

editie #2

Iedereen seksueel gezond



Vlaams
expertisecentrum
voor
seksuele
gezondheid

SENSOA

Verantwoordelijke uitgever:
Chris Lambrechts, F. Rooseveltplaats
12 bus 7, 2060 Antwerpen

Redactie: Eleonore Milbou,
Matthias Van Milders
Eindredactie: Geert Delanghe
Concept en design: Volta
Fotografie: Noortje Palmers,
Dries Luyten
Druk: De Bie Printing
Oplage: 1900

Een uitgave van Sensoa vzw
© Sensoa
D/2017/7164/1

Vragen over Sensoa?
Tel. 03 238 68 68
info@sensoa.be
www.sensoa.be

Niets uit deze uitgave mag worden overgenomen
zonder voorafgaande schriftelijke toestemming.

SENSOA

sensoa.be

/sensoa

@sensoa_be

Beste lezer,
U heeft de tweede editie van ons
Sensoa-magazine in handen. 'Iedereen
seksueel gezond' is onze doelstelling. En
dus toont dit magazine in woord en beeld de
vele initiatieven die wij recent ontwikkelden
en opstartten. Sensoa is voortdurend in de
weer om de seksuele gezondheid in Vlaan
deren op een hoger niveau te tillen.

Sensoa is het expertisecentrum en part
nerorganisatie van de Vlaamse overheid,
en dus richten we ons naar de algemene
bevolking. Via onze verschillende websites
vinden jongeren, homomannen, mensen
met hiv, migranten of asielzoekers mak
kelijk leesbare en toegankelijke informatie
over seksuele gezondheid. Sensoa focust
zich in de eerste plaats op intermediairs:
personen en organisaties die met kwetsbare
groepen in de samenleving werken. In hun
werk worden zij dagelijks geconfronteerd
met zeer uiteenlopende noden en behoef
ten op het vlak van seksuele gezondheid en
rechten. In dit magazine komen een aantal
intermediairs aan het woord over hoe zij de
samenwerking met en ondersteuning door
Sensoa ervaren.

Voor Sensoa zijn actieve participatie en
samenwerking geen ijdele woorden. Bij alles
wat wij ontwikkelen, betrekken wij zowel
de groepen zelf als hun intermediairs. We
doen dat niet op het einde van het traject,
maar vanaf het prille begin. Zo zijn wij er
zeker van dat de producten die wij ontwik
kelen aan een reële nood beantwoorden
en nog belangrijker, ook effectief gebruikt
zullen worden in de dagelijkse praktijk.

Wil u graag op de hoogte blijven van onze
acties of educatieve materialen? Ga naar
sensoa.be of schrijf u in op onze elektroni
sche nieuwsbrief.

Dirk Pyck & Chris Lambrechts,
Directie Sensoa



#aitiba

gezonder seksueel lederen



In dit magazine



**Van Sensoa-
stagiaire tot lid
van Algemene
Vergadering**

_04

**Klas
gekaapt!**

_06



**“Wij maken
anticonceptie
bespreekbaar”**

_14

**Lessen over
seks aan de
Thomas More
hogeschool**

_08

**Haal hiv
uit de kast**

_17

**“Belangrijk dat we
de schroom bij huis-
artsen wegwerken”**

_10





“Ook met een beperking heb je recht op seksuele beleving”

_18

Politici op consultatie

_24

Wereldwijd vechten voor rechten

_25



“Ik blijf me inzetten voor Sensoa, ook na Mister Leather”

_22

“Seksualiteit hoort bij het leven, ook in een zorginstelling”

_26

En verder...

- 12 Netwerk gezinsplanning Deurne
- 13 Zanzu gaat over de grens
- 21 “Als je PrEP neemt, ben je zeker”
- 28 Seks en verstandelijke beperking
- 30 Music For Life in het MAS
- 30 Zanzu Well Done Award
- 31 Antwerp Diner
- 31 Seks moet altijd fantastisch zijn
- 32 “Vaccineer jongens tegen HPV”

Sensoa luistert graag naar jongeren. Ook in de eigen organisatie. Dorothy (23) en Khatera (22) studeren Toegepaste Psychologie en deden stage bij Sensoa. Ze zijn lid van de Ei-Cel en de Algemene Vergadering.

Jongerenparticipatie

Van Sensoa-stagiaire tot lid van Algemene Vergadering

Dorothy is geboeid door seksuele gezondheid. Ze heeft Ghanese roots en wil graag een brug slaan tussen België en Ghana. Khatera komt uit een grote Afghaanse familie. Zij zou het liefste naar Afghanistan trekken om de mensen daar te informeren over gezinsplanning en preventie.



Hoe kwamen jullie bij Sensoa terecht?

Dorothy: "Ik was op het Zanzu-forum aan de praat geraakt met beleidsmedewerker Thomas en had hem gevraagd of ik geen stage kon doen bij Sensoa. Intussen werd ik ook vrijwilliger bij de Ei-Cel om toch al mijn steentje bij te dragen. Thomas heeft me geholpen en zo kon ik aan mijn stage bij Sensoa beginnen. Ik heb meegewerkt aan de Week van de Lentekriebels en jongeren geïnterviewd over het thema 'de eerste keer'. Heel interessant om te horen hoe jongeren met verschillende achtergronden kijken naar relaties."

Khatera: "Ik deed voor mijn bachelorproef onderzoek naar holebi's met een migratieachtergrond. Toen ik hoorde dat er een groep moslims zou meelopen in de Pride Parade, moest ik hen leren kennen! Dus liep ik mee met Sensoa. Tijdens mijn stage hield ik me bezig met getuigenissen voor Zanzu. Zo ben ik asielzoekers gaan interviewen in Broechem. Die interviews komen op de website."





Dorothy en Khatera

"Wat me opviel? Het gebrek aan diversiteit binnen veel organisaties"

Was het moeilijk om met asielzoekers te praten over seksualiteit?

Khatera: "Dat viel goed mee. In het begin liep ik er alleen rond om mensen te leren kennen en hun vertrouwen te winnen. De asielzoekers die ik interviewde waren heel open. Ze praatten zonder problemen over seksualiteit. Dat komt misschien doordat ik achttien jaar geleden zelf uit Afghanistan gevlucht ben. Ik begrijp dus wat ze meemaken en ik merkte dat ik sneller hun vertrouwen kreeg."

Wat hebben jullie geleerd van jullie stage?

Dorothy: "Weet je wat me opviel? Er is echt een gebrek aan diversiteit binnen organisaties. Ik schrok ervan hoe weinig mensen van een andere origine zelf in dienst waren in de organisaties die net hen als doelgroep zien. Misschien zien sommige organisaties het voordeel niet van diversiteit op de werkvloer? Maar volgens mij kan je moeilijk zonder. Anders bereik je mensen gewoon niet."

Zitten er in jullie studierichting veel mensen met een andere achtergrond?

Khatera: "Onze richting is heel populair. Veel van mijn vrienden met een andere achtergrond zijn ook sociaal ingesteld en kiezen een sociale richting om mensen

te helpen. Misschien omdat je zelf meer herkent en de noden van mensen ziet."

Dorothy: "Ik heb ook een jaar Geschiedenis gedaan. Daar was ik de enige student met een andere achtergrond in een aula van vijfhonderd man."

Heb je daar een verklaring voor?

Dorothy: "Met een diploma Geschiedenis weet je niet waar je terechtkomt. Jobzekerheid is echt belangrijk voor jongeren met een andere achtergrond. Als je al de kans krijgt om verder te studeren, kies je geen richting waarmee je later misschien geen job vindt."

Gaan jullie later nog iets doen dat gelinkt is aan Sensoa of zijn thema's?

Dorothy: "Daar ben ik zeker van, dat is mijn droom! Er is niets dat mij zo raakt als relaties, seksualiteit, zelfbeeld, ... Je ziet me sowieso terug. Misschien start ik wel een partnerorganisatie!"

Khatera: "Als je me dat voor mijn stage had gevraagd, had ik 'nee' gezegd. Ik had een stereotiep beeld van seksuele gezondheid, dat het enkel om infecties ging. Nu ik seksuele gezondheid bekijk als een fundamenteel recht, vind ik het wel interessant. Dus wie weet ga ik toch die richting uit."



