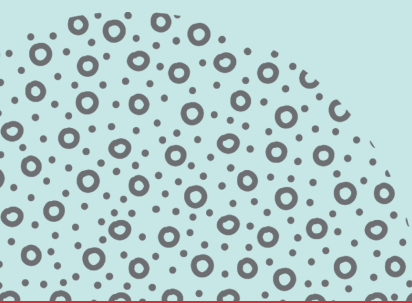




Γονείς,  
ας μιλήσουμε  
για σεξ!

«Τα παιδιά σου δεν είναι παιδιά σου. Είναι οι γιοι και οι κόρες της λαχτάρας της ζωής για τη ζωή. Για τη ζωή τους είσαι το μέσο και όχι η αρχή, κι ας μένουν κοντά σου, δεν ανήκουν σε εσένα. Μπορείς να τους δώσεις την αγάπη σου, όχι όμως και τις ιδέες σου, γιατί ιδέες έχουν δικές τους. Μπορείς να δώσεις μια στέγη στο σώμα τους, όχι όμως και στην ψυχή τους, γιατί η ψυχή τους κατοικεί στο σπίτι του αύριο, που εσύ δεν μπορείς να επισκεφτείς ούτε στα όνειρά σου.»

Χαλίλ Γκιμπράν (1833)



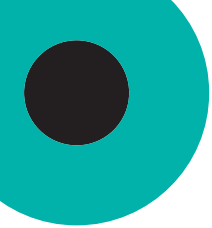
# ΤΙ ΕΙΝΑΙ Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗ;

Η Περιεκτική Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση είναι «...μια προσέγγιση βασισμένη στα ανθρώπινα δικαιώματα, που σκοπό έχει να εφοδιάσει τους νέους και τις νέες με τις γνώσεις, δεξιότητες, στάσεις και αξίες που χρειάζονται για να είναι σε θέση να παίρνουν ενημερωμένες αποφάσεις και να απολαμβάνουν τη σεξουαλικότητά τους σωματικά, συναισθηματικά, ατομικά και στις σχέσεις τους. Προσεγγίζει τη σεξουαλικότητα ολιστικά και εντός του πλαισίου της συναισθηματικής και κοινωνικής ανάπτυξης»<sup>1</sup>. Περιλαμβάνει τη μάθηση για το κοινωνικό και βιολογικό φύλο, τη σεξουαλική και αναπαραγωγική υγεία και τις σεξουαλικώς μεταδιδόμενες λοιμώξεις, συμπεριλαμβανομένου του HIV/AIDS, τα συναισθήματα, τις σχέσεις, τα σεξουαλικά και αναπαραγωγικά δικαιώματα, τη σεξουαλική ταυτότητα, την απόλαυση και ευχαρίστηση, τη διαφορετικότητα, την ισότητα των φύλων, την εξάλειψη και καταπολέμηση κάθε μορφής βίας κ.α.

Σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι όλα τα μηνύματα που μεταδίδουμε για τη ζωή, τις ανθρώπινες σχέσεις, την οικογένεια, τον σεβασμό, την ισότητα, την ομορφιά των ανθρώπινων σωμάτων, την αγάπη, τον έρωτα, την απόλαυση, τη συναίνεση, τη βία, τις προσωπικές μας επιλογές και τόσα άλλα. Είναι όσα εκφράζουμε με λόγια ή με συμπεριφορές. Είναι κι όλα αυτά που μπορεί να μην λέμε, τα μηνύματα που μεταφέρουμε μέσα από τις σιωπές, είτε γιατί δεν γνωρίζουμε τις απαντήσεις είτε επειδή νιώθουμε άβολα και προτιμούμε να μην τα συζητήσουμε.

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι ένα ταξίδι. Ένα ταξίδι ζωής για παιδιά και ενήλικες. Σε αυτό το ταξίδι, σε κάθε διαδρομή, το πρώτο βήμα είναι να δίνουμε χώρο και να ακούμε. Να ακούμε τι σκέφτονται, τι νιώθουν, τι απόψεις έχουν, τι τα προβληματίζει, τι τα διευκολύνει.

<sup>1</sup> International Planned Parenthood Federation (IPPF). (2006) IPPF Framework for Comprehensive Sexuality Education (CSE). London: IPPF.



Όταν κάτι μας δυσκολεύει, όπως μια συζήτηση με το παιδί μας για... το σεξ και ότι σχετίζεται με αυτό, μπορεί να το αναβάλλουμε.

*Αν δεν κάνουμε αυτήν τη συζήτηση εμείς, πιθανόν να το κάνει κάποιο άλλο άτομο, ίσως όχι και τόσο κατάλληλο.*

Κάνε λοιπόν την αρχή και άρχισε να μιλάς με το παιδί σου! Όταν το παιδί σε ακούσει να μιλάς για το θέμα με άνετο και χαλαρό τρόπο θα ανακαλύψεις ότι μπορεί και να σε εμπιστευτεί. Να θυμάσαι ότι τα παιδιά μιλάνε μόνο για όσα νιώθουν ότι είσαι έτοιμη/ος να ακούσεις, γι' αυτό και η στάση σου μπορεί να διευκολύνει τη συζήτηση με το παιδί.

## ΓΙΑΤΙ ΣΥΖΗΤΟΥΜΕ ΜΕ ΤΑ ΠΑΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΗ ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΟΤΗΤΑ;

Η σεξουαλικότητα αφορά και επηρεάζει κάθε πτυχή του εαυτού μας, κάθε τομέα της ζωής μας. Βοηθώντας τα παιδιά να κατανοήσουν θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα, τα ενδυναμώνουμε με πολύτιμες γνώσεις και δεξιότητες που θα τους είναι χρήσιμες καθώς μεγαλώνουν, σε διάφορους τομείς, όπως είναι η διαχείριση των συναισθημάτων τους, η αντιμετώπιση της πίεσης από τους συνομηλίκους, η πρόληψη σε περιστατικά σεξουαλικής κακοποίησης, η καλλιέργεια θετικής αυτοεικόνας και αυτοπεποίθησης και η δημιουργία υγιών σχέσεων.

**Συζητώντας με το παιδί για θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα, το βοηθάμε να «κτίσει» ένα υγιή «εαυτό» και να χαρεί κάθε στιγμή της παιδικής και ενήλικής του ζωής.**

# Ο ΡΟΛΟΣ ΣΟΥ ΩΣ ΓΟΝΕΑΣ/ΚΗΔΕΜΟΝΑΣ

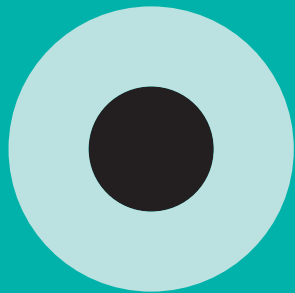
Ισχύει ότι ισχύει γενικότερα για τη διαπαιδαγώγηση των παιδιών! **Είναι πολύ σημαντικό να παρέχεις ασφάλεια στο παιδί.** Αυτό επιτυγχάνεται όταν συζητάς μαζί του, ειδικά για τη σεξουαλικότητα, θέμα που πιθανόν το παιδί θεωρεί ότι δε μπορεί να συζητήσει μαζί σου. Με αυτόν τον τρόπο, δείχνεις ότι μπορεί να σου μιλήσει για το θέμα και επιτρέπεις στο παιδί να κάνει ερωτήσεις γι' αυτά τα θέματα. Ταυτόχρονα, μπορείς **να παρέχεις έγκυρες πληροφορίες και να απαντάς τις ερωτήσεις του,** έτσι ώστε να προετοιμάσεις το παιδί για τις προκλήσεις που μπορεί να αντιμετωπίσει.

