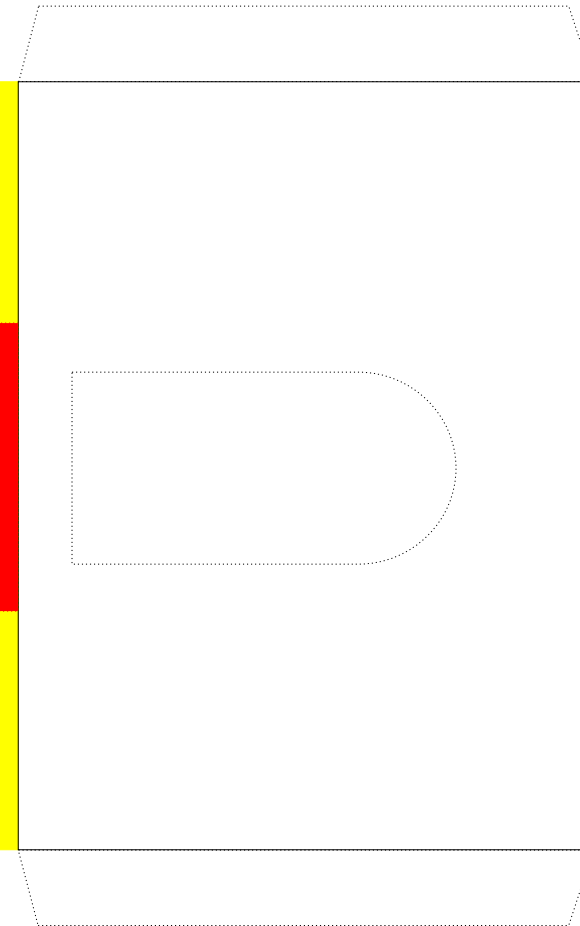


Pa'no ginagamit ang condom?

Madali lang gamitin ang condom. **Mahalaga lang na pag-usapan muna ng partner mo ang paggamit nito** upang maiwasan ang di pagkakaunawaan.

1. Siguraduhin di ito luma. Tingnan ang **expiration date**.
2. **Ingatan ang pagbukas** upang di mapunit. Wag kagatin. Gamitin ang daliri.
3. **Pisilin ang dulo** upang mawala ang hangin at ipatong sa dulo ng matigas na ari.
4. Habang hawak ang dulo, **padausdusin hanggang sa pinakapuno ng ari** ang condom.
5. Gumamit ng **water-based na pampadulas** (KY jelly, glycerine o laway).
6. Habang nagtatalik, **tingnan paminsan-minsan** kung nakasuot pa ang condom.
7. Kapag nilabasan na, **hugutin ang ari habang matigas pa** at hubarin ang condom nang hindi natatapon ang laman.
8. Itali ang gamit na condom at **itapon sa basurahan**.

**gamitin para
safe at happy.**



Dagdag na sensation.

Ang tunay na expert sa sex magaling magpagana ng imahinasyon. Maraming sensation na mararanasan sa **SAFER SEX** tulad ng yakapan, hipuan, kiskisan. Kasama ng paggamit ng condom sa anal, vaginal at oral sex, malaki ang nababawas ng safer sex sa mga maaring risks sa pakikipag-sex.



Dagdag na pag-iingat.

Kung ang sex pinag-iingitan, sa pagtatabi ng condom dapat maingat din. Mas mainam para sa condom na inilalagay sa bulsa ng damit pang-itaas o kaya sa bag. Nakakaapekto sa tibay ng condom ang masisikip at maiinit na lalagyan tulad ng pitaka o bulsa sa likuran ng pantalon.

Dagdag na impormasyon.

Naku di mo magugustuhan ang STI o sexually transmitted infections. Lalo na ang HIV, ang virus na nagsasanhi ng AIDS. Mainam na proteksyon sa mga ito ang wasto at palagiang paggamit ng condoms sa anal, vaginal at oral sex. Para sa karagdagang impormasyon tungkol sa sexuality at sexual health, kumontak na sa sumusunod:

This condom pack was made by TLF SHARE Collective through a grant from the Global Fund AIDS project in the Philippines, in cooperation with the Phil. National AIDS Council, Dept. of Health, Tropical Disease Foundation and the Phil. NGO Council for Population, Health and Welfare.

psst! isama mo ko!

CONDOM.

isama mo sya bilang proteksyon.

San ba ang punta mo mamya? San ka man makarating, tiyak may makikilala ka at makakasama. Pag nagkahulugan ng loob, maari mauwi ang lahat sa sex. Ok lang yan, pero magsama ka ng proteksyon. Isama mo ang condom sa rampa, pandagdag yan sa saya.