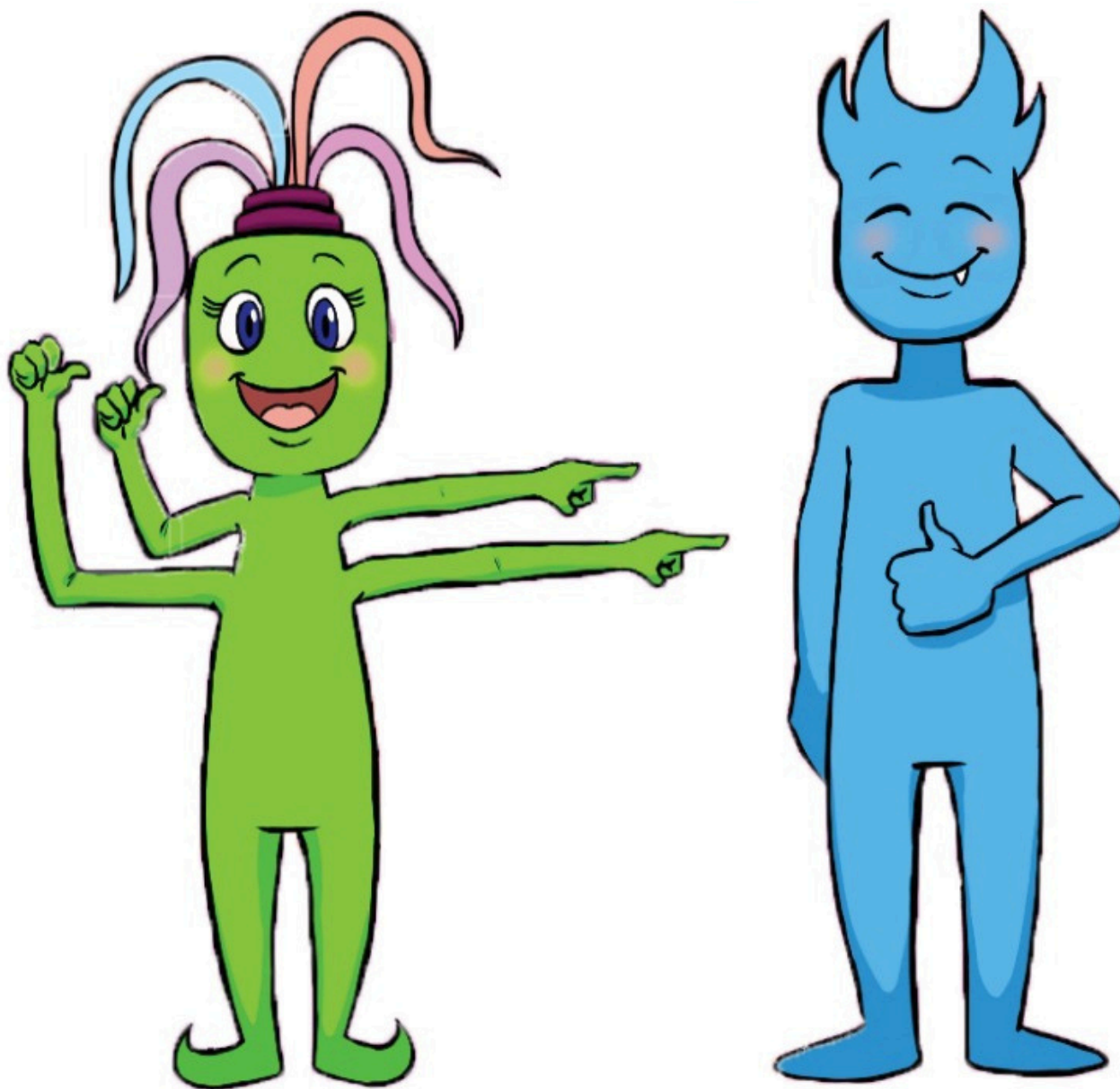




# Líkaminn minn, þeirra líkami.

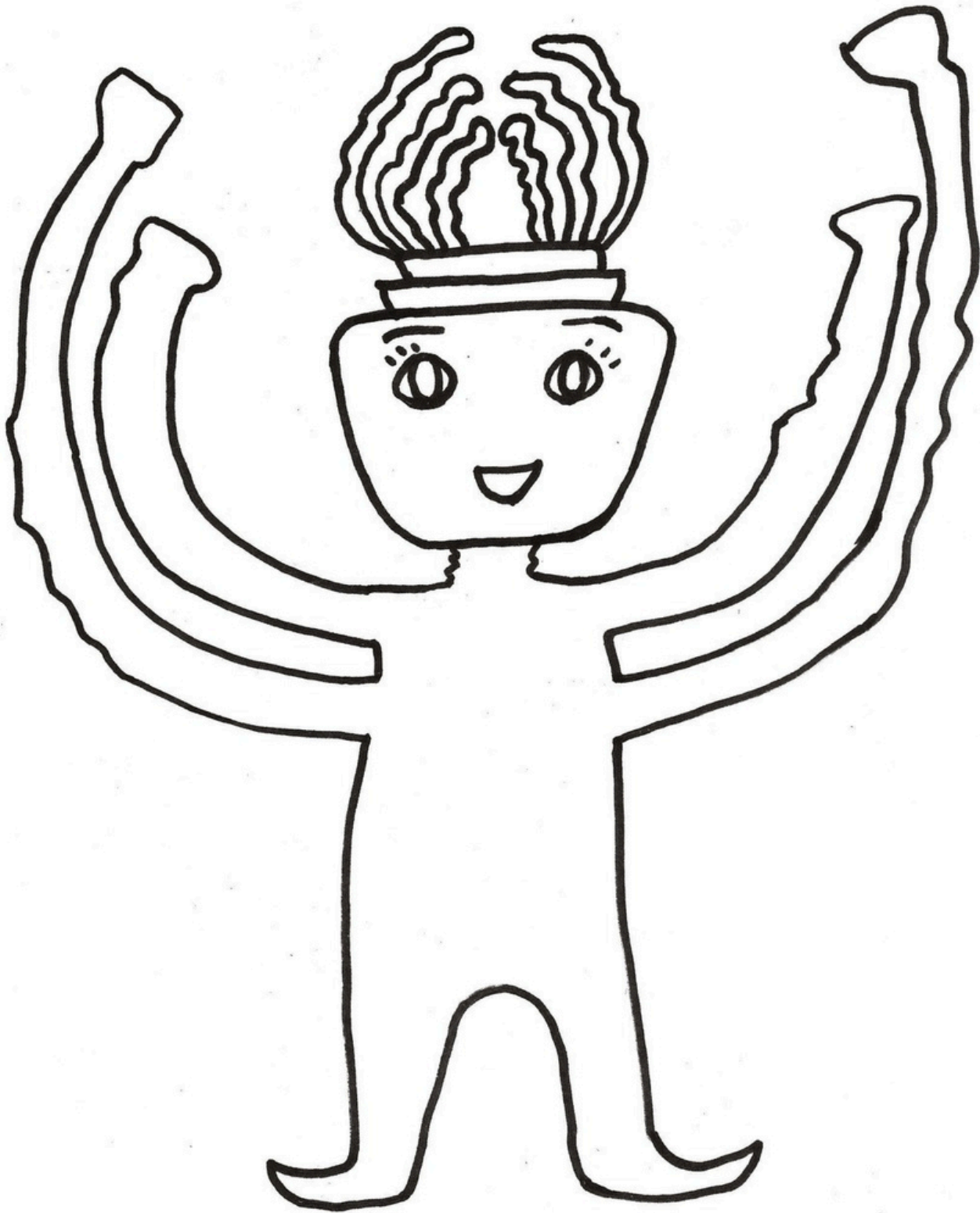


Höfundur: Isy Abraham-Raveson  
Myndir: Rebecca Klein og Rachel Frome  
Íslensk þýðing: Jafnréttisskóli Reykjavíkur

