



Seksuele opvoeding van kinderen  
0-6 jaar



Rutgers

# Seksuele ontwikkeling

Kinderen groeien niet alleen in de lengte, ze groeien ook in hun seksualiteit. Deze seksuele ontwikkeling begint al in de babytijd.

Wat is zoenen?

*Dat is kussen, maar dan heel lang, wel 5 of 10 seconden!*  
Tess, 4 jaar



## Baby

### Aanraken is fijn

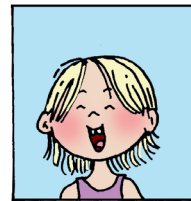
Een baby ontdekt de wereld door te voelen, kijken, proeven en ruiken. Baby's vinden het fijn om aangeraakt en geknuffeld te worden. Het geeft een veilig gevoel. Vanaf een maand of zes gaan baby's hun geslachtsdelen aanraken. Dat gebeurt niet expres, maar toevallig.



## Peuter

### Ik heb een piemel. En jij?

Peuters worden zich bewust van hun eigen lichaam. Ze leren dat ze een jongen of een meisje zijn. Ze zijn nieuwsgierig naar elkaars lichaam en dat van hun ouders. Ze gaan grenzen ontdekken, bijvoorbeeld door het roepen van 'vieze' woorden.



## Kleuter

### Waar komen baby's vandaan?

Zodra een kind naar school gaat, wordt zijn/haar wereld groter. Kleuters leren ook door naar elkaar te kijken. Ze spelen graag spelletjes om hun lichaam te ontdekken: vadertje en moedertje, of doktertje. Als kleuters vijf, zes jaar zijn, krijgen ze duidelijke ideeën over typisch jongens- en meisjesgedrag. Op deze leeftijd vragen kinderen vaak waar baby's vandaan komen.

**Deze brochure gaat over baby's, peuters en kleuters**

**Wat is verliefd?**

*Dat is dat je iemand lief vindt.  
Luc, 3 jaar*

**Hoe komt die baby in je buik?**

*Zaadjes doen dan een race en het  
zaadje dat het eerste aankomt, wordt de  
baby. De andere zaadjes gaan dood.  
Ruben, 4 jaar*

**Hoe kus je?**

*Een korte kus geef je aan je vader of  
moeder. Een lange kus geef je aan je  
vriendje of vriendinnetje.  
Janneke, 5 jaar*

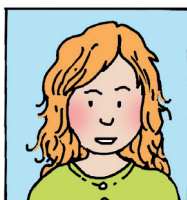
**Wat is seks?**

*Seks is op elkaar liggen, in je blootje  
en dan krijg je misschien een baby  
Mehmet, 6 jaar*



## Schoolkind Wij zijn vriendjes

Vanaf een jaar of zeven weten kinderen hoe een baby uit de buik komt. Op deze leeftijd fantaseren kinderen veel. Ze kunnen heel verliefd zijn. Vriendschappen worden belangrijker. Jongens en meisjes spelen soms apart, samen spelen vinden ze spannend. In deze periode gaan kinderen zich ook schamen voor hun blote lichaam.



## Puber Verliefd en onzeker

De puberteit begint meestal tussen de tien en vijftien jaar. Pubers krijgen in korte tijd met veel veranderingen te maken. Hun lichaam groeit en wordt volwassen. Ze kunnen erg onzeker zijn over hun lichaam. Ze worden verliefd, gaan experimenteren met zoenen en elkaar aanraken, en masturberen. Ze zoeken online informatie op over seks. In deze periode komen jongeren er vaak achter of ze op jongens of meisjes vallen, of op allebei.



## Bijna volwassen Flirten en vrijen

Jongeren worden langzaam aan volwassen. Ze oefenen met flirten, verking en vrijen. Onderhandelen, communiceren, wensen en grenzen en respect zijn belangrijke thema's. Als jongeren achttien jaar zijn, heeft de helft al een keer geslachtsgemeenschap gehad. De andere helft doet het rustiger aan, of wacht op de juiste partner. Internet speelt een belangrijke rol bij het leggen van contacten.

