

"Ik vind het fijn dat ik altijd alles met mijn hulpverlener kan bespreken en alles kan vragen, zonder dat zij daar een oordeel over heeft."

(Sophie, 17 jaar)

"Dankzij Qpido is mijn zoon sterker geworden in het aangeven van zijn grenzen. Ik heb tips gekregen hoe ik hierover in gesprek kan gaan."

(Saskia, moeder)

"Ik vertrouwde hem omdat hij alle namen van mijn teamgenoten kende maar die had hij allemaal op internet gevonden."

(Ryan, 14 jaar)

WIL JE MEER WETEN OVER ONZE LESPAKKETTEN EN ONS HULP- EN TRAININGSAANBOD?

www.qpido.nl
info@qpido.nl
06 - 29 33 80 64

Instagram qpido.nl
Facebook qpido.nl
Youtube qpido
LinkedIn qpido


Qpido

Met de kracht van Levvel


Qpido

VEILIG SEKSUEEL OPGROEIEN



Liefde, seksualiteit, relaties, diversiteit en het stellen van grenzen is wat jongeren dagelijks bezighoudt. Qpido heeft als missie dat kinderen en jongeren veilig seksueel kunnen opgroeien.

Qpido is een onderdeel van Levvel en geeft voorlichtingslessen, ambulante hulp, training en consult aan kinderen, jongeren, ouders, leerkrachten en professionals.

Waar we 'hij' (jongens) en 'zij' (meisjes) schrijven bedoelen we alle kinderen en jongeren. Wij staan voor een inclusieve maatschappij waarin iedereen zichzelf mag zijn.

De namen bij de quotes zijn fictief.

AMBULANTE HULPVERLENING

Romeo & Julia
Romeo & Julia 'wacht'
Nova

VOORLICHTING

Liefde is... basisschool
Liefde is... middelbare school
SnAppje
Sexting & Grooming
Escaperoom

ONLINE

TRAINING VOOR PROFESSIONALS

MATERIAAL

CONSULT & TOT SLOT



Met de kracht van Levvel



ROMEO & JULIA

Ambulante hulpverlening

Als een jongen of meisje seksueel risicogedrag vertoont, te maken heeft (gehad) met seksueel grensoverschrijdend gedrag of seksueel misbruik, biedt Qpido de ambulante hulp 'Romeo & Julia' of 'Nova'. De hulpverlener werkt één op één met de jongere onder meer aan het vergroten van de weerbaarheid en het aangeven of accepteren van seksuele grenzen. We creëren samen een realistisch beeld over liefde, relaties en seksualiteit.

"Ik heb eindelijk het gevoel dat er iemand is voor mij, die ik steeds meer durf te vertrouwen."

(Mira, 15 jaar)

"Door te oefenen met rollenspellen durf ik nu wel contact te maken met leeftijdsgenoten."

(Sam, 17 jaar)

ROMEO & JULIA

DOELGROEP

Jongeren (12- 23 jaar) die kwetsbaar zijn in hun seksuele ontwikkeling, seksueel risicogedrag vertonen of die moeite hebben met het aangeven of accepteren van seksuele grenzen.

DOEL

Het seksueel weerbaar maken en een gezonde seksuele ontwikkeling staan centraal om (herhaling van) seksueel risicogedrag te voorkomen.

ERVARING

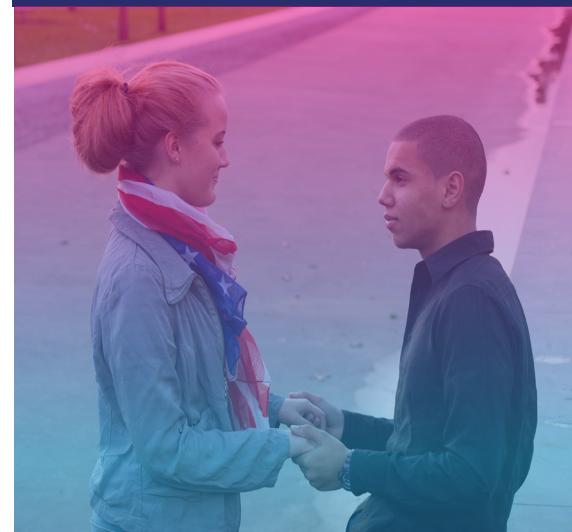
Wil je weten hoe het is om hulp van Qpido te krijgen? Op onze website staan verhalen van jongeren en begeleiders die vertellen over de hulpverlening.

