

---

# GREAT Activity Cards

---

# Kad me oteka me tuku ki bulu ma onyome onyo gi tye ki lutino

(Mwaka 15-19)



The Republic of Uganda



# Kad me tuku man tye ki jami magi:

- Tuku I lok kum lago nywal ki ngeyo yot komi ikare me yacu.
- Tuku goga ikom wego ma Oteka.
- Tuku ma nyutu kit ma kongo bedo kwede.
- Tuku goga ikom lutino mawore.
- Miyo tam ikom kit me tyeko peko.
- Tuku wer me mar ma pe gik.
- Lapeny me ngene i kin wa.
- Yat ma kitucu atuca ikom mon me lago nywali mono tiyo onyo pe tiyo?
- Yat me amwonya me lago nywal tiyo onyo Petiyo.
- Nyonyo ma ki keto i ot nyodo me lago nywal tiyo onyo Petiyo (IUD).
- Roc bol tiyo me lago nywal onyo petiyo.
- Yat akwoya ibad dako me lago nywal tiyo onyo pe tiyo.
- Yat amwonya me gengo yac ma ngole atura tiyo onyo petiyo.
- Doto latin ki cak kor keken pi dwe abicel me gengo yacu tiyo onyo Petiyo.
- La peny me niang kit ma wayero kede anyim ma wamito pi kabedo wa.
- Miyo tam bot lutino na.
- Tuku ikom tic pa coo ki mom.
- Miyo tam I kom maro lutino wa.
- Tuku goga manyutu kit me mato kongo iyo ma opore.
- Miyo tam ikom moko tam.
- Yot kom me ot nywal ma iyero.
- Bedo I kwo maber i Kin dano ma onyome. Twere onyo pe twere?

Illustration & Design:



# Karatac tuku Lok aluba pi joo ma tiyo kwede

## **Karatac tuku man obedo gin ango?**

Karatac tuku acel acel tye ki yoo me aluba pi tuku ma yomocwiny ma dul pa bulu romo tic kwede me cako nywako tam ikom neno ni dano ducu rom aroma, yot kom ki gwoke. Tye tuku mapat pat i karatac man ma ikine tye tuku; nywako tam; laro lok; penyo tam pa lwak; wer, tuku goga ki myel.

## **Anga gi ma romo tic ki karatac tuku man**

Dul pa bulu mo keken romo tic ki karatac man. Karatac tuku man tye i dul adek mapat pat?

- Dul karatac pi bulu ma pwod tino ma mwaka gi tye 10-14
- Dul karatac pi bulu mu tegi ma mwaka gi tye 15-19
- Dul karatac pi bulu ma pwod gunyome anyoma onyo bulu ma dong gitye lunyodo

## **Anga ma romo telo tuku magi ma i karatac tuku magi?**

Ka dul ma megi tye kimiti me tic ki karatac tuku man ci omyero iyer ngat acel ki i dul man me telo tuku matye i karatac man. Ngat man pe dok omyero kong opwonye ento omyero obed ngat ma twero kwano gin ma kicoyo i karatac dok romo telo wi dul i tuku mo. Jami tuku man tye ki tam ma kimiyo me konyo ngat mo keken ma tye ka telo wi dul i tuku wek otel maber.

## **Awene ma waromo tic ki karatac tuku man?**

Karatac tuku man iromo tic kwede ikare mo keken ma imito timo gin mo ma yomo cwiny dul. Wu romo timo tuku ma tye i karatac man ikare ma nongo dul tye ki kacoke gi onyo ikare mo ma wuyubu pire kene.

## **Karatac magi watiyo kwede nining?**

1. **Yer karatac mo keken:** Karatac magi kiromo tic kwede iyo mo keken, manyuti ni iromo yero karatac mo keken malube ki miti pa dul onyo kit gin atima ma wu mito timo ne
2. **Kwan karatac man:** Ngat ma kiyero me telo tuku omyero kong okwan karatac man ma pwod pe ocako telo tuku man. Iwi karatac acel acel, inongo kicoyo nying karatac meno, lok madongo ma tye i karatac meno calo (yot kom, neno dano ducu marom, gwoke onyo “bedo oteka”), ki kare ma gin atima man romo cwalo ne.
3. **Kwan acaki karatac man:** Karatac acel acel tye acaki ne ma ngat ma tye ka telo tuku omyero okwan matek bot dul ma pwod tuku pe ocake.
4. **Lub yoo me aluba ma kicoyo i karatac man:** Yoo mukene waco ni “kwan man matek bot dul” ma tyen loke tye ni ngat ma tye ka telo tuku man omyero okwan ngo ma kicoyo matek pi yoo meno wek lwak ducu ma tye idul guwiny yoo aluba. Lok aluba mukene penyo latela me timo gin mo macalo “goyo rek atir ingom ki lut” ma latela omyero pe okwan matek ento otim atima.
5. **Yub lok me anywaka i dul:** Ka dong dul gutyeko tuku, ci tye dul lapeny ma latela bipeny ki dul wek okel nywako tam ikom tuku meno.
6. **Kwan lok me agiki:** Inge nywako tam, ngat ma tye ka telo tuku omyero okwan lok me agiki ma tye i karatac man matek.
7. **Peny lwak wek gucikke:** I agiki, ngat ma tye ka telo tuku bikwano cikke ma kicoyo i karatac atima man. Cikke man penyo ngat acel acel me waco gin acel ma tye cok ki tuku dok ma en cikke me timo ne i anyim.

# Tam i kom kit me telo lwak

Kadi bed in con onongo dong itelo wi dul i tuku onyo man obedo tyen me acel, pire tek ni omyero kong ikwan tam magi ma pud pe itelo wi dul ituku.

- Wek lutuku aye gubed ka loko pol pa lok.
- Bed mot-ka ipenyo lapeny ki i karatac, mi kare manok bot lutuku me tamo lagam ka dong iwek gugam.
- Cuk cwiny lutuku-ka i penyo lapeny, cuk cwiny lutuku weng me gamo lapeny ento pe dano acel onyo aryo keken. Wiyi pe owil me penyo awobe ki anyira bene me gamo lapeny.
- Nen wang lutuku dok bene ibuny kwed gi!
- Tii ki leb ma niange oyot-ka tye leb mo i karatac ma lutuku pe niang ci tute me tito ne bot gi kit ma in iniang kede wek gin bene guniang.
- Lok matek ma winye dok ma dano romo niang.
- Wek nywako tam obed man olub lapeny ma tye i karatac man.
- Wor dok imi pwoc bot lutuku-pe tye lagam mo ma tye atir onyo petye atir i karatac man. Karatac man obedo me cako nywako tam ci omyero icuk cwiny lutuku ento pe ingol ni lagam moni tye atir onyo pe atir.
- Pe icwak dul mo inywako tam man ento cuk cwiny lutuku kace tam opoke me nywako tam ki luwotgi ma pat pat.

**Bed ki yom cwiny dok inong mite!**



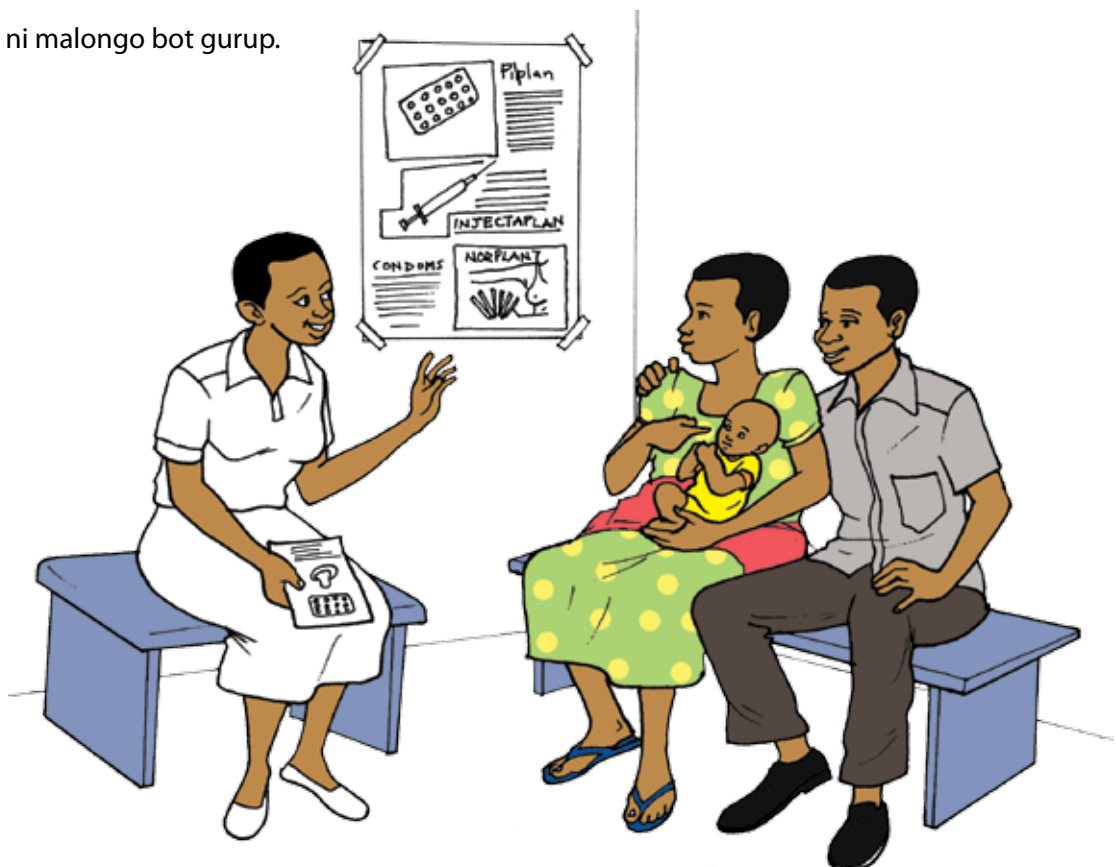
## Tuku Goga i kom lago nywal ki ngeyo kare me yac

**1 Acaki.** Wac Ki lutuku me gure ka i kwan man woko malongo: *Tin ni wabe winyo goga ikom rii ki yac me acaki ki lago yac me aryo.*

**2** Kwan goga ni bot gurup:

Omara ki Akullu obedo lunywal manyen ki latin me dwe angwen. Akullu ngeyo ni nongo latin mukene obedo pit ki tic mukene. Ento Akullu tye ki mwaka 21 keken ma tye ki lworu ni ka pe enywalo latin mukene oyotoyot en eromo tii woko. Akullu woto bot latic me yot kom me Kin paco pi penyo tam. Latic me yot kom me Kin paco waco ni en pe myero obed ki lworu pien mon nywalo lutino kadi tye mwaka 30 ocito kede malo. En owaco Ki Akullu ni bedo ber me nongo latin me acel ma dong en oyube dok tye imar ki ikome. Latic me yot kom omede ki miye tam ni myero okur pi mwaka aryo ma pwod pe ya otemo yac mukene me gwoko yot kome ki yot kom latin ne, Akullu ki Omara nongo tye katic ki yoo me dot macalo yoo me gengo yac me aryo (ma ki lwongo ni LAM), ento latic me yot kom owaco ki Akullu ni yoo ni tiyo ka latin pwod tye dwe 6 dwogo kwede piny keken, latin doto cak kor mapat ki gin mo mukene, ka Akullu pwod pe ocako neno dwe. En owaco Ki Akullu ni calo dong latin tye dwe 4, Akullu ki Omara myero ocak yube me cako tic ki yoo mukene me lago nywal calo, Tic ki Roc bol, mwonyo yat me gengo yac, tuce atuca me gengo yac, kwoyo yat ibad, onyo nyonyo ma ki keto ot nyodo (IUD). Akullu ki Omara oNywako tam gi kacel ka gu yee me yero yo acel ma mio gin obedo pi mwaka aryo labongo yac mukene.

**3** Kwan goga ni malongo bot gurup.



**4 Nywako lok.** Peny gurup ki la peny magi ka i ye ki gin me nywako tam ki lagam gi iKin gi. Myero inen ni ilwongo coo ki mon me Nywako lagam gi ki gurup.

- Ngo ma omio itamo ni dako omyero kong okur kadi ka oromo mwaka 18 ka ocak nywal?
- Ngo ma omio dano ma onyome omyero kong okur pi mwaka aryo me nongo latin me aryo?
- Waci gi, nga ma tye ki twero me gengo yac ki ngo ma omio itamo ni tye Kit meno? Itamo ni obedo laco, onyo dako onyo dano ma onyome weng?
- Peko angu ma dano matino kato iye ka gin ogale ki yac pi tyen me acaki?
- Ngo ma dano matino romo timo me gengo peko ma miyo gin rii ki yac me acel?
- Peko angu ma dano ma onyome matino nongo ikare me lago nywal ii kin mwaka aryo?
- Ngo ma dano ma onyome romo timo me gengo peko me lago yac gi?



