

”K ZIE U ZITTEN

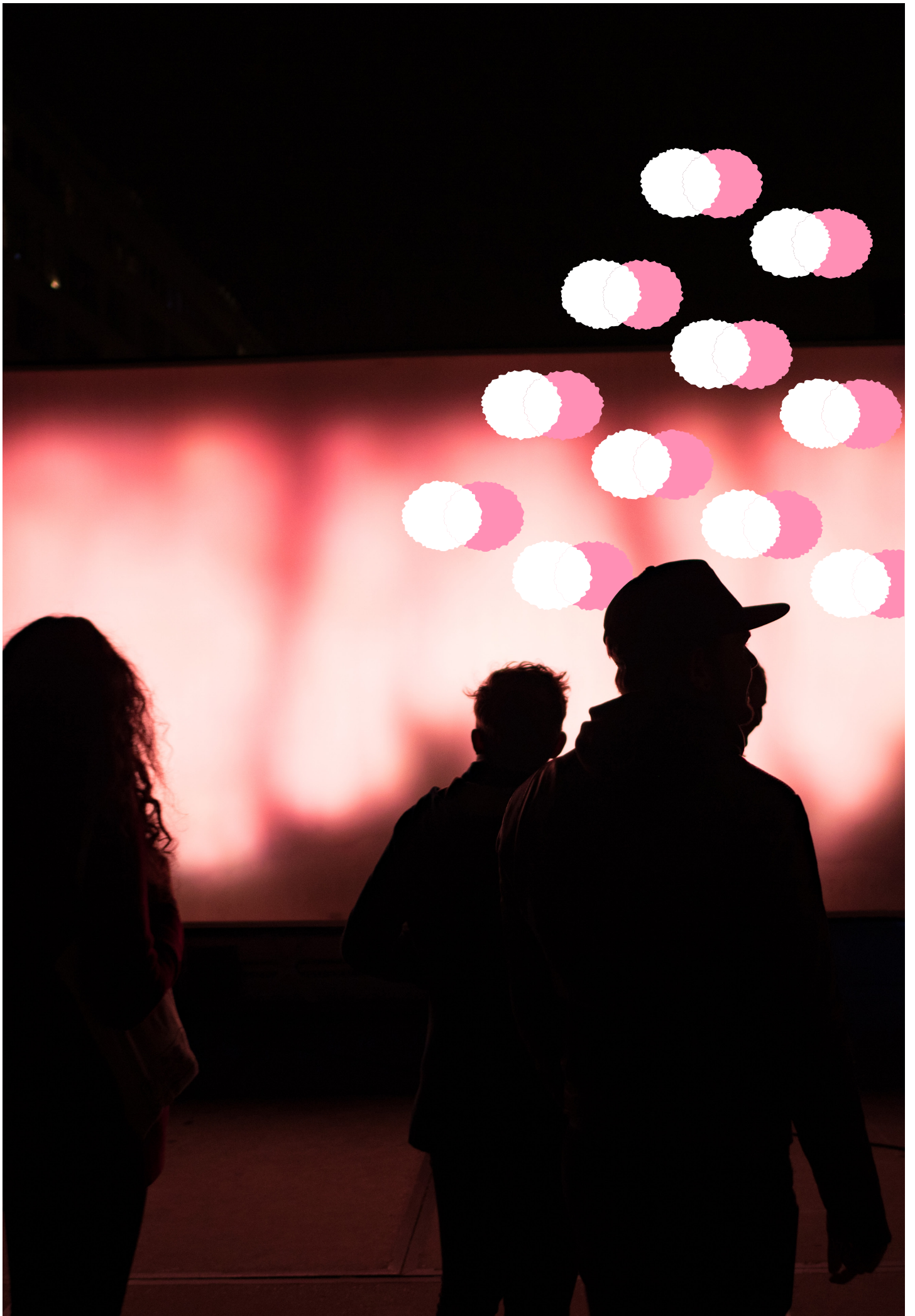
WIE IS MIJN
IDEALE PARTNER?

PARTNERKEUZE
& ROLPATRONEN

GENDER, SEKSUALITEIT
EN GRENZEN



2800LEEF
MECHELEN



VOORWOORD

Deze handleiding is uitgewerkt tijdens het 'k Zie u Zitten-project met middelen van minister bevoegd voor Gelijke Kansen, Bart Somers. Het project liep van januari 2021 tot en met juli 2022 en werd gerealiseerd in samenwerking met ella vzw, Sensoa vzw en het Agentschap Integratie en Inburgering.

De doelstelling van 'k Zie u Zitten was om partnerkeuze bij jongeren bespreekbaar te maken. Bij vijf Mechelse jongerenwerkingen organiseerden we drie dialoogsessies rond de thema's liefde en relaties. Deze werkvormen werden uitgewerkt met de expertise en methodieken van ella vzw en Sensoa vzw. We hebben de werkvormen zorgvuldig geselecteerd of uitgewerkt op maat van jongeren. Dit vormingspakket dient als leidraad. We hopen dat de werkvormen als inspiratie kunnen dienen om deze thema's bespreekbaar te maken.

De werkvormen zijn geschikt voor jongeren tussen 14 en 25 jaar. De meeste werkvormen kan je ook gebruiken voor een OKAN-klas met een gevorderd taalniveau.



INHOUD

4 |

Voorwoord	3
Inleiding	7
Het fenomeen huwelijksdwang	8
Terminologie	8
Handleiding	9
Richtlijnen voor het gebruik van de handleiding	10

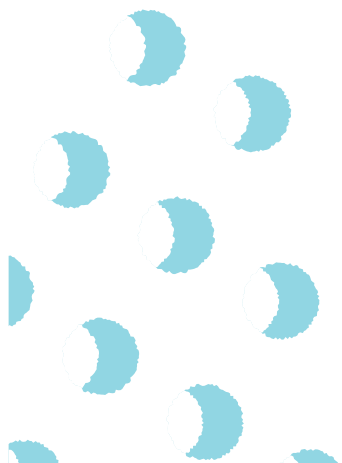
DIALOGOESSIES 13

SESSIE 1: WIE IS MIJN IDEALE PARTNER? 14

Infofiche	15
Leidraad	16
Verwelkoming	16
Verwachtingen	16
Kennismaking	16
Mijn ideale lief is (Pimento vzw)	18
Mijn ideale partner (Prinsessen en Players van ella vzw)	19
Stellingspel	20
Afsluiter	21

SESSIE 2: PARTNERKEUZE EN ROLPATRONEN 22

Infofiche	24
Leidraad	24
Verwelkoming	24
Welke relaties hebben het meest of het minst kans op slagen?	25
Scenario's over rolpatronen (Prinsessen en Players van ella vzw)	26
Rollenspel	27
Afsluiter	28



SESSIE 3: GENDER, SEKSUALITEIT EN GRENZEN**30**

Infofiche	31
Leidraad	32
Verwelkoming	32
Gender en geslacht (Recht op liefde van ella vzw en Merhaba vzw)	32
Seksuele normen en waarden (Recht op liefde van ella vzw)	34
Grenzen ok of niet ok? (Het Sensoa Vlaggensysteem van Sensoa vzw)	35
Waar kan je terecht? (Inspiratie op hulpposter - R-Sense Vormingspakket van Sensoa, Fedasil, Caritas en Rode-Kruis-Vlaanderen)	37
Afsluiter	38

REFLECTIEMEERDAAGSE**40**

Organisatie	41
Infofiche	45
Leidraad	46
Dagboek met foto's - reflectiemethodiek	46
Playbacktheater	46
Klimbos	47
Kampvuur	47

INTERESSANT EDUCATIEF MATERIAAL**48****BRONNENLIJST****50****BIJLAGE****51**

Bijlage 1: Werkblad: mijn ideale partner	52
Bijlage 2: Blad 'akkoord' en 'niet akkoord'	53
Bijlage 3: Cases: welke relaties hebben het meest en het minst kans op slagen?	55
Bijlage 4: Scenario's over rolpatronen	56
Bijlage 5: Rollenspel met bijhorende scenario's	59
Bijlage 6: Groene-gele-rode blaadjes en steekkaarten	60
Bijlage 7: Infloflyer over liefdesrelaties	67

DANKWOORD**70**



In een superdiverse samenleving is het niet altijd makkelijk om het bos door de bomen te zien en een eigen pad te bewandelen. Door technologie en sociale media is er een stroomversnelling aan informatie-uitwisseling en worden we overprikkeld door de hoeveelheid aan informatie. Jongeren worden beïnvloed door verschillende actoren uit hun omgeving onder wie familie, vrienden, begeleiders, hun schoolomgeving, (sociale) media en (online) nieuwskanalen. Iedereen verwacht wel iets van onze jongeren. Deze mix van normen, waarden en (maatschappelijke) verwachtingen kunnen jongeren beïnvloeden. Ook in hun partnerkeuze. Als lokaal bestuur vinden we het belangrijk om naast repressief, ook preventief te werken. Hierdoor is 'k Zie u Zitten ontstaan. We nemen wel afstand van het woord 'gedwongen huwelijk/ huwelijksdwang' en vertrekken vanuit het thema 'partnerkeuze'.

Sommige onderwerpen zijn gevoelig om over te praten en bevinden zich in de taboesfeer. 'k Zie u Zitten wil jongeren hierin ondersteunen door op verschillende sporen te werken: door vormingen te organiseren voor jongeren, ouders en professionals, en door een lerend netwerk op te richten voor hulpverleners en outreachers. Deze handleiding spitst zich toe op het traject van de jongeren.

Vooreerst bespreken we de terminologie van 'safe space' en 'partnerkeuze', de doelstellingen en inhoud van de handleiding, hoe je er concreet mee aan de slag gaat en waar je rekening mee moet houden. Verder vind je de leidraden, infofiches en werkvormen terug voor het geven van de verschillende modules, bestaande uit drie dialoogsessies en een reflectiemeerdaagse.

Doorheen de handleiding zijn er tips te vinden. De opgedane kennis tijdens de uitvoering van het project werd hierin verwerkt.





1 / HET FENOMEEN HUWELIJKSDWANG

Een gedwongen huwelijk wordt beschouwd als de verbintenis tussen twee personen van wie er ten minste één niet uit vrije wil en ten volle met het huwelijk heeft ingestemd. Het gaat dus over huwelijken onder fysieke en morele dwang.

Rond de problematiek 'huwelijksdwang' bestaan er amper kwantitatieve gegevens in België. Ook in Mechelen zijn er weinig data en cijfers. Hierdoor hebben we geen goed zicht op hoe groot het probleem is. Er is een gebrek aan correcte dataverzameling en -verwerking. Vele gevallen blijven onder de radar of worden niet gemeld omdat de drempel te hoog is om het te melden.

Het is ook niet evident om gevallen te registreren omdat het vaak gaat over 'vermoedens' (bijv. adolescenten die na de zomervakantie niet meer terugkomen of getrouwd zijn of die de schoolbanken vervroegd verlaten) en 'een buikgevoel' (bijv. het opmerken van weinig enthousiasme bij het voltrekken van een huwelijk) bij eerstelijns werkers (onderwijs, hulpverlening, ambtenaren, jeugdwerk en jeugdwelzijnswerk).

2 / TERMINOLOGIE

Partnerkeuze

Doorheen het project distantieerden we ons bewust van het woord 'gedwongen huwelijk/huwelijksdwang' en vertrokken we vanuit het thema 'partnerkeuze'. Partnerkeuze gaat over welke persoon je kiest om een relatie mee aan te gaan.



Mensen kunnen de termen 'vrije partnerkeuze' linken aan 'gedwongen huwelijk'. Het is daarom beter om de term 'partnerkeuze' te gebruiken. Om het nog laagdrempeliger te maken, spreek je best over 'liefdesrelaties/ liefde en relaties/gezonde relaties'. Ook tijdens het pitchen van dit idee naar organisaties toe gebruik je beter deze termen. We gebruiken verder alle termen doorheen het document.

Wat is een safe space?

Een safe space is een veilige ruimte waarbij ieder zonder oordeel kan vertellen wat zij/hij/die wilt. Een deelnemer voelt zich vrij om haar/zijn/diens mening of gevoel te delen zonder beoordeeld te worden of kritiek te krijgen.



Spreek over 'dialoogsessie' in plaats van 'safe space'. Dit maakt het thema minder beladen. In essentie blijft het een safe space. De term 'dialoogsessie' wordt doorheen het document gebruikt.

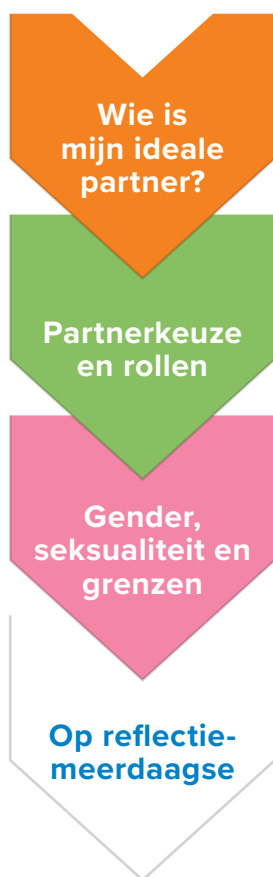
3 / HANDLEIDING

Doestelling handleiding

Deze handleiding is gericht op jeugdwerkers, leerkrachten en begeleiders om thema's rond liefdesrelaties bespreekbaar te maken met jongerengroepen. De methodieken zijn gericht op jongeren tussen 14 en 25 jaar. Door in dialoog te gaan met jongeren aan de hand van deze handleiding, krijgen de jongeren meer inzicht in deze thema's. Ze staan meer stil bij hun eigen partnerkeuze en die van anderen en hebben ze het gevoel dat ze niet alleen zijn met hun vragen en ervaringen. Deze dialoogsessies willen jongeren weerbaarder maken in hun eigen partnerkeuze.

