



**STYRK DEN
SEKSUELLE SUNDHED**

I DIN KOMMUNE
- INSPIRATIONSKATALOG TIL
KOMMUNAL FOREBYGGELSE
OG SUNDHEDSFREMME 2018

© Sex & Samfund, 2018

Kopiering og print af dette materiale eller dele deraf er kun tilladt efter reglerne i gældende lov om ophavsret eller inden for rammerne af en aftale med Copydan.

Indhold: Camilla Aavang Poulsen

Ansvarshavende redaktør: Bjarne Christensen

Fotos: Christina Birch, Lars Nyebøll, Tine Sletting, Morten Woldsgaard Lambertsen

Layout: Morten Woldsgaard Lambertsen

INDHOLD

Styrk den seksuelle sundhed i din kommune	4
Hvem er Sex & Samfund?	5
Skal vi arbejde sammen?	6
Sådan kan Sex & Samfund støtte din kommunes arbejde	6
Vil du vide mere?	15

STYRK DEN SEKSUELLE SUNDHED I DIN KOMMUNE

Seksuel sundhed er, ifølge WHO, en tilstand af fysisk, følelsesmæssig, mental og social trivsel relateret til seksualitet; det er ikke alene fraværet af sygdom, dysfunktion eller skrøbelighed.

Seksuel sundhed kræver en positiv og respektfuld tilgang til seksualitet og seksuelle forhold, såvel som muligheden for at have lystfyldte og sikre seksuelle oplevelser fri for tvang, diskrimination og vold. Seksuel sundhed er således et bredt begreb, som kræver fokus på reduktion af sygdomme og uønskede graviditeter såvel som et positivt fokus på seksuel trivsel i alle livets faser (Sundhedsstyrelsen, 2018).


I, der arbejder i kommunerne, har ansvaret for forebyggelse og sundhedsfremme i forhold til seksuel sundhed og dermed at arbejde for at ovenstående opfyldes.

Sundhedsstyrelsen har i foråret 2018 lanceret en revideret forebyggelsespakke for seksuel sundhed. Her gives en række helt konkrete anbefalinger til, hvad de enkelte kommuner kan og bør gøre for at fremme seksuel sundhed blandt kommunens borgere. I forebyggelsespakken gives konkrete ideer og forslag til, hvordan man kan komme i gang eller videre med forebyggelsen i den enkelte kommune. Der henvises desuden til forskellige eksterne parter, der har ekspertise og tilbud, som kommunen kan benytte sig af.

I dette katalog fremgår det, hvordan Sex & Samfund kan understøtte din kommunes forebyggende og sundhedsfremmende arbejde med seksuel sundhed med udgangspunkt i Sundhedsstyrelsens forebyggelsespakke for seksuel sundhed. Vores tilbud udvikler sig løbende, så læs venligst den nyeste opdaterede version på Sex & Samfunds hjemmeside eller kontakt os direkte på kommune@sexogsamfund.dk.

Vi ser frem til et godt samarbejde til gavn for den seksuelle sundhed i jeres kommune.

Maj 2018

 **Bjarne B. Christensen**
Generalsekretær i Sex & Samfund

HVEM ER SEX & SAMFUND?

Vi arbejder for en verden, hvor alle har ret til at bestemme over deres egen krop og seksualitet.

Sex & Samfund kæmper for alles ret til seksuel sundhed og til at bestemme over egen krop. Det har vi gjort i mere end 60 år. Men kampen fortsætter, fordi diskrimination, forfølgelse, sexsygdomme, uønskede graviditeter, farlige aborter og mødre dødelighed stadig ødelægger alt for mange liv både i Danmark og verden rundt.

Alle skal have ret til at være dem, de er, og til at elske dem de vil. Det er en forudsætning for, at vi hver især personligt kan udfolde vores fulde potentiale – samt for en bæredygtig udvikling.

Mere end nogensinde før er retten til egen seksualitet, køn og krop en politisk kampplads – og Sex & Samfund står i forreste linje for at forsvare disse rettigheder.

Vi er en privat forening stiftet i 1956 med sekretariat og klinik i København. Vi arbejder både i Danmark og internationalt og er en ikke-kommerciel forening uden partipolitisk tilknytning.

Sex & Samfund er den førende organisation i landet på området seksuel sundhed og seksuelle rettigheder, og vi har mange års erfaring med kommunal forebyggelse, undervisning, rådgivning og formidling om emnet. Vi kan derfor tilbyde en bred vifte af ydelser inden for rådgivning, sparring, undervisning og materialer.

Økonomien bag et samarbejde med Sex & Samfund

Sex & Samfund er en ikke-kommerciel forening, der løbende søger finansiering til de aktiviteter, vi ønsker at gennemføre.

En stor del af vores aktiviteter støttes i dag af Sundhedsstyrelsen, regioner, kommuner eller private fonde. Nogle aktiviteter er i dag fuldt finansieret af Sundhedsstyrelsen eller fonde, og vi kan derfor tilbyde dem uden omkostninger for kommunerne.

Andre aktiviteter og tilbud er kun delvist finansieret, mens nogle ydelser forudsætter fuld betaling fra kommunerne. Da finansieringen ændrer sig løbende, vil priserne for de forskellige ydelser også variere tilsvarende.