**YES!**

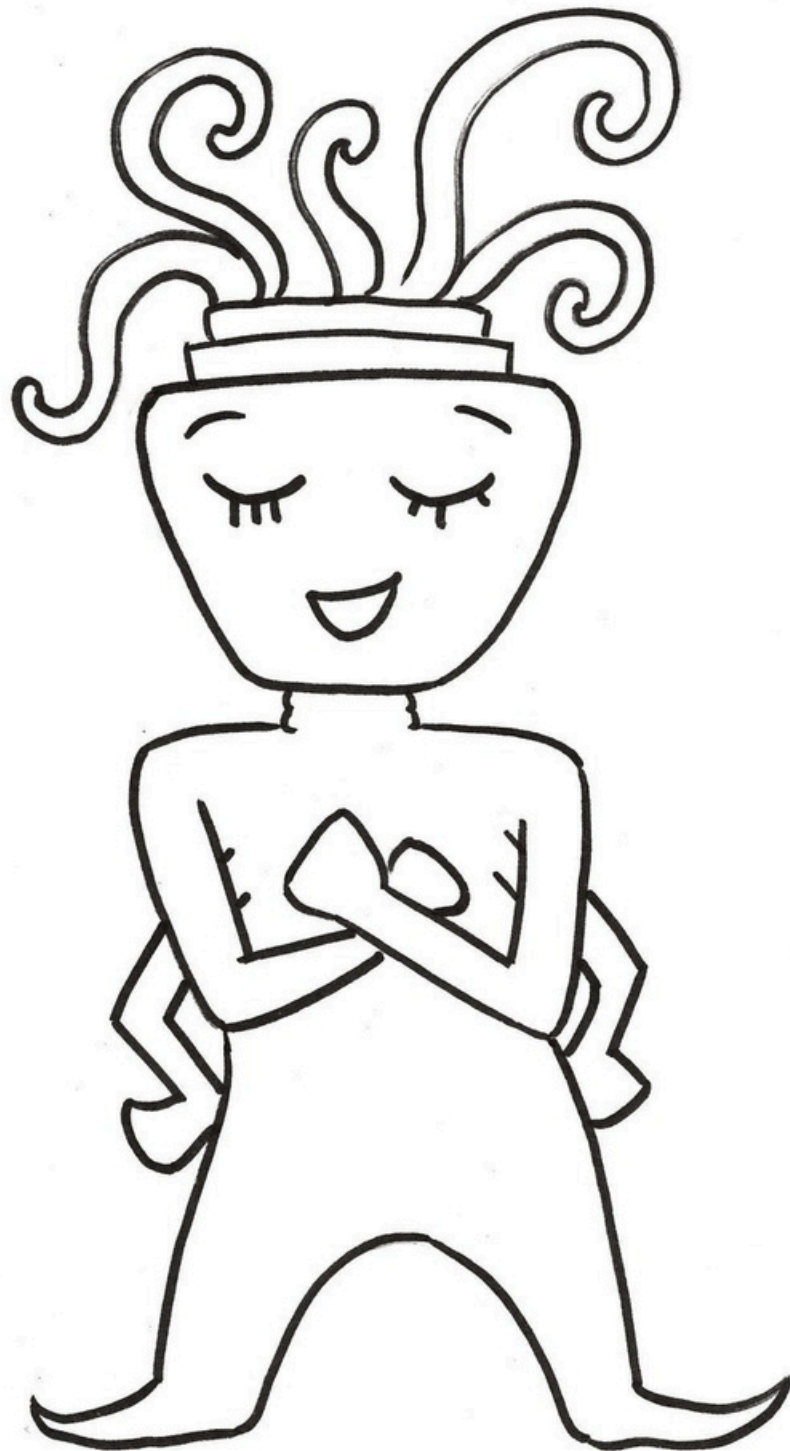
[youempoweredsexuality.org](http://youempoweredsexuality.org)  
@yestoconsent