**5 Loro ne.** Kwan man woko malongo: *Man pire tek ki mon matino me kuru kadi kare ma kom gi ki tam gi dong oromo me nongo lutino, kadi mwaka gi oromo 18. Yac oyotoyot iyonge nywal cucut romo kelo peko me yot kom i kom min latin nyo latin. Romo bene kelo peko me cente ki gina acama mio dongo pa latin bedo matek. Wot i odi yadi matitino onyo bot latic me yot kom me Kin gang me Nywako tam I kum yoo ma padi padi ma iromo yero me rii ki yac me acel onyo lago nywal pi yackj latin me nama aryo.*

**6 Cikke.** Kwan man woko malongo: *Wot i kin dano ma ogure ka i wac nying latic me odi yadi matitino ki latic me yot kom me Kin paco ma wungeyo ni itwero lok ki gin pi yoo maber me lago nywal.*

## Tuku goga pawego ma oteka

- 1 **Acaki.** Wac Ki gurup me gure ka i kwan man woko idwan malongo: *Tin ni wabe lok ikom yoo ma wego romo konyo ki min latin me gwoko paco ki tiyo tic mogo me paco.*
- 2 Pok gurup woko matitino idul 3-4 coo ki mon omyero ki rub gi ka acel.
- 3 Kwan gin me a luba man woko malongo: *Gurup wu amito ni wutam dong ni wubedo wuno dano ma ma onyome calo dako ki laco, ki lutino. wot wuno oyub tuku goga ma nyutu ni wego konyo mego ki gwoko lutino ki konyo me tiyo tic mogo me paco. Man mio wu kare me yweyo kun bene wubedo kacel ki lutino wu. Tye yoo acel ma myerowulubi. Coo myero otuk calo gin obedo mon ki mon myero otuk calo gin obedo coo! Ka dano mukene bi tuku calo gin obedo lutino.*
- 4 Nwo kwano gin ma omyero ki tim yoo me adek wek dano weng oniang.
- 5 Mi gurup dakika 15 me kati ki tuku goga ma gin oyubo.
- 6 Iyonge dakika 15, lwong dok gurup me dwogo gure.
- 7 Wek gurup me acel ocak nyutu tuku goga gi.
- 8 Ka dong gin otyeko, lwong dok gurup mukene wek onyut tuku gi.





**9 Nywako lok.** Ka dong ma gurup weng onyutu tuku. Peny la peny magi. Mi lutuku kare me tamo ki nywako tam ii lagam gi.



- Iwinyo ni ngo ka ituku kakama pat ma pe omyero ituki calo laco onyo dako?
- Itamo ni ber ka coo ribo tic mogo me pacu ki mon gi?
- Tye coo mogo ma wungeyo ma gwoko lutino ki tiyo tic mogo me pacu ki mon gi?
- Itamo ni coo ma konyo mon ki gwoko lutino bi kelo alokaloka maber onyo alokaloka marac i kin gang? Oniang wa I kum lagami ni.
- Pi ngo pire tekki wego me bedo ki lutino gi?

**10 Loro ne.** Kwan man woko idwan malongo: *Wego ma Oteka obedo en magwoko lutino, mio kony bot dako ne, ki bedo calo lanyut i pacu mere. Ka wego konyo tiyo tic me pacu ki gwoko lutino, lutino dongo ma cwiny gi yom, dok matek, ma romo bedo lutela i Kin gang gi.*

**11 Cikke.** Kwan man malongo: *Wot ii Kin dano ma ogure ka i cike. Ka ibedo laco, mi wa tic acel ma ibi tiyo me konyo dako ni, onyo dako ma ibi nyomo ikare me anyim. Ka ibedo dako Wac Ki wa gin acel ma iromo timo maber, Calo ribe ki dano igurup me Kin pacu, ki konyo tic me pacu.*



## Tuku ma nyutu kit ma kongo bedo kede

- 1 **Acaki.** Lwong gurup me gure ka i kwan man woko malongo: *Tin wabe tuku tuku ma pwonyo wa ikom ngo ma time ka dano omato kongo matek.*
- 2 Goo lain ma bor ne romo mita 3 piny, kun itio ki tal onyo cingi.
- 3 Wac Ki lutuku me rye atir wa ii agiki me lain acel ki piny.
- 4 Kwan jami me aluba man: *Amito ni wun weng otam ngo maber ma wun wumito ikwoo wu ikare me anyim. Man romo bedo gin mo me kare manonok ma wubetimo calo "Amito nongo tic diKi." Onyo romo bedo gin mo me kare me anyim, calo "Amito bedo lacat wil nino mo acel." Kong I tam ni dong gin ma imito tye dong inget lain me agiki, ma dong itye cok me oo iye. Ki acel acel, wac gin mi imito i kwo ni ikare me anyim wek dano weng owiny. Ket ni lain ma igoyo ingom ni obedo calo pem. Wek dano ki acel acel guwot manongo gumiyo wangi woko i lain man. Kwan tyen adi ma ngat acel acel pepe lubo lain atir. Ka ngat acel otyeko, ngat mukene dok miyo wange ka cako lubu lain man.*
- 5 Kwan dok tuku me 4 man dok odoco wek dano weng oniang.
- 6 Cak wunu tuku. Myero inen ni lutuku ma coo ki mon weng owaco gin ma gin mito weng idwan malongo kun giwoto gingolo ii lain kiryeko, kun gigwoko tyen gi weng i lain weng ilain. Kwan woko malongo ikare weng ma tyen lutuku oaa woko ki ilain ka odwogo iwi line.
- 7 Ka dano weng ma i dul dong otyeko wot man, kwan man: *I cawa ni dok owot cako tuku ni tit. Icawa ni, wun weng myero imi wang wu woko ka i cako wire tyato angwen oyotot, ma nongo pwod pe owaco gin ma imito ka i wot ngolo lain ari.*
- 8 Cak tuku. Ma nongo mon onyo coo pwod ocako wot iwi lain, myero inen ni imio lutuku ni owire tyen angwen, wac gi onwo gin ma gin a mito ma pwod pe ya gucako wot ilain. Kwan tyen adi ma ngat acel acel tyene o aa ki i lain aka bedo iwi lain.



## 9 **Nywako lok.** Ka dong dano weng owoto oo ii agiki pa lain, peny la peny magi.



- Wutamo ni wire ni oweko tuku ni obedo tek?
- Itamo ni tuku ni cal ki mato kongo i yoo mene?
- Itamo ni matu kongo romo miyo bedo matek ki in nongo gin ma imito?
- Itamo ni yoo mene ma mato kongo balo ki gang ma ikin pacu?
- Itamo ni piny myero omat kong yooi yoo maber?

**10 Loro ne.** Kwan man woko malongo: *Mato kongo madwong romo kelo pekopol calo pe kwan maber, gengi woko kituku icukul ki weko I timo jami maracu. Romo weko I bedo makomi lit; jami ma wango ii keni onyo luwoti, calo butu labongo Roc bol onyo bedo kalweny atata. Ka imato kongo madwong ma okatu kare woko, romo bedo teki me nongo gin ii mito. Tye jami mapol ma iromo timo mapat ki matu kongo wek ibed ma ii yom ii dok igwoke.*

**11 Cikke.** Kwan man woko malongo: *Wot ii gurup ka i cak niang gin acel ma ma iromo timo ne wek luwoti omat kongo iyoo maber.*

\* Bulu matye kitwo mareto dano, two mukene onyo ngolo pe romo tuku tuku man ento giromo bedo ka nywako tam

## Goga ikom lutino mawor

**1 Acaki.** Wac ki dano ogure ka ikwan woko malongo: *Tin ni wan wabe lok yooi yoo me pwonyo lutino i kum woro labongo pwodo gi ki lut onyo gero.*

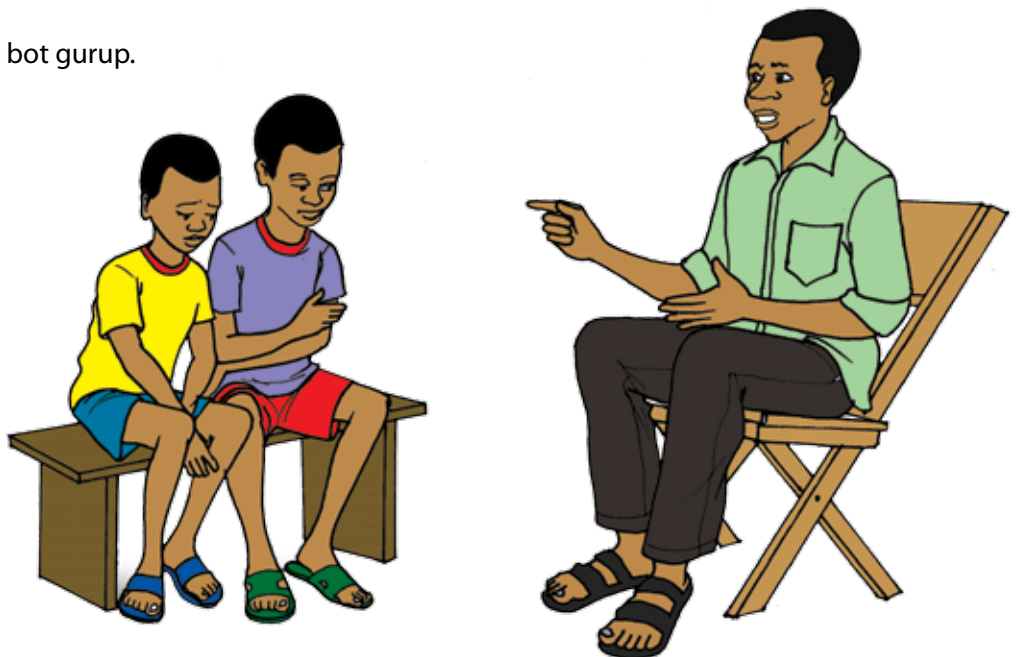
**2** Kwan goga man bot gurup:

Amongi gin ki Omara gin tye ka gwoko lutino gi ary ki Lakeyo gi ma mine Otoo woko. Kit macalo omega pol kare timo, latin matidi ni tiko lubo kor omine madit kamo keken ma en cito iye ento omine madit cawa mukene buru en. Cawa mukene gin lwenyo. Amongi tic tye odiyo kume tutwal potu ki i biacara matino tino ento en cwinye cwer tutwal ka neno lutino ni lwenyo. Pol kare tamo ni omyero idange dok ego gi ki lut. Ento en pegoyo gin pien ni nongo en dong ocike con pe goyo lutino.

Amongi ngeyo ngo magoyo lutino twero kelo ne. Ikare ma en tidi, lunyodo ne obedo ka pwodo en ki lutino gi mukene. Wiye poo woo mapol tutwal i paco gi. Ngat mo pe owaco ki gin ngo marac ma en timo ento en dong poo nongo oo wa i goc. Wiye poo kit ma onongo en elworo kede mine dok dong onongo pe emito bedo cok kwede wek pe odange i wiye. Ikare ma en onongo lutino mamege kikume, en openye kekene ni "Pwod mono oweko kit an dok obedo ber? Ento wiye poo ni meno pe otime"

Lunyodo pa omara onongo pe pwodo en. Gin tyeko peko gi ki lok, lutino gi ki konyo lutino gi me oniang apoka apoka ikin gin maber ki marac. Gin opwonyo lutino ikom Kit maber ki gene, wore, ki Gwoke. Dok gin pe daji dano mukene, Lutino gi onyuti gi ni peko kiromo tyeko I yoo me lok. laworo ni, I cawa ma awobe onongo tye kalweny, Omara tero dakikamo mmanok me bedo ki gin piny ka openyo gi me waco ngo ma omio gin tye kalweny, lyonge lok ked gi en owaco ki gin acel maleng me bedo la ling ni tik pi dakika apar me tamu pingo omiyo gin maro tuku ki dano mukene. Ma dong gin tyeko gin obedo piny gin obunyu I kin gi ka gudok ka mede ki tuku.

**3** Kwan goga ni malongo bot gurup.



**4 Nywako lok.** Peny gurup ki la peny amagi. Myero inen ni lutuku onongo kare ki cawa me Nywako tam ikom lagam gi pi la peny acel acel ma pwod pe ya okato gini iii la peny mukene.



- Pingo itamo ni j otiyo ki daa onyo gero me pwonyo lutino gi ikin gang wu?
- Yoo ango ma oromo tic ki me pwonyo labongo tic ki gero onyo daa?
- Yoo ango ma itamo ni iromo tic ki me pwonyo lutino ni ma cal ki yoo ma lunywali opwonyi ki?
- Ibi timo ni ngo me pwonyo lutino ni ma pat ki yoo ma lunywali opwonyi ki?
- Yoo mene ma itwero nyutu ki mar bot lutino ki gwoko gi?

**5 Loro ne.** Kwan man woko malongo. *Tye yoo mapol me pwonyo lutino ma pe obedo yoo me gero. Lok ki lutino ni ikom kit Kit ma gin obedo Ki Waco ki gin ngo ma gin gutimo marac bi konyo gi me ngeyo Kit i me bedo maber. Miyo gi tic mapol onyo balo cawa gi me tuku gi woko bi konyo gi me pwonye ki Kit i me bedo, gin rwenyo kuc mo ento pe rwenyo mar ni ikom gi.*

**6 Cikke.** Kwan man woko malongo woti I kin Ki dano oogure ka i cak nying gin mor acel ma ibi me pwonyo lutino ni ma pe mede ki pwodo gi onyo daa ked gi.

