

Aquest llistat és totalment subjectiu. Jo recomano llibres i webs que a mi em semblen interessants, sense cap conflicte econòmic. Si tenim altres llibres o webs seria un plaer per mi afegir-les al llistat

Llistat de llibres que son fàcils de llegir i ens poden fer créixer en sexualitat, destruir mites.

1. **Tu sexo es tuyo.** *Sylvia de Béjar.* Informació sobre sexualitat i empoderament sobretot pel gènere femení. Pot ser útil també per homes
2. **Placer ConSentido.** *Lara Castro.* Llibre amb exercicis de creixement en el camp sexual. Trencant mites i proposant canvis
3. **Deseo.** *Sylvia de Béjar.* Com mantenir el desig a la parella, com comunicar... Ideal per parelles en les que un vol més que l'altre, hi ha rutina o senzillament volen millorar la seva relació.
4. **¿En que piensan los hombres?.** *Jose Bustamente.* Més adreçat a sexualitat masculina, inclou alguna patologia masculina, però des de la psicologia positiva i explica molt bé el paper que té la parella en la patologia.
5. **Amar o depender.** *Walter Riso.* Per aquelles persones amb una relació que és de dependència, llibre amb casos clínics que permeten identificar-se en algun d'ells si tens una relació "patològica"
6. **Ética promiscua.** *Dossie Easton.* Indicat per persones que tenen una visió més "l liberal" de la sexualitat perquè tinguin en compte la part ètica de les relacions.
7. **Viatge al cicle menstrual.** *Anna Salvia Ribera.* Llibre per conèixer el cicle i les seves fases i familiaritzar-se amb les energies femenines.

LLIBRES DE COM PARLAR AMB FILLS

1. **Anda... que te tenga que enseñar yo a hablar de sexo.** *Rosa Eva Rabanillo y Ivan Ruiz.* Llibre autoeditat per editorial synthesis. Escrit a mitges entre una mare pedagoga i un nen de 13 anys. Amb un punt d'humor i molt fàcil de llegir. No espereu un llibre convencional.

2. **La educación sexual.** *Fèlix López Sánchez.* Llibre més dens però amb les coses molt clares. Vàlid per pares i professionals de l'educació.

3. **SEX-SECRETS .** Editorial Octaedro. Els secrets d'un aprenentatge

4. **Sexperimentando.** *Nayara Malnero*

LLIBRES PER NENS:

1. **El tesoro de Lilit.** És un conte que ens serveix explicar el cicle menstrual. Moltes metàfores.

2. **El meu primer llibre de sexualitat.** Editorial Susaeta. Vàlid a partir de 8 anys, i molt interessant pels pares per saber com explicar les coses. llenguatge adaptat per nens amb text molt adequat.

3. Multiples webs on descarregar o on recomaen contes per treballar educació sexual, prevenir homofobia, transexualitat...

<https://issuu.com/edbellaterra/docs/pesigolles>

<http://blog.mundotueris.es/cuentos-descargables-gratuitos-sobre-sexualidad-para-ninos/>

<http://adoptivanet.info/encasa/adopteca-juvenil-abusos.php>

Webs d'interès per ampliar coneixements

SEXU MUXU: <http://www.uhinbare.com/index.php/es/>

Ideal per adolescents, pares i educadors. Web oficial del govern basc. Hi ha fins i tot un joc de rol. Molt bona.

<http://www.centrejove.org/> Web adreçada a joves, que te un apartat per professionals i pares i es poden demanar llibres en pdf. Molts enllaços d'interès.

http://www.centrejove.org/info/10_1professionals.html amb molta bibliografia

<http://sexejoves.gencat.cat/ca/> web del departament de salut per joves

Webs de recursos i bibliografia

http://ituquiets.com/recursos/seleccio_bibliografica.htm

La majoria d' autors dels llibres que he recomanat tenen blog o facebook professional on van posant articles interessants. Val la pena seguir-los. Busqueu-los o per autor o per títol llibre.