

# Kaartspel helpt jonge sporters praten over lichamelijkheid en seksualiteit

**Met het kaartspel ‘Sport met grenzen op jongerenmaat’ leren jonge sporters (12 tot 18 jaar) om na te denken en te praten over lichamelijkheid en seksualiteit. De kaarten kunnen worden gebruikt in sportclubs, op de topsportscholen, tijdens stages en op sportkampen. Ze helpen begeleiders om met jongeren over lichamelijkheid te praten, en hen te leren om hun eigen grenzen aan te geven.**

Kinderen en jongeren verkennen hun eigen grenzen en die van anderen. Dit doen ze thuis, op school, in de jeugdbeweging, maar ook in de sportclub, op sportkamp of tijdens een sportstage. Meestal is het seksueel gedrag dat jongeren stellen of meemaken oké. Maar soms loopt het fout. De vraag naar een pedagogisch hulpmiddel kwam van sportclubs en begeleiders zelf. Dit instrument geeft hen een startpunt om een gesprek rond lichamelijkheid en seksualiteit aan te gaan, met een mix van ernstige en grappige oefeningen.

Begeleiders kunnen met dit instrument jonge sporters stimuleren en ondersteunen om:

- na te denken over wat ze oké vinden en wat niet;
- te reageren op situaties die ze niet oké vinden;
- te praten over hoe ze situaties verschillend beleven;
- te weten waar ze terecht kunnen met vragen, problemen of klachten.



## Contact en meer info

- Contactgegevens: Evy Van Coppenolle - [evy@ethischsporten.be](mailto:evy@ethischsporten.be)
- Het Centrum Ethiek in de Sport vzw (ICES) is een door Vlaams Minister van Sport erkende organisatie voor beleidsondersteuning en praktijkontwikkeling op het gebied van ethisch sporten. ICES informeert, stimuleert en ondersteunt de Vlaamse sportsector om actief te investeren in ethische thema's die belangrijk zijn bij een kwaliteitsvolle sportbeoefening.
- Website ICES: [www.ethischsporten.be](http://www.ethischsporten.be)
- Meer informatie over de tool via: [www.ethischsporten.be/sport\\_met\\_grenzen\\_op\\_jongerenmaat](http://www.ethischsporten.be/sport_met_grenzen_op_jongerenmaat)
- Deze tool is ontwikkeld op basis van het Vlaggensysteem van Sensoa en is door het Centrum Ethiek in de Sport vertaald naar de sportsector.