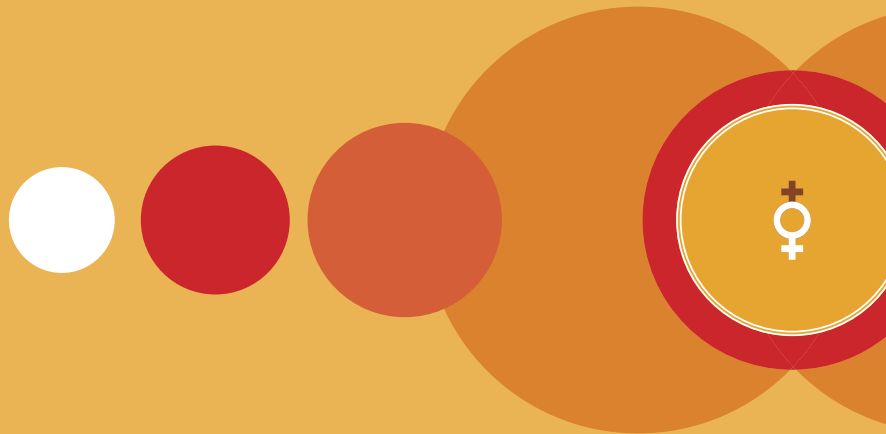


A close-up photograph of two young women smiling. The woman on the right is wearing a black t-shirt and a black choker. The woman on the left is wearing a patterned top and a necklace with a large green pendant. The background is dark and out of focus.

“meisje meisje”



**EEN ZAKBOEKJE
voor meisjes die van meisjes houden**





Wie ben jij?	03
Aangetrokken tot een meisje	04
Pashokjes en labels	06
Kom ik van een andere planeet?	07
En nu de bomma!	08
Ik wil een jongen zijn	11
Waar zitten ze?	11
Ik wil een lief... of niet	15
De eerste keer	20
En nu naar bed	21
Safe sex	23
De holebibeweging	28
Films en literatuur	29
Woordenlijst	32
Adressenlijst	34



01 Wie ben jij? [schrappen wat niet past]

Ik ben **een meisje / jongen**.

Ik voel me **een meisje / jongen**.

Meisjes / jongens trekken me aan,

dus noem ik mezelf **lesbisch / bi / hetero / kweetnognie**.

Ik heb **nog nooit / wel al** seks gehad met een andere jongen

en dat vind ik **heel opwindend / O.K. / spijtig**.

Ik denk dat je holebi **wordt / bent**

en dat **5% / 10% / 20%** van alle mensen holebi zijn.

In mijn vriendenkring zitten **wel / geen** holebi's.

Ik wil **ooit / nooit** trouwen.

Voorlopig wil ik **geen / één / veel** lieven.

Holebifuiven zijn volgens mij **nodig / overbodig**.

Eigenlijk vind ik holebi's **een beetje raar / heel gewoon / helemaal te gek**,

daarom is dit boekje **iets / niets** voor mij.

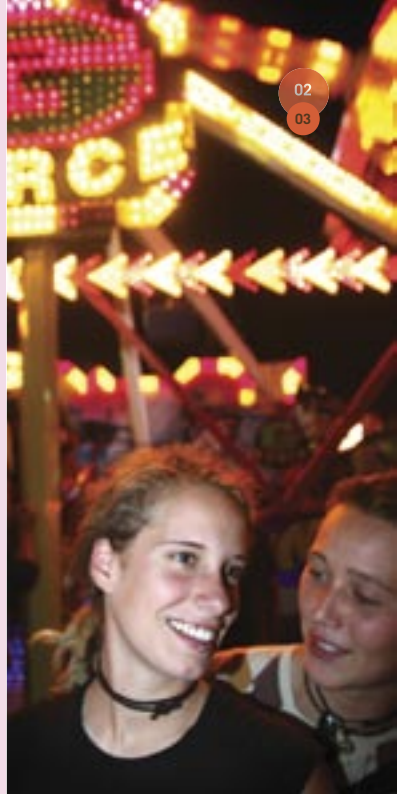
holebi's en kweetnognie's. Voor iedereen die nieuwsgierig is. Voor jou misschien?

buschhauffeurs en voor treinconducteurs. Voor stoere meiden en voor flauwe trienen. Voor hetero's,

Dit boekje is er voor meisjes én voor jongens. Voor getrouwde koppeltjes en voor vrijgezellen. Voor

02

03



02 Aangetrokken tot een jongen...

Betrap je jezelf er soms op dat je knappe meiden nastaat op straat?	☐ JA	☐ NEE
Was je ooit stiekem verliefd op een lerares?	☐ JA	☐ NEE
Voel je soms onverwacht de drang om je hartsvriendin te kussen?	☐ JA	☐ NEE
Sta je uren voor de spiegel om er leuk uit te zien voor je nieuwe buurmeisje?	☐ JA	☐ NEE
Stuurde je ooit een anoniem valentijnskaartje naar die toffe griet uit de jeugdbeweging?	☐ JA	☐ NEE
Wacht je elke dag ongeduldig op een telefoontje van je beste vriendin?	☐ JA	☐ NEE
Durf je op café flirten met het barmeisje?	☐ JA	☐ NEE
Fantaseer je wel eens over seks met je favoriete actrice?	☐ JA	☐ NEE
Werd je ooit verliefd op een meisje, maar schonk je er geen aandacht aan?	☐ JA	☐ NEE
Heb je een vriendje, maar vind je dat meisje uit de sportclub ook best leuk?	☐ JA	☐ NEE
Zoek je op een feestje wel eens oogcontact met een bloedmooie meid?	☐ JA	☐ NEE
Gaat je hart sneller slaan als je vrouwelijke collega je even aanraakt?	☐ JA	☐ NEE

Als je antwoord op één of meerdere vragen JA is, dan moet je zeker verder lezen!

Je voelt iets voor een meisje. En je weet niet of zij ook iets voor jou voelt. Je weet zelfs niet of zij op meisjes valt. Het vraagt dan een flinke portie lef om dat meisje zomaar aan te spreken en te vertellen dat je gevoelens voor haar hebt. Je kan haar enkele blikken toewerpen en afwachten of zij reageert. Uit oogcontact kan je al heel wat leren.



Als je verliefd wordt, voel je je misschien verward of onzeker. Of je kan je geluk niet op. Iedereen ervaart verliefd zijn op een andere manier. Katrijn was 16 toen ze verliefd werd op Tine (15): “We kenden elkaar al een tijdje toen ik meer ging voelen dan enkel vriendschap. Ik heb Tine na een gezellig avondje gekust. Toen ze me terugkuste, was ik dolgelukkig.” Verliefd zijn kan je plots overvallen, of het kan stilletjes groeien en alsmaar sterker worden. Het kan kriebelen in je buik. Voor je het weet kan je aan niets of niemand anders meer denken. Misschien fantasieer je urenlang over jullie samen. Je kan ervan gaan zweven en niets anders willen dan uitschreeuwen dat je smoorverliefd bent. Of je blijft er nuchter bij en houdt je gevoelens liever als een geheimpje. Maar eens die knappe meid in de buurt is, steekt dat verliefde gevoel weer helemaal de kop op.