Waarom moet het altijd de leerkracht zijn die vooraan staat in de klas? Op een opvallende maandag in maart 2017 kaapten jongeren de les relaties en seksualiteit. Het initiatief kwam van de Vlaamse Scholierenkoepel en gaf het startschot voor de Week van de Lentekriebels 2017. Met die week zetten Sensoa en een heel aantal partners elk jaar het belang van relationele en seksuele vorming in de kijker. Iedereen kan meedoen met gratis affiches, lestips en -voorbereidingen.



Klas gekaapt!





**week
van de
lentekriebels**
sensoa

Sensoa warmt zich al op voor de volgende Week van de Lentekriebels in 2018. Deze keer is het thema mythes over versieren. Gegarandeerd voer voor discussie.

Info www.weekvandelentekriebels.be

Lessen over seks aan de Thomas More hogeschool



Toekomstige verpleegkundigen leren praten over seks: dat is het doel van het keuzevak 'seksuele gezondheid' aan de Thomas More Hogeschool in Mechelen. Samen met Sensoa ontwikkelde de hogeschool deze module voor de studenten verpleegkunde. Docent Carl Vanspauwen is overtuigd van de noodzaak.

Hoe groot is de nood aan het vak 'seksuele gezondheid' in de verpleegkundeopleiding?

Carl Vanspauwen: "Die nood is groot. Studenten aarzelen vaak om het thema seksuele gezondheid aan te kaarten tijdens hun stage. Maar ook ervaren verpleegkundigen vinden het nog moeilijk om het thema aan te snijden, zo stel ik als spoedverpleegkundige zelf vast. Hoewel seksualiteit een deel van het leven is, voelen velen zich onzeker om erover te praten met patiënten. Er zijn wel wat lokale initiatieven en ook in opleidingen wordt er weleens over gepraat, maar een consequent beleid of een duidelijke leerlijn ontbreken."

Wat willen jullie met deze module bereiken?

Carl Vanspauwen: "We willen onze studenten de basisvaardigheden aanreiken om met hun patiënt een gesprek over seksuele gezondheid aan te gaan. Dat

doen we door seksualiteit te normaliseren. De nadruk ligt op leren praten. We spelen ook in op de behoeften van onze studenten. Praten ze vlot over seksualiteit, maar hebben ze behoefte aan kennis? Of is het net omgekeerd? Op dit ogenblik is het vak 'seksuele gezondheid' een keuzemodule. Maar we willen de kernelementen standaard aanbieden in de basisopleiding. De module blijft dan bestaan voor studenten die zich erin willen verdiepen."

Welke type studenten kiest voor deze module?

Carl Vanspauwen: "Ik denk dat het vooral studenten zijn die van uitdagingen houden. Of die nieuwsgierig zijn. En die zich gesterkt willen voelen. De module wordt gegeven in de dag- en in de avondopleiding. We hebben een zeer diverse groep. De behoeftes van een negentienjarige zijn anders dan die van een ouder van drie kinderen."



Carl Vanspauwen

Marika Rindone en Elyass El Adouli studeren beiden verpleegkunde aan de Thomas More Hogeschool. Ze volgden de keuzemodule seksuele gezondheid en kijken er tevreden op terug.

“Bij ons wordt over seksualiteit moeilijk gepraat”



Marika Rindone (25): “Ik vond de module zeer interessant. Ik weet nu hoe ik kan praten over seksualiteit met een patiënt. Dat was ook de reden waarom ik voor dit keuzevak koos. Als Siciliaanse was dat nieuw voor mij. Bij ons wordt over seksualiteit moeilijk gepraat. Hier leerde ik dat wel doen op een open manier. Ik leerde gesprekstechnieken en kreeg ook de nodige inhoud mee.

“Ik leerde open over seksualiteit spreken”

Tijdens mijn stage had ik een heel open gesprek met een patiënt over seksualiteit. Hij had een pacemaker gekregen en ik begon over het onderwerp seks. Ik kon hem heel makkelijk vragen stellen. Ik wil me specialiseren in diabetologie en ik wil daarbij ook focussen op het thema seksualiteit en diabetes.”



Elyass El Adouli (30): “In de Arabische cultuur is openlijk praten over seksualiteit niet evident. Met vrienden en vriendinnen spreek ik er wel over, maar in de les moest ik echt uit mijn comfortzone komen. Na de eerste les dacht ik nog: ‘Oei, waar ben ik aan begonnen?’ Maar de vertrouwelijke sfeer in de groep stelde me uiteindelijk op mijn gemak. Ik voel me nu veel beter gewapend. Ook privé veranderde iets. In mijn familie kan ik er nu opener over spreken.

“In de les moest ik echt uit mijn comfortzone komen”

Ik wil hier ook iets mee doen. Ik wil mensen van Marokkaanse origine helpen om opener over seksualiteit te praten. Samen met andere studenten wil ik zowel hier als in Marokko informatie verspreiden en bespreekbaarheid stimuleren. Dat is niet makkelijk, maar wel nodig.”



Karen Smets

“Belangrijk dat we de schroom bij huisartsen wegwerken”

Let's talk about sex – niet altijd even evident in de huisartsenpraktijk. En toch moet het, want seksuele gezondheid maakt integraal deel uit van onze algehele gezondheid. Iedereen heeft recht op seksuele gezondheidszorg om seksuele problemen en stoornissen te voorkomen en te behandelen. De zorg voor seksueel welzijn heeft bijgevolg een duidelijke plaats binnen de eerstelijnsgezondheidszorg. Daarom gaat Sensoa voor een betere bespreekbaarheid van de seksuele gezondheid. Samen

met enkele partners, zoals huisartsenvereniging Domus Medica, ontwikkelden we een opleidingspakket voor studerende en praktiserende huisartsen.

Tijdens consultaties praten huisartsen nog niet voldoende over seksuele gezondheid. Iets wat ook dokter **Karen Smets** opmerkt. Zij zet zich bij Domus Medica, de Vlaamse beroepsvereniging voor huisartsen, in voor alles wat met seksuele gezondheid te maken heeft, van richtlijnontwikkeling tot praktische ondersteuning.

“Niet alleen de patiënt heeft moeite met seksuele onderwerpen”

“Ik merk jammer genoeg te vaak dat er nogal wat schroom bestaat bij onze huisartsen. Niet alleen de patiënt heeft moeite met seksuele onderwerpen, ook de arts kaart ze niet vlot aan. Maar artsen onderschatten vaak het aantal mensen dat kampt met seksuele problemen, waardoor er veel vragen en zorgen onbesproken blijven. Zo blijkt uit Vlaams onderzoek dat slechts een minderheid – één op acht mannen en één op vijf vrouwen – professionele hulp zoekt voor seksuele problemen.”

Leren praten over seks

“Een stuurgroep met daarin vertegenwoordigers van Domus Medica, de Vlaamse Vereniging voor Seksuologie, OCMW Antwerpen, de VUB huisartsenopleiding, het vaardighedenteam van de UA en Sensoa, werkte een opleidingspakket uit dat huisartsen over seksuele gezondheid leert praten. Vandaag hebben we al drie pakketten voor dokters in opleiding: ‘praten over seksuele gezondheid’, ‘seksuele disfuncties’ en ‘holebiseksualiteit in de huisartsenpraktijk’. De focus ligt op het overwinnen van de spreekhinder, daarom zitten er ook enkele rollenspelen tussen. De lessen werden tijdens het voorbije academiejaar al gegeven en ook volgend jaar staan ze weer ingepland.”

Opmars soa's indijken

“Het lespakket voor dokters in opleiding hebben we ook omgevormd naar een training voor praktiserende huisartsen. We hebben huisartsen en seksuologen opgeleid zodat zij in duo de cursus in hun eigen regio kunnen gaan geven. Zo bereiken we op een zo kort mogelijke termijn zo veel mogelijke huisartsen. Geleidelijk aan werken we het taboe dus weg.”



