

nhịp sống TRẺ

VÌ MỘT CỘNG ĐỒNG LAO ĐỘNG TRẺ - KHỎE VÀ AN TOÀN



TÌNH DỤC: ĐÔNG THUẬN HAY CƯỜNG BỨC?

bạn trẻ kể chuyện

Con đường đi làm

Mục lục

Bạn trẻ kể chuyện: |
Con đường đi làm

Bạn trẻ trải 2
những: Khi “nửa
kia” là tác giả của
bạo lực tình dục

Có thể bạn chưa 4
biết: Nếu bạn đầu
tư vào con người

“Vùng kín” khỏe 6
góp phần phòng
chống bạo lực tình
dục

Hỏi về luật và 7
chính sách

Góc thư giãn 7

Tư vấn bạn trẻ: Khi 8
tình dục là điều
kiện cho tình yêu

Góc sẻ chia 9

Góc tâm hồn 10

Khéo tay 11

Chuyên san số 14

Năm 2013

Tôi vẫn luôn cố gắng làm nốt công việc và thu dọn đồ đạc ra về sau mọi người. Một số đồng nghiệp khác cũng vậy, nhưng chẳng ai nấn ná khi làm ca hai như tôi, bởi với một người được cho là bạo dạn, tôi chẳng bao giờ chú ý xem đó là ca nào.

Hôm nay cũng như những ngày nhiều việc khác, tôi rời công ty lúc 22h30 nên chẳng có ai đi cùng vì các đồng nghiệp đã rời công ty lúc 22h.

Trên đường từ khu công nghiệp về nơi thuê trọ, bất chợt tôi nghe thấy tiếng một cô gái kêu cứu. Phía ven đường tôi thoáng nhìn thấy bóng dáng hai người đang vật lộn với nhau. Thình thoảng vẫn có vài cái xe máy vun vút lao qua, nhưng họ không để ý hoặc không dám để ý đến tiếng kêu ấy. Lúc này, tôi cũng bắt đầu thấy sợ, nhưng tiếng kêu như níu chân tôi lại.

Chiếc xe máy đổ kèn đổ càng dưới đất, bên cạnh là một cô gái đang giằng co với một người con trai, có vẻ như anh ta đang cố cưỡng bức cô gái. Tôi cũng không biết phải làm sao khi chứng kiến cảnh này, xông vào cứu ngay thì sợ hai người con gái không thể chống trả được tên đó. Có lẽ mãi đối phó với sự phản kháng quyết liệt của bạn gái ấy nên hẳn không để ý đến tôi. Đành phải coi như không thấy gì, tôi lánh sang một chỗ gọi cho bạn trai đến trợ giúp.



“Con đường này đã để lại trong tôi một nỗi ám ảnh khôn nguôi mỗi khi đi qua”

Mẹo nhỏ phòng chống BLTD khi ra đường

- ♦ Luôn **thông báo cho một người bạn tin cậy** nếu bạn có việc phải ra khỏi nhà vào buổi tối hay khi đến một cuộc gặp mà bạn không chắc chắn về sự an toàn;
- ♦ Đề nghị một **người bạn tin cậy chủ động gọi điện cho bạn** vào những lúc nhất định khi bạn ra khỏi nhà vào buổi tối hay đến một cuộc gặp mà bạn không chắc chắn sẽ an toàn;
- ♦ **Cài số điện thoại nóng** của người thân, 113 hay bảo vệ cơ quan vào những phím tắt để trong trường hợp khẩn cấp bạn có thể chỉ nhấn một nút là có thể gọi được;
- ♦ Khi điện thoại đã kết nối kể cả trong trường hợp bạn không trả lời hay nói được vấn đề của mình, **đừng ngắt máy**, hãy **kêu to** hoặc nói những câu để người bên kia nghe và biết được **bạn đang gặp nguy hiểm, địa điểm** bạn gặp nguy hiểm và **đối tượng** đe dọa. Những thông tin này sẽ giúp giải thoát cho bạn và có thể được sử dụng làm bằng chứng bảo vệ quyền lợi của bạn sau này.

(Tiếp theo trang 12)



bạn trẻ trải nghiệm

Quyền tự do và an toàn thân thể¹

Không ai được xâm phạm đến cơ thể của người khác bằng bất kỳ hình thức nào. Ở khía cạnh tình dục, mỗi người có quyền tự do đưa ra quyết định có quan hệ tình dục hay không, quan hệ khi nào... Việc tạo áp lực để người khác (người yêu, vợ, hay người lạ...) phải quan hệ tình dục với mình khi họ không muốn là hành vi cưỡng bức, bạo lực tình dục. Trong trường hợp này, nhà nước và các cơ quan liên quan có trách nhiệm Phòng chống bạo lực trên cơ sở giới, bảo vệ và chăm sóc nạn nhân bị bạo lực tình dục, bạo lực trong gia đình và truy tố thủ phạm gây bạo lực.

Khi “nửa kia” là tác giả của bạo lực tình dục

“Mình lần nào cũng cảm thấy sợ sệt mỗi khi gặp bạn trai. Mỗi lần gặp nói chuyện được dăm ba câu là anh ấy lại đòi quan hệ. Mình không muốn quan hệ tình dục (QHTD) thì anh ta giận dữ và đòi chia tay. Vì trót có QHTD rồi nên giờ đành phải chiều, không lấy anh ấy mình biết lấy ai bây giờ?”. Huyền, một nữ công nhân đang làm việc tại KCN Khai Quang, Vĩnh Phúc chia sẻ trong nước mắt.

Câu chuyện trên là một góc khuất trong đời sống tình dục mà vẫn còn nhiều chị em phải trải qua. Bởi lẽ những định kiến của xã hội về chuyện tình dục của người nữ vẫn còn đang là rào cản làm cho nhiều nữ thanh niên trở nên tự ti, khi không dám đấu tranh để có hạnh phúc về cho mình.

