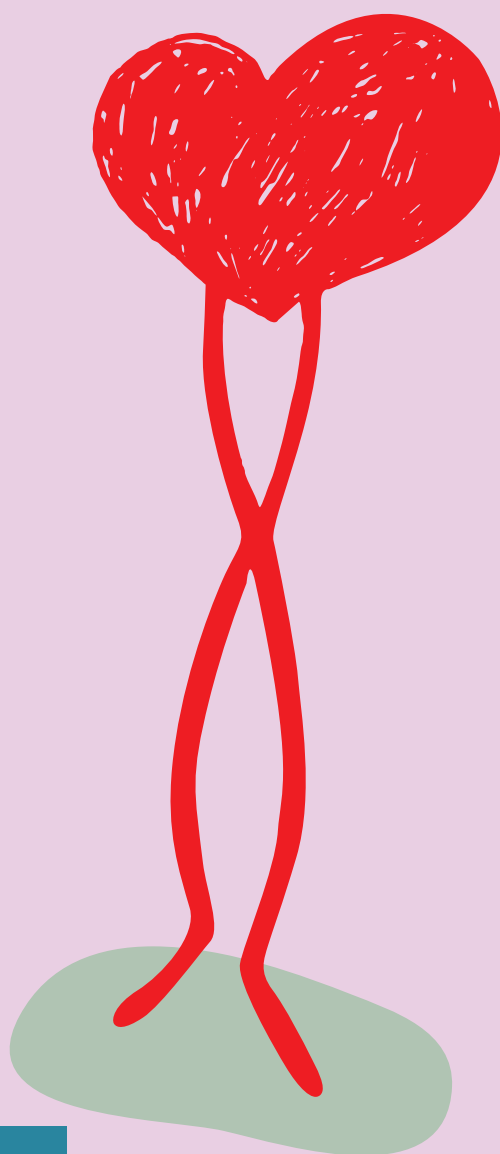


Lang Leve de Liefde

Module 2:
Veilig vrijen: soa's



Docentenhandleiding

Bovenbouw havo/vwo

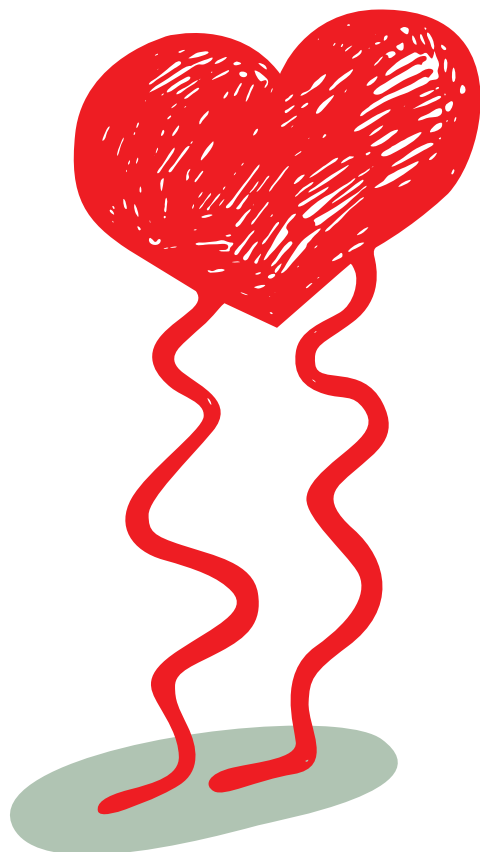
Toelichting onderdeel 3 Veilig vrijen- soa's

Het derde onderdeel van Lang Leve de Liefde – Bovenbouw (LLL-BB) gaat verder over veilig vrijen. In dit onderdeel gaat het over seksueel overdraagbare aandoeningen (soa's), condoombuik en soa-testen. Dit onderdeel bestaat uit 4 oefeningen, verspreid over 2 lessen.

In de eerste les wordt de kennis van leerlingen over veilig vrijen en soa's opgehaald met een kennisquiz (oefening 1) en een opdracht waarin de verschillende soa's worden besproken (oefening 2).

De tweede les gaat over de soa-poli voor een soa-test (oefening 3). Aan de hand van een filmpje zien leerlingen hoe een bezoek werkt aan de soa-poli voor een soa-test of spreekuur. In de nabespreking wordt dieper ingegaan op hoe en wanneer je zelf een soa-test zou doen en wat een soa-test voor iemand kan betekenen. Tot slot krijgen leerlingen inzicht in het risico op een soa via de VR-Experience en maken ze kennis met de stappen die ze kunnen zetten wanneer ze een soa hebben opgelopen (oefening 4).

De werkbladen en filmpjes zijn te vinden op langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → wensen en grenzen



Programma • tijdsplanning • benodigdheden

Les 1 • Seksueel overdraagbare aandoeningen

Oefening 1 Kennisquiz • circa 15 minuten •

Beamer/digiboard, eventueel blaadjes of smartphones.

Oefening 2 Soa's • circa 35 minuten • Beamer/

digiboard, smartphones/tablets/laptops en eventueel geprint werkblad.

Les 2 • De soa-poli

Oefening 3 De soa-poli voor soa-testen • circa 40

minuten • Beamer/digiboard, eventueel geprinte werkbladen.

Oefening 4 Kans op een soa • circa 10 minuten

• Beamer/digiboard.

Tijd tekort?

Doet u in ieder geval oefening 3: de soa-poli. In deze oefening komen belangrijke vaardigheden aan bod, zoals het onderhandelen met je partner over een soa-test. U kunt dan oefening 1 als snelle opfrisoefening voor de kennis over soa doen. Op deze manier kost het u een 1 lesuur. Oefening 1 kan eventueel ook als huiswerkopdracht volledig zelfstandig worden gedaan. Oefening 2 en 4 kunnen thuis worden voorbereid.

Extra tips bij lessen over soa's

- Jaag leerlingen niet onnodig angst aan. Deze oefening is niet bedoeld om leerlingen bang te maken. Te grote angst kan leiden tot het zich afsluiten voor het probleem en daarmee een averechts effect hebben.
- Ditzelfde averechtse effect geldt bij het gebruiken van 'vieze' of 'enge' plaatjes van mensen met bijvoorbeeld chlamydia of hiv. Dit kan de leerlingen zo angstig maken voor seks, dat het verhaal over hoe je zo'n soa kunt voorkomen, langs ze heen gaat. Of ze kunnen zich niet identificeren met het gebruikte voorbeeld en betrekken een mogelijke soa daarmee niet op zichzelf. Laat deze plaatjes daarom achterwege.
- Hiv maakt meestal grote indruk. Leerlingen zijn vaak erg bang voor een hiv-infectie. Echter, de kans op een soa als chlamydia is voor jongeren in Nederland veel groter. De boodschap is dus: veilig vrijen is belangrijk ter voorkoming van soa, waaronder hiv.

Les 1

Seksueel overdraagbare aandoeningen

Deze les gaat over seksueel overdraagbare aandoeningen oftewel soa's: welke zijn er, hoe loop je het op, hoe voorkom je ze, wat zijn de symptomen en hoe behandel je soa's? De eerste oefening is een online kennis-quiz waar de verschillende aspecten van soa en veilig vrijen worden behandeld. In de tweede oefening wordt dieper ingegaan op de verschillende soorten soa's.

Oefening 1

Kennisquiz (15 minuten)

Samenvatting van de oefening

Leerlingen vullen een quiz in met vragen over soa's en veilig vrijen. Na elk antwoord krijgen de leerlingen feedback of het antwoord goed of fout is en waarom.

Doel

- Leerlingen zijn op de hoogte van en werken aan hun kennis over soa's en veilig vrijen.