Για να μπορέσει να συμβεί αυτό, χρειάζεται **να συνδημιουργείς τους κανόνες με το παιδί.** Ως αποτέλεσμα, το παιδί γνωρίζει τι επιτρέπεται και τι δεν επιτρέπεται (π.χ. πότε και που μπορεί να αγγίζει τα γεννητικά του όργανα). Το παιδί έτσι αντιλαμβάνεται ότι επιτρέπεται να έχει συναισθήματα για τα θέματα αυτά και ότι είναι φυσιολογικό να παρατηρεί και να εξερευνά το σώμα του.

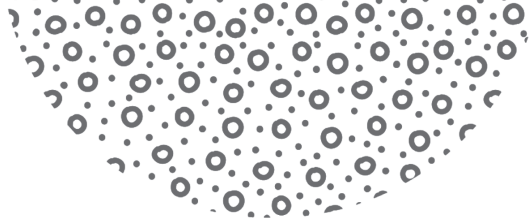
Χρειάζεται, επίσης, να λάβεις υπόψη τις δικές του ανάγκες. Όταν **συμμετέχεις** στις δραστηριότητες του παιδιού και δείχνεις ενδιαφέρον γι' αυτά που κάνει ή αυτά με τα οποία ασχολείται, το παιδί τότε είναι πιο πιθανό να σου μιλήσει ή να σε ρωτήσει για κάτι που το απασχολεί.

Παράλληλα, μαθαίνεις στο παιδί να ζυγίζει τα υπέρ και τα κατά κάθε προσωπικής του απόφασης, συζητώντας μαζί του τόσο τη σημασία όσο και το δικαίωμα της προσωπικής επιλογής σε κάθε θέμα αλλά και των ευθυνών και συνεπειών που αυτή συνεπάγεται.

*Με αυτό τον τρόπο,  
καλλιεργείς αξίες και πρότυπα.  
Σε πολλές περιπτώσεις,  
τα παιδιά υιοθετούν αξίες  
και πρότυπα των γονιών.*



**ΘΕΛΩ ΝΑ ΜΙΛΗΣΩ  
ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ  
ΑΛΛΑ ΔΙΣΤΑΖΩ...**



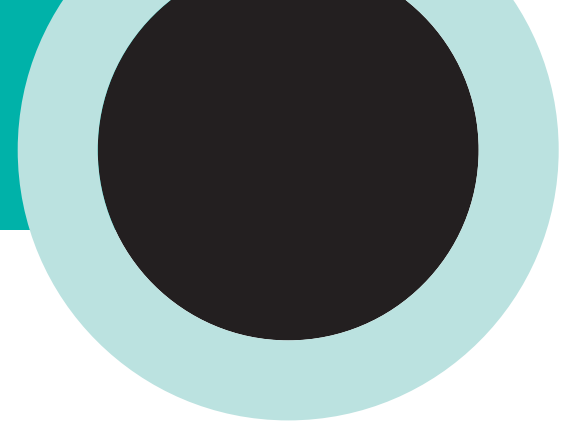
**Πολλά ενήλικα άτομα νιώθουν ότι είναι σχεδόν αδύνατο να κάνουν το πρώτο βήμα και να συζητήσουν με τα παιδιά για το σεξ και τη σεξουαλικότητα γιατί:**

- Ντρέπονται και νιώθουν άβολα.
- Νιώθουν ότι οι γνώσεις τους είναι ανεπαρκείς.
- Δεν έχουν χρόνο.
- Νιώθουν ανασφάλεια μήπως πουν κάτι λάθος.
- Πιστεύουν ότι τους λείπει η εμπειρία, αφού οι δικοί τους γονείς δεν τους έχουν μιλήσει γι' αυτά τα θέματα.
- Φοβούνται, μήπως έτσι κάνουν τα παιδιά να σκέφτονται περισσότερο το σεξ και τα ωθήσουν νωρίτερα σε σεξουαλικές εμπειρίες.
- Για όλους τους πιο πάνω λόγους και πολλούς άλλους...

# ΑΝ ΛΟΙΠΟΝ ΕΞΑΚΟΛΟΥΘΕΙΣ ΝΑ ΔΙΣΤΑΖΕΙΣ ΓΙΑ ΟΠΟΙΟΔΗΠΟΤΕ ΑΠΟ ΤΟΥΣ ΠΙΟ ΠΑΝΩ ΛΟΓΟΥΣ, ΤΟΤΕ ΣΚΕΨΟΥ ΟΤΙ:

- Τα παιδιά φαίνεται να προτιμούν να τ' ακούσουν από ένα άτομο στο οποίο έχουν εμπιστοσύνη, όπως μπορεί να είσαι εσύ, αλλιώς πιθανόν να αποταθούν αλλού.
- Αν δεν γνωρίζεις την απάντηση σε κάτι που ρωτάει το παιδί, τότε μπορείς να πεις «Δεν είμαι σίγουρη/ος γι' αυτό. Δώσε μου λίγο χρόνο να το σκεφτώ και συνεχίζουμε τη συζήτηση». Είναι σημαντικό να αναφέρεις τη συγκεκριμένη ώρα που θα γίνει η συζήτηση.
- Σίγουρα γνωρίζεις περισσότερα από το παιδί γι' αυτά τα θέματα. Αυτό που χρειάζεται το παιδί είναι να νιώθει ότι μπορεί να συζητήσει μαζί σου.
- Μπορείς να μοιραστείς με το παιδί την πιθανή αμηχανία σου για το θέμα, να χαμογελάσεις μαζί του και να αφήσεις το χιούμορ να παίξει τον ρόλο του. Η υπερβολική και προσποιητή σοβαρότητα συνήθως δυσκολεύει την επικοινωνία.
- Έρευνες έχουν δείξει ότι τα παιδιά τα οποία είχαν διαπαιδαγωγηθεί για θέματα σχετικά με τη σεξουαλικότητα από τους γονείς τους είχαν λιγότερες πιθανότητες από τα υπόλοιπα παιδιά να υιοθετήσουν επικίνδυνη σεξουαλική συμπεριφορά και η έναρξη της σεξουαλικής τους ζωής άρχιζε σε μεγαλύτερη ηλικία.
- Δεν υπάρχει τίποτα για το οποίο πρέπει να ντρέπεσαι. Η σεξουαλικότητα είναι κομμάτι του εαυτού μας, κάτι απόλυτα φυσιολογικό. Αν ντρέπεσαι, το μήνυμα που μεταφέρεις στο παιδί είναι ότι κι εκείνο πρέπει να ντρέπεται.