Vẫn còn những câu chuyện chưa kể

Lan (làm việc ở KCN Sóng Thần 1, Bình Dương) cũng ở trong tình huống tương tự như Huyền. Cô quen Hùng qua sự giới thiệu của bạn bè. Dù hai người ở xa nhau nhưng cứ khoảng 1 tháng Hùng lại ra thăm Lan hoặc Lan khăn gói về quê thăm người yêu. Mỗi lần gặp lại là một lần Lan cảm thấy lo sợ khi quay trở về với công việc của mình. Phần vì lo có thai, phần vì sợ Hùng sẽ hết yêu mình khi đã thỏa mãn. Chưa muốn quan hệ tình dục nên cũng như thói quen của nhiều người con gái, Lan cũng đưa ra lý do cần “giữ gìn cho đến ngày cưới”, nhưng Hùng thì nhất định không chịu. Mỗi lần gặp gỡ lại là một lần áp lực với Lan khi bạn trai cứ luôn miệng phàn nàn: “Em sợ anh rời bỏ em khi anh đã có được em rồi sao? Em nghĩ anh là người như vậy à? Không lẽ em không tin anh, không yêu anh?”. Lý lẽ

ấy đã khiến cho Lan buông xuôi: “Thôi chiều một lần cho xong”. Nhưng



Bạo lực cần bị loại bỏ khỏi tình dục...

(Nguồn ảnh: Internet)

mọi chuyện không như Lan hình dung vì đã quan hệ tình dục một lần nên những lần khác Hùng đều muốn chuyện ấy diễn ra.

Lan chưa lần nào thực sự muốn nhưng vì lần nào Hùng cũng lặp lại luận điệu: “Em đã cho anh một lần rồi thì chẳng có lý do gì không thể cho anh những lần tiếp theo. Em đã không tin anh thì chúng ta làm sao tiếp tục được?”.

Lan bị đẩy vào tình huống “đâm lao thì phải theo lao”, đã quan hệ một lần rồi thì cũng đành chấp nhận, nhưng cô không hề cảm nhận được khoái cảm hay bất kỳ sự thoải mái nào mà chỉ có căng thẳng và lo âu.

Một câu chuyện khác đau đớn hơn khi Dung (công nhân đang làm việc tại KCN Long Thành, Đồng Nai phải chịu đựng sự xỉ vả, thậm chí đánh đập của chồng khi anh ta nghi ngờ chị ngoại tình trong trường hợp lỡ có thai. Dung sức khỏe yếu nên không ít lần cô dùng các biện pháp tránh thai hiện

¹Quyền SKSSTD (Nguồn: Hiệp hội kế hoạch hoá gia đình quốc tế - IPPF)

đại nhưng đều không hợp. Đầu tiên là dùng thuốc tránh thai hàng ngày Dung thấy kinh nguyệt cứ loạn cả lên. Theo hướng dẫn của chị bán thuốc lúc đang uống thuốc sẽ không có kinh. Vậy mà sau mười lăm viên thuốc cô đã có kinh và mới hai vỉ thuốc Dung đã có kinh đến 3 lần. Đã thế, Dung còn bị chóng mặt, đau đầu không tài nào làm việc được. Các chị cùng phân xưởng bảo “thế là không hợp thuốc”, Dung lại đặt vòng. Chẳng hiểu sao, cô lại bị tuột vòng ngay sau khi đặt vài ngày, bụng thì đau và máu kinh ra nhiều. Mệt mỏi quá, Dung cũng thôi không đặt vòng trở lại. Dùng bao cao su thì chồng không chịu, anh ấy cứ muốn “đổ bờ”.

Câu chuyện không dừng lại ở đó khi đã hai lần Dung phải đến bệnh viện để hút thai. Chồng cô thì lúc nào cũng nghi ngờ vợ ngoại tình vì “đã xuất tinh ngoài thì làm gì có thai”. Dung kể lại: “Mình nào có ai khác ngoài chồng, chẳng hiểu sao cứ hờ hợt có thai. Mỗi lần như vậy là gia đình như có chiến tranh, mình khổ tâm vô cùng. Có nhiều lúc muốn ly hôn nhưng nghĩ thương cho hai đứa con. Với lại, mình mà ly hôn thì mọi người lại hỏi vì sao? Rất khó để nói rõ với những người xung quanh về ngọn ngành câu chuyện của mình”.

BLTD là không thể chấp nhận

Chuyên gia Ánh Hồng, chuyên gia tư vấn trực tuyến tại trang web:

<http://tamsubantre.org/>,

người đã được lắng nghe và chia sẻ những câu chuyện của các bạn Huyền, Lan và Dung^[2] khẳng định: “Trong trường hợp này, các bạn nữ đang phải chịu bạo lực tình dục, và cả những tổn thương về mặt tinh thần. Mỗi người trong cuộc dường như đang phải cam

chịu, chấp nhận vòng xoay của bạo lực. Vấn đề ở chỗ, những cái trói buộc con người vào vòng xoay ấy lại chính là những thứ vô hình như quan niệm,



... để hạnh phúc luôn nồng nàn trong mỗi phút bên nhau (nguồn ảnh: Internet)

định kiến sai lầm về chuyện tình dục của nữ, về vai trò của người nam, nữ trong gia đình và xã hội. Để rồi, nhiều chị em vô tình nghĩ mình có lỗi khi QHTD trước hôn nhân và hôn nhân như là một cái móc, một cái chướng ngại để hợp lý hóa chuyện quan hệ tình dục ở nữ. Điều này cũng vô hình chung làm cho nhiều nam giới ngỡ mình có quyền phán xét nữ giới, có quyền gây bạo lực với chị em. Họ cho rằng: Nữ giới thì không thể QHTD trước hôn nhân, không thể QHTD với người khác trước khi đến với mình. Trớ trêu thay một số người nam có thể QHTD với nhiều người nữ trong khi anh ta vẫn đòi hỏi chị em phải là người đầu tiên đến với mình.

Không dừng lại ở đó, việc duy trì hôn nhân cũng lại là một tiêu chuẩn khác để đánh giá phẩm chất của người phụ nữ. Chị em sẽ ngay lập tức bị phán xét đánh giá nếu cuộc hôn nhân của họ bị tan rã. Bởi vậy, ngay cả chuyện ra khỏi hôn nhân, ra khỏi mối quan hệ ở đó người nữ chỉ thấy có khổ đau và

bạo lực thì cũng không dễ dàng với họ”.

