



Seksualiteit en ik



Co-funded by
the European Union

2023-2-AT01-KA220-YOU-00018034

Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or OeAD-GmbH. Neither the European Union nor the granting authority can be held responsible for them.

let's sign about səx



Dit materiaal is geproduceerd met financiële steun van Erasmus+ als onderdeel van het project „Let's Sign About S<3X“.

Het materiaal mag niet zonder toestemming worden verspreid.

Ontwikkeld door Freya, z. s., www.freya.live

aoba
kuos
NADAČNÍ FOND



Het materiaal van Freya is door het projectteam aangevuld met eenvoudig te lezen artikelen en informatie over bestaand videomateriaal.



**Co-funded by
the European Union**

Gefinancierd door de Europese Unie. De hierin geuite standpunten en meningen zijn echter uitsluitend die van de auteur(s) en weerspiegelen niet noodzakelijkerwijs die van de Europese Unie of het Uitvoerend Agentschap voor Onderwijs en Cultuur (EACEA). Noch de Europese Unie, noch EACEA kan hiervoor verantwoordelijk worden gehouden.



Dit pictogram geeft aan dat er videomateriaal is.



Dit pictogram geeft aan dat er werkbladen zijn.



Wat is seksualiteit?

Laten we dit onderwerp eens verkennen!

Wat is seksualiteit?

- Seksualiteit omvat meer dan alleen seksuele activiteit.
- Het omvat ook onderwerpen als liefde, lichamelijk contact, gevoelens en hygiëne.
- Seksualiteit is belangrijk voor iedereen.
- Het wordt beschouwd als een persoonlijke, privé- en intieme aangelegenheid.
- Het speelt in ieders leven een rol, in verschillende mate.
- De seksualiteit van iedereen is anders.

Hygiëne - schoon



47 - hygiëne - jongens

44 - hygiëne – meisjes

45 - hygiëne en menstruatie

intiem, intimiteit
ander woord voor:

persoonlijk
vertrouwd
privé

Wat is seksualiteit?

Seksualiteit houdt verband met de volgende onderwerpen:

seksuele geaardheid

Tot welk geslacht voel ik me aangetrokken?

seksuele voorkeur

Welke prikkels winden mij op?

Nr. 35 - Seksuele
oriëntatie en
genderidentiteit



Nr. 36 - LHBTQIA+



Wat is seksualiteit?

- Het omvat genot, emotionele verbondenheid, de bevrediging van seksuele behoeften en **intimiteit** met een ander.
- Iedereen heeft het recht om zijn of haar seksualiteit te beleven, ook als de eigen **autonomie** beperkt is.
- Gezonde uitingen van seksualiteit brengen niemand schade toe. Dit betekent dat we onszelf of anderen geen kwaad doen.

autonomie

ander woord voor:

onafhankelijkheid
zelfbeschikking
vrijheid

intimiteit

ander woord
voor:

persoonlijk
vertrouwd
privé



Wat is seksualiteit?

Een gezonde aanpak van seksualiteit omvat:

- **Respect**
We respecteren de wensen en behoeften van de ander en kennen het woord 'nee'.
- **Toestemming**
Iedereen stemt in met de activiteit en kan deze op elk moment weigeren.
- **Veiligheid**
We brengen onszelf of anderen geen schade toe.
- **Communicatie**
We bespreken wat we wel en niet leuk vinden, enz.



Het is fijn om de kans te hebben om met met iemand over seksualiteit te praten.

Wat is seksualiteit?

- Om een **gezond** seksleven te hebben, is het goed om meer **te leren** over seksualiteit.
- Dit betekent dat je basiskennis moet hebben over het lichaam, hygiëne, seks, anticonceptie en andere onderwerpen.
- Als we vragen hebben, moeten we met iemand praten die we vertrouwen.
- Bijvoorbeeld: een familielid, vriend, partner,
- of een deskundige die hulp biedt op het gebied van seksualiteit en relaties.

anticonceptie



hygiëne
reinheid

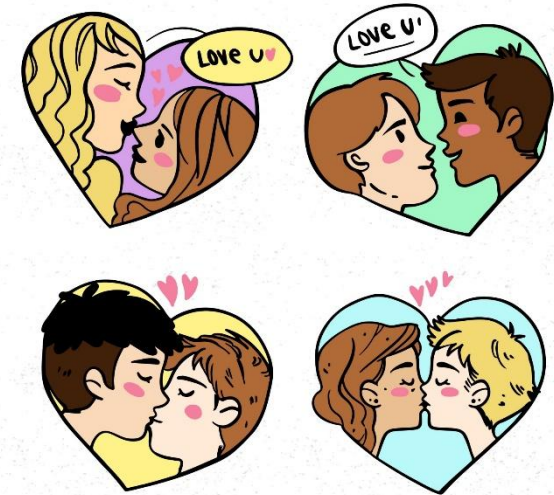


hygiëne - jongens
hygiëne – meisjes
hygiëne en menstruatie



Wat is seksualiteit?

- **Mensen uiten hun seksualiteit op verschillende manieren.**
- Bijvoorbeeld door te knuffelen, te kussen, elkaars hand vast te houden, elkaar te strelen of seks te hebben.
- Als iemand lange tijd niet tevreden is met zijn of haar seksleven, kan hij of zij zich slecht voelen.
- Bijvoorbeeld: angstig, verdrietig of boos.



designed by freepik.com



Wat is seksualiteit?

- Een handicap (fysiek, mentaal of psychologisch) betekent niet dat iemand geen seksuele behoeften heeft.
- Maar een handicap kan wel de manier waarop seksualiteit wordt ervaren, veranderen.
- Je hebt bijvoorbeeld misschien speciale hulpmiddelen nodig, andere manieren nodig hebben om seksualiteit tot uiting te brengen.



Wat is seksualiteit?

- Seksualiteit draait niet alleen om het krijgen van kinderen.
- Het gaat ook om genot, liefde, verbondenheid en intimiteit.
- Iedereen heeft het recht om zijn of haar seksualiteit te uiten, ook mensen die hulp nodig hebben in hun dagelijks leven.
- Gezonde seksualiteit doet niemand kwaad.
- Het betekent dat we onszelf of anderen geen pijn doen.



Wat is seksualiteit?

**Is seksualiteit nu duidelijker voor je?
Heb je nog vragen?**



Wie ben ik?

Vragen ter overweging.



Wie ben ik (werkblad)



Wat is seksualiteit?



Termen die verband houden met seksualiteit.

Ben je hiermee bekend?

privacy

aanraking



penis
vulva
borsten

Kun je dat?
Kan ik het?

minnaar



intimiteit



romantisch



vriend



partner



echtgenoot
vrouw



Wat is seksualiteit?



Termen die verband houden met seksualiteit.

Ben je hiermee bekend?

verliefd
verliefd



masturbatie

veiligheid



date



aantrekkingskracht



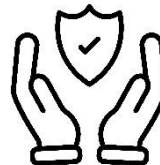
verdriet
woede
geluk



anticonceptie



bescherming



arts



seksuele activiteit



Wat is seksualiteit?



**Termen die verband houden met seksualiteit.
Kent u ze?**

zwangerschap
moederschap
vaderschap



genegenheid
partnerschap
echtscheiding

babyborrel



identiteit



verlegenheid



knuffel
zachte
aanraking



tederheid



flirten



kussen
hand in hand
lopen



respect



Wat is seksualiteit?



Welke andere termen ken je nog meer?

Creatieve poster

Mijn identiteit en
seksualiteit