

Waarom hebben we een Programma Seksuele Veiligheid?

Er zijn veel misvattingen over seksueel grensoverschrijdend gedrag. Zo wordt er nog vaak gedacht in clichés, terwijl incidenten allerlei vormen kunnen hebben. Of het nu gaat om aanranding, *catcalling* of ongewenste appjes, als het jouw grens overgaat, hoort het erbij.

Als universiteit willen we bewustzijn creëren en steun bieden. Met dit programma willen we informatie toegankelijk maken, zodat iedereen kan leren over seksuele veiligheid, het vinden van hulp en hoe in actie te komen.



1 op de 4

studenten ervaart seksueel grensoverschrijdend gedrag tijdens de studie



Fysiek
welzijn



Mentaal
welzijn



Academische
prestaties

De gevolgen die je kunt ervaren na een seksueel overschrijdende ervaring zijn divers. Zo kan het impact hebben op:

We bouwen aan een veiligere universiteit

Bouw met ons mee

SCAN de QR-code en vind
Hulp, informatie en trainingen bij de UM



www.maastrichtuniversity.nl/nl/seksuele-veiligheid

Volg ons op Instagram [@sexualsafetyum](https://www.instagram.com/sexualsafetyum)

 Maastricht University
Sexual Safety Programme 

 Maastricht University

Programma Seksuele Veiligheid

Preventie. Educatie. Ondersteuning.

Een initiatief van de Universiteit Maastricht om een veilige omgeving te creëren voor iedereen, vrij van seksueel grensoverschrijdend gedrag.

Binnen de UM

Team Sociale Veiligheid - Studenten

Deel je verhaal vertrouwelijk en krijg advies over je mogelijkheden. Bespreek wat je wilt doen en vind ondersteuning, binnen of buiten de universiteit. Ook is dit de eerste lijn voor klachten.

Studieadviseur

Merk je dat studeren niet meer goed gaat? Neem dan contact op met de studieadviseur van jouw faculteit of opleiding.

UM psycholoog

Bij de universiteitspsycholoog kun je terecht voor gesprekken. Bij behoefte aan meer specifieke psychologische ondersteuning, kijken jullie samen waar je terecht kunt.

Buiten de UM

Centrum Seksueel Geweld

Kom in contact met professionele hulpverleners. Bel 0800-0188 of chat via www.chatmetcsg.nl. 24/7 beschikbaar. Gratis en anoniem.

Huisarts

Voor een verwijzing naar medische of psychologische hulp.

112

Bel het alarmnummer bij direct gevaar.



Als je hulp nodig hebt

Als je anderen wilt helpen

Wat jij kunt doen



Informeer jezelf

Leer meer over seksueel grensoverschrijdend gedrag via het bronnenoverzicht op onze website.



Meld je aan voor workshops en trainingen

Kijk voor actuele trainingen op de website (en nodig je vrienden uit!).



Vergroot het bewustzijn

Help mee, bijvoorbeeld door het delen van kennis en te praten met elkaar.



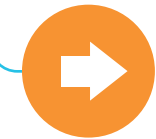
Vraag 'ben je okay?'

Denk je ongewenst gedrag te zien of horen? Stel de vraag.



Spreek je uit

Volg je gevoel en spreek je uit tegen ongewenst gedrag wanneer dat voor jou veilig voelt.



Wil je meer weten over hoe je kunt helpen?

Scan de QR-code op de achterzijde.

Onderneem actie

Leer hoe je steun kunt bieden als iemand te maken krijgt met seksueel grensoverschrijdend gedrag

Help ongepast gedrag tegen te gaan als omstander of naaste

Doe vaardigheden op over consent, bystander interventies, victim blaming en meer

Versterk je gevoel van zelfstandigheid in relaties

Train jezelf in een gezonde en respectvolle benadering van seksualiteit en relaties

Neem deel aan het initiatief!

Doe mee en help ons

Bouw hechtere sociale hulpnetwerken

Versterk de positieve sfeer, welzijn en groepsgevoel op de universiteit

Vergroot het onderling vertrouwen binnen de UM community

Verbreek het taboe op seksueel grensoverschrijdend gedrag

Draag bij aan veiligheid en plezier voor je hele omgeving: studie, werk, sport en vriendenkringen