AANMELDEN

Hulpverleners, onderwijzers, huisartsen en andere verwijzers kunnen een jongen of meisje aanmelden voor een Romeo of Julia traject. Op onze website vind je de aanmeldpagina.

AANPAK ROMEO & JULIA

- Jongens worden begeleid door een mannelijke hulpverlener en meisjes door een vrouwelijke hulpverlener, tenzij de jongere een andere voorkeur heeft.
- Romeo & Julia begeleiding is gemiddeld één uur per week.
- Er is wekelijks contact met de jongere, dit kan zowel face-to-face als door te bellen of appen.
- De begeleiding is op maat. Gemiddeld duurt de hulp negen maanden.





ROMEO & JULIA 'WACHT'

Ambulante hulpverlening

ROMEO & JULIA 'WACHT'

In samenwerking met het Centrum Seksueel Geweld Amsterdam-Amstelland (CSG), bieden wij Romeo & Julia 'wacht'.

Dit aanbod geldt voor jongeren tussen 12 en 23 jaar die te maken hebben gehad met seksueel geweld.

Wij richten ons in de begeleiding op het verminderen of verdwijnen van traumaklachten.

Het traject duurt gemiddeld twaalf weken. Als blijkt dat er nog therapie nodig is, verwijzen wij door en blijven wij betrokken tot de therapie start.

Let op! Verwijzing is alleen mogelijk via het CSG voor jongeren woonachtig in Amsterdam-Amstelland.

 0800 0188

 Centrum **Seksueel Geweld**



NOVA

Ambulante hulpverlening

NOVA

DOELGROEP

Jongeren die vermoedelijk of daadwerkelijk slachtoffer zijn van loverboys of mensenhandel, of in een afhankelijkheidsrelatie verkeren.

DOEL

De begeleiding richt zich op weerbaarheid en zelfredzaamheid met als doel het ontwikkelen van een toekomst zonder misbruik en risicovolle relaties.

AANPAK NOVA

- Jongens worden begeleid door een mannelijke hulpverlener en meisjes door een vrouwelijke hulpverlener, tenzij een jongere een andere voorkeur heeft.
- Nova begeleiding is gemiddeld vier uur per week. Dit kan zowel face-to-face als door te bellen of appen.
- De hulpverlener is 24/7 telefonisch bereikbaar.
- De begeleiding is op maat. Gemiddeld duurt de hulp achttien maanden.



LIEFDE IS...

Hoe ga je op een positieve manier om met relaties en seksualiteit?

Jongeren zijn volop in ontwikkeling. Ze proberen uit te vinden wie ze zijn, wat ze kunnen en waar hun grenzen liggen. Dat doen ze ook op het gebied van seksualiteit.

Seksuele gezondheid, communicatie, controle hebben over seksuele relaties en je zeker voelen zijn hierin belangrijk.

"Ik weet nu hoe ik op een goede manier met een meisje kan praten."

(Orlando, 15 jaar)

"In de 'Liefde is...' les leerde ik hoe ik mijn grenzen beter kan aangeven."

(Sarah, 12 jaar)

DOELGROEP

'Liefde is... basisschool' geven we aan groep 8 van het basisonderwijs.

'Liefde is... middelbare school' is een voorlichting voor leerlingen van de tweede of derde klas van het voortgezet onderwijs. Naast de voorlichting voor de jongeren is er ook voor docenten en ouders een voorlichting.

"Ik wist niet goed hoe ik moest reageren op seksuele uitlatingen van leerlingen naar elkaar. Door een consult bij Qpido ben ik nu zekerder van mijn reactie in dit soort situaties."

(Paul, docent)

DOEL

Het doel van het programma is om seksualiteit bespreekbaar te maken en jongeren te helpen om een realistisch en positief beeld over liefde, relaties en seksualiteit te ontwikkelen. Jongeren leren om verantwoorde keuzes te maken in relaties en met betrekking tot seksualiteit. Hiermee vergroten ze hun seksuele en relationele weerbaarheid en wordt het risico op seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksueel risicogedrag verkleind.