Vorbereiding

- Open de PowerPoint (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 1) of verwijst de leerlingen naar de leerlingomgeving als u ervoor kiest dat zij deze oefening zelfstandig maken (langlevedeliefde.nl → leerling → bovenbouw → soa's → oefening 1).
- Open de Kahoot (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 1) wanneer u dit prefereert boven een PowerPoint. Hierbij is het belangrijk dat alle leerlingen via een smartphone/tablet/laptop kunnen meedoen.
- Om de lessen goed te laten verlopen, is een veilige sfeer belangrijk. In de algemene inleiding (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → algemene inleiding) vindt u tips en stappen. Op lesgevenindiefde.nl vertellen andere docenten hoe zij zorgen voor een veilige sfeer in de klas.

Stappen

1. Introduceer de oefening.

Suggestie: Bij deze oefening gaan we in quizvorm bekijken wat jullie al weten over soa.

2. Kies een werkvorm.

- Werkvorm 1: U kunt kaartjes gebruiken met de letters a, b en c erop als antwoord op de vragen.

Laat de leerlingen die omhoog steken als de vraag gesteld is. Zo kan iedereen meedoen en is gelijk duidelijk wie welke hiaten in de kennis heeft.

- Werkvorm 2: U kunt deze quiz in wedstrijdvorm spelen. Deel de klas in meerdere groepjes. Laat elk groepje met één antwoord komen of turf de verschillende antwoorden per groepje. Houd per vraag de score per groepje bij.
- Werkvorm 3: Online individuele wedstrijdvorm. Dit kan via Kahoot of door bij videolessen het scherm te delen met de PowerPoint en leerlingen te laten antwoorden in de chat.
- Werkvorm 4: Zelfstandig maken en klassikale nabespreking. Laat leerlingen de quiz zelfstandig maken op de leerlingomgeving en bespreek klassikaal de antwoorden.
- Werkvorm 5: Laat de leerlingen de antwoorden op de quizvragen opzoeken op de websites sense.info en/of soaids.nl en bespreek de antwoorden klassikaal.

3. Start de quiz. Laat de leerlingen een antwoord kiezen. Als er verschillende antwoorden gekozen worden, laat de leerlingen dan onderling in discussie gaan en hun eigen keuze toelichten. Tenslotte herhaalt u de vraag en vermeldt u het antwoord waar de meerderheid voor is. **Vertel wat het goede antwoord is en licht dit toe** (zie de volgende pagina met de vragen, antwoorden en toelichting per antwoordoptie). De bespreking van de juiste antwoorden met toelichting is zeer belangrijk zodat er geen verkeerde ideeën blijven hangen. Behandel iedere vraag op deze manier.

4. Sluit de oefening af. Vraag of alles duidelijk is. Beantwoord eventuele vragen en leg uit dat we in deze les nog verder ingaan op soa's, het voorkomen, de klachten, de gevolgen van soa's en het testen op soa's. Herhaal de boodschap dat condoomgebruik de enige manier is om soa te voorkomen.

Werkblad met antwoorden voor de docent

Oefening 1:

Kennisquiz met antwoorden voor de docent

Kies het juiste antwoord uit de antwoordopties

Na iedere vraag wordt direct het juiste antwoord besproken. Juiste antwoorden zijn blauw weergegeven.

1. Hoe voorkom je een soa?

(In oefening 5 van de module Anticonceptie is besproken welke manieren van vrijen wel en niet een zwangerschap of een soa voorkomen)

a) Door de pil te gebruiken

De pil beschermt niet tegen soa's, maar tegen zwangerschap.

b) Door een condoom te gebruiken

Een condoom beschermt inderdaad tegen soa's als het condoom goed wordt gebruikt (op tijd en goed omdoen en vasthouden bij terugtrekken).

c) Door vaak te testen op soa's

Hiermee voorkom je een soa niet, maar weet je of je deze hebt en moet behandelen. Testen is ook belangrijk als je met een vaste partner het condoom wilt weglaten (wanneer ook een ander anticonceptiemiddel wordt gebruikt als zwangerschapspreventie).

2. Hoe kun je een soa verhelpen?

a) Door te wachten: de meeste soa's gaan vanzelf over.

Niet alle soa's gaan vanzelf over. En zo lang het niet over is kun je het nog overdragen. De meeste soa's zijn wel goed te behandelen met antibiotica of andere medicatie.

b) Door een soa-test te doen.

Hierdoor weet je wel of- en welke soa je hebt, maar daarmee is de soa nog niet verholpen.

c) Door voorgeschreven antibiotica of andere medicatie te gebruiken.

Uit de soa-test blijkt welke soa je hebt en welke medicatie je nodig hebt. Als je deze op de juiste manier gebruikt kun je van een soa afkomen of de klachten onderdrukken. Hier gaan we verder op in bij oefening 2. Voor meer info: sense.info of soaids.nl

3. Als je een soa hebt, heb je altijd klachten.

a) Nee, soms heb je geen klachten.

Je krijgt niet altijd klachten. Daarom moet je je laten testen als je risico hebt gelopen of het condoom weg wil laten in een vaste relatie (en je nog een ander anticonceptiemiddel gebruikt tegen zwangerschap).

b) Nee, je hebt nooit klachten.

Je kunt zeker klachten krijgen van een soa. Hier gaan we verder op in bij oefening 2.

c) Ja, je krijgt altijd klachten.

Je krijgt niet altijd klachten, dus je weet niet of je een soa hebt tot je je laat testen na onveilige seks.

4. Als je je goed wast na seks, loop je geen risico op een soa.

a) Nee, wassen beschermt niet tegen soa's.

Alleen een condoom beschermt hiertegen.

Ondanks dat nog weleens op internet wordt beweerd dat wassen kan helpen, is dit niet zo.

b) Ja, met goed wassen meteen na de seks voorkom je een soa.

Bij vrouwen kan het zelfs zo zijn dat ze eerder een soa oplopen als ze zich intiem wassen. Dat komt doordat de zuurgraad van de vagina dan wordt verstoord en bepaalde bacteriën en schimmels moeilijk afgeweerd kunnen worden.

c) Nee, wassen beschermt niet tegen soa's.

Alleen de anticonceptiepil beschermt hiertegen.

De pil beschermt niet tegen soa's.

5. Kun je een soa krijgen van een vaste partner?

a) Nee, niet als je het voor de eerste keer met een vaste partner doet.

Het aantal keer seks maakt niet uit, het ligt eraan of je het veilig doet.

b) Nee, je moet met verschillende mensen seks hebben om een soa op te lopen.

Eén persoon is voldoende om een soa van op te lopen.

c) Ja, een vaste partner kan jou een soa geven.

Als je vaste partner geen test heeft gedaan voordat jullie zonder condoom gingen vrijen of ook seks heeft met anderen, weet je niet 100% zeker of deze een soa bij zich draagt.

6. Waar kun je condoms het beste bewaren?

(Alle antwoorden mogelijk, afhankelijk van uitleg → Niet bij scherpe voorwerpen en op een niet te warme plek. Het beste is als je het in ieder geval bij je draagt!)

a) In je portemonnee

Een goede plek als er geen scherpe voorwerpen bij zitten, maar check af en toe of de houdbaarheidsdatum nog niet verstreken is!

b) In een tas

Een goede plek als het condoom niet beschadigd raakt, doordat het bijvoorbeeld in hetzelfde vakje zit als je sleutels. Ook hierbij is het belangrijk om de houdbaarheidsdatum te checken en om de tas niet op een warme plek te laten, zoals bijvoorbeeld in een auto bij warm weer. In een auto kan het snel heel warm worden en dit tast de kwaliteit van het condoom aan. Als het te warm en soepel wordt, kan het sneller scheuren en niet meer veilig zijn.

c) In je broekzak

Een prima plek zolang het condoom daar niet heel warm wordt (zoals vol in de zon, zie uitleg bij optie b). Van scherpe voorwerpen, zoals sleutels, kan het condoom beschadigen. Daarom moet je het condoom niet in een zak met andere voorwerpen doen.

7. Heb je voor het halen van een morning-afterpil een recept van de dokter nodig?

a) Nee, deze kun je zonder recept bij de drogist of apotheek kopen.

Je hebt geen doktersrecept nodig voor een morning-afterpil.

b) Ja, met een doktersrecept kun je deze halen in de apotheek.

