







Dit spel is ontwikkeld om gezinnen, waarvan één of meer personen hiv+ zijn, te ondersteunen bij het praten over onderwerpen die daar direct of indirect mee te maken hebben. Mensen met hiv worden in het gezin, op en rond de school, de sportvereniging en alle andere plaatsen waar het leven zich afspeelt, geconfronteerd met vragen als: Hoe geef ik hiv een plaats in mijn gezin? Hoe zorg ik voor een positieve omgeving voor de kinderen als ik mezelf niet goed voel? Welke mensen in onze omgeving kan ik wel of niet over hiv vertellen? Hoe gaan we om met de positieve en negatieve reacties?

Leven met hiv of leven met iemand die hiv + is, is vaak moeilijk. Er zijn veel (voor)oordelen rondom hiv. FAMILY.matters is een spel voor mensen die regelmatig met uitdagende omstandigheden te maken hebben. Situaties in het leven met hiv waardoor je soms voor een dilemma of keuze wordt gesteld. Het spel heeft als doel om binnen het gezin kwesties rond leven met hiv op een speelse en voor kinderen aantrekkelijke manier bespreekbaar te maken. Het spel draagt dus geen kant en klare oplossingen aan. Wel worden onderwerpen aangesneden die soms onbesproken blijven. De situaties voorkomend in het spel zijn gebaseerd op echte ervaringen en keuzes, opgetekend uit de mond van meerdere hiv geconfronteerde gezinnen met uiteenlopende achtergronden.

Het spel roert ook onderwerpen aan als relaties, seksualiteit, gezond leven, medicijnen, mythes en feiten etc.

Speel het spel volgens de instructie en bespreek daarna pas de verhaallijnen. wordt gespeeld is het belangrijk dat er volwassenen bij zijn, om hen in het spel te begeleiden en te ondersteunen bij vragen.

GEBRUIKSAANWIJZING

Schud de kaartjes en leg ze in rechte rijtjes onder en naast elkaar met de afbeelding naar beneden. Kies wie er mag beginnen.

Hij of zij draait 2 kaartjes om.

Zijn de afbeeldingen hetzelfde?

Ja: je hebt een paar gevonden en mag dit paar houden en als beloning mag je 2 andere kaartjes omdraaien.

Zijn de afbeeldingen verschillend?

Ja: Dan moet je de kaartjes weer terugdraaien en mag de volgende. Degene die de meeste paren heeft gevonden is de winnaar!

KLAAR MET SPELEN? DAT DACHT JE MAAR!

VOOR DE VOLWASSENEN OF ANDERE BEGELEIDERS:

Leg de afbeeldingen in de juiste volgorde: de kleuren en cijfers verwijzen naar de juiste volgorde en bespreek de afbeeldingen met elkaar.

- De 1e verhaallijn gaat over een familie waarvan de dochter en een ouder hiv+ zijn.
- De 2e verhaallijn gaat over de dochter en situaties in haar leven.
- Het 3e deel gaat over hoe je hiv wel en niet kunt krijgen of doorgeven.

EEN GOEDE BEGELEIDING VAN HET GESPREK IS BELANGRIJK.

Kijk met het gezin naar de afbeeldingen en praat er met elkaar over. Laat iedereen hun fantasieën, kennis en persoonlijke ervaringen vertellen.

Laat de kinderen vertellen over wat zij zoal zien op de afbeeldingen, welke situaties zij herkennen en of zijzelf eens in vergelijkbare situaties zijn beland. Zou je hetzelfde doen als de mensen op de afbeeldingen of juist iets anders? Stimuleer kinderen om eerlijk te zeggen wat ze moeilijk vinden.

Praten over hiv komt soms dichtbij andere moeilijke onderwerpen. Iedereen heeft ten aanzien van seksualiteit opvattingen en gebruiken meegekregen vanuit de familie, de eigen culturele achtergrond of religie. Probeer hierover te praten. Iedereen heeft in zijn/haar leven te maken met vragen over seksualiteit.

