

OVERZICHT VAN ORGANISATIES EN WEBSITES

School: Contactgegevens vertrouwenspersoon/schoolmaatschappelijk werk (zelf in te vullen):

.....

.....

.....

.....

.....

Voor informatie over alle onderwerpen met betrekking tot seksualiteit, soa, anticonceptie, mannelijk en vrouwelijk lichaam, zwangerschap, kun je terecht bij:

- www.sense.info: je vindt hier informatie over seksualiteit, verliefdheid, relaties, liefde en alles wat daarbij komt kijken. Op de website kun je vragen stellen of hulp vragen via e-mail, chat of telefoon. Ook vind je adressen en telefoonnummers van soa-test spreekuren en Sense-sprekuren in jouw buurt.
- www.zanzu.nl: je vindt hier betrouwbare informatie over seksuele gezondheid in beeld, tekst en geluid in meer dan 16 talen.
- Voor advies of vragen over zwangerschap, abortus, soa en anticonceptie: ga naar je huisarts.
- Beter in Bed app: deze app biedt informatie en praktische tips over veilige, prettige en gewenste seks. De app is te downloaden via de [App Store](#).

Anticonceptie

www.anticonceptievoorjou.nl: keuzehulp bij het zoeken naar een passende anticonceptiemethode.



Onbedoelde zwangerschap

- www.zwangerwatnu.nl: op deze website vind je meer informatie en kun je (online) begeleiding krijgen als je onbedoeld zwanger bent en niet weet wat je moet besluiten.
- www.fiom.nl: voor informatie, hulp en ondersteuning per e-mail en chat. De Fiom-hulpverlening is neutraal. Dat betekent dat ze een open houding hebben over het besluit dat je wilt nemen.
- Voor abortusklinieken kijk op www.sense.info of op www.zorgkaartnederland.nl/overzicht/plaatsen/abortuskliniek.
- Keuzehulp bij onbedoelde zwangerschap: kies je voor het uitdragen van de zwangerschap? Dan kun je contact opnemen met Siriz (www.siriz.nl) en Fiom (www.fiom.nl). Zij hebben veel ervaring in het begeleiden van jonge moeders en vaders. Ook als je kiest voor het uitdragen van de zwangerschap, maar adoptie of (tijdelijke) pleegplaatsing overweegt, begeleiden ze je daarbij.
- Voor informatie, e-mail, chat, forum en verhalen (ook voor tienervaders), zie: www.tienermoeders.nl.

Gezonde zwangerschap

- www.strakzwangerworden.nl en www.zwangerwijzer.nl: informatie voor als je zwanger wilt worden.
- www.drugsinfo.nl: informatie rondom alcohol en drugsgebruik tijdens de zwangerschap.

Seksueel grensoverschrijdend gedrag of seksueel geweld

- Voor hulp en advies bij huiselijk geweld (ook seksueel geweld) kun je bellen met het advies- en meldpunt Veilig Thuis: 0800 2000 (gratis). Vanuit het buitenland kun je bellen naar: +31 703119007 (niet gratis).
- Als je slachtoffer bent van relatiegeweld of bang bent dit te worden, kun je dit melden bij de politie. In een noodsituatie kun je bellen met de politie op 112 en voor minder ernstige situaties met 0900 8844 (lokaal tarief).
- www.slachtofferhulp.nl: de website van Slachtofferhulp
- Je kunt ook advies vragen (veilig en anoniem) bij het Steunpunt Huiselijk Geweld in jouw regio: www.huiselijkgeweld.nl.

Meisjesbesnijdenis

- www.meisjesbesnijdenis.nl: hier kun je meer informatie over besnijdenis vinden.
- Je kunt meisjesbesnijdenis anoniem melden bij Veilig Thuis: www.vooreenveiligthuis.nl/veilig-thuis.

