



LA PROPIA ADOLESCENCIA



¡Cómo estás? ¿Todo bien?

SEXUALIDAD presente a lo largo de toda la vida

cuando nacemos

cuando nos conocemos con otro/a

Queremos que sepas que esta carpeta fue hecha para que vos te puedas informar sobre tu sexualidad, tus derechos y lugares a donde podés recurrir para consultar, participar y recibir más información. La podés llevar a donde vos quieras: liceo, UTU, la casa de tus amigos/as, otras instituciones y también tenela siempre con vos para consultarla cuando lo necesites.

Tené en cuenta que está de más hablar de estos temas con otras personas, por ejemplo con tus padres, tus amigos/as, referentes, etc. Estaría buenísimo que puedas compartir esta carpeta con tus amigos y amigas para ayudarse mutuamente.

También queremos recordarte que está propio tener derecho a vivir tu adolescencia como quieras, mientras no molestes o invadas a los demás. Es una de las etapas más lindas de la vida, aprovechala, vivila con libertad, sanamente y con alegría.

Sabelo que tenés derecho a vivir la orientación sexual que vos quieras, a ser respetado/a por ella y que vos también tenés que respetar a los demás.

Comunicate, transmití lo que pienses, expresate y tomá tus propias decisiones. Te desafiamos a que respondas estas preguntas y se las hagas a tus amigas y amigos...

- ¿Te sentís respetado/a sexualmente?
- ¿Consideras que vos respetas a los y las demás en su sexualidad?
- ¿Qué opinas del preservativo?... ¿y del embarazo adolescente?

Espacio libre para que escribas más preguntas y las sigas compartiendo con tus amigos y amigas...

Bueno loco/a, hasta acá llegamos, vos seguí divirtiéndote con la carpeta... esperamos que te sirva de mucha ayuda...

Nosotras/os estamos bien, si te re copa podés escribirnos a lapropiaadolescencia@hotmail.com



cuando compartimos con amigos/as

cuando nos gusta alguien

sexualidad ≠ sexo



sexo = masculino y femenino

LA PROPIA ADOLESCENCIA



Se respetan nuestros DERECHOS cuando:

- nos expresamos
- nos comunicamos
- compartimos buenos momentos
- nos relacionarnos sexualmente con placer y somos libres para elegir con quién
- soy madre o soy padre cuando lo deseo
- me respetan
- me aceptan como soy
- no me discriminan
- me ayudan y me apoyan
- me dan la posibilidad de informarme y educarme en sexualidad
- puedo ir a Servicios de Salud pensados para mí

No se respetan nuestros DERECHOS cuando:

- no soy comprendida/o
- tengo relaciones sexuales sin tener la posibilidad de protegerme
- no me escuchan y no respetan mi opinión
- me discriminan
- abusan de mí sexualmente
- tengo un hijo/a sin desearlo
- tengo relaciones sexuales en forma de

Esta carpeta fue elaborada por adolescentes participantes del Espacio Mujer Adolescente de Gurises Unidos y por adolescentes de Ciudad de la Costa del Liceo y la UTU de Solymar Norte.* / Tuvieron el apoyo del equipo técnico de Gurises Unidos: Lic. Ps. Mónica Da Silva, A. S. Solana Quesada, Lic. Ps. Valeria Ramos y Ed. Soc. Cecilia Saravia / Contando con el aporte del Mtro. Diego Rossi.

*

Alejandra Almada
Ana Karina Mattosso
Ana Laura Galeazzi
Ana Paula Horti
Ana Paola Cabrera
Carmen Cabrera
Carolina Fernández
César Choca
Christian Vázquez
Gabriela Leal
Karina Castro
Laura Alvarez
Liseht Estévez
Natalia Alberro
Silvia Haas
Topacio De Los Santos
Valeria Luján
Ximena Goycochea

GURISES UNIDOS

Rivera 2057

Tel: 400 3081, 408 8572 y 400 4354

gurises@chasque.apc.org

www.gurisesunidos.org.uy

www.redlamyc.info

Los y las adolescentes podemos recurrir a:

ACCION PROMOCIONAL 18 DE JULIO:

Chimborazo 3266, Montevideo
216 8040 de lun a jue de 16 a 18 hs.

podés consultar al ginecólogo/a
y al psicólogo/a

ASOCIACIÓN URUGUAYA DE PLANIFICACIÓN FAMILIAR:

Soca 1539, Montevideo.
707 7479 al 81 de lun a vie de 9 a 19.30 hs.

podés pedir información u
obtener métodos
anticonceptivos y ma-
teriales educativos en
biblioteca: libros,
folletos, videos, juegos.
También podés ir a
consultar al ginecólogo/a

