

TEIL
01

DIE EINFÜHRUNG

☛ **Wir gehen rein:** Im Arsch befindet sich der G-Punkt des Mannes. Dies ist einer der Gründe, warum nicht nur schwule und bisexuelle Männer* den Analsex lieben. In diesem Flyer bieten wir dir Infos, die Sex für deinen und andere Ärsche köstlicher, safer und besser machen.

☛ **Wir empfehlen:** Für'n Arsch bekommst du die kompletten Infos im Booklet »Poschüre«. In ihr geht es um das Ficken, Pflegen und Schützen – du findest sie im schwulen Zentrum Sub, beim Checkpoint, in Szene-Lokalen, Shops und bei der S'AG Safety-Aktionsgruppe.

☛ **Wir fragen:** Hast du schonmal mit deiner*in Ärzt*in über sexuelle Gesundheit gesprochen? Trau dich – dieser Aspekt deiner Gesundheit ist sehr wichtig.

Klick: www.sag-muenchen.de

TEIL
02

DAS SEX-GRUNDGESETZ

☛ **Wir machen klar:** Niemand ist als passiver Sexpartner weniger Mann*.

Die Abwertung von Menschen, die sich ficken lassen, ist sexistisch und falsch. Ficken und sich ficken lassen ist einfach wunderbar. Es ist aber auch keiner weniger schwul wenn er **keinen** Analverkehr praktizieren möchte.

Love an ass, don't be one!

INFO- UND TESTANGEBOTE

sub Sexuelle Gesundheit

Sub – Schwules Kommunikations- und Kulturzentrum München e.V.
Müllerstraße 14 | 80469 München
www.subonline.org



Münchner Aids-Hilfe e.V. und Checkpoint München
Lindwurmstr. 71 | 80337 München
www.muenchner-aidshilfe.de



IWWIT ist die bundesweite Präventionskampagne der Deutschen Aidshilfe (DAH).
www.iwwit.de

Die Homepage der Safety-Aktionsgruppe
www.sag-muenchen.de



TEIL 03

RAN ANS SEX-EINGEMACHTE

→ **Wir schauen auf die Praktiken:** Was immer dich geil macht und sexuell erfüllt – Spaß und Safer Sex sind gut für dich und deine Partner*innen.

MIT MUND UND ZUNGE

→ **Rimming+Lecken:** Das Arschloch ist herrlich empfindlich und besonders für deine Zungenschläge sensibel. Diese Praktik ist ideal als Vorbereitung und Entspannung für den Arschfick.

MIT HAND UND FINGER

→ **Fingern:** Wer die Zunge lieber für heftige Küsse braucht, kann mit den Fingern am und im Arschloch geile Gefühle erzeugen. Fingern kann auch ein gutes und entspannendes Vorspiel für den Analverkehr sein.

→ **Fisten:** Beim Fisten wird die ganze Hand – oder mehr - in den Arsch eingeführt. Es erfordert Übung und großes, gegenseitiges Vertrauen der Sexpartner. Wenn du nicht auf dirty stehst, solltest du auf eine gründliche Darmspülung achten. Immer dabei: Fist-Handschuhe und passendes Gleitmittel. Die Poschüre oder unsere Homepage wissen mehr.

Klick: www.sag-muenchen.de

MIT SCHWANZ UND ARSCH

→ **Ficken:** Der Aktive aka Top dringt mit seinem Penis in den Arsch des Passiven aka Bottom ein. Beim Analverkehr genießt der Top die Reibung und der Bottom die Stimulation der Prostata. Wie hart oder sanft es abläuft ist dabei immer die Sache der jeweiligen Partner*innen. Wichtig sind auf jeden Fall das passende Gleitmittel und Safer Sex.

→ **Dildos+Toys:** Sie sind in allen Größen, Formen und Materialien erhältlich und ideal zum Üben, Dehnen, Vorbereiten oder für dein Solo. Man kann sie beim Ficken einsetzen, wenn der Aktive mal eine Pause einlegt. Taste dich mit Toys immer langsam ran, um Verletzungen zu vermeiden und verwende reichlich geeignetes Gleitmittel. Um STIs zu vermeiden: Jedem Arsch sein eigenes Toy!

In we go!

TEIL 04

SAFER SEX PLEASE!

→ **Wir machen klar:** Analverkehr ist nach wie vor der Hauptübertragungsweg von HIV.

HIV

→ **Generell gilt:** Vor HIV schützt kannst du dich mit Kondomen, der PrEP und dem Schutz durch Therapie. Safer Sex bedeutet dabei Schutz vor HIV und nicht Schutz vor STIs. Lass dich regelmäßig testen – nicht jede Infektion macht sich bei dir bemerkbar!

→ **3x Schutz vor HIV:** Kondome=Safer Sex: eine Barriere verhindert die HIV-Übertragung / PrEP=Safer Sex: HIV-Negative nehmen vor und nach dem Sex Medikamente, die eine Infektion verhindern / Schutz durch Therapie=Safer Sex: HIV-Positive sind durch ihre Therapie nicht mehr infektiös.

HEPATITIS ABC

→ **Generell gilt:** Gegen Hep A und B gibt es eine Impfung, die für schwule und bi Männer* von den Krankenkassen bezahlt wird. Gegen Hep C gibt es keine Impfung. Sie wird v.a. von Blut zu Blut übertragen. Ein Übertragungsrisiko besteht bei roughen Praktiken wie Fisten, beim Spriztentausch oder beim Sniefen von Substanzen mit Ziehrohrchen oder Geldscheinen.



HUMANES PAPPILLOMA VIRUS

→ **Generell gilt:** Das HP Virus verursacht Feigwarzen und Analkarzinome. Es gibt eine Impfung gegen diese Infektion. Jungen Menschen wird die Impfung von den gesetzlichen Krankenkassen empfohlen und finanziert. Sprich mit deiner*em Ärzt*in oder lass dich bei einer Teststelle beraten, ob eine Impfung für dich in Frage kommt.

STIs

→ **Generell gilt:** Syphilis, Chlamydien und Gonokokken (Tripper) sind die häufigsten sexuell übertragbaren Infektionen (STIs) und relativ einfach mit Antibiotika heilbar. Kondome schützen nicht ausreichend vor STIs, die auch leicht beim Rimmen, Küssen und Blasen übertragen werden. Lass dich daher regelmäßig auf STIs testen. Wenn du eine STI hast informiere deine Sexpartner*innen darüber!



Let's talk about ass!



© Die Safety-Aktionsgruppe ist eine Kooperation von Sub e.V. und Münchner Aids-Hilfe e.V. www.sag-muenchen.de