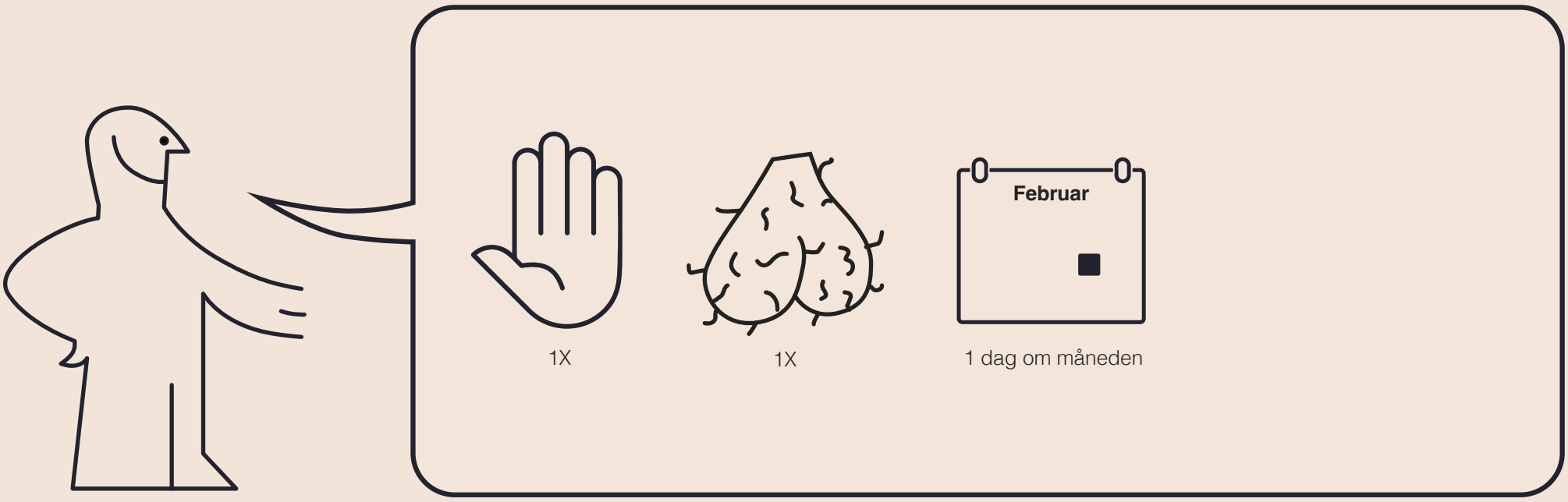
FRISKA BOLLAR

NEMMERE BLIVER DET IKKE
Det er vigtigt at tjekke sine Bollar



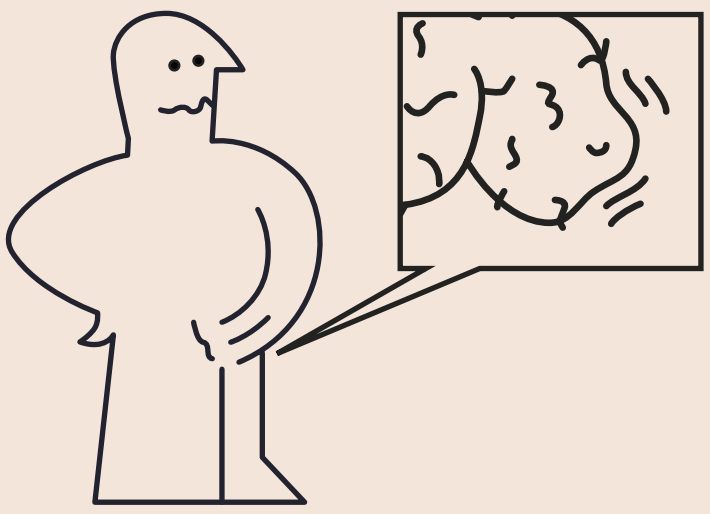
1.

Det handler om at lave en **‘Handgun’.**
Det er de tre fingre du skal bruge
for at tjekke dine bollar.

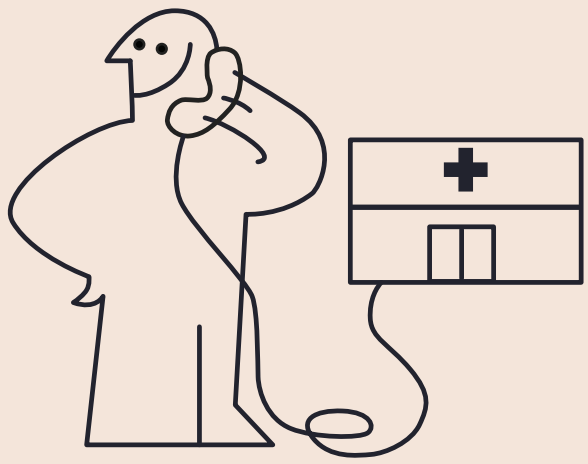
2.

Du skal rulle og trykke forsigtigt.
Være opmærksom på **størrelsen**,
formen og **følelsen** af dine Bollar.

3.



Virker det som om der er noget galt,
eller ikke som sidst du tjekkede?



Skal du ringe til din læge.
Det betyder ikke der er noget galt,
men det er vigtigt at få det tjekket.

IKEA

Omkring 300 danske mænd får konstateret testikelkræftom året i Danmark.
95% af dem overlever, men også kun fordi de fandt ud af det i god tid.
Gennemgå de 3 trin **1 gang om måneden.** Nemmere bliver det ikke.

Hands in your Pants