## Miyo tam ikom kit i me cobo peko

- 1 **Acaki.** Wac ki gurup me ogure ka i kwan man woko malongo: *Tin ni wan wabe winyo wunu lok ikom Kit me tyeko peko iken wa Ki ki lok ento pe ki gero.*
- 2 Pok gurup woko iie aryo. Coo ki mon. Omyero I rub gurup magi obed coo ki mon.
- 3 Kwan gin amyero ki lub malo: *An abi kwan goga aryo acegocego makwako dano ma onyome ikodi mwaka wu ii gurup wu no. Igurup wu no, lee wunu tam ii Kit i ango ma gin bi tyeko ki peko gi yooi yoo me lok akwakere ki peko no. Apat ki tic igero. Yub tuku goga mo acekcek ma nyutu Kit ango ma in itamo gin wabe tyeko ki peko gi apat ki yoo me gero.*
- 4 Kwan gin amyero ki lub ma tye yooi yoo me 3 dok inongo me wek dano weng oniang maber.
- 5 Kwan goga ma tye iii bokci me acel ki piny.
- 6 Mi lutuku dakika apar me Nywako tam ki pwonyo tuku goga.
- 7 Iyonge dakika apar, lwong gurup me dwogo ogure.
- 8 Wac Ki gurup me nyutu tuku goga gi acelacel.
- 9 Read Kwan goga me aryo ma tye iii bokci ki pingo ka i miyo gurup dakika apar me yubu dok tuku goga gi manyenmanyen.
- 10 Wac Ki gurup me dwogo ogure ka ote cako nyutu tuku goga gi acel acel.



**Goga 1:** Okao ki Kipwola gin ma onyome obedo dong ma romoma romo mwakaKi aryo dok ki tye ogwoko cente gi ni myero gin lunnywal latin. Iyongeye Okao ocako wot ika mato kongo ki owote mere akaa wot itic. En dwogo paco ma omer labongo kadi cente kun daa idako mere Kipwola. Kipwola obin ogamo doge igero ki daa, en obin oadaa pi mero Okao pien Okao kare mukene lwenyo ki ka omer.

**Goga 2:** Aceng ki Obita ma onyome dok gintye ki lutino adek. Aceng oyac ki latin me dwe angwen iyongeye en tyek awinyo magoro matek ki en, me tiyo gin ma myero en otii, calo tede dek Ki neno lutino weng icawa ni. Ka Obita odwogo paco nongo tice me pwode pien nongo dek pe ocek ki ot dok nongo pe tye maleng.

## 11 Nywako lok. Wac ki gurup me ogure ka i penyo gi ki la penyi magi.



- Ngo ma omio kodi gini dwang tutwal igang wu?
- Dano ma onyome tio ki yoo me gero me tyeko peko gi aya nyo lwoko gini aloka ikom peko gi?
- Pingo ma omio pire tek me nongo yoo mapat ki gero me tyeko peko I kin laco ki dako Kit i me tyeko peko apat ki yoo me gero?
- Jami ango ma dano ma ma onyome romo timo me tyeko peko gi labongo tic ki yoo me gwero?

**12 Loro ne.** Kwan man woko malongo; *Ka dano ma onyome olwenyo i Kin gi mio lworo mukene, arem ki cwer cwiny. Man weko pe gityeko pekopeko ma gin nongo gitye olweny pire ni. Lok ki llawoti bi konyo wu me tyeko peko ii I kin wu ma miyo wu bedo ki wat maber. Pire bene tek me nyutu ki lutino wu ki me tyeko peko labongo gero onyo lweny.*

**13 Cikke:** Kwan man woko malongo: *Woti I kin dano ma oogure ka i wac gin acel ma in ibi timo ikare me anyim me tyeko peko labongo tic ki gero.*

## Wer me mar ma pe gik

- 1 **Acaki.** Lwong gurup me ogure ka i kwan man woko malongo: *Dano mapol tamo ni kare ma ber me maro lawoti obedo ikare ma nongo pwod wucako miti acaka. Tin ni wabe loko ikom ngo ma oromowoko mar ki yom cwinykadi ikare ma dong wunyome.*
- 2 Pok gurup woko matino danodano 3-4 coo ki mon myero gurube woko ento dano ma ma onyome omyero pe ki pok kin gi.
- 3 Kwan gin omyero kilub woko malongo: *Tam dong ni dano ma ma onyome ma tyeko mwaka abic gin otiyo matek, pi lutino gi aryo ma gi ool matek i nino weng. Gin peke ki cawa me ribe. Tam ango ma iromo miyo ki gin wek mar gi omede? Gin romo lok ni ngo iKin gi ki bedo ninying? Man nyutu ni ngo I kum mar ma onongo gin tye kede ii acaki? lok wunu ilok man igurup wu ka wukatu ki wer ikom Kit ma wuromo gwoko ki mar ii kin dano ma onyome.*
- 4 Kwan gin aluba ii yoo me adek dok nongo myero inen ni dano weng ooniang maber.
- 5 Mi gurup dakika 10 me laro lok ka ote yubu gini wer.
- 6 Iyonge dakika 15, lwong gurup me dwogo ogure gini.
- 7 Lwong gurup me wero wer gi acel acel. Ka tye nyo dano mo me yi kii kin ganggik ki, lwongo gi me bi winyo ki mi gi nge ni gin obedo ka oneno. Gin omyeyero pe tim gin mo keken I kom tic man.





**8 Nywako lok.** Ka ma dong dano weng tyeko peny gi la penye magi. Mi lutuku cawa me tamu ki Nywako tam gi ikom lagam gi, am pwod per u l woto ii la peny mukene.



- Gin ango ma dano ma onyome yele me timo pi gwoko mar gi me bedo matek?
- Pingo ma omio dano ma onyome ngeo kit me gwoko mar gi kadi ka ma dong gi ma onyome woko pi kare ma lac?
- Ngo ma omio pire tek me gwoko wat i kin wa matek?
- Ngo ma omio gin ma iwero iye tini oye I kii kin gang?

**9 Loro ne.** Kwan man woko malongo: Gwoko mar wa ki miyo obed matek pi kare mma lac tek pi dano weng. Cwer cwiny me pito lutino, nwong cente, tic ki lokere akwo macalo two romo bedo peko am dano ma onyomer. Pire tek me yubu kare piri macalo dano ma onyome. Man tere ni nyutu idano weng mar ni woro ki lok ikom ngo ma itamo. Gin mor ma tye agoro calo wot kmaracelpire tek.

**10 Cikke.** Kwan man woko malongo: *Wot iman yi gurup ka i cako nying gin mo ma ibi timo ii ikare me anyim ma mio igwoko wat iKin wu bedo maber l kare weng.*

## Bedo ma wungeyo la penyi

- 1 Acaki.** Lwong gurup me gure kare acel ka i kwan man woko malongo: *Tin ni wabe lok i kin wa ken wa ikom kit ma wan wamito bed kwede macalo wan wa doko dito.*
- 2** Pok gurup ki dano aryo aryo; mon ki mon, coo ki coo,
- 3** Kwan gin me aluba ni woko ki dwan malongo: tam ni dong in ibedo latic me redio dok in I tye kapenyo lawoti. Kwan lapenyi woko malongo. I kin wu, tii ki kare man me penyo lawoti ki peny man ka wek en ogam. Kwan lapeny abic ka I mi dakika moo mmanok wek llawoti ogamo lapeny magi ki acel acel.
- 4** Kwan gin me aluba i yoo me adek dok nongo i neno ni dano weng oniang maber.
- 5** Kwan la peny ma tye i bokci ki pinyi momot. I yoo nge la peny acel acel, mi gurup dakika lapeny maromo aryo me lok ki luwot gi ma pwod pe ya ikwan lapeny mukene.



**La peny 1:** Imito ni mar ni myero obed nining ka dong itye ka tegi?

**La peny 3:** I yube me lago Kin lutino ni ninying?

**La peny 4:** Wac kodi mego onyo wego ma itamo ni ibi bedo?

**La peny 5:** Ngo ma itamu pi lutino ni?

**6 Nywako lok.** Wac Ki gurup me ogure ka i piny lapeny magi. Omyero inen ni ilwongo dano mapol ma padi padi, medo ki coo matino medo ki mon matino.



- I tamo ni ngo I kum Nywako tami pi ngo ma imito ikare me anyim ki luwoti?
- Tye maber ki dano matino melok ikom miti gi me pacu gi ki lutino onyo dano mukene?
- Pingo I tamu ni pire tek me lok ki llawoti ikom ngo ma in imito pi pacu wu?
- Ngo ma dano ma ma onyome romo timo kun onongo cawa me bedo piny me lok ikin gi ken gi mamako ngo ma gin mito pi ikare me ayim?

**7 Loro ne.** Kwan man malo malongo: *Lok ki cwari ikom ngo mawun dano ma ma onyome wumito ni pacu wu obed madit, medo ki lutino, man miyonyom wu bedo matek. Pire tek tutwal bot dano ma onyomo me Nywako tam gi kacek kit madong gitye ki ki lutino ki kit me lego nywall. Dano ma ma onyome omyero olok ikom gwoko lutino ki pwonyo gi woro. Nywako tam ikom gin ma wumito weko wu nongo.*

**8 Cikke.** Kwan man woko malongo: Wot I kin dano ma ma oogure ka i cak neon llawoti acel ma in ibi loko ikome icabiti ikom ngo ma peke pacu ni.

## Yat ma kitucu ki mon pi lago nywal. Tiyo onyo petiyo

Ngec bot latela: Nen kad me tic ki yat ma kitucu ki mon pi lago nywal inge kad me tic pi ngec madwong. Ka itwero, lwong latic me yot kom me okonyi tic ki kad man.

- 1 **Acaki.** Wac ki gurup me ogure ka i kwan man woko malongo: *Tye yoo mapol me gengo yac . Tin wabe tuku tuku ma pwonyo wa ikom yoo acel me lago nywal ma obedo tuce ki yat me atuca. Man obedo yoo acek ma kitucu ibad dako me gengo yac. Yat ma kitucu ki mon ni tye kwayo ne ma padi padi ento tin, wabe lok ikom me dwe adek adek ma benebeneki lwongo ni DMPA onyo DEPO. Pire tek ki laco ki dako mengeyo kit me tic ki yoo me lago nywal.*
- 2 Kwan man woko malongo: *Yoo ango ma wungeyo me gengo yac?*  
Wek lutuku kare me tamo ki Nywako tam ikom lagam gi.
- 3 Inge ma gin tyeko miyo yoo ma padi padi, nywak lagam ma tye kama ma gin pe owaco. Yat amwonya; Nyonyo ma ki keto ii ot nywal (IUD); Yat ma kiki tuce ki atuca; Roc bol pa coo me gengo yac; Roc bol pa mon me gengo yac; Yat ma kikwoyoyo ibad; Liro/tweyo ot nyodome gengo nywal; Doto latin pi dwe abicel labongo miyo cam mo keken (LAM); Yat ma ki mwonyo me gengo yac ma ongole atura; bedo ki ngec ikare ma itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (labole I te yadi aryo), ma romo bor piny kine ka mita 10. Wac Ki gurup ni kabedo kilwongo ni "TIYO" onyo en mukene obedo "PETIYO". "PE ANGEYO" bedo idyere.
- 5 Kwan gin me aluba woko malongo: Abi kwani lok ikom yat ma ki tuce kime lago nywal. Ka itamo ni loki obedo tiyo, ngwesikabedo me "TIYO". Ka itamo ni loki obedo Petiyo, ngweci ikabedo me "PETIYO". Ka pe wungeyo, bed idyere Ka ingeco ikabedo wu, abi penyo wu me waco igurup pingo itamo ni loki tye tiyo onyo Petiyo. Akwan lagam ma tye tiyo. Pe balo me pe bedo ki lagam tiyo. Tin wan weng wattye kapwonye.
- 6 Kwan dok cik me aluba yoo me 5 me wek dano weng ooniang maber.
- 7 Kwan lok me acel ki bok ma tye pinyi. Ka lutuku ongweco ikabedo gi, Wac ki dano aryo ikabedo gi me waco ngoma omiyo gin tamo ni loki tye tiyo onyo Petiyo. Wek lutuku kare me gamo la peny ki kare me lok.
- 8 Kwan lagam me tiyo ki piny kama iloki.
- 9 Nwo yoo ma odong iloki.



