

ÖRYGGI & OFBELDI

8.-10. bekkur!

HVAÐ ER ÖRYGGI?

• að geta verið
VIÐ SJÁLF

• að líða VEL

• að TREYSTA fólki

• JÁKVÆÐ og HEIÐARLEG
SAMSKIPTI!

SJÁLFSPEKING
EYKUR
ÖRYGGI!

Lærdú hver
MÖRKIN ÞÍN eru
Aftú leiðir
til að segja

JÁ

og

NEI

Það má PRÓFA sig áfram
og það má ALLTAF
stoppa!

SPARKA, SLÁ, KÝLA, TOGA Í HÁR

UPPNEFNA, BAKTALA, ÖGNA, EINANGRUN
SEGJA SÆRANDI HLUTI, STJÓRNA ÞÉR, GERA LITID
UR ÖÐRUM

ÖSAMPYKKT
KYNFERÐISLEG
SNERTING

SÚÐ
UM
KYNLÍF

GRÖFIR
KYNFERÐISLEGIR
BRANDARAR

AD SENDA
NEKTARMYNDIR
AN SAMPYKKIS

BAKTAL
A
HÖPSPJALLI

BIRTA EDA
HÓTA AD BIRTA
KYNFERÐISLEGAR MYNDIR

STAFRÆNT

HVAÐ ER

OFBELDI?

LÍKAMLEGT
ANDLEGT/
TILFINNINGA-
LEGT

KYNFERÐIS-
LEGT

ÖRUGGARA KYNLÍF:
tölum saman um
VÆTINGAR, SAMPYKKI, GETNAÐAR-
og KYN SJÚKDÓMA VARNIR

Hvernig lítur
Sampykki út
og hvernig HLTMAR það?

HAFÐU Í HUGA...

Ef þú ert
með ÞÍKU þá er
gott ráð að PISSA eftir
kynlíf til að
fordast BLÖDRUBOLGU

eigðu til og
notaðu
Smokka

SLEIPI-
EFNI getur
minnkað nuning
og gert allt
þægilegra

HVERT GET
ÞÚ
Leitad?

• til vina
sem HLUSTA!
• til einhvers
FULLORÐINS
sem þú treystir!

SAMKENND

að setja sig í
SPRANNAÞRÖ

ÞÚ FURFUM LÍKA AÐ
VIÐ finna fyrir ÖRYGGI
í SAMSKIPTUM á NETINU

Hvernig passar þú
að samskiptin þín séu góð
og HEILBRIGÐ?

KYNLÍF AN
SAMPYKKIS
ER EKKI KYNLÍF
HELDUR
OFBELDI!



HVAÐ VILTU VITA?
VIKA6