



## #SE(S)SOLOSAPESSI

---

### Percorso per le competenze trasversali e per l'orientamento 2023/2024

**PERIODO:** Marzo - Maggio

**POSTI DISPONIBILI:** Il progetto è indirizzato a studenti del IV e/o V anno delle scuole secondarie di secondo grado fino ad un massimo di 40 partecipanti. Ogni scuola potrà proporre fino ad un massimo di 4 studenti.

**PRESENTAZIONE CANDIDATURE:** 13 NOVEMBRE AL 1 DICEMBRE 2023 (salvo chiusura anticipata per raggiungimento posti disponibili).

**TOTALE ORE RICONOSCIUTE PER STUDENTE:** 30 di cui 17 ore di "formazione in aula" e 13 ore di "lavoro da casa" da svolgere sotto la supervisione del tutor del Progetto.

**MODALITÀ DI SVOLGIMENTO:** Il percorso si terrà in presenza presso le aule dell'Università Cattolica del Sacro Cuore sita in Largo F. Vito, 1 Roma.

**TUTOR DEL PROGETTO UCSC:** DANZA Michelangela | Facoltà di Medicina e chirurgia, corso di laurea in Ostetricia

#### **OBIETTIVI**

Il progetto "#se(s)solosapessi" è un corso di educazione alla procreazione responsabile. Particolare riguardo sarà posto ai temi della gravidanza fisiologica, della contraccezione e della prevenzione delle Malattie Sessualmente Trasmissibili (MST), allo scopo di fornire agli studenti le conoscenze e gli strumenti necessari a promuovere sane abitudini e corretti comportamenti di salute per la sfera sessuale e riproduttiva.

Obiettivo del percorso è favorire negli studenti lo sviluppo di conoscenze che li rendano capaci di attuare scelte consapevoli in campo di salute sessuale. Al termine del percorso gli studenti avranno appreso le modalità di prevenzione delle MST; conosceranno le diverse tipologie di metodi contraccettivi; comprenderanno i meccanismi fisiologici della gravidanza in termini di salute preconcezionale e concezionale.

#### **METODOLOGIA**

Gli studenti verranno suddivisi in gruppi di lavoro, ognuno dei quali dovrà produrre e presentare un elaborato (realizzato sotto forma di video, brochure, poster, ecc.) su un tema assegnato.

**PROGRAMMA ATTIVITÀ\***

**\*Il calendario definitivo verrà comunicato al termine della raccolta adesioni.**

| Attività  | Tema - Relatore/i   | Data - Ora - Modalità  |
|-----------|---|--|
| Incontro  | <p><b>Benvenuto e introduzione</b></p> <p>A cura dell'Ufficio Orientamento</p>  | <p>Data da definire</p> <p>Durata: 1,5 ore<br/>15.30 - 17.00</p> <p>Presenza</p> |
| Lezione 1 | <p>Saluto introduttivo<br/>Presentazione progetto e suddivisione in gruppi di lavoro</p> <p>Segue:<br/><b>Come funziona il nostro corpo</b><br/>Il corpo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Ideali di bellezza e bellezze reali</li> <li>• Cenni di anatomia dei genitali maschili e femminili</li> <li>• Fertilità nell'uomo e nella donna</li> <li>• Ciclo mestruale: perché conoscerlo e come interpretarlo</li> <li>• Il dolore: dismenorrea ed endometriosi.</li> </ul> | <p>Data da definire</p> <p>Durata: 2,5 ore<br/>15.30 - 18.00</p> <p>Presenza</p> |
| Lezione 2 | <p><b>Gravidanza</b></p> <p>La gravidanza fisiologica:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• "Vero o falso?" sui maggiori miti da sfatare riguardo all'instaurarsi di una gravidanza</li> <li>• Fecondazione: come avviene e quando.</li> <li>• Cosa accade durante la gravidanza: i cambiamenti fisici e la crescita del feto.</li> </ul>   | <p>Data da definire</p> <p>Durata: 2,5 ore<br/>15.30 - 18.00</p> <p>Presenza</p> |



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore

|                 |  |  |
|-----------------|--|--|
| Lezione 3       | <b>Contracezione</b><br>I Metodi Contraccettivi <ul style="list-style-type: none"><li>• I diversi metodi contraccettivi: perché non sono tutti uguali?</li><li>• Metodi da evitare.</li><li>• Contracezione d'emergenza.</li></ul> E se la mestruazione ritarda? <ul style="list-style-type: none"><li>• Cosa fare se c'è un ritardo.</li><li>• Legge 194/78 e IVG.</li><li>• Il parto in anonimato e le culle per la vita.</li><li>• A chi rivolgersi, consultori e contatti utili.</li></ul> | Data da definire<br><br>Durata: 2,5 ore<br>15.30 - 18.00<br><br>Presenza |
| Lezione 4       | <b>Contracezione</b><br>Cosa vuol dire "sesso sicuro"? <ul style="list-style-type: none"><li>• Cosa vuol dire avere rapporti sessuali in sicurezza.</li><li>• Salute preconcezionale al maschile e al femminile.</li><li>• Imparare a dire di "no" e a rispettare i "no".</li></ul>  | Data da definire<br><br>Durata: 2,5 ore<br>15.30 - 18.00<br><br>Presenza |
| Lezione 5       | <b>Malattie sessualmente trasmissibili</b><br>MST: cosa sono e come prevenirle <ul style="list-style-type: none"><li>• Consapevolezza delle MST e delle loro vie di trasmissione.</li><li>• MST e impatto sulla salute globale.</li><li>• Stili di vita e igiene per proteggersi dalle MST.</li><li>• Prevenzione primaria e secondaria.</li><li>• Quando rivolgersi all'esperto.</li></ul>  | Data da definire<br><br>Durata: 2,5 ore<br>15.30 - 18.00<br><br>Presenza |
| Incontro finale | Presentazione e discussione degli elaborati finali   | Data da definire<br><br>Durata: 3 ore<br>15.30 - 18.30<br><br>Presenza   |