**Lapeny:** Me miyo yat me atuca me lago nywal, latic me yot kom tucu dako iyonge dwe adek adek.  
**Lagam:** *Loki tye tiyo. Yo nge maro tic ki yat me atuca me lago nywal, DMPA, dako myero onen latic me yot kom inge dwe adek adek me tuce.*

**Lapeny:** Dako ma tye atuce ki yat me lago nywal, pe twero yac iyonge weko tic ki yat man.  
**Lagam:** *Loki pe tiyo. Dako twero tero kare ma romoma romo dwe 6-12 me yac iyonge weko tuce. Pe tye gin manyutu ni dako dwoko alur macalo adwogi me tic ki yat man.*

**Lapeny:** Yat me atuca me lago nywal rac, tutwalere pi bulu ma pwod pe lunywal.  
**Lagam:** *Loki obedo Petiyo. Yat me atuca ni ber pi bulu, kadi dano ma pwod pe ki lutino.*

**Lapeny:** Yat me atuca ni romo wek giko tiyo dwe.  
**Lagam:** *Loki obedo tiyo . Mon ma tye latic ki yat me atuca pola kare pe kelo tong gi ma mio gi giko tiyo dwe gi woko. Man pe kelo bal ikomi ki iyot komi.*

**Lapeny:** Yat me atuca pe dwoko cak tiywoko piny ka tye adot.  
**Lagam:** *Lwoko obedo tiyo. Yat me atuca pe dwoko cak ka dako piny bene pe timo bal loro keken icak tiywoko onyo iyot kom latin. Mon romo tic ki yat me atuca iyonge dwe 6 ka lunywal.*

**10 Nywako lok.** Wac Ki gurup me ogure ka i penyola penyomagi. Wek gi kare me nywako lagam magi ki luwot gi. Nen ni dano weng tye atuku.



- Ngo me in ipwonyo manyenmanyen ikom tic ki yat atuca me lago nywal?
- Ngo ma omio in itamo ni pire tek pi coo matino ki mon matino me pwonyo wac ikom yat me lago nywal?
- Ngo ma in itamo ni dano kin gang tamo ikom yat atuca me lago nywal? Itamo ni gin tye ki ngec tiyo onyo ngec ma pe tye tiyo?
- Kwene ma in ki dano matino mukene twero wot iye me nongo yat atuca ki yat mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan man woko malongo: *Mon mapol ki dano onyomo maro tic ki yat me atuca me lago nywal pien yat me atuca pe mito poyo wic nino weng calo yat amwonya ma pe tye ngatoro ma romoma romo waco ni dako man tye latic ki yat me lago nywal. Ento, macalo yat weng me lago nywal, adwogi me tic ki tye manok. Pire tek tutwal me lok ki latic me yot kom ikom jami mukene ma coo, mon medo ki bulu romo tic ki me gengo yac.*

**12 Cikke.** Kwan man woko malongo: Wot igurup ka i nongo kabedo acel onyo dano acel ma iromo lok ki wek inongong ngec mukene amako yat atuca ki yat mukene me lago nywal.



## Yat ma ki mwonyo pi gengo yac. Tiyo onyo petiyo

Note to facilitator: Please see the oral contraception fact card in the GREAT toolkit bag for more information about this method. If possible, invite a health worker to help facilitate this card.

- 1 **Acaki.** Wac Ki dano ogure kare acel ete kwan idwan malongo: *Tye yoo ma padi padi me gengo yac. Tin wan owot tuku tuku me wek ooniang yoo acel me lago nywal ma ki lwongo ni yat amwonya me lago nywal, onyo "yat amwonya". Yatono in imwonyo nino ki nino me gengo yac. Ber tutwal pi coo ki mon me ngeyo yoo me lgoro nywal.*
- 2 Kwan man idwan malongo: *Yoo ango ma in wungeyo me gengo yac?* Wek dano igurup dakika manok nok me tamo ki Nywako lagam gi.
- 3 Icel ma tyeko miyo yoo ma padi padi, nywak lagam ma tye kama ma gin pe owaco. Yat amwonya; Nyonyo ma ki keto ii awura (IUD); Yat ma ki tuce ki atuca; Roc bolacoo me gengo yac; Roc bolpa mon me gengo yac; Yat ma kikwoyoyo ibad; Liro/tweyo opera me gengo nywal; Doto latin pi dwe abicel labongo miyo cam more keken (LAM); Yat ma ki mwonyo me gengo yac ma ongole atura; bedo ki ngec ikare ma itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (apor me yat aryo), ma romo bor wiye 10. Wac Ki gurup ni kabedo acel kalwongo ni "TIYO" en mukene obedo "PETIYO". "PE ANGEYO" abedo idyere.
- 5 Kwan gin me aluba woko malongo: Abi kwani wu lok ikom yat ki mwonyo me lago nywal. Ka itamo ni loki obedo tiyo, ngweci ikabedo me "TIYO". Ka itamo ni loki obedo Petiyo, ngweci ikabedo me "PETIYO". Ka pe wungeyo, bed idyere kama. Ka ingweco ikabedo wu, abi penyo wu me waco igurup pingo itamo ni loki tye tiyo onyo Petiyo. Akwani wu lagam ma tye tiyo ka nga me ogamo maber. Pe balo me pe bedo ki lagam tiyo. Tin wan weng tye kama me pwonye.
- 6 Kwan dok cik me aluba yooi yoo me 5 me wek dano weng ooniang maber.
- 7 Kwan lok me acel ibokci ki pinyi. Ka lutuku ongweco ikabedo gi, Wac Ki dano aryo ikabedo gi me waco ngo omiyo gin tamo ni loki tye tiyo onyo Petiyo. Wek lutuku kare me gamo la peny ki kare me lok.
- 8 Kwan lagam me tiyo ki piny kama iloki.
- 9 Nwo yoo ma odong iloki.



**Lapeny:** Dako omyero mwonyo yat ka tye kamito rwate ki laco yoo me butu.

**Lagam:** *Lagam me lok man Petiyo. Dako myero omwonyo yati nino ki nino wek pe oyaci. Yati tiyo ka imwonyo nino ki nino.*

**Lapeny:** Ka itye ka mwonyo yat me lago nywal, alokaloka i dwe ni pe bedo matye ento nongo pe kelo bal.

**Lagam:** *Lok man tiyo. Ka icako mwonyo yat me lago nywal, pe rac me timo two dwe ni ikare mokeken ii acaki dwe ma icako mwonyo iye yat. Lacen dong I bicako neno two dwe ni kare kikare, kun bedo manonok iyo ngeye.*

**Lapeny:** Yat man me lago nywal bi kelo peko me nywal ikom lutino calo wic ma bedo calo matafali.

**Lagam:** *Lok man Petiyo: Yat man me lago nywal pe kelo peko ikom latino onyo megi gi.*

**Lapeny:** Yat me lago nywal man biweko dano doko lulur.

**Lagam:** *Lok man Petiyo: Teki dako oweko mwonyo yat man me lago nywal, nongo en dong twero yac.*

**Lapeny:** Yat man me lago nywali be ki bulu me mwonyo ne.

**Lagam:** *Lok man tiyo. Mon matino ma romo million mapol dong otio ki yat man me lago nywal pi mwaki makato 30 woko. Dok kwed ma kitimo nyutu ni yat mon twero konyo mon I kum two Kancar mogo ma maro yelo mon. Lukwed gin onongo ni yat me lago nywal twero konyo mon.*

**10 Nywako lok.** Mi gurup ogure ka i peny la peny magi. Wek gi kare me Nywako tam ka i miyo lagam inge la peny n acel acel. Myero I nen ni dano weng tye katuku.



- Ngo manyen ma inongo ma lube ki yat amwonya man me lago nywal?
- Pingo omio itamo ni pire tek ki cookil mon weng me nongo ngec ma mako yat me lago nywal?
- Itamo ni dano me pacu wu tamoni ngo ikom yat amwonya me lago nywal? I tamo ni gi tye ki ngec ma opore?
- Ka kwene ma in med ki dano matino mukene twero nongo ngec makwako yat amwonya me lago nywal medo ki yoo mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan man malongo kamaleng: *Mon mapol kacel ki joo ma onyome gimaro yat amwonya me lago nywal pien ni konyo gi pe me nongo yacu me pe guyube pire ki bene konyo mo jwiko two cance. Yat amwonya mukene bene jwiko arem I kare me neon dwe ki bene loko kala kom mmanok. Gin ma twero bedo tek en aye me weko ni wii opoo nino ki nino me mwonyo yat man ki bene me neon ni yat tye cawa weng pien ka dako mo wiye owil pe omwonyo yat, ci kare bedo kere ire me nongo yaco ka orwate ki laco. Macalo yat weng me lago nywal, adwogi ne mogo maraca bene tye. Pire tek me lok ki latic me yot kom I lok ma dok kum kit yoo ango ma bulu, coo ki mon omwyero okwany wek pe gunong yacu me pe guyube pire.*

**12 Cikke.** Kwan man malongo: *Wot itgurup ka i wac nying kabedo acel onyo dano acel ma gin twero lok kwede onyo giromo cito iye ka nongo ngec matuti YOO ME mukene me lago nywal.*



## Nyonyo ma ki keto ii ot nwyal pa mon tiyo nyo pe tiyo

Ngec bot latela: Tim ber ien kad ma kwako nyonyo ma ki keto ot nyodo me lago nywal ma tye iyonge kad me tic pi ngec mukene makwako yoo man. Ka twere, lwong latic me yot kom wek ookonyi tic ki kad man.

- 1 **Acaki.** Wac Ki dano ogure kacel ka i kwan idwan malongo: *Tye yoo mapol me lago nywal. Wan tin wabe tuku tuku ma akonyo wa niang matut lok i kom nyonyo ma ki keto ii ot nyodo pi lago nywal. Nyonyo ni cal ki nukta T dok ki keto ii ot nyodo dok ki twero bene kwanyo ne woko, dako twero winyo ento gengo yac pi mwaki ma romo 12. Pire tekki dako ki laco weng menongo ngec lago nywal.*
- 2 Kwan man malongo: *Yoo mene ma wun wungeyo me gengo yac?*  
Mi lutuku kare manok me tamo ki nywako lagam gi.
- 3 Ka dong gin tyeko miyo yoo ma padi padi, lee ked gi yoo ma ki ryeyo piny kama ma gin pe owaco. Yat amwonya, nyonyo ma ki keto ot nyodo, yat me atuca, Roc bolacoo ki me mon, en ma ki keto ibad mon, ngedo ler acoo/mon, doto latin ki cak kor Kiken pi dwe 6 iyonge nywal, yat ma inongo cutcut iyonge butu/ribe ki laco bedo ma wungeyo kare ma itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (labole te yadi aryo), ma romo bor kine ka mita 10. Wac ki gurup ni kabedo acel ki lwongo ni "TIYO" mukene obedo "PETIYO". "PE ANGEYO" bedo idyere.
- 5 Kwan lok man malongo: *Abi kwan lok man bot wu makwako nyonyo ma ki keto ot nyodo me lago nywal. Ka itamo ni lok man obedo tiyo, ngwec kama ma tye kalwongo ni "TIYO". Ka itamo ni lok man obedo Petiyo, ngwec kama ma tye kalwongo ni "PETIYO". Ka pe wungeyo, bed idyere. Ka ityeko ngwec ikabedo wabi kwayu wu me waco igurup pingo omio wutamo ninyonyo mano tiyo nyo Petiyo. Ingeye, abi kwani wu lagam ma tye tiyo ka aneno dano mene ma oyeko maber. Pe balo me nongo lagam maracmarac pien wan tin watye ka pwonye.*
- 6 Nwo kwan yoo me 5 wek dano weng oniang maber.
- 7 Kwan lok ma ii bokci ki piny. Ka lutuku dong tyeko ngwec ikabedo gi, leg dano aryo me agiki kitung ryo ryo weng me waco pingo omio gin tamo ni lok man obedo Petiyo onyo tiyo. Wek gi kare me dok iye kun icuku cwiny dano weng me lok.
- 8 Kwan lagam ma tiyo ma tye I kom lok man.
- 9 Nwo yoo tic man pi lok ma odongi weng.





- Lapeny:** Nyonyo ma ki keto ot nyodo ni obedo yoo ma opore tutwal me gengo yac.  
**Lagam:** Lok man tiyo. Nyonyo ma ki keto ii ot nyodo ni obedo yoo ma opore tutwal dok ma rii pi gengo yac. Tiyo maber loyo roc bol, yat amwonya ki me atuca. Ka dong ki keto woko, twero bedo ii ot nyodo ni pi mwaka ma romo 12. Latic me yot kom twero kwanyo Nyonyo man woko ka dako tye kamito nywal. Ka okwanyo Nyonyo man woko, dako twero yac woko cutu cutu.
- Lapeny:** Yoo man me lago nywal myero dano/mon ma kong onywal keken en ma tii ki.  
**Lagam:** Lok man Petiyo. Dako mookeken, kadi tidi onyo otii, onnywal onyo pe onywal twero tic kinyonyo ma kirwako ii ot nyodo pi lago nywal/gengo yac.
- Lapeny:** Nyonyo man me gengo yac romo wot ikom dako (I ot nyodo mere kama pe opore).  
**Lagam:** Lok man Petiyo. Pe tye yo mo keken ma ii ot nyodo me wot kamo mukene me kom dano nikwanyo ka latic me yot kom aye okwanyo. Ka okatu woko, aa ikom me mon. Nyonyo me lago nywal ni pe maro katu woko.
- Lapeny:** Nyonyo man gengo yac twero cobo kom laco icawa me butu.  
**Lagam:** Lok man Petiyo. Nyonyo man pe gudu kom dano icawa me rwate ibutu.
- Lapeny:** Nyonyo man twero poto woko icawa me tuku.  
**Lagam:** Lok man Petiyo. TeKi dong ki keto Nyonyo man , bedo kunu wang ma latic me yot kom aye okwanyo.