- Μια κουβέντα με το παιδί δεν απαιτεί πολύ χρόνο. Τα παιδιά συνήθως αρκούνται σε σύντομες συζητήσεις και απαντήσεις. Πολλές φορές χρειάζονται χρόνο να σκεφτούν αυτά που συζητήθηκαν και να επανέλθουν κάποια άλλη στιγμή. Το γεγονός αυτό δίνει χρόνο σε εσένα να διερευνήσεις περαιτέρω ένα θέμα ή να ζητήσεις βοήθεια. Ως γονιός/κηδεμόνας είναι σημαντικό να βρεις το χρόνο που απαιτεί μια κουβέντα με το παιδί σου κάθε τόσο.
- Μπορείς να μιλήσεις όσο και όπως μπορείς στο παιδί.
- Αν οι δικοί σου γονείς δεν σου έχουν μιλήσει ποτέ για τέτοια θέματα τότε έχεις ακόμα ένα λόγο να κάνεις τη συζήτηση με το παιδί. Η εποχή μας είναι διαφορετική από την εποχή των γονιών μας. Η δική μας εποχή απαιτεί πρόληψη και δράση.

***Δείξε εμπιστοσύνη  
στο ένστικτο  
και στη διαίσθηση σου.***

## ΠΟΤΕ ΝΑ ΑΡΧΙΣΩ ΝΑ ΣΥΖΗΤΩ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ;

Όσο πιο νωρίς τόσο πιο καλά! Από τη στιγμή που γεννιούνται τα παιδιά είναι σεξουαλικά όντα. Η στάση που αναπτύσσουν απέναντι στο σώμα τους, τα συναισθήματα που νιώθουν και η σεξουαλική τους συμπεριφορά, διαμορφώνονται σύμφωνα με όσα ακούνε και βλέπουν γύρω τους από πολύ νωρίς.

Σε μικρή ηλικία τα παιδιά δεν έχουν αναστολές, ούτε ντρέπονται να συζητήσουν οτιδήποτε. Είναι μια καλή ευκαιρία να βάλουμε τις βάσεις για μια υγιή και ολοκληρωμένη σεξουαλική αγωγή. Αν ξεκινήσεις να μιλάς στο παιδί από νωρίς, τότε μπορείς να συνεχίσεις τη συζήτηση καθώς μεγαλώνει και το παιδί θα βρίσκει τη συζήτηση φυσιολογική.

Στη σημερινή εποχή, τα παιδιά έρχονται σε επαφή με πληροφορίες πολύ πιο νωρίς από ότι εσύ στην ηλικία τους. Επίσης, τα παιδιά διδάσκονται τα θέματα αυτά στο σχολείο. Αν άργησε να γίνει η αρχή, είναι εντάξει!

*Πάρε το χρόνο σου χωρίς να βιαστείς να «καλύψεις» όσα τυχόν δεν έχεις πει μέχρι τώρα.*


*Προσπάθησε να είσαι διαθέσιμη/ος την επόμενη φορά, αλλά και κάθε φορά που το παιδί θέλει να συζητήσετε κάτι.*

# ΠΩΣ ΑΡΧΙΖΩ ΝΑ ΜΙΛΩ ΓΙ' ΑΥΤΑ ΤΑ ΘΕΜΑΤΑ ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ;

Εάν σε πιάνει γλωσσοδέτης κάθε φορά που ετοιμάζεσαι να μιλήσεις στο παιδί σου για το σεξ, μην ανησυχείς, δεν είσαι μόνη/ος! Πολλοί γονείς νιώθουν το ίδιο. Μην προσπαθείς να «δημιουργήσεις» τις τέλειες συνθήκες για να το πετύχεις. Αξιοποίησε καλύτερα τις πολλές ευκαιρίες που σου δίνονται καθημερινά για να αρχίσεις μια τέτοια συζήτηση: τηλεοπτικά προγράμματα, περιστατικά στον οικογενειακό ή φιλικό περίγυρο (π.χ. μια εγκυμοσύνη, ένας γάμος, κλπ.), ένα συμβάν στο σχολείο ή στο φροντιστήριο, διαφημίσεις, εφημερίδες, περιοδικά, βιβλία, στίχοι τραγουδιών, κ.α.

Εξασκήσου στην αναγνώριση τέτοιων «διδασκτικών στιγμών» και αποφάσισε ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος αξιοποίησής τους. Αν το παιδί δεν ανταποκριθεί από την πρώτη, μην απογοητευτείς.

Συνέχισε να προσπαθείς να «ανοίξεις» μια συζήτηση μαζί του.



*Θα πάρει χρόνο,  
αλλά όταν το πετύχεις  
θα έχεις προσφέρει  
στο παιδί ένα υπέροχο  
δώρο, που θα το στηρίζει  
σε όλη του τη ζωή:  
τη δεξιότητα της  
επικοινωνίας.*

## ΤΙ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΩ ΣΤΟ ΠΑΙΔΙ ΚΑΙ ΣΕ ΠΟΙΑ ΗΛΙΚΙΑ;

Ανάλογα με την ηλικία στην οποία βρίσκεται, το παιδί έχει ανάγκη και μπορεί να καταλάβει διαφορετικά πράγματα. Προσπάθησε να μιλήσεις στο παιδί σύμφωνα με:

- Τις ανάγκες και τις απορίες τις οποίες φαίνεται να έχει.
- Το επίπεδο κατανόησης στο οποίο βρίσκεται.

Είναι πιθανόν δύο παιδιά διαφορετικής ηλικίας, ένα τετράχρονο και ένα δωδεκάχρονο να έχουν την ίδια απορία «Πώς γεννιούνται τα παιδιά;». Διαφορετικά θα απαντήσεις στο κάθε παιδί. Το λεξιλόγιο, η ποσότητα των πληροφοριών και το σημείο στο οποίο θα διευκρινήσεις και θα εμβαθύνεις διαφέρει.

*Μήπως αυτό σε αγχώνει;  
Είναι φυσιολογικό!*

Το ένστικτο, η διαίσθηση και η ειλικρινής σας αγάπη για το παιδί μπορεί να σας βοηθήσει για το τι, πως και πόσα θα του πείτε. Να θυμάσαι ότι τα παιδιά συνήθως ικανοποιούνται με σύντομες και απλές απαντήσεις.

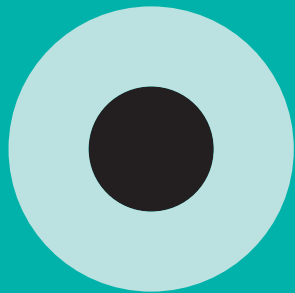
Ό,τι και να πεις στο παιδί φρόντισε πάντα να ενδυναμώνεις την αυτοεικόνα και την αυτοπεποίθησή του, τον σεβασμό προς τον εαυτό του και τους άλλους και να καλλιεργείς την αποδοχή εκ μέρους του της διαφορετικότητας που χαρακτηρίζει τους ανθρώπους.

Όταν μιλάς με το παιδί, εκτός από τις προειδοποιήσεις και τις συμβουλές σχετικά με πιθανούς κινδύνους που μπορεί να αντιμετωπίσει, μίλησε του για τη θετική πλευρά της σεξουαλικότητας... την αγάπη, τη χαρά που μας προσφέρει, τις όμορφες στιγμές!

