

Nutzung von einem Kondom

In Leichter Sprache

Ein Kondom ist für Männer.

Kondome schützen sicher vor:

- Schwangerschaft
- Krankheiten wie Aids

Es gibt Kondome in verschiedenen Größen.

Das Kondom muss dir passen.

Ein Kondom darf nicht abrutschen.

Nur dann ist es sicher.

Wenn das Kondom besser rutschen soll:

Dann kannst du zusätzlich ein Gleit-Mittel benutzen.

Das Gleit-Mittel muss außen auf das Kondom.

Andere Cremes, Öl und Fett darfst du nicht benutzen.

Davon geht das Kondom kaputt.

Das musst du beachten!

Ist das **CE** Zeichen auf der Packung?

Ist die Verpackung kaputt?

Ist das Kondom kaputt?

Ist das Kondom noch haltbar?

Schau auf das Ablauf-Datum.

Dann ist das Kondom sicher.

Achte darauf, dass du das Kondom nicht kaputt machst.

Zum Beispiel mit Finger-Nägeln oder Piercings.

Das musst du tun:

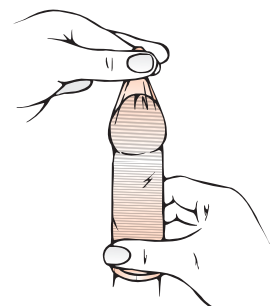
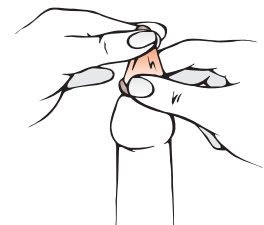
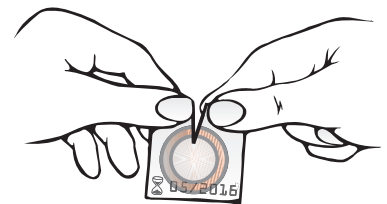
Du musst die Vorhaut zurückziehen.

Du musst den Zipfel vom Kondom zudrücken.

Damit geht die Luft raus.

Du ziehst das Kondom über den steifen Penis.

Du musst das Kondom vorsichtig ganz abrollen.



Wenn du das Kondom nicht abrollen kannst:
Dann hast du es falsch herum aufgesetzt.
Dann musst du sofort ein neues Kondom nehmen.

Nach dem Samen-Erguss:

Du musst das Kondom beim Raus-Ziehen festhalten.

Wenn das Kondom kaputtgegangen ist:

Dann ist die Frau vielleicht schwanger.
Die Frau muss dann in die Apotheke gehen.
Oder zu einem Arzt oder einer Ärztin gehen.
Dort kann die Frau **die Pille-danach** bekommen.
Sie hat **höchstens 3 Tage** Zeit.
Sonst wirkt **die Pille-danach** nicht mehr.

Damit das Kondom für dich passt:

Es gibt verschiedene Größen.
Die Größe steht auf der Verpackung von dem Kondom.
Es ist wichtig die richtige Größe zu benutzen.
Sonst schützt das Kondom nicht richtig.

Du kannst den Umfang von deinem Penis messen.
Damit du weißt welche Größe du brauchst.
Das kannst du mit diesem **Mess-Streifen** machen.

Du musst den **Mess-Streifen** um den steifen Penis legen.
Dann kannst du den Umfang an der **Null-Kante** ablesen.
Die **Null-Kante** ist der dicke rote Strich.

140 mm

130 mm

120 mm

110 mm

100 mm

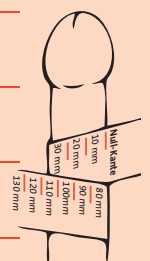
90 mm

80 mm

70 mm

60 mm

50 mm



Null-Kante

pro familia Landesverband NRW e.V.
Postfach 13 09 01 · 42036 Wuppertal
Telefon 0202-245 65-0

lv.nordrhein-westfalen@profamilia.de
www.profamilia-nrw.de

MIT UNS KÖNNT IHR REDEN



www.sex-profamilia.de



Die Anleitung ist in einfache Sprache übersetzt vom Büro für Leichte Sprache Stiftung Bethel

Erstellt durch: Marlies Thiering-Baum · Geprüft durch: Josephine Otto, Joachim Richter, Anita Miletic, Stefanie Müller

© Europäisches Logo für einfaches Lesen: Inclusion Europe. Weitere Informationen unter: www.leicht-lesbar.eu

© Lebenshilfe für Menschen mit geistiger Behinderung Bremen e.V., Illustrator Stefan Albers, Atelier Fleetinsel, 2013.