ARCOIRIS:

Canelones 1164, Montevideo.
901 7306

podés pedir información o
ayuda por situaciones
de maltrato o violencia
sexual

CASA DE LA MUJER DE LA UNION

José Serrato 2613, Montevideo.
506 0601 de lun a vie de 14 a 19 hs.

podés solicitar atención
ginecológica, participar
en espacios de
orientación en
sexualidad, comprar
métodos anticonceptivos,
participar en grupos de
preparación para el parto
especiales para
adolescentes y/o en el
Espacio Joven si tenés
entre 14 y 17 años y sos
mujer

CASA LUNAS:

Aparicio Saravia 3183, Montevideo.
512 1715 514 5144 de lun a vie de 12 a 18 hs.

podés coordinar entrevista de
ingreso para participar en
una propuesta integral, si
sos menor de 18 años y
estas embarazada o
tenés hijos/as de hasta
2 años

CENTRO EL FARO - FORO JUVENIL

Luis A. de Herrera 3730, Montevideo.
200 5210 de lun a vie de 10 a 17 hs.

podés pedir información o
ayuda por situaciones
de maltrato o violencia
sexual y familiar

CENTROS DE SALUD DEL MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA

En cualquier lugar del país, podés recurrir al
Centro de Salud más cercano a tu casa...

podés pedir información u
obtener métodos
anticonceptivos, a
consultar al ginecólogo/a,
a realizarte el PAP y/ o el
examen de VIH-Sida o
consultar por otra
Infección de Transmisión
Sexual

DESYP: RED DE JÓVENES POR LOS DERECHOS SEXUALES Y REPRODUCTIVOS

Soriano 1610, Montevideo.
410 1078 mar y vie de 15 a 18 hs. o al
099144681.

podés solicitar información
sobre cómo participar de
la RED y sobre
actividades relacionadas
con los Derechos
Sexuales y Reproductivos

DIRECCIÓN NACIONAL DE PREVENCIÓN SOCIAL DEL DELITO (Unidad de Atención a Infancia y Adolescencia)

San Martín 2533, Montevideo.
200 6700 200 9660 209 9434
(internos 105 115) de lun a vie de 9 a 17 hs.

podés pedir información o ayuda
por situaciones de
maltrato o violencia física,
psicológica, sexual,
familiar

INSTITUTO DE HIGIENE HOSPITAL DE INFECTO CONTAGIOSOS

Dr. Alfredo Navarro 3051 4° piso, Montevideo.
480 6419 de lun a vie de 8 a 12 hs.

podés solicitar el examen de VIH
- SIDA en forma gratuita,
presentando Cédula de
Identidad, si tenés 15
años o más y vas
acompañado/a de uno de
tus padres

POLICLINICAS DE LA INTENDENCIA MUNICIPAL DE MONTEVIDEO

Si vivís en Montevideo, podés recurrir a la
Policlínica más cercana a tu casa...

podés pedir información u
obtener métodos
anticonceptivos, a
consultar al ginecólogo/a,
a realizarte el PAP

PROYECTO APEX CERRO:

Haití 1606, Montevideo.
311 8723 311 1178

podés solicitar atención
psicológica en forma
gratuita

SOMOS

18 de julio 2095 apto. 203, Montevideo.
408 9000 de lun a vie de 10 a 14.30 hs.

podés pedir información o ayuda
por situaciones de
maltrato o violencia
sexual y familiar

**Además podés llamar gratis
si tenés dudas acerca
de tu sexualidad
o la de alguien que conocés a:**

Línea Sida 08003131
para informarte acerca del VIH SIDA y otras
Infecciones de Transmisión Sexual, de lun a
domingo de 12 a 24 hs.

Línea Shering 08002104
por consultas en anticoncepción de lun a vie
de 8.30 a 18 hs.

Línea Urufarma 08008133
Servicio Salud Mujer por consultas de
anticoncepción hormonal y pastillas de
anticoncepción de emergencia, de lun a vie
de 8.30 a 17 hs.

Línea INFOINJU 08004658
o al 4081142 (131) por consultas en temas de
sexualidad.

**Si tenés algún amigo/a o vos
vivís situaciones de maltrato y/o
abuso sexual:**

Línea Azul INAME 08005050
de lun a vie de 9 a 20 hs.

**Línea de Asesoramiento a Mujeres en
situación de Violencia Doméstica 08004141**
todos los días del año, de lun a vie de 8 a 24
horas y sab y dom de 8 a 20 hs.

Línea S.O.S niño 08001929
de 9 a 22 hs.

Línea SOMOS 08008110
de lun a vie de 10 a 14:30 hs.

En TU zona podés recurrir a: