

# SEX? KUN MED SAMTYKKE

Vi har fået en ny samtykkelovgivning, men hvad betyder den for os?

Der er mange måder at invitere til sex, og der er lige så mange måder at sige ja eller nej – også undervejs. Sex er kun sex, hvis det er med samtykke. Det er faktisk ret enkelt, for det betyder, at sex skal være frivilligt og gensidigt. Derfor har voldtægtsbestemmelsen ikke længere fokus på vold, tvang og om offeret var i stand til at sige fra. Men lovgivningen kan ikke stå alene. Der er brug for at vi taler om, hvad samtykke egentlig er, og hvilke lyst og grænser, vi hver især har – og ikke mindst, hvordan vi lytter og forstår andres lyst og grænser.

Derfor har vi som en del af Ligestillingsafdelingens kampagne 'Sex? Kun med samtykke' lavet en digital pakke, som, vi håber, kan være med til starte samtaler og refleksion blandt unge ude på skoler og ungdomsuddannelser.



**Samtykke – hvad er det?**

Samtykke kan komme til udtryk på forskellige måder. Det behøver ikke at komme til udtryk ved ord, men kan også komme til udtryk gennem handlinger, som f.eks. kys, berøringer eller relevante bevægelser, f.eks. at man selv hjælper til med at tage sit undertøj af.

Er du i tvivl, om der er samtykke? Så spørg!

**Hvad er nyt? - Hvad har ændret sig?**

Tidligere havde voldtægtsbestemmelsen fokus på vold, tvang og om offeret var i stand til at sige fra. Med den nye voldtægtsbestemmelse er fokus på, om parterne har samtykket.

Pakken indeholder en Kahoot quiz og tre intime film, der viser, hvordan det kan se ud, når der bliver givet samtykke/ikke givet samtykke.


Vi anbefaler, at I starter med at se de tre film og taler om dem ud fra de medfølgende refleksionsspørgsmål. Derefter kan I tage Kahoot-quizzen, og forhåbentlig få gang i en rigtig god snak om lyst, grænser, sex og samtykke.

Hvis I vil uddele en præmie til vinderen af quizzen, har vi masser af samtykke-merchandise, som vi gerne sender til jer, hvis I skriver en privat besked til os på [Instagram](#).

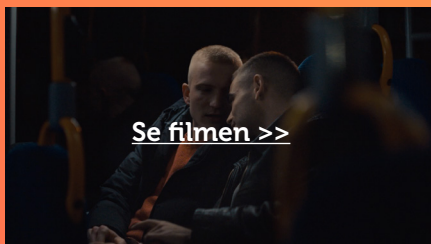
Vi håber, I har lyst til at inddrage pakken i jeres undervisningsmateriale, eller når I er ude på skolerne. I må også meget gerne sende den videre til relevante fora eller kanaler – fx på Lectio.

I kan finde mere indhold og følge kampagnen på [www.kunmedsamtykke.dk](http://www.kunmedsamtykke.dk) eller på [Facebook](#) og [Instagram](#).

Rigtig god fornøjelse!



# Intime film og refleksionsspørgsmål



## Husk samtykket

Spørgsmål til refleksion:

Hvad er en god afvisning?

Hvornår/hvorfor kan det være svært at sige nej?



## Hvordan kan samtykke se ud?

Spørgsmål til refleksion:

Hvordan bliver der givet samtykke i filmen?

Hvordan kan man give nonverbalt samtykke?



## Alle skal være med på legen

Spørgsmål til refleksion:

Hvor meget må man presse på?

Hvad kan man gøre for at være sikker på, at der er givet samtykke?



Link til [Samtykkequizzen](#) (Kahoot)

## Mere information og hjælp i forbindelse med overgreb

### POLITI

Er du blevet udsat for voldtægt eller et andet seksuelt overgreb, er det vigtigt, at du anmelder det til politiet. Det skal du gøre, uanset om du kender gerningsmanden eller ej - også hvis du er i tvivl, om du har været udsat for en forbrydelse. Ring 112, hvis du eller andre er i akut fare. Ring 114 eller mød personligt op på en politistation, hvis det ikke er akut.



Har du været udsat for voldtægt, forsøg på voldtægt eller et andet seksuelt overgreb, kan du døgnet rundt kontakte dit nærmeste center for voldtægts ofre. Du kan få hjælp på centrene - både akut, og hvis der er gået måneder eller år.

[Link her >>](#)

### Lev uden vold

Lev Uden Volds hotline giver anonym rådgivning til voldtægts ofre døgnet rundt. Hotlinen rådgiver også om vold i nære relationer til ofre, udøvere, pårørende og fagfolk.

[Link her >>](#)

### SEXLINIEN FOR UNGE

Sexlinien for Unge besvarer spørgsmål om sex, seksualitet, grænser, prævention, abort, graviditet, køn, krop og lyst osv. Du kan få rådgivning gennem telefon, chat eller brevkasse på nettet. Sexlinien for Unge tilbyder rådgivning til alle unge i alderen 15-25 år.

[Link her >>](#)



Vil du vide mere?  
[Link her >>](#)