“Ik wilde helemaal niet verliefd worden op een meisje. Ik heb er lang over gezweven, omdat ik hoopte dat het voorbij zou gaan. Maar er niemand iets over vertellen, maakte het natuurlijk alleen maar zwaarder.”

Marlies, 23

Sommige meisjes twijfelen lang of ze op meisjes vallen of niet. Omdat ze zich niet kunnen identificeren met lesbiennes. Of omdat ze ook wel eens verliefd worden op jongens. Dat is niet altijd eenvoudig om mee om te gaan. Maar je kan het ook anders bekijken: of je nu verliefd wordt op meisjes, of op jongens én meisjes, het is maar één aspect van jezelf. Het is een deel van je persoonlijkheid, maar het is daarom niet belangrijker dan b.v. je koppige karakter of je zangtalent.

“Ik ben nogal een losbol en op feestjes kus ik soms met meisjes én jongens. Ik krijg dan wel eens een rare blik van de anderen, maar daar trek ik me niet zoveel van aan. Of ik lesbisch ben, of bi? Dat denk ik niet. Ik zou er geen problemen mee hebben, maar ik voel me toch vooral hetero.”

Catherine, 17

03 Labels en pashokjes

Je bent een meisje en voelt iets voor een meisje. Of je voelt je ertoe aangetrokken. Of je fantaseert erover. Moet je dan automatisch het etiket 'bi' of 'lesbisch' of 'holebi' [*] of misschien nog iets anders op jezelf kleven? Moet zo'n etiket, label, vakje of pashokje trouwens wel?

Zohra, 17

"Lesbo of lesbisch klinkt nogal hard, zoals een ziekte of zo. Als ik het iemand vertel, zeg ik gewoon dat ik op meisjes verliefd word. Dat zij die woorden dan maar gebruiken, ik krijg het niet over mijn lippen."

Ann, 21

"Ik ben bi en ik kan dus kiezen tussen 6 miljard mensen. Geweldig toch? Homo, lesbisch, bi, hetero; jongen, meisje; zwart blank;... al die hokjes hoeven niet voor mij. Ik word gewoon verliefd op mensen."

Sommige meisjes kunnen zich weinig voorstellen bij de verschillende vakjes of etiketten. Of net heel veel. Bij het woord 'lesbisch' denken ze b.v. aan vrouwen met een broek, een bermuda en sandalen. Of aan pornofilm's op internet van kussende vrouwen. En bij het woord 'bi' aan mensen die alles nemen wat ze kunnen krijgen. Ze zien zichzelf niet passen bij één van die woorden. Hun beeld berust vaak op foute veralgemeningen, op dingen die je ooit eens hoorde op straat of zag op TV.

Lesbische en bi-meisjes zijn er in alle maten en gewichten. Dik of dun, vrouwelijk of mannelijk, met lang of kort geknipt haar, een frisse of bedenkelijke adem. En holebi's zijn er overal, van de stad tot in het kleinste dorpje. Ook jij zou lesbisch of bi kunnen zijn.

Soms is het moeilijk om jezelf zo te benoemen. Het lijkt dan zo definitief. Of een statement. Of een grote stap. Maar soms maakt het de dingen dan weer makkelijker. Jezelf benoemen, kan een heel erg vrij gevoel geven. Twijfelen hoeft niet langer.



In alle geval: het hoeft niet! Je kiest zelf wat je ermee doet. Je bent wie je bent en van meisjes houden is best leuk!

04 Kom ik van een andere planeet?

Al sta je er misschien niet altijd bij stil: je leeft in een heterowereld! Ga het zelf maar na: de meeste soaps, films, reclames, boeken of liefdesliedjes; je vrienden, familie, parochie; zelfs de krabbels op de schoolbanken doen je allemaal geloven dat meisjes enkel iets voelen voor jongens. Nonkels en tantes vragen je op elk familiefeest of je al een vriend hebt. En je ouders blijven luidop dromen van een toffe schoonzoon.

Als je dan merkt dat jij op meisjes valt, moet je zowel hun verwachtingen als je eigen ideeën aanpassen. Wat ooit vanzelfsprekend was, moet je in vraag durven stellen. Op school of op je werk, thuis en in de jeugdbeweging of sportclub hoor je niet veel over holebi's. Soms hoor je dat homoseksualiteit een voorbijgaande fase is. In het ergste geval een zonde of een ziekte. Of een collega of klasgenoot maakt een grapje over 'potten' [*].

Het is niet altijd eenvoudig om met zo'n reacties om te gaan. Het lijkt wel alsof je van een andere planeet komt, en misschien voel je je dan wel vreselijk alleen. Maar je kan het ook anders bekijken: je bent wie je bent en daar is niks mis mee. Iedereen gaat er zomaar vanuit dat je enkel op jongens valt, hoewel minstens 3% tot 5% van alle meisjes zich aangetrokken voelt tot meisjes. De kans is dus groot dat er ook in jouw omgeving zo'n meisje rondloopt. Spannend hé?

05 En nu de bomma!

Liesbet, 20

"Op een avond ging ik met mijn Wel Jong Niet Hetero T-shirt naar de badmintonclub. Een teamgenootje vroeg of ik misschien naar het halebikamp ben geweest. Ik antwoord 'ja'. Haar reactie: 'wauw Liesje, hoe tof, ik ook!'"

Goed: je valt op meisjes, nou en? Misschien heb je het ondertussen al voor jezelf aanvaard, maar toch weet nog niemand dat je lesbisch of bi bent. Welkom in de kast [*]: je bent klaar voor je eerste coming-out. Vanaf nu mag de hele wereld het weten. Of net niet. Zeg je het eerst aan de bomma? Die leuke meid naast je op de bank? Of de conducteur op de trein naar Brussel Noord?

101 redenen om het niet te doen

Souadia, 24

"Ik heb een heel toffe vriendin en ik voel me supergelukkig, maar toch durf ik ze niet aan mijn ouders voorstellen. Wie weet wat mijn broers zullen zeggen als ze het te weten komen?"

"Wat als mijn beste vriendin slecht reageert? En mijn ouders? Zullen de burens niet roddelen? Wil er nog iemand met mij onder de douche na het volleybal?" Er zijn wel honderd redenen te verzinnen om niet aan anderen te moeten zeggen dat je vrouwen leuk vindt. Als je niet wil of niet kan, hoeft je het natuurlijk aan niemand te vertellen. Het allerbelangrijkste is dat jij er klaar voor bent. Neem dan ook alle tijd die je nodig hebt en zoek minstens evenveel redenen om er wél voor uit te komen. Als je er zelf geen probleem meer van maakt, sta je ook sterker in je schoenen om eventuele negatieve reacties van anderen op te vangen.

I luv girlz

08

09

"De reactie van mijn 10-jarig neefje was wel grappig: hij vroeg of ik nu niet meer met hem wou spelen toen ik hem zei dat ik meisjes leuker vind dan jongens (lacht)."