Je kunt de morning-afterpil zonder doktersrecept halen bij de apotheek of drogist.

c) Nee, je moet de morning-afterpil bij de huisarts ophalen.

Je kunt de morning-afterpil zonder doktersrecept halen bij de apotheek of drogist.

8. Welk antwoord is juist?

a) Een meisje bloedt altijd bij de eerste keer geslachtsgemeenschap.

Dit is niet het geval. Het is belangrijk dat een meisje ontspannen en goed opgewonden is om pijn en eventueel bloeden te voorkomen.

b) Als je geen klachten hebt kun je een ander ook geen soa geven.

Ook zonder klachten kun je iemand een soa geven als je geen condoom gebruikt.

c) Een condoom kan voorkomen dat een jongen te snel klaarkomt.

Een condoom voorkomt soa's en heeft daarnaast nog meer voordelen. Zo blijft je bed schoner doordat het sperma in de condoom komt, heb je geen zorgen over zwangerschap of soa's (bij goed gebruik) en kan het voorkomen dat je te snel klaarkomt.

Oefening 2:

Soa's (20 minuten)

Samenvatting van de oefening

In groepjes of klassikaal worden de verschillende soorten seksueel overdraagbare aandoeningen soa's besproken aan de hand van vragen. Leerlingen moeten worden gestimuleerd om eerst zelf het antwoord op de vragen te bedenken. Vervolgens is een klassikale nabespreking van belang om ze de juiste informatie te geven.

Doel

- Leerlingen maken kennis met de verschillende soa's, de symptomen en gevolgen en hoe ze behandeld kunnen worden.
- Leerlingen weten hoe groot de kans op een soa is.
- Leerlingen erkennen het belang van op tijd behandelen en hulp zoeken.
- Leerlingen weten hoe je een soa kunt voorkomen.

Vorbereiding

- Bekijk het werkblad Soa's en suggesties voor nabespreking hieronder of in de docentenomgeving (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 2).
- Bekijk het Soa-schema hieronder of in de docentenomgeving (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 2) voor antwoord-suggesties op de vragen van het werkblad Soa.
- Zet het werkblad Soa's klaar op het scherm, deel het geprint uit of verwijs leerlingen ernaar op de leerlingomgeving (langlevedeliefde.nl → leerling → bovenbouw → soa's → oefening 2).

Stappen

1. Introduceer de oefening.

Suggestie: *Jaarlijks lopen er in Nederland ongeveer 100.000 mensen een soa op. De precieze aantallen zijn echter niet bekend en liggen vermoedelijk hoger. Dit komt omdat mensen vaak niet weten dat ze een soa hebben. Dat komt omdat ze geen klachten hebben. In deze oefening gaan we kijken welke soa's er zijn, wat mogelijke symptomen zijn en of soa's te behandelen zijn.*

2. Bepaal welke werkvorm het meest geschikt is in uw klas.

Verdeel de leerlingen in tweetallen of groepjes van 3 en verdeel de soa's over de groepjes om tijd te besparen. Wanneer de situatie in de klas zich hier niet voor leent, laat de leerlingen dan individueel werken of neem de opdracht klassikaal door.

3. Laat elk groepje de vragen van het werkblad Soa's (zie Vorbereiding) beantwoorden over één of meerdere soa's.

Geef ze hiervoor 10 minuten. Dit kan eventueel ook thuis worden voorbereid,

zodat u meer tijd heeft voor de nabespreking. Wijs leerlingen op de websites op het werkblad waar ze informatie kunnen vinden (www.sense.info/soas/, www.soa aids.nl/soa).

Tips:

- Wanneer u elk groepje de informatie over een andere soa laat opzoeken dan komen er verschillende soa's aan bod in de nabespreking.
- Laat de leerlingen de informatie per soa in postervorm verwerken. Dit kan eventueel ook thuis worden voorbereid.

4. Bespreek klassikaal na.

U kunt een paar leerlingen hun antwoorden op de 5 vragen voor een specifieke soa laten presenteren als hier tijd voor is.

Of u kunt de nabespreking algemeen houden door klassikaal te inventariseren:

• Hoe worden soa's overgedragen?

Door onbeschermd contact (dus zonder condoom) tussen (slijmvliesen van) geslachtsorganen, anus, of mond met iemand die een soa heeft. Een soa kan tijdens het vrijen ook via handen/vingers worden doorgegeven. Virale soa (hiv, hepatitis) kan ook door bloed-bloed contact worden doorgegeven.

• Hoe kun je een soa voorkomen?

- Condoomgebruik.
- Handen wassen na contact met andere geslachtsdelen en voor het contact met je eigen geslachtsdeel.
- Laten testen wanneer je een vaste partner hebt voordat je condooms weglaat → enkel wanneer je ook een ander anticonceptiemiddel gebruikt om zwangerschap te voorkomen.
- Bef-/liklapje. Je kunt hiervoor ook een opengeknipt condoom gebruiken.

• Welke symptomen kunnen wijzen op een soa?

Belangrijk: meestal heb je geen symptomen! Als deze er wel zijn, dan zijn de mogelijke klachten: verandering in afscheiding van de vagina (meer, anders van kleur, sterkere geur), afscheiding uit de penis, pijn bij het plassen, blaasjes/jeuk/pijn rondom geslachtsorganen of anus, pijn in de onderbuik, griepverschijnselen. Raadpleeg een huisarts of de Sense Infolijn (zie sense.info) bij twijfel.

• Wat zijn de gevolgen van een soa (lichamelijk en emotioneel)?

Stimuleer de leerlingen om niet alleen de lichamelijke gevolgen te benoemen, maar ook de emotionele gevolgen. Ook is het belangrijk dat leerlingen met oplossingen komen: wat doe je als je denkt dat je een soa hebt? Hoe zou je je dan voelen? Bij wie zoek je hulp? En hoe doe je dat? Stimuleer de leerlingen om na te denken waar en bij wie ze hulp zouden zoeken of met wie ze erover zouden praten.

- Lichamelijk: wanneer een soa niet (op tijd) wordt behandeld, kan er schade ontstaan. Zo kan chlamydia in het uiterste geval leiden tot onvruchtbaarheid.

En onbehandelde hiv kan leiden tot aantasting van het immuunsysteem.

- Emotioneel: een soa, of het vermoeden dat je een soa hebt, kan emotionele gevolgen hebben. Je kunt je schamen of je vies voelen. Ook speelt er vaak een schuldvraag: van wie heb ik het gekregen? Heb ik het zelf nog aan anderen doorgegeven? Moet ik het mijn (ex-)vriend(in) vertellen? Het is helemaal niet gek om met dat soort gevoelens en vragen rond te lopen. Zoek iemand die je vertrouwt om hierover te praten. Een vriend(in)? Je moeder? Een broer of zus? Je kunt ook terecht bij de verpleegkundige van sense (www.sense.info) of je huisarts.

Blijf niet met je twijfels rondlopen, maar praat met iemand!

• **Hoe zijn de lichamelijke gevolgen te behandelen?**

De meeste soa's zijn goed te behandelen en volledig te genezen als je er op tijd bij bent. Dat geldt bijvoorbeeld voor chlamydia, gonorrroe en syfilis met antibiotica.

Andere soa's zijn niet te genezen maar wel te onderdrukken met medicatie, zoals hiv en herpes.

Let op: soa's worden vaak behandeld met antibiotica. Het gebruik van antibiotica vermindert de werking van sommige hormonale anticonceptie.

