

Nire alua deskubritzen

Descubriendo mi vulva



Giza Eskubideei buruzko sexu-pedagogia baliabidea.

Material de pedagogía sexual en derechos humanos.

Propiedad de:
Mundu Berriak

info@munduberriak.com
www.munduberriak.com



Ilustratzailea/Ilustradora
Maketazioa/Maquetación
Mavi Ortega Ordiales

Copyright ©
Eskubide guztiak erreservatuta
Todos los derechos reservados

Mundu Berriak GGKE sexologikoa, kulturartekoa eta feminista da. Eskubide sexualak sustatzea eta ahaldunten sexualeko prozesuei ekitea da gure komunitatearen zereginan, indarkeria matxisten, oro har, eta zehazki indarkeria sexualaren, ondorioei aurre egiteko eta esku hartzeko.

Mundu Berriak es una ONGD sexológica, intercultural y feminista. Nuestra labor comunitaria se centra en el impulso de los Derechos Sexuales y en el abordaje de los procesos de Empoderamiento Sexual con el objetivo de prevenir e intervenir las consecuencias de las violencias machistas, en general, y la violencia sexual en concreto.



MunduBerriak

SARRERA

Ipuin hau, 2018an bere ibilbideari ekin zion Nazioarteko Sexu Ahaldunztearen Eskolaren barruan. Eskolaren helburua, Sexu Eskubideak Giza Eskubide gisa ikusaraztea, informatzea, sentsibilizatza eta indartzea da, eta bereziki emakumeen ahalduntze sexuala. Sexualitatea, oro har, eta Emakumeen Sexualitatea, bereziki, partekatzeko, hausnartzeko, ikasteko, sentitzeko, bizitzeko eta esperimentatzeko gunea da. Izan ere, emakumeen artean sexuari buruz sentitzeak, sensatzeak eta pentsatzeak, konplizitatea eta intimitatea sortzen du, eta horrek botere-harremanak eraldatzen ditu.

Sexu-eskubideen arloko informazioa eta sentsibilizazioa indartzen duten materialak sortzeak aukera ematen digu neskato haurren eta transexualitate egoeran dauden mutiko haurren haurtzaroan gertatzen den gertakari natural bat ikusarazteko eta aitortzeko: haien kanpo-genital femeninoak deskubritzea. Neskatoek eta mutikoek alua deskubritzea, zerbait naturala eta unibertsala izatetik, kultura patriarkalaren ondorioz, naturaren aurkako jokabide gaitzesgarri bihurtu da. Ondorioz, emakume askok gaitzespena sentitzen dute beren aluarekiko, bai kanpotik (fobia soziala), bai barrutik, eta beren gorputzetik at eta deskonektatuta bizi dira. Horrela, zaildu egiten da sexu-autoestimu ona eta agentzia-gaitasuna eraikitzea.

Beraz, ALUAREN AUTOEZAGUPENAri buruzko ipuin bat aurkezten dizuegu, hainbat errealitate eta testuinguru geografikotan. Horren guztiaren helburua da autoestimu sexual ona eta emakumeen eta nesken ahalduntze sexualeko prozesuak garatzea eta indartzea.

Ahalduntze sexualak gure gorputzen (bizi-zikloak) eta sexualitatearen gaineko autonomia eta kontrola eskuratzea dakar. Funtsean, norbere burua zaintzea, nork bere burua ezagutzea eta zuri esperimentatzeko baimena ematea da. Gainera, funtsezkoa da sexu-eskubideen urraketak prebenitzeko eta sexu-indarkeriako egoeretan errekuperatzeko.

Laburbilduz, emakumeen eta nesken benetako ahalduntzea haien sexu-ahalduntzean datza, hau da,
emakume eta neska GUZTIEN ahalduntea sexuala izango da edo ez da izango.

INTRODUCCIÓN

Este cuento nace dentro de la Escuela Internacional de Empoderamiento Sexual que inició su andadura en 2018. La escuela tiene como objetivo visibilizar, informar, sensibilizar y fortalecer los Derechos Sexuales como Derechos Humanos, y de manera específica el empoderamiento sexual de las mujeres. Se trata de un espacio para compartir, reflexionar, aprender, sentir, vivir y experimentar la Sexualidad en general y la Sexualidad Femenina en particular.