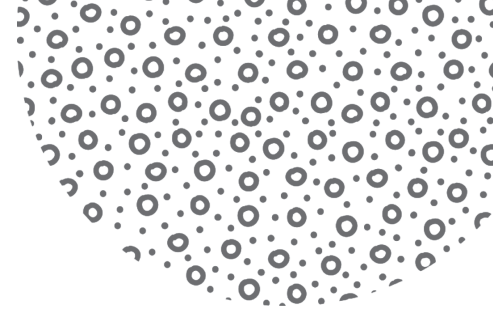


## **Θυμήσου επίσης τα ακόλουθα...**

- Μηνύματα, στάσεις και αρχές περνάς στο παιδί με το δικό σου παράδειγμα. Τα παιδιά μιμούνται τους ενήλικες.
- Δώσε σημασία τόσο στη λεκτική όσο και στη μη λεκτική σου συμπεριφορά. Το παιδί παίρνει μηνύματα, τόσο μέσα απ' όσα του λες όσο και μέσα από όσα δεν του λες, αλλά του δείχνεις με το ύφος, τη διάθεση, τις κινήσεις και τις πράξεις σου.
- Ένα βλέμμα, ένα άγγιγμα, η στάση του σώματος σου, «διδάσκουν» το παιδί χωρίς εσύ να το καταλαβαίνεις.



**ΤΙ ΘΑ ΗΤΑΝ ΚΑΛΟ  
ΝΑ ΓΝΩΡΙΖΕΙ  
ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΚΑΘΩΣ  
ΜΕΓΑΛΩΝΕΙ...**



**Όπως ήδη διάβασες πιο πάνω, αρχίζεις να μιλάς με το παιδί όσο πιο νωρίς μπορείς και καθώς μεγαλώνει, φροντίζεις να εμπλουτίζεις τις γνώσεις του και να καλλιεργείς σε μεγαλύτερο βάθος σχετικές στάσεις και δεξιότητες.**

Πιο κάτω μπορείς να δεις ποια θέματα θα ήταν καλό να μιλήσεις με το παιδί σε κάθε ηλικία. Τα ηλικιακά όρια δεν είναι αυστηρά, ούτε και απόλυτα, ούτε και ο κατάλογος των θεμάτων εξαντλητικός.

Ανάλογα με την περίπτωση κάθε παιδιού μπορείς να θίξεις ένα θέμα νωρίτερα ή αργότερα στην ηλικία, να πεις λιγότερα ή περισσότερα.

### **Και να θυμάσαι:**

Το κήρυγμα ή η «διάλεξη» για τα πιο κάτω θέματα συνήθως κάνουν τα παιδιά να χάνουν την προσοχή τους.

Ακολούθησε τη διαίσθησή σου και βρες τις πιο κατάλληλες και... ανώδυνες ευκαιρίες για να μιλήσεις με τρόπο φυσικό και αβίαστο.

***Στόχος δεν είναι να φοβίσουμε το παιδί, αλλά να το φέρουμε πιο κοντά μας και να του προσφέρουμε πολύτιμες γνώσεις.***



## 0 - 4 ΕΤΩΝ

### Δώσε σημασία:

- Στην ορθή ονομασία από εσένα αλλά και από το παιδί όλων των εξωτερικών μερών του σώματος (στήθος, πέος, κόλπος, αιδοίο, κ.λπ.). Μερικές φορές τα παιδιά αισθάνονται ότι είναι αστείο να φωνάζουν τις «άσχημες» λέξεις ξανά και ξανά, γιατί αντιλαμβάνονται ότι προκαλούν την αντίδραση των ενηλίκων. Όσο εσύ αντιδράς με ηρεμία και αναφέρεις τη σωστή λέξη, τόσο θα την χρησιμοποιεί και το παιδί.
- Στην επεξήγηση προς το παιδί των σωματικών διαφορών ανάμεσα στα φύλα. Τα παιδιά είναι περίεργα για το σώμα τους, αλλά και για τα σώματα των άλλων.
- Στην αποδοχή της συμπεριφοράς του παιδιού να εξερευνά το σώμα του. Σε αυτήν την ηλικία με το άγγιγμα ανακαλύπτουν το σώμα τους. Αυτό μπορεί να κάνει τα παιδιά να νιώσουν όμορφα και να τους ηρεμεί. Είναι κάτι φυσιολογικό και μπορούμε να τα αφήσουμε να το κάνουν. Αν κάτι μας προβληματίζει ή μας κάνει να νιώθουμε άβολα, μπορούμε να μιλήσουμε σε κάποιο γιατρό ή ψυχολόγο ούτως ώστε να νιώσουμε άνετα.
- Στην έναρξη συζητήσεων με το παιδί σχετικά με την ανάγκη για προστασία του εαυτού του και του σώματος του από ανεπιθύμητα αγγίγματα και άλλες συμπεριφορές που το κάνουν να νιώθει άβολα.



4 - 6  
ΕΤΩΝ

## Συζήτησε με το παιδί:

- Από που έρχονται τα μωρά (συζήτηση για τη σύλληψη, την εγκυμοσύνη και τον τοκετό, με απλή γλώσσα αλλά χρησιμοποιώντας τις σωστές ορολογίες, χωρίς πολλές λεπτομέρειες). Να έχεις υπόψη σου ότι κάθε παιδί μπορεί να αντιδράσει με το δικό του τρόπο.
- Για το ποια γλώσσα και ποια συμπεριφορά είναι κοινωνικά αποδεκτή (λεξιλόγιο, χειρονομίες, συνήθειες). Π.χ. συζήτησε ότι πλέον φοράνε ρούχα όταν κυκλοφορούν μπροστά σε άλλα άτομα και ότι αγγίζουν το σώμα τους μόνο όταν είναι μόνα τους.
- Σχετικά με το πως να χειρίζεται το σώμα του και πιο συγκεκριμένα: παιχνίδια με το σώμα (τι είναι ασφαλές και τι όχι, τι είναι αποδεκτό και τι όχι). Τα παιδιά ασχολούνται με την ανακάλυψη του σώματος τους ακόμα και στο παιχνίδι.

Από τη μια αυτό είναι πολύ φυσιολογικό, από την άλλη είναι σημαντικό να γνωρίζουν τους κανόνες για την προστασία του εαυτού τους, αλλά και των άλλων.

- Σχετικά με τη διαφορετικότητα. Τους κάνουν εντύπωση τα άτομα που δεν «ταιριάζουν» στα πρότυπα των φύλων.
- Συμπεριφορές που πρέπει να γίνονται σε ιδιωτικό χώρο και όχι δημόσια.
- Το γεγονός ότι το σώμα του, ανήκει μόνο σ' αυτό και ότι μπορεί και πρέπει να αρνηθεί οποιαδήποτε συμπεριφορά προέρχεται από κάποιο άλλο άτομο και το κάνει να νιώθει άβολα και άσχημα, ακόμα κι αν το άλλο άτομο είναι μέλος της οικογένειας.

**6 - 9  
ΕΤΩΝ**

## Μίλησε με το παιδί για:

- Τις διαφορές ανάμεσα στα φύλα (συμπεριφορά, συνήθειες, κοινωνικά αποδεκτές τάσεις).
- Το πως νιώθει για τον εαυτό του.
- Την αναπαραγωγή με περισσότερες λεπτομέρειες.
- Τον σεβασμό των προσωπικών στιγμών του ίδιου και των άλλων σε προσωπικό χώρο.
- Τον σεβασμό που πρέπει να επιδεικνύουμε προς τους άλλους ανεξάρτητα αν είναι διαφορετικοί από εμάς με οποιονδήποτε τρόπο.
- Θέματα αυτοσεβασμού.
- Θέματα που αποτελούν κοινωνικά ταμπού.
- Θέματα που σχετίζονται με τα στερεότυπα των φύλων.
- Την έννοια της φιλίας, της αγάπης και των αντίστοιχων σχέσεων που κτίζουν οι άνθρωποι. Στην περίπτωση των ερωτικών σχέσεων, μπορείς να αναφερθείς σε σχέσεις ατόμων ίδιου ή διαφορετικού φύλου.

