



SEXUALITAT | Redacció | Actualitzat el 26/04/2024 a les 10:00

Consells per innovar en el sexe amb la teva parella

[inicentrareport]Hi ha moltes maneres d'innovar en el sexe i trencar amb la rutina, i una d'elles és a través del **canvi de rol**.

Des de Platanomelón han compartit quatre consells per posar-ho en pràctica:

Agafeu una caixa i afegiu papers amb **activitats, pràctiques i postures** que us agradaria provar en parella.

Cada setmana **agafeu dos papers** i compartiu-los entre vosaltres.

Negocieu, poseu límits i consensueu tot el que estigui als papers.

Creeu espais on us sentiu còmodes per experimentar canvis en les vostres pràctiques sexuals.

És normal que us sigui difícil fer el primer pas, però amb aquests consells us serà molt més fàcil.

[View this post on Instagram](#)



A post shared by Platanomelón (@platanomelon)

[ficentrareport]