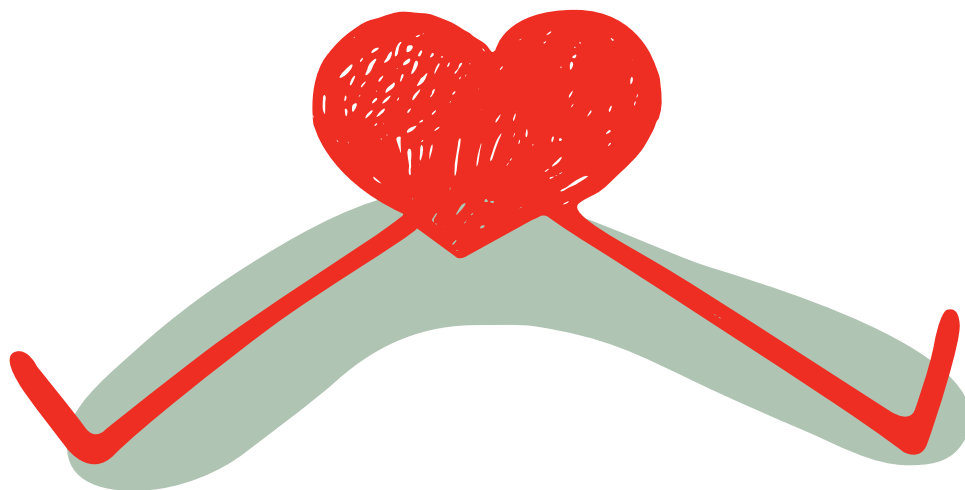
5. **Sluit de oefening af.** Trek samen de conclusie: je hoeft geen symptomen per soa uit je hoofd te weten. Wel is het belangrijk om te beseffen dat:
1. het van belang is een soa te voorkomen, omdat...
 2. ...je een soa kunt hebben en doorgeven zonder dat je er iets van merkt, je hebt niet altijd klachten
 3. testen belangrijk is voor een goede behandeling, het beperken van gevolgen
 4. het goed is om hulp en steun te zoeken wanneer je denkt dat je een soa hebt.

Tips bij deze oefening

- Voor een uitgebreid overzicht van de verschillende soa's: zie het schema op de volgende pagina.
- Leent de situatie in de klas zich niet voor het werken in kleine groepjes? Laat de leerlingen individueel werken. Wel klassikaal nabespreken.
- Om meer tijd over te houden voor de klassikale bespreking kunt u er ook voor kiezen om het opzoeken van informatie over soa's als huiswerk-opdracht te laten doen.
- Behandel bij tijdsgebrek in ieder geval: chlamydia (meest voorkomende soa bij jongeren), hiv en herpes (behandelbaar, maar niet geneesbaar).
- U kunt de leerlingen wijzen op het verschil tussen bacteriële soa, die meestal goed zijn te genezen, en virale soa, die wel behandelaar maar niet te genezen zijn.

Extra informatie: Herpes

Herpes genitalis en herpes labialis (koortslip) zijn verschillende types van hetzelfde virus. Recent onderzoek heeft aangetoond dat in enkele gevallen een koortslip bij orale seks tot een herpes genitalis-infectie kan leiden. Ook andersom kan herpes genitalis bij orale seks tot een herpes labialis-infectie leiden.



Werkblad met antwoorden voor de docent

Oefening 2: Soa's

De volgende soa's kunnen in deze oefening worden besproken: chlamydia, herpes, HPV, genitale wratten (vorm van HPV), gonorroe, hepatitis B, hiv en syfilis.

Beantwoord de volgende vragen over een specifieke soa uit de hierboven genoemde opties:

1. Wat voor soa is het?
2. Hoe loop je deze soa op? Hoe kun je dat voorkomen?
3. Wat zijn de klachten of symptomen van deze soa?
4. Wat zijn de gevolgen van deze soa als deze niet (op tijd) wordt behandeld?
5. Hoe is deze soa te behandelen?

Gebruik de volgende websites voor informatie:

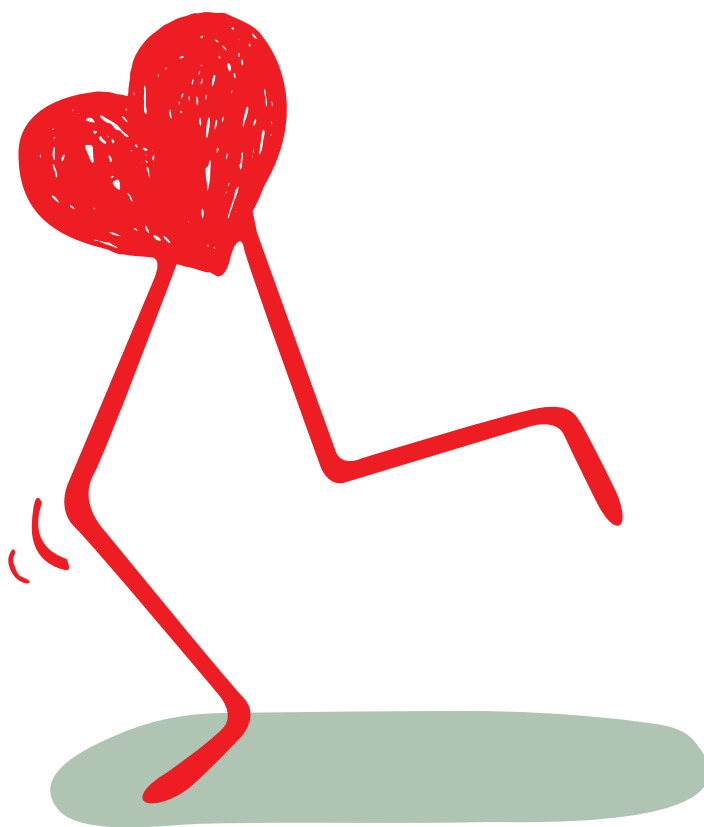
- www.sense.info/soas/
- www.soaids.nl/soa

1. Wat	2. Oplopen en voorkomen	3. Symptomen	4. Gevolgen	5. Behandeling
Chlamydia (bacterie)	In Nederland meest voorkomende soa, vooral ook bij (hetero-seksuele) jongeren tot 25 jaar en vooral bij vrouwen. Je loopt chlamydia bacterie op door onveilig seksueel contact, contact tussen (slijmvliezen van) geslachtsorganen of anus met iemand die chlamydia heeft, door bijvoorbeeld geen condoomgebruik, vingers, pijpen, etc. Voorkomen: vermijd direct contact tussen slijmvliezen en gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor. Gebruik alleen je eigen handdoek, scheermesjes etc.	Meestal merk je er niets van. Toch ben je ook dan besmettelijk. Als er wel klachten zijn: (toegenomen) afscheiding uit vagina, penis of anus (anale seks). Soms branderig gevoel bij plassen of pijn in onderbuik (bij vrouwen). Symptomen die lijken op blaasontsteking of menstratieklachten.	Vrouw: eileiderontsteking die uiteindelijk kan leiden tot chronische onderbuikpijn, onvruchtbaarheid of een buitenbaarmoederlijke zwangerschap. Man: bijbalontsteking die uiteindelijk ook kan leiden tot onvruchtbaarheid.	Chlamydia is goed te behandelen met antibiotica als je er op tijd bij bent. Na infectie treed er geen natuurlijke afweer op, je bent dus niet beschermd tegen nieuwe infecties.