Porque sentir, pensar y pensar sobre sexo entre mujeres genera una complicidad e intimidad que transforma las relaciones de poder. La creación de materiales que fortalezcan la información y sensibilización en materia de derechos sexuales nos permite visibilizar y reconocer un hecho natural que se produce en la infancia de las niñas y niños en situación de transexualidad: descubrir sus genitales externos femeninos. El descubrimiento de la vulva por parte de las niñas y de los niños, de ser algo natural y universal, debido a la cultura patriarcal, se ha convertido en una conducta antinatural y reprobable. En consecuencia, muchas mujeres experimentan rechazo hacia su vulva tanto de manera externa (fobia social) como interna y se viven ajenas y desconectadas de su cuerpo, dificultando así la construcción de una buena autoestima sexual y su capacidad de agencia. Por lo tanto, os presentamos un cuento sobre el **AUTO-DESCUBRIMIENTO DE LA VULVA** en diferentes realidades y contextos geográficos.

Todo ello, con el objetivo de facilitar el desarrollo y el fortalecimiento de una buena autoestima sexual y los procesos de empoderamiento sexual en mujeres y niñas. El Empoderamiento sexual implica adquirir autonomía y control sobre nuestros cuerpos (ciclos vitales) y nuestra sexualidad. Se trata fundamentalmente de autocuidado, autoconocimiento y el poder darte permiso para experimentar. Además, es clave para la prevención de las vulneraciones de los derechos sexuales y la para la recuperación ante situaciones de violencia sexual.

En resumen, el empoderamiento real de las mujeres y niñas pasa por su empoderamiento sexual, es decir,
el Empoderamiento de TODAS las mujeres y niñas será sexual o no será.

HELBURUA

Sexu-pedagogia baliabide urritasuna dela eta, ilusio handiz sortu da zure esku dagoen “ipuin ilustratu” hau, familiek nork bere alua deskubritzeko prozesuan modu hezigarrian lagundu ahal izateko duten beharra asetzeko.

Emakumeen historia ikusezintasunen historia bat izan bada, alua, ikusezin bihurtzeaz gain, izen ugari (tximeleta, potota...) mozarrotu da, jazarrita, ahaztuta, tratu txarrak emanda, moztuta. Ondorioz, “aipatzen ez dena hutsaren hurrena”, balio dezala ipuin honek mundu global honetako nesken eta emakumeen sexu-eskubideetako baten sinbolo gisa: anitzasuna landu beharreko balio gisa sustatzean oinarritutako sexu-hezkuntza integralerako eskubidea, alegia.

OBJETIVO

Ante la escasez de recursos en pedagogía sexual nace con mucha ilusión este “cuento ilustrado” que tienes en tus manos con el objetivo de cubrir la necesidad de las familias para poder acompañar de forma educativa en el proceso de autodescubrimiento de la vulva.

Si la historia de las mujeres es una historia de invisibilidades, la vulva no sólo ha sido invisibilizada sino también enmascarada con multitud de nombres (mariposa, pesetilla...) perseguida, olvidada, maltratada, amputada....En consecuencia, “lo que no se nombra no existe” valga este cuento como símbolo de uno de los derechos sexuales de las niñas y las mujeres en este mundo global: el derecho a una educación sexual plena, íntegra y basada en el fomento de la diversidad como valor a cultivar.





IRAKURKETA PROPOSAMENA

Ipuina edozein ordenatan irakur dezakezu, eta hausnartzea iradokitzen dizugu, honako galdera hauek erantzunez:

- ● ● Nola sentitzen zara marrazki hauek ikustean?
- ● ● Nola uste duzu sentitzen dela marrazkiaren protagonista bere bulba lehen aldiz ikustean?
- ● ● Eta, zure ustez, nolakoa izango da hemendik aurrera bere aluarekiko harremana?

