

# Seksualiteit, Aanraken je lichaam is van jou

## Informatie

---

Jouw lichaam is van jou.  
Je mag er trots op zijn.  
Je lichaam heeft jou nodig  
Daarom zorg je goed voor je lijf.

Wat is dat, zorgen voor je lijf?  
Dat is bijvoorbeeld gezond eten en goed slapen.  
Daar krijg je een sterk lijf van en voel je energie.  
En het is hygiëne, zoals douchen en je handen wassen.

Bij seksualiteit gaat het om genieten met je lijf.  
Het wordt leuker als:

- Je lijf schoon en prettig ruikt
- En als het aanraken van je lijf prettig voor je is

Als iemand je aanraakt, dan voelt dat 'dichtbij'.  
Seks komt het meest 'dichtbij'.  
Het is het meest intieme aanraken dat er is.

Ben je verliefd op elkaar,  
Dan wil je elkaar meestal ook meer aanraken.  
Dat kan heel intiem en prettig zijn.  
Dat wil je omdat je verliefd bent.



## **Seksualiteit**, Aanraken je lichaam is van jou Informatie

---

Hoe leuk seks ook kan zijn, dit blijft belangrijk:

### **Zoenen, seks en bloot is privé**

Je doet het niet in de huiskamer of op straat.

En stuur nooit zomaar foto's of filmpjes op van jouw lijf of seks.



### **Aanraken is alleen leuk als je het allebei wilt**

Sommige mensen vinden dat bij seks extra lastig.

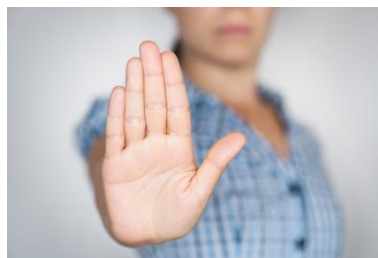
De een wil dan bijvoorbeeld meer of sneller dan de ander.

Bij verliefd en aanraken ben je met zijn tweeën.

Wat de een prettig vindt,

Hoeft de ander niet prettig te vinden.

Zeg dus ook wat je prettig en wat niet.



Veel plezier samen!