
GEZONDE RELATIES & SEKSUALITEIT

Aanbod voor Fryslân
VO & MBO

Inhoud

Lespakketten met een doorlopende leerlijn	3
Overige lespakketten	5
Aanvullende lesmaterialen	6
Trainingen & bijeenkomsten	10
Meer informatie	14

Lespakketten met een doorlopende leerlijn

Titel	Doelgroep	Lespakketten met een doorlopende leerlijn	Aanbieder	Kosten
Lang leve de Liefde	VO (praktijk-onderwijs, vmbo, havo, vwo) & MBO	<p>Lang Leve de Liefde is een lesmethode over liefde, relaties en seksualiteit. Er wordt gewerkt aan de kennis, houding en vaardigheden van de leerlingen t.a.v. relaties en seksualiteit. De methode bestaat uit lessen voor verschillende leeftijden en niveaus. Daarnaast heeft het lespakket ook nog een aantal aanvullende modules, waaronder: Jij en de media, Seksuele diversiteit, Soa-practicum, Wensen en grenzen en Toolkit L.O.V.E Online.</p> <p>Het kant-en-klare lespakket bestaat uit: leerlingenmagazines, de docenten-handleiding en films.</p>	<p>Rutgers / Soa Aids Nederland https://langlevedeliefde.nl/docenten</p>	<p>Voor alle Lang Leve de Liefde lespakketten geldt dat de films en de docentenhandleiding gratis zijn.</p> <p>De leerlingenmagazines moeten aangeschaft worden (€ 1,20 per leerling).</p> <p>De leerlingenmagazines zijn aan te schaffen via de webhop van Soa Aids Nederland.</p>
Lesmethode Living Loving	VO (vmbo, havo en vwo)	<p>Living Loving is een digitaal lespakket waar de focus ligt op seksuele weerbaarheid. Het doel van dit lespakket is dat leerlingen meer kennis, communicatieve vaardigheden en een open houding verwerven, waardoor zij beter zijn voorbereid op seksuele gevoelens en seksualiteit. De leerlijn is direct toepasbaar en kent een positieve leeftijdsadequaat benadering.</p> <p>Het lespakket bestaat uit: handboek docenten, werkboeken leerlingen, PowerPoints en digi-lessen.</p>	<p>Weerbaar in Seksualiteit (WIS) https://wiseducatie.nl/</p>	<p>De school kan een jaar licentie afnemen van € 1,95 per leerling. Daarnaast dienen de docenten eenmalig een training te volgen (€ 595 per training, o.b.v. max. 20 docenten).</p>

Lespakketten met een doorlopende leerlijn

Be-Loved: Seksualiteit & Weerbaarheid	VO (vmbo, havo en vwo)	De lesmethode Be-Loved is geschikt voor leerlingen binnen het voortgezet (orthodox-) christelijk onderwijs en is voor vier leerjaren. Het doel van deze lesmethode is dat jongeren meer bewustzijn (kennis), communicatieve vaardigheden en een open houding verwerven, waardoor zij beter zijn voorbereid op seksuele gevoelens en seksualiteit. Door de toegankelijke, herkenbare en direct toepasbare materialen kunnen de scholen zélf aan de slag met het thema seksualiteit en seksuele vorming.	Weerbaar in Seksualiteit (WIS) https://wiseducatie.nl/	De school kan een jaar licentie afnemen van € 1,95 per leerlingen. Daarnaast dienen de docenten eenmalig een training te volgen (€ 595 per training, o.b.v. max. 20 docenten).
Je lijf, je Lief!	VO (Praktijk-onderwijs en vmbo basis/kader)	' Je Lijf, je Lief! ' is een lesprogramma met als doel relationeel en seksueel gezond gedrag te bevorderen bij leerlingen. Het ondersteunen in het beter herkennen en respecteren van de eigen wensen en grenzen en die van anderen op het gebied van relaties en seks.	Movisie https://www.movisie.nl/interventie/je-lijf-je-lief	DVD met fragmenten € 10,-. De digitale lessen zijn gratis te downloaden.