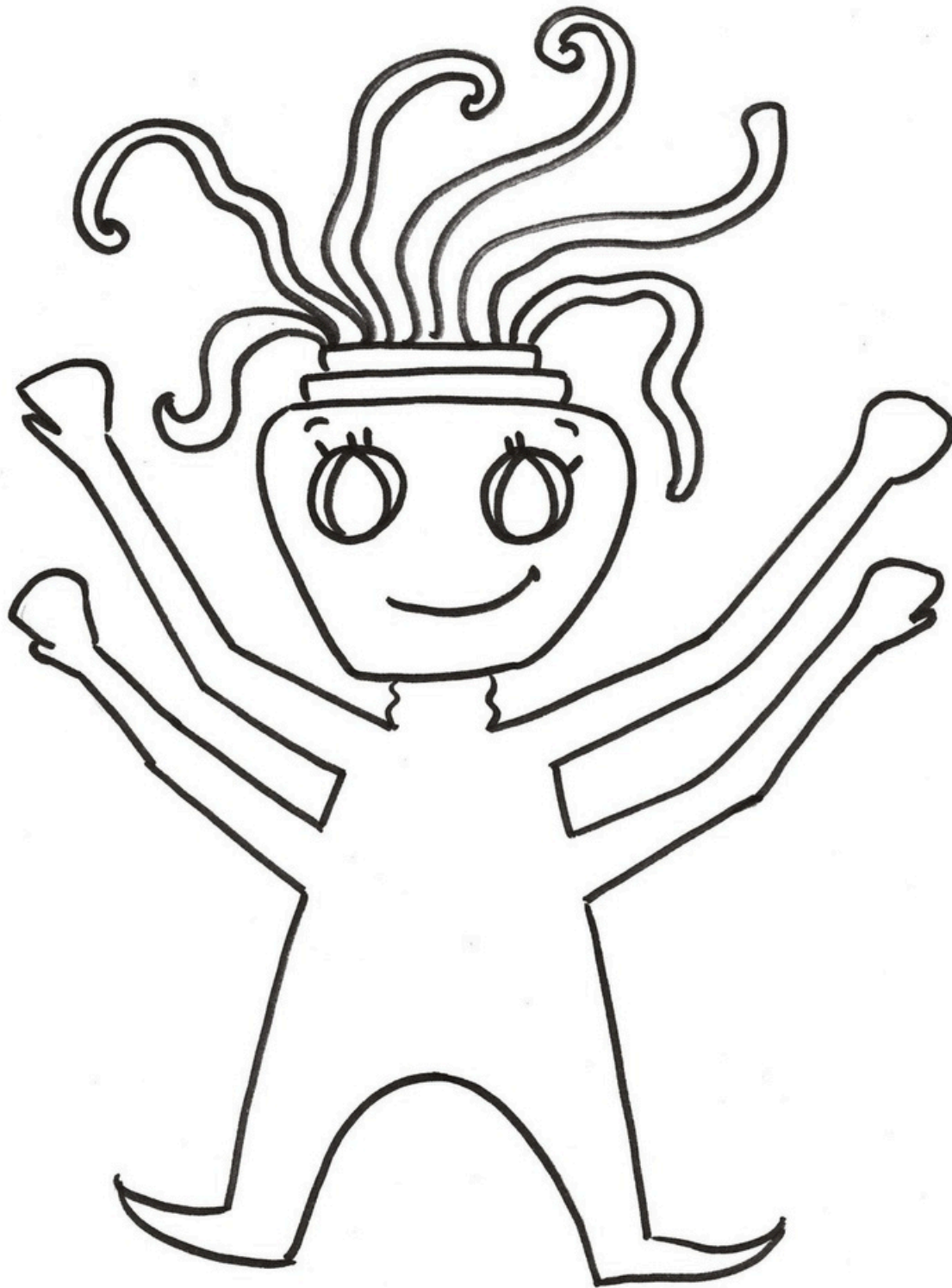
Líkami þinn er LÍKAMI ÞINN!



Það er svo mikilvægt að vita það að ég held við  
ættum að segja það aftur: LÍKAMI ÞINN ER  
LÍKAMI ÞINN.

