

Podcast para el Buenquerer

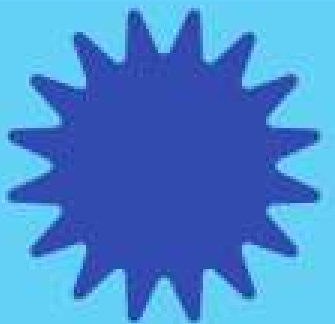
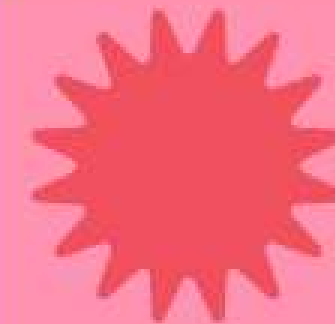
II Edición

para el fomento de relaciones positivas y la prevención de la violencia de género entre parejas de adolescentes y jóvenes.



BUENQUERER

Podcast



buenquerer
buenquerer



MINISTERIO
DE IGUALDAD

SECRETARÍA DE ESTADO
DE IGUALDAD
Y CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO
CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

buenquerer

asexorate.org

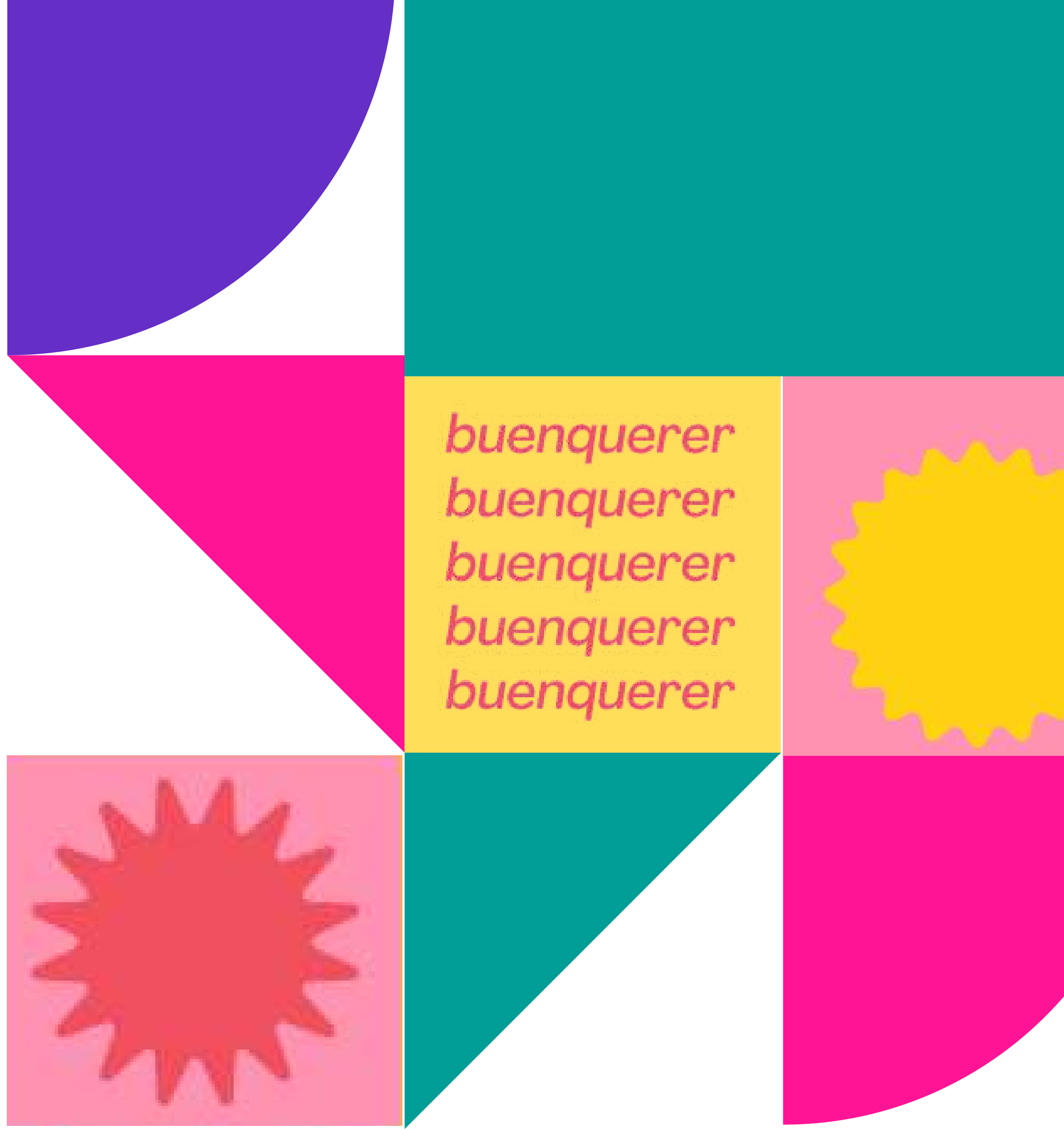
¿Podcast para el Buenquerer?