Chuyên viên Ánh Hồng cũng cho rằng: “Để chị em đủ mạnh và thẳng thắn phản kháng trước những hành vi bạo lực, đủ mạnh từ chối những người không mang lại hạnh phúc cho mình, từ chối hôn nhân hoặc ra khỏi hôn nhân khi nhìn thấy nó không phải là tổ ấm, thì rất cần sự thay đổi từ chính mỗi người trong cộng đồng về chuyện tình dục ở nam và nữ, cũng như cần thái độ không chấp nhận của tất cả mọi người trước các hành vi bạo lực. Chỉ khi mỗi người thay đổi để vấn đề tình dục không còn là tế nhị, vấn đề bạo lực tình dục được mọi người đặt trên bàn thảo luận và cương quyết nói “không” thì khi ấy chị em mới đủ mạnh để đưa ra những quyết định phù hợp với mình.

Hồng Minh



²Tên nhân vật đã được thay đổi



Có thể bạn chưa biết?

Hội Thảo: “Phát triển chính sách và Xây dựng chương trình chăm sóc sức khỏe sinh sản, tình dục (SKSSTD) và dự phòng lây nhiễm HIV cho thanh niên công nhân (TNCN) các khu công nghiệp (KCN)” do Trung tâm Sáng kiến Sức khỏe và Dân số (CCIHP) cùng các đối tác Phòng thương mại và Công nghiệp Việt Nam (VCCI), Hiệp hội Phòng chống HIV trong cộng đồng doanh nghiệp Việt Nam (VBCA) và Sở Y tế Hà Nội phối hợp tổ chức tại Nhà khách Thanh niên (số 5 Hồ Xuân Hương, Hà Nội) vào ngày 30 tháng 10 vừa qua. Hội thảo nhằm hỗ trợ doanh nghiệp xây dựng chính sách nhân sự tại đơn vị theo hướng đáp ứng nhu cầu và quyền chăm sóc SKSSTD cho người lao động.

Nếu bạn đầu tư vào con người

Một sản phẩm được những người làm ra nó chăm chút từng chi tiết, họ làm chúng bằng tình cảm và tâm huyết của mình sẽ khác với sản phẩm được làm ra bởi những người lao động đang bức bối vì bị bóc lột, căng thẳng về tinh thần hay mệt mỏi về thể chất. Nên nếu bạn đầu tư vào con người, bạn đang đầu tư vào hiệu quả của sản xuất và nâng cao giá trị



“Đầu tư vào con người là đầu tư vào hiệu quả sản xuất và nâng cao tính cạnh tranh của sản phẩm trên thị trường, nâng cao uy tín của công ty với các nhà đầu tư, người tiêu dùng cũng như tăng cường niềm tin, sự gắn bó của công nhân với nơi mình làm việc.

Đó là điều mà các doanh nghiệp sẽ đạt được khi xây dựng chính sách nhân sự tại đơn vị mình theo hướng đáp ứng nhu cầu và quyền chăm sóc sức khỏe cho người lao động, trong đó có SKSSTD.

Chăm sóc SKSSTD cho người lao động: vẫn còn những khoảng trống

Việt Nam đã bước vào giai đoạn dân số vàng hơn 7 năm⁽³⁾, cùng với làn sóng di cư của người dân về các thành phố lớn và sự phát triển mạnh mẽ của ngành công nghiệp đã thu hút một lượng đông đảo thanh niên tập trung về các KCN. Sự tập trung đông thanh niên tại các KCN có thể tạo nên những vấn đề kinh tế, xã hội, trong đó có các vấn đề về SKSSTD. Điều này, càng làm tăng nguy cơ QHTD và nạo phá thai không an toàn, viêm nhiễm phụ khoa, bệnh lây truyền qua đường tình dục, bạo lực và lạm dụng tình dục ở TNCN. Trong bối cảnh đó, TNCN lại ít có điều kiện tiếp cận với các thông tin chính thống và các dịch vụ thân thiện về SKSSTD để có kiến thức, kỹ năng bảo vệ sức khỏe của chính mình.

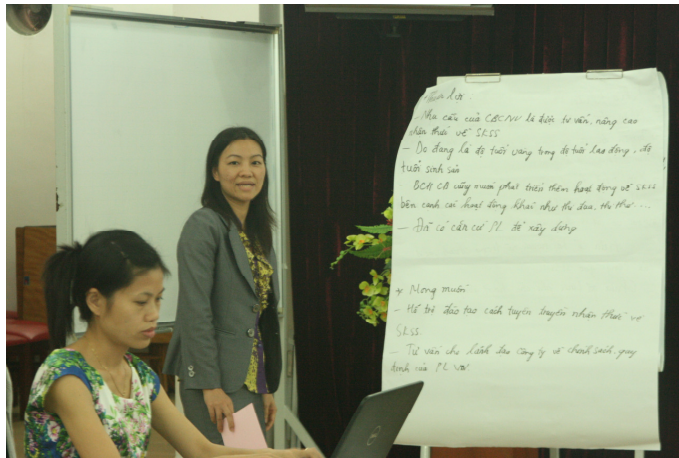
Đồng tình với vấn đề này, bà Nguyễn Vân Anh, phó phòng kế hoạch, Sở Y Tế Hà Nội chia sẻ: “Chúng tôi thực sự muốn phối hợp với các doanh nghiệp để bù lấp những khoảng trống trong chăm sóc SKSSTD cho người lao động. Tuy nhiên, việc các chương trình khám, truyền thông hay nâng cao năng lực cho cán bộ y tế nhà máy để họ hỗ trợ trực tiếp cho công nhân rất khó vào được doanh nghiệp. Chúng tôi không hiểu vì lý do gì: vì doanh nghiệp quá tập trung cho sản xuất hay vì vấn đề chăm sóc SKSSTD chưa thực sự là vấn đề ưu tiên của doanh nghiệp và của chính cán bộ y tế, cán bộ nhân sự của công ty...?”.

