

### Waar vind je ons?

Online: [www.prettywoman-utrecht.nl](http://www.prettywoman-utrecht.nl)  
op Facebook en Twitter

Utrecht: Achter Clarenburg 25, 030-236 19 99

Amersfoort: Piet Mondriaanlaan 48, 033- 254 24 83

### Wist je dat....

- ♥ 17 % van de meisjes en 4% van de jongens wel eens gedwongen is om seksuele dingen te doen die ze eigenlijk niet wilden?
- ♥ Ruim 7% van de meisjes geslachtsgemeenschap heeft gehad tegen haar wil?
- ♥ Meisjes meer negatieve en minder positieve gevoelens hebben over seks hebben dan jongens?
- ♥ Pijn bij het vrijen niet normaal is?
- ♥ Jij het waard bent om van te houden?

*(Bron: Rutgers WPF, Seks onder je 25<sup>e</sup>, 2012)*

PrettyWoman



# Pretty Woman

*Hulpverlening bij relaties en seksualiteit*

## Groepsaanbod

*Je bent niet **de enige** die  
dit meemaakt*

*Samen sta je **sterker***

*Een plek waar iedereen  
begrijpt wat je bedoelt*

PrettyWoman



# Ervaringen delen in een groep waar iedereen je begrijpt

## Je bent niet de enige

Niemand begrijpt je zo goed als meiden die hetzelfde meemaken als jij. Daarom organiseert Pretty Woman groepen voor meiden en een groep voor ouders. In een veilige sfeer deel je je ervaringen met meiden van jouw leeftijd die met dezelfde vragen zitten als jij. Meestal is het eens per week, met een stuk of zes meiden. Een serie bijeenkomsten duurt meestal zes weken. Daarna kun je je aanmelden voor de volgende cyclus, tot maximaal een jaar.

## Groepen voor meiden

- ♥ **Rots en Water:** weerbaarheidstraining met fysieke oefeningen, wordt gegeven in Utrecht en Amersfoort. Eerst doen, dan praten.
- ♥ **Pretty Talk (vanaf 11 jaar),** in Utrecht. We doen oefeningen, spelletjes en praten over die die jou bezighouden en die je liever niet met je ouders bespreekt.
- ♥ **Pretty Talk (t/m 23 jaar),** in Utrecht. We doen oefeningen, spelletjes en praten over die die jou bezighouden en die je liever niet met je ouders bespreekt.
- ♥ **Mixed Emotions,** voor meiden en jongens van 15 tot en met 17 jaar. In deze gemixte groep praten jongens en meiden met elkaar over de leuke en moeilijke kanten van relaties.
- ♥ **Lotgenotencontact,** voor meiden t/m 27 jaar die slachtoffer zijn geworden van seksueel geweld of seksuele uitbuiting (loverboys)

## Groep voor ouders

Seksualiteit en relaties zijn vaak moeilijke thema's in de opvoeding. Wat kun je doen als je je zorgen maakt over het seksueel gedrag van je dochter? Hoe kun je hierover communiceren zonder voortdurend ruzie te krijgen? Hoe kun je haar vertrouwen en weer loslaten? We organiseren de groep twee keer per jaar in zowel Utrecht als Amersfoort.

## Geheimen en privacy

Alles wat je bij Pretty Woman vertelt, blijft in principe tussen vier muren. Ben je jonger dan 16, dan word je met medeweten van je ouders/verzorgers bij Pretty Woman begeleid. Als dat gevaar oplevert vanwege bijvoorbeeld eerwraak, dan kunnen we een uitzondering maken. Verder zijn we verplicht om in de Verwijsindex te melden dat je hulp krijgt van Pretty Woman. Zo kan er goed worden samengewerkt tussen instanties.