

LÍKAMINN OG KYNFÆRIN

8.-10. bekkur!



Kynfæri eru ALLS KONAR!

Úhit, stærð og lögun
SKIPTA ENGU MÁLI
Samskipti eru lykkillinn
að ánægjulegu kynlífi!

Það er eðlilegt
er fjölbreytileikinn!
VIÐ ERUM ÖLL
EINSTÖK OG ÖLIK



HEILINN

trúir því sem þú segir,
bæði því góða og slæma.

KYNÞROSKANUM
FYLGIR AUKINN HÁRVÖXTUR



Veldu
orðin þín vel og
endurtaktu það sem
lætur þér líða
vel

VIÐ SJÁUM
einsleita mynd
AF LÍKÖMUM Á SKJÁNUM
Leitum uppi
JÁKVÆTT EFNI
og HÆTTUM að
fylgjast með því
sem lætur okkur líða illa!

HVER græðir á því að þú
UPPLIFIR ÖÖRYGGI?



JAFNVEL ÞÓTT VIÐ MYNDUM ÖLL
BORÐA ÞAÐ SAMAN
veru líkamar okkar samt ólíkir.
HREYFUM OG NÆRUM okkur
til þess að **LÍÐA VEL**
ekki til þess að breyta okkur!

10 leiðir að
BÆTTRI SJÁLSMYND!
Líkamar eru hvorki
SLÆMIR né GÓÐIR!
Öll eigum við skilið
að LÍÐA VEL
í eigin skinni.

Lendtu að hlusta
2. Líkamana þín
Lestu HÉR um
fjölbreytta náringu!

FÆRRI hrukkur
og UNGLEGRÍ háir!
15 SKREFTA HÚÐRÚTUNA
Keyptu öll kremin
... Jafnvel þótt þú sért
bara 15 ára.

Keyptu
UNDRADUFTIÐ
og breyttu
líkamann þínum!
Viltu GRENNA þig
eða þynja?
VIÐ HÓFUM LAUSNINA!

FYLGJA?

HÆTTA AÐ FYLGJA?

HVAÐ VILTU VITA?

VIKA 6