## Baby's, peuters, kleuters en seksualiteit

**Jonge kinderen en seksualiteit: voor veel ouders is dit een rare combinatie. Seksualiteit gaat toch over zoenen en vrijen? Dat klopt, maar seksualiteit gaat ook over gevoelens, over vriendschap en elkaar lief vinden, over je lichaam ontdekken, over verschillen tussen jongens en meisjes en over prettige en minder prettige aanrakingen. En dat begint al vanaf het moment dat een kind geboren wordt!**

### Wat gebeurt er in die eerste zes jaar?

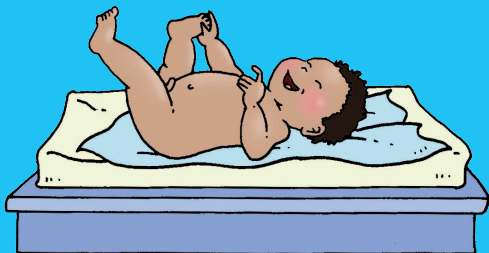
- Baby's ontdekken de wereld via hun zintuigen.
- Vanaf twaalf maanden krijgen kinderen interesse in de geslachtsdelen van anderen.
- Vanaf vijftien maanden ontdekken sommige kinderen dat het een lekker gevoel geeft om de bovenbeentjes tegen elkaar te drukken, of ergens met hun geslachtsdeel tegenaan te wrijven.
- Vanaf een jaar of twee à drie beseffen kinderen dat ze een jongetje of meisje zijn.
- Peuters en kleuters zijn vaak erg nieuwsgierig naar elkaars lichaam en dat van volwassenen.
- Kleuters zijn soms al verliefd: dat betekent gewoon dat ze elkaar heel lief vinden.

### Wat kun je doen als ouder?

- Door te knuffelen, zorg je ervoor dat je kind zich geborgen en veilig voelt.
- Door je kind de ruimte te geven, kan het spelenderwijs zijn eigen lichaam en gevoelens ontdekken.
- Door vragen over liefde en seks te beantwoorden, leer je je kind dat het bij je terecht kan met vragen en problemen.
- Door te praten over liefde en seks, geef je je kind normen en waarden mee en goede informatie over relaties en seksualiteit.
- Door (spel)regels te geven, leer je je kind wat wel en niet kan.
- Door te laten zien hoe jij met dingen omgaat, ben je een voorbeeld voor je kind.

## Wist je dit?

**Kinderen die met hun ouders praten over seksualiteit, beginnen vaak op latere leeftijd en op een veilige manier met seks.**



## Te jong?

Peuters en kleuters zijn niet te jong om te praten over liefde en seks. Dit is juist een goede leeftijd om er mee te beginnen. Op deze leeftijd voelt een kind een heel sterke band met zijn ouders. Het is gevoelig voor alle informatie die jij het geeft. Door op deze leeftijd al over liefde en seksualiteit te praten wordt het gewoon en ook makkelijker om het er op latere leeftijd over te hebben. Bovendien zijn kinderen van deze leeftijd heel nieuwsgierig; maak daar gebruik van. Wees niet bang dat je te veel vertelt: een kind onthoudt alleen wat past bij de leeftijd.

## Nu al praten over liefde en seks?

- 1 Je laat je kind merken dat het bij jou terecht kan met vragen en problemen.
- 2 Je geeft je kind goede informatie.
- 3 Je kunt je eigen normen en waarden meegeven.
- 4 Je laat je kind zien dat praten over seks gewoon is.

## Warmte en geborgenheid

Het is belangrijk om je kind te laten opgroeien in een warme en geborgen omgeving. Dat zorgt voor vertrouwen.

### Knuffelen

Seksuele opvoeding begint met je kind knuffelen. Baby's vinden het heerlijk als ze tijdens het voeden of verschonen gestreeld en geknuffeld worden.

### Wist je dit?

Een kind dat veel geknuffeld wordt, zal later positiever over zichzelf en zijn lichaam denken dan een kind dat bijna nooit liefdevol wordt vastgepakt. Knuffelen en aanraken zorgen ervoor dat je kind zich veilig voelt.



## Wassen

**Koen:** *Hoe was ik een piemelkje of vagina bij een kind van twee jaar?*

Gewoon met water en een washandje of doekje. Gebruik geen zeep. Let op dat ook de plooitjes schoon zijn. Bij een jongetje hoeft de voorhuid nog niet te worden teruggetrokken. Dat kan pas als de voorhuid loskomt van de eikel. Dit is tussen het derde en zesde jaar.

