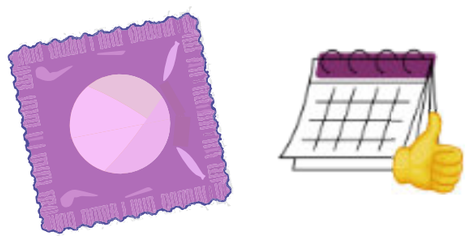
KONDOM RICHTIG VERWENDEN

Schützt vor ungewollter Schwangerschaft und vor sexuell übertragbaren Krankheiten.

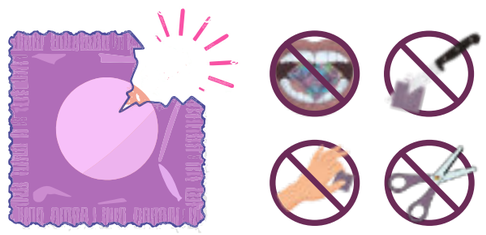


1. Verpackung kontrollieren



Überprüfe, ob die Kondomverpackung unbeschädigt und das Haltbarkeitsdatum noch gültig ist.

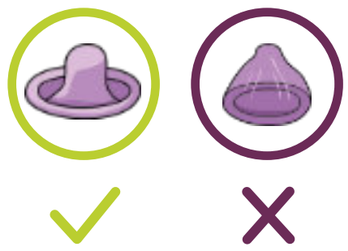
2. Verpackung öffnen



Vorsicht!

Keine scharfen oder spitzen Gegenstände benutzen. Zähne und Fingernägel können das Kondom beschädigen.

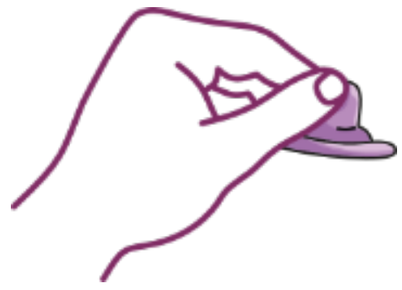
3. Richtige Seite erkennen



Das Kondom muss sich von außen leicht abrollen lassen.

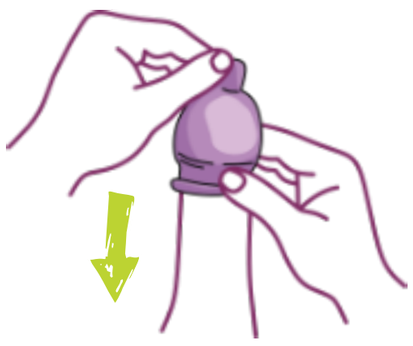
Wenn es falsch herum ist: Nicht umdrehen! Ein neues Kondom benutzen.

4. Luft aus der Spitze drücken



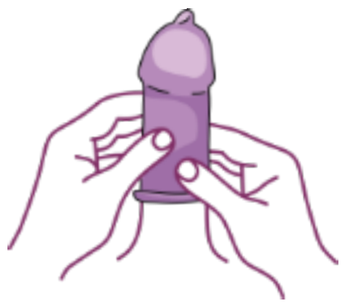
Die Luft mit Daumen und Zeigefinger aus der Spitze drücken. So bleibt Platz für die Samenflüssigkeit.

5. Kondom aufsetzen



Auf die Spitze des steifen Penis setzen und das Kondom vollständig bis zum Penisansatz abrollen.

6. Nach dem Samenerguss



Den Rand des Kondoms festhalten und den Penis zurückziehen, solange er noch steif ist. So kann das Kondom nicht abrutschen.

7. Entsorgung im Restmüll



Kondom abziehen, zuknoten und im Restmüll entsorgen. Nicht in die Toilette werfen!

Was tun, wenn das Kondom reißt oder abrutscht?

- Ruhe bewahren.
- Sobald wie möglich ärztlichen Rat einholen oder in die Apotheke gehen.
- Über Notfallverhütung informieren (z.B. Pille danach).

Do's – so geht's richtig!



Immer ein neues Kondom benutzen.



Nur passende Größen verwenden.



Kühl & vor Sonnenlicht geschützt lagern.



Auf Qualität & Zertifizierung achten (CE).

Don'ts – lieber nicht!



Nie zwei Kondome gleichzeitig verwenden.



Keine ölhaltigen Produkte (z.B. Vaseline, Babyöl) als Gleitmittel verwenden.



Kondom nicht mehrfach benutzen.



Nicht lange in Brief- oder Hosentasche aufbewahren.

Schutz ist Verantwortung – für dich und deine Partnerin* oder deinen Partner*.

Sprich darüber, triff gute Entscheidungen und habt sicheren Sex!

Und vor allem: viel Spaß! 😉

Hier geht's zur digitalen Version

UPLOAD SELBSTWERT

Bundesministerium Frauen, Wissenschaft und Forschung

EqualiZ