1. Wat	2. Oplopen en voorkomen	3. Symptomen	4. Gevolgen	5. Behandeling
Herpes genitalis (virus)	Het virus wordt overgedragen door seksueel contact met iemand die herpes heeft. Vooral tijdens een herpesaanval is het erg besmettelijk. Dit kan via het slijmvlies van de mond, penis, vagina of anus. Je kunt het ook doorgeven via vingers die in contact komen met geslachtsdelen. Voorkomen: vermijd direct contact tussen slijmvliesen en gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor.	Je kunt herpes hebben zonder het te merken! Je bent dan wel besmettelijk. Jeuk, irritatie, pijn en rode plekjes op aangetaste delen. Daarna kunnen er blaasjes komen. De ernst van de klachten verschilt per persoon.	Na de eerste herpesaanval lijkt het virus verdwenen. Dit is echter niet zo. Er komen terugkerende aanvallen. Hoe vaak en hoe heftig verschilt per persoon en hangt ook af van je weerstand.	Herpes is niet te genezen, maar de klachten en verschijnselen van herpes kunnen worden behandeld (onderdrukt) met pillen. Raak de ontstoken huid zo min mogelijk aan. Was altijd goed je handen na contact.
Hiv (virus)	Hiv is geen erg besmettelijke soa en komt bij jongeren in Nederland zelden voor. Het virus wordt overgedragen door onveilig vrijen (zonder condoom), bloedcontact of zwangerschap (moeder-kind transmissie). Voorkomen: wees voorzichtig met wondjes, vermijd bloedcontact en vermijd contact tussen slijmvliesen. Gebruik een condoom.	Meestal zijn er aan het begin geen symptomen. Hooguit griepverschijnselen die weer verdwijnen. Toch ben je dan besmettelijk.	Als je je niet hebt laten testen, dan kan het jaren duren voordat je iets merk van je hiv-infectie. Toch ben je dan besmettelijk. Vervolgens tast het je afweersysteem aan. Aids is het stadium waarin het afweersysteem ernstig is aangetast. Je kunt dan erg ziek worden van 'gewone' infecties als griep.	Als je een test hebt gedaan en weet dat je 'seropositief' bent, dan kun je worden behandeld met medicatie. Artsen houden je goed in de gaten. Hiv is goed te behandelen met medicatie, maar genezing is niet mogelijk.
HPV (humaan papillomavirus) (virus)	HPV (humaan papillomavirus) is een soa die veel voorkomt in Nederland. HPV loop je makkelijk op als je seks hebt, zelfs wanneer er een condoom wordt gebruikt. Het wordt overgedragen door contact tussen geslachtsdelen of met de anus, maar kan ook via vingers. Voorkomen: vermijd direct contact tussen slijmvliesen en gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor. Gebruik alleen je eigen handdoek, scheermesjes, etc.	Meestal merk je er niets van als je besmet bent met het HPV-virus. De meeste vormen van HPV zijn ongevaarlijk, maar sommige kunnen wel klachten geven, zoals genitale wratten.	Vaak ruikt je lichaam het virus op zonder dat je dat merkt. Sommige vormen van HPV kunnen echter leiden tot baarmoederhalskanker, anus kanker, peniskanker en keelkanker.	HPV gaat vaak vanzelf uit je lichaam. Je hoeft het niet te laten behandelen. Je kan je wel laten vaccineren tegen HPV, dan loop je veel minder risico op bepaalde vormen van kanker. Deze vaccinatie zit in het Rijksvaccinatieprogramma: tot 2021 alleen voor meisjes, maar vanaf 2021 ook voor jongens. Het is belangrijk dat de vaccinatie gebeurt voordat iemand seksueel actief is.

1. Wat	2. Oplopen en voorkomen	3. Symptomen	4. Gevolgen	5. Behandeling
Genitale wratten (virus) = vorm van HPV	Dit is een onschuldig maar veel voorkomende soa. Het virus wordt overgedragen door direct contact tussen geslachtsdelen of met de anus. Kan ook via vingers die in contact komen met geslachtsdelen worden overgedragen. Kan ook worden overgedragen wanneer er een condoom wordt gebruikt, omdat de wratjes in de schaamstreek buiten de condoomrand kunnen zitten. Voorkomen: let goed op of je wratjes ziet. Vermijd direct contact, gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor. Gebruik alleen je eigen handdoek, scheermesjes, etc.	Niet iedereen die geïnfecteerd is, krijgt wratten of klachten. Toch ben je dan besmettelijk. De wratten zitten op of rond de schaamlippen, ingang van de vagina, op en rond de penis of de balzak. Of rond de anus. De wratjes zien eruit als kleine bultjes. Ze kunnen roze-rood, zijn maar ook grijs-wit. Kan jeuk of pijn geven.	Niet iedereen merkt bij zichzelf genitale wratten op, ze zijn soms moeilijk te ontdekken. Wratten kunnen inwendig zitten en daardoor onopgemerkt blijven. Genitale wratten kunnen zich sterk uitbreiden en flink groeien. Dit kan erg vervelend zijn.	Genitale wratten gaan vanzelf over, bijna altijd binnen 2 jaar. Als je er veel last van hebt kan het worden behandeld met crème. Of via bevriezen, wegbranden, wegsnijden door een arts. Ondanks behandeling kunnen de wratten terug komen. Het virus kan lang in je lichaam aanwezig blijven.
Gonorroe (druiper) (bacterie)	Gonorroe is heel besmettelijk en kan ook overgedragen worden zonder penetratie. Direct slijmvliescontact van de geslachtsdelen kan al voldoende zijn om een infectie op te lopen. Voorkomen: vermijd direct contact tussen slijmvliesen en gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor. Gebruik alleen je eigen handdoek, scheermesjes, etc.	Een vrouw merkt vaak weinig en soms zelfs helemaal niets van gonorroe. Eventuele klachten bij de vrouw zijn toename in vaginale afscheiding, tussentijds bloedverlies en pijn bij het plassen. Mannen hebben meestal wel duidelijke klachten van gonorroe, pusachtige afscheiding uit plasbuis en pijn bij het plassen.	Je kunt ook geïnfecteerd raken in de anus (anale seks) of keel (orale seks). In enkele gevallen kan het ook in je bloed komen. Vrouw: eileiders kunnen ontsteken, dit kan uitbreiden en uiteindelijk leiden tot onvruchtbaarheid of buitenbaarmoederlijke zwangerschap. Zwangere vrouw kan ook kind infecteren. Man: kan leiden tot prostaat of bijbalontsteking.	Gonorroe is prima te behandelen met antibiotica als je er op tijd bij bent.
Hepatitis B (virus)	Hepatitis B is erg besmettelijk. Het virus wordt overgedragen door onveilig vrijen (zonder condoom), bloedcontact, of zwangerschap (moeder-kind transmissie). Voorkomen: wees voorzichtig met wondjes, vermijd bloedcontact en vermijd contact tussen slijmvliesen. Gebruik een condoom.	Meestal merk je niets. Eventuele klachten: griepachtige verschijnselen (moe, koorts, spierpijn). Soms huidafwijkingen, geelzucht.	Na enkele weken tot maanden kunnen klachten verdwijnen. Vermoeidheid kan blijven. Lever kan ontstoken raken, met ernstige gevolgen.	Acute hepatitis B gaat meestal vanzelf over door rust en gezond eten. Alleen bij chronische hepatitis B krijg je virusremmende medicatie. Je kunt je laten vaccineren tegen hepatitis B wanneer je risico loopt (veel onveilige seks, drugsgebruik, of bij reizen in bepaalde landen). Voor risicogroepen is dit bij de GGD gratis.

1. Wat	2. Oplopen en voorkomen	3. Symptomen	4. Gevolgen	5. Behandeling
Syfilis (bacterie)	Je loopt de bacterie op door onveilig seksueel contact met iemand die syfilis heeft. Voorkomen: vermijd direct contact tussen slijmvliezen en gebruik een condoom/beflapje en was je handen tussendoor. Gebruik alleen je eigen handdoek, scheermesjes, etc.	Eerste stadium: Op plaats van infectie ontstaan zweertjes (penis, vagina, anus, mond) die soms moeilijk te zien zijn. Deze verdwijnen weer, maar de bacterie niet. Je bent ook nog steeds besmettelijk. Tweede stadium: via bloed is de bacterie over je hele lichaam verspreid. Kan leiden tot: huidvlekjes, griepierigheid, haaruitval, wratjes.	Zonder behandeling kom je in sluimerstadium. Je hoeft dit niet te merken. Na een tijd, soms na Jaren, kunnen verschillende organen ernstig beschadigd raken.	Als je er op tijd bij bent is het goed te genezen met antibiotica.



Les 2

De soa-poli

In les 2 zien leerlingen in een filmpje hoe en waar je een soa-test kunt laten doen. De film wordt nabesproken aan de hand van een aantal vragen. Daarnaast krijgen leerlingen meer inzicht in kans op een soa met de VR-EXperience en leren ze hoe ze kunnen handelen.

