

En pjece til:

Mennesker med udviklingshæmning
Professionelle
Pårørende
Netværk

Seksuelle overgreb – nej tak!



HVAD ER SEKSUELLE OVERGREB?

DET ER:

NÅR DU IKKE SYNES SEX ER RART

I DENNE PJECE VIL VI GERNE FORTÆLLE DIG, AT DU KAN SIGE **NEJ**.
VI VIL VISE DIG, **HVORDAN** OG **HVORNÅR** DU SKAL SIGE NEJ.
DET ER **DIG**, DER BESTEMMER, OM DU VIL HAVE SEX.
SEX SKAL VÆRE RART.

PJECEN ER MÅSKE SVÆR AT LÆSE.

DERFOR KAN DET VÆRE EN GOD IDÉ AT LÆSE DEN SAMMEN MED

- DIN VEN
- DIN STØTTEPERSON ("PERSONALET")
- DIN BROR ELLER SØSTER
- DIN MOR ELLER FAR

DET ER OFTE SVÆRT AT SNAKKE OM SEX.

- HVIS DU ALDRIG HAR HAFT SEX
- HVIS DET ER FØRSTE GANG
- HVIS SEX HAR GJORT ONDT
- HVIS DU ER BLEVET BANGE FOR SEX

DENNE PJECE SKAL GØRE DET LETTERE FOR DIG AT SNAKKE OM SEX.

GIV DIG GOD TID TIL AT LÆSE PJECEN.
HOLD PAUSER OG TÆNK OVER DET, DU LÆSER.

DU HAR RET TIL AT SIGE NEJ

ET NEJ
ER **ALTID** ET NEJ!



SEX SKAL VÆRE **RART!**



FORELSKELSE OG KÆRLIGHED



NÅR DU ER SAMMEN MED ANDRE... FINDER



DET ER RART AT VÆRE SAMMEN...

SYNES DU DIN VEN ER NOGET SÆRLIGT...



DU GØR TING, DER ER GODT FOR DIN VEN... OG DIN VEN GØR TING, DER ER GODT FOR DIG...



ET FORHOLD KAN SLUTTE...

ELLER



MEN DET KAN OGSÅ BLIVE



DU VENNER...



DER ER MÅSKE EN SÆRLIG VEN...



SOM GIVER DIG SÆRLIGE FØLELSER...



SÅ OPLEVER DU KÆRLIGHEDEN...

KÆRLIGHED ER OMSORG...



SEX KAN VÆRE EN AF DE TING, I HAR SAMMEN...



GRUNDLAGET FOR ET GODT LIV...

...SEX OG PARFORHOLD KAN VÆRE TO SIDER AF SAMME SAG...