Marieke, 17

Hoe zeg je nu aan iemand dat je holebi bent? Hang je een groot spandoek boven je raam? Stop je stiekem een post-it in hun rugzak? Of stuur je een 'i luv girlz' smsje naar alle nummers in je adresboek? Er bestaat geen pasklare handleiding om uit de kast te komen. Je kan het langzaam aan doen, door b.v. iets over holebi's te laten vallen in een gesprek. Als dat niet lukt, kan je het ook gewoon rechtstreeks vertellen aan iemand die vertrouwt en van wie je (bijna) zeker weet dat die goed zal reageren. Je vrienden zijn doorgaans erg blij als ze horen hoe de vork nu precies in de steel zit. Gedaan met liegen of zoeken naar een uitvlucht als iemand je vraagt of je een vriend hebt. Je kan eindelijk zijn wie je bent!



"Mama, ik moet je iets vertellen"

"Ik durfde het eerst niet aan mijn moeder zeggen. Ze aanvaardt het nu wel maar zou toch liever hebben dat ik gewoon hetero was. Met mijn vader praat ik er haast nooit over: hij vindt het onnatuurlijk."

Lisa, 16

Ouders zijn vaak de moeilijkste hindernis bij coming-out. Dat komt omdat ze soms een toekomst voor je in gedachten hebben die niet met de realiteit blijkt te kloppen. Voor sommige ouders is homoseksualiteit erg lastig om te accepteren. Andere ouders gaan het feit dat je op meisjes valt ontkennen. Gun hen de tijd om het te aanvaarden, maar ontloop je ouders ook niet. Misschien durven ze er gewoon niets meer over

vragen. Even vaak maken ouders er geen enkel probleem van! Misschien zul je zelfs horen 'dat ze het al lang vermoedden'. Heb je daar dan zoveel nachten van wakker gelegen?

Wat na coming-out?

Tessa, 22

"Nu mag iedereen het weten, ook op het werk. Al zal ik er niet zo gauw voor uitkomen bij mensen die ik nog maar net ken. Andere collega's vertellen mij toch ook niet: "Hallo ik ben Jan en ik ben hetero"?"

Soms heb je het aan vrienden, collega's of klasgenoten verteld, maar niet aan je ouders, of omgekeerd. Dat kan lastig zijn. Toch zet je dan al een grote stap: sommigen weten het immers van jou. Het leukste is wanneer je omgeving positief en ondersteunend reageert. Maar soms worden je vrienden bang dat jij verliefd op hen wordt. Of krijgen je ouders homofobe [*] opmerkingen van de burens en de familie. Soms denk je dat je er helemaal niet goed aan hebt gedaan om uit de kast te komen. Twijfel dan niet aan jezelf, maar ga gewoon op je gevoel af. Iedereen reageert op zijn manier. Vrienden en ouders hebben tijd nodig om er aan te wennen, net als jij.



06 Ik wil een jongen zijn

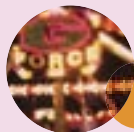
Heb je al van drag queens gehoord? Dat zijn jongens die zich graag verkleden als vrouw, voor een show of een act op een podium. Bij meisjes noemen we dit drag kings. Travesties kleden zich ook om, maar niet voor entertainment. Wel omdat ze zich beter voelen in mannenkleden. Drags en travesties mag je ook niet verwarren met transseksuelen: zij voelen dat ze in het 'verkeerde' lichaam geboren zijn en willen liever zowel lichamelijk als wettelijk van geslacht veranderen. De overkoepelende term die we gebruiken voor mensen die zich niet thuis voelen in de traditionele geslachtsverdeling mannetje/vrouwtje is 'transgender'. Niet iedereen die transgender is, is ook holebi. Maar het spelen met mannelijkheid/vrouwelijkheid is binnen de holebiwereld doorgaans meer aanvaard. Dat betekent niet dat iedere holebi er ook van houdt. Iedereen is vrij om het pashokje te kiezen dat zij (of hij!) zelf wil.

07 Waar zitten ze?

In elke klas, sportclub of treinwagon zitten er holebi's. Herken je ze? Meestal niet. Gelukkig zijn er heel wat leuke plekken waar je meisjes kan leren kennen die ook op meisjes vallen. Praktische adressen en contactgegevens vind je achteraan in dit boekje.

Een holebi-jongerengroep

Je kan een holebi-jongerengroep wat vergelijken met een doorsnee jeugdvereniging in je buurt: een groep jongens en meisjes die samen bowlen of op weekend gaan. Maar af en toe gaat het natuurlijk ook over hoe het is om holebi te zijn. Ouders vertellen over hoe zij ermee omgaan dat hun zoon of dochter holebi is, een leuke quiz over veilige seks of een gesprek om tips uit te wisselen over hoe je je coming-out kan doen. In heel wat steden in ons land vind je zo'n groep. De meeste groepen hebben zotte namen en zijn aangesloten bij Wel Jong Niet Hetero.





Wel Jong Niet Hetero

Is de grootste organisatie voor holebi-jongeren in ons land. Behalve de samenwerking met de lokale jongerengroepen, zijn er heel wat andere Wel Jong Niet Hetero-activiteiten. Elke zomer een holebikamp: een vakantie die geen enkele jonge holebi mag missen. Elke schoolvakantie een activiteit ergens in het land voor jongeren tot 19 jaar onder de naam 'min19'. Meermaals per jaar een trefdag met activiteiten voor jongeren tot 26 jaar. Dan is er nog de uitgebreide site www.weljongniethetero.be... en dit boekje!

Holebifederatie

In Vlaanderen en Brussel vind je meer dan honderd holebi-initiatieven en holebigroepen. De meesten zijn aangesloten bij de Holebifederatie. Een koor voor lesbische vrouwen, een zwemclub voor holebi's, een vereniging voor homo-pastors... Je kan het zo gek niet bedenken of het bestaat. De Holebifederatie heeft ook nationale initiatieven. Niet te vergeten: de jaarlijkse lesbiënnedag. Bij de telefoondienst Holebifoon [09-238 26 26] kan je terecht met al je vragen, op Holebitext krijg je nieuws en een agenda en hun magazine Zizo siert je salontafel!

www.holebifederatie.be

Roze Huizen

Nee, geen groezelige huisjes met roze geschilderde gevels, maar open huizen in een aantal grote steden waar holebi's elkaar ontmoeten. Holebigroepen organiseren er activiteiten, tentoonstellingen of evenementen. Je kan er iets drinken, er liggen bergen informatie én je kan er gerust je ouders mee naartoe nemen.

Internet

Heel wat holebi's ontmoeten elkaar ook op internet, op fora of in aparte chatboxen. Internet is eenvoudig en vrij anoniem. Je kan er discussiëren, fotosites bekijken, mensen leren kennen of afspraakjes maken. Bedenk wel dat je gesprekspartner iemand anders kan zijn dan hij of zij zegt. Misschien is 'ToffeGriet15' wel een rare kwiet van 43. Zeker voorzichtig zijn dus als je met iemand afspreekt. Tips voor veilig en leuk chatten lees je op www.weljongniethetero.be/chattips. Daar heb je trouwens ook een jongeren-forum waar je kan discussiëren over ... alles!