## Na het verschonen

Heb je je kind verschoond? Wrijf je baby lekker in met wat olie. Daarmee maak je duidelijk dat een vieze luier verschonen ook een fijne kant heeft.

## Lekker op schoot

Peuters willen graag op schoot zitten. Om samen een boekje te lezen, een knuffel te krijgen of gewoon voor de gezelligheid. Dat geldt voor jongens en meisjes. Het ene kind heeft hier meer behoefte aan dan het andere. Sommige kinderen willen soms liever stoeien dan op schoot zitten. Dat is ook een manier om je kind te laten merken dat het de moeite waard is.

## Stijf piemelkje

**Yasmina:** *Mijn baby heeft soms een stijf piemelkje, is dat wel normaal?*

Ja, dat is heel normaal en heeft niets te maken met opwinding of zin in seks. Het is een puur lichamelijke reactie.

## Ontdekken en onderzoeken

Baby's en peuters ontdekken hun eigen lichaam door te kijken en te voelen. Ook zijn ze benieuwd naar het lichaam van anderen.

---

### Vanaf vier maanden

Als een kind tussen de vier en zes maanden is, kan het zijn/haar geslachtsdelen aanraken. Dat gebeurt toevallig. Pas als een kind een jaar of twee is, kan het bewust met zijn geslachtsdelen spelen. Verbied dat niet, want dan geef je je kind het gevoel dat zijn piemel of haar vagina verboden terrein is.





## Beetje wrijven

**Kirsten:** *Mijn dochtertje van drie vindt het fijn om haar vagina aan te raken. Ze stopt haar hand dan tussen haar benen. Met haar duim in haar mond gaat ze een beetje wrijven. Hoe leer ik haar dat af?*

Afleren hoeft niet, dit is normaal gedrag. Het aanraken van de geslachtsdelen kan je dochtertje een prettig gevoel geven. Net als op haar duim zuigen of over een knuffel aaien. Ze wordt er rustig van. Het heeft niet dezelfde betekenis als bij volwassenen die zichzelf aanraken. Je kunt je dochter wel leren dat ze zichzelf alleen aanraakt als ze thuis is of op haar kamertje.

## Nieuwsgierig

Peuters worden steeds nieuwsgieriger naar hun eigen lichaam en dat van andere kinderen en volwassenen. Blote lijven vinden ze erg interessant. Ze willen graag weten hoe je kunt zien of iemand een jongetje of een meisje is.

## Meisjes kijken

**Farouk:** *Mijn zoontje zit op het kinderdagverblijf. De groepsleidster vertelde me dat hij graag met andere kinderen naar de wc gaat, vooral als het meisjes zijn. Ik weet niet goed wat ik daarvan moet vinden.*

Jonge kinderen zijn nieuwsgierig. Verschillen tussen jongens en meisjes, en dus ook verschillen tussen de geslachtsdelen, zijn voor kinderen van deze leeftijd heel interessant. Daar kijken ze graag naar, bijvoorbeeld op de wc. Dit is normaal gedrag en hoort bij deze leeftijd. Heb je hier als ouder moeite mee? Bespreek dit met de begeleidster. Je kunt ook samen met je zoontje naar een boekje kijken en hem op de verschillen tussen jongens en meisjes wijzen.



## Handige spelregels

Vanaf een jaar of vier leren kinderen thuis en op school hoe ze zich 'zouden moeten' gedragen. Ze weten steeds beter wat wel en niet mag.

### Doktertje spelen

Jonge kinderen spelen graag doktertje. Ze zijn nieuwsgierig en ontdekken op die manier samen elkaars lichaam. Dat hoort bij hun ontwikkeling. Als een kind naar de basisschool gaat, zie je dat er iets verandert. De nieuwsgierigheid blijft, maar kinderen leren ook dat een aantal dingen niet hoort. Bijvoorbeeld dat je niet aan je piemel zit als er andere mensen bij zijn, dat je niet in je blootje loopt als er visite is, of dat je niet zomaar aan iemands borsten mag zitten. Dit maakt dat kinderen op een gegeven moment liever doktertje spelen als er geen volwassene in de buurt is.

### (Spel)regels afspreken

Het is heel normaal als kinderen doktertje spelen, maar spreek wel een aantal spelregels af:

- 'Als je geen zin hebt in doktertje spelen, hoef je het niet te doen.'
- 'Doe niets waar de ander geen zin in heeft, en doe ook niets waar je zelf geen zin in hebt.'
- 'Stop niets in gaatjes (mond, oor, neus, vagina, poepgaatje), en doe de ander geen pijn.'



