



IK HEB NOG NOOIT GEKUST. HOE BEGIN IK ER AAN?

11-16 jaar

Nog nooit gekust, maar wel zin er in? Is je **liefje er ook klaar voor**? Deze stappen kunnen je helpen bij de eerste kus.

1. Geen restjes voedsel in de mond? **Tanden gepoetst** of kauwgom bij de hand? Dan ben je er helemaal klaar voor!
2. Ga dicht genoeg bij elkaar staan, en **kantel je hoofd** wat opzij. Je kan elkaar nu op de mond kussen.
3. Je kan, als je wil, je mond opendoen en met je tong een **beetje verkennen**.
4. Ga **niet te snel** (je bent geen mixer). Draai niet alleen rondjes. Stop ook eens om elkaar in de ogen te kijken. Of zuig of bijt zachtjes op elkaars onderlip.
5. **Blijf ademen** (door je neus 😊) en vooral: geniet ervan!

PRAAT EROVER



Chat met Awel

Ma-za:18-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



Mail met Awel

Antwoord binnen de 72u



Bel met Awel

Gratis en anoniem op 102. Ma-za: 16-22u. Het kan zijn dat je even in de wachtrij terecht komt.



Bezoek het forum van Awel

Deel je verhaal met leeftijdsgenoten of reageer op het verhaal van iemand anders.