Overige lespakketten

Titel	Doelgroep	Overige lespakketten	Aanbieder	Kosten
Ik ben van mij!	VO (vmbo, havo en vwo) & MBO	<p>'Ik ben van mij!' is een digitale lesmethode met als doel jongeren bewust te maken van seksuele wensen en grenzen en om de seksuele weerbaarheid te bevorderen. Het idee achter deze lesmethode is dat jongeren vooral leren van elkaar (peer-to-peer) en door theorie te combineren met iets doen. De uitvoering van de interventie bestaat uit drie fasen: (Peer) educatie, Peer activatie en Peer mobilisatie.</p> <p>Dit lespakket bestaat uit vier lessen en is bedoeld voor leerlingen van 14-18 jaar (klas 3 t/m 6). Daarnaast sluit het goed aan bij het Vlaggensysteem.</p>	<p>Movisie info@ikbenvanmij.nl https://www.movisie.nl/interventie/ik-ben-mij</p>	<p>De digitale lessen en het aanvullende lesmateriaal zijn gratis te downloaden op de website 'Ik ben van mij!'</p>
Wat doe jij? Wensen en grenzen in de liefde	VO (praktijk-onderwijs, vmbo, havo en vwo) & MBO	<p>'Wat doe jij?' zijn lessen die onbedoelde zwangerschap bij jongeren wil voorkomen. Het pakket bestaat uit een serie van 4-6 lessen en/of een ouderavond en docentenbijeenkomst. De lessen worden verzorgd door een gastdocent.</p>	<p>Siriz preventie@siriz.nl https://www.siriz.nl/wat-doe-jij-wensen-en-grenzen-in-de-liefde/</p>	<p>De kosten zijn afhankelijk van het aantal klassen waarvoor de interventie wordt ingezet. Over het algemeen geldt dat een halve dag gastlessen € 500 kost, een hele dag € 1.000 kost.</p>

Aanvullende lesmaterialen

Titel	Doelgroep	Aanvullende lesmaterialen	Aanbieder	Kosten
Boys R Us	VO (vmbo, havo en vwo)	<p>Boys R Us is een interactief bordspel met als doel om jongens (leeftijd 13 t/m 15 jaar) bewust te maken van het belang van veilige, prettige en gelijkwaardige seksuele en relationele contacten. Dit bordspel kan gebruikt worden om op een speelse, ongedwongen en onbeladen manier te praten over relaties en seksualiteit. In het spel komen vier thema's aan bod: veilige seks, grensoverschrijdend gedrag, seksuele diversiteit en genderopvattingen.</p> <p>Het spel bestaat uit een doos met onder andere een spelbord, opdracht-kaarten en een docentenhandleiding.</p>	Rutgers www.Rutgers.nl	<p>Het spel is aan te schaffen via de webshop van Rutgers voor € 45,-.</p> <p>Het spel is ook te leen bij GGD Fryslân.</p>
Girls Choice	VO (vmbo, havo en vwo)	<p>Girls Choice is een interactief bordspel met als doel om meiden (leeftijd 13 t/m 15 jaar) bewust te maken van het belang van veilige, prettige en gelijkwaardige seksuele en relationele contacten. Dit bordspel kan gebruikt worden om op een speelse, ongedwongen en onbeladen manier te praten over relaties en seksualiteit. In het spel komen vier thema's aan bod: veilige seks, grensoverschrijdend gedrag, seksuele diversiteit en genderopvattingen.</p> <p>Het spel bestaat uit een doos met onder andere een spelbord, opdracht-kaarten en een docentenhandleiding.</p>	Rutgers www.rutgers.nl	<p>Het spel is aan te schaffen via de webshop van Rutgers voor € 35,-. excl. verzendkosten.</p> <p>Het spel is ook te leen bij GGD Fryslân.</p>

Aanvullende lesmaterialen

Educatieve Escaperoom 'Het stopt bij jou!'	VO (vmbo, havo en vwo) & MBO	<p>De Escaperoom maakt shame-sexting op een interactieve manier bespreekbaar. Leerlingen leren - al spelenderwijs- hoe te handelen als ze een naaktfoto doorgestuurd krijgen. De leerlingen krijgen zicht op de impact en invloed van hun eigen handelen.</p> <p>De escaperoom wordt op locatie aangeboden. Trainers van WiS verzorgen tevens de uitvoering en nabespreking.</p>	Weerbaar in Seksualiteit (WiS) http://www.wiseducatie.nl	Voor minimaal 4 klassen wordt de escaperoom op locatie opgebouwd. 4 x 2 groepen (opsplitsen van de klas) = € 1600,-.
Benzies & Batchies	VO (praktijk-onderwijs, vmbo, havo en vwo)	<p>Bezies & Batchies is een weerbaarheidsproject welke uit twee onderdelen bestaat: een educatieve theatervoorstelling met discussie en een eindopdracht ('Benzies & Batchies') en een weerbaarheidstraining van drie lessen met opdrachten en groepsgesprekken ('Ik hou van mij').</p> <p>Het weerbaarheidsproject heeft als doel om seksueel grensoverschrijdend gedrag bij adolescenten te voorkomen en hun seksuele weerbaarheid te bevorderen. Tot de materialen behoren onder andere een lesbrieff voor docenten, werkboeken, polsbandjes en certificaten voor leerlingen, evaluatieformulieren, posters en folders.</p>	Stichting Kikid Janine de Ridder Janine@kikid.nl 06-41 32 68 63	De kosten bedragen per klas: € 950,- voor de theatervoorstelling Benzies & Batchies en € 1.750,- voor de weerbaarheidstraining 'Ik hou van mij'.