## Piemel in de klas

**Stefan:** *Mijn zoon van vier heeft een paar keer trots zijn stijve piemel laten zien in de klas. Is dit normaal?*

Ja, het is normaal dat jongens op deze leeftijd verbaasd zijn over hun erectie en het spannend vinden om die te laten zien. Je kunt je zoon vertellen dat hij trots mag zijn op zijn lichaam. Leg hem wel uit dat hij dat beter niet in de klas kan laten zien. Andere kinderen zouden het vervelend kunnen vinden of hem uitlachen. Bovendien: sommige dingen houd je voor jezelf.

## (Spel)regels bij seksueel spel/gedrag tussen kinderen:

- 1 **Wederzijdse toestemming;** wil het kind het zelf, wil het andere kind het ook, vinden beide kinderen het seksuele gedrag prettig?
- 2 **Vrijwilligheid;** kiest je kind er zelf voor, durft het/is het in staat om nee te zeggen?
- 3 **Gelijkwaardigheid;** zijn de kinderen even sterk, oud, slim, of is er sprake van een machtsverschil?
- 4 **Adequate ontwikkeling;** doet je kind niets waar het te jong of te oud voor is, past het seksuele gedrag bij de ontwikkelingsleeftijd van het kind?
- 5 **Adequate context;** is het seksuele gedrag van je kind gepast, stoort of choqueert het anderen in de omgeving niet?
- 6 **Zelfrespect;** heeft je kind zicht op de gevolgen van zijn of haar gedrag, neemt het geen risico's die schadelijke gevolgen kunnen hebben?

## Soms gaan de spelletjes te ver. Wanneer grijp je in?

- Als het spel niet gelijkwaardig is. Bijvoorbeeld als je kind doktertje speelt met een kind dat drie jaar ouder of jonger is.
- Als één van de kinderen iets doet wat het niet wil of niet durft.
- Als het pijn doet bij één van de kinderen.

## Over jongens en meisjes

Peuters leren dat er jongetjes en meisjes zijn. Als ze vijf, zes jaar zijn, krijgen ze duidelijke ideeën over wat een meisje en wat een jongetje 'hoort' te doen.

### Poppen en auto's

Jongens gaan zich op deze leeftijd vaak gedragen zoals ze denken dat jongens zich 'horen' te gedragen: ze spelen met auto's en doen wilde spelletjes. Meisjes doen soms heel 'meisjesachtig': ze verkleden zich als prinses en spelen met poppen. Sommige kinderen doen het overigens precies andersom: er zijn meisjes die veel stoeien en van voetbal houden en er zijn jongens die liever rustig een boekje lezen of tekenen. Niets mis mee.



### Wat kun je doen als ouder?

- Wees je je bewust van je eigen stereotypebeelden en normen.
- Geef jongens de gelegenheid om emoties te tonen en meisje om op avontuur te gaan.
- Benoem nooit iets als 'jongens' of 'meisjes' dingen.
- Deel jongens en meisjes niet automatische in twee groepen.
- Geef jongens ook een compliment als ze zorgzaam zijn en meisje als ze bijvoorbeeld iets fysieks zwaars hebben gedaan.
- Geef het goede voorbeeld: verdeel bijvoorbeeld huishoudelijke- en zorgtaken.

## Vriendjes

Als kinderen vier zijn, kunnen ze zich steeds beter inleven in andere kinderen. Hierdoor ontstaan de eerste vriendschappen. Die vriendschappen duren vaak niet lang en zijn nog oppervlakkig. Veel kleuters spelen met jongens en meisjes: ze maken nog geen onderscheid. Vanaf een jaar of zes verandert dat en vinden jongens en meisjes elkaar vaak stom. Dat komt omdat ze zich nog niet goed kunnen verplaatsen in elkaar.



## Ik ben verliefd

Als een kind van vier zegt: 'Ik ben verliefd', dan bedoelt het een speciale vriendschap met een ander kind of volwassene. Hij of zij kan 'verliefd' zijn op iemand van het andere geslacht of op iemand van hetzelfde geslacht, maar ook op zijn/haar vader of moeder of meester/juf.