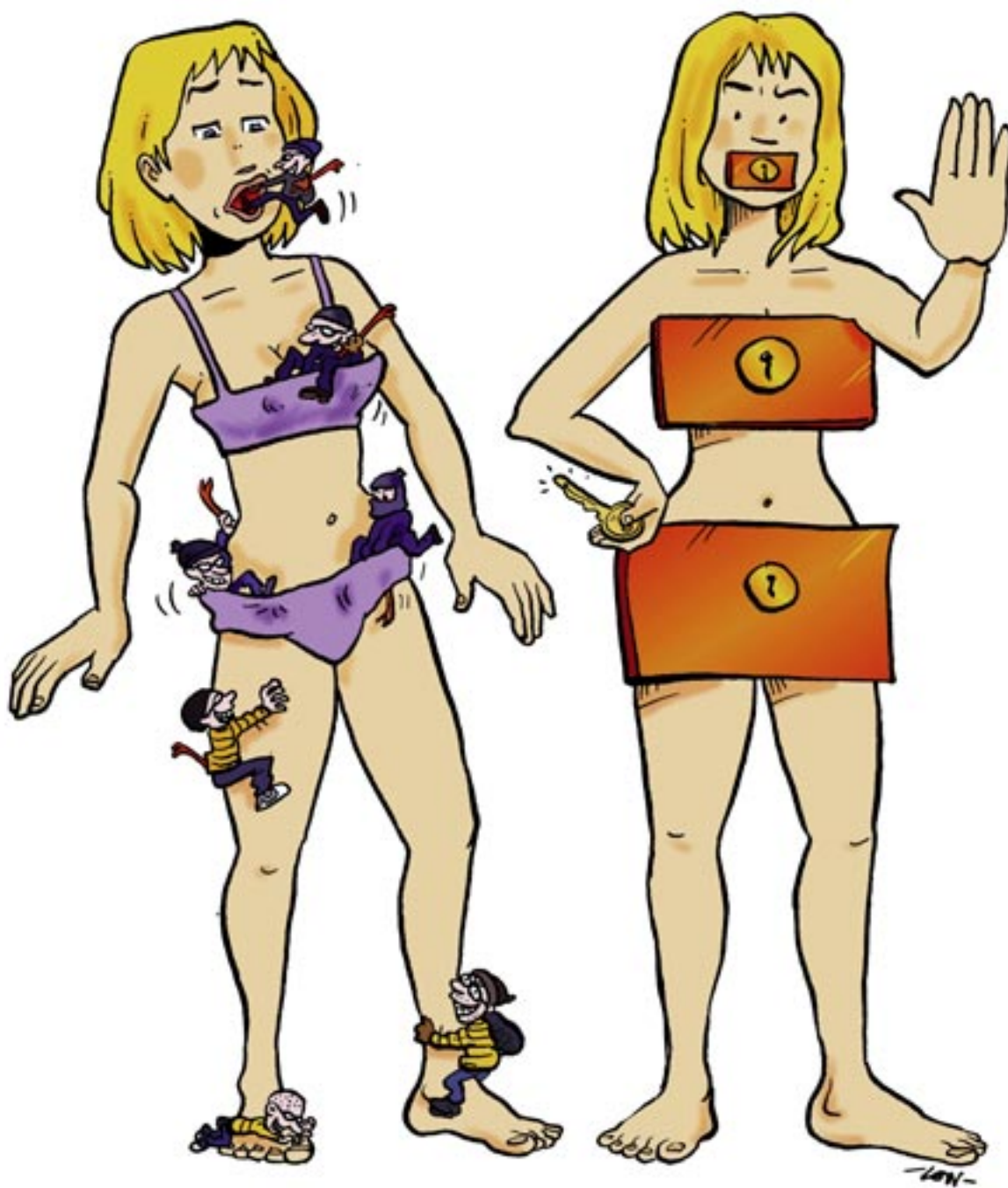
**KÆRLIGHED
OG SEX
ER RART!**

DIN KROP ER DIN – OG KUN DIN!

SEX HANDLER OM, AT **DU** VIL NOGET MED DIN KROP!

BRUGER EN ANDEN DIN KROP – UDEN DU VIL DET,
SÅ ER DET LIGESOM EN TYV,
DER BRYDER IND, HVOR DU BOR.

DET ER FORKERT!



SIG NEJ, NÅR DU IKKE VIL SEX!

DET ER DIG, DER HAR NØGLEN!

HVORDAN SIGER DU NEJ?



VIL DU IKKE HAVE SEX?
SIG NEJ, ALLEREDE NÅR DU OPDAGER, I BLIVER GLADE FOR HINANDEN.



HUSKER DU IKKE AT SIGE NEJ FRA BEGYNDELSEN?
VIL DU STADIG IKKE HAVE SEX?
DU KAN ALTID SIGE NEJ, OGSÅ EFTER I HAR KYSSET ELLER RØRT VED HINANDEN!