Câu hỏi của bà Vân Anh vẫn chưa có lời giải đáp ở nhiều doanh nghiệp, tuy nhiên nếu có ai đó nói rằng vấn đề SKSSTD chưa phải là vấn đề người lao động

³Theo Thanh thiếu niên: Tóm tắt chuyên đề của Liên Hợp Quốc giai đoạn 2012-2016

quan tâm và đây là lý do doanh nghiệp chưa ưu tiên cho vấn đề này, thì cũng cần xem lại bởi việc chăm sóc SKSSTD thực sự là nhu cầu của người lao động.

Trong chiến dịch hỗ trợ các doanh nghiệp trong công tác chăm sóc SKSSTD cho người lao động bằng các chương trình truyền thông, khám sản phụ khoa và tư vấn trực tiếp cho công nhân, 100% công nhân khi tham gia cảm thấy chương trình thực sự có ý nghĩa với mình (mức ý nghĩa 4 – 5 điểm/với 5 điểm là cao nhất) và 99,5% muốn tiếp tục thực hiện chương trình ở những năm tiếp theo.



Đại diện công ty Suncall trình bày kết quả thảo luận

Đâu là giải pháp?

Giải pháp để đáp ứng nhu cầu và quyền chăm sóc SKSSTD cho người lao động không hề khó đối với những doanh nghiệp tuân thủ theo luật và chính sách của nhà nước, có tầm nhìn trong việc xây dựng và phát triển nguồn nhân lực cho công ty và phát triển thương hiệu của mình theo hướng bền vững.

“Luật không phải chỉ có những điều khoản hướng dẫn thi hành mà còn có cả những điều khoản xử phạt những doanh nghiệp không thực hiện. Tuy nhiên, Ban tổ chức không mong đợi doanh nghiệp làm theo kỳ cuộc cho xong để không bị phạt, mà điều hội thảo muốn hướng tới đó là việc đáp ứng nhu cầu và quyền chăm sóc SKSSTD cho người lao động. Như vậy việc đi từ chính sách của chính công ty là một trong những giải pháp bền vững”, ông Phạm Ngọc Chính đại diện VBCA và VCCI nhấn mạnh điều này sau khi ông và đại diện Sở Y tế giới thiệu những văn bản luật của nhà nước trong việc chăm sóc SKSSTD và phòng chống HIV cho người lao động.

Là một trong những doanh nghiệp hiện có những chính sách chăm sóc sức khỏe tốt cho người lao động, trong đó có SKSSTD như việc: đảm bảo quyền lợi cho người lao động được nghỉ ba mươi phút/ngày trong ba ngày có kinh, được nghỉ năm ngày đi khám thai trong thời kỳ mang thai... Đồng thời trong thời gian vừa qua, đây cũng là một trong những doanh nghiệp tạo điều kiện cho công nhân được truyền thông về SKSSTD, khám phụ khoa và tư vấn trực tiếp cho công nhân, Suncall Việt Nam vẫn đang tiếp tục đáp ứng quyền lợi cho người lao động trong lĩnh vực này. Đại diện tại doanh nghiệp tham gia hội thảo, Bà Nguyễn Thị Vân, phó phòng nhân sự, chia sẻ: “Việc xây dựng mô hình doanh nghiệp đáp ứng nhu cầu và quyền cho người lao động trong chăm sóc SKSSTD cũng là một

trong những chiến lược Suncall hướng tới. Đây cũng là xu hướng tất yếu để tăng lợi thế cạnh tranh cho công ty. Thực tế, chúng tôi cũng đang nhận được yêu cầu từ khách hàng về việc cần phải có Ban an toàn sức khỏe nói chung và SKSSTD nói riêng. Nên khi được hỗ trợ công tác tư vấn để thành lập ban này, cùng với việc xây dựng những chính sách phù hợp trong vấn đề chăm sóc sức khỏe nói chung và SKSSTD nói riêng, thì tôi nghĩ đây thực sự là một cơ hội cho công ty tôi”.

Hy vọng, với sự hỗ trợ từ các đơn vị và kinh nghiệm thực tiễn từ những doanh nghiệp hạt nhân trong chương trình này, một cộng đồng doanh nghiệp đáp ứng nhu cầu và quyền chăm sóc SKSSTD cho người lao động sẽ được thành lập trong một thời gian không xa để có nhiều hơn nữa những người lao động được chăm sóc SKSSTD, được khỏe cả về thể chất lẫn tinh thần.

Quý Lâm



CÓ THỂ BẠN CHƯA BIẾT?

Vệ sinh cơ quan sinh dục (CQSD) đúng cách

- ◆ Vệ sinh CQSD trước và sau mỗi lần đi tiểu, đi đại tiện bằng dung dịch vệ sinh phụ nữ chuyên dùng.
- ◆ Cả hai người đều cần vệ sinh CQSD trước và sau khi QHTD.
- ◆ Không nên dùng xà bông hay các chất tẩy rửa mạnh để vệ sinh CQSD.
- ◆ Không dùng nước có chứa nhiều vi sinh vật như nước ao hồ, kênh rạch... để tắm rửa
- ◆ Không tự thụt rửa âm đạo khi không có chỉ định của bác sỹ .
- ◆ Lựa chọn sản phẩm rửa phụ khoa thích hợp, an toàn khi dùng hàng ngày, đảm bảo các yêu cầu: Làm sạch nhẹ nhàng, giảm ngứa, ngăn ngừa viêm nhiễm phụ khoa; khử mùi hôi vùng kín; dưỡng da vùng kín đem lại cảm giác thoải mái, tự tin cho người dùng.

PGS. TS. Nguyễn Đức Vy

“Vùng kín” khỏe góp phần phòng chống bạo lực tình dục

“Với lý do mình bị viêm nhiễm âm đạo, có khi cả tháng vợ chồng mới quan hệ tình dục (QHTD) với nhau một lần. Mỗi lần vợ chồng gần gũi mình lại nghe câu nói muôn thuở : mất cả hứng, bị gì mà mãi chẳng khởi? Anh ta làm chuyện đó chỉ để giải tỏa nhu cầu tình dục khi đã quá bức bách, nên không hề có sự âu yếm mình để khởi động mà chỉ làm cho xong. Mỗi lần như vậy, mình đau anh ta cũng chẳng quan tâm. Dần dần mình cũng sợ chuyện QHTD. Buồn, nhưng mình cứ cảm thấy việc này là do mình nên cứ nhẫn nhịn chịu đựng...”. Bạn nữ công nhân ấy khi chia sẻ với chuyên gia tư vấn mà nước mắt cứ lăn dài trên má.