Revolucionando las relaciones

Podcast para el #Buenquerer es un espacio de reflexión íntima que está revolucionando la forma en la que nos relacionamos y promovemos el respeto y la igualdad en nuestras vidas, especialmente en las relaciones de pareja.

Cada podcast es una dosis de *inspiración* y *reflexión* llena de consejos útiles y anécdotas reales que ayudarán a entender mejor nuestras emociones y las de los y las demás.

buenquerer
buenquerer
buenquerer
buenquerer
buenquerer





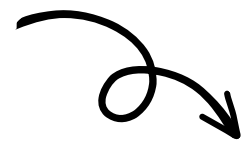
“

**Nunca podré mirarte y
no sentir nada**

***Más de 6000 reproducciones
en la primera temporada***

**gran impacto en Instagram
@quieremebien**

¿De qué hablamos?



Recorrido por...

contenidos como la sexualidad, la pubertad y las emociones, la diversidad, las relaciones de pareja, los modelos relacionales, el enamoramiento y el amor, la comunicación, los encuentros eróticos, los celos, deseos, placeres y límites.

Invitación a la reflexión...

¿Qué significa hacernos hombres y mujeres? ¿cómo asimilamos los cambios, el caos y las dudas en el desarrollo de la sexualidad y la afectividad sexual? ¿por qué nos atraemos? ¿por qué amamos? ¿cuáles son las principales emociones sexuales? ¿cómo vivimos la diversidad? ¿cuándo una relación me hace daño?



Programación jóvenes

1. De colores.
2. Amores de verano.
3. Pornorespuestas.
4. Primera vez.
5. Falsas creencias sobre el placer.
6. Los deseos del querer.
7. Relaciones a la carta.
8. Practicando el buenquerer.





Podcast JÓVENES

UNO UNO UNO UNO UNO : De Colores

Hablamos de la pluralidad de los cuerpos, las orientaciones del deseo, las identidades sexuales y formas de expresión de género. Un breve recorrido por la riqueza y la complejidad de la experiencia humana en relación con el género y la sexualidad.

DOS DOS DOS DOS: Amores de verano.

El verano es sinónimo de aventuras y nuevos comienzos. Es una temporada para explorar, conocer gente nueva y dejar que el corazón siga su propio ritmo. Primeros besos, nuevas amistades, despedidas...

TRES TRES TRES TRES TRES: Pornorespuestas

Abordamos la accesibilidad al contenido pornográfico y la no representatividad de este material audiovisual de los encuentros eróticos, los cuerpos y los placeres.