SEX ER MANGE TING

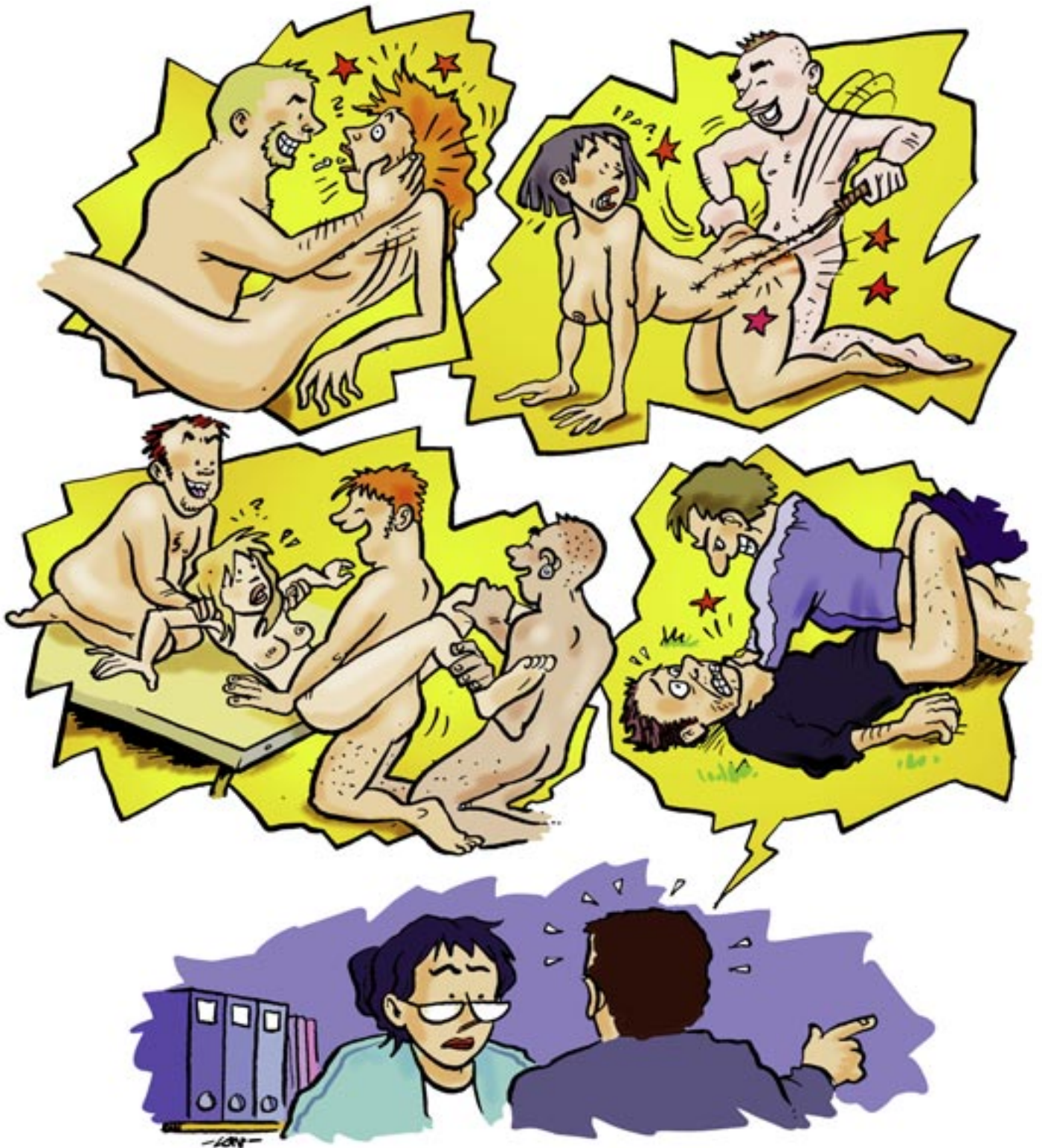
DU SKAL IKKE GØRE NOGET, DU IKKE KAN LIDE!



DET ER IKKE ALTID, DU HAR LYST TIL SEX.
DET ER IKKE RART AT FØLE SIG PRESSET.

SEX MÅ IKKE VÆRE VOLD!

SEX SKAL IKKE GØRE ONDT.