<p>Girls Talk en Girls Talk +</p>	<p>VO (praktijk-onderwijs en vmbo) & MBO</p>	<p>Girls' Talk is een groepsounselingsprogramma over seksualiteit, relaties en weerbaarheid. Het is voor meiden die een verhoogde kans lopen op het meemaken van negatieve seksuele ervaringen. In 8 wekelijkse groepsbijeenkomsten gaan meiden met elkaar aan de slag over o.a. partnerkeuze, seksuele (online) communicatie, veilig vrijen, wensen en grenzen, seksueel geweld en seksueel plezier. De begeleiding van een meidengroep wordt verzorgd door twee professionals (bijvoorbeeld uit het onderwijs) die hiertoe een training gevolgd hebben.</p>	<p>Rutgers www.rutgers.nl Marianne Jonker m.jonker@rutgers.nl 030-231 34 31 Of Centrum Seksualiteit MEE (CSM) Noord info@csmnoord.nl www.csmnoord.nl</p>	<p>Kosten tweedaagse training (inclusief online cursus) gegeven door Rutgers: €450,-. Deze training kan ook in-company gegeven worden. Kosten: € 3.530,- (max. 14 deelnemers) exclusief handleiding per deelnemer a € 45,-. Prijs op aanvraag bij Centrum Seksualiteit MEE (CSM) Noord.</p>
<p>Gender & Sexuality Alliances op scholen</p>	<p>VO (praktijk-onderwijs, vmbo, havo en vwo) & MBO</p>	<p>Een GSA is een groep scholieren die vindt dat iedereen op hun school de vrijheid heeft te kunnen zijn wie ze zijn, zonder zich daarvoor te hoeven schamen of te verantwoorden. Het doel is het zichtbaar en bespreekbaar maken van seksuele- en genderdiversiteit en een veilige sfeer creëren voor lhbt'i's op school.</p>	<p>COC Nederland Daphne Heijmering gsa@coc.nl 020-6234596</p>	<p>In de meeste gevallen zijn er voor een GSA geen extra kosten nodig.</p>
<p>Make a Move</p>	<p>VO (praktijk-onderwijs en vmbo) & MBO</p>	<p>Make a Move is een groepsounselings-programma over seksualiteit, relaties en weerbaarheid speciaal voor jongens in het vmbo en mbo. In 8 wekelijkse bijeenkomsten gaan de jongens met elkaar aan de slag over o.a. mannelijkheid, wensen en grenzen, online en offline risico's en hoe je met elkaar omgaat in een vriendschap, relatie of bij seks. In de handleiding met bijbehorende usb staan de 8 bijeenkomsten beschreven met didactische en methodische notities voor de counselors,</p>	<p>Rutgers Marianne Jonker m.jonker@rutgers.nl 0302313431 of GGD Fryslân 088 – 22 98763 seksuelevormingin@ggdfryslan.nl</p>	<p>De kosten voor de tweedaagse training inclusief online cursus bedragen € 450, per persoon inclusief handleiding Make a Move. Incompany-aanbod is ook mogelijk; max. 14 deelnemers: € 3.530 + € 45 handleiding Make a Move per deelnemer.</p>

