****

Tupa kondomu iliyotumika

Ukimaliza, shikilia mdomo na ncha ya kondomu, na toa kwenye uume wakati bado umesimama

Kunjua kondomu kwenye uume mzima

Kagua tarehe ya mwisho kutumika

Tumia kondomu mpya kila mara unapofanya mapenzi

Ingiza kondomu kwenye ncha ya uume uliosimama huku upande wa mvingiriko ukiwa nje

Rudisha nyuma govi

*(Asiyetahiriwa)*

**N**

amna ya kutumia kondomu ya mwanaume

Ingiza nembo ya uajenti na ramani hapa.

**Kiolezo D**