## 9 - 12 ΕΤΩΝ

### Σε αυτήν την ηλικία συζήτησε με το παιδί για:

- Τις σωματικές και συναισθηματικές αλλαγές της προεφηβείας.
- Την ιδέα που έχει για το σώμα του (θέματα αυτοεικόνας, αυτοεκτίμησης, κ.λπ.).
- Την πιθανή ανησυχία του για το αν είναι φυσιολογικό εξαιτίας των ξαφνικών αλλαγών που νιώθει ότι βιώνει (περίοδος, ονειρώξη, αλλαγές στο σώμα, στη φωνή).
- Την αμηχανία του να συζητήσει θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα.
- Θέματα που σχετίζονται με νέες σκέψεις και νέα συναισθήματα που το απασχολούν (οι φίλεις, το φλερτ, κ.λπ.).
- Οποιαδήποτε άλλα θέματα το απασχολούν με στόχο να το διαφωτίσεις και να το καθησυχάσεις.

Προσπάθησε να θέσεις τη σχέση σου και την επικοινωνία μαζί με το παιδί σου σε νέες και γερές βάσεις, με στόχο να καταφέρεις να τη διατηρήσεις δυνατή κατά τη διάρκεια των ωραίων αλλά... δύσκολων χρόνων της εφηβείας. Θυμήσου ότι σε αυτή την ηλικία, θέλουν να μάθουν τα πάντα για το σεξ ή δε μιλάνε καθόλου γι' αυτό. Παρόλο που τα παιδιά μιλούν για τις «σχέσεις» τους πολλές φορές και σε μικρότερη ηλικία, σε αυτή την ηλικία μπορεί να αρχίσουν να μιλούν περισσότερο γι' αυτό το θέμα.

Πολλές φορές φαίνεται ότι μιλάνε μόνο γι' αυτό το θέμα. Το θέμα της έλξης και της σεξουαλικότητας είναι κάτι που απασχολεί τα άτομα αυτής της ηλικίας. Είναι σημαντικό να δημιουργηθούν οι συνθήκες που θα επιτρέψουν στο παιδί να ακούσει και να μιλήσει γι' αυτά τα θέματα.

# 13 - 18 ΕΤΩΝ

Σε αυτές τις ηλικίες αναμένουμε ότι:

- Δυσκολεύονται να αποδεχτούν τις πολλές σωματικές αλλαγές και προσπαθούν να προσαρμοστούν στα νέα επίπεδα ορμονών.
  - Πιθανόν να εκδηλώσουν έντονα την ανάγκη να μείνουν μόνες/οι γι' αυτό πολλές φορές κλείνονται στο δωμάτιό τους.
  - Επηρεάζονται πολύ εύκολα από τις φίλες και τους φίλους τους, τα ΜΜΕ και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Γίνονται πιο ευαίσθητες/οι στα πειράγματα, την κριτική και την απόρριψη και είναι πιο ευάλωτες/οι στην πίεση των φίλων, των ΜΜΕ και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.
  - Θέλουν να νιώθουν ότι ελέγχουν τη ζωή τους. Γι' αυτό συχνά δημιουργείται ένταση, αφού διαφωνούν περισσότερο με τους γονείς. Παρ' όλα αυτά, οι γονείς παραμένουν σημαντικοί!
  - Νιώθουν συχνά έλξη από άτομα άλλου ή του ίδιου φύλου, κάνουν ρομαντικές, ερωτικές και σεξουαλικές σκέψεις και έχουν έντονα συναισθήματα για το άτομο που τους ενδιαφέρει.
  - Πιθανόν να βιώσουν τα πρώτα χάδια, ίσως και σεξουαλική επαφή.
  - Μπορεί να χρειάζονται βοήθεια για να καθορίσουν ή να επανακαθορίσουν τα όρια τους σε μια σχέση. Μπορεί να έχουν διάφορες αρνητικές εμπειρίες.
  - Κάποια παιδιά μπορεί να μιλήσουν για τη σεξουαλική τους ταυτότητα.
- Να είσαι έτοιμη/ος να ακούσεις, να συμβουλευτείς, να μοιραστείς εμπειρίες και απόψεις, όσο γίνεται χωρίς πίεση και ένταση. Ότι και να συμβαίνει, προσπάθησε να διατηρείς ανοικτή την επικοινωνία. Στόχος είναι να νιώσει ότι μπορεί να σε εμπιστευτεί κάθε στιγμή για οτιδήποτε το απασχολεί.

Υπενθυμίζουμε ότι τα ηλικιακά στάδια δεν είναι απόλυτα και οι εξηγήσεις είναι ενδεικτικές!

# ΤΙ ΜΑΘΑΙΝΕΙ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ; Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗΣΗ ΣΤΗΝ ΚΥΠΡΟ

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι μια δια βίου διαδικασία μάθησης. Ενώ τα παιδιά χρειάζονται χώρο για ανοιχτή επικοινωνία με τους γονείς τους, ταυτόχρονα η μάθησή τους συμπληρώνεται από την επίσημη εκπαίδευση. **Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση στο σχολείο είναι ένα κατοχυρωμένο δικαίωμα των παιδιών**, το οποίο διασφαλίζεται σε Διεθνείς Συνθήκες, Συμφωνίες και Συμβάσεις, τις οποίες έχει επικυρώσει και η Κύπρος.

Η εισαγωγή του Προγράμματος Σπουδών Αγωγής Υγείας στα δημόσια σχολεία από το 2012, αποτελεί σημαντικό βήμα για τη διασφάλιση του δικαιώματος στη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση. Το περιεχόμενο του Προγράμματος είναι επιστημονικά τεκμηριωμένο, θεωρητικά θεμελιωμένο και εμπερικλείει όλες τις διαστάσεις της υγείας.

Στο Δημοτικό, τα θέματα που σχετίζονται με τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση καλύπτονται στο μάθημα της Αγωγής Υγείας/Αγωγής Ζωής.

Στο Γυμνάσιο η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση προσεγγίζεται κυρίως στα μαθήματα Οικιακής Οικονομίας και Βιολογίας. Στο Λύκειο, σχετικές ενότητες καλύπτονται μόνο στο μάθημα της Βιολογίας (υποχρεωτικό στην Α' Λυκείου, επιλεγόμενο στις Β' και Γ' Λυκείου) και στο επιλεγόμενο μάθημα της Οικογενειακής Αγωγής.

Στη Μέση Τεχνική Εκπαίδευση δεν καλύπτεται η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση.





Ταυτόχρονα, είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι στο παρόν στάδιο πολλά παιδιά με αναπηρίες δεν έχουν πρόσβαση σε σεξουαλική διαπαιδαγώγηση, αφού η εκπαίδευση τους δεν στηρίζεται σε Αναλυτικό Πρόγραμμα, αλλά σε εξατομικευμένο ατομικό πρόγραμμα. Στην πραγματικότητα, παρότι το πλαίσιο πολιτικής σχετικά με τη σεξουαλική διαπαιδαγώγηση είναι περιεκτικό, παρατηρούνται ελλείψεις στην αποτελεσματική εφαρμογή της. Η αποτελεσματική εφαρμογή της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης σε όλες τις βαθμίδες της εκπαίδευσης, για όλα τα παιδιά, θα διασφαλίσει ότι τα παιδιά αποκτούν γνώσεις και δεξιότητες απαραίτητες, ώστε να λαμβάνουν υπεύθυνες αποφάσεις για την υγεία και την ευημερία τους.