Oefening 3

de soa-poli (40 minuten)

Samenvatting van de oefening

In deze oefening bekijken leerlingen het filmpje over de soa-poli (circa 6 minuten). In dit filmpje zie je het stelletje Rianna en Ruben dat besluit een soa-test te doen voordat ze stoppen met condooms. Leerlingen zien hoe een soa-test in zijn werk gaat. Na de film volgt een nabespreking waarin leerlingen zelf nadenken over waarom en wanneer je een soa-test zou moeten doen en hoe je je partner kunt overtuigen.

Doel

- Leerlingen weten hoe een soa-test in zijn werk gaat, waar je dit kunt laten doen en dat het geen pijn doet.
- Leerlingen denken na over de voor- en nadelen van een soa-test en hoe je omgaat met de eventuele nadelen.
- Leerlingen erkennen dat een soa-test geen teken is van wantrouwen maar van verantwoordelijk zijn voor je eigen en andermans gezondheid.

Vorbereiding

- Bekijk de werkbladen De soa-poli en Smoesjes. Deze vindt u hieronder met antwoordsuggesties. In de docenten- en leerlingomgeving staan ze zonder antwoorden (langlevedeliefde.nl → docent/leerling → bovenbouw → soa's → oefening 3).
- Zet de video over de soa-poli klaar (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 3) om te tonen via het digiboord/beamer. Of laat leerlingen het filmpje zelfstandig bekijken op de leerlingomgeving (langlevedeliefde.nl → leerling → bovenbouw → soa's → oefening 3).
- Print het werkblad De soa-poli (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 3). Of verwijs leerlingen hiernaar op de leerlingomgeving (langlevedeliefde.nl → leerling → bovenbouw → soa's → oefening 3).
- Print eventueel het werkblad Smoesjes en/of toon deze op het scherm in de PowerPoint (langlevedeliefde.nl → docent → bovenbouw → soa's → oefening 3). In deze PowerPoint komen één voor één de smoezen en antwoorden aan bod.

Stappen

1. Introduceer de oefening.

Suggestie: In deze oefening gaan we kijken hoe een soa-test gaat, wat de voor- en nadelen van een test zijn en hoe je een gesprek over een soa-test kunt aanpakken.

2. Laat de leerlingen de video De soa-poli bekijken.

De video kan klassikaal, in groepjes of individueel door de leerlingen via de website worden bekeken.

3. Laat de leerlingen het werkblad De soa poli invullen. Dit kan individueel, in tweetallen of in kleine groepjes.

4. Bespreek de vragen klassikaal na. Moedig aan en vraag door om een diepgaand gesprek te voeren. Bespreek bij tijdgebrek in ieder geval vraag 3.

Tip: U kunt de nabespreking van vraag 3 ook doen door iemand in de klas een nadeel te laten noemen. De rest van de klas kan met een oplossing komen.

5. Laat de leerlingen het werkblad Smoesjes invullen of bespreek deze vragen klassikaal (met de PowerPoint). U kunt ervoor kiezen om de leerlingen eerst zelfstandig of in tweetallen na te laten denken over hun antwoorden of om de smoesjes meteen klassikaal te bespreken.

Tip:

- U kunt de nabespreking van Smoesjes ook in de vorm van een rollenspel doen. De ene persoon (dit kunt u ook zelf zijn) speelt de partner die zich niet wilt laten testen en met de verschillende smoezen komt. Laat de rest van de klas de persoon die zich niet wil laten testen overtuigen.
- Voor het overtuigen van de persoon om zich wel te laten testen, kunt u de klas helpen of bijsturen door gebruik te maken van de suggesties die bij de verschillende smoezen worden genoemd in uw antwoordmodel.

6. Sluit de oefening af.

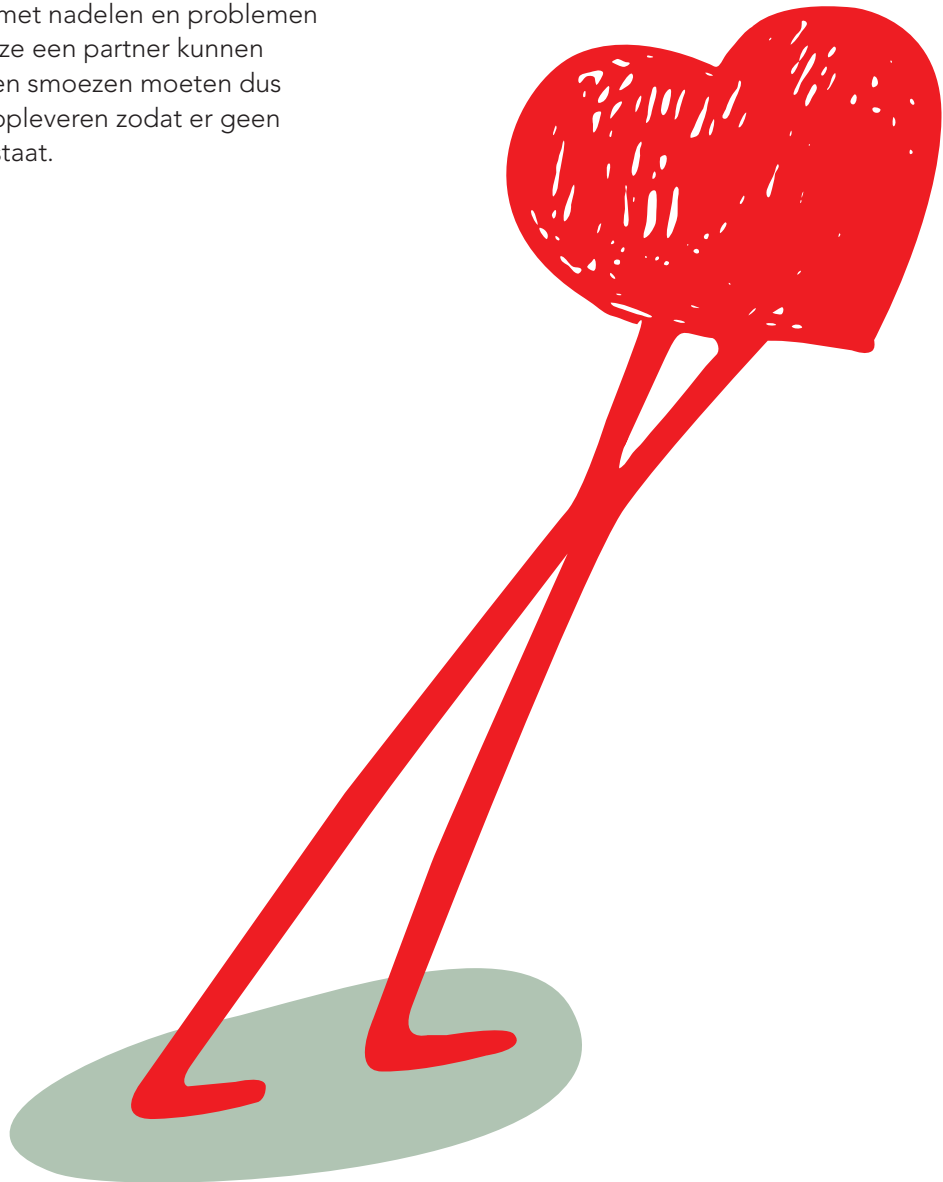
Suggestie: We hebben in deze oefening gezien dat het doen van een soa-test niet vervelend is en dat het niet te maken heeft met iemand niet vertrouwen. Het zorgt er juist voor dat je meer van elkaar kunt genieten als je je minder zorgen hoeft te maken. Jullie weten nu ook hoe je kunt reageren op iemand die geen soa-test wil doen en smoesjes verzint. Het is belangrijk dat je je eigen grenzen niet aan de kant zet voor een ander. Dus maak duidelijk wat een soa-test voor jou betekent en waarom je het belangrijk vindt.

Tips bij deze oefening

- U kunt bij de nabespreking van vraag 5 ook klassikaal naar de site partnerwaarschuwing.nl gaan om samen met de leerlingen te bekijken hoe dit eruitziet en hoe het werkt.
- U kunt de leerlingen erop wijzen dat een deel van de feedback bij Smoesjes (argumenten om je partner te overtuigen van een soa-test) ook bruikbaar zijn om je partner te overtuigen van condoomgebruik.