FABELS EN FEITEN RONDOM HIV

Omdat men in het verleden nog onvoldoende wist hoe hiv overgedragen wordt van mens naar mens, bestaan er nog steeds hardnekkige fabels.

Er zijn feiten bekend over hoe je het virus wel kan doorgeven

FABELS

Zo kan je geen hiv krijgen van kussen, handen schudden, knuffelen, op hetzelfde toilet gaan, samen zwemmen, kleren ruilen, van elkaars bestek gebruikmaken en ook niet van schone injectienaalden, zweet of tranen.

FEITEN

Het hiv virus zit in bloed, sperma, vaginaal vocht en in de moedermelk van iemand die hiv+ is. Hiv kan worden overgedragen door:

- onveilig te vrijen. Veilig vrijen doe je door condooms te gebruiken, zowel bij vaginale als anale seks.
- Bij orale seks is de kans op overdracht klein, maar niet verwaarloosbaar.
- het krijgen van bloed met hiv tijdens een bloedtransfusie.
 - een niet steriele injectienaald te gebruiken met bloed van een hiv+ persoon.
 - van moeder op kind tijdens de bevalling en via borstvoeding.

Wees voorzichtig met wondjes. Hiv en andere ziektes die in bloed zitten, kunnen ook overgedragen worden door contact tussen 2 bloedende wondjes.

BESCHERM JEZELF EN JE PARTNER

Om hiv (en ook andere soa's overigens) niet over te dragen via seksueel contact, bieden condooms goede bescherming. Dit kan een condoom zijn voor de man, of een vrouwencondoom. Om je optimaal te beschermen tegen ongewenste zwangerschap kun je samen met het condoom een ander anticonceptiemiddel zoals de pil gebruiken. Praat met je huisarts over wat het meest geschikt is voor jou.

1

- 1 In deze verhaallijn heeft deze familie de hoofdrol: vader, moeder, de kinderen, opa en het meisje Eva.
- 2 Het gezin is in het ziekenhuis. De consulent vertelt dat uit de hiv test is gebleken dat het meisje ook hiv+ is, net als haar moeder.
- 3 Er wordt aan de hele familie uitgelegd dat het meisje hiv heeft en wat de gevolgen daar van zijn, ook aan de jongere kinderen.
- 4 De volwassenen reageren geschrokken als ze het nieuws horen, maar ze zijn ook bezorgd. Tieners en volwassenen kunnen meer informatie aan dan jonge kinderen.
- 5 De jonge kinderen gaan verder met hun spel nadat ze het nieuws hebben gehoord. Iedereen verwerkt het op zijn eigen manier.
- 6 Het gezin heeft te maken met het dilemma: vertel je wel of niet aan anderen over hiv? Wat zijn de gevolgen als je het wel vertelt en wat als je het niet vertelt? Ze denken daar van tevoren over na. Ze krijgen aardige, maar ook teleurstellende reacties. Er is nog veel onwetendheid over hiv.
- 7 De ouders vertellen aan het schoolhoofd dat hun dochter hiv heeft. Ze leggen uit wat hiv+ zijn betekent voor het leven van Eva. In relatie tot school wordt verteld dat Eva medicijnen gebruikt, dat ze soms naar de dokter moet en dat Eva een gewoon schoolleven kan leiden.
- 8 Er zijn mensen die door onbekendheid met hiv negatief praten en roddelen over het meisje. Er zijn echter ook mensen die het begrijpen en haar en haar familie steunen. Je kunt een deskundige vragen te helpen bij het op de hoogte brengen.
- 9 Eva heeft regelmatig controle op de polikliniek. Ze krijgt een lichamelijk onderzoek, het medicijngebruik wordt besproken en er is aandacht voor haar problemen.
- 10 Eva moet elke dag haar medicijnen gebruiken. Het is heel belangrijk dat ze die altijd op vaste tijden inneemt.
- 11 Sporten is gezond en belangrijk voor Eva's conditie, het helpt haar om zich beter te voelen. Samen sporten is ook goed voor vriendschappen en ontspanning.
- 12 Gezonde voeding op vaste tijden van de dag is van belang voor het vergroten van haar weerstand en haar energie.
- 13 Het gezin gaat uit en zoekt ontspanning. Eva kan er niet altijd bij zijn en meedoen met de anderen omdat ze zich soms niet lekker voelt.
- 14 Soms is Eva sneller ziek. Dan heeft ze wat meer aandacht nodig. Andere kinderen in het gezin kunnen daar wel eens jaloers op zijn en dat direct of indirect laten merken.
- 15 De familie maakt een uitstapje. Het is belangrijk om leuke dingen te blijven doen.