“Opleidingspakket werkt drempel weg”

Dokter Els Huybregts: “Als praktijkopleider voor huisartsen kon ik de opleiding rond praten over seksuele gezondheid al volgen. Ik ben er buitengewoon tevreden over. Ze biedt een antwoord op een probleem waarmee wij artsen wel degelijk kampen: hoe kaarten we seksuele thema's aan bij onze patiënt? Het is toch altijd zoeken naar een gespreksopener, en oppassen om niet verwijtend of stigmatiserend over te komen. Ik merk bij de huisartsen in opleiding die ik onder mijn hoede heb, dat hun beperkte praktijkervaring een drempel kan vormen. Die werkt het opleidingspakket weg met gesprekstechnieken en openingszinnen die je meteen toepast tijdens rollenspelen. Een aanrader. Ook voor praktiserende dokters, want je kunt altijd nog bijleren. Het komt de medische dienstverlening alleen maar ten goede.”

Netwerk gezinsplanning **Deurne- Noord in kaart gebracht**



Liesbeth Meyvis en Ilse Bellens

zanzu lokal_12



Als hulpverlener praten over gezinsplanning in een superdiverse stad? Niet altijd evident, weten Liesbet Meyvis en Ilse Bellens. Zij werken op de dienst Gezondheid van de stad Antwerpen.

Ilse: “Wij helpen intermediairs om seksuele gezondheid met hun klant te bespreken. We blijven onszelf voortdurend uitdagen om extra aandacht te hebben voor kwetsbare groepen.”

Liesbet: “Intermediairs krijgen soms te maken met een taalbarrière of een culturele drempel. Zelf ondervind ik dat ook in de individuele begeleidingen. Hierdoor lijkt het soms moeilijk om een gesprek over gezinsplanning te beginnen. Ik merk dat initiatief nemen en met een open houding een gesprek starten al veel doet. Het is lastiger als je niet genoeg tijd hebt om in te gaan op iemands vraag.

“Er is veel enthousiasme voor een betere samenwerking over gezinsplanning”

De kaart van netwerkpartners van Deurne-Noord zorgt ervoor dat je gemakkelijk andere professionals vindt die in de buurt werken rond gezinsplanning.”

“Stel dat iemand aan een hulpverlener vertelt dat ze liever geen kinderen meer krijgt”, schetst Ilse. “Dan kan de hulpverlener, dankzij de netwerkkkaart, snel doorverwijzen. De kaart werkt met icoontjes. Die geven bij alle partners aan welke dienst ze verlenen: een kort gesprek, een lang gesprek of medische hulp. Het financiële aspect mag geen drempel zijn. Indien nodig betaalt het OCMW de kosten van anticonceptie.”

“In mei 2017 organiseerde Sensoa samen met verschillende partners in Deurne-Noord een vorming voor alle intermediairs. Praten over seksualiteit is nu eenmaal niet eenvoudig. Je mag niet oordelen en moet bruikbaar advies geven. Na die vorming hopen we dat het netwerk van Zanzu Lokal steeds meer zelfsturend wordt”, zegt Liesbet. Ilse vult aan: “Het is nu al duidelijk dat er veel enthousiasme is voor een betere samenwerking over gezinsplanning.”

Zanzu gaat over de grens

Anderhalf jaar na de lancering van Zanzu.be komt er een Nederlands broertje bij. Zanzu.nl wordt eind 2017 gelanceerd en is een samenwerking van Sensoa met Rutgers, het kenniscentrum over seksualiteit in Nederland.

Aangepast voor Nederland

Ineke van der Vlugt is woordvoerder van Rutgers. "We zijn op dit moment volop bezig met Zanzu aan te passen naar een Nederlandse context", vertelt ze. "We moeten natuurlijk leren hoe de website technisch in elkaar zit zodat we nieuwe content kunnen plaatsen. Sommige dingen moeten we aanpassen. Soms gaat het over woorden: 'poepen' bijvoorbeeld betekent voor een Vlaming iets anders dan voor een Nederlander. En ook wet- en regelgeving of hulp- en dienstverlening zijn hier anders. In Nederland kunnen vrouwen bijvoorbeeld tot 24 weken een abortus laten uitvoeren en is de noodpil bij de drogist te koop."

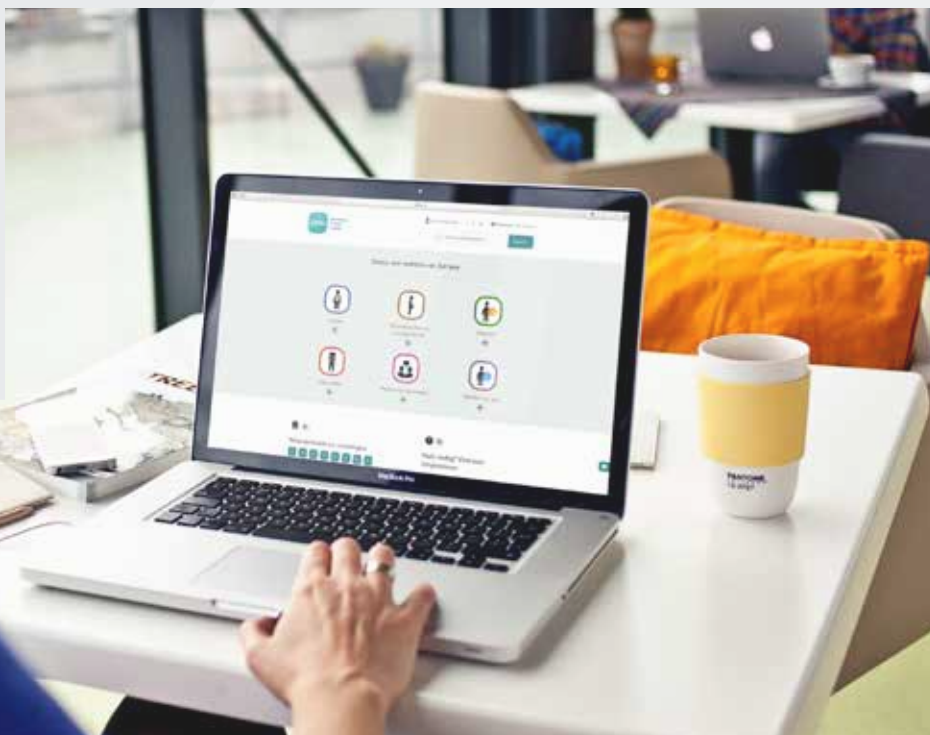
"Voor dat soort aanpassingen doen we suggesties aan Sensoa en zodra we het eens zijn, worden de nieuwe teksten in Zanzu.nl opgenomen. Na de zomer starten we met de vertalingen. Hopelijk kunnen we Zanzu.nl lanceren tegen het einde van 2017. Dan gaan we de website met gerichte campagnes bij de doelgroepen bekendmaken."

Blijven uitbouwen

"Gaandeweg gaan we Zanzu.nl verder uitbreiden met de kennis die we bij Rutgers in huis hebben", voegt Ineke toe. "De structuur en de thema's van Zanzu blijven gewoon bestaan. Waarschijnlijk voegen we wat meer beeldmateriaal toe over zwangerschap en bevalling in samenwerking met de beroepsvereniging voor verloskundigen. En in de toekomst komen er wellicht nog meer talen bij, zoals het Somalisch en Tingrya, een taal met ongeveer zeven miljoen sprekers in Ethiopië en Eritrea."

Zanzu Lokal

Zanzu.be is een website in veertien talen over seksuele gezondheid. De website is bedoeld voor al wie zelf op zoek is naar begrijpelijke info over seks, maar ook voor hulpverleners die werken rond seksuele gezondheid. In Deurne-Noord is in 2015 Zanzu Lokal opgestart: een gedeeld project waarbij professionals een netwerk vormen om betere hulp te bieden bij vragen over gezinsplanning.



**"We moeten
vaak de basics
uitleggen"**

anticonceptie_14



Annelies Deviaene en Eva Adams

Kind en Gezin praat met ouders over gezinsplanning

Kersverse ouders krijgen te maken met Kind en Gezin. Verpleegkundigen van de organisatie doen aan gratis preventieve gezondheidszorg bij kinderen tot 2,5 jaar. Maar ze bieden ook ondersteuning aan de jonge ouders. Meer en meer hoort een open gesprek over anticonceptie daar ook bij, vertellen Annelies Deviaene en Eva Adams van Kind en Gezin. Zij schakelen Sensoa in voor gerichte vorming van de verpleegkundigen. "Wij willen de drempelvrees overwinnen."

