

Nytelsesprinsippene

Nytelsesbasert Seksuell Helse

Nytelsesprinsippene er formulert for å fungere som en guide og inspirasjon for å støtte individer og organisasjoner til å omfavne en sex-positiv, nytelsesbasert tilnærming til seksuell helse. Nytelsesprinsippene har som mål å inspirere og veilede deg som nytelsesaktivist, propagandist eller helsepersonell.

ELSK DEG SELV

For å bygge en verden som inkluderer nytelse, **elsk deg selv**. Vis vennlighet mot deg selv og andre. Samarbeid med og promoter andre nytelsesaktivister.



OMFAVN LÆRING

Bevisene for virkningen av **positive tilnærminger til nytelse på seksuell helse er økende**. Bruk denne kunnskapen til å spre sexpositivitet.



SNAKK SEXY

Nytelsespositive meldinger kommuniserer **positivt og effektivt**. Bruk evidensbasert, nytelsesinkluderende språk og bilder på tvers av dine medier.



VÆR FLEKSIBEL

Vær tilpasningsdyktig i din tilnærming til enhver unike kontekst og kultur. Erkjenn at nytelsesbasert seksuell helse er mulig for alle.



TENK UNIVERSELT

Alle har evnen til å oppleve nytelse. Anerkjenn individuelle forskjeller og identiteter, og sørg for at alle blir inkludert i nytelsesbasert seksuell helse.



RETTIGHETER FØRST

Seksuelle rettigheter og menneskerettigheter er kjernen i en persons seksualitet. Dette er byggesteinene for nytelsesbasert seksuell helse.



VÆR POSITIV

Kjernen i alle nytelsesprinsippene er å være **sexpositiv**.

Husk at når du føler deg trygg og er trygg, kan sex være veldig bra for deg.

the
pleasure
project.