

Seksualiteit, 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'.

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



Seksualiteit, je lichaam is van jou

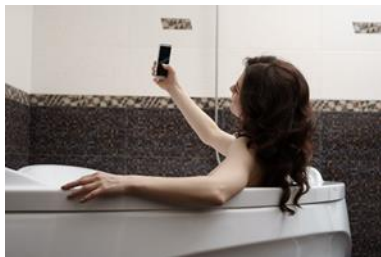
Informatie

Hoe leuk verliefd zijn en aanraken ook kan zijn,
dit blijft belangrijk:

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 blote lijf.



Aanraken is alleen leuk als je het allebei wilt

Sommige mensen die verliefd zijn vinden dat extra lastig.

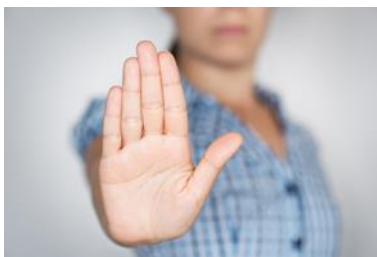
De een wil dan bijvoorbeeld meer of sneller dan de ander.

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!