Τα πιο κάτω εγχειρίδια είναι εγκεκριμένα από το Υπουργείο Παιδείας, Πολιτισμού, Αθλητισμού και Νεολαίας και στηρίζονται στις ευρωπαϊκές κατευθυντήριες γραμμές που έχουν εκδοθεί

από την Παγκόσμια Οργάνωση Υγείας (Standards for Sexuality Education in Europe, 2010) διαθέσιμο: <https://www.bzga-whocc.de/en/publications/standards-in-sexuality-education/>

### **1) Ταξίδι Ζωής:**

[http://archeia.moec.gov.cy/sd/299/agogi\\_ygeias\\_taxidi\\_zois.pdf](http://archeia.moec.gov.cy/sd/299/agogi_ygeias_taxidi_zois.pdf)

### **2) I'm SET – Εφαρμογή της Υποχρεωτικής Σεξουαλικής Διαπαιδαγώγησης στους Εφήβους:**

[http://archeia.moec.gov.cy/sm/740/IMSET\\_Manual.pdf](http://archeia.moec.gov.cy/sm/740/IMSET_Manual.pdf)

### **Μάθε περισσότερα για την εφαρμογή της σεξουαλικής διαπαιδαγώγησης στην Κύπρο, στη σελίδα του Συνδέσμου Οικογενειακού Προγραμματισμού:**

<https://www.familyplanning.org.cy/srhr/sexuality-education/>

# Η ΣΕΞΟΥΑΛΙΚΗ ΔΙΑΠΑΙΔΑΓΩΓΗ ΩΣ ΜΕΣΟ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΤΗΣ ΚΑΚΟΠΟΙΗΣΗΣ

Η σεξουαλική διαπαιδαγώγηση μπορεί να διαδραματίσει σημαντικό ρόλο στην προστασία των παιδιών από τη σεξουαλική κακοποίηση. Όμως, όσο και αν εκπαιδεύσουμε τα παιδιά, ταυτόχρονα χρειάζεται και η εμπλοκή των ενηλίκων για την προστασία τους.

Τα σημάδια της σεξουαλικής κακοποίησης δεν είναι πάντα εύκολο να αναγνωριστούν. Τις περισσότερες φορές το άτομο που κακοποιεί είναι γνωστό στα παιδιά, έχει κερδίσει την εμπιστοσύνη τους, τα παιδιά το συμπαθούν. Είναι λοιπόν χρήσιμο να μπορούν τα ίδια να αναγνωρίσουν τις συμπεριφορές που τα κάνουν να αισθάνονται άβολα. Ακόμα πιο σημαντικό είναι να νιώθουν ότι μπορούν να μοιραστούν τις ανησυχίες τους μαζί σου.

Η καλή επικοινωνία με το παιδί παίζει ουσιαστικό ρόλο στην αναγνώριση συμπεριφορών που προβληματίζουν το παιδί, αλλά και στην αντιμετώπιση των αναγκών του παιδιού όταν αναφέρει οποιοσδήποτε ανησυχίες.

Πού μπορώ να αποταθώ για να ενημερωθώ για το θέμα της σεξουαλικής κακοποίησης των παιδιών, καθώς και να αναζητήσω βοήθεια εάν χρειαστεί:

▪ **Στην ιστοσελίδα του Συμβουλίου «ΦΩΝΗ»**  
<http://foni.org.cy/el/goneis-plirofories>

▪ **Στην ιστοσελίδα της εκστρατείας του Συμβουλίου της Ευρώπης «Ένα στα Πέντε»**  
<https://enastapente.gr/en>

# ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΟΜΑΙ ΣΤΙΣ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ ΤΗΣ ΣΥΓΧΡΟΝΗΣ ΕΠΟΧΗΣ

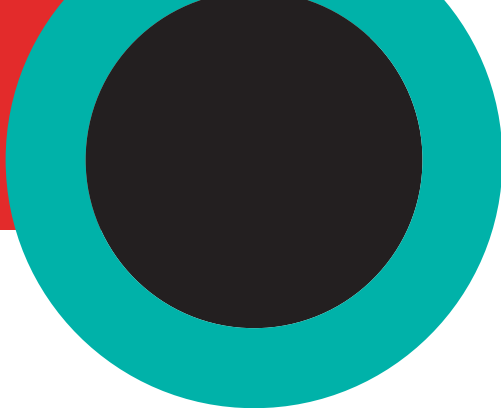
Τα περισσότερα άτομα στην εφηβεία νιώθουν πιο άνετα να επικοινωνούν μέσω των κινητών και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης (Facebook, Instagram, Twitter, Snapchat, κλπ.). Πολλές φορές χρησιμοποιούν όρους που δεν είναι κατανοητοί σε ενήλικα άτομα.

Αναρτούν φωτογραφίες, μοιράζονται μηνύματα με συγκεκριμένες ομάδες, μπορούν να επικοινωνήσουν με οποιοδήποτε άτομο σε οποιαδήποτε άλλη χώρα. Αυτό είναι φυσιολογικό, αλλά πολλές φορές μπορεί να λειτουργούν αυθόρμητα και αρκετές φορές βάζουν τον εαυτό τους σε κίνδυνο.

Όταν ένα άτομο αποστέλλει μια αποκαλυπτική φωτογραφία, ή όταν ανταλλάσσονται σεξουαλικά μηνύματα αυτό λέγεται “sexting”.

Τα παιδιά μπορεί να το κάνουν για επίδειξη, για να προκαλέσουν, για να δείξουν την αφοσίωση τους στη/στον σύντροφο, για να φλερτάρουν. Εκεί όπου υπάρχει συναίνεση μπορεί και να διευκολύνει την επικοινωνία μεταξύ τους. Από την άλλη, για κάποιο λόγο, τα παιδιά μπορεί να μη λάβουν υπόψιν την πιθανότητα αυτή η πληροφορία να διαρρεύσει και ότι εύκολα μπορεί να χαθεί ο έλεγχος για το ποια/ος το βλέπει.





## **Είναι σημαντικό να γίνει η συζήτηση με το παιδί προληπτικά.**

Όπως αναφέρθηκε πιο πάνω, η επικοινωνία με το παιδί, ακόμα και γι' αυτά τα θέματα, ξεκινά από την αρχή. Παράλληλα, είναι χρήσιμο οι γονείς να ενημερώνονται για τις εξελίξεις στα θέματα αυτά. Οι κανόνες για τα κινητά και τη χρήση των μέσων κοινωνικής δικτύωσης μπαίνουν πριν το παιδί αποκτήσει τη συσκευή και έχουν να κάνουν με τη σωστή χρήση των συσκευών και των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Σε αυτή τη φάση, η επικοινωνία μαζί τους μπορεί να μοιάζει δύσκολη, ακόμα και επικίνδυνη! Είναι σημαντικό να είσαι παρούσα/παρών σε όλα αυτά που συμβαίνουν με διακριτικότητα. Τα παιδιά μπορεί να γίνονται ανεξάρτητα, αλλά μπορείς να δείξεις ενδιαφέρον για όλα όσα συμβαίνουν στη ζωή τους.