*Dansen, of iets gaan drinken. Een echte party of een terrasje in de zomer.
Je vindt in ons land heel wat holebi-uitgaansplaatsen, vooral in de grote steden.
Holebifuij*

Holebifuiven vinden plaats in feestzalen of jeugthuizen en zijn open van karakter: zowel meisjes als jongens en ook hetero's zijn welkom. In het begin is het misschien schrikken als op sommige fuiven de 'bamba' (de kusjesdans) van start gaat. Voor de een is die bamba een leuke manier om op iemand af te stappen, anderen vinden het maar niets. Leuk aan holebifuiven is dat ze op een redelijk uur beginnen en dat ze vaak nog goedkoop zijn.

Holebicafé

Bier smaakt er niet anders dan in elk gewoon ander café. Koffie verkeerd trouwens ook niet. Sommige holebi-café's hebben een wat ouder publiek, andere zijn net heel erg jong! Je moet je niet verveeld voelen als je lief je eens een kus wil geven en je kan er ongegeneerd een holebitijdschrift lezen of met vrienden afspreken.





Holebidiscotheek

De party in een discotheek start iets later, de inkom is wat duurder dan op een fuif en soms zijn er enkel mannen of enkel vrouwen toegelaten. Je kan de sfeer vergelijken met een gewone discotheek, alleen is het publiek vooral holebi natuurlijk. Soms is het er wel meer 'cruisy' dan op een holebifuif: meer meisjes die er een lief of een one-night-stand komen zoeken.



08 Ik wil een lief... of niet

Holebi's en relaties, past dat wel samen? Want lesbische meisjes, die hebben toch alleen maar korte, vluchtige contacten? En als je lief deze week Sarah heet, dan is dat volgende week toch gewoon Lies? En dan heeft Sarah intussen toch iets met je ex-vriendin Tanja?

Dat verhaaltje doet wel eens de ronde. Het klopt dat sommige holebi's een tijdje met relaties experimenteren, om uit te zoeken waar ze zich het best bij voelen. Net zoals hetero's dat in hun puberjaren doen. Bij sommige lesbo's gebeurt dat experimenteren iets later omdat ze eerst de tijd nodig hebben om te beseffen en te erkennen dat ze op meisjes vallen.

Er bestaat een hele waaier aan relatievormen. Het ene meisje kan haar liefje op geen enkel moment van de dag missen, een ander houdt het liever bij een losse flirt. Je houdt van meer dan één meisje, of je leidt liever een vrijgezellenleventje. Weet wel... gedumpt worden doet altijd pijn. Pak het dus diplomatisch aan als je beseft dat zij niet jouw ware Jacoba is.

Wat het juiste recept is voor jouw relatie, ontdek je zelf.

Happy single

"Ik noem mezelf een vrijgezel. Maar er is wel een meisje dat ik regelmatig zie. Ze heet Katelijn (19). We vinden het heerlijk om samen op stap te gaan en seks te hebben. Maar ik noem dat geen relatie. Daarvoor wil ik echt verliefd zijn."

14

15



Mijn eerste lief!

San, 19

"Het heeft lang geduurd voor ik een liefje had. Mijn eerste holebiñuiñ was een hele shock, ik zag alleen maar meiden die er jongensachtig uitzagen. In zo'n wereldje wilde ik niet passen. Toch was ik razend benieuwd hoe het was om met een meisje te kussen. Die nieuwsgierigheid heeft me geholpen, want een tweede holebiñuiñ is me enorm bevallen. Ik ben er stapelverliefd geworden op Eve. Zij werd iets later mijn eerste lief."

Trouwjurken passen

Marjan
en Kim,
1,5 jaar
getrouwd

"We wilden niet in het stadhuis staan: de ene in kostuum en de andere in trouwkleed. Dat leek ons te veel een afñdruk van het traditionele huwelijk. Alle twee in maatpak vonden we dan weer niet feestelijk genoeg. Daarom hebben we een dagje uitgetrokken om samen trouwjurken te gaan passen. Dat was zelfs heel romantisch!"

Met z'n tweetjes

Josie, 21

Kaat (22) en ik zijn 2 jaar samen geweest. Ik vond het supergezellig met z'n tweetjes op kot. Soms lagen we urenlang op de zetel te knuffelen. We zijn sowieso geen uitgaanstypes. Afñ en toe gingen we wel eens eten bij vriendinnen. Liefst deden we zoveel mogelijk samen met ons tweetjes. Nu we uit elkaar zijn, merken sommige vrienden op dat we veel te veel samenklitten. Zou kunnen... al heb ik er echt wel goeie herinneringen aan.



LAR ... een lange afstandsrelatie

16

17

"Griet (15) woont in Limburg en ik aan de kust. We hebben allebei nog geen rijbewijs en een treinreis duurt bijna drie uur. Spijtig genoeg zien we elkaar maar af en toe in het weekend. Maar dan hebben we altijd veel te vertellen en genieten we van elk moment samen. Afscheid nemen is soms echt hartverscheurend. Ik kan er maar niet aan wennen."

Maja, 18

Kinderwens

Maureen (25) en Elise (27) kennen elkaar 8 jaar en hebben al 6 jaar een relatie. Ze willen enorm graag kinderen en hebben net de stap gezet naar kunstmatige inseminatie met donorsperma (K.I.D.)

Maureen: "We hebben toch een tijdje getwijfeld of we dit wel zouden doen."

Elise: "Eerst en vooral voor het kindje zelf. Als je opgroeit met twee mama's zit je toch in een andere situatie dan met een mama en papa. En andere kindjes kunnen wel eens gemeen zijn..."

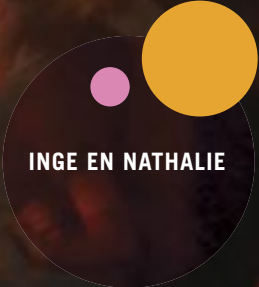
Maureen: "... en ook het idee dat er maar één van ons wettelijk als ouder wordt erkend, hield ons een beetje tegen. Ik hoop dat het ooit anders kan."

Elise: "Maar het belangrijkste is dat ons kindje in een gezin wordt opgevoed waar het alle warmte en aandacht krijgt die het nodig heeft. En dan maakt het niets uit of je holebi of hetero bent. Ik kijk er al vol ongeduld naar uit om ons baby'tje in mijn armen te houden"

Maureen: "Ik denk dat het ons als koppel ook nog sterker zal maken. Elise zal de biologische mama zijn, maar ik wil elke stap samen met haar meemaken!"

Maureen
en Elise



A graphic consisting of two overlapping circles. The larger circle is a vibrant yellow, and the smaller circle is a soft pink. They are positioned in the upper right quadrant of the image, partially overlapping the woman's hair and the background.

INGE EN NATHALIE

09 De eerste keer

Greet, 24

"Ik was behoorlijk nerveus. Zou ik het wel goed doen? Heeft ze graag dat ik aan haar oorlelletje sabbel? Moet het licht niet wat minder? Gelukkig had zij even weinig ervaring als ik. Konden we samen op ontdekking gaan. Niets zo opwindend!"

Annick, 18

"Toen we voor de eerste keer vrijden waren we heel erg voorzichtig. Eerst heel lang zoenen, knuffelen en strelen, dat moet wel uren geduurd hebben! Uiteindelijk kregen we onze zenuwen de baas en vingerden elkaar. Zo was de eerste stap gezet naar het grotere werk."