Per module zijn er een aantal doelstellingen opgesteld die je onder de rubriek 'doelstellingen' terugvindt. De **eerste module** helpt om inzicht te krijgen in de leefwereld van jongeren en op een luchtige manier partnerkeuze bespreekbaar te maken. Deze werkvormen zijn laagdrempelig en bewaken de persoonlijke grenzen van jongeren. De **tweede module** zet zich in op aftoetsen van meningen rond partnerkeuze. We bespreken rolpatronen op een speelse manier en doen een rollenspel waarin ze zich kunnen inleven in een bepaalde situatie. Hierdoor ontstaat er (h)erkenning en voelen jongeren zich niet alleen. De **derde module** zet in op theorie. Door deze interactieve werkvormen staan jongeren stil bij hun eigen denkkader, vormen ze meningen over een bepaald onderwerp en krijgen ze betrouwbare informatie mee over verschillende thema's zoals: Wat is het verschil tussen gender en geslacht? Wat versta je onder seksualiteit? Wanneer spreken we over grensoverschrijdend gedrag? Bij welke instanties kan je terecht als je vragen hebt over relaties, seksualiteit of wanneer je in een noodsituatie verkeert?

Op het einde van dit traject kan je op **reflectiemeerdaagse** met een aantal jongeren waar ze verder, onder begeleiding, in de diepte met elkaar in dialoog konden gaan. De jongeren hebben al dan niet een voortraject gelopen en zijn al dan niet geoefend in het dialogeren over partnerkeuze. De visie van de jongeren die meegedaan hebben aan het voortraject is verrijkt met de invalshoeken vanuit de eigen groep. Zij kunnen hun visie met de nieuwe of andere individuen delen. Tijdens dit reflectiemoment kunnen jongeren met een diverse achtergrond en uit diverse contexten worden samengebracht. Zo stimuleren we ze om vanuit diverse perspectieven en referentiekaders met elkaar in gesprek te gaan, met als doel uit de echokamers te treden, respectvol te reflecteren met elkaar en nuance te brengen in de eigen standpunten. Bovendien zorgt een meerdaagse er ook voor dat jongeren even kunnen ontsnappen aan de alledaagse drukte. Zo kunnen ze elkaar beter leren kennen, nieuwe inzichten opdoen en leren ze positieve associaties maken met het thema partnerkeuze. Doordat de jongeren op deze meerdaagse blijven overnachten, versterkt dat niet enkel de band die ze met elkaar hebben, maar ontstaat er onder hen ook meer openheid en vertrouwen.



De opbouw van de handleiding

Deze vier modules bestaan uit drie dialoogsessies en uit een reflectiemeerdaagse.

Elke module heeft een specifieke kleur. **Oranje** verwijst naar sessie 1, **groen** naar sessie 2, **roze** naar sessie 3 en **blauw** naar de reflectiemeerdaagse.

Elk module omvat een **infofiche** die telkens bestaat uit:

- **Waarom deze oefening:** uitleg over waarom deze werkvorm wordt gegeven en waarom juist op dat moment.
- **Doelstellingen:** opsomming van doelen die je kan bereiken met de werkvorm.
- **Materiaal:** in elk deel vind je een lijst terug van het nodige materiaal. Didactisch materiaal is terug te vinden in bijlage of in het aangehaalde document.
- **Optioneel materiaal:** is materiaal dat je eventueel kan gebruiken bij een bepaalde werkvorm.
- **Duur:** is de geschatte tijd die je spendeert per module.
- **Opsomming werkvormen:** hierin lijsten we de werkvormen op die in de sessie aan bod komen.

Na de infofiche, vind je een **leidraad** met uitgebreide informatie over de werkvormen. Een werkvorm geeft meer uitleg op de manier waarop je de oefening kan geven om de doelstellingen te behalen. De werkvormen die wij gebruikten in de dialoogsessies, zijn een combinatie van bestaande en nieuwe werkvormen. Bij bestaande werkvormen verwijzen we naar de juiste bron.

4 / RICHTLIJNEN VOOR HET GEBRUIK VAN DE HANDLEIDING

Aan de slag

Het is aangewezen dat je de begeleidende informatie (van 'inleiding' tot 'richtlijnen voor het gebruik van de handleiding') naleest voordat je de werkvormen gebruikt. Dit helpt je om een beeld te schetsen van hoe je de sessies moet aanpakken. Bij elke module staan er tips die we uit de gegeven sessies hebben gehaald. De voorbereiding en de uitvoering van de meerdaagse verdient extra aandacht en vind je uitvoerig terug in module 4.

Hoe pitch je dit project bij organisaties en jongeren?

Het is niet altijd eenvoudig om organisaties en jongeren te overtuigen om deel te nemen aan de sessies. Deze tips helpen je om hen te overtuigen:

- In het pitchen van deze vormingen aan organisaties en het toelichten van de vormingen aan jongerengroepen, is het belangrijk om de aandacht af te wenden van het woord 'partnerkeuze'. Laat de vormingen gaan over het brede thema van liefdesrelaties. Het gaat over liefde, gezonde relaties, ideale partner, seksualiteit, gender, rolpatronen ... Deze aspecten vormen de basis bij het maken van een partnerkeuze. 'Vrije partnerkeuze' zou zich te veel focussen op het aspect huwelijksdwang, waardoor organisaties en jongeren kunnen afhaken, terwijl iedereen baat heeft bij correcte, heldere en volledige informatie ongeacht leeftijd, geslacht, gender, etniciteit, (thuis) cultuur, geloofsovertuiging...
- Zoek naar formele en informele ambassadeurs. Als je deze persoon/personen meekrijgt, krijg je wellicht nog andere jongeren mee. Misschien kan het helpen om een vriend(in) of broers/zussen/neven/nichten erbij te betrekken? Misschien kan je de ouders van de jongeren overtuigen?

- Zet het netwerk van jouw collega's in. Zij kunnen jouw ambassadeurs zijn en anderen overtuigen om mee te doen. Zij kunnen op hun beurt anderen overtuigen.
- Breng professionals samen die zich bezighouden met deze thema's in een lerend netwerk. Deelnemers kunnen bij elkaar terecht en leren van elkaar: kennis wordt uitgewisseld, cases worden aangekaart en behandeld, inzichten worden aangereikt ... De werkvormen die aan bod komen in het traject met de jongeren, kunnen ook deels aan bod komen in het lerend netwerk. Zo kan je de begeleiders laten kennis-maken met de inhoud van de dialoogsessies, krijgen ze inzicht hoe de dialoogsessies vormgegeven worden en kan je hen warm maken voor zowel de sessies als voor de meerdaagse.

Respecteer de volgorde van de modules

Deze handleiding bestaat uit vier modules met een aantal werkvormen. Je respecteert best de volgorde. De modules zijn logisch en stelselmatig opgebouwd:

- Door de gevoelige thema's die in de modules aan bod komen, is het belangrijk dat er binnen de groep een sfeer van vertrouwen heerst. Om die gevoelige thema's bespreekbaar te maken, zijn de modules opgebouwd van makkelijkere en verteerbare onderwerpen in de eerste modules tot serieuzere, moeilijker onderwerpen in de laatste module. Als je in de eerste sessie de kennismakingsoefening zou overslaan en direct start met de oefening seksueel grensoverschrijdend gedrag, dan zal je op weerstand botsen en zullen de deelnemers/jongeren zich hier ongemakkelijk bij voelen.
- Soms heb je kennis nodig van de ene werkvorm om de andere werkvorm te kunnen geven. Vandaar dat het van belang is om de volgorde van de modules te hanteren.



De modules geef je best in tussenperiodes van 2 tot 4 weken. Zo krijgen de deelnemers de ruimte om de materie te verwerken en om die met andere mensen uit hun omgeving te bespreken.

Opzet en setting

Jongeren hebben geen nood aan kennisoverdracht en schoolse aanpak. De interactieve werkvormen zorgen ervoor dat de concentratie op peil blijft en iedereen aan bod komt. De deelnemers/jongeren krijgen de ruimte om de opgedane kennis met elkaar uit te wisselen, wat bijdraagt aan de groepssfeer.

De meeste werkvormen zijn geschikt voor OKAN-klassen met een gevorderd taalniveau. De werkvormen geef je best op maat. Je kan ze aanpassen of weggelaten afhankelijk van de noden van de groep. Er kan ook gezocht worden naar gelijkaardige werkvormen. Deze vind je terug op pagina 48, onder hoofdstuk *Interessant educatief materiaal*.

De locatie kan ook een invloed hebben op de groepsdynamiek. De sessies kunnen in hun vertrouwde of 'coole' omgeving plaatsvinden. Vermijd locaties waar het kil en koud is. Zet de deelnemers in een cirkel en zet eventueel de banken opzij.

Ook pauzeren is belangrijk voor het slagen van de sessie. Voel aan wanneer je het best pauzeert.



Gaat de dialoogsessie door in een school? Bekijk op voorhand wanneer de pauze doorgaat en stem dit af met de begeleider/leerkracht.

Wanneer je zelf een groep bijeenbrengt, hou er dan rekening mee dat de groep elkaar niet (goed) kent en zich hierdoor onveilig kan voelen. Focus daarom eerst op kennismakingsoefeningen, ijsbrekers en op verbinding. Neem hiervoor voldoende tijd.



Samenstelling groep

De jongeren hebben een leeftijd tussen 14 en 25 jaar. Deze sessies kunnen al dan niet in een homogene groep plaatsvinden.

De groepsgrootte is afhankelijk van de groepsdynamiek. Werk met een groep van maximaal 15 à 20 personen. Als de groep heel actief is, beperk je de groepsgrootte best tot maximaal 10 jongeren. Dat zal op zich een grote uitdaging zijn. Bespreek op voorhand met de begeleider hoeveel jongeren er maximaal kunnen meedoen. Betrek bij de dialoogsessie zeker de begeleider die de groep het meest vertrouwt. Dat creëert een gevoel van vertrouwen. Probeer niet meer dan 2 à 3 begeleiders te betrekken bij de dialoogsessies.

Profiel begeleider

De begeleider moet geen expert zijn in de thema's rond liefdesrelaties. Een goede voorbereiding is wel heel belangrijk. Het is belangrijker om door te vragen, de goede vragen te stellen en gesprekken te stimuleren in de groep zodat het de deelnemers aanzet tot nadenken. Elke begeleider die een goede begeleidershouding aanneemt, kan deze werkvormen geven.

Een goede begeleidershouding bestaat uit:

- **Authentiek:** wees open en jezelf. Als je ervoor kiest om een persoonlijk verhaal te vertellen, zorg ervoor dat dit niet sturend werkt en praat in de ik-vorm. De groepsliden appreciëren het als je oprecht bent. Je bent er niet om hen de les te spellen, maar om hen tot denken aan te zetten.
- **Open houding:** sta open voor verschillende meningen. Laat jouw eigen veronderstellingen los en benader de jongeren zonder te oordelen.
- **Op maat:** geef de sessie op maat van de groep. De begeleider heeft aandacht voor hoe de groepsdynamiek leeft. Pas jouw houding aan afhankelijk van de groep. Elke groep is anders en elke groep heeft nood aan andere informatie.
- **Communicatief:** stel vragen die jongeren niet in een bepaalde richting duwen. Stel goede open vragen en vraag door zodat je hen aan het denken zet. Geef aandacht aan jongerentaal. Wanneer je in een OKAN-klas werkt, gebruik dan duidelijke taal¹. Eventueel kan je werken met vertaalapps -en tools² of kunnen de andere jongeren vertalen voor diegenen die het niet begrepen hebben. Een andere mogelijkheid is het inschakelen van taalhulpen³ of gecertificeerde tolken⁴.
- **Safe space/positief klimaat:** creëer een veilige omgeving door aandacht te besteden aan kennismakingsoefeningen en door vooraf afspraken te maken. Wees authentiek, enthousiasmeer en houd rekening met de grenzen van jongeren.

Voor meer informatie over een goede begeleidershouding bij seksuele vorming verwijzen we door naar de PICKASOLL-methodiek van Sensoa vzw: sensoa.be/goede-begeleidershouding-bij-seksuele-vorming-met-pickasoll

1 / <https://www.integratie-inburgering.be/10tips>

2 / <https://trefpuntodi.be/toolbox/vertaalttools-en-meertalige-apps>

3 / <https://www.integratie-inburgering.be/nl/taalhulp-mechelen>

4 / <https://www.integratie-inburgering.be/nl/wat-kunnen-we-voor-jou-doen/ondersteuning-voor-je-organisatie-of-lokaal-bestuur/sociaal-tolken-en-vertalen/een-beroep-doen-op-een-sociaal-tolk-of-vertaler>

DIALOOG- SESSIES

In dit hoofdstuk kan je de infofiche en leidraad
voor de eerste drie modules (sessie 1, 2 en 3) nalezen.



SESSIE 1

**WIE IS MIJN
IDEALE
PARTNER?**

1 / INFOFICHE

Dit is de eerste sessie van de handleiding. Deze sessie toetst af wat er leeft bij jongeren rond hun partnerkeuze.

1. Doelstellingen:

- In kaart brengen wat er bij jongeren over partnerkeuze leeft. Wat is hun referentiekader?
- Veilig voelen
- Vertrouwd gevoel
- Het gevoel dat ze niet alleen zijn met hun gedachten
- Wie is hun ideale partner?
- Duidelijkheid krijgen hoe belangrijk hun relatievorming is. Welke plaats vormt die relatie in de rest van hun leven? Staat die centraal of ligt die erbuiten?
- Jongeren laten nadenken over partnerkeuze en aanverwante thema's
- Meninge uiten en onder woorden brengen

I 15

2. Materiaal:

- Stoelen
- Naamstickers
- Balpenen en stiften
- A4-papier en A3-papier of flipchart
- Tijdschriften of kranten
- Bijlage 1: Werkblad 'mijn ideale partner'
- Scharen
- Lijmstiften
- Bijlage 2: 'akkoord' en 'niet akkoord'

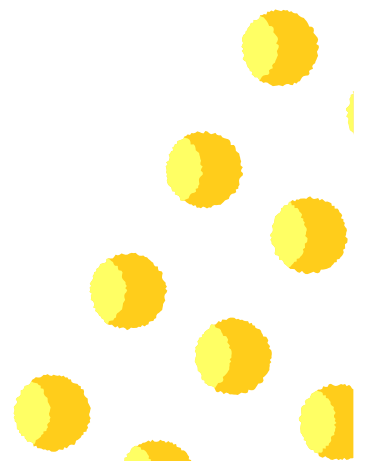
3. Optioneel materiaal:

- Schoenendoos

4. Duur: 2u40min.

5. Opsomming werkvormen:

1. Verwelkoming
2. Verwachtingen
3. Kennismaking
4. Mijn ideale lief is (Pimento vzw)
5. Mijn ideale partner (Prinsessen en Players van ella vzw)
6. Stellingenspel
7. Afsluiter



2 / LEIDRAAD

1. Verwelkoming

Duur: 15 min.

