

Masturbatie

M

Masturbatie = vrijen met jezelf.
je hebt dan niemand nodig, je bent alleen.
Je noemt het ook wel **zelfbevrediging**.



Je kunt het b.v. doen: *in bed,
*in de badkamer,
*in je slaapkamer.

Doe wel de deur dicht, of op slot.
Zorg dat niemand je kan zien.

Jongens kunnen na het klaarkomen het sperma in een (papieren) zakdoekje opdoen. Papier gaat in de prullenmand, een stoffen doekje in de wasmand. Slim om dit van te voren klaar te leggen.
Na de masturbatie moet je je geslachtsdeel wassen met water.

Bij vrouwen (of: meisjes) heet het: **vingeren**.
Bij mannen (of: jongens) heet het: **afrekken**.

Hoe het precies gaat kun je opzoeken in je woordenboek.

Zelfbevrediging

afrekken

vingeren