Als regioverpleegkundigen in Brussel stelden Annelies en Eva enkele jaren geleden vast dat anticonceptie een heikel thema is. "Vroeger stelden we daar geen vragen over", bekent Eva. "Maar omdat ongeplande zwangerschap een risicofactor is voor kindermishandeling, wilden we het thema toch op tafel leggen." Die overtuiging werd gesterkt toen uit de Sexpert-enquête bleek dat één op vier zwangerschappen ongepland is. "Voor ons was dat een bevestiging van ons buikgevoel", zegt Annelies. "Daarom wilden we iets meer doen. En zo kwamen we bij Sensoa terecht. Eerst begeleiden zij ons team hier in Brussel-Zuid. Maar vandaag geven ze vorming aan alle geïnteresseerde regioverpleegkundigen van Kind en Gezin."

"Wij maken anticonceptie bespreekbaar"

Streep door de rekening

Vaak krijgen vrouwen anticonceptie voorgeschreven zonder enige uitleg. En de eigen kennis is soms ontoereikend, stelt Eva vast. "Nochtans is gezinsplanning erg belangrijk. Een ongeplande zwangerschap is vaak een streep door de rekening – ook letterlijk." Weten of een zwangerschap al dan niet gepland was, kan ook helpen om een gezin gepast te begeleiden, weet Annelies. "Laat ons eerlijk zijn, ongeplande zwangerschap is een situatie waar weinig mensen van dromen. Het is dan ook een risicofactor voor postnatale depressie. Als we dat weten, kunnen we ook sneller psychologische hulp inschakelen. Wat trouwens niet wil zeggen dat een ongeplande zwangerschap ook niet fijn kan zijn."

"Een ongeplande zwangerschap is vaak een streep door de rekening"

"We polsen altijd of mensen met ons over anticonceptie willen spreken", vertelt Annelies. "Als we het thema op tafel leggen, komen vaak ook andere vragen naar boven. Geregeld moeten we de basics aan mensen uitleggen. Daarom werken we met Zanzu.be, een tool in heel veel talen, met pictogrammen en zelfs met gesproken tekst. Ook de Anticonceptiewijzer en de Anticonceptiekoffer, andere tools van Sensoa, gebruiken we. En in sommige regio's organiseert Kind en Gezin vormingsmomenten voor jonge ouders."

Drempelvrees

"Onze collega's ervaren soms drempelvrees om over gezinsplanning te beginnen", bekent Annelies. "Je zit immers al snel in het vaarwater van seksualiteit." "Bovendien", pikt Eva in, "is anticonceptie soms een vrij technisch onderwerp. Maar onlangs vertelde een oudere collega dat ze voor het eerst naar het gebruik van anticonceptie had gepeild. Ze vond dat echt fantastisch. Ze kwam meteen heel wat te weten over dat gezin."

"Geregeld moeten we de basics uitleggen"

Kwetsbaar moment

"Eigenlijk zitten wij in een bevoorrechte positie", vindt Annelies. "Doordat we bij mensen thuis komen, is de sfeer intiemmer. En omdat we hen geregeld zien, kunnen we iets persoonlijks opbouwen." "En dat zorgt er voor dat dingen bespreekbaar zijn", aldus Eva. "Wij spreken vaak over intieme dingen. En we komen op een kwetsbaar moment in iemands leven."

"In een intieme sfeer worden dingen bespreekbaar."

Vrouwen tonen ons hun borsten en praten over hun vagina. Dan is de stap om over anticonceptie te praten minder groot."





Haal hiv uit de kast

'Een tweede coming-out'. Zo omschrijven mensen met hiv het moment waarop ze voor het eerst vertellen dat ze seropositief zijn. Op 20 mei 2017 wandelde Sensoa mee in de Belgian Pride met een delegatie van mensen met hiv en sympathisanten. 'Haal hiv uit de kast', klonk het daar. Hoog tijd om het taboe te doorbreken, want één op de twintig homo's leeft met hiv.



mensen met hiv_17



BELGIAN BRUSSELS
PRIDE



www.mannenseks.be
www.pride.be

“Ook met een beperking heb je recht op seksuele beleving”



Wat is seksuele dienstverlening?

Seksuele dienstverlening biedt een antwoord op zorgvragen rond intimiteit en seksualiteit van mensen met een beperking, ouderen en mensen in de geestelijke gezondheidszorg. Naast de effectieve dienstverlening is er ook veel aandacht voor ondersteuning en begeleiding. Vzw Aditi brengt niet alleen zorggebruikers in contact met dienstverleners. De organisatie zet ook sterk in op sensibilisering en biedt professionele ondersteuning aan de zorgsector. Door ondersteuning bij visie- en beleidsontwikkeling, door vorming en door advies en teambegeleiding bij concrete cases. Sensoa ondersteunt Aditi voor dit werk en ook spelers uit de zorgsector doen dat, zoals Groenhoef.



Leen Vanermen

Seksuele dienstverlening met vzw Aditi

Veel mensen met een beperking en ouderen verblijven in een zorginstelling. En daar is rond seksualiteit nog een lange weg af te leggen, merkt Steven De Weirdt van Aditi. "In de voorzieningen voor mensen met een beperking heerst meestal een gedragen visie op seksualiteit. Maar in de woonzorgcentra voor senioren is dit vaak niet het geval. En dat leidt hoe dan ook tot problemen. Mensen komen immers meer en meer op voor hun rechten, ook de seksuele."

Ochtenderectie? Neem een pilletje

Intimiteit en seksualiteit worden in de ouderenzorg al te vaak onder de mat geveegd, vindt De Weirdt. "Zo onderdrukt men soms een ochtenderectie met medicatie." **Leen Vanermen** is directeur van Groenhoef, een instelling voor mensen met een niet-aangeboren hersenaandoening (NAH). Daar is het gebruik van medicatie altijd de laatste optie. "Als het mogelijk is, willen wij onze bewoners hun seksualiteit laten beleven. Maar door hun niet-aangeboren hersenaandoening kennen ze soms weinig grenzen. Bij sommigen wordt de seksuele beleving dan extreem. Medicatie kan dan noodzakelijk zijn. Maar het liefst combineren we die met de seksuele beleving die wel nog kan."

Niets doen is geen optie

Bespreikbaarheid, dat is volgens Steven De Weirdt de kern van een door-dacht beleid rond seksualiteit. "Onze

boodschap is niet 'Iedereen moet aan de seks'. Wij streven naar een klimaat waarin mensen voelen dat ze met hun vragen rond seksualiteit bij iemand terecht kunnen. Bij de intake in een woonzorgcentrum stelt men wel honderd vragen, maar over intimiteit en seksualiteit wordt vaak niet gerept. Ik begrijp wel dat de hoge werkdruk in de ouderenzorg een extra thema niet evident maakt. Maar niets doen is ook geen optie, want overal waar mensen samen zijn is seksualiteit hoe dan ook een item."

Leen Vanermen zit op dezelfde lijn. Haar instelling Groenhoef werkt dan ook nauw samen met Aditi. "Wij willen geen taboes. We polsen altijd bij onze bewoners of ze over seksualiteit willen praten. En als ze dat willen en ze zijn op zoek, dan kijken we wat we kunnen doen. Dat doen we altijd in samenspraak met de familie. Omdat we niet in alles expert zijn, doen we een beroep op Aditi. Om onze visie rond seksualiteit mee te bepalen of voor vormingen. Maar ook bij concrete vragen. Wat is bijvoorbeeld onze rol als een verlamde persoon wil masturberen: leggen wij enkel alles klaar? Of begeleiden we ook de hand van de persoon in kwestie bij het masturberen? Ten slotte begeleidt Aditi ook enkele van onze bewoners op vlak van seksuele dienstverlening."