LESEDETAILS

- De voorlichtingslessen voor meisjes en jongens zijn gescheiden.
- Om een veilige sfeer te creëren is de eigen leraar of docent niet bij de lessen aanwezig.
- Het gaat om vier lessen van ongeveer anderhalf uur, die vier weken achter elkaar gegeven worden.
- Er wordt gewerkt met een presentatie, filmpjes en een werkboek.
- De les is interactief en de klas voert verschillende opdrachten uit.

SNAPPJE & SEXTING & GROOMING

Wat zijn de leuke en minder leuke kanten van social media?

Internet en social media zijn helemaal van deze tijd. Het is handig, snel en leuk. Maar het brengt ook een aantal risico's met zich mee, bijvoorbeeld sexting en grooming. Het is belangrijk kinderen en jongeren hiervan bewust te maken en hun weerbaarheid te vergroten.

GROOMING

/groe:ming/

GROOMING is het benaderen van en contact leggen met kinderen, met als doel het mogelijk maken van seksueel contact. Het is digitaal kinderlokken.

SEXTING

/seks:ting/

SEXTING is het verzenden (en ontvangen) van seksueel getinte foto's, video's of tekstberichten via social media.

DOELGROEP

'SnAppje' is een voorlichting voor leerlingen van groep 7 en 8 van het primair en speciaal onderwijs. 'Sexting & Grooming' is een voorlichting die vaak gegeven wordt aan leerlingen van de eerste klas van het voortgezet onderwijs.

Naast de voorlichting voor jongeren is er ook voor docenten en ouders een voorlichtingsprogramma en geeft Qpido voorlichting aan groepen buiten het onderwijs, bijvoorbeeld op sportclubs en in buurtcentra.

DOEL

Het doel van de lessen 'SnAppje' en 'Sexting & Grooming' is het vergroten van kennis over en bewust zijn van de risico's van social media.

LESDetails

- De les is voor meisjes en jongens samen, tenzij anders wordt afgesproken.
- Het is een interactieve voorlichting met pakkend filmmateriaal over de risico's van social media.
- De les duurt anderhalf uur.

"Ik had tijdens het gamen op een verzoek van een vreemde kunnen reageren en naar die persoon toe kunnen gaan. Dat had ik misschien ook wel gedaan als ik niet in de les had geleerd dat dit gevaarlijk is."

(Mo, 11 jaar)

ESCAPEROOM

Shame sexting stopt bij jou!

ONLINE

Qpido op social media

De Escaperoom is een voorlichting waarbij leerlingen van de middelbare school op interactieve wijze aan de slag gaan met shame sexting. Zij leren spelenderwijs hoe belangrijk het is dat shame sexting bij hen stopt!

De Escaperoom is ontwikkeld door Weerbaar In Seksualiteit (WIS) en geaccrediteerd door het RIVM. Dit betekent dat het een erkende Gezonde School-interventie is en dat er gebruik gemaakt kan worden van het stimuleringsbudget.

2 VARIANTEN

In Noord-Holland bieden wij twee varianten aan:

- de Escaperoom als losse voorlichting (1 lesuur)
- de Escaperoom gecombineerd met de les grooming (1,5 uur)



Qpido praat ook online met kinderen en jongeren over seksualiteit en weerbaarheid. Meerdere keren per week verschijnen op diverse kanalen posts over onderwerpen die leven onder jongeren.

Volg Qpido op de kanalen:

-  [qpido.nl](https://www.facebook.com/qpido.nl)
-  [qpido](https://www.youtube.com/qpido)
-  [qpido](https://www.linkedin.com/qpido)
-  [qpido.nl](https://www.instagram.com/qpido.nl)

"Ik volg Qpido op Insta omdat er veel onderwerpen aan bod komen waar taboe's op liggen. Door middel van stellingen, anonieme verhalen en interviews krijg ik een helder beeld en kan ik makkelijker mijn eigen mening vormen."

(Lara, 18 jaar)



TRAINING VOOR PROFESSIONALS

Voor iedereen die in zijn werk te maken heeft met jongeren is het van belang bij te kunnen dragen aan het verminderen van seksueel risicogedrag en het voorkomen van seksueel grensoverschrijdend gedrag en seksueel misbruik. Qpido kan op het gebied van seksueel gezond opgroeien een training op maat verzorgen voor professionals die werken in de (jeugd) hulpverlening.

"Ik praatte altijd pas met jongeren over seksualiteit in hun puberteit, maar de seksuele ontwikkeling begint natuurlijk al veel eerder."