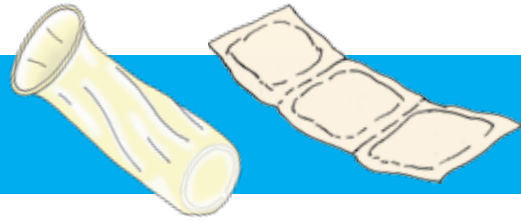
**10 Nywako lok.** Wek gurup ogure ka i kwan la peny magi. Mi gi kare me nywako lagam magi ki luwot gi. Inen ni dano weng ma omio tam gi. What did you learn that was new about the IUD?



- Ngo manyenmanyen ma ikwan ikom Nyonyo ma ki keto ii ot nyodo me gengo yac?
- Pingo ma omio itamo ni pire tek me coo KI mon matino weng nongo ngec ikom yoo me gengo yac?
- In itamo ni dano igang wu tamo ngo ikom yoo man me nyonyo ma ki keto ii ot nyodo me lago nywal? Tye gini ki ngec mabere iya en marac?
- Ka kwene ma in medo ki dano matino mukene twero nongo ngec makwako Nyonyo ma ki keto ii ot nyodo me lago nywal medo ki yoo mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan man malongo: Pol pa mon ki dano ma onyome maro tic ki Nyonyo man ma ki keto ii ot nyodo me gengo yac pien ber tutwal me gengo yac, rii pi kare ma lac ki pe yelo ngat matye latic ki tek dong ki keto woko. Pe tye gin mamyero I po nino kinino calo me yat amwonya ento dako ngeyo ni etye tic ki yoo me gengo yac. Acala calo yoo mukene me gengo yac, yoo man twero bedo ki adwogi mere. Pire tek me lok ki latic me yot kom makwako yoo ma mon ki coo medo ki bulu twero tic kiedepi gengo yac.

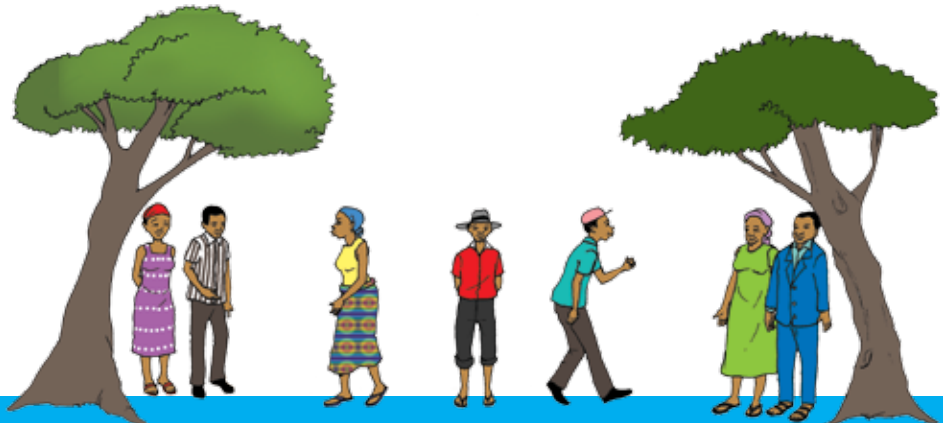
**12 Cikke.** Wot i kin gurup ka i wac nying kabedo acel onyo dano acel ma gin twero lok kede pi nongo ngec mapol makwako nyonyo man ma kitiyo kwede me lago nywali.



## Roc bol tiyo kece petiyo

Ngec bot latela: Tim ber inen roc bol me coo onyo Roc bol pa mon iyonge kad magi me tic pi ngec mukene mapol pi yoo man. Ka twere, lwong latic me yot kom wek okonyi tic ki kad man.

- 1 **Acaki.** Wac Ki dano ogure ka i kwan idwan malongo: *Tye yoo mapol ma padi padi me gengo yac. Wan tin wabe tuku tuku ma pwonyo wa ikom roc bol me ribe ibutu pa coo ki mon. Pire tek tutwal ki dano weng laco ki dako me bedo ki ngec ikom Kit me gengo yac.*
- 2 Kwan man idwan malongo: Yoo mene ma wun wungeyo me gengo yac? Mi lutuku kare mmanok me tamo ki Nywako lagam gi.
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yoo ma padi padi, lee ked gi yoo ma kiryeo piny kama gin pe owaco. Yat amwonya, nyonyo ma ki keto l ot nyodo, yat me atuca, Roc bol pa coo ki me mon, en ma ki keto ibad mon, ngado ler pa coo/mon, doto latin ki cak kor keken pi dwe 6 iyonge nywal, yat ma inongo cutcut iyonge butu/ribe ki laco, bedo ma wungeyo kare ma wutwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (calo, te yat aryo), kin gi myero obed ma romo mita 10. Wac it gurup ni kabedo acel ki lwongo ni "TIYO" mukene ca obedo "PETIYO". " PE ANGEYO" obedo idyere.
- 5 Kwan lok man malongo: *Abi kwano lok man bot wu makwako roc bol. Ka itamo ni lok man tiyo, ngwec kama ma tye kalwongo ni "TIYO". Ka itamo ni lok man Petiyo, ngwec kama ma ki tye k kalwongo ni "PETIYO". Ka peingeyo, bed idyere ki lwongo nip e angeyo ni. Ka ityeko ngwec ikabedo wu, abi kwayu wu me waco it gurup pingo omio wutamo ni lok ma kiwaco ni o tiyo nyo Petiyo. Iyongeye, abi kwani wu lagama me tye tiyo ka abi neno dano mene ma oyeko maber. Pe balo me nongo lagam marac pien wan tin watye kae pwonye.*
- 6 Nwo kwano yoo me 5 wek dano weng oniang maber.
- 7 Kwan lok ma ii bokci ma pinyi. Ka lutuku dong otyeko ngwec ikabedo gi, leg dano aryo me agiki kitung ryo ryo weng me waco pingo omio gin tamo ni lok man Petiyo onyo tiyo. Wek gi kare me lok.
- 8 Kwan lagam ma tiyo l loki ki piny.
- 9 Nwo yoo tic man pi lok ma ma odongi weng.



- Lapeny:** Roc bol pa coo ki Roc bol pa mon weng gengo yac ki twomogo makoboo iyoo me rwate ibutu calo, kudi two jononyo.
- Lagam:** Lok man tiyo. Roc bolkeken en aye obedo yoo acel me gengo yac ki two mogo ma kobo I yoo me ribe ibutu calo two jonyo.
- Lapeny:** Lacoo romo ruku Roc bol aryo onyo adek lawang acel me medo rwom me Gwoke malo.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Roc bol romo yec ka idodo ikom lawote. Myero itii ki Roc bolacel keken ikare weng me rwate ibutu.
- Lapeny:** Roc bolmon medo ki Roc bolcoo romo tic ki lawang acel me medo rwom me Gwoke malo.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Roc bolcoo kipa mon myero pe ki tii kede lawang acel. Man romo kelo lyeto miyo yec woko.
- Lapeny:** Roc bolpa mon tye maber tutwal.
- Lagam:** Lagam man tiyo. Roc bolpa mon bor ne rom aroma ki pa coo ento lac. Tye maber ma donyo ikom me mon. Roc bolmon tye ma kiyubu maber ma romo donyo ikom dako mo keken ki ikom me laco mo keken. Roc bolagi pe romo rweny ii ikom dano.

**10 Nywako lok.** Wek gurup ogure agura ka i peny la peny magi. Wek gi kare me nywako lagam magi ki luwotgi. Nen ni dano weng omio tam gi.



- Ngo marac ma ikwano ikom Roc bolmon medo ki pa a coo?
- Pingo omio itamo ni pire tek ki coo ki mon matino weng nongo ngec ikom yoo me gengo yac?
- In itamo ni dano I gang wu tye ki tam ango ikom roc bol me gengo yac? I tamo ni gin tye ki ngec ma opore onyo ma pe opore?
- Ka kwene ma in itamo ni dano matino mukene twero wot iye me gamo roc bol onyo me nongo ngec makwako roc bol me gengo yac?

**11 Loro ne.** Kwan man malongo: *Coo ki mon maro tic ki roc bol pien pe kelo adwogi mo marac ikomi ki gin otwero nongo kamaoro weng. Roc bol pa mon myero oket woko con bene pe balo rwate yooi yoo me butu. Mon maro pien mio gi kare me tic ki bene otwero tic ki labongo neno latic me yot kom. Pol pa dano ma onyome tye ki peko I kom ki roc bol. Tic ki yoo mukene me lago nywal calo yat me atuca, yat me amwonya, ki tic Roc bol obedo yoo maber tutwal me gengo yac medo ki two ma kobo I yoo memit ikin dano ma onyome.*

**12 Cikke.** Kwan man malongo: *Wot ii gurup ka i wac nying kabedo acel onyo dano acel ma twero poko lok pi nongo ngec mapol makwako Roc bol pa coo ki pa mon medo ki yoo mukene me gengo yac.*



## Yat ma kikwoyo ibad mon tiyo onyo petiyo

Ngec bot latela: Tim ber inen kad ma kwako lok I kom yat ma kikwoyo ibad mon me lago nywal ma tye iyonge kad me tic pi ngec mukene makwako yoo man. Ka twere, lwong latic me yot kom wek okonyi tic ki kad man.

- 1 **Acaki.** Wac Ki dano ogure ka acel ka i kwan idwan malongo: *Tye yoo mapol me lago nywal. Wan tin wabe tuku tuku ma konyo wa niang matut lok i kom yat ma kikwoyo I bad mon pi lago nywal. Man obedo mupira mo ma romo 1-2 matitino, mayom ma kirwako i del me bad dako kun kiketo iye yat ma gengo yac. Tio maber pi mwaka 3-5. Pire tek ki mon ki coo weng me nongo ngec i kom yoo man me gengo yac.*
- 2 RKwan man malongo: Yoo mene ma wun wungeyo me gengo yac?  
Mi lutuku kare mmanok me tamo ki Nywako lagam gi.
- 3 Ka dong gin tyeko miyo yoo ma padi padi, lee ked gi yoo ma kiryeyo piny kama ma gin pe owaco. Yat amwonya, nyonyo ma ki keto ot nyodo, yat me atuca, Roc bolacoo ki me mon, en ma ki keto ibad mon, ngado lerp acoo/mon, doto latin ki cak kor Kiken pi dwe 6 iyonge nywal, yat ma inongo cutcut iyonge butu/ribe ki laco, bedo ma wungeyo kare ma itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (calo, yat aryo), bor piny kin gi myero obed ma romo mita 10. Wac igurup ni kabedo acel ki lwongo ni "TIYO" mukene kilwongo ni "PETIYO". "PE ANGEYO" tye idyere.
- 5 Kwan lok man malongo: Abi kwano lok man bot wu makwako yat ma kikwoyo ibad mon. Ka itamo ni lok man obedo tiyo, ngwec kama ma ki lwongo ni "TIYO". Ka itamo ni lok man Petiyo, ngwec kama ma kilwongo ni "PETIYO". Ka pe wungeyo, bed idyere. Ka ityeko ngwec ikabedo wu, wabi kwayu wu me waco igurup pingo ma omio wutamo ni lo keno ni tiyo nyo Petiyo. Iyongeye, abi kwani wu lagama ma tiyo ka dok waneno dano mene ma oyeko maber. Pe balo me nongo lagam marac pien wan tin watye ka pwonye.
- 6 Nwo kwan yoo me 5 wek dano weng oniang maber.
- 7 Kwan lok ma ii bokci ki piny. Ka lutuku dong tyeko ngwec ikabedo gi, leg dano aryo me agiki itung ryo ryo weng me waco pingo ma omio gin tamo ni lok man obedo Petiyo onyo tiyo. Wek gi kare me dok iye kun icuku cwiny dano weng me lok.
- 8 Kwan lagam ma tiyo ma tye ka i lok man.
- 9 Nwo yoo tic man pi lok ma odongi weng.



**Lapeny:** Bulu omyero pe gu tiiki yat ma kikwoyo ibad mon me lago nywal.

**Lagam:** Lok man Petiyo. Yat ma kikwoyo ibad mon ni tye maber pi bulu, med ki dano ma dong gunywal ki dano ma pwod pe gunywal.

**Lapeny:** Yat ma kikwoyo ibad ni tye yat maber i kin yoo mukene me gengo nywal.

**Lagam:** Lok man tiyo. Yat ma kikwoyo ibad tiyo maber tutwal. Tiyo maber loyo yat me amwonya ni woko, yat me atuca ki Roc bol pacoo/mon me gengo yac.

