

Bijeenkomst 2: Vriendschap, relaties en de toekomst

Tijd : Basisprogramma: 110 minuten, optioneel sub-thema: 20 minuten.

Inleiding

Deze bijeenkomst gaat over vriendschap, relaties en de toekomst. Vriendschappen en relaties zijn voor iedereen belangrijk. Voor nieuwkomers kan het lastig zijn om nieuwe vriendschappen op te bouwen in Nederland of een relatie aan te gaan. Er kunnen cultuurverschillen zijn. Soms gaan mensen op een andere manier met elkaar om dan ze gewend waren in hun geboorteland. Daarnaast hebben sommige nieuwkomers misschien waardevolle vriendschappen verloren uit hun geboorteland. Deze bijeenkomst kan deelnemers helpen om meer inzicht te krijgen hoe men in Nederland aankijkt tegen verschillende soorten relaties en hoe relaties worden gevormd. Ook gaan de deelnemers voor zichzelf na wat ze belangrijk vinden in een vriendschap of een relatie en welke wensen zij hebben voor de toekomst. Sommige deelnemers zullen hierbij denken aan een huis of een leuke baan, anderen misschien aan een gezin.

Mensen kijken in Nederland op verschillende manieren aan tegen relaties. Sommige mensen vinden het belangrijk om te trouwen, terwijl dit voor andere mensen niet hoeft. Daarnaast zijn er mensen met losse contacten die zich niet willen binden en anderen willen het liefst een lange relatie. Niet in alle culturen hebben mensen de vrijheid om een eigen partner te kiezen. In sommige landen kiezen de ouders een partner voor hun kinderen (bijvoorbeeld bij gearrangeerde huwelijken) of worden kinderen al op jonge leeftijd uitgehuwelijkt. In Nederland heeft iedereen het recht om een eigen partner te kiezen. De relaties tussen mannen en vrouwen horen gelijkwaardig te zijn, zonder machtsmisbruik of uitbuiting. Aan de hand van de samenstelling en culturele achtergrond van de groep kan worden besloten of dit thema wordt behandeld in gescheiden groepen voor mannen en vrouwen.

Bijeenkomst combineren

Deze bijeenkomst kan voorafgaan aan een bijeenkomst over (seksuele) weerbaarheid, geboorteregeling of seksuele- en genderdiversiteit.

Kijk voor meer informatie in het document "Aandachtspunten in de seksuele voorlichting aan nieuwkomers + checklist" (<https://www.ggdghorkennisnet.nl/?file=46586&m=1554385934&action=file.download>).

Minimale doelen

De deelnemer:

- Is op de hoogte welke regels in acht worden genomen om een veilige sfeer te creëren.
- Benoemt minimaal twee verschillen tussen een vriendschap en een liefdesrelatie.
- Benoemt minimaal twee verschillen tussen verliefdheid en een liefdesrelatie.
- Benoemt voorbeelden van gevoelens en uitingen van verliefdheid.
- Heeft nagedacht over wat voor hem/haar belangrijke voorwaarden zijn voor een vriendschap.
- Benoemt eigen opvattingen over relaties en (vrije) partnerkeuze.
- Benoemt verschillende vormen van relaties en samenwonen.
- Herkent het onderscheid in de communicatie bij vriendschap en intieme relaties.
- Gaat voor zichzelf na wanneer een relatie goed voelt.
- Benoemt waar je terecht kunt als een relatie niet meer goed voelt.
- Benoemt dat er verschillende rolverwachtingen kunnen zijn ten aanzien van mannen en vrouwen rondom relaties.

Optionele doelen

De deelnemer:

- Herkent de opvattingen over relaties van anderen.
- Benoemt dat geslacht, geloof, culturele achtergrond, opvoeding en ervaringen van invloed kunnen zijn op hoe iemand denkt over liefde en relaties.
- Onderkent het belang van het zelf aangeven van wensen en grenzen.
- Benoemt dat hij/zij niet-prettige vriendschappen of relaties kan beëindigen en hoe dat kan.
- Heeft nagedacht over de eigen toekomstdromen en wensen in het leven.