PROPIEDAD DE LECTURA

Puedes leer el cuento en cualquier orden y te sugerimos reflexionar respondiendo a las siguientes preguntas:

- ● ● ¿Cómo te sientes al ver estos dibujos?
- ● ● ¿Cómo crees que se siente la protagonista del dibujo al ver su vulva por primera vez?
- ● ● Y, ¿cómo crees que será la relación con su vulva a partir de ahora?



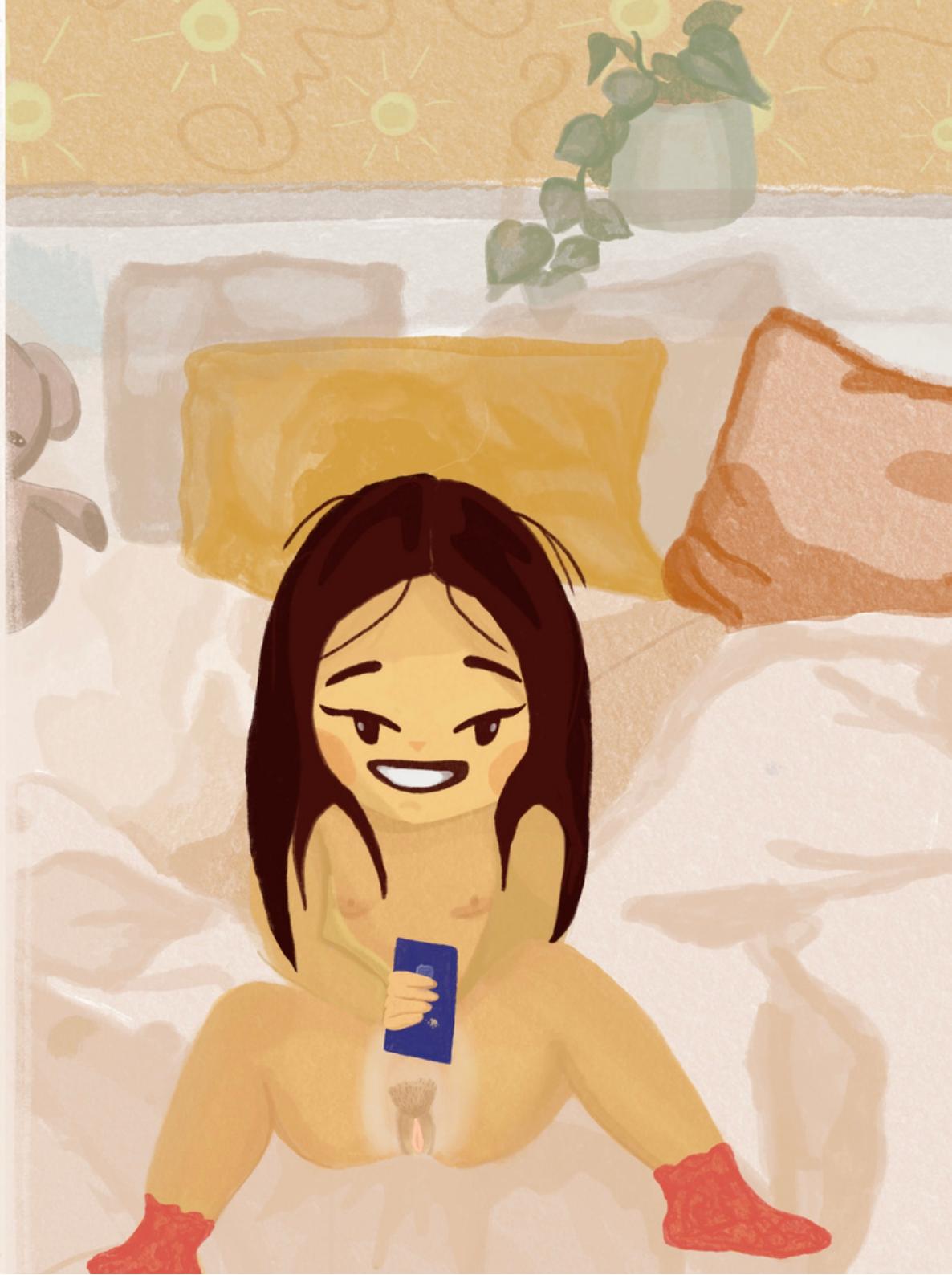
Izena/Nombre: June

Bizilekua/Residencia: Euskal Herria

Adina/Edad: 11

June lehen aldiz bere alua
mugikorrean ikusten ari da.