Khi được tư vấn hỗ trợ, nữ công nhân đã được giải tỏa phần nào những tổn thương đang có, chị cũng nhận ra đó là hành vi bạo lực và không còn thái độ cam chịu và nhẫn nhịn: “...Không có lý do gì để mình phải chịu đựng hành vi bạo lực cả về tình dục, tinh thần và thể xác như vậy. Mình sẽ nói rõ cho anh ta biết mình muốn gì và không muốn gì trong chuyện này. Nếu anh ta không thay đổi, không tôn trọng mong muốn của mình, không trân trọng cơ thể của mình, mình sẽ chấm dứt cuộc hôn nhân này”.

Người nữ công nhân ấy đã không còn cam chịu, nhưng số lượng người được tư vấn, được hỗ trợ trực tiếp không nhiều. Còn biết bao nhiêu chị em ở trong hoàn cảnh tương tự vẫn đang chấp nhận và cam chịu như đó là một trong những rủi ro của số phận.

Lý do khiến nhiều chị em xuất hiện cảm giác tự ti, tự đổ lỗi cho mình và cam chịu là bởi khi có viêm nhiễm chị em có thể thấy sưng, nóng, đỏ, đau ở



Vệ sinh hàng ngày đúng cách để “vùng kín” luôn khỏe

CQSD, thấy khó chịu bởi cảm giác ngứa ngáy và vùng kín lại có mùi hôi, tanh khó ngửi... Nếu không may mắn và không điều trị kịp thời khiến bệnh diễn tiến dai dẳng, dễ tái phát hoặc gây những biến chứng nghiêm trọng: viêm cổ tử cung, viêm vòi trứng, vô sinh... thì cảm giác tự đổ lỗi, tự trách bản thân của chị em lại càng tăng lên.

Tuy nhiên, biện pháp phòng ngừa mắc và tái mắc phụ thuộc chính vào yếu tố đơn giản là việc “Vệ sinh CQSD hàng ngày, đúng cách”. Đây là khuyến cáo từ PGS. TS. Nguyễn Đức Vy – Chủ tịch hội Sản phụ khoa & SĐCKH Việt Nam.

Dù bạn nữ có viêm nhiễm hay không có viêm nhiễm thì cũng không bao giờ là lý do để chị em phải chịu bất kỳ một hình thức bạo lực nào. Song, nếu chúng ta biết rằng có ai đó chịu bạo lực chỉ vì nghĩ mình có lỗi khi bị viêm nhiễm thì một cách đơn giản để chúng ta phòng ngừa và hỗ trợ cho các bạn bè, đồng nghiệp, chị em của mình tránh điều này bằng cách đơn giản là giữ cơ quan sinh dục khỏe.

Ths Lưu Thị Gấm

Hình thức xử phạt người chồng có hành vi BLTD

Hỏi: Tôi và chồng lấy nhau được 5 năm. Riêng trong chuyện tình dục anh ta là người rất thô bạo thế nên đã có nhiều lần tôi bị chảy máu trong khi quan hệ tình dục với anh ta. Tôi không muốn quan hệ tình dục thì bị chồng đánh hoặc chửi bới là ngoại tình với người khác. Tôi đã chịu đựng quá nhiều rồi. Tôi muốn hỏi: tôi có thể tố cáo chính chồng của mình về chuyện này không? Nếu tôi tố cáo thì anh ta sẽ bị xử lý như thế nào?

Trả lời: Căn cứ vào Điều 5 Luật phòng chống bạo lực gia đình 2007 nạn nhân bạo lực gia đình có các quyền sau đây:

- a) Yêu cầu cơ quan, tổ chức, người có thẩm quyền bảo vệ sức khỏe, tính mạng, nhân phẩm, quyền và lợi ích hợp pháp khác của mình;
- b) Yêu cầu cơ quan, người có thẩm quyền áp dụng biện pháp ngăn chặn, bảo vệ, cấm tiếp xúc theo quy định

của Luật này;

c) Được cung cấp dịch vụ y tế, tư vấn tâm lý, pháp luật;

d) Được bố trí nơi tạm lánh, được giữ bí mật về nơi tạm lánh và thông tin khác theo quy định của Luật này;

đ) Các quyền khác theo quy định của pháp luật.

Do vậy, chị có thể thông báo cho các cơ quan, tổ chức hoặc người có thẩm quyền ở địa phương về hành vi bạo lực gia đình của chồng mình để kịp thời bảo vệ bản thân. Trong trường hợp này, người có hành vi bạo lực gia đình tùy vào mức độ của hành vi cũng như hậu quả mà người đó gây ra, có thể bị áp dụng một trong hai chế tài sau: biện pháp xử lý hành chính, chế tài hình sự theo như quy định của pháp luật.

CDI Việt Nam

Lần đầu rung động

Chàng trai hỏi người yêu:

- Trong đời em đã bao giờ em cảm thấy một cái đụng chạm dù rất nhẹ của một người khác mà làm rung động tất cả các dây thần kinh của em

- À, cũng một đôi lần! - cô gái đáp.
- Em thấy trong trường hợp nào? - Chàng trai tò mò cực độ hỏi.
- Lúc... bác sĩ nha khoa gõ nhẹ vào chiếc răng hư của em!

Có mang

Cô sinh viên bị cô giáo phạt nên nghỉ học. Anh người yêu học cùng lớp không thấy đi học liền nhắn tin: "Sao em không đi học".