Jessica, 21

"Omdat ik er zo lang op had gewacht, leek ik wel te ontploffen toen we elkaar overal begonnen aan te raken. In mijn enthousiasme wierp ik me meteen tussen haar benen. Toen ze opmerkte dat ik wel erg snel ging, begon ik te blozen en we moesten lachen. Daarna ging het er iets rustiger aan toe en zo konden we veel meer genieten."

Isabel, 16

"Eigenlijk was er niet veel aan. Ik had ontzettend veel haalangst. Ik was wel smoorverliefd, maar ik lette zo erg op haar reacties dat ik zelf vergat te voelen."

Olga, 20

"Toen Inge mij wou likken fluisterde ze zachtjes in mijn oor: 'Mag ik je daar kusjes geven?' De manier waarop ze dat vroeg was zoooo schattig...daar kon ik geen nee op zeggen! Niet dat ik twijfelde. Ik wou het maar al te graag."

Karolien, 19

"Ik zat vol complexen over mijn lichaam en toen ik haar mooie naakte lichaam zag, voelde ik me helemaal niet meer sexy. Ik zat voortdurend te vergelijken. Maar toen we achteraf voldaan in elkaars armen lagen, voelde ik dat het klopte en dat zij me even mooi vond als ik haar."

10 En nu naar bed

Raak! Je hebt het meisje gevonden waar je mee naar bed wilt: je nieuwe lief of die knappe meid op een feestje. Maar wat dóen lesbische meisjes eigenlijk in bed? En hoe bereid je je voor op seks? Wel, om vervelende situaties te voorkomen zijn er twee gouden tips:

1. Je ondergoed met gaten laat je best in de kast liggen.
2. Een douche vooraf is geen slecht idee.

Maar verder? Er bestaat geen sekshandleiding die je puntje voor puntje moet volgen om de perfecte nacht te beleven. Vrijen met een meisje kan een nieuwe ervaring zijn of je bent er al mee vertrouwd. Het kan lief en zacht of wild en opwindend. Het kan leuk zijn maar ook tegenvallen. Je ontdekt waar je zelf van houdt en je zoekt uit wat de ander leuk vindt.

De eerste keer haar hand onder je T-shirt, een stevige zuigplek in je nek, natte kusjes die zich van op je schouder een weg banen naar beneden. Elkaar knuffelen of strelen, een lekkere massage, samen rollebollen. Je kan op vele manieren opgewonden raken. Sommige koppels vinden dirty talk [*] heel opwindend, bij anderen staat het garant voor een giechelbui.

Vrijtechnieken kan je vergelijken met een uitgebreide menukaart waar je uithaalt wat je lekker vindt. Alles is mogelijk tijdens het vrijen, alleen of met een ander. Je kan aan elkaars oren of tepels sabbelen of zachtjes bijten, kreunen, elkaar vingeren of masturberen. Sommige meisjes houden van beffen, ejaculeren, seksspeeltjes of kiezen voor ruige seks. Er kan dus van alles, maar niets moet!

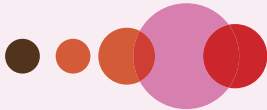


Sex talk

Belangrijk is dat je van elkaar weet waar je voor open staat en waarvoor niet. Praten over seks is voor jou misschien een dooddoener, toch kan het de seks heel wat leuker maken. Wanneer je je fantasieën en je grenzen kan verwoorden, weet je partner precies wat ze kan en mag doen. En jij kan je bedgenoot des te meer plezieren als je haar gevoelige plekjes kent.

Misschien vind je het moeilijk om te praten over seks. Probeer dan tóch je schaamte te overwinnen. Zeg nee tegen iets waar je geen zin in hebt, maar durf ook ja te zeggen als je het lekker vindt. Ook via lichaamstaal kan je veel kwijt. Maakt ze geluidjes, krijgt ze kippenvel, pakt ze je stevig vast, kruipt ze tegen je aan?

Naarmate je elkaar beter kent, wordt seks ook anders. Je komt meer te weten over wat je vriendin leuk vindt. Zo kunnen jullie op elkaar inspelen. Je kan op ontelbare manieren met elkaar vrijen en je hebt alle tijd om elkaars lichaam te ontdekken.



11 Safe sex

Vrijen is in de eerste plaats heel fijn, maar het kan ook risico's inhouden. Je kan een seksueel overdraagbare aandoening (soa) oplopen. Soa horen bij seks: wees je daarvan bewust. Maar hoe zit dat nu voor meisjes die met meisjes vrijen?

Seks bij meisjes is relatief veilig voor hiv en soa. Toch betekent dat niet dat je geen risico loopt. Er zijn een aantal sekstechnieken waarmee meisjes onderling hiv en soa kunnen doorgeven, b.v. beffen [*] als je partner ongesteld is. En misschien vrij jij of je vriendin ook met jongens? Ook dan is er kans dat je besmet geraakt.

Sowat?

De meest bekende soa zijn chlamydia, gonorroe, herpes, syfilis en hepatitis B. Het zijn geslachtsziekten, veroorzaakt door bacteriën of virussen, die worden overgedragen door seksueel contact. De klachten voor soa zijn niet voor iedereen dezelfde. Specifieke klachten zijn een meer dan normale vaginale afscheiding, jeuk of roodheid van de vagina, een branderig gevoel bij het plassen, pijn in de buik, ... Soms kan je zelfs een soa hebben zonder dat je er iets van merkt.





Risico op soa

Meisjes die met meisjes vrijen lopen sneller risico op soa dan op hiv. Een besmetting met soa kun je krijgen van direct contact tussen slijmvliezen en door vaginaal vocht in je mond, vagina of anus.

Seks met een laag risico:

- je wrijft je vagina over de vagina van je vriendin
- je likt de vagina van je vriendin
- je laat je vingers met haar vaginaal vocht

Je kan er niet vanuit gaan dat je geen soa of hiv hebt als je je nooit hebt laten testen. Als je zeker wil zijn, laat je dan testen. Een soa oplopen is niet dramatisch, meestal zijn ze goed te behandelen. Het is echter wel belangrijk om snel een arts te raadplegen. Voor de meeste soa bestaan er immers effectieve middelen om ze te bestrijden en genezen.

HIV

Het hiv-virus is niet zo makkelijk overdraagbaar bij seks tussen meisjes. Het virus zit vooral in bloed en in sperma. De concentratie in vaginaal vocht is heel laag. Als bloed of sperma in aanraking komt met de slijmvliezen in je mond, vagina of anus, dan loop je risico.

Seks met een hoog risico (ook op andere soa):

- Je likt de vagina van je vriendin als ze ongesteld is of een vaginale ontsteking heeft
- Jij of je vriendin hebben onbeschermde seks met een jongen
- Je gebruikt dezelfde dildo/vibrator bij jezelf en bij haar

Bescherming

Om het risico op hiv en soa te beperken kan je beflapjes [*] gebruiken bij het likken van de vagina. Je kan hiervoor ook een in de lengte opengeknipte condoom gebruiken. Bij het uitwisselen van een dildo/vibrator [*] of bij het vrijen met een jongen, gebruik je een condoom.