Normaalste zaak van de wereld

Toch vergt het enige moed om als zorggebruiker seksuele dienstverlening aan te kaarten. Joris* heeft een niet-aangeboren hersenaandoening na een zwaar ongeluk met de moto. "Ik kan me inbeelden dat sommige mensen daar niet over willen praten. In het begin had ik

“Het verhoogt het gevoel van zelfwaarde want ze horen er bij”

ook wel wat schrik om het onderwerp bij mijn ouders aan te kaarten. Maar zij vinden het de normaalste zaak van de wereld. Ik ben ook maar een doodgewone mens. En ik heb ook seks nodig. Ik ben dan ook blij dat ik het tegen hen kon zeggen. Ze vonden het wel knap dat ik dat kon.” Naast openheid is ook humor nooit veraf in het verhaal van Joris. Grappen en kwinkslagen doorspekken zijn relaas. Zo wordt seksuele dienstverlening een heel gewoon onderwerp.

Geen prostitutie

Verwar seksuele dienstverlening niet met prostitutie, waarschuwt Steven De Weirdt. “Seksuele dienstverlening vertrekt vanuit een zorgkader en niet vanuit een economisch model. Een groot deel van de dienstverleners waar we mee samenwerken heeft dan ook een zorgachtergrond. Slechts een beperkt deel heeft ervaring met escort of prostitutie. Ook voor hen persoonlijk primeert het zorgaspect en niet het financiële.” Dienstverlener Sheila beaamt dat. “Als zorgkundige merkte ik hoe gefrustreerd sommige mensen zijn omdat ze hun seksuele behoeften of fantasieën niet kwijt kunnen. Daarom begon ik als seksuele dienstverlener. Alleen al erover praten geeft vaak een erg grote ontlading. En het is voor hen helemaal fantastisch als ze die seksualiteit ook echt kunnen beleven.

Hun dankbaarheid gaat dieper dan bij gewone zorg.”

Leen Vanermen merkt alvast een positief effect bij de bewoners die een beroep doen op seksuele dienstverlening. “Het verhoogt het gevoel van zelfwaarde want ze horen er bij. ‘Iedereen heeft seks, ik dus ook’, dat gevoel. En het is natuurlijk ook een zaak van pure behoeftebevrediging. Soms zien we ook een verbetering qua problematisch gedrag. Zo masturbeerde een bepaalde bewoonster soms in de leefruimte. Nu doet ze dat niet meer. Ze heeft dat niet meer nodig.”

Seksuele dienstverlening in Thuis

In Vlaanderens populairste soap Thuis doet het personage Luc Bomans een beroep op seksuele dienstverlening. En dat als persoon met een niet-aangeboren hersenaandoening. Steven De Weirdt is tevreden. “Op vlak van sensibilisering is dat heel belangrijk. Naar Thuis kijken 1.300.000 mensen. Het brengt het thema naar de man en vrouw in de straat. Die zien nu ook hoe het werkt. Qua beeldvorming zat het ook helemaal goed. Sinds seksuele dienstverlening in Thuis aan bod kwam, kregen we bij Aditi trouwens heel veel nieuwe vragen binnen. Die sensibilisering is dus noodzakelijk.”

* omwille van de privacy gebruiken we een schuilnaam





“Als je PrEP neemt, ben je zeker”

Bij het Instituut voor Tropische Geneeskunde loopt het project Be-PrEP-ared om meer onderzoek te doen naar de PrEP-medicatie. We trokken met een paar vragen naar dokter Marie Laga, de bezielster van het project.

We weten al uit buitenlandse studies dat PrEP werkt. Wat is dan het doel van Be-PrEP-ared?

Dokter Laga: “Dit project volgt achttien maanden lang tweehonderd mannen op die seks hebben met mannen terwijl ze PrEP-medicatie gebruiken om een besmetting te voorkomen. Onze vraag was vooral: hoe wordt PrEP bij die doelgroep onthaald, en komt het middel terecht bij de ‘juiste’ mensen, de hoogrisicogroepen? En dat blijkt effectief het geval te zijn.”

Wat betekent PrEP voor preventie?

“Voor het eerst sinds het condoom hebben we een methode die zo effectief werkt tegen de overdracht van hiv. Het condoom is fantastisch: goedkoop, toegankelijk en efficiënt. Maar je moet er wel elke keer aan denken op het moment zelf. Dat is niet altijd zo simpel, vooral niet als je bijvoorbeeld onder invloed bent van alcohol of drugs. Veel mensen houden het niet vol om condooms te blijven gebruiken. Dan is deze methode, waarbij je gewoon elke dag een pilletje neemt, heel welkom.”

Gaat PrEP dan ook een impact hebben op het condoomgebruik?

“Daar moeten we realistisch in zijn: de laatste tien jaar is het condoomgebruik sowieso sterk gedaald. Dat was al zo voordat er sprake was van PrEP. Maar PrEP is een volwaardige methode om jezelf te beschermen tegen hiv-besmetting, net zoals het condoom. Het is een bewuste keuze om je verantwoordelijkheid op te nemen. We beginnen nu in te zien dat er niet één perfecte methode voor iedereen is.”

In België is het nu eenvoudig en betaalbaar geworden om PrEP te nemen. Maar hoe zit het in de rest van de wereld, bijvoorbeeld in Afrika?

“In Zimbabwe probeert men nu om PrEP op vrij grote schaal te verspreiden. De actie is enerzijds gericht op homomannen, maar anderzijds ook op sekswerkers en jonge vrouwen die moeite hebben om zichzelf te beschermen. Ze vinden het vaak moeilijk om te onderhandelen over een condoom. Een pilletje nemen ze gewoon op voorhand. PrEP is dus een vorm van empowerment. Bij onze participanten trouwens ook. Als je PrEP neemt, ben je zeker.”

Terugbetaling PrEP

Sinds 1 juni 2017 wordt de aidsremmer Truvada terugbetaald door het RIZIV. Daardoor wordt het middel veel betaalbaarder voor wie het nodig heeft. Truvada is een PrEP-middel: ‘pre-exposure prophylaxis’, medicatie die je inneemt voor seksueel contact om hiv-besmetting te voorkomen. Op termijn komen er nog andere merken op de markt met PrEP-middelen.

Wie in aanmerking komt voor PrEP, heeft een voorschrift nodig van een arts van een ARC (aidsreferentiecentrum). Een maandvoorraad van dertig pillen kost net geen twaalf euro. Wie PrEP neemt, moet zich om de drie maanden laten opvolgen in het ARC.



www.be-prep-ared.be

“Ik blijf me inzetten voor Sensoa, ook na Mister Leather”

Georges Peeters
Mr Leather 2016

Mister Leather 2016 is niet alleen een imposante verschijning. Georges Peeters is ook een man met een missie. Toen hij tot Mister Leather werd verkozen, kwam hij meteen aankloppen bij Sensoa.

Georges: “Toen ik de verkiezing van Mister Leather won, besloot ik om iets met mijn titel te doen. Je kan aan zo’n wedstrijd meedoen voor de belangstelling. Maar ik vind preventie nog steeds belangrijk. Niet alleen voor mijn eigen gezondheid, maar ook die van anderen. Zo kwam ik bij Sensoa terecht en werd ik ambassadeur voor de campagne ‘Ik Weet Wat Ik Doe’.”

“Eigenlijk paste ik niet binnen de thema’s van de campagne. Sensoa wou het bijvoorbeeld hebben over een koppel in een open relatie, een gesloten relatie en een jongen met wat fuck buddy’s. Als Mister Leather hoorde ik daar niet thuis en mijn vriend zag het ook niet zitten om samen met mij op zo’n poster te staan. Maar ik wou de campagne heel graag promoten. Dus hebben ze voor mij een nieuwe categorie moeten maken *(lacht)*.”

Vind je het belangrijk om een rolmodel te zijn?

“Daar deed ik het niet voor, maar het komt er wel bij. Zo kreeg ik gisteren een berichtje van iemand die naar Berlijn vertrok. Hij had zijn voorzorgen genomen en dat toonde hij met een foto van een condoompochet van Ik Weet Wat Ik Doe, met daarboven: ‘Ik heb aan jou gedacht voor ik vertrok’. Dat vond ik zo grappig, dat hij dan meteen aan mij dacht.”

Is er voor jou veel veranderd sinds je Mister Leather won?

“Ik heb er vooral bijzondere vriendschappen aan overgehouden. Uiteraard ben ik vaak op reis geweest, maar ik heb ook serieuze dingen kunnen doen. Dat vond ik belangrijk. Het is niet enkel mooi zijn, lachen en naar de mensen zwaaien.”