*Για θέματα που αφορούν στην ασφαλή και υπεύθυνη χρήση του Διαδικτύου και άλλων ψηφιακών μέσων μπορείς να αποταθείς στη Γραμμή Βοήθειας 1480.*



**ΟΤΑΝ ΣΥΖΗΤΑΣ  
ΜΕ ΤΟ ΠΑΙΔΙ ΣΟΥ  
ΘΥΜΗΣΟΥ ΟΤΙ  
ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ...**



- Ακούς... να ακούς... να ακούς περισσότερο και να μιλάς... λιγότερο!
- Είσαι ειλικρινής.
- Είσαι εχέμυθη/ος. Σε οποιαδήποτε ηλικία είναι το παιδί είναι σημαντικό να μπορεί να σε εμπιστεύεται.
- Διατηρείς τη ψυχραιμία και την υπομονή σου, όποιο κι αν είναι το περιεχόμενο της συζήτησης.
- Ενθαρρύνεις το παιδί να μιλά και να κάνει ερωτήσεις. Αν είναι ντροπαλό τότε βρες εσύ ένα τρόπο να αρχίσεις τη συζήτηση.
- Χρησιμοποιείς χιούμορ.
- Επιλέγεις μια καλή στιγμή όπου νοιώθετε άνετα, όπως μια διαδρομή με το αυτοκίνητο, παίρνοντας βόλτα το σκύλο, μαγειρεύοντας κλπ.
- Αξιοποιείς ευκαιρίες για να ξεκινάς συζητήσεις γι' αυτά τα θέματα, όπως για παράδειγμα την εγκυμοσύνη ενός γνωστού ατόμου, μια εκπομπή στην τηλεόραση, ένα περιστατικό στην επικαιρότητα, κλπ.
- Μοιραστείς με το παιδί τις σκέψεις, τα συναισθήματα και εμπειρίες που είχες κι εσύ στην ηλικία του για παρόμοια θέματα.
- Δίνεις πάντοτε σύντομες και απλές απαντήσεις.
- Παραδεχτείς ότι δεν γνωρίζεις την απάντηση σε μια ερώτηση.
- Ρωτάς κι εσύ ερωτήσεις του στυλ «Εσύ τι θα έκανες αν...», «Πως θα αντιδρούσες αν...».
- Είναι σημαντικό τα παιδιά να απαντήσουν μόνα τους την ερώτηση.
- Ξεκαθαρίσεις μέσα σου ποιες είναι οι προσωπικές σου απόψεις και στάσεις σε αυτά τα θέματα πριν αρχίσεις να συζητάς με το παιδί σου.
- Διαχωρίζεις τα γεγονότα, τις γνώσεις και την αντικειμενική αλήθεια από τις απόψεις που είναι υποκειμενικές.
- Δείχνεις στοργή με το άγγιγμα και τα λόγια στο παιδί σου, σε όλες τις ηλικίες, για να του δώσεις το μήνυμα ότι αυτός είναι ένας φυσικός και όμορφος τρόπος έκφρασης συναισθημάτων.



Σε περίπτωση που νιώθεις άβολα να μιλήσεις γι' αυτά τα θέματα, μπορείς να ακούσεις το παιδί, μπορείς να δώσεις χρόνο και χώρο στις απορίες και τις αγωνίες του και να το βοηθήσεις να βρει αξιόπιστες πηγές από τις οποίες μπορεί να ενημερωθεί. Μπορείς να αξιοποιήσεις τις πιο κάτω πηγές για να πάρεις ιδέες για το πως να μιλήσεις για το θέμα. Ενδεικτικά, αναφέρονται μερικές χρήσιμες πηγές.

## **BIBΛΙΑ**

- Η μαμά γέννησε ένα αυγό! Μπαμπέτ Κολ, (1993), Εκδόσεις Πατάκη
- Εγώ και το σώμα μου: Πώς ήρθα στον κόσμο, Claire Llewellyn, (1999), Μοντέρνοι Καιροί
- Θέλω να μάθω για το σεξ, Μόρφα, Κάντια, Λοπεθόσα, Μποτέγια, (2003), Καστανιώτη
- Από που ήρθε τούτο το μωρό; Debi Gliori, (2004), Εκδόσεις Πατάκη

- Απαντήσεις σε ερωτήσεις εφήβων: Όλα όσα πρέπει να γνωρίζω για το σώμα μου, το φύλο μου, τη σχέση μου, Τζάκι Μπέιλι, (2004), Άγκυρα
- Τα μωρά δεν τα φέρει ο πελαργός, Ρόμπυ Χάρρις, (2006), Εκδόσεις Πατάκη
- Η σεξουαλικότητα στην εφηβεία, Lluís Cugota Mateu, (2008), Σαβάλας
- Πώς γεννιούνται τα παιδιά, Φίλιππος Μανδηλαράς (2009), Εκδόσεις Πατάκη
- Πώς τα ξέρεις όλα; Όλα όσα πρέπει να γνωρίζετε για το σεξ... Οδηγός για εφήβους, Τζασμίνκα Πέτροβιτς, (2010), Βιβλιοχώρα

## **ΙΣΤΟΣΕΛΙΔΕΣ**

- Amaze - Βίντεο για γονείς και έφηβα παιδιά:  
<https://amaze.org>
- Zanzu - Πληροφορίες για τη σεξουαλική υγεία:  
<https://www.zanzu.be/>