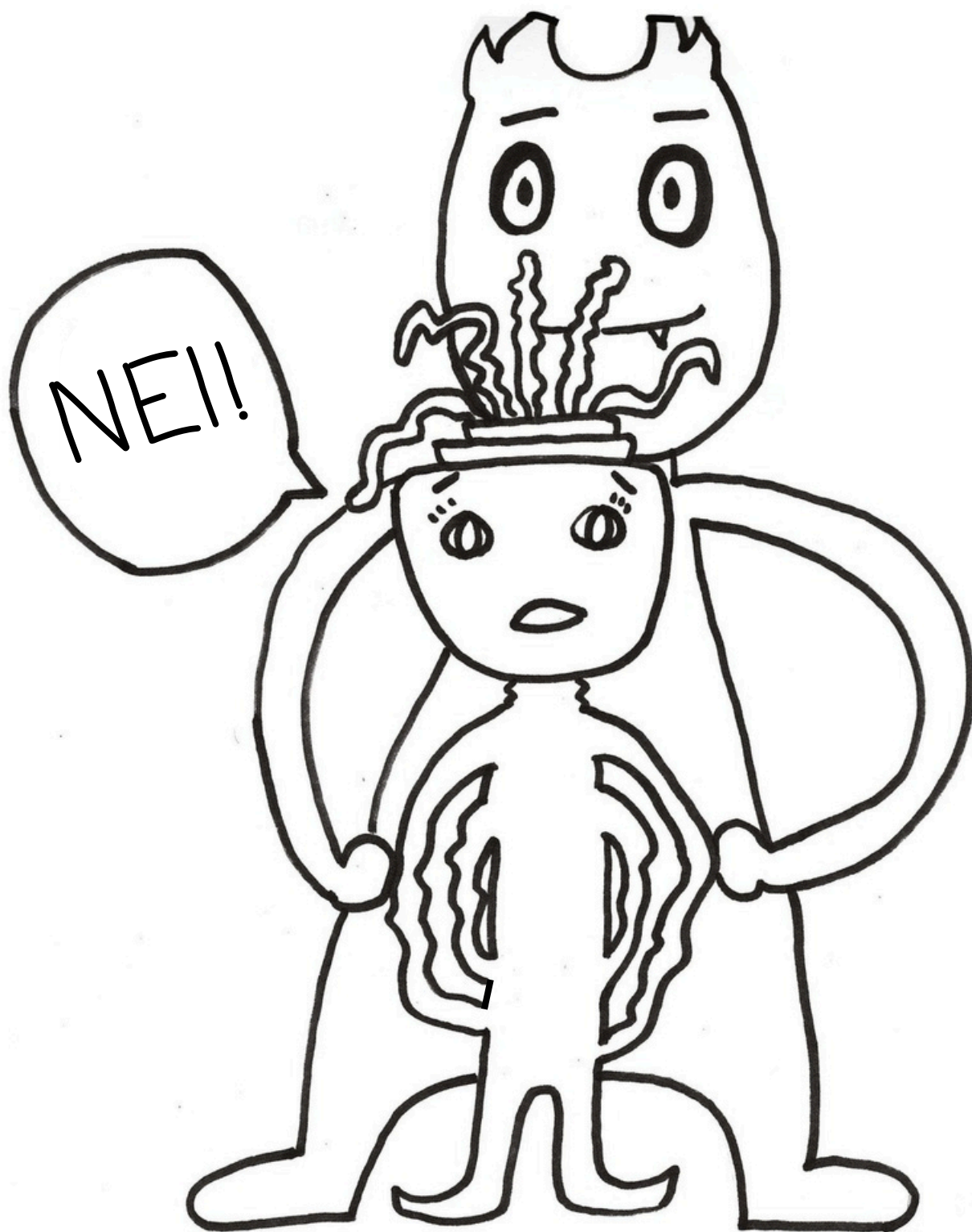
Það þýðir að bara þú færð að ráða hvað þú gerir með líkamanum þínum, hver fær að snerta hann og hvernig.