Aanvullende lesmaterialen

<p>Make a Move - vervolg</p>		<p>werkbladen voor de deelnemers en bijbehorend (beeld)materiaal.</p>	<p>of Centrum Seksualiteit MEE (CSM) Noord info@csmnoord.nl www.csmnoord.nl</p>	<p>Prijs op aanvraag bij Centrum Seksualiteit MEE (CSM) Noord</p>
<p>Love Buzz</p>	<p>VO (praktijk-onderwijs, vmbo, havo en vwo)</p>	<p>Lovebuzz is een interactief spel over liefde, relaties en beginnende seksualiteit en ondersteunt leraren in het bespreekbaar maken van gevoelige thema's als seksuele weerbaarheid en seksuele diversiteit. Het is geschikt voor leerlingen van 12 t/m 14 jaar.</p> <p>De Lovebuzz spellendoos bestaat uit: zes verschillende stemconsoles met de Lovebuzz personages, spelregels, handleiding, prijzen-pakketje (36 oordopjes). Lovebuzz is een mooi startpunt voor 'Lang Leve de liefde.</p>	<p>Rutgers info@lovebuzz.nl 030 2313431</p> <p>GGD Fryslân Tel: 088 – 22 98763</p> <p>Email: seksuelevormingin@hetonderwijs@ggdfryslan.nl</p>	<p>De game is aan te schaffen voor €25,- exclusief verzendkosten via de webshop van Rutgers.</p> <p>375,- euro voor een docententraining uitgevoerd door GGD Fryslân. Duur ongeveer 2 uur.</p>

Titel	Doelgroep	Trainingen leerkrachten & docenten	Aanbieder	Kosten
<p>Vlaggen-systeem</p>	<p>VO (alle niveaus)</p>	<p>Het doel van het Vlaggensysteem is het herkennen en bespreekbaar maken van gezond- en seksueel grensoverschrijdend gedrag. Deelnemers gaan aan de hand van criteria leren hoe gedrag te duiden. Handelingsverlegenheid neemt af wanneer er voldoende kennis is en men dezelfde taal gaat spreken met betrekking tot het onderwerp seksualiteit. Deelnemers zijn in staat om casuïstiek rondom seksualiteit (gezond en afwijkend gedrag) te bespreken.</p> <p>Er zijn verschillende mogelijkheden voor het vlaggensysteem:</p> <p>Kennismaking: Uitleg vlaggensysteem, criteria, vlaggen en pedagogische reactie. Duur 1 uur.</p> <p>Workshop: Uitleg vlaggensysteem, criteria, vlaggen, pedagogische reactie casuïstiek (kort) en oefeningen. Duur 3 uren.</p> <p>Training: Uitleg vlaggensysteem, criteria, vlaggen en pedagogische reactie, casuïstiek uitgebreid inclusief bespreken eigen casus en oefeningen, quiz. Deelnemers ontvangen een certificaat. Duur 2 dagdelen of 6 uren.</p>	<p>GGD Fryslân Tel: 088 – 22 98763 Email: seksuelevorming@hetonderwijs@ggdfryslan.nl</p>	<p>€75,- voor een kennismaking met de methode/ inhoud.</p> <p>Kosten workshop op aanvraag.</p> <p>Het pakket is aan te schaffen via de webshop van Sensoa voor € 46.30,-.</p>

		<p>*Wanneer scholen beslissen om het Vlaggensysteem als methodiek te gebruiken is het aan te raden om het vlaggensysteempakket aan te schaffen, bestaande uit: handboek, set van 44 situatiekaarten en set werkkaarten.</p> <p>*De workshop kan ook online gegeven worden.</p>		
<p>Lang Leve de Liefde-training GGD Fryslân</p>	<p>VO (alle niveaus) & MBO</p>	<p>Hoe geef je les in Lang Leve de Liefde? Tijdens deze training leert het schoolteam te werken met het lespakket 'Lang Leve de Liefde'</p> <p>Duur van de training: 3 uur (een dagdeel)</p>	<p>GGD Fryslân Tel: 088 – 22 98763 Email: seksuelevormingin@ggdfryslan.nl</p>	<p>€ 375,- euro.</p>
<p>Lang Leve de Liefde-online workshop</p>	<p>VO (alle niveaus) MBO</p>	<p>Tijdens deze online workshop maak je op een interactieve manier kennis met het Lang Leve de Liefde lespakket. Daarnaast leer je hoe je een veilige sfeer kunt creëren om relaties en seksualiteit bespreekbaar te maken en hoe je omgaat met lastige situaties in de klas.</p> <p>Duur van de workshop: 60 minuten.</p>	<p>Rutgers Online workshop</p>	<p>Gratis.</p>