Podcast JÓVENES

CUATRO CUATRO CUATRO: Primera vez

El amor, el "sexo", primeras veces... estas experiencias son súper emocionantes y significativas, pero también pueden ser complicadas y estar llenas de incertidumbre: ¿cómo será esa primera vez? ¿o primeras veces?, ¿duele? ¿se sangra?, ¿virginidad?, ¿igual que en las películas?, ¿qué se siente?

CINCO CINCO : Falsas creencias sobre el placer

Desmitificando la sexualidad y celebrando la educación sexual!
¿Hay que llegar a la vez al orgasmo?, ¿en los encuentros eróticos siempre hay penetración?, ¿sin penetración no hay sexo?, ¿los preliminares son suficiente para sentir placer?, ¿los preservativos nos cortan el rollo?...



Podcast JÓVENES

SEIS SEIS SEIS SEIS: Los deseos del querer

Descubre la magia que se desata cuando el deseo, el consentimiento y el placer se entrelazan en una hermosa danza: ¿cómo se construye el deseo mutuo?, ¿qué papel juega el consentimiento en la conexión auténtica? ¿qué es el placer compartido?...

SIETE SIETE SIETE SIETE: Relaciones a la carta

Explora el fascinante mundo de las relaciones, donde el verdadero poder está en la libertad de decidir qué tipo de relación queremos vivir.

OCHO OCHO OCHO: Practicando el buenquerer

Descubrimos el arte de querer bien, mostrando algunas claves como: decir sí o no libremente, mostrar confianza y admiración, expresar deseos y límites, tener encuentros eróticos deseados, comunicarnos desde la empatía y el respeto, acordar cómo serán los encuentros eróticos...

Podcast en LSE

Si hablas a una persona en una lengua que entiende, las palabras irán a su cabeza. Si le hablas en su propia lengua, las palabras irán al corazón.

Nelson Mandela



Programación familias y profesionales

1. Sexualidad en las aulas / Profesionales
2. Sexualidad en casa / Familias





Podcast descripción

UNO UNO UNO UNO PROFESIONALES: **Sexualidad en el aula**

Desmitificamos la sexualidad y ofrecemos primeras orientaciones para abordarla en el aula.

DOS DOS DOS DOS FAMILIAS: **Sexualidad en casa**

Las familias no son expertas en sexualidad pero no necesitan serlo para hacer educación sexual en casa. Sin ser conscientes de ello, a través de la manera en la que nos relacionamos, la muestra de los afectos, de la información que aportamos, de las opiniones y a través de otros hechos cotidianos como el momento de la ducha, la compra o actividades de ocio... hacemos educación sexual.
¡Descúbrelo!



“

**Si vas a querer,
quierebien**

Asociación de Educación Sexual y Planificación Familiar de CLM, cuya misión es promover el derecho de todas las personas a decidir y ejercer con autonomía su vida sexual y reproductiva, desarrollando actuaciones sociales y políticas que, desde una perspectiva de género, permitan el desarrollo integral de hombres y mujeres, y garanticen el acceso a una atención, educación e información en salud sexual y reproductiva, pública y de calidad, y que incluye entre sus fines la eliminación de todas las formas de violencia o discriminación basada en el sexo o la identidad sexual.

Asexórate.org

Enlaces

Algunas recomendaciones



II Temporada PODCAST
para el BUENQUERER
YOUTUBE



I Temporada PODCAST
para el BUENQUERER
YOUTUBE



DOSSIER I Temporada PODCAST
para el BUENQUERER



PODCAST para el
BUENQUERER - iVoox



Instagram
@quieremebien



Web
ASEXÓRATE



Proyecto financiado por el Ministerio de Igualdad.

DELEGACIÓN DEL GOBIERNO CONTRA LA VIOLENCIA DE GÉNERO

Objetivo

Educar a los sexos para el fomento de las relaciones positivas entre parejas de adolescentes y jóvenes que permita concienciar y prevenir de la violencia de género.

www.asexorate.org
contacto@asexorate.org
[@quieremebien](https://www.instagram.com/quieremebien)



asexorate.org

2023