- Cô nàng nhắn lại: "Có mang, em so qua, không muốn học nữa".
- Anh người yêu hoảng hốt: "Có mang hỏi sao anh không biết".
- Cô liền nhắn lại: "Tuần trước. Anh và em cùng làm, nhưng chỉ mình em là

có mang"

- Anh người yêu tỏ ra hiểu biết: "Anh có làm gì đâu. Voi lai moi một tuần sao biết được".
- Cô gái tức giận: "O trường ai cũng biết rồi, anh còn chơi a. Có mang trước lớp ai cũng thay".
- Cuối cùng thì anh chàng cũng hiểu ra là mình bị nhầm giữa "có mang" và "cô mắng".

hỏi về luật & chính sách

Địa chỉ tư vấn phòng chống bạo lực

- ◆ Hỗ trợ nạn nhân bạo lực về tâm lý và cách ứng xử.

(04) 3 775 9339

<http://tamsubantre.org/>

- ◆ Hỗ trợ nạn nhân bạo lực về pháp lý:

0168 219 2887

<http://hotrophaply.net/>

góc thư giãn





tư vấn bạn trẻ

Ngay cả khi bạn nói “có” với tình dục, nhưng sự đồng thuận của bạn chỉ vì bị áp lực thì khi đó bạn đã là nạn nhân của bạo lực tình dục. Tình dục chỉ lành mạnh và đảm bảo quyền của mỗi người khi không có yếu tố bóc lột, lạm dụng, cưỡng bức. Tình dục phải đảm bảo sự an toàn cho những người trong cuộc và xuất phát từ sự sẵn sàng, tự nguyện, đồng thời hướng đến sự hài lòng thỏa mãn cho cả hai người.



Khi tình dục là điều kiện cho tình yêu

Tôi có quen một người và muốn đi đến hôn nhân. Anh ấy luôn muốn quan hệ tình dục nhưng tôi không thích. Dường như với anh ấy đó là điều kiện để yêu nhau. Tôi không muốn thì anh ta cưỡng bức, tôi không biết phải làm sao nữa?

Bạn nữ, 23 tuổi, Nghệ An

Bạn thân mến,

Chúng tôi hiểu phần nào cảm giác khó xử bạn đang cảm nhận khi bạn muốn kết hôn với một người con trai, nhưng bạn không hài lòng vì dường như với người ấy việc quan hệ tình dục lại là điều kiện của tình yêu!

Dẫu biết rằng khi ở bên một người bạn gái, chuyện người nam có nhu cầu, có ham muốn tình dục là điều có thể xảy ra và hoàn toàn chấp nhận được. Bạn nam cũng có quyền thể hiện nhu cầu và mong muốn được gần gũi về cơ thể với bạn gái của mình, nhưng điều quan trọng là bạn gái cũng có quyền từ chối nếu như chưa sẵn sàng. Vì thế, trong tình huống của bạn, hiện tại bạn không thích chuyện quan hệ tình dục và nếu bạn đã nói rõ bạn chưa muốn điều đó, nhưng bạn trai vẫn thực hiện hành vi này thì hành vi của anh ta đã trở thành cưỡng bức tình dục. Trên thực tế, bạn được pháp luật bảo vệ để chống lại việc bị cưỡng bức tình dục. Trong tình huống người nam cưỡng bức bạn quan hệ tình dục thì anh ta sẽ bị phạt tù nếu bạn tố cáo hành vi này của anh ta với các cơ quan pháp luật. Nếu bạn bị cưỡng bức, bạn cần thể hiện rõ sự phản kháng của mình và đến gặp cán bộ y tế nơi gần nhất để được bác sĩ khám và chứng nhận cho bạn về việc vừa bị cưỡng bức.

Bạn thân mến, chúng tôi chưa hiểu điều gì khiến bạn tiếp tục duy trì mối quan hệ hiện tại và muốn kết hôn với người con trai đó. Song, bạn biết đấy một mối quan hệ, một cuộc hôn nhân không thể hạnh phúc nếu như ở đó không có tình yêu, không có sự quan tâm chia sẻ và tôn trọng lẫn nhau. Người con trai ấy không hề tôn trọng bạn, anh ta cưỡng bức bạn trong chuyện quan hệ tình dục ngay khi đang yêu, lấy chuyện quan hệ tình dục là điều kiện cho tình yêu, thì sau này nếu các bạn có kết hôn thì còn điều gì anh ta không thể ép bạn? Khi anh ta không còn muốn quan hệ tình dục với bạn hoặc có người khác hay cách khác để đáp ứng nhu cầu của mình thì liệu lúc ấy có còn cái gọi là tình yêu nữa không? Khi ấy, nếu các bạn đã kết hôn rồi thì chuyện gì sẽ diễn ra? Bạn có thể suy nghĩ thêm về mối quan hệ hiện tại và cân nhắc việc có nên tiếp tục duy trì mối quan hệ này và kết hôn với một người như vậy không bạn nhé!

(Tiếp theo trang 9)



*Đừng để tình dục là điều kiện cho tình yêu
(nguồn ảnh Internet)*

Mãi yêu anh!**góc sẻ chia**

Em vẫn nhớ ngày chúng ta quen nhau anh từng đổ em câu hỏi: “Đố em ssiW nghĩa là gì? Em loay hoay không biết đó là ký tự bí ẩn gì. Cho đến khi về nhà anh nhắn em: “Chỉ cần xoay ngược lại điện thoại, em sẽ biết ngay. A nhớ e!” Cũng từ lúc đó tình cảm của em đã dành trọn nơi anh. Hai năm là quãng thời gian đủ dài để em và anh cảm nhận chỉ có thể có hạnh phúc khi chúng ta ở bên nhau. Em yêu anh nhiều lắm!



Nguyễn Thị Thu H. gửi đến anh Phùng Văn Th. (Số điện thoại 0987569xxx) đang làm việc tại KCN Bắc Thăng Long

Làm vợ anh em nhé!

Dù biết là nhầm máy nhưng anh không thể nào quên được giọng nói ấm áp của em. Anh “mặt dày” gọi điện và nhắn tin cho em chỉ mong được em bận tâm dù chỉ một lần. Hai tháng trời kiên trì mới được em để ý đến, vậy mà giờ em và anh đã trở thành một đôi. Anh cảm ơn ông trời vì khi đó đã cho anh nhầm máy để biết em. Anh cũng cảm ơn em vì đã dành tình cảm cho anh trong số bao nhiêu người theo đuổi em. Anh hứa dù có chuyện gì xảy ra anh mãi yêu thương em. Em làm vợ anh nhé!