Veilige relaties

Het is verstandig om vooraf na te denken over de risico's van seks. Praat met je sekspartner over veilige en spannende sekstechnieken. Als je een vaste relatie hebt, kunnen jullie je allebei op hiv en soa laten testen. Als de uitslag negatief is, kan je onbeschermd met elkaar vrijen zonder verdere voorzorgsmaatregelen... tenminste, als jij en je lief ook goede afspraken hebben gemaakt over seks buiten jullie relatie. Heb je meerdere partners of heb je soms losse sekscontacten, pas dan op met onveilige seks. Het is dan ook verstandig je eens per jaar te laten controleren op soa.



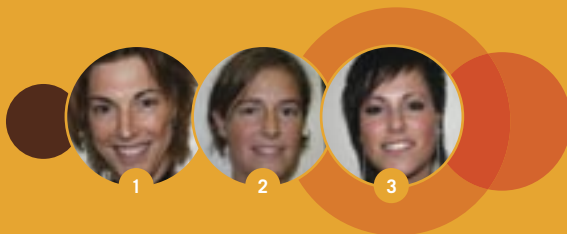
Spot de pot

26

27

Smeer 'm maar in, die gaydar, en laat eens zien of die van jou goed werkt... Je gaydar is dat radartje tussen je ogen, dat zesde zintuig dat je ontwikkelt om op een kilometer afstand een 'soortgenoot' te herkennen! Heb jij er zo eentje? Of vergis je je telkens weer? Hieronder heb je drie meisjes, eentje ervan is holebi. Doe de test!

Het juiste antwoord is nummer 1!



Had je het geraden? Goed zo, dan staat jouw gaydar op scherp! Maarre... Je gaydar zal niet altijd juist afgesteld zijn. Er zijn ook meiden die er stoer uitzien en hetero zijn en netjes verzorgde jongens die enkel op meiden vallen. Of een bouwvakker die 's avonds bij zijn makkers in de homokroeg zit en de chique directrice die 's ochtends haar vriendin een prettige dag toewenst... Een mens bestaat uit zoveel meer dan zijn geaardheid! Om een goede en juiste indruk van iemand te krijgen kan je best wat verder kijken dan die gaydar...

12 De holebibeweging

Regenboogvlaggen, ontblote bovenlijven, nepborsten en roze pluimen in het televisienieuws? De kans is groot dat de nieuwslezer het heeft over carnaval óf over de Belgian Lesbian and Gay Pride. Tijdens die jaarlijkse optocht door de straten van Brussel komen duizenden holebi's op straat om te feesten, maar ook om op te komen voor gelijke rechten voor holebi's. In eigen land, maar ook daarbuiten.

Behalve de extravagante beelden, zie je op die dag ook heel veel andere holebi's. Vrouwen met kindwagens, ouders van holebi's, de jongeren van Wel Jong Niet Hetero en heel veel andere mensen die er gewoon 'gewoon' uitzien. Je moet zeker zelf eens een kijkje gaan nemen.

De Lesbian and Gay Pride zoals die nu is, bestaat al sinds midden de jaren negentig. De feestelijke optochten hebben veel invloed gehad op de politici in ons land. Zo is het burgerlijk huwelijk sinds enkele jaren ook opengesteld voor holebikoppels. België was het tweede land in de wereld waar een huwelijk tussen twee mannen of twee vrouwen mogelijk is. Alleen Nederland was ons voor. De Belgische overheid maakte ook werk van een antidiscriminatiwet. Dat initiatief was jarenlang een eis van de holebibeweging. De wet verbiedt discriminatie onder andere op basis van seksuele geaardheid.

In Vlaanderen wordt de holebibeweging vertegenwoordigd door de koepelorganisatie Holebifederatie. Ook in het buitenland bestaat er een holebibeweging. Vooral in een aantal Westerse landen krijgt die beweging steeds meer gehoor. Hier en daar ontstaan er wetten die holebi's meer gelijke rechten geven. In alle andere werelddelen is het nog altijd niet vanzelfsprekend om holebi te zijn.



13 Films en literatuur

Genoeg gelezen?

Gooi dan dit boekje aan de kant en haast je naar de dvd-theek. Daar liggen heel wat leuke, romantische, dramatische en sexy holebi-films op jou te wachten. Kriebels bij twee zoenende meisjes? Tranen bij een onmogelijke liefde? Smelten bij die stoere meid? Een selectie van de betere verkrijgbare vrouwenmovies:

1. Tipping the Velvet (Geoffrey Sax)
2. When Night is Falling (Patricia Rozema)
3. Boys don't Cry (Kimberly Peirce)
4. Fucking Åmal (Lukas Moodysson)
5. Better Than Chocolate (Anne Wheeler)
6. Lost and Delirious (Léa Pool)
7. If these Walls could Talk 2 (Anne Heche)
8. But I'm a Cheerleader (Jamie Babbit)
9. Goldfish memory (Liz Gill)
10. My summer of love (Pawel Pawlikowski)

Je kan ook terecht op televisie. 'Queer as Folk', 'The L-word' en 'Will and Grace' zijn helemaal holebi en in verschillende populaire tv-reeksen als 'Dawson's Creek', 'Normal, Ohio' of 'Thuis' komen holebi's aan bod.



Liever nog meer lezen?

Zin om te verdrinken in een verhaal over twee meiden? Of om rode oortjes te krijgen van de tot-de-verbeelding-sprekende woorden? Neus eens rond in de bib of boekhandel en je komt niet met lege handen thuis. Een smoes voor de bibliothecaris? Zeg dat je het boek moet lezen van school of dat je het zo'n mooie kافت vindt...

Jeugdromans

1. Zij en haar (Dirk Bracke)
2. Mijn moeders zijn lesbisch en ik ben ook normaal (Odiel Reef)
3. Verliefd zijn is een ramp (Caja Cazemier)
4. Marlow (Theo Engelsen)
5. De bruiden van Branca (Diet Verschoor)



Romans

1. Fluwelen begeerte (Sarah Waters)
2. Passie (Jeanette Winterson)
3. Ik was een samoeraï (Marjolein Houweling)
4. Geroerd (Emma Donoghue)
5. Sputnikliefde (Haruki Murakami)

Of nog: Rubyfruit Jungle (Rita Mae Brown), Fortuna, keizerin (Sara Ryan), De nomade (Christine Lafaille), Je moet kiezen Coralie (Susan De Boer), Kastanjes (Katrien Vervaele), de boeken van Sarah Waters en Jeanette Winterson, ...