Ef þú vilt stórt knús, þá mátt þú biðja um  
stórt knús!

Ef einhver snertir líkamann þinn á einhvern hátt sem þér finnst óþægilegt, þá mátt þú segja NEI!



Þú mátt snerta líkama þinn eins og þú vilt!  
(Stundum eru snertingarnar okkar á eigin  
líkama samt eitthvað sem við gerum þegar við  
erum ein).

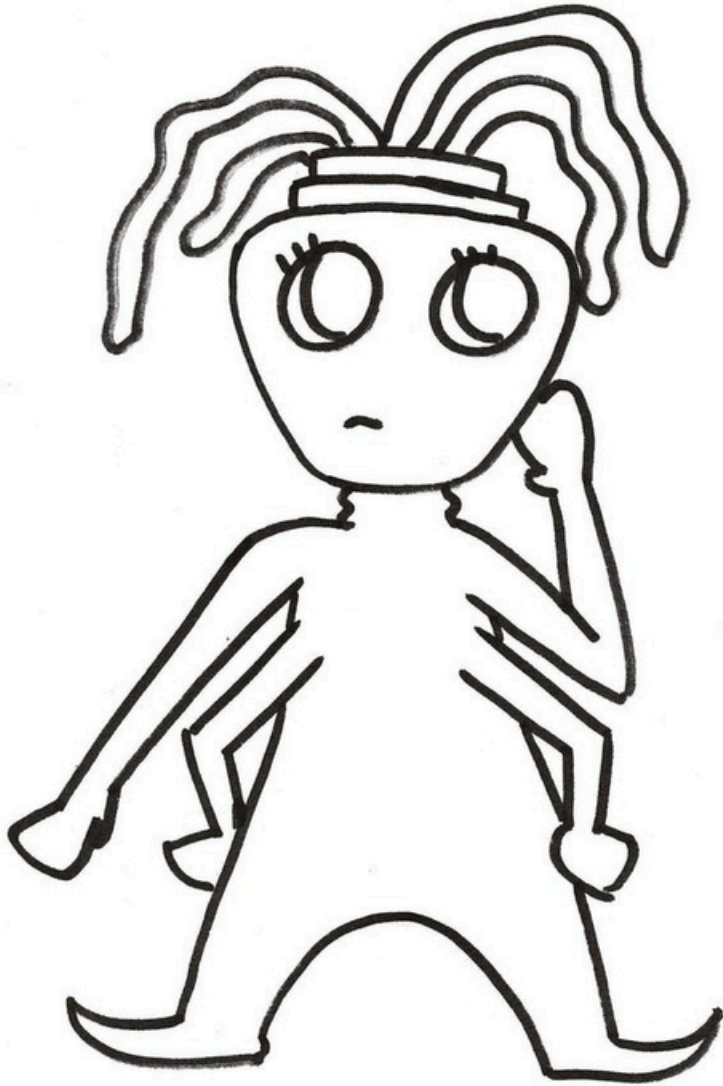


Ef einhver segir  
„Farðu og knúsaðu ömmu“  
þá getur þú sagt:



Eða, þú getur sagt:  
„Nei, takk“.

Nei,  
takki!





Minh líkami



þeirra líkami



Ef þinn líkami er ÞINN líkami,  
þá þýðir það að líkami  
annarra sé ÞEIRRA.