Programma

- 2.1. Veiligheidsregels
- 2.2. Opzet en doel van deze bijeenkomst
- 2.3. Vriendschap, verliefdheid en relatie
- 2.4. Samenlevingsvormen
- 2.5. Verschil tussen vriendschap en een intieme relatie

2.6. Relaties

2.7. Evaluatie

2.8. Optioneel: Jouw toekomst

Benodigde materialen

- Computer/laptop, beamer en geluid.
- Flap-over.
- Stiften (rode/groene/zwarte).
- Post-its.
- Plakband/tape.
- Brievenbus.
- Werkblad 2.1. Veiligheidsregels.
- Werkblad 2.2. Belangrijk in een vriendschap.
- Werkblad 2.3. Wat voor eigenschappen moet jouw partner hebben?
- Werkblad 2.4. Jouw toekomst.

2.1. Veiligheidsregels

Tijd	: 10 minuten.
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigheden	: Werkblad 2.1. Algemene veiligheidsregels met symbolen voor luisteren, respect, vertrouwen en privacy of flap en stiften.

Doel

De deelnemer is op de hoogte welke regels in acht genomen worden om een veilige sfeer te creëren.

Werkwijze

Groepsgesprek

Leg uit wat de regels zijn en licht de betekenis toe aan de hand van de afbeelding op Werkblad 2.1. Hang ze zichtbaar op. Vraag ook input van de groep:

- Zijn er nog aanvullingen?
- Beloven we elkaar om ons hieraan te houden?

- A: Luister naar elkaar en laat elkaar uitspreken.
- B: Respect: Respecteer elkaars mening, gevoelens, culturele en seksuele achtergrond. Lachen is oké, iemand uitlachen niet.
- C: Vertrouwen: Vertel geen persoonlijke dingen (met naam en toenaam) aan personen buiten de groep.
- D: Je hoeft niet te antwoorden als je het niet wilt.

Werkblad 2.1. Algemene veiligheidsregels met symbolen voor luisteren, respect, vertrouwen en privacy



A



B



C



D

Bron: Leerlingenboek Welkom Op School. Pharos, 2015

2.2. Opzet en doel van deze bijeenkomst

Tijd	: 10 minuten.
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigheden	: Flap-over en stiften.

Doel

De deelnemer weet wat er deze bijeenkomst besproken wordt.

Werkwijze

Groepsgesprek

Geef aan dat het onderwerp voor vandaag 'vriendschap, relaties en de toekomst' is. Misschien zijn er vandaag mensen die waardevolle vriendschappen zijn verloren door naar Nederland te komen of door een oorlog. Anderen hebben misschien al nieuwe vriendschappen gesloten in Nederland. Het kan zijn dat mensen hier op een andere manier met elkaar omgaan dan je gewend bent. Dit kan zijn door de verschillende culturen of gebruiken.

We gaan het vandaag hebben over hoe men in Nederland denkt over verschillende soorten relaties. Ook hebben we het erover hoe relaties worden gevormd. We gaan straks eerst bespreken waar jij aan denkt bij vriendschap, verliefdheid en relaties. Ook gaan we het hebben over wat jij zelf belangrijk vindt bij vriendschappen en in (toekomstige) liefdesrelaties.

Vraag aan de groep:

- Wie heeft er al nieuwe vriendschappen gemaakt in Nederland?
- Was dit lastig, of ging dit gemakkelijk?

2.3. Vriendschap, verliefdheid en relatie

Tijd	: 25 minuten (waarvan 10 minuten optioneel).
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigdheden	: Flap-over en stiften. Werkblad 2.2. Belangrijk in een vriendschap. Werkblad 2.3. Wat voor eigenschappen moet jouw (toekomstige) partner hebben? (meerdere exemplaren van beide).

Doel

De deelnemer:

- Benoemt minimaal twee verschillen tussen vriendschap en een liefdesrelatie.
- Benoemt minimaal twee verschillen tussen verliefdheid en een liefdesrelatie.
- Geeft voorbeelden van gevoelens en uitingen van verliefdheid.
- Is zich ervan bewust wat voor hem/haar belangrijke voorwaarden zijn voor een vriendschap.
- Benoemt eigen opvattingen over relaties en (vrije) partnerkeuze.

Optionele doelen

De deelnemer:

- Herkent de opvattingen over relaties van anderen.
- Benoemt dat geslacht, geloof, culturele achtergrond, opvoeding en ervaringen van invloed kunnen zijn op hoe iemand denkt over liefde en relaties.