**Lapeny:** Mon romo yac woko iyonge juku tic ki yat ma kikwoyo ibad.

**Lagam:** Lagam man tiyo. Iyonge kwanyo yat man ki ibad, dako romo yac woko I yo kare mmanok

**Lapeny:** Yat ma kikwoyo ibad mio latin bedo langolo.

**Lagam:** lok man Petiyo. Ka dako oyac ma tye katic ki yat ma kikwoyo ibad, peko mo bedo pe ikom latin.

**Lapeny:** Yat ma kikwoyo ibad romo wot ikom dako onyo romo ya woko ibad dako.

**Lagam:** Lok man Petiyo. Yat ma kikwoyo ibad ni pe aa ikabedo kama kikwoyo iye nikwanyo ka latic me yot kom en aye okwanyo. Kare ma gin man romo cake me kato woko obedo ka ki keto marac.ka man otime, dako myero onen latic me yot kom ka oti ki yoo mukene me lago nywal.

**10 Nywako lok.** Wek gurup ogure ka i kwan la peny magi. Mii ki gin kare me nywako lagam magi ki luwot gi. Nen ni dano weng omio tam gi.



- Ngo ma nyen ma ikwano ikom yat ma kikwoyo ibad mon me gengo yac?
- Pingo omio itamo ni pire tek me coo ki mon matino weng nongo ngec ikom yoo me gengo yac?
- In itamo ni dano igang wu tamo ngo ikom yat ma kikwoyo ibad mon me lago nywal? I tamo ni gin tye ki ngec ma opore?
- Ka kwene ma in ki dano matino mukene twero nongo iye ngec makwako yat ma kikwoyo ibad mon me lago nywal medo ki yoo mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan nyig lok magi malongo: Pol mon ki coo gimaro tic ki yat akwoya pien ka dong kikwoyo pe dok mite ni kitim gin moo keken dok bene rii kadi bed ni cawa mukene kelo peki mogo ikom dako. Pire tek me lok ki latic yot kum ikit yoo ango ma mon ki coo onyo bulu matino twero tic kwede pi gengo yacu.

**12 Cikke:** Kwan nyig lok man malongo: Wot i lwala ka ipeny ngat acel acel me waci nga onyo kwene ma en eromo cito ka nongo iye ngec ilok kom yat akwaya pi gengo yacu.

## Yat ma ki mwonyo cutcut me gengo yac ma ongole atura tiyo nyo pe tiyo.

Ngec bot latela Tim ber inen kad ma kwako yat ma ki mwonyo me gengo yac ma ongole atura me lago nywal ma tye iyonge kad me tic pi ngec mukene makwako yoo man. Ka twere, lwong latic me yot kom wek okonyi tic ki kad man.

- 1 **Acaki.** Wac ki dano ogure ka acel ka l kwan idwan malongo: *Tye yoo mapol me gengo yac. Wan tin wabe tuku tuku ma konyo wa niang matut lok ikom yat ma ki mwonyo cutcut iyonge rwate l yoo me butu. Man obedo yat ma ki mwonyo l kin ninoacle me oo ii abic iyonge ribe ibutu labongo tic ki yoo ma gengo yac. Pire tek pi coo ki mon weng me bedo ki ngec ikom yoo me gengo yac.*
- 2 Kwan man idwan malongo: Yoo mene ma wun wungeyo me gengo yac? Mi lutuku kare mmanok me tamo ki nywako lagam gi.
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yoo ma padi padi, lee ked gi yoo ma kki ryeyo piny ma gin pe owaco. Yat amwonya, nyonyo ma ki keto l ot nyodo, yat me atuca, Roc bol pa coo ki ki pamon, en ma ki keto ibad mon, ngado lerp a coo/mon, doto latin ki cak kor keken pi dwe 6 iyonge nywal, yat ma inongo cutcut iyonge butu/ribe ki laco, bedo ma wungeyo kare ma wutwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (calo, te yat aryo), bo piny l kin omyero obed maromo romo mita 10. Wac ki gurup ni kabedo acel acel ki lwongo ni "TIYO" mukene "PETIYO". "PE ANGEYO" tye idyere.
- 5 Kwan lok man me aluba idwan malongo: Abi kwano lok man bot wu makwako yat ma ki mwonyo cutcut iyonge rwate i yoo me butu me lago nywal. Ka itamo ni lok man tiyo, ngwec kama ma kitye kalwongo ni "TIYO". Ka itamo ni lok man Petiyo, ngwec kama ma kitye kkalwongo ni "PETIYO". Ka pe ingeyo, bed idyere kama kicoyo nip e angeyo ni. Ka ityeko ngwec ikabedo wu, wabi kwayu wu me waco it gurup pingo omio itamo ni loki obedo tiyo nyo Petiyo. Iyongeye, abi kwani wu lagama ma tiyo ka dokneno dano mene ma oyeko maber. Pe balo me nongo lagam marac pien wan tin wa tye pwonye.
- 6 Nwo kwan yoo me 5 wek dano weng oniang maber.
- 7 Kwan lok ma ii bokci ma piny. Ka lutuku dong tyeko ngwec ikabedo gi, kwa dano aryo me agiki itung ryo ryo weng me waco pingo omio gin tamo ni lok man Petiyo onyo tiyo. Wek gi kare me dok iye kun icukucwiny dano weng me lok.
- 8 Kwan lagamma tiyo ma tye lok man.
- 9 Nwo yoo tic man pi lok ma odongi weng.





- Lapeny:** Yat ma mon mwonyo cutucutu iyonge rwate ki laco ibutu bi onyo ii dako woko ka ce en omwonyo kun dong nongo oyac woko.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Yat man me amwonya ni gengo tong dako me rwate ki tonglaco iyonge rwateoi YOO ME me butu. Ka dako dong oyac woko yat man pe bi juku yac ki bene pe bi kelo peko mo keken ikom latin.
- Lapeny:** Yat man myero ki mwonyo cutucutu iyonge rwate ki laco ibutu labongo tic ki Roc bol ka wek otii maber.
- Lagam:** Lok man tiyo. TeKi ki mwonyo yat man oyoyot iyonge rwate ki laco i yoo me butu, yat man bene tio oyoyot pi gengo yac. Yat man gengo yac kadi pi nino ma romoma romo 5 iyonge rwate ki laco i yoo me butu.
- Lapeny:** Mwonyo yat man pi gengo yac bimiyo dako two pi nino mo manok.
- Lagam:** Lok man tiyo. Yat man ma ki mwonyo cutucutu iyonge rwatei yoo me butu pi gengo yacu ikare mukene miyo cwiny dako lem, wiee wire ki bene icawa mukene ngok. Remo bene twero oony ikome me monpi cabit kuluyonge mwonyo yat man.
- Lapeny:** Yat ma ki mwonyo cutucutu iyonge rwate ki laco i yoo me butu bi miyo mon time i yoo ma pe ber medo ki rwate ki mapol i yoo me butu.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Ononge ni bedo ki yat man me amwonya pi gengo yacu pe kelo alokaloka I ki pa danoo. Ento miyo mon kare mukene me gengo yac ka nongo gurwate i yoo me butu labongo tic labongo ti ki roc bol
- Lapeny:** Yat ma ki mwonyo pi gengo yaci yoo me butu ni pe opore pi bulu.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Yat me gengo yacuman opore pi mon weng kun bulu bene nongo tye iye.
- Lapeny:** Mon pe myero otii ki yat man ma ki mwonyo cutucutu iyonge rwate ki laco ibutu labongo tic ki roc bol pi tyen makato acel I I mwaka acel.
- Lagam:** Lok man Petiyo. Yat man kitwero tic kwede ki mo keken ma dako tye kamito pi gengo yac iyonge rwate ki laco i yoo me butu labongo tic ki roc bol Kadi bed ni yoo mukene calo yat amwonya kare ki kare, yat me atuca, en ma ki keto ii ot nyodotye woko kenyo ma pol ma kiromo tic kwedgi pi gengo yacu).

**10 Nywako lok.** Wek gurup ogure agura ka i kwan la peny magi. Mi gi kare me nywako lagam magi ki luwot gi. Inen ni dano weng ma omio tam gi.



- Ngo manyen ma ikwan kwano yat ma ki mwonyo cutcut me gengo yac ma ngole atura?
- Pingo omio itamo ni pire tek ki coo ki mon matino weng me nongo ngec iko yoo me gengo yac?
- In itamo ni dano igang wu tamo ngo ikom yat me ki mwonyo cutcut me gengo yac ongole atura? Tye gini ki ngec mabere iya en marac?
- Ka kwene ma in medo ki dano matino mukene twero nongo ngec makwako yat ma ki mwonyo cutcut me gengo yac ongole atura ki yoo mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: Yat ma kiwonyo cutu cutu iyonge rwate labongo roc bol konyo me gengo yacu atura. Pire tek me ngeyo ka itwero nongo gi ki iye wek iti kwede cut cut ka irwate ibutu labongo tic ki roc bol onyo ka roc bol otye woko. Pol dano maro bedo ki yat man wek okony kace yoo me gwoke manongo gin tye ka tic kwede pe owoto maber. Pire tek me nongo ngec matut bot latic me ot yat i kom yadi magi.

**12 Cikke.** Wot ikin dano ogure ka i wac nying kabedo acel onyo dano acel ma twero lok ki gin pi nongo ngec mapol ikom yat ma ki mwonyo cutcut iyonge rwate iyoo me butu medo ki yoo mukene me gengo yac.



## Doto latin ki cak kor keken pi dwe abicel tiyo nyo pe tiyo iyo me gengo nywal

- 1 **Acaki.** Wac ki dano ogure agura ka l kwan man idwan malongo: *Tye yoo mapol me gengo yac. Wan tin wabe tuku tuku acel ma pwonyo wa ikom yoo acel ma obedo doto latin. Obedo yoo me gengo yac ma mito ni dako myero odot latin ki cak me kor keken nongo latine pwod peoromo dwe 6, ki bene ni en pwod pe ocalo nenodwe. Pire tek kimon ki coo weng me nongo ngec ikom yoo me gengo yac.*
- 2 Kwan man idwan malongo: Yoo mene ma wun wungeyo me gengo yac? Mi lutuku kare mmanok me tamo ki Nywako lagam gi.
- 3 Ka dong gin tyeko miyo yoo ma padi padi, lee ked gi yoo ma ki ryeyo piny kama ma gin pe owaco. Yat amwonya, nyonyo ma ki keto ot nyodo, yat me atuca, Roc bolacoo ki me mon, en ma ki keto ibad mon, ngedo ler acoo/mon, doto latin ki cak kor Kiken pi dwe 6 iyonge nywal, yat ma inongo cutcut iyonge butu/ribe ki laco, bedo ma wungeyo kare ma itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (calo, yat aryo), yi kin gi myero obed ma romoma romo mita 10. Wac igurup ni kabedo acel ki lwongo ni "TIYO" en mukene ca obedo "PETIYO". "PE ANGEYO" abedo idyere.
- 5 Kwan lok man idwan malongo: Abi kwano lok man bot wu ikom dot. Ka itamo ni lok man obedo tiyo, ngwec kama ma tye kalwongo ni "TIYO". Ka itamo ni lok man obedo Petiyo, ngwec kama ma tye kalwongo ni "PETIYO". Ka pe wungeyo, bed idyere kama. Ka ityeko ngwec ikabedo wu, abi kwayu wu me waco igurup pingo ma omio itamo ni lwoko obedo tiyo nyo Petiyo. Iyongeye, abi kwani wu lagama me tye tiyo ka ate neno dano mene ma onongo tye tiyo. Pe balo me nongo lagam marac pien wan tin tye kama me pwonye.
- 6 Nwo kwan yoo me 5 wek dano weng oniang maber.
- 7 Kwan lok ma acel ii bokci ki piny. Ka lutuku dong otyeko ngwec ikabedo gi, leg dano aryo me agiki itung ryo ryo weng me waco pingo omio gin tamo ni lok man Petiyo onyo tiyo. Wek gi kare me dok iye kun icuk cwiny dano mapol me lok.
- 8 Kwan lagam me tiyo ka i lok man.
- 9 Nwo yoo tic man pi lok ma odong.





- Lapeny:** Doto cak keken obedo ni, pe tye degoro keken onyo gin amato mo ma kitye kamiyo ki latin.  
**Lagam:** Lok ma tye tiyo. Pi gengo yac mukene, pe iromo miyo latin gin mo mukene mapat kicak kor. Ka itimo, myero inong yoo mukene me tic pigengo yac.
- Lapeny:** Doto latin ki cak kor keken pi mwaki aryo gengo yac mukene.  
**Lagam:** Lok man Petiyo. Doto latin ki cak keken gengo yac ka tin pwod pe oromo dwe 6. Ber bene me miyo latin cam mukene iyonge dwe 6 me doto latin ki cak keken.
- Lapeny:** Doto latin ki cak keken pi dwe 6 bi tic me gengo yac ka toto latin pwod pe ya ocako tiyo two dwe mere iyonge nywal.  
**Lagam:** Lok man tye tiyo. Ka min ocako tiyo two dwe mere omyero tii ki yoo mukene macalo nyonyo ki keto ii ot nyodo, yat kikwoyoyo ibad, yat me atuca, onyo Roc bolme gengo yac mukene.
- Lapeny:** Dako myero ocak dot cutcut iyonge nywalo latin me gengo yac.  
**Lagam:** Lok man tye tiyo. Ka dako pe ocako dot cutcut, en romo miyo latin cam mukene woko ma nyuto ni dong pe romo tic ki yoo me dot me gengo yac.

