Bikotearen barruko harremanak hobetzeko posturak

Hautsak astintzen. *Bikotearen harremanetan sofa gaineko larruarena garrantzi handiko arazo bihurtu daiteke. Komenigarria izaten da, beraz, gizonak noizean behin sofa gaineko larrua garbitzeari ekin diezaion, lumei eraginez.*

Maitasuna... ile apurrik galdu gabe. *Emakumeentzako bularrik egokia dela badirudi ere, gizonek horretan gogoak etsi maitasuna jarriz gero, laster menperatu ohi dute postura hau. Ile apurrik galdu gabe.*

Menáss a truá. *Emakumea lanera doanean, aitona paseatzera ateratzen datza. Gizon askok praktikatzen ez badute ere, plazer handikoa da. Galde egiozue, bestela, aitonari.*

Culilimpius. *Latineraik datorren hitza. Culi (garbia) eta limpius (ipurditxoa). Erabili eta gero botatzeko diren pixoihalei esker –haurtzaroaren benetako antisorgailuak direnak– egun culilimpiusa egitea guztiz ennoia da.*

Komunean jo. *Agian gizonezkoentzako posturarik ezohizkoena. Gogorra denez gero, ez da gomendatzen astean behin baino gehiagotan horretan jardutea. Gutxiagotan egitea ere usaimen txarrekoa lizateke.*

Azpiak jaso. *Gure artean, Eskozian izan ezik, duela gutxira arte, gizona omen zen prakak edo galtzak jazten zituen bakarra. Gaur egun, zoriontez, emakumeak ere jazten dira.*

Fregatioa. *Itxasaldeko herrietan "lanbasa pasatzea" izenez ezagunagoa. Harremanak lur jota daudenean, baliagarria izan daiteke arazo txarrak lanbasa soil batez garbitzea.*

Kama(r)eroarena. *Jaiegunetarako eta biharamuneko egunetarako berezki gomendagarria. Zertu ondoko postura izan ohi da, baina zertu aurretiriko ere egokia da.*

OHARRA: Egindako zenbait azterketek frogatu dutenez, bikotearen harremanak –eriu harremanak barne– hobeto egiten dira emeko eta hanbiorra lan-orenetakoetik alkartu aurreko bazterretan.

Jar ezazu egutegi honetan urtean zehar zein egunetan burutzen dituzun goiko posturak.

I A A A O O L I A A A O O L I A A A O O L I A A A O O L I A A A O O L I

Martxoa
8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Apirila
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Maiatza
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Ekaina
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Uztaila
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Abuztua
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Iraila
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Urria
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Azaroa
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30

Abendua
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

1997. Urtarrila
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28 29 30 31

Otsaila
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24 25 26 27 28

Martxoa
1 2 3 4 5 6 7 8

Martxoak 8,
Emakumeen Nazioarteko Eguna.

EMAKUNDE

Emakunde Emakumearen Euskal Erakundea

EUSKO JAURLARITZA GOBIERNO VASCO