June observa su vulva reflejada
por primera vez en su móvil.



Izena/Nombre: Neus

Bizilekua/Residencia: Katalunia

Adina/Edad: 10

Neus lehen aldiz bere alua argazki batean
islatuta ikusten ari da.

Neus ve su vulva reflejada en una fotografía
por primera vez.



Izena/Nombre: Noor y Lila

Bizilekua/Residencia: Jordania

Adina/Edad: 7&11

Noor bere alua lehen aldiz ispiluan ikusten ari da bere
ahizpa Lilarekin batera.

Noor está mirando su vulva en un espejo por primera vez
junto a su hermana Lila.



Izena/Nombre: Fatoumata

Bizilekua/Residencia: Guinea

Adina/Edad: 8

Fatoumata bere lehengusinekin batera lehen aldiz bere
alua ispi lu batean begiratzen ari da eta hilekoa
etorri berri zaio.



Fatoumata está viendo su vulva por primera vez en un
espejo junto a sus primas
y le acaba de venir la menstruación.



Izena/Nombre: Naomi

Bizilekua/Residencia: Canadá

Adina/Edad: 9

Naomi braillen idatzita dagoen sexualitateari buruzko
liburu bat irakurtzen ari da. Bertan, klitoria
deskubritu du.

Naomi está leyendo un libro en braille sobre sexualidad
donde descubre el clítoris.



Izena/Nombre: Totop

Bizilekua/Residencia: Guatemala

Adina/Edad: 12

Totop lehen aldiz bere alua ispilutxo batean islatuta
ikusten ari da.

Totop observa su vulva por primera vez reflejada
en un espejito.



Izena/Nombre: Aiman

Bizilekua/Residencia: Kazajistán

Adina/Edad: 6

Aiman lehen aldiz bere alua ispilu zati batean ikusten ari da. Bere klitoria oso handia da eta zakil batekin nahastu daiteke.

Aiman está viendo su vulva por primera vez en un trocito de espejo. Su clítoris es muy grande y puede confundirse con un pene.



Izena/Nombre: Zaida

Bizilekua/Residencia: Argelia

Adina/Edad: 11

Zaida lehen aldiz bere alua logelako armairuaren isphiluan
islatuta ikusten ari da.

Zaida está mirando su vulva por primera vez en el
espejo de su armario.



Izena/Nombre: **Mariela**

Bizilekua/Residencia: **Cuba**

Adina/Edad: **5**

Mariela bere amarekin batera lehen aldiz alua komuneko
ispiluan deskrubitzen ari da.

Mariela por primera vez junto a su madre está
descubriendo su vulva en el espejo del baño.



Izena/Nombre: Brian

Bizilekua/Residencia: Australia

Adina/Edad: 8

Brian lehen aldiz bere alua ispilu hainditzairen batekin begiratzen ari da.

Brian está observando su vulva por primera vez en un espejo de aumento.



Izena/Nombre: Kaylani

Bizilekua/Residencia: Singapore

Adina/Edad: 10

Kaylani, lehen aldiz bere alua bat-bateko kamara batekin
ezagutzen ari da.

Kaylani, observa su vulva por primera vez a través de
una cámara de fotos.