**10 Nywako lok.** Wek gurup ogure agura ka i kwan la peny magi. Yeyi gi me Nywako lok ikom lagam gi ki owate gi. Nen ni dano weng tye lok.



- Ngo manyen ma ikwan ikom doto cak kor pi dwe 6 labongo cam mo keken?
- Pingo ma omio itamo ni pire tek me coo ki mon matino weng nongo ngec iko yoo me gengo yac?
- In itamo ni dano igang wu tamo ni ngo ikom doto cak kor pi dwe 6 labongo cam mo keken? Tye gini ki ngec maber ya en maracere?
- Ka kwene ma in medo ki dano matino mukene twero nongo ngec makwako doto cak kor pi dwe 6 labongo cam mo keken? Medo ki yoo mukene me lago nywal?

**11 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Mon mapol ki dano ma onyome maro gini tic ki yoo me doto latin keken pi dwe 6 labongo miyo cam mo keken pi acaki me dwe 6 ikwo pa lutino gi pien nongo tiyo maber, labongo kit peko mo keken, pe mito gin mo keken ma bene ye ki dako me dot pien ber pi kome ki latine. Ento, tiyo keken pi gengo yac ka ce latin tye kadoto cak keken mapat ki gin mo mukene; nongo dako pwod pe ocako neno dwe mere; ka latin pwod pe oo dwe 6. Pire tek me lok ki latic me yot kom ikom yoome gengo yac ma iromo tic ki iyonge dwe 6 opore pi yot kom me kuro pi mwaka aryo ma pwod pe ya otemo yac mukene. Tye yoo mukene me gengo yac ma dako romo tic kwedeka tye kadoto latin ka pe romo tic ki dot latin keken onyo ka ocako neon dwe mere.*

**12 Cikke.** Kwan man idwan malongo: *Wot ii gurup ka i wac nying kabedo acel onyo dano acel ma twero lok ki ginpi nongo ngec mapol makwako yoo me gengo yac.*

## Yero la peny pi kabedo na me kare me ayim

- 1 **Acaki.** Wac igurup ogure ka i kwan man idwan malongo: *Tin ni wan wabiloko lok ikom tic ma padi padi ma coo ki mon romotiyo.*
- 2 Pok ii gurup matino tino, dano adek adek onyo angwen angwen ma adek onyo angwen (3-4).
- 3 Kwan jami me aluba idwan malongo: *I kare ma okato anged, onongo tye tic mogo ma coo keken en ma tiyo ki en mukene ma mon en ma tiyo. Labole, in pe ibi nongo dako momacato wil atitidi onyo laco ma tye agwoko lutino. Kum bedi dong jami oloke dok inongo coo ki mon dong tye ka timo tic mapadi padi ma padi padi bene man dong tye kabedo gin ma tiyo. Tin ni amito ni i wot ii kin gang ka i nongo dano abic ma yee ni mon twero cato wil matitino ki coo romo gwoko lutino. Nen ka iromo nongo coo ki mon, dano matino ki dano madongo ma yee lok man. Peny gi pi ngo gin winyo kit meno. Dwog cen ii dakika 20 kadi bed pwodpe inongo dano abic weng.*
- 4 Nwo kwan jami me aluba i yoo 3 me wek dano oniang maber.
- 5 Wek dano weng woti ii kii kin gang ka i poyo wii gi me dwogocen inge dakika 20.
- 6 Ka gin dong odwogo, Wac ki gi me ogure ii gurup.
- 7 Peny dano gurup me waco gin ango ma gin opwonyo. Tem matek me miyo lutuku weng me waco nga ma gin lwoko ki ngo ma dano owaco ikom coo ki mon ma pe tye atio tic me paco gi.



## 8 Nywako lok. Ka dong gin weng tye, peny la peny magi. Wek gurup cawa me tamo ki laro lagam gi. Tem ka iko me nene ni coo ki mon weng odok ii la peny magi.



- In iwinyo ni ngo ikom lagam ma inongo ibot lwak igang makwako ka dako twero cato wil atitino nyo laco romo gwoko lutino?
- Nwo apokapoka ii kin gin ma mon owaco ki gin ma coo owaco?
- Nwo apokapoka i kin gin ma dano matino owaco ki gin ma dano madongo owaco?
- In I ngeyo dano igang ma tiyo tic ma pe rwate ki bedo laco onyo dako?
- Ngo ma in itamo ni twero bedo maber ki coo ki mon me tiyo tic mo keken ma nongo gin tye kamito tiyo, ki pa acoo onyo mon?

## 9 Loro ne. Kwan man idwan malongo: Kare dong olokere woko. Aman dong mon tiyo pola tic ma yam coo keken en ma tiyo ki coo dong aman, tiyo pola tic ma yam mon keken ena nongo tiyo. Gin pwod tye ki wat maber, kuc, ki yot kom igang gi. Macalo in itamo pi anyim mi, poyo ni myero pe iwek lewic omaki ni pien ibedo laco onyo dako.

## 10 Cikke. Kwan man idwan malongo: Wot ikin gurup ka i wac tic ango ma in itye kamito tiyo ikare me anyim.



## Tam pi lutino na

**1 Acaki.** Wac ki gurup ogure ka i kwan man idwan malongo: *Tin ni wan wabe lok ikom miyo kony bot lutino wa me miyo tam gi.*

**2** Kwan waraga man bot gurup:

Bot wego,

Kong iníya tam. Icawa weng, wod wa bedo kakoko, cwara temo juke me weko koko. Temo juke weko en bedo malwor dok bene weko cwinye bedo makec pi dyer wor weng. Pwod pe abedo ki kare me lok kwede pi ngo en bedo ka kok, dok ngo ma tye kayele. Onongo amito ni awac Ki woda ni pe opore ki en me koko ki me waca ngo ma oníyo en tye kakoko. Ka an atwero konye me miyo cwinye bedo mayom kicel mo. Cwara kikome pe yee ni awoke myero kukoki. Atim dong ngo?

Achieng

**3** Nwo kwano waraga man.



**4 Nywako lok.** Peny gurup ki la peny magi. Wek kare igurup me nywako lagam gi ikom la peny acel acel ma pwod pe iwoto ii la peny mukene.



- In inongo ni pire tek ki lutino me waco peko gi bot lunywal gi? Wek lagam mi.
- Dano mapol tamo ni awobe myero pe okoki onyo lok miti gi. In itamo ni ngo iye?
- Pingo itamo ni pire tek ki lutino me miyo tam gi, kadi me tic ki koko?
- Iromo miyo Aceng tam ni ngo, dako ma ocoyo warag ma akwani wu ni ka nongo ibedo lamin wone (wayo ne)?

**5 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Kadi bed ni itye ki lutino man onyo ibi nongo ii anyim, pire tek me in tamo ngo ma in itye kamito pwonyo gi ki, kit i ma imiti gin odong kwede. Gin ma pire tek ma lunywal myero pwony ki lutino gi obedo Kit tito tam gi. Lutino anyira ki awobe myero gungee maber me lok ikom peko gi, macalo waco ka cwiny gi yom onyo pe yom. Man bi konyo gi me Gwoke ikom tam gi maracu, ki okonyi me pwonyo gi labongo gero ki lut.*

**6 Cikke.** Kwan man idwan malongo: *Wot i gurup ka i cak nying latin mo, twero bedo meri onyo me angatoro keken ma in iromo danole ka i lok ki me diyo cwinye ka tye ki peko ma padi padi.*

## Tuku ikom tic pa coo ki pa mon

- 1 Acaki.** Lok gurup idwan malongo: *Tin ni wan wabe lok ikom gin ma obedo bedo laco onyo dako.*
- 2** Yer kabede aryo (calo yat aryo,) ma kin gi opoke ma romo mita 10. Wac igurup ni kabedo acel wabe lwongo ni "COO" en mukene ca wabe lwongo ni "MON" yer kaka noro ma pwoko ii Kii Kin gi arom, itye lwongo ni "COO KI MON."
- 3** Kwan gin aluba magi idwan malongo: *Abi waco nyig lok acel. Amito ni ingwec wunu ikabedo ma itamo ni nyig lok ma an awaco no nonge Labole calo, ka awaco ni "mege", ngwec wunu kama watye kalwongo ni mon pien mon keken en ma twero bedo mego. Ka awaco ni bor, ka i tamo wunu ni coo ki mon weng bedo aboco nongo myero ingwec wunu kama ma tye kalwongo ni "COO KI MON".*
- 4** Nwo kwan yoo tic me 3 me wek weng oniang maber.
- 5** Kwan nyig lok me acel ikin jami ma kiryeo piny.
- 6** Ka dano weng dong otyeko ngwec ikabede magi, peny lutuku aryo aryo ii gurup weng ngo ma miyo gin oyeru kaka ma gin tye iye ni. cuk cwiny lutuku mukene ni me nywako ki Nywako tam ka acel.
- 7** Ka dong gin tyeko nywako tam, nwo kwan yoo tico pi nyig lok ma pwod odong.
- 8** Nwo yoo tic no pi nyig lok ma tye ki ryeyo piny.





## NYIG LOK MA KI RYEYO

Tek	Pe agen	Lamok- tam
Lakub lok maber	Abili	Maro
Lapwony	Gwoko lutino	Daktar
Tedo	Bedo ki cente madwong	Langolkop
Latel wi pacu	Ger	

**9 Nywako lok.** Ka dong ityeko, lok lutuku ogure agura ka i penyola penyomagi. Wek gi kare me gamo ma pwod pe iwaco ii la penyomukene.



- Coc mene ma malo kenyo ma poko ne tye tek ka tye ka tito kit mon onyo kit coo?
- Pol dano tamo ni coo keke en aye tek, ryek, gulony ,gimoko tam ipaco ki dok ni mon keken en aye twero tedo ki kubu lok maber.Wun wutamo ningo ikom tam magi?
- Laco ki kome twero bedo dano maparo pi dano dok lakica? Dako kikome twero moko tam ma pir gi tegu pi pacu ne? pingo igamo lapeny man kit ma igamo kwede ni?
- Ka lamero matidi onyo lamaru owacu ni en emitu donyo ii abili, ci ibe waco ire ningo?

**10 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *I kare mukene, dano ma ipaco tamo ni wan myero watim jami mukene pien wan wabedo coo onyo mon. Ento, wii bi bale ka inongo ni coo ki mon weng twero tiyo tic marom aroma. Calo coo ki mon weng twero bedo makom gi tek, ager, aryek, matek, aparo pi dano ki ayomo ii dano. Coo ki mon weng twero bedo abili, ocwer bao, otedo medo ki ocat icuk.*

**11 Cikke.** Kwan man idwan malongo: *Wot I kini gurup weng ka i wac wa ngo ma in itwero timo icawa ni onyo ka dong idongo, wek dano macalo in laco onyo dako pe dok nongo timo. Calo in awobi onyo imito temo tedo, in nyako onyo imito temo kwayo dyeng. Tem tamo ngo mukene me awaca pien an dong akonyo wu woko me tamo.*

## Advice about loving our children

**1 Acaki.** Lok igurup me ogure kare acel ka i kwan lok man idwan malongo: Tin wan wabe lok ikom kit i me nyutu lutino wa kit maber ki bedo anwol.

**2** Kwan waraga man bot gurup:

Bot nero na Ebong,

Kadi be ni wego dong otoo, onongo atye kamito penyí kí la penyí man. Wora onongo mara? En onongo pe tero wa íyo ma nyutu ní en maro wa. Man oweka pe wabedo kí kare me mako larem kí en. Atye kí níye ní en onongo mara ento keken aparó tutwl ka onongo en onyuta mar mere. Kít ma dong an bene atye kí latin mamega ní, abí nyute mar. Tím ber íkonya,

Atubo

**3** Nwo kwano waraga man.





**4 Nywako lok.** Peny la peny magi bot gurup. Wek gi kare me tamo ki gamo la peny. Cuk cwiny lutuku ma padi padi me lok wek dano weng obed kikare me miyo lagam gi.

?

- Tam ango ma itwero miyo ki Atubo ikite me nyutu ki wode ni en emare?
- Lunyodo ni gunyutu nining boti ni gin gi pare piri i kare ma itye kadongo adonga?
- Lunyodo myero gubed ki lutino gi nining? calo Atubo kece calo won Atubo?

