



de Onderstroom  
de Ouderstroom

**Hoe houd je de R&W training veilig?**

**Deel 1 : lichamelijkheid,  
intimiteit en seksualiteit**

7 juni 2007 – De Reehorst (Ede)

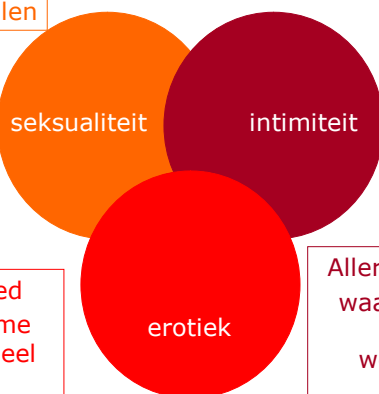
Jürgen Peeters

## Intimiteit

- Stel een intieme vraag aan je buur.
- Je hoeft de vraag niet te beantwoorden!
- Wat gebeurt er in je lichaam?
- Wissel even uit:
  - Hoe is het voor jou om een intieme vraag te stellen?
  - Hoe is het voor jou om een intieme vraag te krijgen?

## Seksualiteit en intimiteit?

Gericht en betrokken  
op geslachtelijkheid  
en geslachtsverschillen



Overgangsgebied  
maakt een intieme  
situatie seksueel  
geladen

Allerlei toenaderingsvormen  
waarin men de angst voor  
elkaar inruilt voor  
wederzijds vertrouwen en  
warmte

de Onderstroom  
de Ougelaploew

Bron: Heemelaar



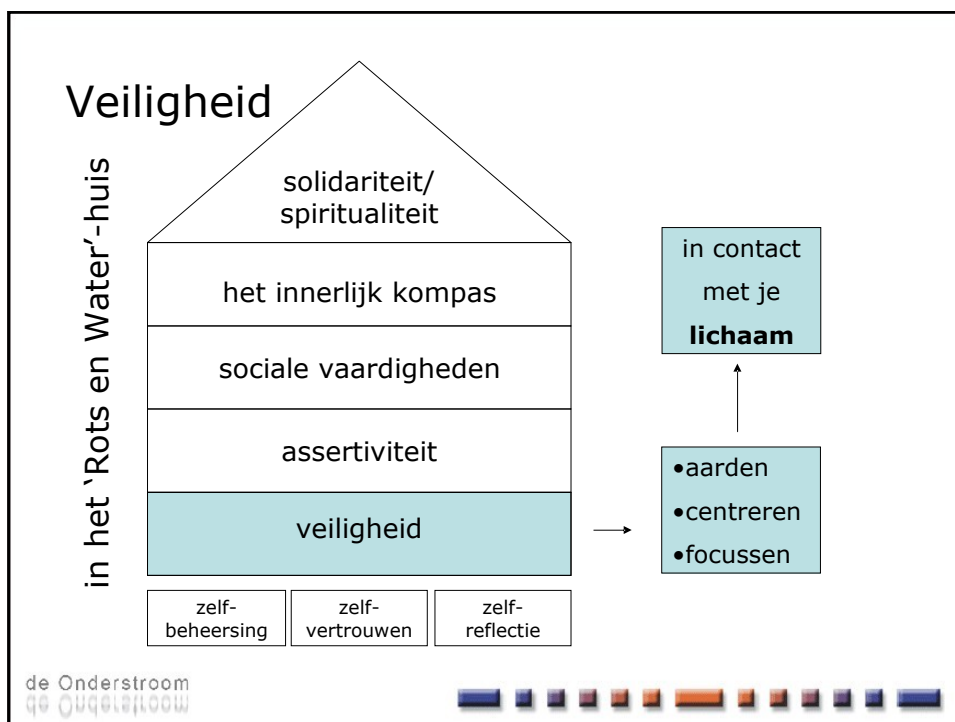
## “Ik weet perfect



## waar mijn grenzen liggen!”

de Onderstroom  
de Ougelaploew





## Aanraking

**ACHTERGROND**

- Biologische zelf
- Bodymemory
- Overlevingsstrategieën

**TIPS**

- Let op subtiele signalen!
- Respecteer "nee"!
- Don't push te river!

de Onderstroom