Materiaal: stoelen, naamstickers en stift

Elke sessie start met een verwelkoming.

Samen met de deelnemers zet je de banken opzij en laat je hen vervolgens in een cirkel zitten. Geef iedereen een naamkaartje. Geef een woordje uitleg over onder andere waarom je deze sessies geeft en hoeveel keer we zullen samen komen.

2. Verwachtingen

Duur: 5 min. voorbereiding en 15 min. nabespreking

Materiaal: papier, groot blad, balpennen en stiften

Waarom deze oefening?

Om de betrokkenheid van de jongeren te vergroten, sta je even stil bij de verwachtingen die jongeren hebben tijdens de sessies. Om een veilige ruimte voor iedereen te creëren, maak je samen met de gehele groep (heldere) afspraken. Deze gemaakte afspraken overloop je best in het begin van elke sessie.

Werkwijze:

- Pak een groot blad en een stift.
- Je vraagt aan de deelnemers om gezamenlijk afspraken te maken zodat de sessie aangenaam en veilig blijft voor iedereen.
- Je vraagt aan de deelnemers welke verwachtingen ze hebben.
Denk hierbij aan voorbeelden als onder andere: lachen mag, uitlachen niet en aan luisteren wanneer andere personen praten.



Gebruik emoticons of afbeeldingen bij een OKAN-klas.

3. Kennismaking

Duur: 5 min. voorbereiding en 15 min. nabespreking

Materiaal: papier, balpennen en stiften en eventueel tijdschriften

Waarom deze oefening?

Begin met een kennismakingsoefening¹ om het ijs te breken. De identiteitscirkel² is een goede methodiek om elkaar beter te leren kennen. Vooraleer we stilstaan wie onze ideale partner kan zijn, is het goed om even stil te staan bij wie jij bent.

¹ / CAW biedt de cursus 'Mind-Spring' aan. Dit is een psycho-educatieve programma voor vluchtelingen, asielzoekers en migranten. Het doel is de veerkracht te verhogen en zo te helpen de toekomst aan te pakken. Basis hierin is de eigen kracht. Meer informatie vind je op de website: <https://www.caw.be/hoe-wij-helpen/preventie/mind-spring/>

² / Wesley en Abram (2006) zijn de bedenkers van de Arena methode, waarbij de identiteitscirkel het eerste onderdeel is om de eigen identiteit op een eenvoudige en speelse manier zichtbaar te maken.

Doelstellingen:

- Jezelf beter leren kennen
- De groep leren kennen op een speelse manier
- Inzicht krijgen in het feit dat iemands identiteit een samenspel is van meerdere kenmerken
- De groepssfeer aanwakkeren

Werkwijze:

- Iedere deelnemer krijgt een blanco blad en schrijfgereef. Vraag aan de deelnemer om een grote cirkel te tekenen op het blad.
- Vraag elke deelnemer afzonderlijk om onder de cirkel 3 tot 10 belangrijke kenmerken te noteren die een antwoord bieden op de vraag: "wie ben ik?"



Geef enkele voorbeelden om het duidelijk te maken, maar probeer de deelnemers niet te sturen. Bijv. hobby's, geloofsovertuiging, land van herkomst, rol ...

- Vraag aan de deelnemers om de kenmerken te ordenen van het meest naar het minst belangrijke kenmerk.
- Vraag aan de deelnemer om de cirkel in te delen als een stuk taart en de kenmerken in de taart te plaatsen. Een groot stuk taart is een belangrijk kenmerk, terwijl een kleiner stuk taart een minder belangrijk kenmerk is.



De identiteitscirkel kan worden geïllustreerd door middel van tijdschriften.

- Iedere deelnemer stelt hun identiteitscirkel voor. Je vraagt aan de groep of iemand wil starten.
- Als begeleider kunnen de volgende vragen helpen om de identiteitscirkel te verduidelijken.
 - Waarom is dit kenmerk meer of minder belangrijk?
 - Waarom vind je dit kenmerk belangrijk?
 - Is dit kenmerk altijd al belangrijk geweest? Denk je dat dit kenmerk belangrijk zal zijn binnen 10 jaar?
 - Zal je hetzelfde zijn binnen 10 jaar? Zijn deze kenmerken onveranderlijk?



Wanneer iemand de deelnemer kent, kan de begeleider vragen of de identiteitscirkel van deze persoon klopt: Ben je verrast van een kenmerk? Is de deelnemer een kenmerk vergeten?

- Tijdens de nabespreking, leg je uit dat de cirkel een metafoor is. We blijven groeien en ontwikkelen als persoon waardoor de kenmerken veranderbaar zijn.

4. Mijn ideale lief is

Duur: 15 min.

Materiaal: stoelen

Deze werkvorm komt van Pimento vzw ¹.

Waarom deze oefening?

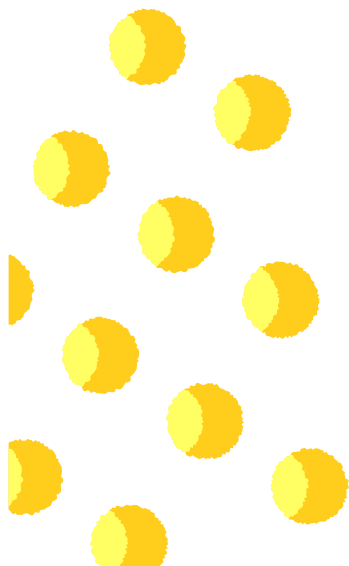
We laten de deelnemers bewegen. Een actieve oefening zorgt ervoor dat de sessie interactief en leuk is. Spreek over 'lief' en niet 'partner' bij deze oefening, aangezien 'partner' heel serieus klinkt. Deze werkvorm helpt ook om het ijs te breken. Het is laagdrempelig en helpt om denkkaders bloot te leggen.

Doelstellingen:

- Jezelf en anderen beter leren kennen
- Op een speelse manier nadenken wie jouw meest ideale lief kan zijn
- De groepssfeer aanwakkeren
- De concentratie op peil houden

Werkwijze:

- Opzet: Iedereen zit op een stoel, behalve één iemand.
- Als begeleider start je deze oefening en leg je die uit.
- De persoon in het midden start altijd met de zin: 'mijn ideale lief is ...' en vervolledigt de zin met onder andere brunette, sportief, groot, ouder, verstandig ...
- Wanneer een deelnemer zich hierin herkent, staat deze deelnemer op. Hierdoor komt/komen er stoel(en) vrij waardoor deelnemers zo snel mogelijk van plaatsen wisselen met andere deelnemers. De persoon die zich hierin herkent, mag niet blijven zitten en moet zich verplaatsen.
- Hierdoor komt er opnieuw een persoon in het midden te staan en begint het spel opnieuw.



5. Mijn ideale partner

Duur: 30 min. voorbereiding en 25 min. nabespreking

Materiaal: werkblad 'mijn ideale partner' (zie bijlage 1), A3-papier, tijdschriften of kranten, scharen, lijmstiften en stiften

Deze werkvorm komt uit de methodiek 'Prinsessen en Players' van ella vzw (Steunpunt Al-lochtone Meisjes en Vrouwen, 2008).

Waarom deze oefening?

Wat zijn de verwachtingen van jongeren ten aanzien van hun toekomstige partner? Deelnemers maken een advertentie over zichzelf en over hoe hun ideale lief of partner eruitziet. Deze werkvorm vergt meer denkwerk. De twee voorgaande oefeningen hebben al een goede basis gelegd om deze oefening te kunnen maken. Hier kunnen de jongeren ook hun creativiteit gebruiken en gaan ze individueel aan de slag waardoor ze weinig beïnvloed worden door de meningen van anderen.

Doelstellingen:

- Deelnemers worden bewust van hun eigen denkkader en rolverwachtingen ten aanzien van hun toekomstige partner
- Deelnemers worden bewust over ideeën die ze hebben rond rolpatronen en -verwachtingen
- Hun communicatieve vaardigheden worden versterkt en ze leren hun eigen mening vormen

Werkwijze:

- Vraag aan de deelnemers om een advertentie te maken van henzelf en hun ideale lief aan de hand van de vragen op het werkblad. (Alternatief: je kan de vragen op een bord schrijven). Deze vragen dienen als leidraad. Ze kunnen de tijdschriften of kranten gebruiken om een collage te maken.



Gebruik materiaal dat herkenbaar is voor de doelgroep zoals onder andere jong, huidskleur, geslacht en gender. Anders herkennen jongeren zichzelf hier moeilijk in. Als het moeilijk is om geschikt beeldmateriaal te vinden, kan je de oefening beperken tot enkel het werkblad. Of kan je hen een collage laten maken op hun smartphone.

- Je kan ook een extra vraag stellen: "wat betekent liefde voor jou?"
- Geef als begeleider aan de jongeren ruim de tijd om de advertentie te maken. Bespreek nadien samen de advertenties en stel hen onder andere de volgende vragen:
 - Welke kenmerken vind je het belangrijkste bij jouw ideale lief of partner?
 - Welke kenmerken moet de persoon zeker hebben?
 - Bestaat een ideaal lief of partner? Wat is volgens jou de ideale relatie?
 - Heeft de omgeving of maatschappij hierop een invloed?
 - Is geloof voor jou belangrijk?



Doe als begeleider mee met de opdracht.

6. Stellingenspel

Duur: 30 min.

Materiaal: blad 'akkoord' en 'niet akkoord' (zie bijlage 2)

Waarom deze oefening?

We doen een stellingenspel zodat de deelnemers nadenken over situaties, keuzes maken en beargumenteren waarom ze een bepaalde keuze hebben gemaakt. Een zwart-witkeuze maken is niet altijd simpel, zeker niet wanneer er sprake is van groepsdruk. De deelnemers hebben bij de vorige oefening de ruimte gehad om stil te staan bij zichzelf en na te denken over hoe hun ideale partner eruit kan zien. Nu staan ze stil bij een aantal stellingen en leren ze hun keuze te verantwoorden, wat niet eenvoudig is. Daarom doen we deze oefening op het einde van deze sessie. Door de deelnemers te laten bewegen door de ruimte, houden ze de aandacht bij de oefening en zijn ze minder snel afgeleid.

Doelstellingen:

- Leren nadenken over de situatie
- Leren keuzes maken
- Hun eigen mening leren verwoorden en luisteren naar de mening van anderen
- Inzicht krijgen in bepaalde situaties door de meningen van anderen te horen, eventueel met bijsturing van de begeleider

Werkwijze:

- Deelnemers zetten de stoelen opzij.
- Plaats het blad met 'akkoord' rechts en met 'niet akkoord' links in de ruimte. Zorg ervoor dat er genoeg ruimte is om te bewegen en dat het duidelijk is voor de deelnemer waar 'akkoord' en 'niet akkoord' ligt. De deelnemers mogen ook tussenin staan.
- Leg uit aan de deelnemers dat je een aantal stellingen zal voorlezen. Na elke uitspraak vraag je of de deelnemers akkoord of niet akkoord gaan met de stelling. Wanneer de deelnemers het concept of woord niet kennen, leg hen dit uit. Je moet niet alle stellingen doen. Voel aan welke stellingen kunnen voorgelezen worden en welke niet.
- Na elke stelling vraag je door en kan je eventueel bijsturen.
- Enkele van onderstaande vragen kunnen ter inspiratie dienen:
 - Kan je meer uitleg geven waarom je aan deze kant staat? Waarom sta je in het midden?
 - Waarom ben je van kant veranderd?
 - Is meedoen aan het tv-programma 'Blind Getrouwd' hetzelfde als een gearrangeerd huwelijk of een gedwongen huwelijk?
 - Waarom zou je niet meedoen aan 'Blind Getrouwd' maar wel jouw ouders laten beslissen over jouw partnerkeuze/wie jouw levenspartner zal zijn?
 - Kennen jullie nog andere huwelijksvormen of relatievormen? Kan je die uitleggen?

Stellingen die je kan gebruiken ter inspiratie:

- Blind Getrouwd is een leuk concept. (Blind Getrouwd is een tv-programma.)
- Ik zou meedoen aan Blind Getrouwd.
- Ik zou het leuk vinden als mijn ouders helpen om mijn lief of partner te kiezen.
- Een liefdeshuwelijk is altijd het beste. (Het is een huwelijk waarbij de liefde voor en tussen elkaar de enige reden is waarom ze zijn getrouwd.)
- De steun van mijn ouders is belangrijk om een goede relatie te hebben.
- Ik kies zelf met wie ik samen ben.

- Mijn familie beïnvloedt mijn partnerkeuze. Bijvraag: waarom niet? Wat als je lief een andere achtergrond heeft? Denk hierbij aan bijvoorbeeld een persoon met een fysieke en/of mentale beperking of een polyamoureuus persoon.
- Als mijn vrienden niet kunnen opschieten met mijn lief, vind ik dat lastig.
- Verschil in studies of opleiding is makkelijk te overbruggen als twee mensen elkaar graag zien.
- Ik vind het opleidingsniveau van mijn partner belangrijk.

7. Afsluiter

Duur: 5 min.

Materiaal: balpen, schoenendoos en papier

| 21

Als afsluiter kan je aan de deelnemers vragen of ze de sessie leuk vonden en wat ze bijgeleerd hebben. Wanneer je tijd hebt, kan je aan de deelnemers vragen om op een blaadje te noteren wat ze ervan vonden. Vraag eventueel of ze met bepaalde vragen zitten die nog onbeantwoord bleven. Die vragen mogen ze noteren op het stuk papier. Die papieren kunnen ze anoniem in een schoenendoos steken. Geef aan dat ze altijd aan de begeleiders hun vragen mogen stellen.



SESSIE 2

PARTNER- KEUZE EN ROLPATRONEN

1 / INFOFICHE

Dit is de tweede sessie van de handleiding. Deze sessie toetst af wat de deelnemers vinden van partnerkeuze. We bespreken rolpatronen op een speelse manier en spelen een rollenspel waarin ze zich kunnen uitleven.