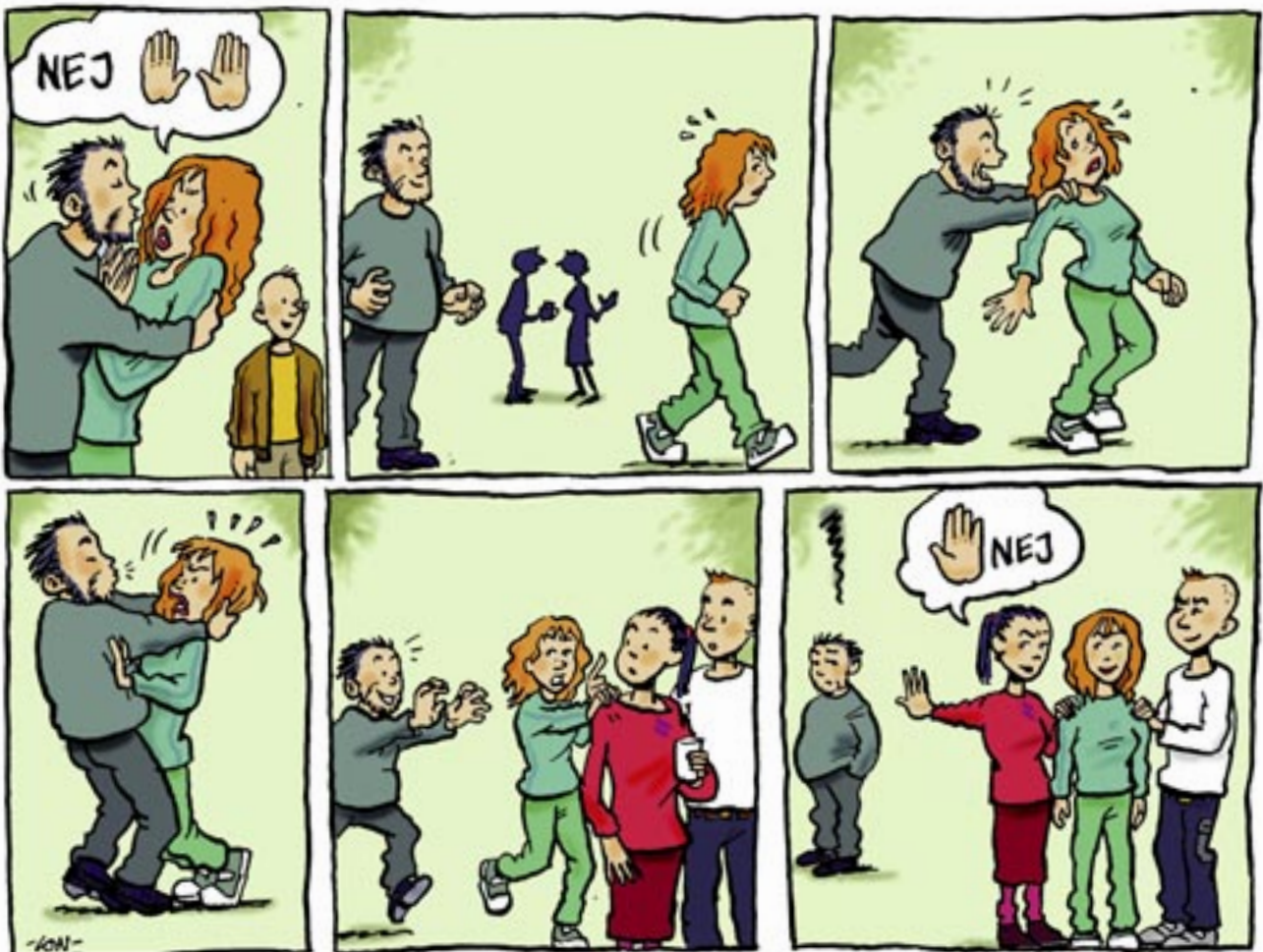


DU SKAL BESTEMME – ANDRE SKAL IKKE BESTEMME.

HVORDAN SIGER DU NEJ?