Kontakt os på kommune@sexogsamfund.dk og få et konkret tilbud, som vi gerne udarbejder efter forespørgsel.



SKAL VI ARBEJDE SAMMEN?

Ved at indgå en samarbejdsaftale med Sex & Samfund får din kommune særlig støtte til en lang række opgaver vedrørende forebyggelse og seksuel sundhed i kommunen.

En samarbejdsaftale med Sex & Samfund gælder for et år ad gangen. Aftalen starter typisk 1. januar, men kommuner kan også tilmelde sig senere på året til en reduceret pris.

Prisen for en samarbejdsaftale er 25 øre pr. borger i kommunen årligt. Det vil sige, at en kommune med 50.000 borgere betaler i alt kr. 12.500 årligt. For kommuner med mere end 100.000 borgere aftales prisen individuelt.

Læs om de særlige ydelser og tilbud til vores samarbejdskommuner herunder og kontakt kommune@sexogsamfund.dk for mere information og udarbejdelse af tilbud.

Tilbud og ydelser til Sex & Samfunds samarbejdskommune

Supplerende seksualundervisning

Jeres kommune og alle institutioner i kommunen får 10 % rabat på supplerende seksualundervisning fx i folkeskolerne, på ungdomsuddannelserne eller for børn og unge med særlige behov.



Udvidet rabat på kompetenceudvikling

Jeres kommune og almindeligvis alle institutioner i kommunen får 25 % rabat på kompetenceudvikling af lærere og sundhedsplejersker - fx metodekurser, oplæg og facilitering af workshops.

Faglig sparring

Som samarbejdskommune får I adgang til faglig sparring omkring jeres borgeres seksuelle sundhed og trivsel. Vi tilbyder både et årligt sparringsmøde med gennemgang af jeres lokale data fra Årsrapporten (som vi også udarbejder til jer) samt løbende telefon og/eller mailkontakt. Fx kan vi hjælpe jer med:

- Fortolkning af kommunens klamydiatal
- Håndtering af uønsket billeddeling blandt børn og unge
- Tilrettelæggelse af lokale spørgeskemaundersøgelser

Gratis kondomer og reklamer for rådgivningstilbud til unge

I får en årlig levering af en pakke med kondomer, plakater og visitkort, der reklamerer for det anonyme rådgivningstilbud til børn i alderen 10-15 år, Privatsnak.dk, og til unge, Sexlinien.dk. I får også forslag til, hvordan materialerne kan udnyttes.



Årsrapport med lokale data

I får i starten af året tilsendt en årsrapport, hvori vi samler data om seksuel sundhed og trivsel i jeres kommune. Fx vil vi beskrive:

- Tal for klamydiasmitte gennem tid og sammenholdt med landstallene
- Antal deltagere i kampagnerne Uge Sex og Kun med Kondom
- Overblik over henvendelser hos vores anonyme rådgivning Sexlinien.dk og Privatsnak.dk

Som supplement til årsrapporten tilbyder vi et sparringsmøde, hvor vi kan drøfte de enkelte data og anbefalinger om indsatser heraf.

Gratis fagoplæg

Som samarbejdskommune får jeres fagpersonale mulighed for at deltage i et gratis fagoplæg om seksuel sundhed og trivsel. Fagoplæggene tilstræbes afholdt i hver af landets 5 regioner og har et nyt tema hvert år.

Prioriteret kampagnerekruttering og rabat på kampagnepakker

Kommuner, der er tilmeldt Sex & Samfunds Kun med Kondom-kampagne (eller andre kampagner), modtager alle en gratis grundpakke med mulighed for at tilkøbe udvidede pakker med flere materialer. Som samarbejdskommune fås de udvidede pakker med flere materialer til reduceret pris.

Lokale aktører i kommunen, fx diskoteker, biblioteker, forretningsdrivende m.fl., kan ligeledes bestille materialepakker til en reduceret pris.

Som samarbejdskommune vil der endvidere være en øget kampagnerekrutteringsindsats til kommunens lokale aktører, fx diskoteker, biblioteker, forretningsdrivende m.fl. sammenlignet med ikke-samarbejdskommuner.

Prioriteret frivilligindsats

Sex & Samfund er ved at etablere frivilligrupper for unge på gymnasier i landets kommuner. Frivilligrupperne understøtter Sex & Samfunds kampagner m.m. og skaber lokal forankring omkring emner inden for trivsel og seksuel sundhed blandt unge.

Samarbejdskommuner prioriteres så vidt muligt højere end øvrige kommuner i forhold til rekruttering af frivillige.



SÅDAN KAN SEX & SAMFUND STØTTE DIN KOMMUNES ARBEJDE

Sundhedsstyrelsens Forebyggelsespakke om seksuel sundhed indeholder 27 anbefalinger til, hvad den enkelte kommune kan og bør gøre for at fremme seksuel sundhed blandt kommunens borgere. Forebyggelsespakkens anbefalinger er kategoriseret under:

- **Rammer**
- **Tilbud**
- **Information og undervisning**
- **Tidlig opsporing**

Sex & Samfund tilbyder inspiration og konkret assistance til arbejdet med Sundhedsstyrelsens anbefalinger. Alle kommuner i Danmark er velkomne til at henvende sig til os i Sex & Samfund på kommune@sexogsamfund.dk for dialog om, hvordan vi bedst kan understøtte jeres kommune. Tilgængeligheden af de beskrevne ydelser vil afhænge af Sex & Samfunds kapacitet og efterspørgsmål.

