

# Girls' Talk+ en Make a Move+:

## Jongeren met een lichte verstandelijke beperking seksueel wijs en weerbaar maken



Girls' Talk+ en Make a Move+ maken deel uit van een set van vier programma's:

- **Girls' Talk** voor normaal begaafde laagopgeleide meiden.
- **Girls' Talk+** voor meiden met een lichte verstandelijke beperking.
- **Make a Move** voor normaal begaafde, laagopgeleide jongens.
- **Make a Move+** voor jongens met een lichte verstandelijke beperking.

Girls' Talk+ en Make a Move+ zijn beschikbaar voor alle professionals die vanuit zorg of onderwijs werken met jongeren. De rol van de trainer is een belangrijke factor bij de uitvoering. Daarom is het volgen van een training bij Rutgers een voorwaarde om het programma van 8 bijeenkomsten uit te voeren. De programmahandleiding en bijbehorend (beeld)materiaal zijn inbegrepen bij de training. Kijk voor meer informatie of aanmelding op: [shop.rutgers.nl/trainingen](http://shop.rutgers.nl/trainingen)

### Jongeren met een lichte verstandelijke beperking zijn extra kwetsbaar in relaties en seksualiteit

Zowel meiden als jongens lopen meer risico op het meemaken van seksuele grensoverschrijding ongeplande zwangerschap en om een seksueel overdraagbare aandoening (soa) op te lopen. Ook online zijn ze kwetsbaarder. Ze hebben minder oog voor risico's en zijn vaker slachtoffer van sexting. Jongens met een lichte verstandelijke beperking lopen tevens meer risico op het plegen van seksuele grensoverschrijding.

### Weerbaarheid en seksueel gezond gedrag

Om deze problemen te voorkomen heeft Rutgers twee preventieprogramma's ontwikkeld over seksualiteit, relaties en weerbaarheid voor jongeren tussen de 14 en 21 jaar met een lichte verstandelijke beperking: Girls' Talk+ voor meiden en Make a Move+ voor jongens. Jongeren leren onder andere over wensen en grenzen en hoe je op een prettige en respectvolle wijze met elkaar omgaat in een vriendschap, relatie of bij seks. Girls' Talk+ en Make a Move+ bieden steun aan kwetsbare jongeren bij het doormaken van een gezonde seksuele ontwikkeling, zodat ze hierin gezonde keuzes kunnen maken.

### *'Eigenlijk zou iedereen zo'n cursus moeten volgen'*

(meisje, 16 jaar)

### Werkwijze

De actieve en praktische werkvormen sluiten aan bij de manier van leren van jongeren met een lichte verstandelijke beperking. In acht bijeenkomsten van 1,5 uur leren ze in kleine groepjes om seksueel weerbaar te zijn. Hierbij worden ze begeleid door twee trainers. Elke bijeenkomst heeft een eigen thema, zoals het eigen lichaam, partnerkeuze, relaties, wensen en grenzen, veilige seks en online en offline risico's.

### Meer informatie?

Voor meer informatie over Girls' Talk+ of Make a Move+ kunt u contact opnemen met Marianne Jonker van Rutgers, email: [m.jonker@rutgers.nl](mailto:m.jonker@rutgers.nl).



Girls' Talk+ is door de erkenningscommissie gehandicaptenzorg erkend als een theoretisch goed onderbouwde interventie. Make a Move+ is een nieuwe interventie die in 2018 wordt ingediend.