Werkwijze

Groepsgesprek

- Bespreek met de deelnemers het woord **vriendschap**. Misschien hebben de deelnemers vriendschappen verloren door de oorlog of vlucht naar Nederland. Het kan zijn dat er al nieuwe vrienden zijn gemaakt, soms is dit niet gemakkelijk.
- Vraag of de deelnemers Werkblad 2.2. willen invullen. Zij gaan hierbij aankruisen wat zij zelf belangrijke eigenschappen van een vriend of vriendin vinden. Dit onderdeel kan ook in de groep worden behandeld als het te lastig is om het in te vullen.
- Stel vervolgens onderstaande vragen in de groep. Schrijf hierbij steekwoorden op een flap-over.
 - Wanneer noem je iemand een vriend of vriendin?
 - Kun je als vrouw bevriend zijn met een man, of andersom?

Scheur het papier van de flap-over en hang deze aan de muur

- Bespreek met de deelnemers vervolgens het woord **verliefdheid**. Op een bepaalde leeftijd kun je gevoelens van verliefdheid ervaren. Het is heel fijn als de ander ook verliefd is op jou. Helaas is dit niet altijd het geval. Je kunt in stilte verliefd zijn op iemand maar weten dat het nooit iets zal worden. Het kan ook zijn dat je door iemand wordt afgewezen. Dat kan vervelend zijn.
- Stel vervolgens onderstaande vragen in de groep. Schrijf hierbij steekwoorden op een flap-over.
 - Hoe weet je dat je verliefd bent?
 - Hoe maak je aan de ander duidelijk dat je verliefd bent?
- Hang het vel naast het papier over vriendschap. Op die manier maak je de verschillen en overeenkomsten visueel.
- Laat de deelnemers vertellen wat zij verstaan onder **een relatie**.
- Schrijf de steekwoorden op de flap-over naast de steekwoorden van vriendschap en verliefdheid. Hierover kunnen de meningen verdeeld zijn. Dit is echter normaal.
- Ook hier geldt dat men respect voor elkaars mening moet hebben. Vragen die gesteld kunnen worden:
 - Wat voor soorten relaties zijn er? (familie-, werk-, liefdes- vriendschappelijke relaties).
 - Wanneer heb je een liefdesrelatie?
 - Wat vind jij belangrijk in een liefdesrelatie?
 - Mag je aan je omgeving laten zien dat je een liefdesrelatie hebt?
 - Mag je zelf kiezen met wie je een liefdesrelatie aangaat?
 - Wat zou je omgeving ervan vinden als je een relatie zou krijgen met iemand hier in Nederland?
 - Mag je samenwonen met iemand met wie je een liefdesrelatie hebt?

Vraag de deelnemers:

- Wat voor eigenschappen moet jouw (toekomstige) partner hebben?

Laat de deelnemers vervolgens Werkblad 2.3. invullen.

Licht toe: *In Nederland spreken we van een relatie als je je meer gaat binden aan iemand en meer intimiteit gaat delen. Er bestaan verschillende soorten liefdesrelaties: een vaste relatie, een latrelatie, huwelijk, samenwonend, etc. Maar je kunt ook vrijgezel zijn. In Nederland mag dit allemaal. Trouwen mag pas als je volwassen bent.*

Bespreek tenslotte de verschillen tussen vriendschap, verliefdheid en een relatie. Licht toe dat je het recht hebt om zelf je partner te kiezen: of je trouwt of samen gaat wonen, of je kinderen wil, hoeveel kinderen etc. Meer informatie kunnen deelnemers lezen op: <https://www.zanzu.nl/nl/wat-zijn-seksuele-en-reproductieve-rechten>.

Optioneel:

Afhankelijk van de groep, de beschikbare tijd en het doel van de bijeenkomst kunt u aan de groep de volgende vragen stellen:

- *Denken jullie dat mensen in Nederland hetzelfde denken over vriendschappen, verliefdheid en relaties als jullie? Zo nee, wat zijn de verschillen en wat zijn de overeenkomsten?*
- *Zitten er tussen de mensen in Nederland ook verschillen? Waar hangt dit mee samen? (benoem: opvoeding, cultuur, geloof).*
- *Denken jullie dat mannen en vrouwen hetzelfde denken over vriendschappen, verliefdheid en relaties? Zo nee, wat zijn de verschillen?*

Werkblad 2.2. Belangrijk in een vriendschap

Wat vind je belangrijk in een vriendschap? Kruis aan.

Ik wil graag een vriend of vriendin die:

- dezelfde dingen leuk vindt
- even oud is
- grappig is
- dezelfde cultuur heeft
- dezelfde religie heeft
- rustig is
- veel te vertellen heeft
- man is
- vrouw is
- leuk is om mee te praten
- gezellig is
- knap is
- samen wil sporten
-
-
-

Werkblad 2.3. Wat voor eigenschappen moet jouw (toekomstige) partner hebben?