Nedenfor tages udgangspunkt i konkrete anbefalinger, hvor Sex & Samfund kan understøtte arbejdet i jeres kommune. Kategoriseringen er den samme som i forebyggelsespakken.

Rammer

Udarbejdelse af handleplaner og udpegning af nøglepersoner for implementering og kvalitetssikring af sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Kommunen udarbejder handleplan for implementering og kvalitetssikring af skolens sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab med fokus på skoleledelsens ansvar for at udvikle et fagligt miljø, der støtter op om arbejdet med Fælles Mål for faget. Der bør udpeges nøglepersoner på skolerne med særligt ansvar for at styrke den faglige dialog omkring pædagogiske og didaktiske perspektiver på sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab. Disse medarbejdere bør tilbydes kompetenceudvikling.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser for nøglepersoner (*Læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)
- Sparring/konsulentbistand på udvikling af kommunale handleplaner



Handleplaner for støtte til barnets naturlige seksuelle udvikling

Kommunen udarbejder fælles handleplaner med fokus på at understøtte børns seksuelle trivsel og udvikling i daginstitutioner, skoler, fritidstilbud mv. Heri præciseres ansvaret for at sikre et fagligt stærkt miljø og tilstrækkelige faglige kompetencer og handlemuligheder. Ledelse og personale i kommunens tilbud tager sammen aktivt stilling til, hvordan man forholder sig til og bedst støtter barnets naturlige seksuelle udvikling i den relevante aldersgruppe, samt hvordan der skabes et inkluderende og mangfoldigt miljø. Personale bør have tilstrækkelige faglige kompetencer til aktivt at understøtte et tolerant miljø for alle børn.

Sex & Samfund tilbyder:

- Undersøgelsen "Det kan være pinligt for forældrene. En national kortlægning af daginstitutioners håndtering af børns seksualitet"
- Sparring/konsulentbistand på udvikling af kommunale handleplaner

Formalisering af samarbejdet mellem skoler og sundhedsplejersker om sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab

Rammerne for samarbejdet mellem skoler og sundhedsplejersker formaliseres, så sundhedsplejerskernes kompetencer tænkes ind som en fast del af sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser for eksempelvis sundhedsplejersker
(læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk)

Politikker for seksuel trivsel i kommunens plejeboliger samt bo- og dagtilbud

Kommunen udarbejder politikker for seksuel trivsel i kommunens plejeboliger samt bo- og dagtilbud for borgere med fysiske eller psykiske funktionsnedsættelser. Politikkerne bidrager til at skabe trygge rammer for, at personalet kan tale fordomsfrit og åbent med borgerne om seksualitet og samliv. Der bør være mulighed for relevant videre- og efteruddannelse af personalet.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner
(læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk)
- Sparring/konsulentbistand

Fysiske rammer til privatliv i plejeboliger og botilbud

Kommunen indretter plejeboliger og botilbud for borgere med fysiske og psykiske funktionsnedsættelser, så beboerne har mulighed for et privatliv og for udviklingen af et positivt seksualliv for alle seksuelle orienteringer og kønsidentiteter.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner
(læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk)
- Sparring/konsulentbistand



Tilbud

Rådgivning til forældre om børns seksualitet og naturlige seksuelle udvikling

Forældre til præ-pubertetsbørn modtager rådgivning og information om barnets naturlige seksuelle udvikling og adfærd i forskellige udviklingstrin, samt hvordan denne udvikling understøttes. Rådgivning kan fx varetages af sundhedsplejersken eller af personalet i kommunens daginstitutioner.

Sex & Samfund tilbyder:

- Forældre til preteens og teenagere kan besøge Sex & Samfunds websider målrettet forældre: www.sexogsamfund.dk/foraelldre. Her findes viden, fakta og inspiration om blandt andet: Seksualitet, pubertet, køn, sociale medier samt krop og grænser, og der er mulighed for at tilmelde sig et nyhedsbrev målrettet forældre.

Samtale ved forebyggende hjemmebesøg

I forbindelse med de forebyggende hjemmebesøg til ældre spørges rutinemæssigt ind til borgerens seksuelle sundhed og trivsel. De forebyggende medarbejdere har redskaber til at tale om ældres seksualliv og viden om aldersbetingede ændringer og udfordringer i seksualiteten samt måder at hjælpe og støtte borgeren med udfordringerne.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser
(*læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)

Rådgivning og information til unge, der ikke er i uddannelse

Unge, der ikke er i uddannelse, får tilbud om rådgivning om seksuel sundhed og prævention. Et sådan tilbud kan fx etableres i regi af sundhedsplejen, sundhedscenteret, UU-vejledere, socialrådgivere mv. Relevante faggrupper bør være fagligt klædt på til at håndtere denne type rådgivning.

