3.



**Det er flaut å ta på**

Øvelse gjør mester! Øv hjemme og prøv å runke med den på.

Da fikser du det lett når du trenger å bruke det sammen med en annen!

4.

**Det er flaut å spørre**

Dere får tryggere og bedre sex hvis dere tør å prate sammen!

Du viser også ansvar og omsorg hvis du foreslår kondom.



# Sprekk kondom-mytene!

4 tips!



1.



## Kondom er ikke digg

Kondomer kommer i mange ulike størrelser, former, farger og smaker! Finn den som passer deg og den du ligger med best.

Ta en liten dråpe glidekrem på tuppen av penis før kondomet trekkes på, det kan gjøre sex med kondom diggere.

2.

## Annen prevensjon er bedre

Ingen annen prevensjon beskytter mot seksuelt overførbare infeksjoner (SOI).

Sexen bli bedre hvis du er trygg på at du ikke blir smittet!



**Usikker på hvordan du tar på kondomen?**

Se video på ung.no!

**Scan qr-koden!**