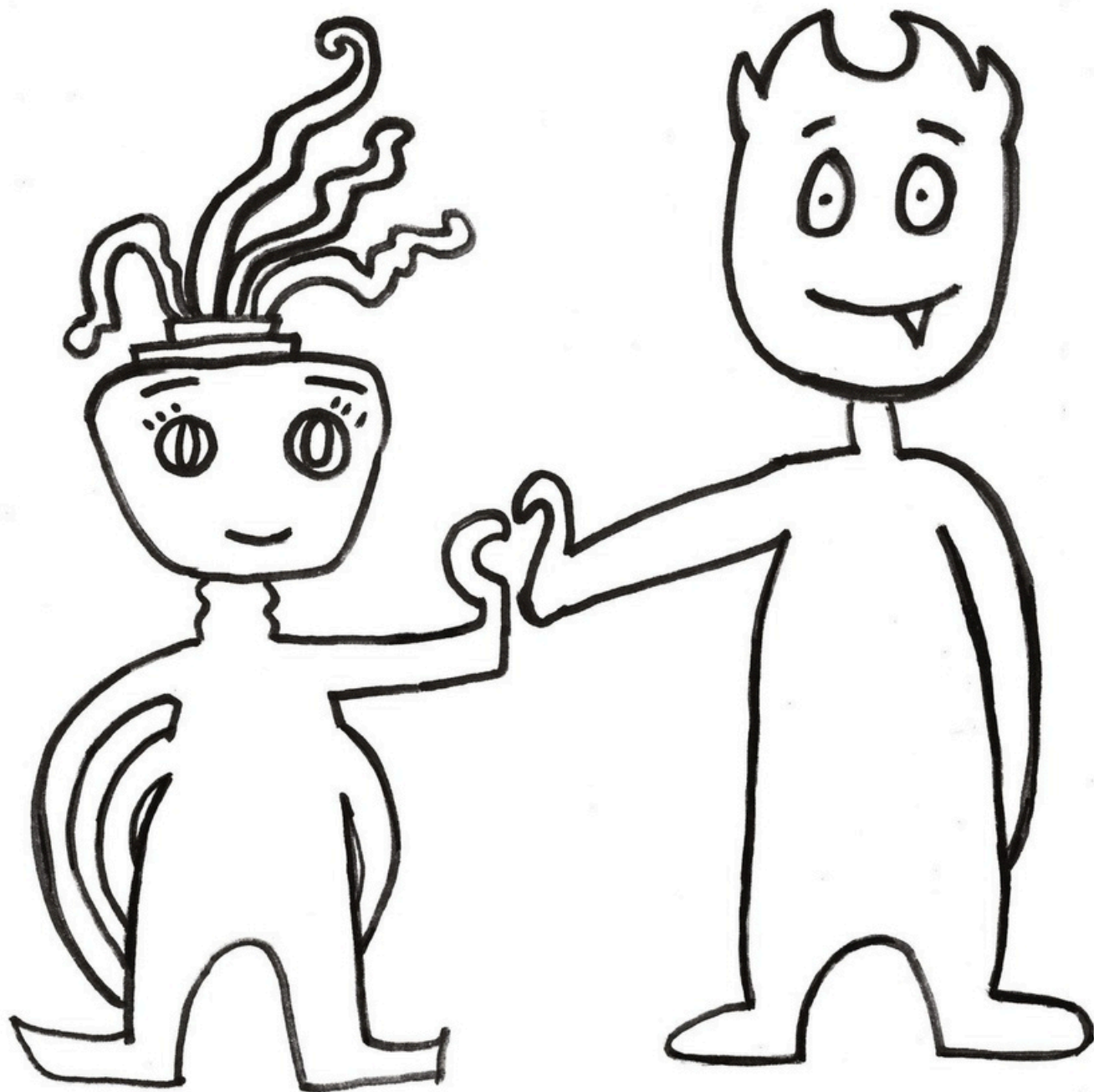


Ef þú vilt knúsa einhvern þá þarft þú að spyrja.  
Ef þau vilja ekki knús, þá mega þau segja „Nei“.