Sex & Samfund tilbyder:

- Supplerende seksualundervisning til unge
- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner
(*læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)
- Rådgivning via vores rådgivningsportal for unge www.sexlinien.dk



Information og undervisning

Kvalificeret sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab i grundskolen

Undervisningen i den obligatoriske sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab varetages gennem hele grundskoleforløbet og har en faglig progression svarende til elevernes alder. Undervisningen foretages af lærere, pædagoger og sundhedsplejersker, der er fagligt og pædagogisk kvalificerede på området. Der sikres et trygt og rummeligt lærings- og arbejdsklima for såvel elever som lærere. Undervisningen er baseret på et bredt og positivt sundhedsbegreb samt en normkritisk og mangfoldig tilgang til krop, køn og seksualitet som beskrevet i Undervisningsministeriets vejledning for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab.

Sex & Samfund tilbyder:

- Målrettede undervisningsforløb som støtter lærere, sundhedsplejersker og pædagoger i at planlægge og tilrettelægge undervisningsforløb baseret på Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på alle trin i grundskolen. Undervisningsforløbene er gratis tilgængelige på Sex & Samfunds fagportal for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på www.underviserportal.dk
- Uge Sex-kampagnen er Sex & Samfunds årlige undervisningskampagne, der hvert år foregår i uge 6. Uge Sex-kampagnen tilbyder konkret inspiration til undervisning i sundheds- og seksualundervisning. Læs mere om Sex & Samfunds undervisningskampagne Uge Sex på www.underviserportal.dk
- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner (læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk)
- Sex & Samfunds ung-til-yngre-korps tilbyder supplerende seksualundervisning målrettet 6.-9. klasse.



Seksualundervisning på specialskoler

Kommunen sikrer yderligere udvikling og tilpasning af seksualundervisningen for børn og unge på specialskoler.

Sex & Samfund tilbyder:

- Målrettede undervisningsforløb som støtter lærere, sundhedsplejersker og pædagoger i at planlægge og tilrettelægge undervisningsforløb baseret på Fælles Mål for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab til elever på specialskoler. Undervisningsforløbene er gratis tilgængelige på Sex & Samfunds fagportal for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på www.underviserportal.dk
- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner (læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk)
- Sex & Samfunds ung-til-yngre-korps tilbyder supplerende seksualundervisning målrettet specialskoler
- Uge Sex – Særligt for dig (2018-2019). Sex & Samfund er ved at udvikle nye undervisningsmaterialer målrettet børn og unge på specialskoler og STU'er. De første nye undervisningsforløb bliver lanceret i efteråret 2018. Alle materialer vil efter lanceringen være tilgængelige på Sex & Samfunds fagportal for sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab på www.underviserportal.dk.

Seksualundervisning på ungdomsuddannelser

Kommunen etablerer et samarbejde med ungdomsuddannelser med henblik på at skabe tilbud om seksualundervisning på alle ungdomsuddannelser herunder produktionsskolerne. Undervisningen er baseret på et bredt og positivt sundhedsbegreb samt en normkritisk og mangfoldig tilgang til krop, køn og seksualitet. Undervisningen kan indtænkes i rammerne for den enkelte ungdomsuddannelse, fx i "Sundhed og Samfund" på erhvervsskolernes grundforløb. Undervisningen kan gennemføres i samarbejde med den kommunale sundhedspleje.

Sex & Samfund tilbyder:

- Sex & Samfunds ung-til-ynge-korps tilbyder supplerende seksualundervisning målrettet ungdomsuddannelser
- Målrettede undervisningsforløb som støtter lærere, sundhedsplejersker og pædagoger i at planlægge og tilrettelægge undervisningsforløb til elever på ungdomsuddannelser Undervisningsforløbene er gratis tilgængelige på Sex & Samfunds fagportal for sundheds- og seksualundervisning og familie kundskab på www.underviserportal.dk
- Uge Sex-kampagnen er Sex & Samfunds årlige undervisningskampagne, der hvert år foregår i uge 6. Uge Sex-kampagnen tilbyder konkret inspiration til undervisning i seksualundervisning. Læs mere om Sex & Samfunds undervisningskampagne Uge Sex på www.underviserportal.dk
- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner (*læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)

Information og rådgivning ved udskolingsundersøgelser

Eleverne rådgives og modtager skriftlig information om seksuel sundhed, trivsel, grænsesætning og sikker sex i forbindelse med udskolingsundersøgelsen.

Sex & Samfund tilbyder:

- "Klar besked"-serien
- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner (*læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)

Rådgivning ved hjemmebesøg efter fødsel

I forbindelse med de første hjemmebesøg efter fødslen drøfter sundhedsplejersken mulige problemstillinger relateret til sex og samliv efter fødsel og familieforøgelse. Forældre rådgives om brug af præventionsmidler og pjecen "Baby på vej – sexlivet før og efter fødsel" udleveres, hvis den ikke allerede er udleveret af egen læge eller jordemoder.