Boeken over lesbische relaties en seksualiteit

1. Lesbische seks. Een praktisch handboek (Mirjam Hemker en Mariette Hermans)
2. Meidenboek– Voor en door meiden die op meiden vallen (Esmée Burgersijk en Anne Klusman)
3. The lesbian Kama Sutra (Kat Harding)

Voor jonge moslims:

1. Mijn geloof en mijn geluk (Imad el Kaka en Hatice Kurşun)
2. Homo en moslim, hoe gaat dat samen? 1001 vragen over islam en homoseksualiteit (Omar Nahas)



14 Woordenlijst

Sommige van deze woorden staan ook elders in de tekst met [*] erbij...

holebi:	geen pretpark, maar de verzamelnaam van homo's, lesbiennes en bi's
de kast:	iemand met een brede borstkas of nog: afkorting van 'uit de kast komen', het aan de buitenwereld bekend maken dat je holebi bent. Ook 'coming-out' genoemd.
coming-out:	komt van 'coming-out of the closet', in het Nederlands wordt dit 'uit de kast komen'. Openlijk uitkomen voor je holebi-zijn.
coming-in:	je eerste stapjes zetten in de holebiwereld
dirty talk:	ook wel 'geile praat'. Je verwoordt je seksuele fantasieën op een opwindende manier, of je fluistert, zegt of roept hoe goed je partner het doet. ☺
beflapje:	een liklapje, een latex lapje dat je over de vagina of anus legt bij het likken (of beffen) als bescherming tegen hiv en andere infecties.
beffen:	het stimuleren en prikkelen van de vagina met de mond (tong en lippen). Ook 'likken' genoemd of als je indruk wilt maken: 'cunnilingus'.
vingers:	met de vingers een vagina prikkelen. De clitoris is het belangrijkste doelwit. Het is immers een heel gevoelig plekje. Door erover te wrijven, veroorzaak je een lekker gevoel.

vibrator:	seksspeeltje waarin een trilelement zit, wordt gebruikt voor stimulatie van clitoris, vagina en/of anus. Meestal langwerpig, maar bestaat ook in andere vormen.
dildo:	langwerpig speeltje dat in de vagina (of de anus) past, meestal gemaakt uit rubber en te vinden in alle maten en kleuren.
K.I.D.:	afkorting voor Kunstmatige Inseminatie met Donorsperma, een manier om zwanger te worden bij lesbische meisjes
homofob:	komt van homofobie, een angstgevoel gecombineerd met gevoelens van haat en afkeer tegenover holebi's
pot:	een benaming voor een lesbienne - soms als scheldwoord, soms positief bedoeld
een lief:	liever liefst 'liefsteke'. Ook 'vriendin', 'partner', 'schat', 'zoetje', 'lieveke', 'honey', 'poesje', ...

meer op: <http://www.jeugdseksualiteit.be> [sekswoordenboek]
<http://holebi-info.be> [holebitheek/woordenboek]
<http://www.allesovergay.nl> [woordenlijst]

15 Adressenlijst

Gegevens kunnen ondertussen gewijzigd of aangevuld zijn. Bij twijfel: bel naar de Holebifoon of kijk op www.weljongniethetero.be of www.holebifederatie.be. Vergeet bij het schrijven naar een postbusadres het cijfer niet achter de gemeentenaam te vermelden, indien er een bij staat.

HOLEBIFOON

De Holebifoon is een telefoondienst voor iedereen die vragen heeft over holebiseksualiteit. Je hoeft niet te zeggen wie je bent, dat maakt het soms wat makkelijker. Je kan er ook terecht voor praktische informatie zoals adressen van (jongeren)groepen, cafés, een fuif of disco's in jouw buurt, of de naam van een goed tijdschrift voor holebi's...

De holebifoon is elke dag, behalve op feestdagen te bereiken van 18u tot 22u op het nummer 09-238 26 26. Op woensdag is er permanentie van 14u tot 22u. Voor meer info: www.holebifoon.be - vragen@holebifoon.be

LANDELIJKE HOLEBI-ORGANISATIES

Wel Jong Niet Hetero (WJNH)

WJNH groepeerd en begeleidt lokale holebi-jongerengroepen. WJNH organiseert initiatieven zoals het jaarlijkse holebikamp, trefdagen, min19 (scholierenwerking), fuiven,... Informatie krijg je steeds in een neutrale en gesloten envelop.

WJNH is een landelijk georganiseerde jeugdvereniging die erkend is door de Vlaamse Gemeenschap.

Kammerstraat 22, 9000 Gent T. 09-269 28 17

info@weljongniethetero.be - www.weljongniethetero.be

Holebifederatie

De Holebifederatie is de koepel van de Vlaamse en Brusselse holebi-verenigingen (zie ook [7] waar zitten ze?).

Kammerstraat 22, 9000 Gent T. 09-223 69 29

info@holebifederatie.be - www.holebifederatie.be

HOLEBI-JONGERENGROEPEN

De holebi-jongerengroepen zijn verenigingen voor en door holebi's jonger dan 26, soms ook tot 30 jaar (-30). De groepen die aangesloten zijn bij WJNH zijn aangeduid met (WJNH) (zie ook [7] waar zitten ze?).

PROVINCIE ANTWERPEN

Enig Verschil (WJNH) Postbus 144, 2000 Antwerpen 1

info@enigverschil.be - www.enigverschil.be.

Ja&Dan! (WJNH) Postbus 170, 2200 Herentals

info@jaendan.be - www.jaendan.be

Swatt (WJNH) (-30) Postbus 4, 2800 Mechelen 2

info@swatt.be - www.swatt.be

Klein Detail (WJNH) Postbus 8, 2300 Turnhout 2

info@kleindetail.be - www.kleindetail.be

Eksit: (-30) Postbus 12, 2845 Niel

info@eksit.be - www.eksit.be

Omgekeerd Evenredig (WJNH) Geel

omgekeerd-evenredig@telenet.be

PROVINCIE LIMBURG

Inderdaad! (WJNH) Postbus 31, 3500 Hasselt 6

info@inderdaad.be - www.inderdaad.be

PROVINCIE OOST-VLAANDEREN

derUIT! (WJNH) Postbus 103, 9100 Sint-Niklaas

info@deruit.be - www.deruit.be

Liever Spruitjes (WJNH) Postbus 130, 9200 Dendermonde

liever.spruitjes@advalvas.be - www.lieverspruitjes.be

Verkeerd Geparkeerd (WJNH) Kammerstraat 22, 9000 Gent

info@verkeerdgeparkeerd.be - www.verkeerdgeparkeerd.be

PROVINCIE VLAAMS-BRABANT / REGIO BRUSSEL

&of (WJNH) Postbus 113, 3000 Leuven 3

info@enof.be - www.enof.be

Basta (WJNH) Postbus 1696, 1000 Brussel 1

info@bastaweb.be - www.bastaweb.be

Mixed (WJNH) (-30) Demervallei 14, 3200 Aarschot

info@mixedonline.be - www.mixedonline.be

PROVINCIE WEST-VLAANDEREN

Dubbelpunt (WJNH) p/a JAC Wandelingstraat 31, 8500 Kortrijk

info@dubbelpuntwvl.be - www.dubbelpuntwvl.be

Gewoon Anders (WJNH) p/a JAC, Kaaistraat 28, 8400 Oostende

www.gewoonanders.be - info@gewoonanders.be

Onder Andere(n) (WJNH) Neermarkt 9, 8900 Ieper

info@onderanderen.be - www.onderanderen.be

Uiteraard (WJNH) p/a JOC Krekelstraat 167, 8870 Izegem

info@uiteraard.be - www.uiteraard.be

Jong&Hib (-30) Koningin Elisabethlaan 92, 8000 Brugge

info@j-h.be - www.j-h.be

HOLEBIMEDIA

HOLEBITEXT

VRT-teletext p.738 (activiteiten- en fuifkalender) en p.739
(holebinieuws)

HOLEBI-JONGERENRADIO

uit de kast

radioprogramma voor en door holebi-jongeren; wekelijks te beluisteren
via tal van vrije radio's in Vlaanderen en op het internet

UDK Postbus 180, 9000 Gent 1

www.uitdekast.be - info@uitdekast.be

Of nog: www.oradio.be en www.radiocentraal.be/pinkwave

HOLEBI-BOEKHANDEL

't Verschil Minderbroedersrui 42, 2000 Antwerpen

T. 03-226 08 04 - info@verschil.be - www.verschil.be

Open van woensdag tot zondag van 12u tot 18u.