(Gerard, 45 jaar)

"Doordat jullie zo normaal over seksualiteit praten, vind ik het ook veel normaler. Nu vind ik het gemakkelijker om het gesprek over seksualiteit te openen."

(Sylke, 36 jaar)

DOEL

Het doel van de trainingen is de handelingsverlegenheid rondom seksualiteit te doorbreken, zodat kinderen seksueel veilig en gezond kunnen opgroeien.

THEMA'S

Qpido biedt losse trainingen aan over de onderwerpen: seksuele ontwikkeling, vlaggensysteem, loverboys, seksueel misbruik bij jongens, sexting & grooming en LHBTIQ+ sensitief en inclusief werken in de jeugdzorg. In de training 'Over de grens' kunnen al deze onderwerpen aan bod komen.

'OVER DE GRENS'

'Over de grens' is een tweedaagse training. De kennis en vaardigheden die je opdoet in deze training zorgen ervoor dat je zelfverzekerd het gesprek over seksualiteit met jongeren aangaat. Je leert:

- Wat gezonde seksuele ontwikkeling is.
- Seksualiteit bespreekbaar te maken met jongeren en ouders.
- Social mediagebruik in relatie tot seksualiteit bespreekbaar te maken.
- Seksueel (grensoverschrijdend) gedrag te beoordelen.
- Seksueel misbruik te signaleren.
- Te handelen bij (vermoedens van) seksueel grensoverschrijdend gedrag.

AANPAK

- De trainingen zijn op maat. De training wordt in overleg samengesteld.
- Tijdens de trainingen delen we kennis, doen we oefeningen en is er ruimte voor inbreng van eigen casussen.
- De trainingen zijn ook geschikt voor hulpverleners die met jongeren met een lichtverstandelijke beperking werken.
- Naast het reguliere vlaggensysteem bieden wij 'Vlaggensysteem Buiten de Lijnen' aan, voor kwetsbare doelgroepen, en 'Vlaggensysteem Residentiële Jeugdzorg'.
- Prijzen van de trainingen zijn op aanvraag.
- De trainingen zijn in-company.

CEDEO-ERKENNING

De trainingen zijn Cedeo-erkend en voldoen daarmee aan de kwaliteitseisen. Cedeo stelt vast dat Qpido 100% klanttevredenheid scoort.



MATERIAAL

Q CONSULT & TOT SLOT

Qpido heeft materiaal ontwikkeld ter ondersteuning van gesprekken over liefde en seksualiteit. Dit zijn het Qpido meisjes kwartet, het Verliefd en Seks boek en het kaartspel InTeam.

QPIDO MEISJES KWARTET

Het kwartet gaat in op diverse onderwerpen die gerelateerd zijn aan liefde, relaties, seks en pubertijd. Raak op een speelse manier in gesprek door informatieve stellingen en leer van elkaar aan de hand van open vragen.

VERLIEFD EN SEKS BOEK

Dit boek helpt om in gesprek te gaan met jongeren over liefde, seksualiteit en relaties. Het boek is actueel, genderneutraal en is geschikt voor jongeren tussen de 12 en 18 jaar. Er is ook een Engelstalige versie beschikbaar.

INTEAM KAARTSPEL

Dit kaartspel biedt professionals onderling de kans om met elkaar te spreken over hun normen en waarden rondom seksualiteit en intimiteit. Aan de hand van stellingen en casussen kunnen zij van gedachten wisselen.

CONSULT

Qpido is bereikbaar voor vragen en advies. Qpido adviseert kinderen, jongeren, ouders en professionals over liefde, relaties, grenzen, dwang, seksualiteit en seksueel risicogedrag. Iedereen kan contact met ons opnemen:

 BELLEN EN WHATSAPP
06 29338064

 EMAIL
info@qpido.nl

 ANONIEME CHAT
www.qpido.nl

SPREEKUR MIDDELBARE SCHOOL

Qpido biedt naast de voorlichtingslessen een spreekuur aan waar jongeren hun persoonlijke vraag of probleem rondom seksualiteit met een professional kunnen bespreken.

TOT SLOT...

Met onze preventieve aanpak streven wij ernaar dat alle kinderen en jongeren veilig seksueel kunnen opgroeien. Daarnaast vinden wij het belangrijk om samen te werken en ons te verbinden met organisaties die zich inzetten voor kinderen en jongeren.