Sex & Samfund tilbyder:

- "Baby på vej – sexlivet før og efter fødsel"

Deltagelse i nationale initiativer

Kommunen understøtter lokal deltagelse i nationale kampagner og undervisningsindsatser med fokus på seksuel sundhed, fx "Uge Sex", som henvender sig til grundskoler og ungdomsuddannelser samt nationale indsatser, herunder Sundhedsstyrelsens kondom-kampagner.

Sex & Samfund tilbyder:

- Uge Sex-kampagnen er Sex & Samfunds årlige undervisningskampagne, der hvert år foregår i uge 6. Uge Sex-kampagnen tilbyder konkret inspiration til undervisning i seksualundervisning. Læs mere om Sex & Samfunds undervisningskampagne Uge Sex på www.underviserportal.dk
- Kun med Kondom-kampagnen: Sundhedsstyrelsens årlige kampagne for sikker sex er målrettet 18-23 årige. Sex & Samfund bl.a. for tilmeldinger, materialeudsendelser og lokal pressedækning, hvis det ønskes. Læs mere om Kun med Kondom-kampagnen på www.sexogsamfund.dk/kunmedkondom
- S&S UNG er et landsdækkende ungenetværk, hvor unge frivillige på gymnasiale uddannelser laver ung-til-ung-oplysning, kampagner, debat mv. for de andre elever på deres uddannelse om emner relateret til trivsel og seksuel sundhed.
- Øvrige kampagner målrettet børn og unge



Information til borgere med kroniske sygdomme

Borgere med kroniske lidelser får information om, hvordan seksualitet og parforhold kan påvirkes af disse sygdomme, og hvordan eventuelle udfordringer kan håndteres. I det omfang det skønnes relevant, bringes seksuelle emner op i rehabiliteringstilbud til borgere med kronisk sygdom. Det samme gælder i den palliative pleje, hvor støtte til intim kontakt kan være værdifuld. Der er opmærksomhed på særlige behov hos unge mennesker med kronisk sygdom.

Sex & Samfund tilbyder:

- Kompetenceudviklingskurser for fagpersoner (*læs mere på www.sexogsamfund.dk/fagfolk*)

Målrettet information om seksualitet og prævention til borgere med anden etnisk baggrund end dansk

Kommunen understøtter, at borgere med anden etnisk baggrund end dansk har adgang til information om prævention, familieplanlægning og seksualitet på deres modersmål. Der er opmærksomhed på særlige behov hos LGBT-personer med anden etnisk oprindelse end dansk.

Sex & Samfund tilbyder:

- Pjecen "Klar besked, prævention – arabisk"
- Pjecen "Klar besked, prævention – engelsk"
- Pjecen "Klar besked, nødprævention – arabisk"
- Pjecen "Klar besked, nødprævention – engelsk"

Formidling af viden om rådgivningstilbud

Kommunen informerer om relevante informations- og rådgivningstjenester til alle relevante målgrupper.

Sex & Samfund tilbyder:

- Privatsnak.dk er en rådgivningsportal, som henvender sig til børn i alderen 10-15 år. Hjemmesiden er forgrenet i de to aldersgrupper 10-12 år og 13-15 år. Begge grene tilbyder anonym rådgivning gennem telefon og chat, mens grenen til 13-15-årige også rummer en anonym brevkasse. Både i rådgivning og artikler er fokus på emner som krop, følelser, pubertet, kærester eller forelskelse i grenen til 10-12-årige, mens grenen til 13-15-årige har fokus på køn, krop, sex, den første gang, følelser eller prævention.
- Sexlinien for Unge er Danmarks ældste og største informations- og rådgivningsportal om sex, køn, prævention, følelser, seksualitet, kærlighed, seksuelle rettigheder, krop og seksy sygdomme for unge mellem 15 og 25 år. På Sexlinien for Unge tilbydes anonym rådgivning både via telefon, chat og brevkasse om prævention, seksy sygdomme, graviditet, rettigheder, nødprævention, abort, forelskelse, køn, seksuelle overgreb, den første gang og meget, meget mere.
- Visitkort og plakater til promovning af Sexlinien (kan rekvireres gratis)



Information om sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab til forældre med anden etnisk baggrund end dansk

Skoler formidler information om formålet med og indholdet af skolernes sundheds- og seksualundervisning og familiekundskab til forældre til børn med anden etnisk baggrund end dansk.

Sex & Samfund tilbyder:

- Forældrebrev om seksualundervisning på fem sprog www.sexogsamfund.dk/fagfolk/multi-etniske-unge

Undervisning på sprogskoler

Elever på sprogskoler kan tilbydes undervisning om seksualitet, køn, familieplanlægning og prævention.

Sex & Samfund tilbyder:

- Sex & Samfunds ung-til-ynge-korps tilbyder supplerende seksualundervisning til unge på sprogskoler
- Pjecen "Klar besked, prævention – arabisk"
- Pjecen "Klar besked, prævention – engelsk"
- Pjecen "Klar besked, nødprævention – arabisk"
- Pjecen "Klar besked, nødprævention – engelsk"

Tidlig opsporing

Klamydiaopsporing

Kommunen planlægger i samarbejde med regionen særlige indsætter med henblik på at opspore, teste og behandle borgere, der er smittede med klamydia. I den forbindelse viser erfaringer, at hjemmeprøvetagning via internettet har økonomiske fordele og resulterer i, at man får fat i flere smittede. Indsatsen kan indgå i sundhedsaftalen mellem kommune og region. Hjemmeprøvetagningstest adskiller sig fra apotekernes udvalg af hjemmetests, som ikke kan anbefales, fordi de er for upræcise.