The worksheet is designed as a tree where the trunk and branches are filled with a pattern of small hearts. The background is a textured, light brown color. At the base of the tree, there are icons of a man and a woman, each with a heart on their chest, and several palm trees. The tree's canopy is composed of ten large, white heart shapes arranged in a symmetrical pattern. Each heart contains three horizontal lines for writing.

Bron: Leerlingenboek Welkom Op School. Pharos, 2015

2.4. Samenlevingsvormen

Tijd	: 15 minuten.
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigheden	: Eventueel een flap-over en stiften.

Doel

De deelnemer benoemt verschillende vormen van relaties en samenwonen.

Werkwijze

Groepsgesprek

Voordat je met de deelnemers de verschillende relatievormen in Nederland gaat bespreken, kun je ze eerst vragen naar de vormen van samenleven in hun eigen land:

- Met wie leefde je samen in een huis voordat je naar Nederland kwam?
- Hoe woonden andere mensen samen?
- Mag je zelf beslissen met wie je wil trouwen?
- Vanaf welke leeftijd mocht je in jouw land trouwen?

Leg uit dat er in Nederland verschillende opvattingen bestaan over hoe je met elkaar samenleeft. Trouwen mag in Nederland pas als beide personen 18 jaar of ouder zijn.

Er zijn veel mogelijkheden, die ook in de wet zijn vastgelegd. Bijvoorbeeld:

- Een man en een vrouw kunnen samen trouwen.
- Twee mannen kunnen samen trouwen.
- Twee vrouwen kunnen samen trouwen.
- Twee mensen kunnen samenwonen zonder getrouwd te zijn, eventueel met een samenlevingscontract, en ook samen kinderen hebben.
- Mannen en vrouwen kunnen gescheiden zijn en met een nieuwe partner samenwonen en kinderen krijgen.
- Polygamie is in Nederland verboden (dit betekent dat trouwen met meerdere partners niet mogelijk is, samenwonen is echter niet verboden).

Leg uit dat er ook meerdere, geaccepteerde manieren bestaan om kinderen krijgen: *het is voor zowel getrouwde als ongetrouwde stellen geaccepteerd om kinderen te krijgen:*

- Een lesbisch stel kan kinderen krijgen via een zaaddonor.
- Een homostel kan zaaddonor zijn en ouder worden van het kind.
- Alle stellen kunnen een kind adopteren, dus ook homostellen.
- Een alleenstaande vrouw kan met behulp van een zaaddonor een kind krijgen.
- Een vrouw kan een kind dragen voor een ander (draagmoederschap).

Vraag de deelnemers of dit ook in hun land mogelijk was. Zijn er veel verschillen met Nederland?

2.5. Verschil tussen vriendschap en een intieme relatie

Tijd	: 15 minuten.
Werkwijze	: Groepjes van drie personen/groepsgesprek.
Benodigheden	: Eventueel een flap-over en stiften.

Doel

De deelnemer herkent het onderscheid in de communicatie bij vriendschap en intieme relaties.

Werkwijze

Groepjes

Deel de groep op in groepjes van drie personen.

Ieder groepje oefent hoe je zonder te praten (aan je lichaamshouding) kunt laten zien dat je vrienden bent.

Hoe verschilt dit van de lichaamshouding ten opzichte van een kennis of een vreemde?

Geef de deelnemers 5 minuten om zich voor te bereiden.

Uitbeelden

Een voorbeeld kan zijn:

- Laat zien hoe je een vriend groet op straat.
- Laat zien hoe je een kennis groet op straat.
- laat zien hoe je een vreemde groet op straat.
- Laat zien hoe je een familielid groet op straat.

Groepsdiscussie

De groep reageert door te vertellen wat zij zien. Zijn er duidelijke verschillen te zien tussen de situaties?

Zitten er ook nog verschillen tussen de groepjes? Zien de deelnemers ook verschillen tussen verschillende culturen (bijvoorbeeld andere personen in Nederland)?

2.6. Relaties

Tijd	: 25 minuten (+10 minuten).
Werkwijze	: Stellingenspel/groepsgesprek.
Benodigheden	: Computer en beamer, optioneel: post-its en flap-over.