"Sommige homo's liggen niet meer wakker van hiv of andere soa's"

Wordt preventie nog veel besproken of lijkt hiv soms vergeten?

"In mijn tijd werd preventie er echt ingestampt: 'gebruik een condoom, want anders ...' Nu is er een andere kijk op veilig vrijen. Er zijn meer alternatieven: condooms, een ondetecteerbare virale lading hebben, PeP, PReP, ... Daarom vind ik de campagne van Ik Weet Wat Ik Doe zo goed, want je moet echt nadenken over hoe je veilig vrijt."

"Ik heb liever spijt van de dingen die ik wel gedaan heb, dan van wat ik niet heb gedaan"

"Wanneer ik met jongeren praat, merk ik dat ze zich dat niet zo aantrekken: 'Als ik iets oploep, dan pak ik wel een pilletje'. Dan zou ik hen echt door elkaar willen schudden! Ja, hiv is een

chronische ziekte geworden. Maar iemand met diabetes zou daar toch ook niet bewust voor kiezen?"

Denk je soms dat mensen vergeten dat er nog andere soa's zijn dan hiv?

"Zeker. Zowel bij de jeugd als bij de oudere generatie. Jongeren willen misschien niet prutsen met het condoom, maar bij de oudere generaties is het vooral condoommoeheid. Na veertig jaar condooms gebruiken, willen ze het ook wel eens zonder doen. Hiv of andere soa's, daar liggen sommigen niet van wakker."

Ga je ook naar de internationale Mister Leather-verkiezing in de Verenigde Staten? Is het zoals bij een klassieke missverkiezing waar bij iedereen een boodschap heeft?

"Ik ga zeker, zo'n kans krijg je maar één keer in je leven. Ik heb liever spijt

van de dingen die ik wel gedaan heb, dan van wat ik niet heb gedaan. Maar ik ga er naartoe zonder verwachtingen. En wat die boodschap betreft: ik verwacht zeker dat er kandidaten praten over PrEP. Zelf vertel ik in mijn bio over mijn werk voor Sensoa. En mijn speech heb ik al geschreven, die ken ik van voor naar achter en omgekeerd. Want je moest maar eens winnen! Uiteraard roep ik ook op tot wereldvrede (*lacht*)."

Er is intussen een nieuwe Mister Leather gekozen: Sandro Cossero. Heb je hem al gesproken?

"Jazeker en ik heb hem ook al voorgesteld aan Sensoa. Sandro is zelf leerkracht, dus hij vindt preventie ook heel belangrijk. Na de verkiezing is mijn tijd als Mister Leather afgelopen, maar ik blijf me inspannen voor preventie. Dat heb ik me vanaf het begin voorgenomen."

Politici op consultatie



“Ik heb zelf kraamklinieken bezocht in Afrika. Deze voorstelling is niets overdreven en toch blijft het choquerend. Het gebrek aan privacy, hygiëne, anticonceptiemiddelen.”

Maggie De Block, Open VLD



“Als je dit ziet beseft je toch dat we – als vrouw, maar ook als mens – een grote verantwoordelijkheid hebben.”

Fatma Pehlivan, sp.a



“We kunnen niet de hele wereld helpen, maar door ons te concentreren op enkele landen kunnen we echte resultaten boeken.”

Benoît Piedboeuf, MR

Vrouwenkliniek aan federaal parlement

Op 12 mei 2016 parkeerde Sensoa een mobiele, Afrikaanse vrouwenkliniek voor de ingang van het Federaal Parlement. Minister van Sociale zaken en Volksgezondheid Maggie De Block en de parlementairen voor de 2030-Agenda gingen langs voor een check-up. In de pop-up-kliniek lieten acteurs zien hoe het eraan toegaat bij een echte consultatie in het sub-Saharagebied.

Hoe voelt het om als zwangere, gehuwde vrouw te horen te krijgen dat je seropositief bent? Wat als een gezondheidswerker

je vertelt dat onthouding een beter idee is wanneer je vraagt om anticonceptie? De parlementairen maakten het aan den lijve mee.

Gezinsplanning kan beter

In het sub-Saharagebied is anticonceptie erg moeilijk te krijgen. Tegelijk lopen jonge vrouwen er een veel te hoge kans om te sterven aan de complicaties van een zwangerschap of bevalling. Beschikbare anticonceptie zou in dit gebied 150.000 vrouwenlevens kunnen redden en de dood van 590.000 pasgeboren baby's voorkomen.



Minster van Ontwikkelingssamenwerking
Alexander De Croo

Wereldwijd vechten voor rechten

Op 2 maart 2017 kwamen meer dan vijftig landen samen voor de conferentie She Decides. Die werd georganiseerd door minister voor Ontwikkelingssamenwerking Alexander De Croo en zijn collega's uit Nederland, Zweden en Denemarken.

De conferentie was een positief wederwoord op de herinvoering van de Mexico City Policy door de Amerikaanse president Donald Trump. Die maatregel ontzegt elke financiële steun aan internationale organisaties die werken rond abortus, ook als hun dienstverlening zich beperkt tot informeren of doorverwijzen. Dit beleid heeft grote gevolgen voor programma's voor gezinsplanning

en vrouwenrechten wereldwijd. De conferentie slaagde erin om op erg korte termijn 181 miljoen euro te verzamelen voor de getroffen organisaties. De steun kwam van overheden en private donoren. Sensoa speelde een belangrijke rol bij de organisatie van dit evenement.

Aan de vooravond van de She Decides-conferentie lanceerde minister De Croo de e-tutorial bodyandrights.be. De website, ontwikkeld door Sensoa in opdracht van de werkgroep Be-cause Health, is een laagdrempelig portaal voor e-learning. In presentatievideo's over thema's als gezinsplanning, preventie van seksueel geweld en hiv legt de website het belang uit van seksuele gezondheid en rechten.

Minister De Croo: "Deze tool draagt bij tot één van de prioriteiten van mijn beleid: het promoten van seksuele en reproductieve gezondheid en rechten. Dankzij Body & Rights kunnen alle stakeholders van de Belgische ontwikkelingssamenwerking en het Belgische buitenlandse beleid online bijscholen over seksuele en reproductieve gezondheid en rechten. Op die manier kunnen ze die thema's nog beter aan bod brengen op het terrein."

She Decides.



www.bodyandrights.be

Freelancer Sam Geuens
begeleidt organisaties
bij beleidsontwikkeling

“Seksualiteit
hoort bij het
leven, ook in een
zorginstelling”



www.seksuelevorming.be

Elke jongere en volwassene heeft recht op een gezond en plezierig seksleven. Ook wanneer ze verblijven in een instelling, ziekenhuis of andere organisatie in de zorgsector. Dat stelt zulke instellingen voor heel wat vragen: wat kan, wat niet? Hoe reageer je wanneer iemand de regels overtreedt? En hoe maak je ruimte voor seksualiteit? Sam Geuens helpt instellingen die met zulke vragen zitten om een beleid uit te werken rond seksualiteit en relaties.

“Elke zorginstelling krijgt weleens te maken met vragen over seksualiteit en relaties, of met grensoverschrijdend gedrag”, weet Sam uit ervaring. “Als organisatie moet je daar een beleid rond hebben. Alleen zo kan je consequent werken aan een hoge levenskwaliteit, ook op het vlak van seksualiteit. Dat hoort nu eenmaal bij het leven, en dus ook bij het leven in een zorginstelling.”

Gewoontes in vraag stellen

“Mijn eerste vraag bij de start van een traject is: welke richtlijnen of gewoontes hebben jullie al rond seksualiteit? Er zijn zelden concrete regels over seksualiteit, relaties of grensoverschrijdend gedrag. Maar er bestaan wel al heel wat regeltjes die er onrechtstreeks een impact op hebben. Als patiënten in een psychiatrisch centrum niet bij elkaar op de kamer mogen komen na tien uur, waar moeten ze dan naartoe als ze verliefd worden? De kelder of een donker hoekje van de gang? Zo’n regel is er natuurlijk gekomen met goede redenen. Maar ze kan in de weg staan van een normaal relationeel en seksueel leven.”