Sex & Samfund tilbyder:

- En indsats til at opspore unge som er smittet med klamydia ved at tilbyde en gratis og anonym klamydiahjemmetest til unge mellem 15-29 år. Læs mere om indsatsen på: www.sexogsamfund.dk/klamydiatest
- At unge, som bliver testet positive for klamydia, kan informere ekskæresten og eks partnere via en anonym sms, så de unge selv slipper for at videregive en information, der kan opleves som ubehagelig – også kaldet partneropsporing
- Administration af www.klamydiahjemmetest.dk, hvor klamydiahjemmetesten kan bestilles og udsendes af klamydiahjemmetesten
- Hjælp til markedsføring af indsatsen i kommunen samt erfaringsbaseret sparring fra samarbejde med andre kommuner
- En årlig evaluering af den lokale indsats i kommunen



VIL DU VIDE MERE...?



I dette afsnit kan du læse lidt mere om Sex & Samfunds tilbud, men den nyeste viden findes på www.sexogsamfund.dk, som vi vil anbefale dig at besøge.

SUPPLERENDE SEKSUALUNDERVISNING TIL BØRN OG UNGE

Alle Sex & Samfunds undervisningsindsatser er udviklet ud fra et formål om:

- At børn og unge udvikler handlekompetence i relation til seksualitet, trivsel, rettigheder og sundhed
- At bidrage til øget anerkendelse af mangfoldighed og bekæmpelse af diskrimination

Sex & Samfund tilbyder supplerende seksualundervisning til 6.-10. klasse i grundskolen herunder specialskoler samt til alle ungdomsuddannelser. Undervisningen forestås af Sex & Samfunds ung-til-yngre-korps, der er særligt uddannet til at gennemføre en seksualundervisning, der er normkritisk, dialogbaseret og målrettet de enkelte klassetrin og uddannelser.

Læs mere og bestil på www.sexogsamfund.dk/undervisning

SEX & SAMFUNDS KURSER TIL FAGFOLK

Kompetencekurser til fagpersoner, der arbejder med sundhed, didaktik og pædagogik

Sex & Samfund har mange års erfaring i udvikling af kurser til fagfolk. Vi tilbyder eksempelvis kurser til undervisere, der ønsker kompetenceudvikling i seksualundervisningens didaktik, øvelser og metoder. Vi tilbyder også kurser til sundhedsprofessionelle, der ønsker opkvalificering i at tænke borgerens seksualitet med som en del af den generelle sundhed og trivsel

Læs mere og hold øje med nye kurser på www.sexogsamfund.dk/fagkurser

FAGLIG SPARRING OG LOKAL ÅRSRAPPORT

Sex & Samfund tilbyder faglig sparring til kommunerne omkring borgeres seksuelle sundhed og trivsel. Eksempelvis kan vi udarbejde en årsrapport med

- Tal for klamydiasmitte gennem tid og sammenholdt med landstallene
- Antal deltagere i kampagnerne Uge Sex og Kun med Kondom
- Henvendelser hos vores anonyme rådgivning Sexlinien.dk og Privatsnak.dk

Derudover kan vi tilbyde et sparringsmøde, hvor vi kan drøfte de enkelte data og anbefalinger om indsatser heraf, eksempelvis:

- Fortolkning af kommunens klamydiatal
- Håndtering af uønsket billeddeling blandt børn og unge
- Tilrettelæggelse af lokale spørgeskemaundersøgelser

KAMPAGNER

Uge sex

Uge Sex er Sex & Samfunds årlige, landsdækkende undervisningskampagne. Uge Sex tilbyder gratis undervisningsmaterialer, der støtter lærere, sundhedsplejersker og skolepædagoger i at tilrettelægge og gennemføre tids- og alderssvarende sundheds- og seksualundervisning i grundskoler og på ungdomsuddannelser. Formålet med Uge Sex er at øge børn og unges viden og styrke deres evne til at træffe gode valg i forhold til trivsel, rettigheder, relationer, seksualitet og sundhed. I 2018 var knap 500.000 skoleelever og mere end 15.000 lærere og sundhedsplejersker tilmeldt.

Kampagnen løber af stablen hvert år i uge 6, men undervisningsmaterialer kan downloades og anvendes på alle tidspunkter af året. Kommunens sundhedsplejersker, forebyggelseskonsulenter m.fl. kan tilmelde sig Uge Sex på Sex & Samfunds underviserportal www.underviserportal.dk og få adgang til en bred vifte af undervisningsmaterialer. Materialerne integrerer fx film, cases, digitale quizzer og spil, der aktivt inddrager eleverne, og som kan indgå i kortere eller længere undervisningsforløb, afhængig af hvad der passer bedst ind i de konkrete rammer.



Kun med kondom

Kun med Kondom er Sundhedsstyrelsens årlige oplysningskampagne, der sætter fokus på vigtigheden af sikker sex. Sex & Samfund står for gennemførelsen af kampagnen kommunalt og regionalt.