Doel

De deelnemer:

- Gaat voor zichzelf na wanneer een relatie goed voelt.
- Benoemt waar hij/zij terecht kan als een relatie niet meer goed voelt.
- Benoemt dat er verschillende rolverwachtingen kunnen zijn ten aanzien van mannen en vrouwen rondom relaties.

Optionele doelen

De deelnemer:

- Onderkent het belang van het zelf aangeven van wensen en grenzen.
- Benoemt dat hij niet-prettige vriendschappen of relaties kan beëindigen en hoe dat kan.

Werkwijze

Stellingen

In dit thema gaan de deelnemers reageren op verschillende stellingen. Verdeel de ruimte in twee delen. Als een deelnemer aan de linkerkant van de ruimte gaat staan is hij/zij het eens met de stelling. De rechterkant betekent oneens met de stelling. Vraag aan de deelnemers waarom ze die kant hebben gekozen.

Noem de volgende stellingen op en vraag deelnemers een kant te kiezen:

- Als twee mensen van elkaar houden, doen ze bijna alles samen.
- Een relatie hebben is altijd leuk. (Vraag door: kunnen jullie voordelen en nadelen noemen?).
- Het is goed als een man een relatie heeft met een vrouw die een paar jaar jonger is.
- Het is goed als een vrouw een relatie heeft met een man die een paar jaar jonger is.
- Het is niet erg als je binnen een relatie af en toe ruzie hebt. (Vraag door: is het niet erg als er tijdens een ruzie geslagen wordt?).
- Het is normaal om jaloers te zijn in een relatie. (Vraag door: wanneer is dit niet normaal meer? Bijvoorbeeld iemand die jou de hele dag controleert, die jou verbiedt met anderen om te gaan, die zelf veel meer uitgaat en vrijheid heeft).
- Het is erg als een man vreemdgaat.
- Het is erg als een vrouw vreemdgaat.
- Het is in een relatie belangrijk om veel met elkaar te praten.

Bespreek met de deelnemers of er veel verschillen in de groep waren. Mensen kunnen verschillend denken over relaties. Het is belangrijk dat mannen en vrouwen gelijkwaardig zijn. In Nederland hebben mannen en vrouwen dezelfde rechten.

Groepsgesprek

Bekijk samen de pagina over 'partnergeweld' op <https://www.zanzu.nl/nl/partnergeweld>. Op deze pagina staan ook instanties waar je terecht kunt als je hiermee te maken krijgt. Bekijk tenslotte ook de pagina over 'seksuele en reproductieve rechten': <https://www.zanzu.nl/nl/wat-zijn-seksuele-en-reproductieve-rechten>.

Optioneel:

Afhankelijk van de groep, de beschikbare tijd en het doel van de bijeenkomst kunt u aan de groep de volgende vraag stellen:

- **Wanneer is een relatie niet meer leuk of niet meer veilig?**

Laat de deelnemers woorden schrijven op post-its. Plak ze op een groot vel. Bespreek de antwoorden. Vat samen: het is belangrijk dat de ander niet over jouw grenzen heen gaat. Vertel de ander dus ook wat jouw wensen en grenzen zijn. Als de persoon toch over je grenzen heen gaat, is het belangrijk om hulp te zoeken of de relatie te beëindigen.

Stel de volgende vraag:

- **Hoe kun je een vervelende relatie beëindigen?**

Vat de antwoorden samen en vul aan. Een voorbeelden kunnen zijn: het uitmaken, het bespreken met je partner (als dit veilig is), bij iemand die je vertrouwt hulp zoeken of hulp zoeken bij instanties.

2.7. Afronding en evaluatie

Tijd	: 10 minuten.
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigdheden	: Flap-over, drie vellen en stiften.

Doel

De deelnemers beschrijven wat ze van de les vonden.

Werkwijze

Groepsgesprek

De begeleider hangt drie grote vellen papier op. Op iedere flap staat een vraag.

1. Ik vond leuk...
2. Dit was nieuw voor mij...
3. Ik had meer tijd willen hebben voor...

In 5 minuten mogen de deelnemers kernwoorden op iedere flap zetten. Alle deelnemers schrijven iets op de flap. Het invullen gaat snel. De nabespreking hangt af van wat voor opmerkingen er op de flappen staan en hoeveel zin de deelnemers hebben om erover te praten.

Vraag tenslotte aan de groep

Waar zou je meer over willen leren?

2.8. Optioneel: Jouw toekomst

Tijd	: 20 minuten.
Werkwijze	: Groepsgesprek.
Benodigheden	: Werkblad 2.4. Jouw toekomst (meerdere exemplaren).