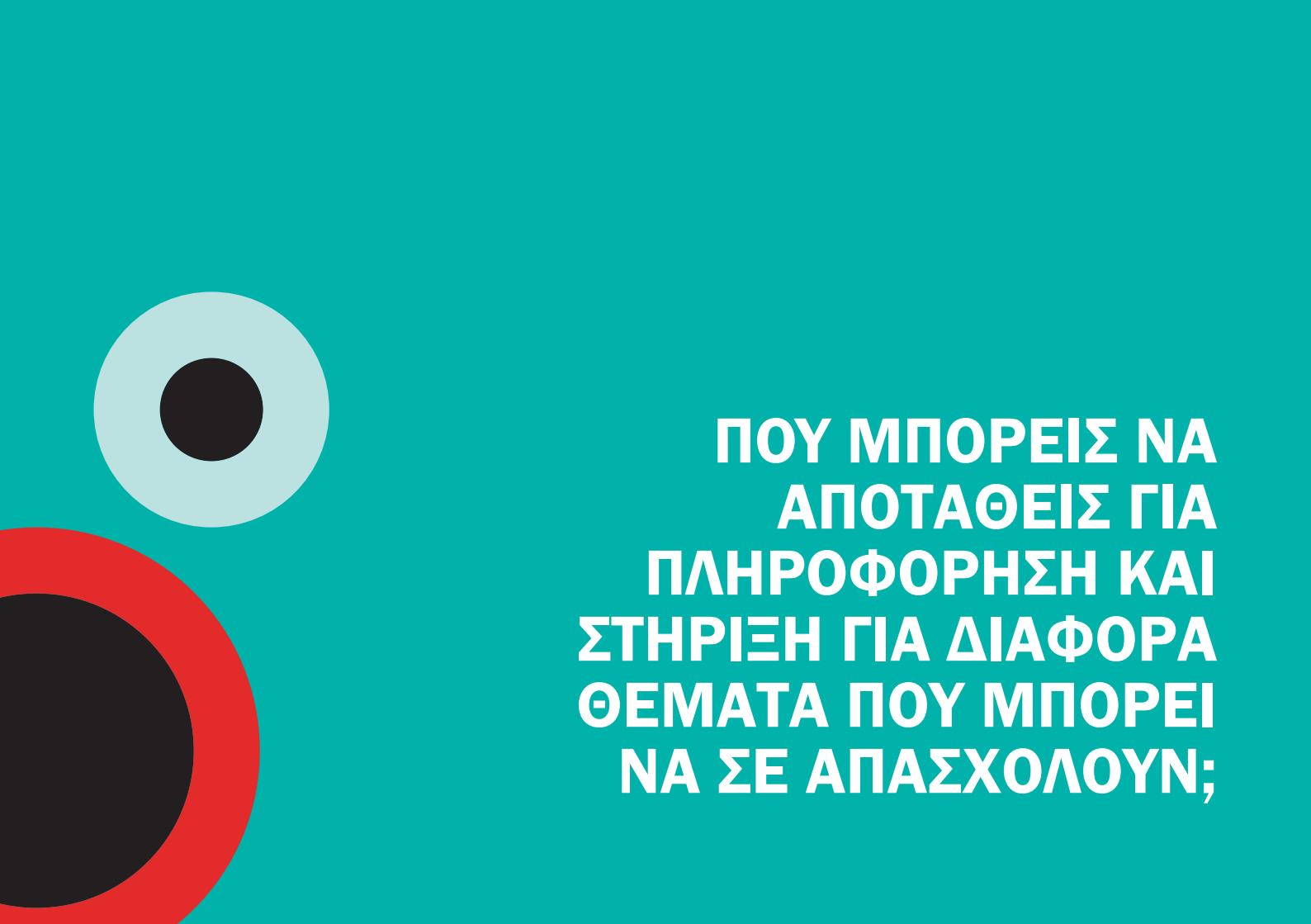
# ΕΠΙΚΟΙΝΩΗΣΕ ΔΩΡΕΑΝ ΜΕ ΤΗ ΓΡΑΜΜΗ 1455

Για οποιεσδήποτε απορίες ή προβληματισμούς, μην διστάσεις να επικοινωνήσεις στη Γραμμή 1455 του Κυπριακού Συνδέσμου Προγραμματισμού ή και μέσω e-mail στο [1455@cfpa.org.cy](mailto:1455@cfpa.org.cy).

*Η Γραμμή 1455, λειτουργεί καθημερινά από τις 9:00π.μ. - 10:00μ.μ. και παρέχει πληροφόρηση και στήριξη σε θέματα σεξουαλικής υγείας και υγιών σχέσεων με πλήρη εχεμύθεια και εμπιστευτικότητα.*

Μέσω της Τηλεφωνικής Γραμμής 1455 μπορείτε να λάβετε πληροφόρηση και στήριξη σε θέματα όπως:

- Σχέσεις
- Σεξουαλικά Μεταδιδόμενες Λοιμώξεις
- Αντισύλληψη
- Ανεπιθύμητη Εγκυμοσύνη
- HIV/AIDS
- Σεξουαλικές Δυσλειτουργίες
- Μηνιαίος Κύκλος της Γυναίκας (Περίοδος)
- Σεξουαλικός Προσανατολισμός
- Σεξουαλική Βία
- Σεξουαλική Διαπαιδαγώγηση
- Εφηβεία



**ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙΣ ΝΑ  
ΑΠΟΤΑΘΕΙΣ ΓΙΑ  
ΠΛΗΡΟΦΟΡΗΣΗ ΚΑΙ  
ΣΤΗΡΙΞΗ ΓΙΑ ΔΙΑΦΟΡΑ  
ΘΕΜΑΤΑ ΠΟΥ ΜΠΟΡΕΙ  
ΝΑ ΣΕ ΑΠΑΣΧΟΛΟΥΝ;**

**Κυπριακός Σύνδεσμος Οικογενειακού  
Προγραμματισμού**

22751093 | Γραμμή 1455  
www.familyplanning.org.cy

**Σύνδεσμος για την Πρόληψη και Αντιμετώπιση  
της Βίας στην Οικογένεια**

Γραμμή Βοήθειας 1440 | www.domviolence.org.cy

**Οργανισμός Νεολαίας Κύπρου (ONEK)**

Γραμμή Επικοινωνίας, Στήριξης  
και Συμβουλευτικής 1410  
Online chat στο www.onek.org.cy

**Συμβούλιο «Φωνή» για πρόληψη και  
καταπολέμηση της σεξουαλικής κακοποίησης  
και εκμετάλλευσης παιδιών**

22103234  
Online chat στο www.foni.org.cy

**Ευρωπαϊκή Γραμμή Στήριξης Παιδιών  
και Εφήβων**

116111 | www.call116111.com

**Ευρωπαϊκή Γραμμή Εξαφανισμένων Παιδιών**  
116000 | www.call116000.org

**Γραμμή Βοήθειας και Καταγγελιών  
για την Ασφάλεια στο Διαδίκτυο**

1480 | internetsafety.pi.ac.cy

**Γραμμή Στήριξης Κίνησης  
Συμπαράστασης για το AIDS**

99609070 | http://asmcyprus.org

**Γραμμή Επικοινωνίας Κ.Υ.Φ.Α. - Κέντρο  
Υποστήριξης Ανθρώπων Που Ζουν Με HIV/AIDS**

1464 | www.kyfahivcenter.com

**Επίτροπος για την Προστασία  
των Δικαιωμάτων του Παιδιού**

22873200 | www.childcom.org.cy



Ο Σύνδεσμος είναι ένας από τους παλαιότερους και πιο γερά εδραιωμένους εθελοντικούς, μη κερδοσκοπικούς και μη κυβερνητικούς οργανισμούς στην Κύπρο, μέλος της Διεθνούς Ομοσπονδίας Οικογενειακού Προγραμματισμού με πλούσια και συνεχή συνεισφορά στον τομέα της σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας και δικαιωμάτων. Ο Σύνδεσμος σχεδιάζει, υλοποιεί και αξιολογεί προγράμματα ενημέρωσης και εκπαίδευσης σε νέους και σε άλλες ομάδες πληθυσμού, επαγγελματίες και μη, σε θέματα όπως σεξουαλικότητα, σχέσεις, σεξουαλικώς μεταδιδόμενες λοιμώξεις, σεξουαλική βία, ανεπιθύμητες εγκυμοσύνες, σεξουαλικός προσανατολισμός κ.α.

Ο Σύνδεσμος εκδίδει έγκυρο ενημερωτικό και εκπαιδευτικό υλικό και παρέχει πληροφόρηση και στήριξη μέσω της Γραμμής 1455. Πραγματοποιεί ερευνητικά προγράμματα με σκοπό την καταγραφή και τεκμηρίωση των αναγκών στην Κύπρο, και διεξάγει προγράμματα προώθησης και προάσπισης των σεξουαλικών δικαιωμάτων.

Τηλ: 22 751093 | Γραμμή 1455 | [info@cfpa.org.cy](mailto:info@cfpa.org.cy) | [www.familyplanning.org.cy](http://www.familyplanning.org.cy)

**Με την υποστήριξη του:**



*Η επιχορήγηση της έκδοσης δεν εξυπακούει την αποδοχή του περιεχομένου που εκφράζεται σ' αυτήν από τον ΟΝΕΚ.*