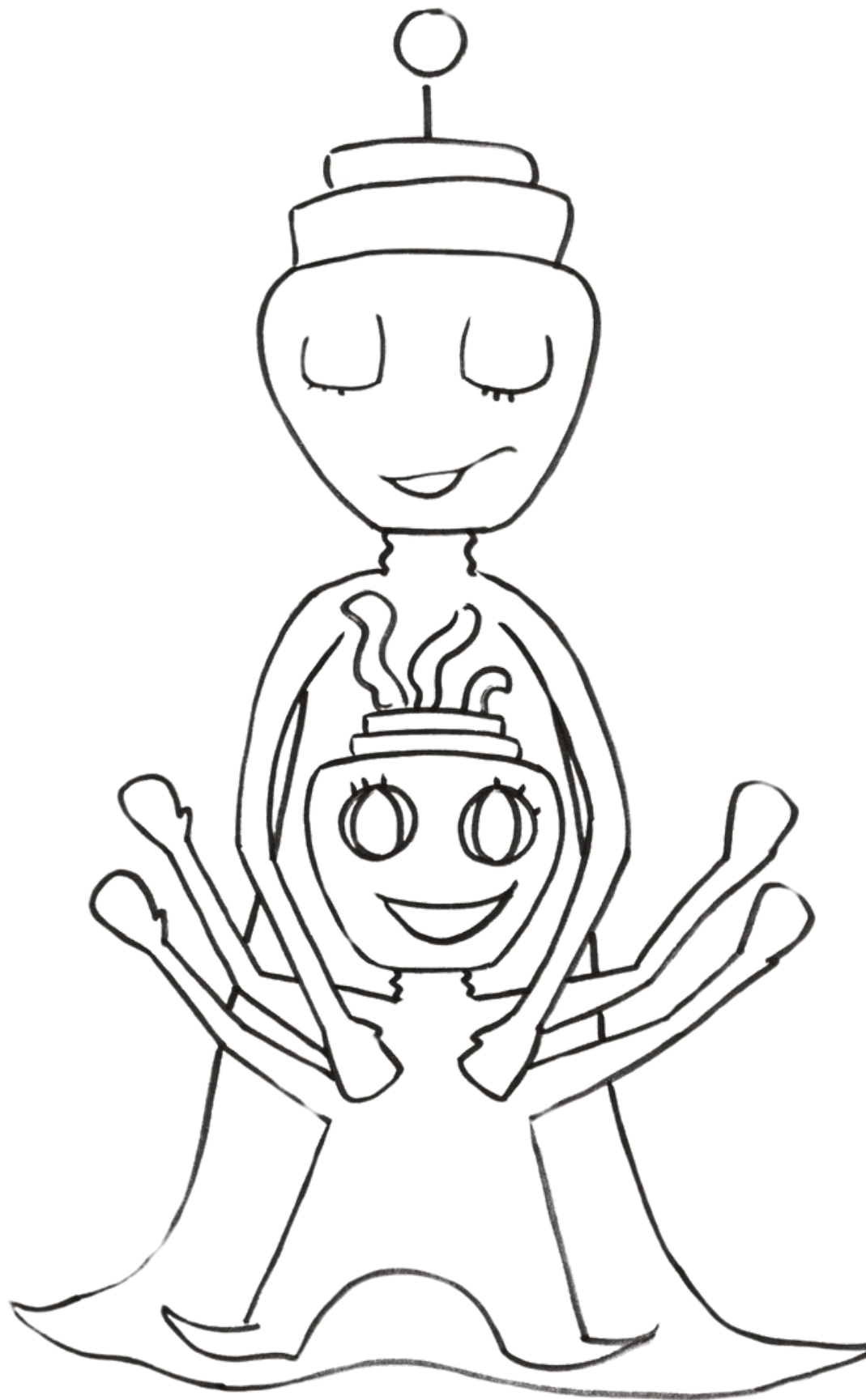
Það þýðir ekki að þeim þykir ekki vænt um þig. Þau vilja kannski knús einhvern tíman seinna.

Það þýðir að þú mátt ekki gefa þeim knús núna.

Af því þetta er ÞEIRRA LÍKAMI og þau ráða honum!



En ekki hafa áhyggjur, það er alltaf hægt að finna einhvern sem er til í knús!



YES! eru óhagnaðardrifin samtök í Fíladelfíu í Bandaríkjunum sem veitir kynfræðslu til fólks á öllum aldri. Grundvallar markmið þeirra er að veita kynfræðslu sem byggir á fjölbreytileikanum, samþykki og vellíðan.



[yourempoweredsexuality.org](http://yourempoweredsexuality.org)  
@yestoconsent

Litabókin er þýdd með samþykki frá YES! samtökunum.