## Roze jurk

**Martine:** *Mijn zoon van vier wil graag een roze jurk aan, net als de meisjes uit zijn klas. Hoe moet ik hierop reageren?*

Je hoeft hier niet van te schrikken. Sommige verschillen zijn voor een kind niet logisch, zoals welke kleren je wel of niet aantrekt. Laat je zontje gerust een jurk van zijn zusje aantrekken, of een sjaal ombinden als rok. Vaak verdwijnt dit gedrag na een tijdje. Kinderen die dit gedrag in sterke mate blijven vertonen, en aangeven liever van het andere geslacht te zijn, kunnen mogelijk transgender gevoelens hebben en voelen zich mogelijk anders dan het geslacht waarmee ze geboren zijn. Hoe zij zich van binnen voelen klopt dan soms gewoon niet met hoe hun lichaam er uitziet. Deze kinderen worden ook wel transgender genoemd. Heb je hier vragen over? Kijk dan op [www.transvisie.net](http://www.transvisie.net).

# Weerbaarheid

Een van de belangrijkste dingen die je je kind kunt leren, is om weerbaar te zijn. Een weerbaar kind kan zijn of haar grenzen aangeven.

## Weerbaar zijn

Weerbaar wil zeggen dat je kind voor zichzelf kan opkomen. En dat het in een moeilijke situatie zelf een oplossing kan bedenken. Bijvoorbeeld als een ander kind doktertje wil spelen en jouw kind dat niet wil. Weerbaar betekent ook dat je kind rekening houdt met wat anderen wel of niet willen.

## Hoe maak je je kind weerbaar?

- Leer je kind op zijn eigen gevoel te vertrouwen. Maak onderscheid tussen een 'ja-gevoel' en 'nee-gevoel'. Een ja-gevoel vind je fijn, een nee-gevoel wil je niet.
- Leg uit dat er leuke en niet-leuke geheimen zijn. Leuke geheimen mag een kind voor zichzelf houden. Niet-leuke geheimen zijn niet fijn. Die kun je beter vertellen.
- Vertel je kind dat het niet zomaar met andere mensen mee mag gaan zonder dat jij het weet. Ook niet als het bekenden zijn, of als ze heel aardig zijn.
- Leg uit dat niemand aan zijn of haar lichaam mag komen als hij of zij dat niet wil.
- Laat merken dat je kind altijd bij je terecht kan.

## Maak je je zorgen?

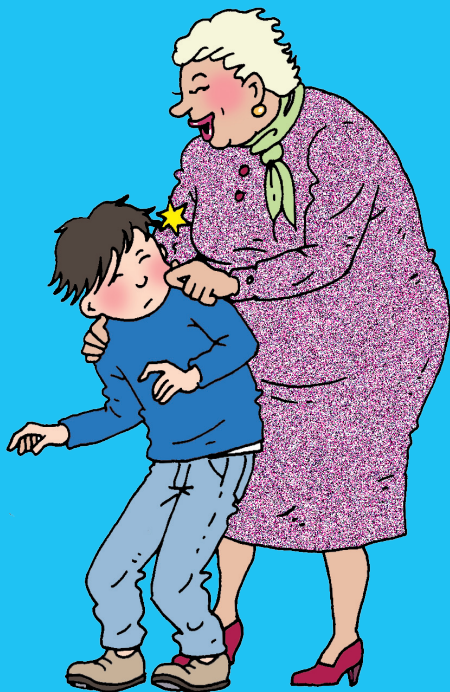
Bijvoorbeeld omdat je kind toch in het openbaar zijn piemel blijft laten zien, terwijl je hebt afgesproken dat hij dat niet meer zou doen? Ga dan naar een Centrum voor Jeugd en Gezin bij jou in de buurt, of bespreek het op het consultatiebureau, of met de schoolarts of -verpleegkundige.

Ga voor meer informatie naar:  
[www.opvoeden.nl/cjg](http://www.opvoeden.nl/cjg)

## Tip

Lees de folder 'Over de grens? Gids voor ouders. Seksueel opvoeden met het vlaggensysteem'.

De folder is te downloaden via:  
[www.movisie.nl](http://www.movisie.nl)



## Grenzen aangeven

Leer je kind dat het grenzen mag aangeven en respecteer deze grenzen. Bijvoorbeeld als het geen kusje of knuffel wil geven aan jou of bijvoorbeeld opa of oma. Respecteer dat dan. Door deze grens te respecteren leer je je kind dat het grenzen mag aangeven en dat daar naar geluisterd wordt.