2

- 1 Eva vertelt het de één wel en de ander niet. Soms heeft ze het gevoel dat ze twee levens leidt. Ze kiest zelf de mensen aan wie ze toevertrouwt dat ze hiv heeft.
- 2 Eva is samen met een vriendinnetje in de stad. Eva twijfelt of ze haar wel of niet in vertrouwen zal nemen en haar zal vertellen dat ze hiv heeft.
- 3 Een klasgenoot houdt een spreekbeurt in de klas over hiv/aids. Ook al vertelt Eva het niemand, ze wordt toch regelmatig geconfronteerd met het onderwerp.
- 4 Samen met een vriendinnetje speelt Eva op haar kamer. Vriendschap, leuke dingen doen en lol maken is belangrijk.
- 5 Eva wordt wel eens gepest, maar dat kan iedereen overkomen. Dat hoeft niets te maken te hebben met het feit dat Eva hiv+ is.
- 6 Eva gaat uit logeren en pakt de koffer in met haar moeder. Ze praten samen over wat ze kan verwachten. Ze moet ook haar medicijnen meenemen.
- 7 Eva is verliefd op iemand, maar diegene is het niet op haar en wijst haar af.
- 8 Ze staat alleen en voelt zich buitengesloten. Ook al heb je vriendjes en vriendinnetjes, je kunt je soms toch heel eenzaam voelen.
- 9 Soms vindt ze het leven niet leuk. Ze is boos op alles en iedereen.
- 10 Kijkend naar een familie foto is Eva wel eens bang om dood te gaan. Ze weet echter dat ze met haar medicijnen lang gezond kan blijven.
- 11 Eva heeft niet altijd zin om te vertellen hoe ze zich voelt, maar ze kan het wel op een andere manier duidelijk maken. Ze wordt creatief in communicatie.
- 12 Als je hiv+ bent, is het fijn om ervaringen uit te wisselen met anderen die ook hiv hebben. Daarvoor kun je contact zoeken met andere mensen die leven met hiv, bijvoorbeeld een lotgenotengroep.
- 13 Aan haar dagboek vertelt Eva al haar geheimen. Soms helpt het om te schrijven als er dingen zijn die de rest van de wereld niet begrijpt.
- 14 Als Eva in de spiegel kijkt, vindt zij dat ze trots kan zijn op zichzelf.
- 15 Met elkaar zoenen kan. Sommige mensen denken onterecht dat je van zoenen hiv kan krijgen. Ze fantaseert over een gezin in de toekomst. Jongens en meiden met hiv kunnen tegenwoordig prima kinderen zonder hiv krijgen.
- 16 Haar leven gaat door. Welke keuzes maak jij?

3

- 1 Eén van de manieren waarop je hiv kunt krijgen is via onbeschermd seksueel contact. De meeste mensen die hiv+ zijn, kregen hiv door sex zonder condoom. Gebruik daarom altijd condooms.
- 2 Het hiv virus wordt niet alleen overgebracht door seksueel contact, maar ook door geïnfecteerd bloed en dus ook door besmette injectienaalden. Met tatoeages en piercings is het risico klein, maar vraag voor de zekerheid om schone naalden.
- 3 Door tongzoenen en knuffelen breng je het hiv virus niet over op anderen.
- 4 Je krijgt het hiv virus niet door aanraking met een toilet, een glas, bestek of door steken van een mug. Met elkaar zwemmen is ook veilig.