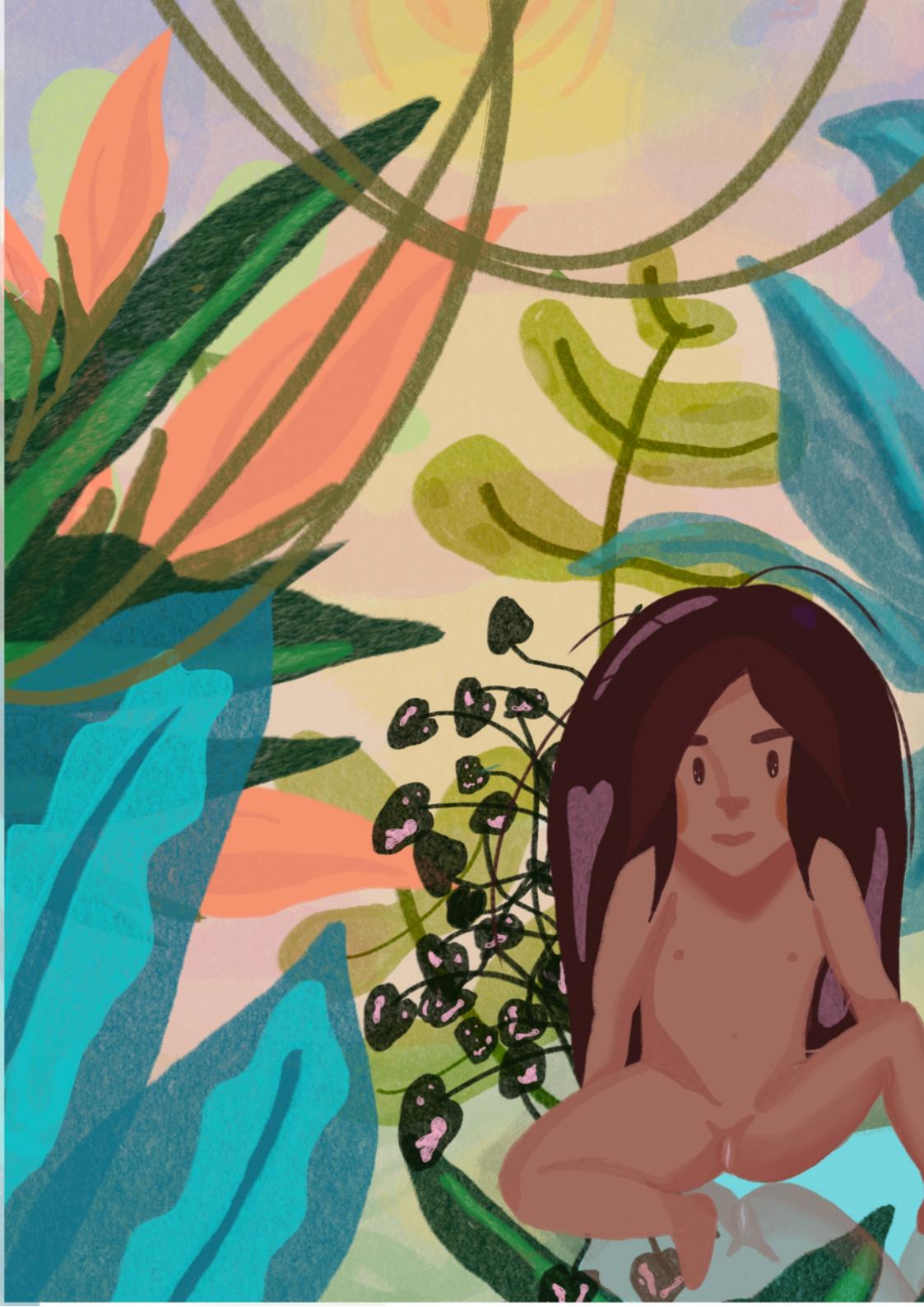
Izena/Nombre: Irasema

Bizilekua/Residencia: Brazil

Adina/Edad: 6

Irasema lehen aldiz bere alua uretan islaturik
ikusten ari da.

Irasema observa su vulva por primera vez
reflejada en un charco.



ALUAREN AUTOEZAGUTZA
MUNDUKO TOKI GUZTIETAN BERDIN
EMATEN DA.
HAU, POLITA, BAKARRA ETA
ERREPIKAEZINA IZANIK.

EI AUTODESCUBRIMIENTO DE LA
VULVA SE DA IGUAL EN TODOS LOS
LUGARES DEL MUNDO
SIENDO ESTA PRECIOSA, ÚNICA E
IRREPETIBLE.



Laguntzarekin / Con ayuda de:



BERDINTASUN, JUSTIZIA
ETA GIZARTE POLITIKETAKO SAILA

DEPARTAMENTO DE IGUALDAD,
JUSTICIA Y POLÍTICAS SOCIALES



MunduBerriak



www.munduberriak.com