Je kunt wel met je kind afspreken dat je wilt dat het op een andere manier gedag zegt.

Je kunt hier zelf ook een voorbeeld in zijn door je eigen grenzen duidelijk aan te geven en te laten merken wat je zelf wel en niet prettig vindt.

## Samen praten over seks

Vanaf een jaar of twee stellen kinderen vragen over onderwerpen die met seksualiteit te maken hebben. De eerste vragen gaan meestal over verschillen tussen jongens en meisjes. Daarna komen vragen over zwangerschap en hoe baby's geboren worden.

### Doodgewoon

Voor kinderen is het heel normaal om vragen te stellen over voortplanting en seks. Net zo normaal als vragen waarom de zon schijnt, of wat papa op zijn werk doet. Je kunt er dus ook heel normaal op antwoorden. Dat zorgt ervoor dat kinderen leren dat ze met hun vragen over liefde en seks altijd bij je terecht kunnen.



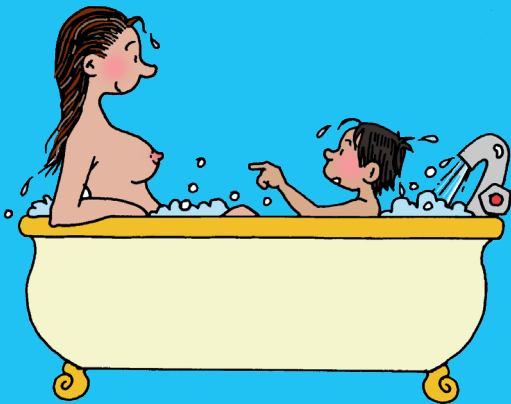
### Over zaadjes en eitjes

Kleuters zijn erg geïnteresseerd in de voortplanting. Ze stellen daar veel vragen over. De meeste kinderen van vier weten niet hoe een baby in de buik komt. Als ze vijf zijn, hebben ze soms wel gehoord over zaadjes en eitjes. Maar hoe die bij elkaar komen, weten ze nog niet. Kleuters weten ook niet dat een baby door de vagina naar buiten komt. Dat kun je ze allemaal vertellen.

### Poep en plas

Kinderen van een jaar of drie zitten in de viezewoorden-fase. Ze vinden het leuk en spannend om 'poep' of 'piemel' of andere 'vieze' woorden te zeggen. Dat doen ze omdat ze merken dat bepaalde woorden bij volwassenen een reactie uitlokken. Daarom gaan ze die woorden herhalen. Besteed er zo min mogelijk aandacht aan. Of spreek met je kind af dat het elke dag vijf minuten lang zoveel vieze woorden mag zeggen als het wil. Waarschijnlijk is de lol er dan snel van af.





## Wat zou jij doen

**Asha:** *Je kind wijst in bad nieuwsgierig naar jouw borsten en vraagt: 'Wat is dat?'*

Kinderen zijn nieuwsgierig naar het lichaam van anderen. Wat is een jongen, wat is een meisje? Wat is papa? Wat is mama? En hoe kan je dat zien? Maak gebruik van die nieuwsgierigheid. Geef je kind eerlijk antwoord als het vragen heeft. Leg het op een makkelijke manier uit.

## Baby in de buik

**Thomas:** *Mijn zoon van vijf vroeg hoe een baby in de buik van de moeder komt. Wat kan ik hem vertellen?"*

Je kunt bijvoorbeeld zeggen: 'Een zaadje van de papa komt bij een eitje van de mama. Daar groeit een baby uit, in de buik van de mama. Als het baby'tje groot genoeg is, komt het via de vagina van de mama naar buiten.'

Als je kind meer wilt weten, kun je meer vertellen. Je kunt ook een boek met plaatjes gebruiken.



## Welke woorden gebruik jij?

Soms is het lastig om te beslissen welke woorden je moet gebruiken als je over seksualiteit praat. Gebruik woorden die voor jou prettig zijn, woorden die jij makkelijk gebruikt. Het is wel belangrijk om de geslachtsdelen te benoemen. Op die manier laat je merken dat de penis en vagina er ook bij horen, net zoals een neus of een voet. Gebruik bij voorkeur: Vagina, vulva of poenie. Piemel of penis.