Je Lijf, je Lief	Praktijk- onderwijs	Deze docententraining bereidt docenten goed voor op het geven van de lessen " Je lijf, je lief! " Een lesprogramma over wensen en grenzen in relaties en seks. Grenzen van jezelf en de ander herkennen en respecteren en omgaan met groepsdruk. Duur van de training: 3 uur (een dagdeel)	GGD Fryslân Tel: 088 – 22 98763 Email: seksuelevorminginh@onderwijs@ggdfryslan.nl	€ 375,- euro.
Ik ben van mij!	VO & MBO	De e-learning ' Ik ben van mij! '. Om 'Ik ben van mij!' uit te kunnen voeren, moet je eerst de e-learning 'Ik ben van mij!' volgen. Tijdens deze online training leer je meer over de opbouw van 'Ik ben van mij!', de zes seksregels en de invloed van sekstereotype en dubbele moraal op seksueel (grensoverschrijdend) gedrag. Duur van de e-learning: 60 minuten	Movisie E-learning	Gratis.
E-learning seksuele vorming	Professionals van kinderen en jongeren van 10-17 jaar	Deze online cursus geeft antwoord op veelvoorkomende vragen van professionals die seksuele en relationele vorming geven. Na het volgen van de online cursus voel je je zeker(der) om op een positieve veilige manier met jongeren te praten over hun seksuele en relationele vorming. Je weet hoe je een veilige sfeer in de groep kan neerzetten waar ruimte is voor culturele en seksuele diversiteit. Je herkent grensoverschrijdend gedrag zoals homo-negativiteit en weet hoe je hier het beste mee om kunt gaan. Duur van de cursus: 2 uur (bestaande uit 5 modules, iedere module kost maximaal 20 minuten de tijd)	Rutgers E-learning	Gratis.

<p>Training Werken aan relaties en seksuele integriteit in het onderwijs</p>	<p>VO (alle niveaus) & MBO</p>	<p>Deze training is bedoeld voor docenten en andere betrokkenen binnen de school die gaan starten met het thema relaties en seksualiteit.</p> <p>Seksuele integriteit: “Bewust, respectvol en verantwoordelijk omgaan met de eigen seksualiteit en gender en die van de ander”</p> <p>Wat doet jullie school al als het gaat om het creëren van een seksueel integer schoolklimaat? Welke pedagogische competenties kan iedere leerkracht gebruiken om seksueel integer gedrag bij leerlingen te stimuleren én adequaat te reageren op grensoverschrijdend gedrag? Welke visie heeft de school als het gaat om het thema relaties & Seksualiteit?</p> <p>Tijdens de training zullen we met het schoolteam aan de slag gaan met deze vragen.</p>	<p>GGD Fryslân Tel. 088 – 22 98763 Email: seksuelevorminginh@tonderwijs@ggdfryslan.nl</p>	<p>Kosten training op aanvraag</p> <p>Mogelijk gratis*</p>
<p>Ouder-bijeenkomst</p>	<p>VO (alle niveaus) en MBO</p>	<p>Een <i>bijeenkomst</i> voor <i>ouders</i> over relationele en seksuele vorming en de rol van ouders en school hierin.</p>	<p>GGD Fryslân Tel. 088 – 22 98763 Email: seksuelevorminginh@tonderwijs@ggdfryslan.nl</p>	<p>Kosten ouderavond op aanvraag</p> <p>Mogelijk gratis*</p>

* De bijeenkomsten zijn gratis voor scholen die gebruik maken van de stimuleringsregeling Gezonde Relaties & Seksualiteit van Gezonde School. De uren voor het geven van de bijeenkomsten worden wel in mindering gebracht op de begeleidingsuren (maximaal 20 uur).

Meer informatie over de stimuleringsregeling Gezonde Relaties & Seksualiteit is te vinden op <https://www.gezondeschool.nl/advies-en-ondersteuning/stimuleringsregeling-gezonde-relaties-en-seksualiteit>

Meer informatie over seksuele vorming in het onderwijs (op alle niveaus) en aanvullende materialen zoals spellen is te vinden op <https://www.seksuelevorming.nl/>

Daarnaast beschikt de **GGD Fryslân** over een **informatiecentrum met veel materialen die GRATIS te leen zijn**, dus bekijk ook zeker eens de volgende website: <https://www.ggdfryslan.nl/professionals/lesmateriaal/>
Of mail naar informatiecentrum@ggdfryslan.nl

Mocht je verder nog vragen hebben, neem dan gerust contact met ons op.
<https://www.gezondeschoolfryslan.nl/over-gezonde-school-fryslan/uw-gezonde-schooladviseurs>

GGD Fryslân
Telefoon: 088-22 98763
Email: seksuelevorminginhetoederwijs@ggdfryslan.nl