



Girls- talk

Weet dat we er
voor je zijn

Jongeren die in de puberteit komen, maken voor het eerst kennis met seks en seksualiteit. Voor meiden die dit lastig vinden of kwetsbaar zijn, is er Girlstalk. Girlstalk is een laagdrempelige groepstraining over seks en seksualiteit. De training geeft niet alleen informatie, maar helpt meiden ook om hun eigen wensen en grenzen te verkennen en bepalen. Zo vergroot Girlstalk het risico op positieve seksuele ervaringen.



Voor wie?

De training is vooral geschikt voor meiden die bereid zijn om hun eigen ervaringen te delen en ten minste 6 van de 8 bijeenkomsten aanwezig kunnen zijn. Ook meiden met een lichte verstandelijke beperking en meiden die al eens ongewenst zwanger zijn geweest of tienermoeder zijn, kunnen de training volgen.

Hoe werkt het?

In de training Girlstalk maken meiden stapsgewijs en op een laagdrempelige kennis met verschillende aspecten van seksualiteit en relaties. Het doel van de training is om hun seksuele weerbaarheid te vergroten. Daardoor lopen zij minder risico op seksuele grensoverschrijding, ongeplande zwangerschappen en soa's. De training helpt meiden daarnaast bij de verbeteren van hun kennis en zelfvertrouwen rondom seksualiteit en het vergroten van hun sociale netwerk.

Gedurende de hele training spelen veiligheid en vertrouwen een belangrijke rol. Zo zijn de eerste bijeenkomsten zijn gericht op het opdoen van kennis en informatie over seks en seksualiteit. Pas later komen persoonlijke ervaringen aan bod. Deze opbouw geeft de groep de tijd om elkaar te leren kennen en onderling vertrouwen op te bouwen. Zo wordt de drempel om eigen ervaringen te delen en hierover met elkaar in gesprek te gaan, lager. Naast het delen van ervaringen worden ook discussies gevoerd en oefeningen gedaan waarin de jongeren hun eigen normen en waarden, wensen en grenzen ten opzichte van seks en seksualiteit verkennen.

Hoe lang duurt de training?

Girlstalk wordt gegeven in groepen van 6 tot 8 meiden. De training bestaat uit 8 bijeenkomsten van anderhalf uur.

Wie zijn betrokken?

Girlstalk wordt gegeven door gecertificeerde trainers en jeugdzorgwerkers. Ook is een zorgcoördinator betrokken.

Meer informatie

Heeft u vragen of wilt u meer informatie? Ga dan naar www.jeugdhulpfriesland.nl of neem contact met ons op via 088 14 24 444.

Badweg 4, Leeuwarden | Postbus 1266 | 8900 CG Leeuwarden
T 088 14 24 444 | E info@jeugdhulpfriesland.nl
www.jeugdhulpfriesland.nl

JEUGDHULP
FRIESLAND 