono molto sveglio e cambio in continuazione, così è difficile trovare quello che funziona e continuo a contagiare le persone. La vera cura è la **prevenzione!**

### Quindi chi si ammala è fregato?

Esistono delle terapie molto efficaci (**antiretrovirali**): una persona sieropositiva che prende questi farmaci nel giro di pochi mesi **non sarà più infetta** e non si ammalerà di AIDS. Io mi annido nelle cellule e divento innocuo ma se la persona smette di curarsi salta di nuovo fuori!

### Ma allora, perché ci sono ancora tanti pregiudizi verso le persone sieropositive?

Perché **le persone non mi conoscono**, io non sono pericoloso quando ci sono abbracci, baci, carezze e vita in comune. L'unico modo di incontrarmi è avere rapporti sessuali senza preservativo con una persona che è sieropositiva e non lo sa o non si cura. **Chi è consapevole di convivere con me e si cura non è più infetto**; ma poiché ha un sistema immunitario compromesso e quindi può ammalarsi più facilmente anche di altre IST, è meglio che usi sempre e comunque il preservativo.

## IL TEST TI SALVA LA VITA!

Se hai avuto rapporti sessuali non protetti puoi fare un test (sul sangue o sulla saliva) che ti dirà se hai preso l'HIV.

**Prima ci si comincia a curare migliore sarà la qualità della vita.**



Il test si può fare in modo anonimo e gratuito in alcuni centri della Regione o comprandolo in farmacia.

Per ogni informazione su come e quando fare il test, o per qualunque dubbio rispetto all'HIV, contatta il telefono verde gratuito AIDS della Regione Emilia-Romagna **800. 85. 60. 80** e/o consulta il sito **[www.helpaids.it](http://www.helpaids.it)**



## QUESTIONI IGIENICHE

La pelle e le mucose dei genitali sono molto sensibili e a rischio di irritazione, soprattutto a causa dello sfregamento continuo con i vestiti, del contatto con sudore e urina. Per evitare irritazioni e, in casi peggiori, problemi più seri è essenziale mantenere **un'adeguata igiene quotidiana**.

Indossare mutande troppo strette o di materiale sintetico può irritare i genitali, e bisogna far attenzione anche alla depilazione: se vuoi depilarti la zona genitale, cerca di farlo nella maniera più corretta e igienica possibile!

### PER LE RAGAZZE È IMPORTANTE RICORDARE CHE:

- Durante i giorni delle mestruazioni bisogna fare maggiore attenzione all'igiene intima, cambiando l'assorbente più volte al giorno e lavando spesso la zona genitale.
- La pulizia dei genitali esterni deve essere fatta da davanti all'indietro per evitare di trasportare batteri e particelle di sporco dall'ano alla vagina.

### I RAGAZZI DEVONO RICORDARSI DI:

- Lavare con cura la punta del pene scoprendola dalla pelle.
- Tenere pulita l'area dei testicoli per evitare irritazioni e cattivi odori.



**Spesso dopo i rapporti mi viene la cistite, è normale?**

*Lucia, 16 anni*



Sì, può succedere, soprattutto quando si hanno rapporti sessuali senza essere sufficientemente eccitate o se il rapporto dura molto a lungo. Durante l'eccitazione, infatti, i vasi sanguigni attorno all'uretra sono colmi di sangue e creano una protezione dai "microtraumi" che la penetrazione può causare. Se la ragazza non è eccitata o se l'eccitazione cala, quindi, non solo può provare dolore durante la penetrazione a causa della scarsa lubrificazione, ma potrà anche sviluppare un'infezione a causa di questa mancata protezione. Se hai bruciore o dolore quando fai la pipì o non riesci a trattenerla, rivolgiti a un medico per fare le cure adatte!

# LO SPAZIO GIOVANI, UN POSTO FATTO APPOSTA PER TE!

Se hai **tra i 14 e i 19 anni** puoi andare allo Spazio Giovani, un servizio dell'Azienda USL pensato appositamente per i più giovani. È aperto al pomeriggio, **gratuito e riservato**, cioè puoi andarci da solo/a, anche senza i genitori, o accompagnato da chi preferisci tu: genitori, amici, persone di tua fiducia. Non serve avere la richiesta del medico di base e non si paga il ticket.

Negli orari di apertura è sempre presente una persona che ti può ascoltare, dare delle informazioni e cercare di aiutarti a risolvere i problemi.



## SPAZIO GIOVANI

### PER COSA POSSO ANDARE ALLO SPAZIO GIOVANI?

- Contraccezione
- Contraccezione di emergenza (pillola del giorno dopo)
- Infezioni sessualmente trasmissibili (IST)
- Gravidanza
- Interruzione volontaria della gravidanza (IVG)
- Problemi ginecologici e andrologici
- Problemi psicologici, difficoltà in famiglia o con altre persone
- Stili di vita sani (alimentazione, alcool, fumo, attività fisica, sessualità)

Lo Spazio Giovani realizza anche incontri nelle scuole per dare informazioni e parlare di corpo, affetti, sessualità e relazioni interpersonali con adolescenti, insegnanti, genitori, educatori, allenatori sportivi.

Esistono diversi Spazi Giovani nella Regione Emilia-Romagna: se hai bisogno cerca quello più vicino a te ([www.wlamore.it](http://www.wlamore.it) oppure <https://guidaservizi.fascicolo-sanitario.it/>).

Se non ti è comodo lo Spazio Giovani puoi rivolgerti al Consultorio Familiare.

PER ME L'AMORE NON È...

**Luca**  
14 Febbraio alle ore 21:05 · Bologna · 2 persone

Non è amore se ...

**Mi piace** **Commenta** **Condividi**

a Marina, Alessandro e altri 52 piace questo elemento

- Mattia** ...È troppo gelosa e non mi lascia libero
- Gaia** Mi considera sua
- Ginevra** Controlla quello che faccio e il mio cellulare
- Michael** ...Mi deride, mi offende, mi picchia.
- Stefano** ...Dice che lo costringo ad usare le maniere forti
- Raluca** Mi dice come vestirmi, truccarmi, comportarmi
- Alessia** Mi fa fare sesso anche se non voglio
- Lamine** Non mi rispetta
- Teresa** ...Sceglie quello che dobbiamo fare o non fare

...Mi dice che non capisco nulla  **Commenta**

L'opuscolo è stato realizzato dagli operatori e dalle operatrici degli Spazi Giovani dell'Azienda USL di Bologna in collaborazione con gli altri Spazi Giovani della Regione Emilia-Romagna.

Illustrazioni e Grafica: Andrea Niccolai e Stefania Giunchi  
Stampa: SAB litografia-Stampa Artigiana Bolognese

Novembre 2018



SERVIZIO SANITARIO REGIONALE  
EMILIA-ROMAGNA



Regione Emilia-Romagna