1. Doelstellingen:

- In kaart brengen wat er bij jongeren over partnerkeuze leeft. Wat is hun referentiekader?
- Op een speelse manier werken rond rolpatronen
- Veilig voelen
- Vertrouwd gevoel
- Het gevoel dat ze niet alleen zijn met hun gedachten
- Waar komen opinies en overtuigingen vandaan uit de eerste sessie? Zijn opinies veranderbaar of staan ze al vast?
- Jongeren laten nadenken over partnerkeuze en aanverwante thema's
- Meninge uiten en onder woorden brengen

| 23

2. Materiaal:

- Stoelen
- Naamstickers
- Stift
- Bijlage 3: 'Cases: welke relaties hebben het meest en het minst kans op slagen?'
- Bijlage 4: 'Scenario's over rolpatronen'
- Bijlage 5: 'Rollenspel met bijhorende scenario's'
- Enveloppen
- Beamer of tv
- Laptop en HDMI-kabel

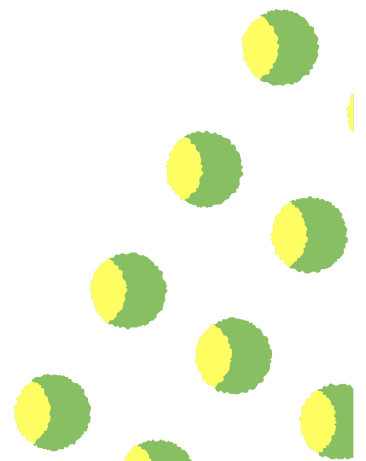
3. Optioneel materiaal:

- Verkleedkleden
- Balpenen en papier
- Schoenendoos
- Muziekbox

4. Duur: 2u30min.

6. Opsomming leidraad:

1. Verwelkoming
2. Welke relaties hebben het meest of het minst kans op slagen?
3. Scenario's over rolpatronen (Prinsessen en Players van ella vzw)
4. Rollenspel
5. Afsluiter



2 / LEIDRAAD

1. verwelkoming

Duur: 15 min.

Materiaal: stoelen, naamstickers en stift

Elke sessie start met een verwelkoming.

Samen met de deelnemers zet je de banken opzij en laat je hen vervolgens in een cirkel zitten. Geef iedereen een naamkaartje. Geef een woordje uitleg over onder andere waarom je deze sessies geeft en hoeveel keer we samen komen.

De begeleider herhaalt kort de inhoud van de vorige sessie. Je kan aan de groep vragen wat van de vorige sessie is bijgebleven. Vraag na of alles duidelijk was en of ze nog vragen hebben.

Wanneer er nieuwe mensen zijn bijgekomen, kan je jezelf voorstellen en uitleg geven over de voorbije en komende sessies. Eventueel kan je een nieuw kennismakingspel spelen.

Je kan samen met de groep het afsprakenblad overlopen.



2. Welke relaties hebben het meest en het minst kans op slagen?

Duur: 10 min. voorbereiding en 15 min. nabespreking

Materiaal: Cases: welke relaties hebben het meest of het minst kans op slagen? (zie bijlage 3) en enveloppen

Waarom deze oefening?

We willen aan de hand van cases nagaan welke relaties volgens hen het meest tot het minst kans hebben op slagen. Door deze oefening kunnen we op een eenvoudige manier te weten komen wat hun referentiekader is. Zo leren de deelnemers ook van elkaar en kunnen ze elkaar beter begrijpen. De meningen die deelnemers van andere deelnemers tijdens deze oefening opdoen, kunnen hun denkwijzen beïnvloeden. Er is geen goed of slecht antwoord bij deze oefening. De deelnemers kunnen nu in een kleinere, veiligere groep hun meningen uiten. Door de eerste sessie zijn hun percepties en denkkaders mogelijks bijgestuurd/veranderd. Dit kan een invloed hebben op hoe ze met deze oefening omgaan.

| 25

Doelstellingen:

- Via cases te weten komen wat hun referentiekader is
- Deelnemers aan het denken zetten en moeilijke keuzes leren maken
- Deelnemers meegeven dat er verschillende soorten relaties mogelijk zijn

Werkwijze:

1. Leg de oefening uit en verdeel de deelnemers in groepjes. Elke deelnemer krijgt een enveloppe met vijf situaties. De deelnemers ordenen welke relatie het meest en welke het minst kans maakt op slagen.
2. Verdeel de groepen in 2 tot 4 deelnemers.
3. Geef 1 enveloppe af per groep. In de enveloppe vind je alle cases terug.
4. Je geeft de groep max. 10 minuten de tijd om de cases te ordenen.
5. Overloop de volgorde van de cases samen. Aan de hand van onderstaande vragen kan je bij elke case doorvragen:
 - Waarom zet je deze case boven of onder de andere?
 - Kan het zijn dat liefde niet altijd leidt tot het slagen van een relatie?
 - Waarom zouden experts minder goede keuzes kunnen maken dan je ouders?

Cases:

- **Louise** is smoorverliefd op Maxime. Haar ouders vinden Maxime een tof meisje en verwelkomen haar in de familie. Louise is hier heel blij mee, ze zou het zo jammer vinden als haar familie en haar lief niet met elkaar overeen zouden komen.
- **Dennis** doet mee aan Blind Getrouwd. Na veel daten zonder succes hoopt hij dat experts in het vakgebied eindelijk de partner voor hem vinden waar hij zo naar verlangt.
- **Malala's** ouders hebben voorgesteld dat ze voor haar een partner kiezen door in gesprek te gaan met andere ouders. Ze gaat akkoord, haar ouders kennen haar uiteindelijk het best en op dit moment is ze zelf haar match nog niet tegengekomen.
- **Laura** is verliefd op Ahmed. Toen haar ouders dit te weten kwamen, dreigden ze ermee haar het huis uit te zetten. Ze heeft de relatie maar beëindigd, ze heeft namelijk niet de financiële middelen om alleen te gaan wonen.
- **Laurent** komt uit een advocatenfamilie en is aan het promoveren aan het bureau van zijn papa. Hij is verliefd op June en June is kassabediende in de Aldi. Hij is bang dat zijn familie June niet gaat goedkeuren als partner.

3. Scenario's over rolpatronen

Duur: 45 min.

Materiaal: beamer of tv, laptop, HDMI-aansluiting, scenario's over rolpatronen (zie bijlage 4) en eventueel muziekbboxen

Deze oefening komt uit de methodiek 'Prinsessen en Players' van ella vzw (Steunpunt Alloch-tone Meisjes en Vrouwen, 2008). Deze oefening maakt gebruik van videofragmenten waarin bepaalde situaties worden getoond. Deze videobeelden zijn te verkrijgen bij ella vzw. Voor het gebruik van deze oefening hebben we de scenario's uitgeschreven. Denk hierbij aan situaties als: Wat als je verder wil studeren? Wie betaalt er de eerste date? Wat met het huis-houden? Deze scenario's zijn te vinden in bijlage 4.

Waarom deze oefening?

De antwoordmogelijkheden zijn soms controversieel en verrassend. Sommige deelnemers kunnen zich (h)erkennen in een situatie, hebben het gevoel dat ze hierin niet alleen zijn en/of kunnen zichzelf in de situatie verplaatsen.

Doelstellingen:

- Via situatieschetsen inzicht krijgen in het referentiekader van de deelnemers
- Deelnemers kunnen zich (h)erkennen in deze situatieschetsen en hebben het gevoel dat ze er niet alleen voor staan
- Andere deelnemers kunnen meningen (h)erkennen en leren open staan voor andere opvattingen
- Deelnemers aan het denken zetten en moeilijke keuzes leren maken
- Deelnemers tonen dat er verschillende antwoorden mogelijk zijn
- Het doorbreken van stereotypes

Werkwijze:

1. Lees de situatie voor en visualiseer het eventueel met een foto. Projecteer de drie antwoordmogelijkheden A, B of C.
2. Overloop de oefening samen. Vraag aan alle deelnemers wie A, B of C zou kiezen?
 - Variant: Leg de letter A, B en C op de grond en laat de deelnemers bewegen doorheen de ruimte.
3. Laat de deelnemers discussiëren waarom ze een bepaalde keuze hebben gemaakt. Stel vragen die de dialoog op gang kan brengen en stuur bij indien nodig.
4. Behandel 3 tot 5 situaties. Laat de groep kiezen hoeveel situaties ze graag zouden behandelen.
5. Als je tijd hebt, kan je dit raadsel bespreken met de groep:
 - **Wie weet het antwoord?**
Een man en zijn zoon krijgen een ernstig auto-ongeluk. De vader overlijdt ter plekke. De zoon wordt naar het ziekenhuis gebracht rechtstreeks de operatiekamer in. De chirurg kijkt naar de jongen en zegt: "Ik kan deze jongen niet opereren, hij is mijn zoon!".

Antwoord: de chirurg is zijn moeder.

4. Rollenspel

Duur: 35 min. voorbereiding en 25 min. nabespreking

Materiaal: blad rollenspel met bijhorende scenario's (zie bijlage 5) en eventueel verkleedkleden

De situaties van het rollenspel komen uit de methodiek 'Prinsessen en Players' van ella vzw (Steunpunt Allochtone Meisjes en Vrouwen, 2008).

Waarom deze oefening?

De deelnemers kunnen zich volledig inleven in het rollenspel waarbij ze hun creativiteit mogen gebruiken. Deze oefening vergt inlevingsvermogen en een veilige en geborgen groepsfeer om dit rollenspel goed te kunnen spelen.

Doelstellingen:

- Via rollenspel inzicht krijgen in het referentiekader van de deelnemers
- Deelnemers voorbij de grenzen van de eigen opvattingen brengen
- Deelnemers creatief aan de slag laten gaan
- Deelnemers tonen dat er verschillende soorten antwoorden mogelijk zijn en leren open te staan voor andere opvattingen
- Deelnemers krijgen inzicht in eigen rolverwachting ten aanzien van hun toekomstige partner
- Communicatieve vaardigheden bevorderen

Werkwijze:

1. Maak een (gemengde) groep van 3 tot 4 deelnemers. Geef elke groep twee van de onderstaande situaties. Laat de groepjes een situatie uitkiezen om het uit te beelden. Als er voldoende tijd is, mogen de groepjes de andere situaties uitbeelden. De groep krijgt 20 tot 35 minuten voorbereidingstijd en bedenkt een positieve oplossing voor de situatie.
2. De groepjes beelden de situaties beurtelings uit. Je vraagt na aan de andere deelnemers welk verhaal de groep juist heeft uitgebeeld. Je bespreekt deze situatie samen.

Situaties ter inspiratie:

- Je bent een jongen en je relatie is net afgelopen. Je voelt je rot en zit er toch wat mee. Dan spreek je af met één van je vrienden...
- Je bent getrouwd en moeder van 2 kinderen. Een zoontje van 1 en een dochter van 3 jaar. Je werkt voltijds en moet ook het huishouden doen. Je hebt het gevoel dat alles op je schouders terecht komt. Hoe bespreek je dit met je partner?
- Jullie zijn een jongen en een meisje die elkaar wel zien zitten en jullie zouden graag op date gaan. Wie zet de eerste stap? Speel de date na van de voorbereidingen (in de badkamer) tot het einde van de avond (Wie betaalt de rekeningen? Wordt het meisje naar huis gebracht?)
- Er wordt vaak gezegd dat meisjes kakelkippen zijn en jongens stoere praat verkopen. Vinden jongens het gegiechel van meisjes irritant en draaien jongens echt rond de pot? Kortom, stereotypes genoeg over de communicatie tussen jongeren en de manier waarop ze met elkaar omgaan!
- Jij en je partner zijn net de trotse ouders geworden van een flinke zoon of dochter. Jullie werken allebei. Hoe zien jullie nu de taakverdeling in het huis? Wie staat in voor wat? Zullen jullie allebei gebruik maken van het ouderschapsverlof?
- Je bent een meisje met een oudere broer. Het is zaterdagavond en je broer heeft plannen gemaakt met vrienden. Jij zou graag met vriendinnen iets gaan drinken, hoe vraag je dit aan je ouders? (Zou je vragen aan je broer om 'chaperonne' te spelen?)
- Je bent een meisje en zit in het 6^{de} BSO. Je wil verder studeren om je diploma te behalen, maar helaas zien je ouders het niet op die manier. Misschien willen ze je liever zien trouwen? Hoe ga je communiceren met je ouders over je studieplannen?

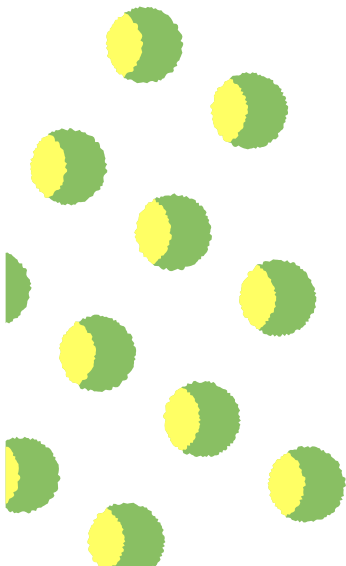
- Je bent een jonge man, pas getrouwd en je wil best wel wat moeite doen om het zo aangenaam mogelijk te maken voor je allerliefste. Vandaar dat je helpt in het huishouden. Denk aan onder andere afwassen en stofzuigen. Tijdens een gezellig avondje met je vrienden komt het gesprek op het huishouden. Je weet dat je vrienden nogal macho zijn. Hoe vertel je dat je van 'huishouden' wel kaas hebt gegeten? En vertel je het überhaupt?

5. Afsluiter

Duur: 5 min.

Materiaal: balpen, schoenendoos en papier

Als afsluiter kan je aan de deelnemers vragen of ze de sessie leuk vonden en wat ze bijgeleerd hebben. Als je tijd hebt, kan je aan de deelnemers vragen om op een blaadje te noteren wat ze ervan vonden. Vraag eventueel of ze met bepaalde vragen zitten die nog onbeantwoord bleven. Die vragen mogen ze noteren op het stuk papier. Die papieren kunnen ze anoniem in een schoenendoos steken. Geef aan dat ze altijd aan de begeleiders hun vragen mogen stellen.





SESSIE 3

GENDER, SEKSUALITEIT EN GRENZEN

1 / INFOFICHE

Dit is de derde sessie van de handleiding. Deze sessie zal informatie geven over het verschil tussen gender en geslacht. Verder verdiepen we ons in de volgende zaken: Wat verstaan we onder seksualiteit en wanneer spreken we over grensoverschrijdend gedrag? Waar kan je terecht wanneer je vragen hebt over relaties, seksualiteit of wanneer je in nood bent?