“Wanneer een organisatie een traject start, beginnen we met het aanstellen van een werkgroep die gaat nadenken over het beleid. Het liefst zie ik in die werkgroep iemand uit elke functie in de instelling, van de nachtwaker tot de hoofdpsychiater. Al die mensen komen op de één of andere manier in aanraking met het relationele en seksuele leven van patiënten. Dus is het maar logisch dat ze ook hun bijdrage leveren aan het beleid.”



Sam Geuens

Open visie

“Om consequente beleidskeuzes te kunnen maken, heb je eerst een duidelijke visie nodig. Ook die helpen we mee ontwikkelen. Elke instelling doet dat op zijn eigen manier, maar we sturen wel aan op een open visie, gericht op ontwikkelingskansen. Seksualiteit in het verborgene duwen, heeft alleen maar negatieve gevolgen. Je wil mensen toch niet het gevoel geven dat ze iets verkeerd doen door seks of verliefdheid te beleven?”

“Verliefdheid of seksualiteit hou je niet zomaar tegen”

“Die visie is een houvast om een beleid uit te stippelen in de organisatie. Soms moeten er daarbij oude gewoontes sneuvelen. Het is mijn ervaring dat je de oude regeltjes beter niet vervangt door nieuwe. Daar komen toch weer uitzonderingen op. Hoe het dan wel moet? Volgens mij kan je relaties en seks perfect opnemen in de gewone begeleiding. Het hoort er nu eenmaal bij. Toch zijn er instellingen en ziekenhuizen die relaties ronduit verbieden. Het zou patiënten maar afleiden van hun herstel, klinkt het dan. Maar verliefdheid of seksualiteit hou je niet zomaar tegen. We gaan mensen toch niet

kansen ontnemen of zorg ontzeggen omdat ze de ‘pech’ hebben verliefd te worden tijdens een opname of verblijf? Dat heeft pas een averechts effect op het herstel.”

Ondersteuning en intervisie

“Sommige van onze trajectbegeleidingen lopen al jaren. Gaandeweg verandert het traject inhoudelijk. Het gaat dan niet meer over beleidsontwikkeling – want die hebben ze achter de rug – maar meer over ondersteuning. De werkgroep wordt dan veeleer een intervisiegroep die aanspreekbaar is voor alle vragen rond seksualiteit en relaties. Vaak komt er dan toch nog een beleidsstaartje aan.”

“Een prachtvoorbeeld uit een organisatie die ik begeleid: op een afdeling met tweepersoonskamers in dit psychiatrisch centrum plaatste men nooit een man en een vrouw samen op een kamer. Tot er een nieuwe mannelijke bewoner kwam met een trauma door verkrachting door een andere man. Hij wilde en kon niet op één kamer leven met een man. De werkgroep heeft zich de vraag gesteld: wat willen we eigenlijk bereiken met die regel? De initiële bedoeling was onder andere om privacy te garanderen. Dat kan ook anders: bijvoorbeeld door een gordijn in de kamer te hangen. Zulke denkoefeningen maken vanuit enkelvoudige casussen de opstap naar het bijstellen van beleidsregels.”

Kwaliteit, preventie en reactie

“In 2015 besliste minister Jo Vandeurzen in een omzendbrief dat elke zorgorganisatie een beleid moest hebben om gepast te reageren op seksueel grensoverschrijdend gedrag. Voor Sensoa mag het gerust wat breder: niet alleen een reactief, maar ook een proactief beleid dat zich eerst en vooral richt op de ontwikkeling van een open en positieve cultuur in de organisatie ten opzichte van relaties en seksualiteit. In tweede instantie kan je dan aan preventie gaan doen om risico’s te vermijden. En wanneer zich toch een incident voordoet, heb je een duidelijk kader om daarop te reageren. Zo bereik je veel meer.

“Elke zorginstelling krijgt weleens te maken met vragen over seksualiteit en relaties, of met grensoverschrijdend gedrag”

Het mooie aan mijn job? Ik zit op de eerste rij om die evolutie te zien in de organisaties die met hun beleid aan de slag gaan en kan zo voelen hoe een goed beleid elke patiënt, cliënt of bewoner ten goede komt.”

Cathy De Feyter en Tom Van Hoey zijn educatief medewerkers bij de Gentse organisatie Konekt. Ze geven vormingen over liefde en seksualiteit aan mensen met een beperking én hun omgeving. De methodiek van Sensoa's Vlaggensysteem komt hen daarbij goed van pas. "En nog meer de aanvulling van Buiten de lijnen", licht Tom toe. "Want deze doelgroep vraagt toch wat extra flexibiliteit."

Het Vlaggensysteem van Sensoa is een methodiek om gepast te reageren op seksueel gedrag bij kinderen en jongeren. Gedrag dat past bij de leeftijd en de ontwikkelingsfase, krijgt een groene vlag. Een gele vlag begint op grensoverschrijdend gedrag te wijzen. Maar wat als de ontwikkeling niet overeenkomt met de leeftijd? "Bij mensen met een verstandelijke beperking wordt het ingewikkelder", aldus Tom. "Daarom is de handleiding 'Buiten de lijnen' een nuttige aanvulling voor ons."

Aangepast reageren

"Een voorbeeld? Stel dat een achttienjarige jongen in een leefgroep zijn penis toont. Dat is grensoverschrijdend gedrag, want het hoort niet thuis op die plaats en in dat gezelschap. Maar als die jongen de emotionele ontwikkeling van een driejarige heeft, moet je daar als begeleider toch aangepast op reageren. Zijn schaamtegevoel is niet ontwikkeld zoals dat bij andere achttienjarigen wel het geval is. Zo'n moment is een leerkans. Je kan het aangrijpen om uit te leggen wanneer het oké is om je penis te tonen en wanneer niet."



Tom Van Hoey

Seks en verstandelijke beperking: hoe praten we erover?



www.seksuelevorming.be

“Mensen met een beperking hebben vaak bitter weinig privacy”

Hardnekkig taboe

“Mensen met een verstandelijke beperking zijn geestelijk niet ontwikkeld zoals je van hun leeftijd zou verwachten. Maar hun lichaam en hun hormonen zijn dat wel. Ze hebben seksuele en romantische verlangens, net zoals iedereen. Dat leidt weleens tot schrikreacties, ook bij hun begeleiders”, vertelt Cathy. “Die zijn begrijpelijk bezorgd. ‘Wat als er een zwangerschap van komt?’ of ‘begrijpt hij wel wanneer hij moet stoppen?’ zijn vragen die we regelmatig krijgen. Als organisatie zijn wij van één ding overtuigd: seksualiteit is een recht, ook voor mensen met een beperking.”

“De vlaggen zijn een gedeelde taal waarmee begeleiders kunnen spreken over seks”

“Seks en verstandelijke beperking: het is volgens mij één van de meest hardnekkige taboes”, vult Tom aan. “Van een ‘normale’ volwassene verwacht niemand dat die toestemming moet vragen om te vrijen met zijn partner. Waarom van een volwassene met een beperking dan wel?”

Houvast voor begeleiders

“Tijdens onze vormingen voor begeleiders is Buiten de lijnen een grote hulp. De eerste stap is kaderen: welk gedrag kan je verwachten binnen de seksuele ontwikkeling van een persoon? Vaak beginnen begeleiders dan al te begrijpen dat wat zij zien als grensoverschrijdend gedrag, eigenlijk niet zo abnormaal is en thuishoort in iemands ontwikkeling. De vlaggen, van groen tot zwart, geven een bruikbare houvast. Een gedeelde taal zeg maar, waarmee begeleiders op een objectieve manier

kunnen spreken over seks in plaats van vanuit hun emotie.”

“Er is in de loop van de jaren al veel verbeterd”, stelt Cathy vast. “Maar toch merken we dat er bij organisaties en begeleiders nog veel ruimte is om bij te leren. Mensen met een beperking hebben vaak bitter weinig privacy. Ze worden gewassen in een gedeelde badkamer, men loopt zo maar hun kamer in en uit. Hoe kunnen ze dan experimenteren met seksualiteit? En hoe moeten ze leren onderscheiden welk gedrag oké is op straat, en wat ze beter bewaren voor in de slaapkamer?”