Infowinkel Casa Rosa Kammerstraat 22, 9000 Gent

T. 09-269 28 12 - infowinkel@casarosa.be - www.casarosa.be/infowinkel

Open op maandag van 18u tot 22u, woensdag van 15u tot 21u en zaterdag van 16u tot 19u

Holebi-bib Roze Huis Draakplaats 1, 2018 Antwerpen

T. 03-288 00 84 - holebibib@hetrozehuis.be - www.hetrozehuis.be

Open op dinsdag van 18u tot 20u en op zaterdag van 15u tot 17u

HOLEBI-TIJDSCRIFTEN

ZiZo magazine voor holebi's - te koop in de betere krantenwinkel, supermarkt of via abonnement. Kammerstraat 22, 9000 Gent T. 09-223 69 29
zizo@holebifederatie.be - www.zizo-magazine.be

ExpresZo magazine voor holebi-jongeren - www.expreszo.be

Ontdek in de betere krantenwinkel ook Zij aan Zij, Gus, QT en sQueueze.

HOLEBI'S OP HET NET

www.holebi.net

www.gayworld.be

www.gaybelgium.be

www.gay2day.be

www.gaylive.be

www.gaydayz.be

www.steunpuntgelijkkansen.be

www.gelijkkansen.be

www.ja-en-dan.be

www.jongereninformatie.be

ROZE HUIZEN

zie ook [7] waar zitten ze?

Het Nieuwe Huis Kuringersteenweg 179, 3500 Hasselt T. 011-74 06 01

en 011-25 22 94 - info@holebilimburg.be - www.holebilimburg.be

Casa Rosa - Foyer & Infowinkel

Kammerstraat 22, 9000 Gent T. 09-269 28 12

info@casarosa.be - www.casarosa.be

Het Roze Huis - Antwerpse Regenboogkoepel & Café Den Draak

Draakplaats 1, 2060 Antwerpen T. 03-288 00 84

info@hetrozehuis.be - www.hetrozehuis.be

Het Regenbooghuis Kolenmarkt 42, 1000 Brussel T. 02-503 59 90

info@rainbowhouse.be - www.rainbowhouse.be

WERKGROEPEN OUDERS VAN HOLEBI'S

Ouders kunnen hier terecht met hun vragen of ervaringen uitwisselen met andere ouders. Adressen en telefoonnummers: via de Holebifoof of op www.holebifederatie.be.

HOLEBI-INTERNATIONAAL

IGLYO International lesbian, gay, bisexual and transgender youth and student organisation

Postbus 3836, 1001 AP Amsterdam, Nederland

info@iglyo.com - www.iglyo.com

ILGA-Europe Europese regio van de international lesbian and gay association (ILGA)

Tervurenlaan 94, 1000 Brussel T. 02-609 54 10

info@ilga-europe.org - www.ilga.org

HOLEBI-ORGANISATIES

Naast holebi-jongerengroepen en de Roze Huizen zijn er nog heel wat lesbienne-organisaties en andere holebi-initiatieven.

Voor een overzicht: bel naar de Holebifoon of kijk op www.weljongniethetero.be of www.holebifederatie.be.

ANDERE NUTTIGE ADRESSEN EN TELEFOONNUMMERS

Gelijke Kansen in Vlaanderen

Gelijke Kansen in Vlaanderen heeft tal van (gratis) brochures over holebiseksualiteit. Boudewijnlaan 30, 1000 Brussel T. 02-553 58 46
gelijkekansen@vlaanderen.be - www.gelijkekansen.be

Sensoa

Vlaams service- en expertisecentrum rond seksuele gezondheid en hiv
Kipdorpvest 48 a, 2000 Antwerpen T. 03-238 68 68
Meersstraat 138 d, 9000 Gent T. 09-221 07 22
Grétrystraat 1, 1000 Brussel T. 02-219 33 51
www.sensoa.be – www.sensoa.be/jong

Merhaba

Gericht op holebi's van allochtone afkomst

Kolenmarkt 42, 1000 Brussel - info@merhaba.be - www.merhaba.be

Belgische Genderstichting

vragen en info rond genderdysforie (problematische geslachtsbeleving)

Holstraat 25, 9000 Gent T. 09-233 08 54

genderstichting@artevelde.be - www.genderstichting.be

Werking voor jongensprostitutie

Boysproject: Quellinstraat 56, 2018 Antwerpen T. 03-293 95 90

info@boysproject.be - www.boysproject.be

Adzon: Anspachlaan 160, 1000 Brussel T. 02-513 94 02

info@adzon.be - www.adzon.be

Jongenskwartier: Abeelstraat 19, 9000 Gent T. 09-269 87 40

www.jongenskwartier.be

Aids en soatelefoon 078-15 15 15

voor persoonlijke vragen over veilig vrijen, hiv/aids en andere seksueel overdraagbare aandoeningen

ma-di-do van 14u-22u; wo-vr van 14u-20u; za 14u-17u

Kinder- en Jongerentelefoon 0800-15 111

Postbus 50, 2800 Mechelen

brievenbus@kjt.org - www.kinderenjongerentelefoon.be

Alle dagen van 16u-22u, behalve op zon- en feestdagen

Tele-onthaal 106

Voor anonieme hulpverlening bij levensmoeilijkheden

Zelfmoordlijn 02-649 95 55

Voor de babbel van je leven

“meisje meisje” werd geschreven door Wel Jong Niet Hetero, een landelijk erkende organisatie voor holebi-jongeren in Vlaanderen & Brussel. Geen pasklare antwoorden op alle 101 vragen. Wel ideeën, ervaringen en info... op zakformaat.

Voor jongens die van jongens houden is er “jongen jongen”.

Beiden zijn gratis verkrijgbaar bij Wel Jong Niet Hetero, Gelijke Kansen in Vlaanderen, de Holebifederatie en Sensoa.

Proef ook de computerversie op www.weljongniethetero.be/meisjemeisje.

Dit is een uitgave van



Productie en eindredactie: Saskia Rogge

Redactie: Grace Hellinckx, Kris Vanhemelryck, Kristof Demasure, Sven Pichal en Wendy Donckers

Met dank aan: de stuurgroep, de nalezers en de fotomodellen!

Foto's: Mich van den Berghe • **Vormgeving:** Jerom Duquenne • **Druk:** Geers-Offset



D/2005/3241/171

V.U. Heidi Vander Poorten, Gelijke Kansen in Vlaanderen, Boudewijnlaan 30, 1000 Brussel