1. Doelstellingen:

- In kaart brengen wat er bij jongeren over partnerkeuze leeft. Wat is hun referentiekader?
- Veilig voelen
- Vertrouwd gevoel
- Het gevoel dat ze niet alleen zijn met hun gedachten
- Mening uitbrengen en onder woorden brengen
- Overtuigen dat zijzelf aan het stuur zitten m.b.t. relatievorming en hen laten inzien dat ze zelf de regie hierover hebben
- Bij zichzelf heel helder krijgen wat partnerkeuze nu net is en hoe ze zich daarbij voelen (zelfbesef)
- Zetten de stap om met anderen te dialogeren over hun partnerkeuze
- Meer in eigen (veer)kracht staan: als ze merken dat hun veerkracht onder druk staat, durven ze hierover met iemand te praten
- Kennen het verschil tussen gender en geslacht
- Deelnemers zien seksualiteit als een positief gegeven
- Hebben kennis over seksueel grensoverschrijdend gedrag
- Weten bij wie ze terecht kunnen met vragen over relaties, seksualiteit en in noodsituaties

| 31

2. Materiaal:

- Stoelen
- Naamstickers
- Balpen en stiften (groen, rood en zwart)
- A4- en A3-papier
- Krijt (wit, groen en rood)
- Bord of flipchart
- Situatiekaarten: Het Sensoa Vlaggensysteem
- Bijlage 6: groen, geel en rood A4-papier en steekkaartjes
- Bijlage 7: infolyer over liefdesrelaties

3. Optioneel materiaal:

- Schoenendoos
- Tv of beamer, HDMI-kabel en laptop

4. Duur: 2u30min.

5. Opsomming leidraad:

1. Verwelkoming
2. Gender en geslacht (Recht op liefde van ella vzw en Merhaba vzw)
3. Seksuele normen en waarden (Recht op liefde van ella vzw en Merhaba vzw)
4. Grenzen ok of niet ok? (Het Sensoa Vlaggensysteem van Sensoa vzw)
5. Waar kan je terecht? (Inspiratie op hulpposter - R-Sense Vormingspakket van Sensoa, Fedasil, Caritas en Rode Kruis-Vlaanderen)
6. Afsluiter

2 / LEIDRAAD

1. Verwelkoming

Duur: 15 min.

Materiaal: stoelen, naamstickers en stift

Elke sessie start met een verwelkoming.

Samen met de deelnemers zet je de banken opzij en laat je hen vervolgens in een cirkel zitten. Geef iedereen een naamkaartje. Geef een woordje uitleg over onder andere waarom we deze sessies doen en hoeveel keer we samen komen.

De begeleider herhaalt kort de inhoud van de vorige sessie. Je kan aan de groep vragen wat hen van vorige sessie is bijgebleven. Vraag na of alles duidelijk was en of ze nog vragen hebben.

Wanneer er nieuwe mensen zijn bijgekomen, kan je jezelf voorstellen en uitleg geven over de voorbije sessie en deze sessie. Eventueel kan je een nieuw kennismakingsspel spelen.

Je kan samen met de groep het afsprakenblad overlopen.

2. Gender en geslacht

Duur: 30 min.

Materiaal: bord of flipchart, krijt (wit) en stiften (zwart)

Deze oefening is gebaseerd op de methodiek 'Genderkoek'¹ (Killerman, 2016).

Waarom deze oefening?

Wanneer spreken we over geslacht en wanneer spreken we over gender? Geslacht en gender worden vaak door elkaar gebruikt. In deze oefening leggen we het verschil uit en zorgen we voor verheldering rond onduidelijkheden die hierover bestaan.

In de eerste twee modules kijken we vooral naar de denkkaders, percepties en meningen. In deze werkvorm gaan we op een interactieve manier betrouwbare kennis overdragen. De genderkoek beschrijft een aantal termen rond geslacht en gender. De veelheid aan informatie kan verwarrend zijn. Daarom houden we de oefening simpel. Voor deze oefening lees je best de achterliggende informatie na.

Doelstellingen:

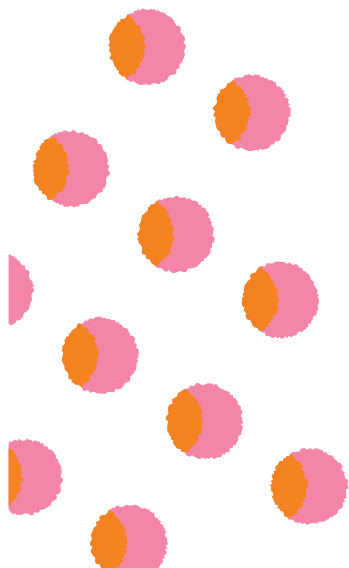
- Deelnemers weten wat gender en geslacht inhoudt en kunnen het van elkaar onderscheiden

Werkwijze:

1. Op een bord of op een flipchart schrijf je het volgende op: "wat als je als jongen of als meisje geboren werd? Hoe anders zou je leven er uitzien?"
2. Overloop samen wat dit kan betekenen. Ter inspiratie enkele voorbeelden:
 - Uiterlijke kenmerken waaronder kapsel, kleren en andere zaken
 - Biologische kenmerken zoals beenderen, hormonen en reproductieorganen
 - Sociale verwachtingen
 - Keuze in opleiding

¹ / Dit filmpje van Wel Jong vzw geeft duidelijk weer wat het verschil is tussen geslacht en gender:

<https://www.youtube.com/watch?v=2oLXO1ZBoFM&t=326s>



3. Duid nu alle kenmerken aan die het geslacht definiëren.
4. Vraag de deelnemers wat je juist hebt aangeduid. Leg uit dat de zaken die aangeduid zijn te maken hebben met het 'geslacht' en al de rest te maken heeft met 'gender'. Geef meer uitleg over het verschil tussen geslacht en gender:
 - Zaken die gaan over de 'biologie' hebben te maken met '**geslacht**'. Denk hierbij aan onder andere voortplantingsorganen, hormonen, borsten en maandstonden. Een vrouw die 10 000km verder woont of 1000 jaar geleden geboren was, ziet er hetzelfde uit.
 - Zaken die veranderbaar zijn, behoren tot de 'maatschappij' of 'cultuur' en hoe je je voelt, heeft te maken met '**gender**'. Denk hierbij aan onder andere sociale verwachtingen, keuze in opleiding, voel je je meer man of vrouw? Of beide?

Achterliggende informatie:

Deze informatie geeft een korte weergave over een complex gegeven¹.

- **Geslacht:** heeft te maken met de biologische kenmerken. Deze kenmerken bepalen of je een man of vrouw bent. Sommige mensen liggen tussen het spectrum en zijn intersekse. Een intersekse persoon heeft zowel mannelijk als vrouwelijke geslachtskenmerken.
- **Genderidentiteit:** er bestaan verschillende termen hieronder, onder andere cisgender, non-binair en transgender.
 - **Cisgender:** genderidentiteit komt overeen met het geslacht
 - **Transgender:** genderidentiteit komt niet overeen met het geslacht
- **Genderexpressie:** is hoe de persoon (on)bewust zich naar de buitenwereld voorstelt. Dit kan op een spectrum van vrouwelijkheid tot mannelijkheid liggen. Denk maar aan iemands kapsel, kleren, make-up, hobby's en interesses.
- **Seksuele geaardheid:** Dit aspect is vloeibaar en kan in tijd veranderen. Er bestaan verschillende vormen onder andere:
 - **Heteroseksualiteit:** persoon valt op het andere geslacht
 - **Homoseksualiteit:** persoon valt op hetzelfde geslacht
 - **Biseksualiteit:** persoon valt zowel op vrouwen als op mannen
 - **Pansexualiteit:** persoon is aangetrokken tot iemands innerlijk
 - **Asexualiteit:** persoon voelt geen seksuele aantrekking tot anderen, maar kunnen nog altijd de nood hebben aan romantische relaties of affecties

¹ / Meer informatie kan je altijd nalezen op:

<https://www.genderbread.org/>

<https://cavaria.be/genderkoek>

<https://overheid.vlaanderen.be/personeel/diversiteit-en-gelijke-kansen/begrippen-rond-gender-en-seksuele-diversiteit>

3. Seksuele normen en waarden

Duur: 30 min.

Materiaal: bord en krijt (wit, rood en groen) OF Flipchart en stiften (zwart, rood en groen)

Deze oefening komt uit de methodiek 'Recht op liefde' van ella vzw en Merhaba vzw (Aftab, Mouissat, Bracke, Longman, & Scheepers, 2013).

Waarom deze oefening?

Wat associëren deelnemers met 'seksualiteit'? Wordt dit positief of negatief ervaren? De term 'seksualiteit' kan schaamtegevoel bij de deelnemers opwekken. Deze oefening wordt daarom in de laatste sessie gegeven en wordt best na de oefening over 'gender' gegeven, waardoor de deelnemers rekening kunnen houden met deze kennis tijdens het maken van de oefening.

Doelstellingen:

- Schaamtegevoel verminderen over seksualiteit
- Dialogeren en uitwisselen over seksualiteit tussen de deelnemers
- Bewust worden over de waarden en normen rond seksualiteit en vanwaar ze vandaan komen
- Inzien dat er in alle culturen seksuele diversiteit voorkomt
- Inzicht krijgen in het feit dat deze waarden en normen een invloed hebben op onze eigen opvattingen rond seksualiteit en seksuele diversiteit

Werkwijze:

1. Verdeel de deelnemers in twee tot drie groepen.
2. Geef elke groep een blauwe balpen en een flipchart.
3. Vraag hen om alle woorden op te schrijven die bij hen opkomen die ze met het woord seksualiteit associëren. De deelnemers mogen en kunnen alles opschrijven waaraan ze denken. Niets is taboe. Er zijn geen goede of slechte antwoorden in deze oefening. Als ze weinig inspiratie hebben, kan je uit de onderstaande lijst voorbeelden geven om hen te inspireren. Deelnemers krijgen hiervoor maximum 5 minuten de tijd.
4. Elke groep krijgt een rode en een groene balpen. Vraag aan de groep om de positieve en neutrale woorden te omcirkelen in het groen en de negatieve woorden te omcirkelen in het rood. Alle woorden moeten een bepaalde kleur hebben. Dit kan plenair of in groepjes. Geef hun wat tijd om na te denken en onderling te discussiëren. Geef aan dat meningen mogen verschillen en dat iedereen een andere mening kan en mag hebben.
5. Bespreking:
 - Hang het blad met volgende vragen aan de muur en bespreek ze klassikaal.
 - Wat valt jou op? Zijn er meer positieve of negatieve associaties?
 - Welke woorden worden positief of negatief beschouwd? Waarom?
 - Bevraag vanwaar hun oordeel komt. Wat heeft hun keuze beïnvloed om het positief of negatief te beschouwen? Deze invloeden kunnen onder andere zijn: waarden, normen, geloofsovertuiging, opvoeding, gewoontes, tradities, sociale media...

4. Grenzen ok of niet ok?

Duur: 50 min.

Materiaal: Situatiekaarten: Het Sensoa Vlaggensysteem

Didactisch materiaal: groen, geel en rood A4-papier en groen, geel en rood steekkaartjes (zie bijlage 6)

Waarom deze oefening?

Het is niet altijd eenvoudig om een situatie in te schatten en na te gaan of deze al dan niet grensoverschrijdend is. Sensoa vzw heeft daarom het 'Vlaggensysteem' ontwikkeld om hierin duidelijkheid te scheppen (Frans & De Wilde, 2016).

Deze werkvorm kan je niet geven zonder enige vertrouwensband en kennis binnen de groep. De groep moet zich veilig genoeg voelen om hierover te praten.

Je kan de handleiding en situatiekaarten gratis downloaden op de website van Sensoa vzw: www.Vlaggensysteem.be

Er bestaan vele variaties op deze oefening. In het project 'k Zie u Zitten hebben we ook het didactisch materiaal gebruikt van het R-Sense Vormingspakket, ontwikkeld voor asielcentra. Dit materiaal kan je terugvinden op de website van Sensoa vzw (Sensoa, Fedasil, Caritas, & Rode Kruis-Vlaanderen, 2020): www.sensoa.be/materiaal/r-sense-vormingspakket

| 35



Beelden kunnen schaamtegevoel opwekken of schokkend zijn. Deze situaties zorgen ervoor dat grensoverschrijdend gedrag bespreekbaar gemaakt wordt en gezond seksueel gedrag gestimuleerd wordt. Deze oefening geef je best niet te vroeg omdat het een beladen thema is. Wees je ervan bewust dat deze situaties bepaalde gevoelens en emoties kunnen opwekken bij de deelnemers. Zorg ervoor dat je als begeleider even beschikbaar blijft na de sessie wanneer deelnemers willen napraten.

Doelstellingen:

- Deelnemers krijgen inzicht in wat seksueel grensoverschrijdend gedrag is
- Deelnemers kunnen een onderscheid maken tussen gedrag dat wel of niet aanvaardbaar is
- Deelnemers kennen de zes criteria waarmee grensoverschrijdend gedrag kan bepaald worden
- Stimuleert gezond seksueel gedrag bij deelnemers en helpt dergelijke situaties te voorkomen

Werkwijze:

1. Kies 5 tot 10 situaties die je graag wil bespreken met de deelnemers.



Kies minstens 1 groene, 1 gele en 1 rode situatie. Maak een mix van situaties die voor de hand liggen en moeilijk in te schatten zijn.

2. Leg de drie gekleurde bladen op de grond op volgorde: groen, geel en rood.
3. Elke deelnemer krijgt een groen, geel en rood steekkaartje.
4. Ga elke situatie een voor een af en vraag na of deze situatie OK (groen), niet OK (rood) of tussenin (geel) is. Behandel een aantal situaties zonder de criteria te overlopen.



Begin met een groene situatie. Deze is het gemakkelijkste om in te schatten.

5. Leg de situatie bij de kleur met de meeste stemmen. Als er een mix is tussen groen en rood, leg je de situatie bij geel.
6. Vraag door waarom ze een bepaalde kleur kiezen: *bv. waarom kozen jullie voor groen?* Probeer eventueel een gesprek te starten tussen de deelnemers die verschillende kleuren hebben gekozen.
7. Wanneer je een paar situaties hebt behandeld, overloop je de zes criteria een voor een: toestemming, gelijkwaardigheid, vrijwilligheid, passend voor de context, passend voor de ontwikkeling of functioneren en impact.