Maak ruimte voor positief gedrag

“Onze opdracht is geslaagd wanneer begeleiders en voorzieningen beginnen stilstaan bij seksualiteit in het algemeen, niet alleen in termen van grensoverschrijdend gedrag”, besluit Tom. “Buiten de lijnen maakt duidelijk dat geel, rood en zwart gedrag een aangepaste reactie vereisen, maar ook dat groen gedrag normaal is en zelfs heel belangrijk voor de ontwikkeling van een persoon. Meer ruimte maken voor positieve seksuele beleving helpt om negatieve ervaringen te voorkomen.”

Konekt werkt aan een inclusieve wereld waarin iedereen voluit kan leven. Dat doet Konekt met drie pijlers: vorming en opleiding, sensibilisering en Platform-K, een dansgezelschap voor mensen met én zonder verstandelijke beperking.



www.konekt.be



Zanzu in de prijzen

In 2016 won Sensoa met Zanzu.be de **Well Done MSD Health literacy award**. De website in veertien talen is opgebouwd rond duidelijke iconen en maakt gezondheidsissues toegankelijker voor een hele brede groep van anderstaligen.

Dank u wel!



In het kader van **Music for Life** organiseerde het Museum Aan de Stroom (MAS) een aantal opmerkelijke acties en haalde daarmee 4000 euro binnen voor Sensoa. Heel erg bedankt voor dit prachtige initiatief.

Positief nieuws



in het nieuws_31

De Antwerpse horecawereld haalde nog eens alles uit de kast ten voordele van verschillende hiv-projecten. De zestiende editie van **Antwerp Diner** bracht maar eventjes 77.350 euro op. Een deel daarvan gaat naar Sensoa Positief. Een smakelijk dankuwel aan iedereen die hieraan meewerkte.



Seks moet altijd fantastisch zijn

Geen onderwerp waarrond zoveel mythes de ronde doen als seks. Maar al die onrealistische en onjuiste verwachtingen kruipen in het hoofd van de Vlaming. En die geniet daardoor minder van seks.

Tijd dus voor duidelijkheid! Wat zijn mythes en hoe gaat het er in werkelijkheid aan toe? We doen het allemaal uit de doeken in een **meerjarencampagne rond seksmythes**, ontwikkeld door communicatiebureau BonkaCircus voor Sensoa.

Opinie Het HPV- vaccin, niet enkel een meisjeszaak!



Steeds meer mannen worden getroffen door kanker veroorzaakt door het humaan papillomavirus (HPV). Er is nochtans een doeltreffend vaccin beschikbaar dat door de Vlaamse overheid kosteloos wordt aangeboden aan meisjes. Voor jongens is er geen regeling en blijft het vaccin erg duur. Sensoa pleit ervoor om de gratis vaccinatie uit te breiden naar jongens. Dat is praktisch goed te organiseren en is bovenal een veel ethischere aanpak.

Sinds het schooljaar 2010-2011 worden Vlaamse meisjes vanaf 12 of 13 jaar gratis gevaccineerd tegen HPV, een virus dat onder meer baarmoederhalskanker veroorzaakt. De overheid wil zo het aantal gevallen van baarmoederhalskanker drastisch verminderen. De vaccinatiegraad ligt hoog, deels dankzij het 'opt out'-beleid: ouders moeten expliciet aangeven dat ze *niet* willen dat hun dochter gevaccineerd wordt. Naar verwachting zal het jaarlijkse aantal diagnosegevallen in Vlaanderen de komende tien jaar gestaag dalen en dus ook de kosten voor de opsporing, behandeling en opvolging van letsels die tot kanker kunnen leiden.

Sensoa pleit voor genderneutraal vaccineren

De Vlaamse overheid gaf met de maatregel voor meisjes gevolg aan het advies van de Hoge Gezondheidsraad om baarmoederhalskanker een halt toe te roepen via vaccinatie. De tijd lijkt rijp om dit uit te breiden naar jongens. Dertig procent van de kankers veroorzaakt door HPV treft mannen. Wetenschappelijke en medische opinies zijn er steeds meer van overtuigd dat HPV-vaccinatie van jongens bescherming biedt tegen hoofd- en nekkankers en kankers aan de aars en geslachtsdelen. In Oostenrijk, Italië, Zwitserland en delen van Duitsland worden beide geslachten al gevaccineerd. Mede door deze evoluties zal de Hoge Gezondheidsraad een nieuw advies formuleren over de wenselijkheid van vaccinatie van meisjes én jongens.

Als dit advies positief uitvalt, hoopt Sensoa dat de vaccinatie tegen HPV binnenkort inderdaad wordt uitgebreid naar jongens. Daarvoor bestaan er nog meer argumenten:

- Vijftien procent van de meisjes blijft ongevaccineerd tegen HPV. Als ook jongens gevaccineerd worden, is deze groep meisjes eveneens beschermd.

- De impliciete boodschap wanneer enkel meisjes gevaccineerd worden, is dat zij de complete verantwoordelijkheid dragen voor hun eigen seksuele gezondheid en die van hun partner. Zo ervaren jongens weinig urgentie om bij te dragen in de preventie en schatten ze het risico op besmetting en HPV-gerelateerde kankers bij zichzelf laag in.
- Het huidige beleid plaatst de groep van mannen die seks hebben met mannen in een extra kwetsbare positie. Zij genieten helemaal geen bescherming wanneer enkel meisjes gevaccineerd worden.

Sandra Van den Eynde, beleidsmedewerker preventie van seksueel overdraagbare aandoeningen en hiv

Het humaan papillomavirus of HPV is de meest verspreide soa onder een seksueel actieve bevolking.

Zeventig tot tachtig procent komt ermee in aanraking tijdens zijn seksuele carrière. De meeste HPV-infecties verlopen zonder symptomen. Meestal verdwijnen de infecties spontaan, zonder medicatie. In België houdt ongeveer zeventig procent van de baarmoederhalskankers verband met HPV, net als anogenitale tumoren en anogenitale wratten bij mannen en vrouwen.

seksualiteit.be
seksueel gezond met sensoa

“Opdat iedereen veilig en gezond kan genieten”

- Voor ervaren jongeren, ouders en volwassenen met vragen.
- Alle informatie over anticonceptie, soa's en hiv, seks en relaties, het lichaam en seksueel grensoverschrijdend gedrag.

ALLESOVERSEKS.BE
de jongerensite van Sensoa

“Jongeren doen het op hun manier”

- Heldere antwoorden op concrete vragen en verhalen van jongeren.
- Alle informatie over liefde en relaties, je lichaam, outing, anticonceptie en zwangerschap, maar ook daten, sekstechnieken en omgaan met porno.

MANNENSEKS.BE
de gay site van sensoa

“Mannen onder elkaar”

- Voor homomannen met vragen.
- Over seksuele gezondheid en preventie van soa's en hiv, relaties, mannenseks en lichaamscultus. Hoe seks bespreekbaar maken, goede afspraken maken over condooms of do's and don'ts in een homorelatie.

levenmethiv.be
positief met sensoa 

“Je staat er niet alleen voor”

- Voor wie besmet is met hiv.
- Alles wat je moet weten als je zelf besmet bent met hiv of iemand van je vrienden of familie hiv heeft. Met veel verhalen en tips van lotgenoten over comfortabel leven met hiv en een luik voor hulpverleners.

seksuele
van
sensoa **vorming.be**
voor leraars en begeleiders

“Als je zelf mensen wil verderhelpen”

- Voor professionals en vrijwilligers die jongeren begeleiden.
- Tips en tricks voor geslaagde seksuele vorming en achtergrondinformatie voor beleidskeuzes. De website is een portaal naar trainingen, materialen en publicaties die jouw job makkelijker moeten maken.

 **zanzu**
Mijn lichaam
in woord
en beeld

“Maak je punt in de juiste taal”

- Voor professionals die moeten praten over seksualiteit.
- Een erg visuele en laagdrempelige site die in dertien talen anderstaligen informeert over seksuele gezondheid. Handig voor hulpverleners tijdens counseling en gesprekken.

ZWANGER WORDEN IS EEN KWESTIE VAN GOED PLANNEN

**ONTDEK ALLE SEKSMYTHES
OP WWW.SEKSUALITEIT.BE**

**PRAAT MET JE HUISARTS OVER
JE SEKSUELE GEZONDHEID.**



Vlaanderen
is zorg

SENSOA

seksualiteit.be
seksueel gezond met sensoa