Kommunen tager et vigtigt skridt ved at implementere kampagnen i den kommunale forebyggelsesindsats. Der er mange tilgange til denne opgave. I de fleste kommuner er det sundhedsfaglige fagpersoner, såsom sundhedsplejersker og forebyggelseskonsulenter, der er de mest oplagte ressourcepersoner i kampagnen.

Desuden er det oplagt at etablere samarbejder på tværs af institutioner, sektorer og ressourcegrupper, fx med fagpersoner på uddannelserne og med unge. Disse fagpersoners rolle kan blandt andet være at sikre – gerne i samarbejde med elever – at kampagnen forankres på uddannelsesinstitutionen fx via tematisering, oplæg fra eksterne eller interne personer, planlægning af fredagscaféer med sikker sex som tema eller noget helt fjerde. Unge kan på Sex & Samfunds website tilmelde sig direkte til Kun med Kondom-kampagnen og fx være med til at dele kondomer ud. Via deltagelse viser de samtidig over for andre unge, at spørgsmålet om kondomer er relevant og bliver taget seriøst af netop den målgruppe, som kampagnen også henvender sig til. Diskoteker, caféer og andre lokale aktører har i årenes løb udvist stor interesse for kampagnen og kan med fordel kontaktes med henblik på deltagelse. På den måde sikres, at unge møder kampagnens budskab mange steder – også uden for uddannelseskonteksten. Kampagnen indeholder blandt andet

- Online organisatorside med bl.a. data på tilmeldte og relevante aktører i den enkelte kommune, inspirationskatalog til kampagneaktiviteter mv.
- Materialeside med forskellige interaktionsmaterialer til download.
- Hjælp og sparring til din lokale forankring af Sundhedsstyrelsens Kun med Kondom-Kampagne herunder vejledning og inspiration til kampagneplanlægning.

Sex & Samfund udvikler løbende kampagner målrettet unge. Læs mere på vores hjemmeside www.sexogsamfund.dk

S&S UNG (FRIVILLIGE)

Sex & Samfund UNG er de unges platform til at sætte fokus på seksuel sundhed, krop, grænser, tabuer og normer på gymnasierne og derved skabe lokal forankring og engagement.

Målet med Sex & Samfund UNG er, at unge frivillige arbejder med at styrke deres egne og andre unges kompetencer til at træffe kvalificerede valg om deres seksuelle sundhed og trivsel. Vi vil gøre dette ved at udbrede viden, formidlet ung-til-ung samt udvikle en dialogkultur blandt de unge, der fremmer sundhed og mangfoldighed på ungdomsuddannelserne.

Som en del af Sex & Samfund UNG laver de unge frivillige events og aktioner på deres gymnasium. De unge bidrager med lokale aktiviteter til Sex & Samfunds store landsdækkende kampagner eller arrangerer deres egne oplysnings- og debataktiviteter, der sætter fokus på de temaer, der er relevante på deres gymnasium.

Helt konkret fungerer det sådan, at Sex & Samfund to til tre gange om året udvikler en kampagnepakke til frivilligrupperne, som indeholder viden om emnet, inspiration til aktiviteter, konkrete redskaber og merchandise fx t-shirts, kondomer, klistermærker.

RÅDGIVNINGSPORTALERNE SEXLINIEN OG PRIVATSNAK

Privatsnak og Sexlinien for Unge tilbyder anonym rådgivning og information til børn og unge i aldersgruppen 10-15 år på portalen Privatsnak.dk og for aldersgruppen 15-25 år på Sexlinien.dk og Sexlinien for Unge. Rådgiverne besvarer alle børn og unges spørgsmål om køn, krop, seksualitet, kærester, sex, prævention, seksygdomme, graviditet og abort. Man kan chatte, ringe eller skrive anonymt til vores uddannede rådgivere. Tilsammen har de to rådgivninger cirka 13.000 rådgivninger om året og mere end 800.000 besøgende på hjemmesiderne. Rådgivningerne er akkrediteret af brancheorganisationen RådgivningsDanmark, fordi vi sikrer en høj kvalitet og god etisk standard for sociale rådgivningsydelser.

PRIVATSNAK.DK

Privatsnak.dk er en rådgivningsportal, som henvender sig til børn i alderen 10-15 år. Hjemmesiden er forgrenet i de to aldersgrupper 10-12 år og 13-15 år. Begge grene tilbyder anonym rådgivning gennem telefon og chat, mens grenen til 13-15-årige også rummer en anonym brevkasse. Både i rådgivning og artikler er fokus på emner som krop, følelser, pubertet, kærester eller forelskelse i grenen til 10-12-årige, mens grenen til 13-15-årige har fokus på køn, krop, sex, den første gang, følelser eller prævention.

SEXLINIEN.DK

Sexlinien for Unge er Danmarks ældste og største informations- og rådgivningsportal om sex, køn, prævention, følelser, seksualitet, kærlighed, seksuelle rettigheder, krop og seksygdomme for unge mellem 15 og 25 år. På Sexlinien for Unge tilbydes anonym rådgivning både via telefon, chat og brevkasse om prævention, seksygdomme, graviditet, rettigheder, nødprævention, abort, forelskelse, køn, seksuelle overgreb, den første gang og meget, meget mere.



