



Touches | gepast & ongepast



**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

abakus
NADAČNÍ FOND



Dit materiaal is geproduceerd met financiële steun van Abakus

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  Freya

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.

Informatie voor trainers



Dit pictogram geeft aan dat de informatie door de trainers tijdens de workshop.



Dit pictogram geeft aan dat het LSAS-lexicon **videomateriaal in gebarentaal** bevat.



Dit pictogram geeft aan dat er een **werkblad voor de deelnemers** beschikbaar is.

**Hoe weet je wanneer je iemand mag aanraken en
wanneer dat niet gepast is?**

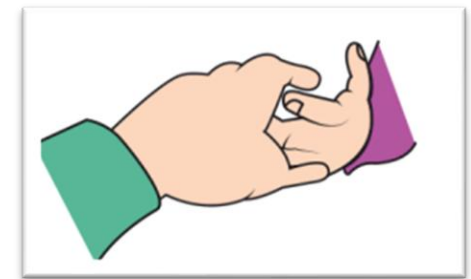


Verschillende mogelijkheden

Aanraking is



- wanneer iemand zichzelf aanraakt.
- Ook wanneer de ene persoon de andere aanraakt.
- Of wanneer ze elkaar aanraken.



Je kunt verschillende delen van het menselijk lichaam aanraken.

Meestal gebruiken we onze handen om aan te raken.



Het is mogelijk om verschillende delen van het menselijk lichaam aan te raken.

Meestal gebruiken we onze handen om aan te raken.



Waar moeten we op letten?

Waar moeten we op letten?

De plekken op het lichaam waar iemand ons mag aanraken, hangen af van,
bijvoorbeeld:



Wie ons aanraakt?

Je kunt op verschillende plekken aangeraakt worden door een arts, ouders, vrienden of een vreemde.

Waarom wil iemand ons aanraken?

We gebruiken verschillende manieren van aanraken als we een vriend begroeten of als we

Waar moeten we op letten?



Hoe we ons op dat moment voelen.

We hoeven niet altijd in de stemming te zijn om aangeraakt te worden.

Soms

aangenaam en soms onaangenaam.

Waar we op dit moment zijn.

Je kunt je partner in het openbaar anders aanraken dan in de beslotenheid van jullie eigen huis.

Waar moeten we op letten?



Als we niet weten of twijfelen of we iemand mogen aanraken, kun je het beste **vragen**:

“Mag ik je knuffelen?” of
“Mag ik je hand vasthouden?”

**Het is goed om te weten wat voor soort
aanraking
wij en de mensen om ons heen prettig vinden.**

Grenzen



Iedereen heeft andere plekken waar je hem of haar kunt aanraken.
Dat is oké.

We zeggen dat iedereen zijn of haar eigen grenzen heeft
die gerespecteerd moeten worden.

Sommige mensen vinden het fijn om aangeraakt te worden.
Anderen houden helemaal niet van aanraking.

Grenzen



- Het is belangrijk dat je niemand pijn doet met je aanrakingen.
- Aanraking moet prettig zijn.
- Het is ook goed om sommige aanrakingen privé te houden, wanneer je alleen bent.

Intieme zones



- Intieme zones bevinden zich meestal onder kleding (ondergoed of zwemkleding).
- Doorgaans worden de penis, de vulva, de billen, de borsten of de borstkas.
- Intieme zones kunnen ook het gezicht en de mond zijn.
- Maar voor sommige mensen kunnen er meer intieme plekken en die kunnen anders zijn – schouders, benen, enzovoort.

intiem
persoonlijk
dichtbij
vertrouwd
privé



- Het is belangrijk om te weten dat ons lichaam van ons is en dat iedereen daar zelf over beslist.
- Dit geldt ook voor de beslissing wie je toestaat je aan te raken.
- We mogen NEE zeggen tegen aanraking, zelfs door mensen die we goed kennen, zelfs door familieleden.



Passende aanraking – fijne aanraking

Dit is een aanraking die welkom en prettig is.



Ongepaste aanraking – slechte aanraking

Dit is elke vorm van aanraking die we niet prettig vinden.

Bijvoorbeeld: duwen, aan het haar trekken, in de handen knijpen, slaan.

De meeste mensen houden niet van dit soort aanrakingen.





Er zijn echter ook mensen die van deze aanrakingen genieten.

Dat heet **BDSM**.

Respect is een belangrijk woord en het is goed om dat in gedachten te houden.

Het verschil tussen BDSM en slechte/ongepaste aanrakingen is **toestemming**.

Het betekent dat de betrokkenen **akkoord gaan** met deze aanrakingen.

BDSM

Engelse afkorting
voor
de seksuele praktijk

- Bondage
- Dominantie,
- sadisme
- Masochisme

Opmerking: Respect betekent dat we de wensen van de ander begrijpen en weten hoe belangrijk die voor hem of haar zijn en dat ze ertoe doen.



Respect is een belangrijk woord en het is goed om dat in gedachten te houden.

Bijvoorbeeld:

- Ik word opgewonden als ik op mijn billen geslagen word.
- Mijn partner niet.
- Ik respecteer dat en eis het niet.

respect

aandacht
hebben

Oefening – Zelfreflectie – mijn lichaam



Individuele oefening

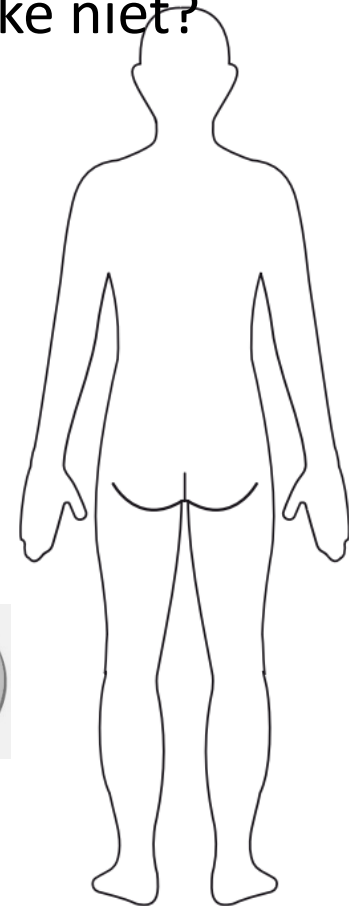
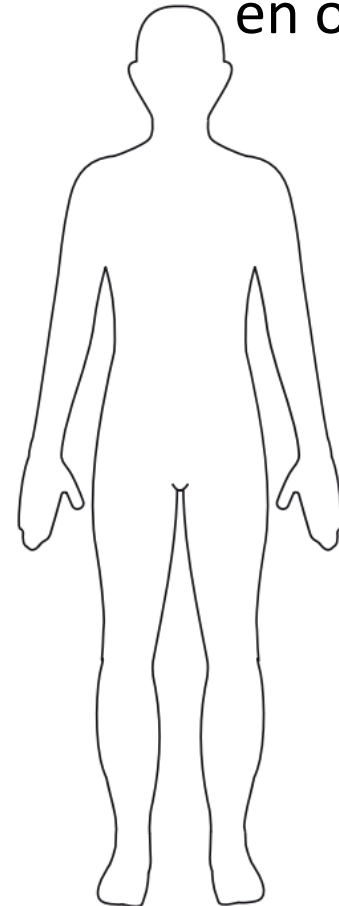
Uitbreidingsgedeelte – Lichaam
(werkblad)



Verschillende versies:

- raak jezelf aan
- iemand van wie ik houd
- een vreemde

Op welke plekken kun je aangeraakt
worden,
en op welke niet?





Discussie