

Seksualiteit, veilige seks, niet ziek

Informatie

Veilige seks

Bij seks is het belangrijk dat je goed voor jezelf zorgt én voor je partner.

Het is belangrijk dat de seks prettig is voor jullie beiden en dat je samen veilige seks hebt.

Veilige seks is:

- Je wordt niet ziek van de seks
- Jij of je partner wordt niet zwanger, als je dat niet wilt.

Dit infoblad gaat over:

- Wat is een SOA
- Wat je moet doen als een SOA krijgt.
- Hoe gebruik je een condoom

Lees ook het infoblad, veilige seks, niet zwanger.



Seksualiteit, veilige seks, niet ziek

Informatie

Wat is een SOA?

SOA betekent: Seksueel Overdraagbare Aandoening.

Ze noemen het ook wel: geslachtsziekte.

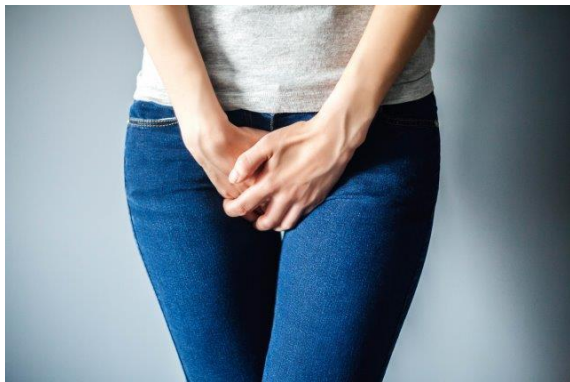
Het is een ziekte die je kan krijgen door seks.

Een SOA is besmettelijk.

Je kan het krijgen als je seks hebt zonder condoom.

Een SOA kan gevaarlijk zijn.

Bijvoorbeeld: je kunt pijn krijgen, of een ontstekingen



Als je vagina of penis anders voelt dan je gewend bent.

Bijvoorbeeld: je hebt jeuk of je hebt pijn.

Vertel het dan tegen je begeleiding of ouders.

Ga samen naar een dokter.

De dokter kan je onderzoeken,

En de dokter kan je weer beter maken.

Als je meer wilt weten over SOA's

Kijk dan op internet en lees samen met je begeleider over SOA's.

Daar staan ze allemaal:

hoe de ziektes heten,

en wat er dan in je lichaam gebeurt.

Seksualiteit, veilige seks, niet ziek

Informatie

Condooms kopen

Je koopt een condoom in de supermarkten,
bij de drogist, of in een seksshop.

Je kunt ook condooms bestellen via internet.

Sommige mensen vinden het niet leuk om condooms te kopen.

Zij schamen zich.

Maar dat hoeft niet.

Het is heel gewoon om condooms te kopen.

Je kan ook hulp vragen, bijvoorbeeld aan je begeleider of familie.



Een condoom omdoen



Je doet het condoom om als je opgewonden bent en je penis stijf is.
Een condoom is een dun elastisch hoesje.
Je rolt het af om je stijve penis.
Zo doe je dat:

1. Scheur het pakje bij de kartelrand open.
Doe dit met je handen,
zo komt er geen scheurtje in het condoom.
Duw het condoom voorzichtig uit het pakje



Seksualiteit, veilige seks, niet ziek

Informatie



2. Een condoom heeft een topje en een opgerolde rand.
De opgerolde rand moet aan de buitenkant zitten.



Zo kun je voelen of je het condoom kunt uitrollen.
Als je het condoom niet makkelijk kan uitrollen,
blaas je het topje naar de andere kant.

3. Houd het topje van het condoom vast tussen je duim en wijsvinger.
En plaats hem op het topje van je stijve penis.



4. Blijf het topje vasthouden.
Rol het condoom met je andere hand over je penis.
Zorg dat er genoeg ruimte is in het topje van het condoom
In het topje wordt het sperma opgevangen.
5. Als het omdoen niet lukt, haal het condoom er dan af.
Pak een nieuw condoom.
Begin weer bij stap 1

Oefen met omdoen, vóórdát je seks hebt.
Zo weet je zeker dat het lukt als je seks hebt.

Het condoom af doen

Je trekt je penis terug uit de vagina als hij nog stijf is.

1. Je houdt je penis met condoom met je hand vast en trekt hem voorzichtig terug.
2. Je rolt het condoom van je penis
3. Je legt een knoop in het condoom
4. Gooi het condoom in de prullenbak.