FOREBYG KLAMYDIA I DIN KOMMUNE

Antallet af registrerede klamydiasmittede har aldrig været højere. Med Sex & Samfunds anonyme hjemmetest kan din kommune sikre en stærk indsats mod klamydia.

Sex & Samfund har udviklet et system, som gør det let for din kommune at styrke indsatsen mod klamydia - målrettet unge. Særligt unge mellem 15 og 25 år er i smitterisiko. Klamydiahjemmetesten er en indsats, der især udmærker sig ved at opspore smittede unge, der ikke er gået til egen læge. Med indsatsen lader flere sig teste, og opsporingen og behandlingen af klamydiasmittede styrkes afgørende.

Sådan virker systemet

Når kommunen har indgået en aftale med Sex & Samfund, kan kommunens unge bestille en hjemmetest på www.klamydiahjemmetest.dk. Testen tages hjemme, hvorefter prøven sendes til mikrobiologisk afdeling på et regionshospital i en frankeret og adresseret kuvert, der følger med testkittet. Ca. ti dage efter modtager den unge en mail og/eller en sms med en kode til at logge ind på hjemmesiden og få testsvaret.

Hvis testen er positiv

Er den unge testet positiv, kan den unge printe et dokument ud og gå til egen læge for at få en recept. Bor vedkommende i Region Hovedstaden kan den unge også komme forbi Sex & Samfunds Præventions- og rådgivningsklinik for at få en recept. Herefter kan medicinen hentes på et apotek.

Systemet indeholder desuden muligheden for partneropsporing. Er den unge testet positiv, kan vedkommende via hjemmesiden sende en anonym sms til otte kontakter, der opfordrer modtageren til at lade sig teste for klamydia. Hvis den unge har spørgsmål angående klamydiatesten, kan den unge kontakte Sex & Samfund via den mail, der er angivet på www.klamydiahjemmetest.dk.

Hvad koster det?

Kontakt os på kommune@sexogsamfund.dk for at høre mere om prisen på klamydiahjemmetest.





UNDERVISERPORTAL.DK

Underviserportal.dk er Sex & Samfunds fagportal for sundheds- og seksualundervisningen i grundskolen og for undervisning i køn, krop og seksualitet på ungdomsuddannelserne.

Portalen indeholder normkritiske og dialogbaserede undervisningsmaterialer, der understøtter lærere og andre fagpersoners arbejde med at sikre børn og unge handlekompetence i relation til seksualitet, trivsel, rettigheder og sundhed.

Undervisningsmaterialerne er målrettet de enkelte klassetrin/uddannelsesretninger og baserer sig på relevante faglige mål. Undervisningsforløbene er gratis tilgængelige på www.underviserportal.dk

PJECER

Sex & Samfund tilbyder en bred vifte af undervisningsmaterialer og pjecer som supplement til seksualundervisningen på skoler, ungdomsuddannelser, institutioner, pleje- og omsorgssektoren og til særlige målgrupper.

Materialerne spænder fra pjecer og film til præventionsformer, plakater og metodebøger.

Materialerne skal bestilles via Sex & Samfunds webshop, der findes på hjemmesiden: www.sexogsamfund.dk/webshop

SEX & SAMFUNDS RÅDGIVNINGS- OG PRÆVENTIONSKLINIK

Det er gratis og anonymt at benytte sig af klinikken tilbud. Du behøver ikke nogen henvisning fra din læge, men du skal have bopæl i Region Hovedstaden.

På Præventions- og rådgivningsklinikken arbejder både sygeplejersker og læger. Alle medarbejdere er eksperter i seksydomme og prævention, og deres store viden og erfaring supplerer hinanden godt og bliver desuden inddraget i Sex & Samfunds øvrige arbejde.

På klinikken kan borgere i Region Hovedstaden få rådgivning om prævention, nødprævention, seksydomme, graviditet og abort, blive testet for seksydomme, få foretaget en gynækologisk undersøgelse, få lagt en spiral eller p-stav, få på-piller, p-sprøjte eller blive opmålt til pessar.

FAGLIGT NETVÆRK FOR SEKSUEL SUNDHED

Fagligt Netværk for Seksuel Sundhed er et netværk for fagpersoner i kommunerne som arbejder med oplysning og forebyggelse i relation til seksuel sundhed.

Netværkets overordnede formål er at fremme den seksuelle sundhed i Danmark med omdrejningspunkt i den offentlige indsats.

Det faglige netværk skal bidrage til:

- At sikre vidensdeling mellem de centrale aktører
- At udvikle kapacitet til at arbejde med seksuel sundhed og forebyggelse på området
- At sikre et højt fagligt informationsniveau på området
- At facilitere og fremme samarbejdet inden for området på tværs af landet
- At understøtte lokale indsatser og styrke det centrale/lokale samarbejde

Sex & Samfund er sekretariat for netværket, som er støttet med midler fra Sundhedsstyrelsen. Det er således gratis at være medlem. Læs mere på www.seksuelsundhed.dk

SEX
SAMFUND