Belangrijk

- In het filmpje wordt er bij Rianna en Ruben bloed afgenomen. Dit is niet gebruikelijk en alleen nodig als iemand verhoogd risico loopt. Dat is het geval als ze uit gebieden komen waar hepatitis B of hiv veel voorkomen of als ze sekswerker zijn. → Dit staat ook vermeld bovenaan het werkblad 'De soa-poli'.
- Het is belangrijk bij vraag 3 en de Smoesjes dat leerlingen weten hoe ze met nadelen en problemen om kunnen gaan en hoe ze een partner kunnen overtuigen. De nadelen en smoezen moeten dus voldoende oplossingen opleveren zodat er geen gevoel van onmacht ontstaat.



Oefening 3 de soa-poli

1. Waar hebben Rianna en Ruben zich laten testen en waar kun je nog meer naartoe? Waar zou jij je laten testen?

- Rianna en Ruben: GGD. Bij de GGD is het testen anoniem en gratis. Als je bang bent om bekenden tegen te komen, dan kun je ook overwegen om je bij de GGD in een andere stad te laten testen.
- Andere optie is de huisarts. De meeste mensen doen een soa-test bij de eigen huisarts, maar niet iedereen vindt dat prettig.

Kijk op www.sense.info voor een testlocatie bij jou in de buurt.

2. Welke reden hadden Ruben en Rianna om een soa-test te doen? Noem nog 3 andere redenen.

Reden Ruben & Rianna: Als je in een vaste relatie wilt stoppen met condooms naast andere anticonceptiemiddelen.

1. Als je onveilige seks hebt gehad, dus als bijvoorbeeld het condoom vergeten/gescheurd/afgegleden is.
2. Bij klachten die kunnen wijzen op een soa (zie oefening 2).
3. Als je gewaarschuwd wordt door een (ex-)partner die een soa heeft.

3. Wat zijn de voordelen van een soa-test? Wat zijn mogelijke nadelen en hoe kun je deze oplossen?

De voordelen van een soa-test:

- Geeft rust en zekerheid over je gezondheid.
- Maakt vroege behandeling mogelijk.
- Voorkomt uitgebreide gesprekken over je seksuele verleden.
- Voorkomt verdere transmissie.
- In een monogame relatie kun je daarna het condoom weglaten (wel zwangerschapspreventie gebruiken!).

Veel genoemde nadelen van een test (met oplossingen) zijn:

- **Je kunt een bekende tegenkomen waardoor iemand erachter komt.**

Je kunt je anoniem en in een andere stad laten testen.

- **Dan krijg je misschien te horen dat je een soa hebt, terwijl je nergens last van had.**

Je kunt het maar beter weten als je een soa hebt. Dan kun je die goed laten behandelen. Hoe eerder je je laat behandelen, des te kleiner de kans op complicaties. En als je behandeld bent, hoef je ook niet bang te zijn om het aan anderen door te geven. Er zijn soa's die niet overgaan (zoals herpes, hiv, wratten), maar die kunnen met medicijnen wel onderdrukt worden. En er zijn

mensen die je kunnen helpen en adviseren hoe om te gaan met soa's. Kijk op www.sense.info voor betrouwbare adressen.

- **Ik vind het eng!**

Een soa-test doet geen pijn. Als je het toch spannend vindt, ga dan samen met je vriend(in).

4. Bij Ruben is een soa gevonden en bij Rianna niet. Hoe ga je om met de uitslag van je vriend/vriendin? Is het oké als Rianna het deelt met iemand die ze vertrouwt?

Dit houdt je geheim. Als Rianna het wil delen, moet ze eerst goedkeuring bij Ruben vragen. Ondanks dat het iets is wat ook op haar van invloed is (ze mogen een week geen seks hebben om zeker te weten dat de soa niet alsnog wordt overgedragen), moet ze om goedkeuring van Ruben vragen om zijn vertrouwen niet te schaden. Het is het veiligst als ze er samen goed over praten. Rianna kan trots zijn op Ruben dat hij zijn verantwoordelijkheid heeft genomen om een test te laten doen en blij dat hij de uitslag eerlijk met haar heeft gedeeld.

5. In het gesprek met de arts/verpleegkundige in het filmpje wordt Ruben verteld dat hij zijn ex moet waarschuwen, wat ook anoniem kan worden gedaan. Waarom is dit zo belangrijk? En hoe kun je dit anoniem doen?

Omdat de kans groot is dat deze ex-partner ook de soa heeft. Via partnerwaarschuwing.nl kun je mensen anoniem waarschuwen. Om partners te waarschuwen heb je een code nodig. Deze krijg je van een arts of verpleegkundige. Bijvoorbeeld van je huisarts of soa-poli bij de GGD. Ben je gewaarschuwd voor een soa met een bericht van de GGD? Vul dan op partnerwaarschuwing.nl je code in en bekijk voor welke soa je gewaarschuwd bent. Maak dan meteen een afspraak voor een soa-test en neem de waarschuwing daar mee naartoe.

Werkblad met antwoorden voor de docent

Oefening 3

Smoesjes

In de film zie je dat Ruben eerst geen soa-test wil laten doen, maar dan toch beseft dat het een goed idee is. Er zijn veel 'smoesjes' te bedenken om geen soa-test te doen.

Hoe kan je een partner overtuigen om allebei een soa-test te doen? Bedenk de juiste feedback bij onderstaande smoezen:

1. We zijn toch elkaars eerste?

Tja, wat is eerste? Als je allebei nog nooit seksuele handelingen hebt verricht, is de kans op een soa erg klein. Maar dan moet je het wel héél zeker weten. Vergeet niet dat je ook door orale seks of door bevrediging met de hand een soa kunt doorgeven.

2. We doen het toch altijd veilig?

Weet je het zeker? Alleen condoomgebruik bij penetratie is niet genoeg. Je kunt ook een soa oplopen door orale of anale seks of door aftrekken en vingeren. Of door alleen maar met geslachtsdelen tegen elkaar aan te liggen. En is het condoomgebruik wel eens mis gegaan? Gescheurd? Te laat omgedaan?

3. Vertrouw je me niet?

Dit heeft niets met vertrouwen te maken. Je kunt toch een soa hebben zonder dat je het weet? En dat geldt ook voor mij. Dus kunnen we ons maar beter laten testen, dan hoeven we ons daar geen zorgen om te maken. Juist omdat ik je vertrouw, durf ik het te vragen.

4. Doe jij maar een soa-test. Ik wil niet dat iemand erachter komt dat ik me laat testen

Dat heeft niet zoveel zin als jij je niet ook laat testen. Want misschien heb jij wel een soa en geef je mij die alsnog zodra we zonder condooms gaan vrijen. Het testen kan anoniem en in een andere stad, als je echt bang bent dat iemand erachter komt. We kunnen ook samen gaan, dan kun je je ouders zo nodig vertellen dat je een afspraakje hebt met mij.