Bij tijdsgebrek, geef je enkel de drie belangrijkste criteria mee: toestemming, gelijkwaardigheid en vrijwilligheid. Je kan het gemakkelijk onthouden als TGV.

8. Leg elk criterium een voor een uit. Nadat je een criterium hebt uitgelegd, vraag je na in welke situatie dit criterium al dan niet is gehanteerd.
9. Als je alle criteria hebt uitgelegd, pas je een of meerdere situaties toe op de zes criteria naargelang de tijd. Ga bij elk criterium na of die OK of niet OK is. Geef ook uitleg waarom een bepaald criterium al dan niet OK is. Op de achterkant van de situatiekaarten, vind je meer uitleg per criterium.

De zes criteria van het Sensoa Vlaggensysteem:



1. **Toestemming:** wanneer alle partijen een 'ja' zeggen.
2. **Gelijkwaardigheid:** alle partijen zijn ongeveer even oud of er is geen sprake van een machtsverhouding bijvoorbeeld begeleider – jongere.
3. **Vrijwilligheid:** wanneer de persoon niet onder dwang of druk wordt gezet. Dwang kan verschillende vormen aannemen waaronder psychisch, fysiek, emotioneel en financieel.
4. **Ontwikkeling of functioneren:** het gedrag dat de persoon vertoont is typisch en normaal voor de ontwikkelingsfase. Betrokkenen zijn in staat om de situatie in te schatten: www.sensoa.be/de-normatieve-lijst-seksueel-gedrag-inschatten-en-reageren
5. **Context:** het gedrag is passend voor de omgeving en zorgt voor een gerust gevoel of geen verontrusting bij anderen. Het gedrag stoort de omgeving niet.
6. **Impact:** niemand ervaart schade door het gedrag van de persoon op fysiek, emotioneel of psychisch vlak.

5. Waar kan je terecht?

Duur: 10 min. voorbereiding en 10 min. nabespreking

Materiaal: infolflyer over liefdesrelaties (zie bijlage 7), bord of flipchart en krijt of stift

Deze oefening is geïnspireerd op de hulpposter van het R-Sense vormingspakket van Rode Kruis-Vlaanderen en Sensoa vzw (Sensoa, Fedasil, Caritas, & Rode Kruis-Vlaanderen, 2020).

Waarom deze oefening?

Het is niet altijd makkelijk om de weg te vinden naar betrouwbare informatie en hulpbronnen. We worden in deze tijden overweldigd met een grote hoeveelheid aan informatie en fake news. Weten de jongeren waar ze terecht kunnen bij vragen over onder andere seksualiteit, relaties en liefde. Kennen ze de weg naar de juiste instanties? Deze werkvorm kan je pas toepassen als alle werkvormen zijn gegeven. Het is ook aangeraden om deze informatie te delen nadat de oefening 'Vlaggensysteem' is gegeven.

Doelstellingen:

- Deelnemers weten hoe ze correct informatie moeten opzoeken en kennen de weg naar de juiste websites
- Deelnemers kennen de correcte, betrouwbare hulpbronnen en instanties
- Deelnemers weten waar ze terecht kunnen wanneer ze in nood zitten

Werkwijze:

7. Vraag aan de deelnemers om hun smartphone te nemen en op te zoeken waar ze terecht kunnen voor vragen rond liefde, relaties en seksualiteit. Vraag ook waar ze terecht kunnen wanneer ze zich in een noodsituatie bevinden.
8. Laat hen deze websites op een bord of op een flipchart noteren.
9. Overloop alle websites een voor een. Als je de website niet kent, vraag om verduidelijking bij de deelnemer. Geef kort uitleg bij de gekende websites. Geef aan of deze websites al dan niet betrouwbaar zijn.
10. Vraag aan de deelnemers of ze het noodnummer 112 kennen. Geef aan dat dit een Europees noodnummer is.
11. Vraag aan de deelnemers of ze 1712 kennen en geef hun hierover een woordje uitleg.



6. Afsluiter

Duur: 5 min.

Materiaal: balpen, schoenendoos en papier en eventueel ook een tv of beamer, HDMI en laptop

Als afsluiter kan je aan de deelnemers vragen of ze de sessie leuk vonden en wat ze bijgeleerd hebben. Als je tijd hebt, kan je aan de deelnemers vragen om op een blaadje te noteren wat ze ervan vonden. Vraag eventueel of ze met bepaalde vragen zitten die nog onbeantwoord bleven. Die vragen mogen ze noteren op het stuk papier. Die papieren kunnen ze anoniem in een schoenendoos steken. Geef aan dat ze altijd aan de begeleiders hun vragen mogen stellen.

Je kan hierna samen naar een film kijken die bijdraagt aan de sessies.

Ter inspiratie:

Vanaf 14 jaar

- Meet the Patels
- Bend it like Beckham
- East is East

Vanaf 17 jaar

- Sex Education



REFLEXIE- MEER- DAGSE

1 / ORGANISATIE

Dit hoofdstuk gaat over de laatste module getiteld 'reflectiemeerdaagse'. Je krijgt informatie en tips hoe je een meerdaagse organiseert.

1. Waarom op reflectiemeerdaagse?

Op het einde van dit traject kan je samen met een aantal jongeren op een **reflectiemeerdaagse** vertrekken. Daar kunnen ze in de diepte verder met elkaar in dialoog gaan. Dit gebeurt onder begeleiding, idealiter met psychologische ondersteuning, en buiten de eigen peergroep. Hun visie is verrijkt met de invalshoeken van de andere jongeren uit hun eigen peergroep. De jongeren die aan dit voortraject hebben deelgenomen, kunnen jongeren die hier niet aan hebben deelgenomen beïnvloeden.

| 41



Verschillende termen werden aangehaald om de reflectiemeerdaagse te duiden. Sta erbij stil welke term het best past bij de doelgroep om de meerdaagse aantrekkelijk te maken. De term 'kamp' is laagdrempelig en begrijpelijk voor OKAN-groepen.

2. Tips bij het organiseren van een meerdaagse

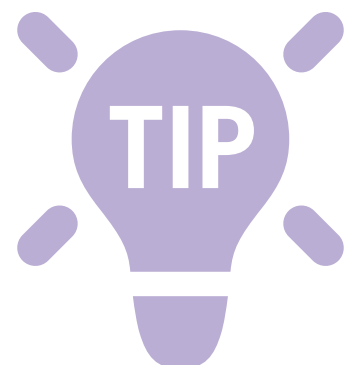
Het is niet eenvoudig om een meerdaagse te organiseren. Hieronder vind je een aantal tips om dit in goede banen te leiden. Houd de groepsgrootte tussen 8 en 15 jongeren aangezien het om een gevoelig thema gaat.

BEGELEIDERS ZIJN HELDEN

Nadat je de jongerengroepen hebt gekozen, is het aangeraden om je begeleiders te kiezen met wie je op meerdaagse vertrekt. Overweeg goed wie je als begeleider meeneemt en zorg voor een mix van 'modelfuncties'. Denk hierbij aan onder andere (een goed evenwicht tussen) man en vrouw, gewoontes en tradities en vertrouwensband met de jongeren. Wanneer een van de eigen begeleiders meegaat op meerdaagse zullen jongeren sneller geneigd zijn om mee te gaan.

Spreek regelmatig op een informele manier af met alle begeleiders. Je kan hen een stand van zaken geven over de voorbereidingen van de meerdaagse, hen aanmoedigen om als begeleider mee te gaan en bij hen polsen of ze jongeren hebben overtuigd. Neem de begeleiders van het kamp eens mee naar de locatie(s). Zo kan iedereen zich hier al een beeld bij vormen.

Begeleiders kunnen ook helpen met het zoeken van onder andere een locatie, het uitschrijven van het draaiboek, het regelen van praktische zaken en de taakverdeling op meerdaagse.





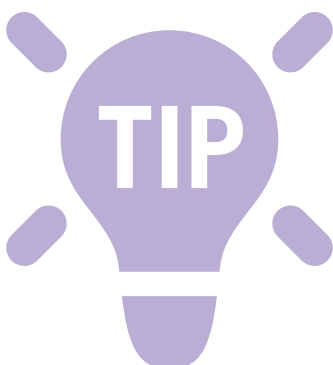
ENTHOUSIASMEREN VAN DE DOELGROEP

1. Begeleiders van de jongerengroepen:
 - Zij kennen de jongeren het best en hebben al een vertrouwensband. Zij hebben ook een goed zicht wie van de jongeren graag mee op meerdaagse vertrekt en hoe ze de jongeren (en hun ouders) die minder geneigd zijn mee om te gaan hiervan kunnen overtuigen. Door af en toe informeel samen te komen met alle begeleiders krijgen ze een gedeeld verantwoordelijkheidsgevoel.
2. Zelf meermaals promotie maken op een informele manier.
3. Promotie kan je maken via een brochure die gericht is naar de jongeren en ouders. Vermeld de volgende elementen in de brochure:
 - Foto's van de locatie en accommodatie
 - Opsomming en foto's van de activiteiten (bijv. een kampvuur)
 - Kostprijs
 - Begeleiders
 - Zaken waarmee je rekening houdt, onder andere gewoontes, tradities en dieet.



OMGEVING EN ACCOMMODATIE

1. Bij het kiezen van de omgeving en regio waar je wil verblijven, moet je rekening houden met de volgende elementen:
 - Bereikbaarheid: trein, bus of andere vervoersmiddelen
 - Stedelijk versus natuurlijke omgeving: een locatie in de natuur heeft een voordeel. Jongeren kunnen deconnecteren en tot rust komen.
2. Bij het kiezen van de accommodatie, moet je rekening houden met de volgende elementen:
 - Sfeer en gezelligheid (zoals een huisje met verschillende kamers of een jeugdherberg)
 - Slaapcomfort versus eigen slaapmateriaal en tent
 - Een eigen keuken versus restaurant
 - Verschillende kamers versus een tot twee slaapruides
3. Een kampvuur is een ideale manier om met de andere jongeren te verbinden. Bij het zoeken van een locatie, kijk je beter even na of je op het domein een kampvuur mag maken.



1. Vervoer:

- Probeer indien mogelijk voor deze activiteit samen met de jongeren het openbaar vervoer te nemen. Het is een activiteit op zich en een ideale gelegenheid voor jongeren om elkaar tijdens de reis beter te leren kennen. Doe met hen op de bus of in de trein eventueel een kennismakingsoefening om de band tussen hen al wat te versterken.

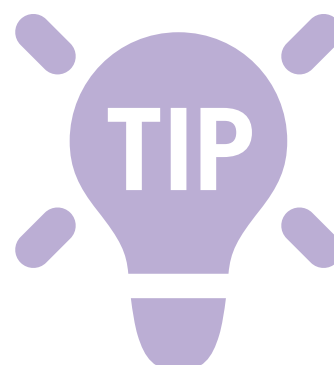
Als je met meer dan vijftien personen de trein neemt, kan je een groepsticket aankopen en je plaatsen reserveren in de trein.

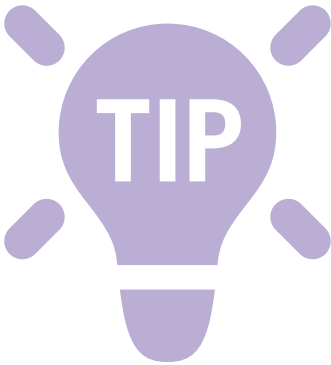
- Is jouw locatie te voet bereikbaar? Je kan hieraan een activiteit koppelen. Verdeel de groep in twee groepen, geef elke groep een andere route die ze moeten volgen en laat hen foto's nemen op 'checkpoints'. Gebruik hiervoor een stafkaart. Die kan je kopen in AS Adventure of in een speciaalzaak rond onder andere gidsen en kaarten. Houd rekening met de bagage die ze meehebben. Er kan een begeleider met een auto gaan en de bagage meenemen, waardoor de jongeren dit niet moeten meesleuren. Of je geeft op voorhand aan dat ze een trekrugzak moeten meehebben.

2. Maaltijd

- Zal de groep zelf koken of komt er een kookploeg? Geef indien mogelijk de voorkeur aan zelf koken. Dat is een activiteit op zich waaraan iedereen kan bijdragen. Iedereen kan een taak opnemen:

de voorbereiding, het koken, de tafel dekken en de afwas. Ga je toch voor een kookploeg? Zoek vrijwilligers die de jongeren kennen. Denk daarbij aan hun eigen begeleiders.





EXTRA AANDACHTSPUNTEN

1. Gewoontes en kaders: Houd er rekening mee dat sommige jongeren bepaalde gewoontes, tradities en thuiscultuur hebben. Houd hiermee rekening bij het inplannen van je activiteiten. Vinden ze het bijvoorbeeld belangrijk om te bidden of te vasten?
2. Dieet: onder andere vegetarisch of veganistisch, allergieën, halal, suikerinname en gluten.
3. Jongens en meisjes in één accommodatie? Sommige jongeren of ouders kunnen het een drempel vinden dat jongeren onder hetzelfde dak overnachten. Je kan eventueel twee verschillende accommodaties op hetzelfde terrein boeken.
4. Verzekering: vraag na bij jouw organisatie of de meerdaagse verzekerd is. Zo niet, sluit een eigen verzekering af.
5. Medische fiche, toestemming en informatiebrief:
 - Het is belangrijk dat je een medische fiche van elke jongere hebt. Hierbij krijg je alle medische informatie (waaronder bloedgroep, dieet, gezondheidsinformatie en medicatielijst).
 - Wanneer de jongere minderjarig is, kan je voor volgende zaken toestemming vragen aan de ouder of voogd:
 - Om mee te gaan op meerdaagse.
 - Om al dan niet gefotografeerd te worden en dit te publiceren.
 - Om al dan niet medicatie toe te dienen die je in de apotheek kan krijgen in noodgevallen.
 - Je kan een informatiebrief opmaken over wat ze niet mogen vergeten mee te brengen. Denk hierbij aan onder andere kleding, slaapmateriaal, toiletzak, medicatie, gele klevers en hun identiteitskaart.
6. Koplampen: zorg voor koplampen wanneer je je in de natuur bevindt. Zo vind je 's nachts steeds de weg terug naar de accommodatie.