Doel

De deelnemer:

- Heeft nagedacht over de eigen toekomstdromen en wensen in het leven.

Introductie

Vertel de groep dat jullie gaan nadenken over dromen voor de toekomst. Laat Werkblad 2.4. zien aan de groep.

Vraag aan de groep per onderdeel:

Werk

- Heb je hiervoor al eens gewerkt?
- Wat voor droom heb je over je werk? Zou jij willen werken, je partner of jullie beiden?

Gezin

- Heb je al een gezin? Wil je later een gezin?
- Wil je kinderen, of heb je deze? Hoeveel kinderen zou je graag willen?

Huis

- Wil je graag een eigen huis, of wil je liever met anderen wonen?

Nabespreken

- Wat vindt jouw familie belangrijk?
- Zijn er verschillen met wat jij belangrijk vindt?
- Zijn er dingen die het lastig maken (bijvoorbeeld mensen die andere dromen voor jou hebben)?
- Wat kun je hieraan doen?

Werkblad 2.4. Jouw toekomst



Bron: Pixabay

Achtergrondinformatie bij vriendschap en relaties

Huwelijken

Er komen wereldwijd nog veel kindhuwelijken voor. Er is een kans dat dit ook geldt voor een deel van de statushouders en asielzoekers uit de herkomstlanden. Kindhuwelijken zorgen voor een groter risico op: vroegtijdige schoolverlating, zwangerschap en seksueel of huiselijk geweld.

Meer informatie:

- [https://www.fier.nl/mediadepot/1577a707f527/GirlsNotBridesFolderWeb\(2\).pdf](https://www.fier.nl/mediadepot/1577a707f527/GirlsNotBridesFolderWeb(2).pdf)

In sommige culturen is uithuwelijking of een 'gearrangeerd huwelijk' een gangbaar fenomeen. Hierbij bepaalt de familie met wie de zoon of dochter moet trouwen. Een gedwongen huwelijk is strafbaar. Daar waar er momenteel in Nederland veel vrijheid is met betrekking tot het aangaan van relaties, is dit niet altijd zo geweest. 50 jaar geleden mochten er vanuit veel gezinnen Protestanten niet met Katholieken trouwen. Ook kwamen gemengde huwelijken nog weinig voor. Daarnaast konden 20 jaar geleden homoseksuelen ook nog niet met elkaar trouwen.

Meer informatie

- <https://www.zanzu.nl/nl/een-partner-kiezen>
- <https://www.movisie.nl/publicatie/factsheet-huwelijksdwang>

Materialen

Naast de sub-thema's uit Wijzer in de liefde kunnen er ook andere ondersteunende materialen ingezet worden om aan de slag te gaan met het thema Vriendschap, relaties en de toekomst. Hieronder worden voorbeelden genoemd:

<https://www.pharos.nl/kennisbank/basisgezondheidsvoorlichting-aan-vluchtelingen-in-azcs-en-nieuwkomers-in-de-gemeente-voor-professionals-in-de-gezondheidszorg-module-4/> (Pharos, GGD Hollands Midden en GGD regio Utrecht).

Dit is een handleiding voor professionals in de gezondheidszorg. Module 4 gaat over relaties.

<https://www.ggdghorkennisnet.nl/?file=38622&m=1517242414&action=file.download> (GGD Gelderland-Zuid)

Landen in de liefde: Handleiding voor seksuele voorlichting aan nieuwkomers. De handleiding bevat ingrediënten waarmee de voorlichter lastige onderwerpen bespreekbaar kan maken.

www.ikbenvanmij.nl (Movisie)

Een website van de methode 'Ik ben van mij'. De methode maakt jongeren bewust van seksuele wensen en grenzen en leert hen over verantwoord seksueel gedrag. De voorloper van de methode was WE CAN YOUNG. Voorafgaand moet je een e-learning volgen.

Prezi-presentatie: Seksuele gezondheid (GGD Noord- en Oost-Gelderland):

https://prezi.com/anjvny9djcb/?token=0e0a1677f648f3f20ffa106a5d9c0dc37d0c185d9f122563092541004a23c62d&utm_campaign=share&utm_medium=copy. Deze prezi-presentatie is gemaakt door GGD

Noord- en Oost-Gelderland en is een eerste les van een reeks van 3 lessen over seksuele gezondheid voor ISK's. Deze les gaat in op: puberteit, verliefdheid, relaties en lichaamstaal.