5. Ik ben hartstikke gezond, klachtenvrij en heb niks

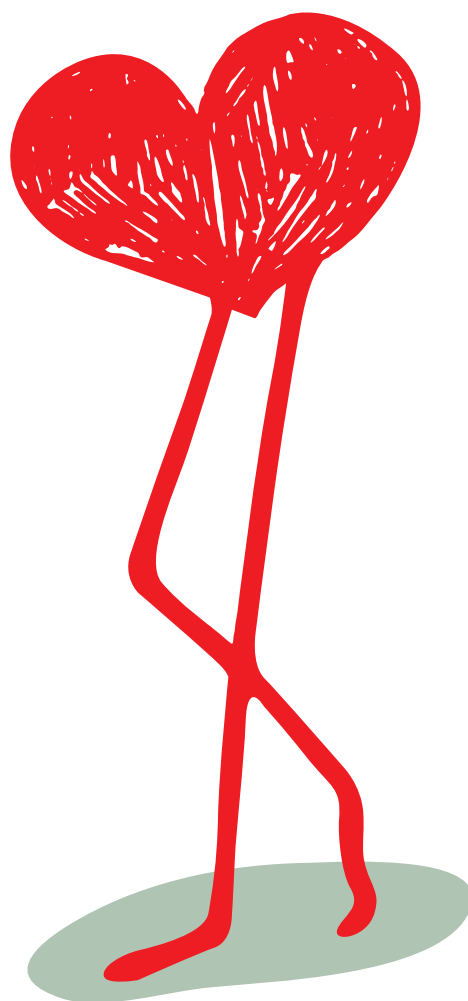
Dat is heel fijn voor je, maar je kunt een soa hebben en doorgeven zonder dat je het weet. Daar kom je alleen achter door je te laten testen. Bij veel soa's krijg je geen klachten of pas na een hele tijd. Ondertussen kun je het wel aan anderen doorgeven. Of je kunt onvruchtbaar worden als je je niet op tijd laat behandelen.

6. Heb jij dan soms iets?

Niet dat ik weet. Maar dat is het nou net, je kunt iets hebben en doorgeven zonder dat je het weet. Daar kom je alleen achter door je te laten testen.

7. Ik ken niemand met een soa

Mensen die een soa hebben, praten daar niet altijd over. Dat zou jij misschien ook niet doen. Het kan dus zijn dat er iemand in jouw omgeving is die een soa heeft of heeft gehad, maar dat zie of merk je niet aan ze. Misschien weten ze het zelf niet eens. Dus het zegt helemaal niets dat je niemand kent met een soa.



Oefening 4

Kans op een soa (10 minuten)

Samenvatting van de oefening

Leerlingen doen online de VR-EXperience en ontdekken hoe groot hun seksuele netwerk is of kan zijn bij één of meerdere sekspartners. Op basis van de antwoorden krijgen de leerlingen een beeld van hun kans op een soa. Daarnaast kunnen zij ook een online test doen waarin ze advies krijgen over een soa-test. Zo weten ze waar ze de juiste informatie kunnen vinden als ze seksueel actief zijn.

Doel

- Leerlingen erkennen hun eigen kans op een soa.
- Leerlingen weten wat ze moeten doen als ze risico op een soa hebben gelopen.

Vorbereiding

- Bekijk de VR-EXperience vr.sense.info en Soa-advieschat [Soatest.advies.chat](http://soatest.advies.chat). De links hiernaar zijn ook te vinden in zowel de docenten- als de leerlingomgeving. Voor de VR-EXperience is geen VR-bril nodig.
- Laat leerlingen de VR-EXperience en Soa-advieschat thuis een keer doen. Dit kan als voorbereiding, maar ook na de klassikale bespreking. Voor de VR-EXperience is geen VR-bril nodig.

Stappen

1. Introduceer de oefening.

Suggestie: In deze oefening krijgen jullie inzicht in hoe snel je seksuele netwerk kan groeien. En jullie kunnen individueel bekijken hoe groot jullie eigen seksuele netwerk is. Vervolgens bekijken we wat je kunt doen als je mogelijk een soa hebt opgelopen.

2. Laat klassikaal de VR-EXperience zien op het scherm met geluid.

Kies een geslacht, een leeftijd die past bij de leerlingen in de klas en kies voor 360 graden. Ga met de ronde cursor naar de knoppen. Geef op de vragen in de chat aan dat jij geen (0) ex hebt en denkt dat je partner er 1 heeft. Nadat de exen zijn verschenen, kunt u weer op het mobieltje klikken op het nachtkastje.

Tip: Doe de experience nogmaals, maar vul dit keer andere aantallen in voor de hoofdpersoon en de ex. Dan zien leerlingen hoe het seksuele netwerk kan toenemen. U kunt ook de leerlingen vragen welke aantallen ze ingevuld willen, maar deze suggesties moeten wel reëel zijn.

3. Laat de leerlingen deze VR-EXperience ook individueel doen.

Het is hierbij belangrijk dat ze dit met voldoende privacy kunnen doen om naar waarheid te antwoorden. U kunt ze dit dus ook thuis laten doen (zie Voorbereiding).

4. Vertel vervolgens dat er een advieschat is waar ze anoniem advies kunnen krijgen of ze een soa-test moeten laten doen en waar dit kan.

De verwijzing hiernaar wordt ook gegeven op de pagina waar u eindigt na de VR-EXperience ('Moet jij je laten testen?').

5. Laat klassikaal de Soa-advieschat zien.

- Ga hierbij uit van iemand die misschien een soa of hiv heeft opgelopen van 17 jaar of jonger. Klik op 'GGD (Sense) vinden' en bekijk klassikaal welke GGD (Sense) het dichtst bij jullie school is. U kunt ook nog de andere opties klassikaal bekijken.
- Open de chat opnieuw en kies dit keer 'Okay, volgende vraag' om de chat verder te doorlopen met de klas om ze een indruk te geven. Probeer reële antwoorden te kiezen die afkomstig zouden kunnen zijn van een leerling uit uw klas. Het is voornamelijk van belang dat ze een indruk krijgen van de chat en de hulp en adviezen die je daar kunt vinden.

6. Laat de leerlingen deze Soa-advieschat ook individueel doen.

Het is hierbij belangrijk dat ze dit met voldoende privacy kunnen doen om naar waarheid te antwoorden. U kunt ze dit dus ook thuis laten doen (zie Voorbereiding).

7. Sluit de oefening af.

Stel de leerlingen de vragen:

- Wat kun je doen om een soa te voorkomen?
Antwoord: Een condoom gebruiken, contact met slijmvliezen en ander lichaamsvocht vermijden, goed communiceren en een soa-test doen voordat je seks zonder condoom gaat hebben met een vaste partner.
- Wat moet je doen als je denkt dat je een soa hebt?
Antwoord: Als je niet zeker weet of je je moet laten testen, kun je de Soa-advieschat doen. Deze geeft aan of je je moet laten testen, waarop, wanneer en waar. Als je een GGD hebt gevonden waar je een afspraak zou willen maken, dan kan dit via de site van de GGD. Je kunt uiteraard ook een afspraak maken bij de huisarts als je twijfelt of als je je wilt laten onderzoeken. Het is goed om te weten dat een soa-test bij de GGD (Sense) voor jongeren tot 25 jaar gratis is.

Colofon

Lang Leve de Liefde is een product van
Soa Aids Nederland en Rutgers

Samenstelling Fraukje Mevissen en Gerjo Kok,
*Universiteit Maastricht, Susanna Bakker, Jolijn Polet,
Suzanne Meijer, Lisette Schutte, Soa Aids Nederland*

Tekst Fraukje Mevissen, *Universiteit Maastricht,*
Susanna Bakker, Jolijn Polet, *Soa Aids Nederland*

Met medewerking van Anita Watzeels, Mireille
Wolfers, *GGD Rotterdam-Rijnmond, Pepijn van
Empelen, TNO Kwaliteit van Leven, Gee van Duin,
Cartesius Lyceum & ILO-Universiteit van Amsterdam,*
Jan de Bres, *SG Groenewald, Sanne van Lieshout,*
Universiteit Maastricht, Daphne Heijmering,
COC Nederland, Jet Zurné, Rudolf Steiner College

Met dank aan Alle docenten, leerlingen en het NIBI
die hebben geholpen bij de ontwikkeling, pretest,
evaluatie en doorontwikkeling van het lesmateriaal

Eindredactie Annemies Gort, *Tekstburo Gort*

Vormgeving Mariska Proost, *Ziezo*

Downloaden langlevedeliefde.nl via Docenten,
Voortgezet Onderwijs, Bovenbouw havo/vwo

Bij deze docentenhandleiding horen een leerlingen-
omgeving, films, werk- en informatiebladen en de
websites: langlevedeliefde.nl en lesgevenindiefde.nl

Tweede druk, 2020

© Soa Aids Nederland, Amsterdam