## Het goede antwoord

- Wees duidelijk: kies eenvoudige woorden en leg uit wat ze betekenen.
- Vraag waarom je kind een bepaalde vraag stelt. Misschien maakt je kind zich zorgen om iets. Of wil het eigenlijk ook nog iets anders weten.
- Weet je het antwoord niet? Zeg dan dat je er even over na moet denken. En kom er later op terug. Gebruik boekjes om dingen uit te leggen.
- Komt het moment dat je kind een vraag stelt niet uit? Geef aan dat je er later op terugkomt en vertel het op een moment dat je er rustig over kunt praten.

# Leestips en handige websites

## Boeken die je samen met je kind kunt lezen

### Onderwerp: van alles over seksualiteit

- *Allereerste infoboek – Seksuele opvoeding* (Isabelle Fougere)
- *Saar en Jop praten over seksualiteit* (Arjet Borger en Marieke ten Berge)
- *Waar komen baby's vandaan?* (Pauline Oud)
- *Kriebels in je buik* (Siska Goeminne)

### Onderwerp: lichaam en bloot

- *Alles over jouw lichaam* (Pauline Oud)
- *Van top tot teen* (Dagmar Geisler)
- *In je blootje* (Melanie Meijer en Iva Bicanic)

### Onderwerp: jongens en meisjes

- *Kleine Aap's Grote Plascircus* (Tjibbe Veldkamp)
- *De coole cowboy* (Tjibbe Veldkamp en Wouter Tulp)

### Onderwerp: vriendschap en verliefdheid

- *Kikker is verliefd* (Max Velthuis)
- *Ik vind jou lief* (Sanderijn van der Doef)
- *Wil je mijn vriendje zijn* (Eric Carle)

### Onderwerp: ja en nee zeggen

- *Dat is fijn* (Melanie Meijer en Iva Bicanic)
- *Nee! Een boek over nee en ja zeggen* (Sanderijn van der Doef en Marian Latour)
- *Baas over je eigen lijf* (Melanie Meijer en Iva Bicanic)

### Onderwerp: seksuele diversiteit

- *Koning & Koning* (Linda de Haan)
- *Prinses Nina* (Marlise Achterbergh)
- *Het lammetje dat een varken is* (Pim Lammers)

## Boek alleen voor ouders: over de seksuele opvoeding van jonge kinderen

- *Kleine mensen, grote gevoelens* (Sanderijn van der Doef)

## Vragen?

Neem contact op met het consultatiebureau, met de schoolarts of verpleegkundige. Of kijk op de website van het Centrum voor Jeugd en Gezin voor een opvoedbureau in jouw buurt.

## Websites

[www.opvoeden.nl](http://www.opvoeden.nl)

Website met informatie over de ontwikkeling en opvoeding van kinderen en jongeren. Op de site staan veel thema's, waaronder seksuele ontwikkeling en seksuele opvoeding.

[www.kindenseksualiteit.nl](http://www.kindenseksualiteit.nl)

Website met informatie over de seksuele ontwikkeling en de seksuele opvoeding van kinderen tot 12 jaar.

[www.ouders.nl](http://www.ouders.nl)

Website voor ouders over opvoeding en seksualiteit. Er staan ook veelgestelde vragen van ouders op.

[shop.rutgers.nl](http://shop.rutgers.nl)

In de webwinkel vind je folders en brochures voor ouders en voor kinderen.

[www.seksuelevorming.nl/ouders](http://www.seksuelevorming.nl/ouders)

Website met informatie over de Week van de Lentekriebels: een project over relationele en seksuele vorming binnen het basisonderwijs. Op de site staan ook veel boeken voor ouders en kinderen.

# Rutgers

## Over Rutgers

Rutgers zet zich al meer dan 50 jaar in voor goede seksuele vorming aan jongeren, voor verbeterde toegang tot anticonceptie en veilige abortus en voor de preventie van seksueel geweld. Zo verbeteren wij de seksuele gezondheid en rechten van jongeren in 18 landen. Dat gaat niet alleen over soa, ongeplande zwangerschappen of seksuele problemen, maar ook over prettige, gewenste en gelijkwaardige relaties en seks.

Arthur van Schendelstraat 696  
3511 MJ Utrecht  
Postbus 9022  
3506 GA Utrecht

+31(0)30 231 34 31  
info@rutgers.nl  
www.rutgers.nl  
www.rutgers.international