Anh Hoàng Minh T. (Số điện thoại 0934525xxx) gửi đến chị Phạm Thanh M. (Số điện thoại 09652324xx) đang làm việc tại KCN Phú Thị

Khi tình dục... (tiếp theo trang 8)

Bạn cũng lưu ý rằng việc kết hôn hay không không phải chỉ dựa vào mong muốn của riêng bạn, mong muốn của bạn sẽ không thể thành hiện thực nếu thực sự anh ta không muốn điều đó. Nếu vì một lý do gì đó mà bạn vẫn muốn tiếp tục mối quan hệ hiện tại thì bạn có thể chia sẻ rõ bạn không muốn chuyện quan hệ tình dục. Từ chối quyết liệt chuyện này bằng cách nói “không” rõ ràng, kêu cứu nếu anh ta tiếp tục, dùng hết sức của bạn để đẩy anh ta ra hoặc đá cho anh ta một cái vào cơ quan sinh dục nếu anh ta cố tình cưỡng ép bạn... Quan trọng nhất là bạn tránh những tình huống chỉ có hai người: ở trong phòng riêng hai người, hoặc đi chơi riêng hai người ở nơi vắng vẻ... bạn nhé!

Để được tư vấn thêm về phòng chống bạo lực trong tình yêu và hôn nhân, bạn có thể vào tư vấn trực tuyến tại website: <http://tamsubantre.org/>

Chúc bạn có được lựa chọn phù hợp cho mình!

Tâm sự bạn trẻ 360

Lời yêu thương nhiều khi không dễ nói, lời xin lỗi cũng không dễ để đưa ra, những cảm nhận về bạn bè, đồng nghiệp, những người thân yêu hay về chính nơi bạn làm việc, các chương trình, hoạt động bạn tham gia nhiều khi cũng không dễ bày tỏ. **Góc sẻ chia** - chuyên mục mới của **Nhịp sống trẻ** sẽ là cầu nối, là nơi bạn có thể gửi lời yêu thương và những sẻ chia của mình đến với người muốn nói. (Bạn có thể gửi tin nhắn đến

Góc sẻ chia theo số:

0164 648 7119 Khi gửi bạn đề rõ gửi chuyên mục **Góc sẻ chia** và ghi rõ tên, địa chỉ của bạn và người/đơn vị bạn muốn gửi lời nhắn đến. Nếu gửi email hoặc thư, bạn gửi theo địa chỉ trang 12)



góc tâm hồn

Nếu chúng ta yêu thương một người, hãy biết trân trọng khi bạn còn có thể. Bởi không ai nói trước được tương lai, đừng bao giờ để mình phải hối hận vì mình đã không đủ quan tâm, không đủ yêu thương, hoặc không đủ can đảm để vượt qua những khó khăn, để giữ những gì mình yêu quý ...

Câu chuyện tình yêu

Cynthia và Alvin chơi với nhau từ nhỏ, và khi lớn lên một chút, tình bạn của họ chuyển thành tình yêu, nhưng bố mẹ hai bên không chấp thuận.

Rồi Alvin nhận được một học bổng du lịch. Sợ tình yêu sẽ ảnh hưởng đến việc học của Alvin, bố mẹ cậu tìm đến Cynthia, yêu cầu cô tránh mặt Alvin. Nghĩ đến sự nghiệp của Alvin nên Cynthia đồng ý.

Alvin cực kỳ suy sụp. Vài ngày sau, Cynthia nghe chị Alvin nói rằng cậu đã tới London. Nhiều tháng trôi qua, Cynthia không nhận được tin gì từ Alvin. Đôi khi, không chịu nổi nữa, cô gọi điện cho chị gái Alvin để hỏi thăm. Chị Alvin nói rằng cậu vẫn khỏe mạnh, học giỏi và đã có bạn gái mới. Cynthia cảm thấy mọi thứ như đều đảo lộn, dù biết đó là điều tốt nhất của Alvin. Cô cố quên Alvin nhưng không thể. Cynthia trở nên tuyệt vọng, mệt mỏi và hay khóc.

Một đêm, khi Cynthia đang khóc, thì có tiếng chuông điện thoại. Đầu dây bên kia là tiếng của Alvin : “Cynthia, đừng khóc. Anh sắp về nhà rồi, chờ anh nhé!”

Chỉ được có thế, rồi Alvin vội vã gác điện thoại.

Đêm hôm đó, Cynthia nằm mơ thấy Alvin. Họ gặp nhau ở khu công viên trước đây hai người thường đến chơi. Alvin nói rằng cậu rất vui được gặp lại Cynthia, rằng cậu không hề có bạn gái mới. Nhưng trước khi Cynthia kịp hỏi gì thì Alvin đã biến mất.

Sáng hôm sau, Cynthia vội vã gọi điện cho chị của Alvin, kể lại mọi chuyện và hỏi có phải Alvin sắp về không. Chị gái Alvin chợt òa khóc: “Cynthia, xin lỗi em, tất cả là do chị nói dối đấy. Alvin đã mất cách đây 6 tháng, nó bị tai nạn ô tô... Alvin từng nói là nó không chịu được khi thấy em buồn... Chị đã nghĩ là có thể nói dối để em quên Alvin đi...”

Cho dù Cynthia khẳng định một ngàn lần rằng đêm hôm trước, Alvin đã thật sự gọi điện về cho cô, thì chị gái Alvin vẫn khẳng định rằng đó chỉ là do cô tưởng tượng và sự thật là Alvin đã mất rồi.

Nhưng Cynthia không tin. Cô tin rằng Alvin sẽ gọi điện lần nữa. Và đúng như thế, khoảng bằng giờ đêm trước, điện thoại reo. Cynthia nhấc máy ngay lập tức.