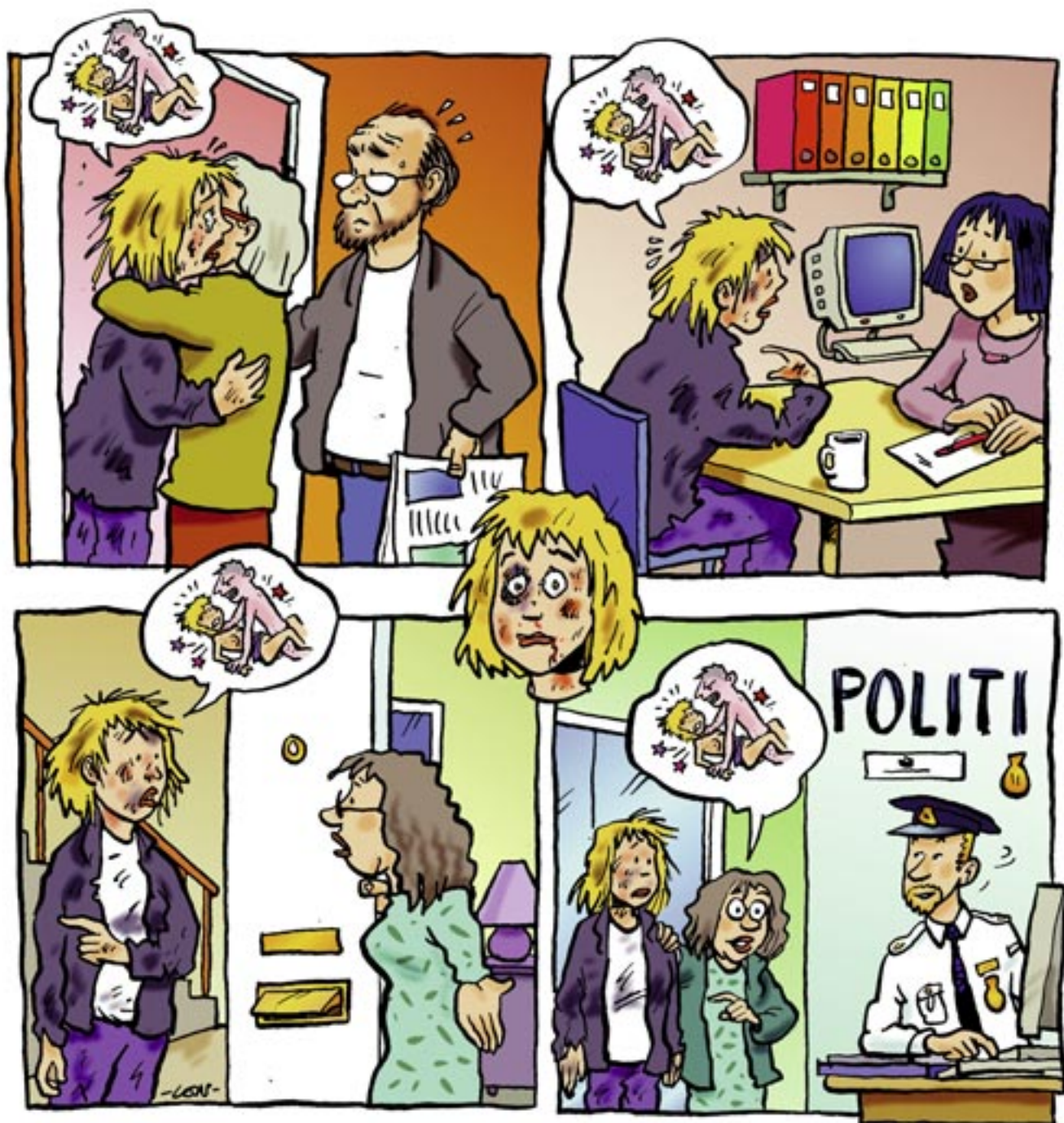
STOPPER DEN ANDEN IKKE, SKAL DU GÅ.



FØLGER DEN ANDEN EFTER DIG – SØG SAMMEN MED DINE VENNER
ELLER ANDRE DU KAN STOLE PÅ.

NÅR SEX ER BLEVET VOLD!

DET ER SKET FOR NOGLE, AT DET IKKE HJALP AT SIGE FRA.
SKER DET FOR DIG – HUSK DU SAGDE FRA!
DU SKAL STRAKS SØGE HJÆLP – ENTEN HOS DINE FORÆLDRE,
DIN STØTTEPERSON ELLER SAGSBEHANDLER.



- FÅ HJÆLP TIL AT GÅ TIL POLITIET
- DU SKAL IKKE SKIFTE TØJ ELLER GÅ I BAD
- BED POLITIET OM HJÆLP TIL AT BLIVE UNDERSØGT AF EN LÆGE
- BED POLITIET OM AT SKRIVE EN RAPPORT

Redigeret udgave april 2010
Udgivet af:
Socialt Udviklingscenter SUS
Nørre Farimagsgade 13
1364 København K
Tekst: Frank Ulmer Jørgensen
Tegninger: Lars Ole Nejstgaard
Layout: Christian Schmidt
Tryk: Prinfovejle
Oplag: 1.200
ISBN: 978-87-92182-07-4
Genoptrykt med støtte
fra Servicestyrelsen

Her kan du søge hjælp

ULF' seksualrådgivning

Har du spørgsmål om seksualitet eller har du haft en ubehagelig seksuel oplevelse kan du tale, maile, chatte med seksualvejleder Steen Holmegaard Hansen. Seksualrådgivningen har åben for henvendelse hver mandag kl. 17.00-20.00.

Telefon 3048 4688.
www.ulf.dk/seksualraadgivning

Seksualvejlederforeningen

Hvis du har spørgsmål om seksualitet og seksuelt krænkende adfærd, kan du kontakte seksualvejlederforeningen. Mange af foreningens medlemmer er uddannede seksualvejledere og har stort kendskab til mennesker med handicap og seksualitet.

www.seksualvejlederforeningen.dk