2 / INFOFICHE

Informatie over het organiseren van de meerdaagse kan je terugvinden op onder de module *Reflectiemeerdaagse - 1/ Organisatie op pagina 41*.

1. Waarom op reflectiemeerdaagse?

Op het einde van dit traject kan je samen met maximum 15 jongeren op een reflectiemeerdaagse vertrekken. Daar zullen ze in de diepte met elkaar in dialoog leren gaan.

2. Doelstellingen:

- Tijdens dit reflectiemoment worden jongeren met een diverse achtergrond en uit diverse contexten samengebracht. Zo worden ze gestimuleerd om vanuit diverse perspectieven en referentiekaders met elkaar in gesprek te gaan. Dat alles met als doel uit de echokamers te treden, respectvol te reflecteren met elkaar en nuance te brengen in de eigen standpunten.
- Jongeren leren nieuwe mensen kennen
- Gaan dieper in op het brede spectrum liefdesrelaties
- Leren letterlijk grenzen verleggen, zodat ze ook in het hoofd grenzen kunnen verleggen
- Bezinning
- Eigen mening op een kritische manier leren vormen zodat ze een betere gesprekspartner kunnen worden voor anderen

| 45

3. Materiaal:

- Beeldmateriaal
 - Instax-camera
 - Instax-papier
 - Wegwerpcamera
- Flipchart
- Plakband
- Balpen en stiften
- Dagboeken
- Lijmstiften
- Naamstickers
- Papier
- Dobbelsteen

4. Optioneel materiaal:

- Beeldmateriaal
 - Bijv. een GoPro camera
- Houtblokken voor kampvuur
- Muziekboxen en eventueel AUX-kabel

5. Duur: Minimum: 3 dagen en 2 overnachtingen. Aangeraden: 4 dagen en 3 overnachtingen.

6. Opsomming leidraad:

1. Dagboek met foto's - reflectiemethodiek
2. Playbacktheater
3. Klimbos
4. Kampvuur

3 / LEIDRAAD

1. Dagboek met foto's – reflectiemethodiek

Duur: 30 min.

Materiaal: balpen, boeken, lijm, dobbelsteen, balpennen en papier

Waarom deze oefening?

Op de meerdaagse reflecteren we over het thema liefdesrelaties zodat ze zich herinneren wat ze hebben gedaan en hoe ze zich voelden. De jongeren kunnen stilstaan bij en reflecteren over de ervaringen/belevenissen van de meerdaagse en mooie herinneringen koesteren.

Doelstellingen:

- Stilstaan en reflecteren over de momenten op het kamp en over het thema liefdesrelaties
- Kunnen terugblikken naar de verschillende momenten op het kamp
- Communicatieve vaardigheden bevorderen

Werkwijze:

1. Deel de dagboeken uit en geef de opdracht mee. Laat ze de volgende zaken dagelijks opschrijven:
 - Wat heb ik gedaan en geleerd?
 - Hoe voelde ik mij vandaag?
2. Tijdens de reflectiemeerdaagse worden er foto's genomen met de instax-camera en wegwerpcamera. Laat de jongeren zelf ook foto's nemen.
3. Schrijf een aantal nummers op een blad papier. Ben je met 10 jongeren, dan schrijf je de nummers 1 t.e.m. 10 op een stuk papier. Plooi deze blaadjes op en laat elke jongere een blaadje kiezen. Nummer 1 mag als eerste kiezen en nummer 10 als laatste. Hierna mag nummer 10 als eerste kiezen en nummer 1 als laatste.
4. Laat de persoon een foto kiezen uit de stapel die voor haar/hem/hen ligt of die het meest aanspreekt.
5. De begeleider vraagt aan de persoon waarom zij/hij/die/hen deze foto heeft genomen en vraagt door.
6. Laat de jongere de dobbelsteen gooien. Elk nummer is verbonden aan een specifieke vraag die ze moeten beantwoorden:
 - 1 = Vertel eens wat je allemaal hebt gedaan op kamp
 - 2 = Noem een positieve punt en een negatieve punt over het kamp
 - 3 = Wat zou jij willen veranderen aan het kamp en wat zou jij zeker willen houden?
 - 4 = Uit welke activiteit heb jij het meeste uit geleerd?
 - 5 = Waarom ben jij meegekomen naar kamp (en heb je bereikt wat je wou bereiken door mee te komen?)
 - 6 = Wat vond jij van de sfeer?
7. Hierna plakken ze de foto in hun dagboek.
8. Geef aan dat ze de foto's van de wegwerpcamera later nog in hun dagboek kunnen toevoegen.



Wanneer je geen tijd meer hebt, kan je na de meerdaagse een reflectiemoment organiseren. Je kan de wegwerpfoto's ook meenemen. Dat is een extra reden om elkaar terug te zien.

2. Playbacktheater

De beschikbare informatie geeft een beeld van hoe deze workshop in elkaar zit. Het geven van theaterworkshops vergt expertise. Hierdoor kunnen de werkvormen niet uitvoerig aan bod komen. We raden het niet aan om dit soort workshops als begeleider te geven.

Waarom deze oefening?

In het 'k Zie u Zitten'-project werkten we op maat. Op basis van de reacties van jongeren op het rollenspel, kwamen we al snel tot de conclusie om voor playbacktheater te gaan.

Playbacktheater of terugspeeltheater is een theatervorm waarbij verhalen van de persoon centraal staan. Het theater baseert zich op persoonlijke ervaringen en is een vorm van improvisatietheater. Door de verhalen terug te spelen, kunnen de spelers de verhalen (h)erkennen waardoor er meer begrip en openheid ontstaat. Hierdoor kunnen de spelers of deelnemers samen met de begeleider op een laagdrempelige manier in gesprek gaan over gevoelige thema's.

| 47

Doelstellingen:

- Elkaar beter leren kennen
- Bespreekbaar maken van gevoelige thema's op een laagdrempelige manier
- (H)erkennen van verhalen door deze methodiek te gebruiken
- Creativiteit aanmoedigen en communicatieve vaardigheden bevorderen



Heb je filmmateriaal voorzien? Dan kan jij, als begeleider en als alle deelnemers hiermee akkoord gaan, deze playbacktheateroefeningen filmen. De jongeren kunnen ervoor kiezen om met een GoPro camera van deze oefeningen een film te maken.

3. Klimbos

Waarom?

In het 'k Zie u Zitten'-project kozen we ervoor om naar het klimbos te gaan. Kies voor een activiteit waar zowel op emotioneel als op fysiek vlak grenzen worden verlegd.

Doelstellingen:

- Grenzen verleggen
- Vormgeven van de groepssfeer en het samenhangsgevoel
- Plezier hebben

4. Kampvuur

Waarom?

De meerdaagse afsluiten met een kampvuur brengt de groep samen en zorgt voor veel plezier en ontspanning.

Doelstellingen:

- Vormgeven aan de groepssfeer en het samenhangsgevoel
- Verbinding maken
- Plezier beleven en ontspannen

INTERESSANT EDUCATIEF MATERIAAL

BRONNENLIJST

- Abram, I., & Wesly, J. (2006). *Elkaar leren kennen = Leren van elkaar. Eigen identiteit en interculturele dialoog*. Utrecht/Rotterdam: Forum/Ger Guijs.
- Aftab, S., Mouissat, S., Bracke, S., Longman, C., & Scheepers, S. (2013). *Recht op liefde: handleiding: seksuele diversiteit bespreekbaar maken binnen etnisch-culturele minderheden*. Brussel: ella vzw en Merhaba vzw.
- Frans, E., & De Wilde, E. (2016). *Het Sensoa Vlaggensysteem: Omgaan met seksueel (grensoverschrijdend) gedrag op school*. Antwerpen: Sensoa vzw.
- Gijssels, K., & De Laet, T. (2019). *Mijn wens, mijn grens: werken rond grenzen en wensen bij 16- tot 18-jarigen*. Antwerpen: Sensoa vzw.
- Killermann, S. (2016). "The Genderbread Person" geraadpleegd via <https://digitalcommons.georgiasouthern.edu/esed5234-master/52>
- Sensoa, Fedasil, Caritas & Rode Kruis-Vlaanderen. (2020). *R-sense Vormingspakket: over samenleven, relaties en seksualiteit voor nieuwkomers*. Antwerpen: Sensoa vzw.
- Steunpunt Allochtone Meisjes en Vrouwen (2008). *Prinsessen en Players*. Brussel: Steunpunt Allochtone Meisjes en Vrouwen (sinds 2011: ella vzw)

WERKBLAD MIJN IDEALE PARTNER

50 |

Ik ben een meisje/jongen/x
van jaar.

Beschrijving van mijn uiterlijk:

.....

.....

.....

.....

Mijn belangrijkste eigenschappen:

.....

.....

.....

.....

Mijn hobby's:

.....

.....

.....

Ik wil kennismaken met een jongen/meisje/x
van jaar.

Uiterlijk:

.....

.....

.....

.....

Karaktereigenschappen:

.....

.....

.....

.....

Religieuze, culturele of etnische achtergrond:

.....

.....

.....

Andere:

.....

BIJLAGES

CASES: WELKE RELATIES HEBBEN HET MEEST EN HET MINST KANS OP SLAGEN?

52 |

LOUISE IS SMOORVERLIEFD OP MAXIME. HAAR OUDERS VINDEN MAXIME EEN TOF MEISJE EN VERWELKOMEN HAAR IN DE FAMILIE. LOUISE IS HIER HEEL BLIJ MEE. TOCH ZOU ZE HET ZO JAMMER VINDEN ALS HAAR FAMILIE EN HAAR LIEF NIET MET ELKAAR OVEREEN Zouden KOMEN.

DENNIS DOET MEE AAN BLIND GETROUWD. NA VEEL DATEN ZONDER SUCCES HOOPT HIJ DAT EXPERTS IN HET VAKGEBIED EINDELIJK DE PARTNER VOOR HEM VINDEN WAAR HIJ ZO NAAR VERLANGT.

MALALA'S OUDERS HEBBEN HAAR VOORGESTELD DAT ZE VOOR HAAR EEN PARTNER KIEZEN DOOR IN GESPREK TE GAAN MET ANDERE OUDERS. ZE GAAT AKKOORD, HAAR OUDERS KENNEN HAAR UITEINDELIJK HET BEST EN OP DIT MOMENT IS ZE ZELF HAAR MATCH NOG NIET TEGENGEKOMEN.

LAURA IS VERLIEFD OP AHMED. TOEN HAAR OUDERS DIT TE WETEN KWAMEN DREIGDEN ZE ERMEE HAAR HET HUIS UIT TE ZETTEN. ZE HEEFT DE RELATIE MAAR BEËINDIGD, ZE HEEFT NAMELIJK NIET DE FINANCIËLE MIDDELEN OM ALLEEN TE GAAN WONEN.

LAURENT KOMT UIT EEN ADVOCATENFAMILIE EN IS AAN HET PROMOVEREN AAN HET BUREAU VAN ZIJN PAPA. HIJ IS VERLIEFD OP JUNE EN JUNE IS KASSABEDIENDE IN DE ALDI. HIJ IS BANG DAT ZIJN FAMILIE JUNE NIET GAAT GOEDKEUREN ALS PARTNER.



AKKOORD



**NIET
AKKoord**

SCENARIO'S OVER ROLPATRONEN

Verliefd zijn

Leila komt net terug van school. Onderweg komt ze een jongen van haar klas tegen op wie ze een oogje heeft. Via via heeft ze gehoord dat hij haar ook wel ziet zitten. Het zou dus best wel iets kunnen worden tussen die twee. Adel ziet haar passeren en roept: "Leila, Kom eens even!"

- a. Ze zegt dat ze geen tijd heeft vandaag en stapt verder. Als hij echt geïnteresseerd is, laat hij nog wel iets weten.
- b. Ze blijft staan. Door de gezellige babbel, verliest ze de tijd uit het oog.
- c. Ze loopt hem voorbij. Leila wil geen roddels en speelt liever op veilig.

Studeren

Sarah is een meisje van 18 jaar en zit in het laatste jaar TSO. Het is bijna zomervakantie en wanneer ze op een dag van school komt, ziet ze op de keukentafel een brief liggen. Het is een informatiebrochure van een hogeschool. Sarah denkt aan haar toekomst. Wat zou jij doen als jij in haar plaats was?

- a. Als je het echt wil, moet je het ook doen. Een diploma vergroot je kans op een leuke job.
- b. Een meisje met een hoofddoek? Op zoek naar een job? Die hoofddoek zal ervoor zorgen dat niemand je wil aannemen.
- c. Waarom tijd investeren in een diploma dat je later toch niet zal gebruiken?

Uitgaan

Kelly komt op een vrijdagavond thuis. Ze heeft een hele dag op haar stageplaats in een schoonheidssalon gewerkt. Plots krijgt ze telefoon van een vriendin. Haar vriendin stelt voor om 's avond een stapje in de wereld te zetten. Kelly ziet het zitten. Alleen wil ze het nog aftoetsen bij haar vriend. Kelly woont immers samen en misschien wil hij wel mee-gaan. Hoe moet Kelly met deze situatie omgaan? Kelly vraagt aan haar vriend: "Kim heeft me zojuist gebeld en ze wil iets gaan drinken, heb je zin om mee te gaan?" Hij antwoordt: "Nee nee, eigenlijk niet. Ik zou liever tv willen kijken."

- a. Ze blijft beter thuis. Als ze toch gaat, krijgt ze ruzie met haar vriend.
- b. Kelly moet gewoon uitgaan als ze dat graag wil.
- c. In een relatie zitten betekent dat je rekening houdt met elkaar. Ze kunnen er maar beter over praten en afspraken maken.

Oppassen

Ali zijn moeder is op bezoek bij haar zus. Ali let op zijn jongere broertje en zusje en had beloofd om te koken. Een uurtje voor etenstijd komt Ali zijn vriend langs met zijn nieuwe auto. Er staat nog geen maaltijd op tafel en verder is er niemand thuis. De twee vrienden slaan even een babbeltje. De vriend vraagt om samen naar de bioscoop te gaan. Wat doet Ali?

- a. Ali zal deze keer niet meegaan. Belofte maakt schuld.
- b. Ali springt in de auto en ze zoeven weg. Ondertussen stuurt hij naar zijn zusje het nummer van de dichtbijgelegen kebabzaak.
- c. Ali belt zijn moeder en vraagt haar naar huis te komen.