Lần này, Alvin nói nhiều hơn, rằng cậu chưa bao giờ quên Cynthia, rằng cậu không ở cạnh Cynthia được, nhưng họ vẫn có thể nói chuyện qua điện thoại như vậy.

“Anh đã sửa điện thoại rồi à?”, Mẹ Cynthia hỏi bố cô như vậy khi ông vừa bước vào nhà, “Em thấy Cynthia nói chuyện điện thoại với ai đó suốt đêm hôm qua”.

Sưu tầm



Thịt xào sốt dứa

Vị chua ngọt của món ăn sẽ giúp bạn cảm thấy ngon miệng hơn rất nhiều. Thêm vào đó, món thịt xào sốt dứa này lại không quá khó nữa chứ!

Khéo tay



Nguyên liệu:

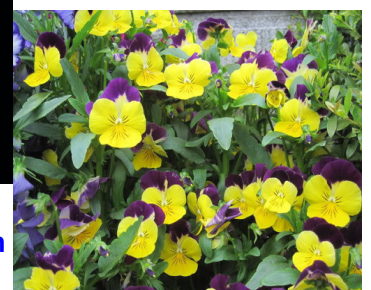
- 250g thịt 3 chỉ (hoặc nạc vai)
- 1 lòng trắng trứng, 100g bột ngô
- 1 quả cà chua, 1/2 quả dứa, 1 quả ớt chuông, 1/2 củ hành tây
- 60ml sốt cà chua
- Xì dầu, hạt tiêu, muối

Khi cộng thêm vào công thức của mỗi món ăn tình yêu và sự sẻ chia, món ăn sẽ ngon hơn, đậm đà hơn rất nhiều.



- Tẩm ướp thịt với hạt tiêu và xì dầu khoảng 10' rồi trộn đều với lòng trắng trứng. Sau đó, lăn thịt qua bột ngô rồi bỏ vào chiên vàng.
- Xào thơm các loại rau củ với sốt cà chua cho hơi tái rồi đổ thịt vào xào cùng cho đến khi tất cả ngấm và chín đều.
- Các bạn chú ý nêm nếm thêm đường và muối vào sốt cho vừa miệng nhé!

Sưu tầm



Trung tâm Sáng kiến Sức khỏe và dân số (CCIHP)

ĐC: Số 2, ngách 49/41,

Huỳnh Thúc Kháng, HN

ĐT: 04 3 577 0261

Fax: 04 3 577 0260

Website: <http://ccihp.org><http://tamsubantre.org/>Email: ccihp@ccihp.org

Email Ban biên tập:

nhipsongtre@ccihp.org

Chịu trách nhiệm:

Ths,BS Hoàng Tú Anh

Ban cố vấn

Ths,BS Phạm Vũ Thiên
(CCIHP)

Ths. Quách Thị Thu Trang

Ths,LS Hoàng Nguyên Bình
(CDI Việt Nam)

Nguyễn Thị Diệu Linh

Phụ trách Ban biên tập:

Phùng Thị Hiền

Ban biên tập:

Phạm Thị Hồng

Vi Mạnh Cường

Nguyễn Thị Hằng

Lường Thị Huệ

Nguyễn Thị Mai Lan

Lê Thị Thảo

Cao Thị Trang

Con đường đi làm...(Tiếp theo trang 1)

Bạn trai tôi là dân bản địa nên anh ấy đã cùng một người bạn nữa đến chỗ tôi sau vài phút. Lúc này tất cả chúng tôi xông vào cứu cô gái. Người bạn gái ấy khi thoát ra quần áo vẫn còn xộc xệch và đầy mệt mỏi vì cố gắng chống trả. Có lẽ vì hoảng sợ, miệng vẫn không ngớt kêu "cứu em với" khi đã ở trong vòng tay của tôi. Những tưởng khi phần uất quá, cô gái sẽ muốn kể phạm tội bị pháp luật trừng trị ngay, chúng tôi đề nghị đưa kẻ cưỡng bức ấy lên công an phường. Nghe vậy, không phải chỉ mình anh ta xin tha mà chính bạn gái đó cũng xin tha cho hắn. Cô khóc lóc: "Thôi anh chị ơi, hay mình tha cho hắn, hắn cũng chưa làm gì được em, em sợ lên phường nhiều cái rắc rối, mà lại mang tiếng nữa...". Chúng tôi khuyên thế nào cô ấy cũng không chịu nên đành tha cho tên đó về.

Đưa bạn gái bị nạn về khu trọ, tôi thấy nhẹ lòng hơn khi cô ấy đã được an toàn. Cảm thấy vui hơn vì nếu tôi cũng giống những người đi đường cứ coi như không có chuyện gì xảy ra thì không biết bây giờ bạn gái đó sẽ thế nào. Tôi cảm thấy bất công khi những kẻ có hành vi cưỡng bức vẫn ngang nhiên ở ngoài vòng pháp luật. Điều tôi trăn trở là liệu khi tôi ở trường hợp của bạn gái ấy, tôi có làm khác đi? Bởi cho dù là nạn nhân, chúng tôi cũng cảm thấy vô cùng khó khăn khi phải đối diện với dư luận, với những điều tiếng và với cả tương lai của chính mình. Tương lai ấy sẽ không còn là màu hồng nếu một chàng trai biết rằng chị em chúng tôi đã từng bị một người khác cưỡng bức, hay lạm dụng.

Thu Thảo (KCN Bắc Thăng Long)

Mọi ý kiến đóng góp cho chuyên san và tin bài, xin gửi về email ban biên tập: nhipsongtre@ccihp.org hoặc gửi thư theo địa chỉ của CCIHP



CCIHP
TRUNG TÂM SÁNG KIẾN
SỨC KHỎE VÀ DÂN SỐ



Dự án Thúc đẩy Quyền sức khỏe sinh sản, Tình dục cho Thanh niên công nhân các Khu công nghiệp tại Hà Nội

In 7000 bản tại Công ty Cổ phần In Hồng Hà
Số đăng ký kế hoạch xuất bản 308-2013/CXB/31/08-25/VHTT
Cấp phép ngày 26/11/2013, in và nộp lưu chiểu tháng 11/2013