Spiegeltje, spiegeltje

De ochtend van Jay volgt altijd volgens een vast ritueel. Als hij eenmaal uit zijn bed is geraakt, sleurt hij zichzelf naar de badkamer. Dat Jay een ochtendhumeur heeft, is algemeen geweten. De andere leden van het gezin blijven 's ochtends op een veilige afstand. Jay spendeert elke dag wel heel lang in de badkamer. Alleen zijn vader durft er iets van te zeggen: "Hey, zit je nog altijd in de badkamer?!" Jay roept: "Laat me met rust!" De vader roept terug: "Doe het snel!" Mogen jongens en mannen aandacht besteden aan hun uiterlijk? Hoever mogen ze hierin gaan?

- a. Mannen en vrouwen zijn gelijk voor de wet en dus ook voor de spiegel!
- b. Natuurlijk mogen mannen tijd doorbrengen voor de spiegel, maar er is een grens!
- c. Hoe je het draait of keert, mannen voor de spiegel dat hoort gewoon niet.

Poetshulp gezocht

Hoe bespreek je als koppel de huishoudelijke taakverdeling? Sarah is helemaal niet tevreden met de taakverdeling in huis. In feite is er niet eens een verdeling. Zij doet alles en het enige wat haar vriend doet is de was in de wasmand doen. Sarah wordt hier telkens opnieuw lastig van maar ze heeft geen idee hoe ze dit moet bespreken zonder ruzie te maken.

- a. Taakverdeling? Welke taakverdeling? Vrouwen zijn nu eenmaal verantwoordelijk voor het huishouden.
- b. Sarah en haar vriend moeten er rustig over praten. Desnoods moeten ze een weekplanning opstellen en de taken verdelen.
- c. Dit probleem kan je niet bespreken. Het zal altijd tot ruzies leiden.

Tv-koning

Blijkbaar zijn mannen koning in tv-land. Dat blijkt alvast uit een onderzoek. Dat onderzoek beweert dat mannen in de meeste huishoudens de baas zijn over de afstandsbediening. Beslist een man wat er 's avonds op tv afgespeeld wordt? Vanessa vraagt om een komedie te kijken. Haar man wil dit niet en wil een actiefilm zien. Het koppel discussieert over de afstandsbediening. Wat wordt het? Hoe vindt dit koppel een oplossing waarin ze zich beiden kunnen vinden?

- a. Hoezo een oplossing zoeken? Het kan toch zijn dat een vrouw ook graag naar een actiefilm wil kijken?
- b. Meestal zijn vrouwen niet zo geïnteresseerd in wat er op tv komt. Ze praten trouwens toch door elke film heen.
- c. Ieder om de beurt is de beste oplossing.

Dansfilmpjes

Yana houdt van dansen. Ze gaat elke week naar de dansles. Op haar vrije momenten bekijkt ze dansfilmpjes op YouTube en TikTok. Al die leuke danspasjes en coole kleding ... Toch beseft ze dat deze filmpjes niet zo vrouwvriendelijk zijn. Vrouwen moeten sexy en mooi zijn. Terwijl de meeste mannen als stoere, selfmade man in beeld komen. Haar zus komt in de woonkamer binnen en vraagt haar waarom ze nog niet klaar is voor de dansles. Yana geeft aan dat ze enkel haar zak moet nemen en klaar is om te vertrekken. Haar zus reageert: "Hoe? Ga je zo naar de dansles?" Yana vraagt haar wat er mis aan is met haar outfit. Haar zus zegt dat ze haar gewoon zullen uitlachen en vraagt of ze zich niet zoals de meisjes van TikTok kan kleden.

- a. Het beeld van mannen en vrouwen dat jongeren op YouTube en TikTok zien, is vrij realistisch.
- b. Je moet niet alles slikken wat je op YouTube en TikTok ziet.
- c. De manier waarop de media mannen en vrouwen in beeld brengen, is onrealistisch.

Beschermengel

Tony en zijn vriendin hebben net een gezellige avond achter de rug. Ze zijn naar de laatavondfilm en nu is het tijd om naar huis te gaan. Moet Tony zijn vriendin alleen naar huis laten gaan?

- a. Meisjes lopen toch meer risico dan jongens. Een man hoort zijn vrouw te beschermen.
- b. Als zijn vriendin het niet wil, dan moet hij haar maar alleen laten gaan.
- c. Tony belt beter naar de zus van zijn vriendin om haar op te pikken. Hij kan terwijl samen met haar op haar zus wachten.

Money, money

Tony en zijn vriendin zitten gezellig in een klein restaurantje te eten. Na het dessert blijven ze even babbelen. Tony vraagt de rekening. Wie moet dit etentje betalen?

- a. Tony, want het is de man die hoort te betalen.
- b. Ieder om de beurt.
- c. Beide. Ze delen gewoon de rekening.

ROLLENSPEL MET BIJHORENDE SCENARIO'S

Je bent een jongen en je relatie is net afgelopen. Je voelt je rot en zit er wat mee. Je spreekt vervolgens af met één van je vrienden.

Je bent getrouwd en moeder van 2 kinderen. Een zoon van 1 en een dochter van 3 jaar. Je werkt voltijds en moet ook het huishouden doen. Je hebt het gevoel dat alles op je schouders terecht komt. Hoe bespreek je dit met je partner?

Jullie zijn een jongen en een meisje die elkaar wel zien zitten en jullie zouden graag op date gaan. Wie zet de eerste stap? Speel de date na van de voorbereidingen (in de badkamer) tot het einde van de avond (Wie betaalt de rekeningen? Brengt de jongen het meisje naar huis? Of is het net omgekeerd?).

Er wordt vaak gezegd dat meisjes kakelkippen zijn en jongens stoere praat verkopen. Vinden jongens het gegiechel van meisjes irritant en draaien jongens echt rond de pot? Kortom, stereotypes genoeg over de communicatie tussen jongeren en de manier waarop ze met elkaar omgaan!

Jij en je partner zijn net de trotse ouders geworden van een flinke zoon of dochter. Jullie werken allebei. Hoe zien jullie nu de taakverdeling in het huis? Wie staat in voor wat? Zullen jullie allebei gebruik maken van het ouderschapsverlof?

Je bent een meisje met een oudere broer. Het is zaterdagavond en je broer heeft plannen gemaakt met vrienden. Jij zou graag met vriendinnen iets gaan drinken, hoe vraag je dit aan je ouders? Zou je vragen aan je broer om 'chaperonne' te spelen?

Je bent een meisje en zit in het 6de BSO. Je wil verder studeren om je diploma te behalen, maar helaas zien je ouders het niet op die manier. Misschien willen ze je liever zien trouwen? Hoe ga je communiceren met je ouders over je studieplannen?

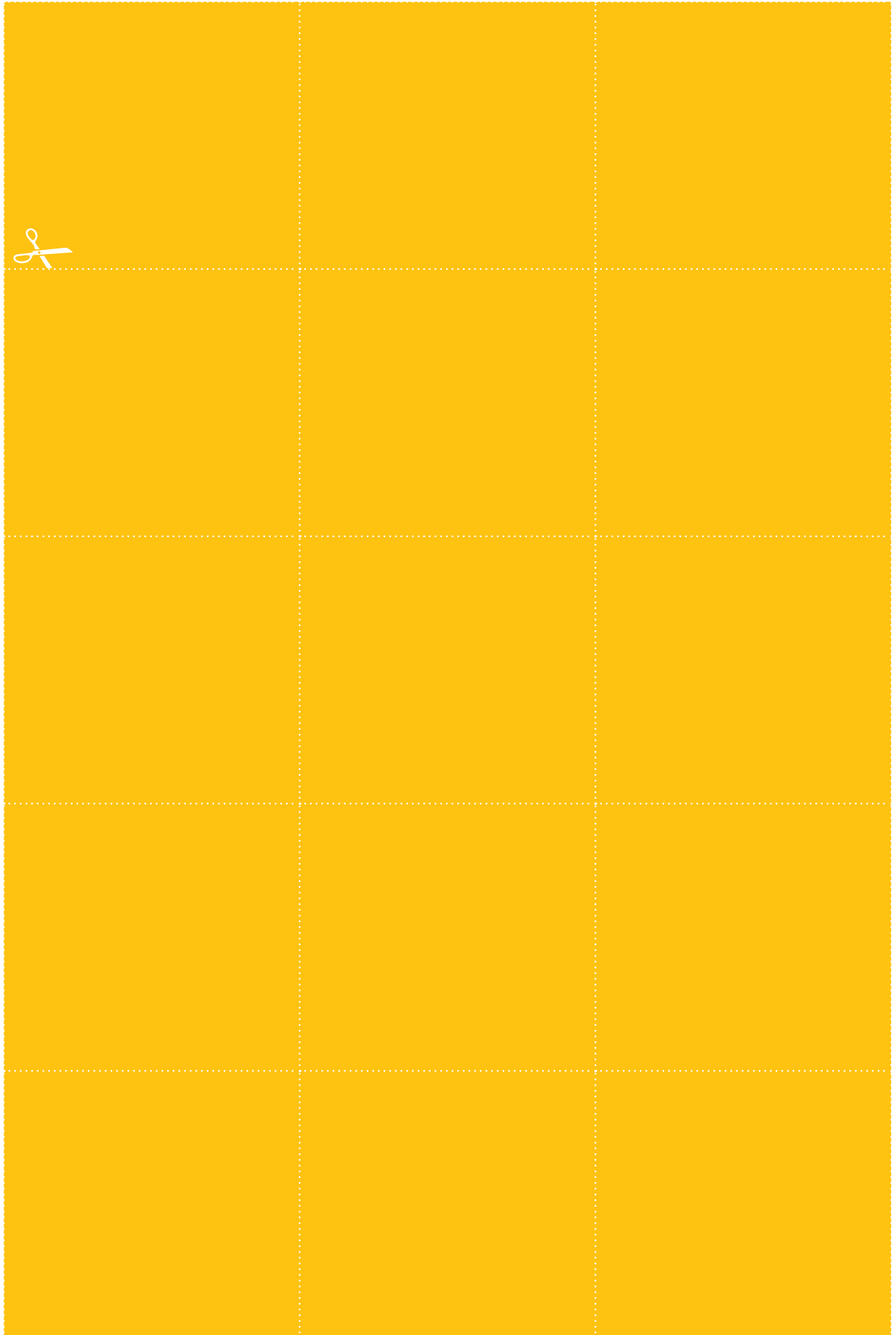
Je bent een jonge man, pas getrouwd en je wil best wel wat moeite doen om het zo aange-naam mogelijk te maken voor je allerliefste. Vandaar dat je helpt in het huishouden. Denk aan onder andere afwassen en stofzuigen. Tijdens een gezellig avondje met je vrienden, komt het gesprek op het huishouden. Je weet dat je vrienden nogal macho zijn. Hoe vertel je dat je van 'huishouden' wel kaas hebt gegeten? En vertel je het überhaupt?

Bijlage 6:

GROENE-GELE-RODE BLAADJES EN STEEKKAARTEN









Bijlage 7:

INFOFLYER OVER LIEFDESRELATIES

INFOFLYER OVER LIEFDES- RELATIES

Waar kan je terecht bij vragen over relaties, seks, seksualiteit en zwangerschappen?

Informatie en vragen over relaties en seks

www.sensoa.be

www.pimento.be

www.allesoverseks.be

www.weljong.be

www.zanzu.be

www.watwat.be/seks

Over allerlei sociale vragen en problemen

www.caw.be/jac/

Vragen over seksualiteit en gender

www.lumi.be

www.weljong.be

www.merhaba.be

www.min19.be

**Vragen rond (tiener)zwangerschap
en ongeplande zwangerschappen**

www.fara.be

www.keuzehulpongeplandzwanger.be



Waar kan je terecht als je in een 'rode' situatie terecht komt?

Hulp bij noodsituaties in Europa	Noodnummer 112
Vragen en hulp bij misbruik of geweld	www.nupraatikerover.be www.teens.1712.be of bel 1712 www.seksueelgeweld.be
Personen waarbij je voor vragen of hulp terecht kan	Jouw begeleider en organisatie Dokter of verpleging Vrienden Leerkracht of begeleider op school

Waar kan je terecht als je even je verhaal kwijt wilt?

Bellen en chatten met een vrijwilliger over alles	www.tele-onthaal.be
Personen waarbij je voor vragen of hulp terecht kan	Jouw begeleider Dokter of verpleging Vrienden

DANKWOORD

In de eerste plaats bedanken we graag het Agentschap Binnenlands Bestuur voor de financiële ondersteuning.

Het project zou nooit geslaagd zijn zonder de inhoudelijke steun en expertise van ella vzw, Sensoa vzw en Agentschap Integratie en Inburgering. Ook bedanken we graag de projectwerkgroep, de stuurgroep en de collega's van Stad Mechelen voor de beleidsmatige en praktische ondersteuning.

Veel dank gaat uit naar J@M, Busleyden Atheneum Campus Stassart en OverKop om ons de kans te geven om de dialoogsessies te organiseren en naar Groep Intro (OKAN After School) en Pahlik Mana vzw om de reflectiemeerdaagse van 'k Zie u Zitten te ondersteunen. Tot slot gaat een speciale bedanking uit naar de jongeren die meegedaan hebben met het 'k Zie u Zitten project.





Vlaanderen
verbeelding werkt



COLOFON

Hoofdredactie: Anita Pradhan

Eindredactie: Stad Mechelen

Inhoudelijk advies: Julia Day, Elke Thiers, Sarah Scheepers, Corinne Huybers, Jonas Van Rossem, Ilias Marraha en Anita Pradhan

Met dank aan: Medewerkers Stad Mechelen, ella vzw, Sensoa vzw, Agentschap Integratie en Inburgering.

Publicatie: Stad Mechelen, Grote Markt 21, 2800 Mechelen www.mechelen.be

Ontwerp: Gebaseerd op het R-Sense Vormingspakket van Sensoa vzw, Fedasil, Caritas en Rode Kruis-Vlaanderen.

Opmaak: Brand-ink.be

Versie: juli 2022

V.U Christophe Cools, Stad Mechelen, Grote Markt 21, 2800 Mechelen

Dit document is auteursrechtelijk beschermd.

Toestemming is vereist voor overname teksten, op welke wijze ook.

Met steun van de Vlaamse minister van Gelijke kansen.