**5 Loro ne.** *Kwan man idwan malongo: Tye yoo mapol me nyuti lutino ni ni in iparo pi gi. Jami calo kwako kor gi, doto lem gi, nyero ki tuku twero kelo alokaloka madwong ikwo pa latin ni. Pire bene tek me lok ked gi wang kiwang, Wac ki gi ni in iparo pi gi ki pwonyo gi kun kato ilok me kaka pwodo gi. Wego ki mego ma nyuti lutino gi mwolo, obedo lunywal matek.*

**6 Cikke.** *Kwan man idwan malongo: Wot i lawala ma dano oguru ka iwac gin owac jami acel acel ma gin obitimo me nyutu ki lutino gi ni gin giparo pir gi.*

## Tuku goga i kum mat maber

- 1 **Acaki.** Wac Ki gurup ogure ka i kwan woko malongo: Tin ni, wan wabe lok ikom yoo ango ma wan myero wajuk mato kongo ki mato kongo i yoo maber ka nongo dong wa oo mwaka 18.
- 2 Kwan man woko idwan malongo: Itamo ni mat i yoo maber tyen loke ni ngo? Wek lutuku dakika manonok me nywako tam pi lagam gi.
- 3 Kwan man woko idwan malongo: Mat iyoo maber te loke ni ka awaco ni imato kongo, myero inen ni pe imato kongo madwong. Romo bedo marac me mato kongo madwong pien romo weko moko tam marac cala calo rwate ibutu labongo roc bol, lweny ki wano komi onyo dano mukene. In pe imat kongo nikwanyo ka ioo mwaka 18.
- 4 Pok ii gurup lutuku aryoo, Gurup 1 ki Gurup 2.
- 5 Kwan gin me aluba woko idwan malongo: *Gurup 1, kong igo ni in itye igurup me tuku goga, kun dano ma wun wutye katuko ii gi obedo bulu ma mwaka gi pwod pe oromo mwaka 18. Yubtuku goga ma pwoonyo gi ikom peko matime ka dano omato kongo madwong ki pingo bulu myero pe omat kongo nikwanyo ka gu oo mwaka 18. Gurup 2, kong igo ni in ibedo lawer ma itye inyim dano madongo. Yubwer ki myel lapwoonyo dano Kit ma myero gumat ki kongo i yoo maber ka gu oo mwaka 18.*
- 6 Kwan gin me aluba i yoo 4 wek dano weng oniang.
- 7 Wac ki lutuku dong gucak. Wek ki gin dakika 20 me yubu tuku goga gi ki wer.
- 8 Ka gin dong oyube me cako tuku, Wac ki lutuku me gure odoco.
- 9 Wac ki gurup me 1 me tuku tuku goga gi.
- 10 Ka dong gin otyeko woko, Wac ki gurup me 2 ower wer ka gumyel myel.



## 11 Nywako lok. Peny gurup ki la peny magi ka i wek dano weng ogam.



- Dano mukene waco ni 'coo kikome' mato kongo? In itamo ni ngo ikom loki?
- Itamo ni ngo ikom tam ni ber ki coo mato kongo ento pe mon?
- Ngo matime ka dano mato kongo kato wa lapbyel kweri?
- Itamo ni kongo twero bedo marom ki gero onyo rwate ibutu labongo tic ki Roc bol ipaco wu?
- Yoo ango ma iromo konyo ki luwoti me mato kongo iyoo maber onyo dong pe mato kongo matwal?

**12 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Mato kongo madwong mio komi pe bedo mayot, gero ki peko ikin mar. Romo bene wek rwate ibutu labongo roc bol. Ka coo ki mon tiyo ki cente ikom kongo, gin pe bedo ki cente me wilo cam, culu kwan ki wilo jami ii ot. Laco matek obedo laco ma pe mato kongo madwong, konyo ture ki woro mon.*

**13 Cikke.** Kwan man idwan malongo: *Wot i kin gurup ka l wac ki gin tic acel ma in itwero timo me yomo cwyiny ki galo wang ki owoto ka mato kongo. Kub wii lok man, 'ka mato kongo', abi. Calo, itwero waco ni, kamato kongo, awoto kagweyo odilo' Kit ma dong aweko wu labole me ni, wun wuromo tamo wunu jami ma pat me atima ma weko ibedo labongo mato kongo?*

## Miyo tam ikom moko tam

- 1 **Acaki.** Wek gurup ogure agura ka i kwan man idwan malongo: *Tin ni wan wabe lok ikom kit ma dano ma onyome myero omok ki tam gi I kit me tic ki cente.*
- 2 Pok igurup matino tino ma romo dano 3-4, mon ki coo.
- 3 Kwan gin me aluba magi: *Wac lok makwako kit ma dano ma onyome myero omok ki tam gi I kum tic ki cente. Igurup wu, amito ni onywak yoo angu ma wun oromo moko ki tam ki ngo ma wun oromo timo ni. Myero ibin wunu ki tam acel. Ka apenyo wu me Nywako ngo ma wun wu lokowunu pi moko tam wu.*
- 4 Kwan yoo me acel ibokci ki piny.
- 5 Wek gurup dakika 5 me Nywako ki luwot gi.
- 6 Iyoo nge dakika 5, wek gurup odwog cen ka gugure.
- 7 Peny gurup me nywako tam gi acel acel. Penykit ma gin oo kwede I tam ma gin omoko ni.
- 8 Ka dong gin otyeko, kwan yoo me aryo wek gurup olee tam odoco. Tim dok gin aceli i yoo me adek.



**Yoo me 1:** Paco ma tye iye lutino adek, anyira aryo mwaka gi tye 15 ki 12 ki awobi mwaka mere tye 9. Kot madwong olwoko gin apura gi ki gin me acata ikare ni. Gin gu be culo latin acel keken idwe manyen, myero dong gutim dong ngo?

**Yoo me 2:** Ipaco acel, laco mito gwoko cente me wilo lela wek iwot icuk con. Dako bene niang ber pagwoko cente ento tye kamito wilo bongo manyen me kwan pa lutino. Dong myero joni otim gin ango?

**Yoo me 3:** Dano ma onyome myero oyer ka dako myero owot icuk nino ki nino ka cato jami onyo wot ka tic ipoto wek cam obed ipaco gi. Myero dong gu tim dong ngo?

## 9 Nywako lok. Ka dong ityeko, peny gurup ki la peny magi.



- Wunongo yot onyo tek me moko macalo gurup ikom kit me cobo peko man? Tit ngo ma wunongo yot ki ngo wunongo tek?
- Ka nongo wutye ki tam ma pat pat, wutyero moko tam maber pi wun weng nining?
- Yoo ma mene mayot me oo itam man ka itye kamoko tam matek?
- Itamo ni pore pi dano ma onyome me moko tam ka acel iyoo me tic ki cente?
- Itamo ni ber pi dano ma onyome me moko tam kare acel pi lok kom cente? Lok ii lagami.

**10 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Ber pi dano ma onyome me moko tam ka acel ikit me tic ki cente pien ginweng tye ki tic me gwoko paco gi. Ber bene me bedo ki ngat mukene me konyo wu ikare me moko tam ma tye Oteka. Yoo maber me moko tam matek obedo me lok kacel wang ki wang, ki nongo pa luwoti ni ki dano adongo ka twere. Dano matek ma ma onyome obedo dano lwoko maber dok ote yee Kit i me gwoko paco gi.*

**11 Cikke.** Kwan man idwan malongo: *Wot igurup ka nongo lawoti onyo dano madwong ma itamo ni in ki lawoti romo wot ka acel bote me konyo wun pi moko tam.*

## Moko tam i lok ma dok ikom yotkum me nyodo twere onyo pe twere

- 1 **Acaki.** Wek dano ogure i lawala ci ikwan coc man malongo: Tin wabi loko lok kum moko tam ilok ma dok kom yacu, lutino ki yot kom.
- 2 Yer kabede aryo (calo, yat aryo), kin gi myero opoke maromo ma romoma romo mita 10. Wac Ki gurup ni kabedo acel kilwongo ni "AYEE" ka en mukene ci kilwongo ni "PE AYEE".
- 3 Kwan gin me aluba magi: *An abi kwano lok. Ka in iyee i lok man, amito ni ingweci kama tye kilwongo "ayee". Ka in pe iyee ikom lok man ngwec kama tye kilwongo ni "pe aye". Abi dong penyo wu pingo ma omio wuyee onyo pe oyee wunu I kom lok man.*
- 4 Nwo kwan gin me aluba yoo me 3 wek dano weng oniang maber.
- 5 Kwan nyig lok me acel ii bokci ki pinyi malongo.
- 6 Ka weng dong otyeko ngwec woko ikabedo gi, peny dano aryo aryo i gurup weng me waco pingo omio gin oyee onyo pe oyee. Cuku cwiny dano mapol me nywako ki Nywako lagam gi i kin gi.
- 7 Ka dano weng dong otyeko ngwec woko ikabede gi, peny dano aryo aryo i gurup weng me waco pingo omio gin oyee onyo pe oyee. Cuk cwiny dano mapol me nywako ki nywako tam ikom lagam gi i Kin gi.



**Lok 1:** Dako pe obedo dako kikome ni kwanyo ka dong onywalo latin.

**Lok 2:** Laco pe wabe woro ii paco ni kwanyo ka en dong odoko wego.

**Lok 3:** Pire tek me kuru pi kare ma romo mwaka aryo iyonge nywalo latin me ace l ma pwod pe itamo pi yac pi latin me aryo.

**Lok 4:** Laco keken en aye myero omok tam ikom awene ma myero ki tii kede yoo me lago nywal kede awene amyero otem me yac kede.

**Lok 5:** Ka dako pe onywalo latin inge mwaka ma onyome iye, nongo peko momo tye ikome.

**Lok 6:** Obedo tic pa mon keken me gengo yac.

## 8 Nywako lok. Kwan la peny magi woko idwan malongo bot gurup.



- Ngo mamiyo dano mukene tamo ni myero ibed ki latin me bedo laco onyo dako?
- Itamo ni pire tek pi dano ma onyome me tic ki yat me lago nywal? Pingo opore onyo pe opore?
- Dano waco ngo ikom dano ma onyome ento nongo pwod pe ki latin I yonge mwaka inyom gi?
- Tek onyo yot marom mene ki dano matino ma onyome me lok ikom awene me nongo latin?
- Kare mene ma opore ki dano ma onyome me cako lok ikom lok me nywalo lutino?

**9 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Tam l kum awene me nongo lutino, kare me nywal, ki wel lutino ma myero ibed kede pire tek bene dano ma onyome omok ka acel. Ber pi min ki latin ka dano ma onyome kuro ni oo ka dako tye mwaka ma romo 18 kun nongo tye atera me nywalo latin me acel. Myero bene gin dok okur pi mwaka aryo mukene ma pwod pe dok guyac pi nongo latin me aryo.*

**10 Cikke:** Kwan man idwan malongo: *Wot igurup ka i waco gin acel ma ipwonyo tin ma ibi nywako ki dano mukene icabiti.*



## Bedo ikwo maber i kin dano ma onyomo twere nyo pe twere

- 1 Acaki.** Wac ki gurup me gure ka i kwan man woko malongo: Tin ni wan wabe loko ikom gero I kin luwotwa ki kwo maber I kan wa.
- 2** Yer kabedo aryo ( calo te yadi aryo), kin gi omyero obed ma romo mita 10. Wac ki gurup ni ka bedo acel kilwongo ni "OYEE" ka en mukene ca wabe lwongo ni " PEE OYEE".
- 3** Kwan gin ma myero ki lub: An abi kwano nyig lok. Ka iyee wunu nyig lok man, amito ni wu ngwec wunu ka bedo me "oyee" Ka in pe I yee ikom nyig lok man ngweci' i kabedo me "pee oyee". An dok abi penyo wu me titi wan ngo ma la peny owaco ma omio iyee nyo pe iyee ikom nyig lok magi.
- 4** Nwo kwano gin ma myero kilub me 3 wek dano weng oniang.
- 5** Kwan nyig lok nama acel ma tye ibokci ki pinyi malongo.
- 6** Ka ma dong dano weng ongweco woko ikabedo gi, peny dano aryo igurup magi, dano aryo aryo ni weng myero owek inge ngo ma omio gin okwanyo ka bedo magi. Cuk cwiny lutuku me nywako tam gi ki nywako lok i Kin gi.
- 7** Ka dong gin otyeko gini, kwan nyig lok magi ma tye i bokci ki pinyi acel acel kun imio gi cawa me ngwec dok ikabedo gi wek oniang dano i lagamma gi.



- Yoo me 1:** Tye kare mukene ma dako omyero ki pwod?.
- Yoo me 2:** Laco mito dako mukene kadi bed ni winye maber tye I kin gi ki dako ne?.
- Yoo me 3:** Pe balo ka laco opwodo dako mere ka en dako o butu piny?
- Yoo me4 :** Gero pe tye pwod keken . Tic ki dwan mamalo me gero onyo waco lok mawango ii dano bene tye tim gero.
- Yoo me 5:** Pe balo ki laco me diyo dako I butu ka dako obedo mege?.

**8 Nywako lok.** Ka gin dong otyeko, peny la peny magi. Mii cawa bott lutuku me tamo ki nywako lagam ki dano igurup ma pwod in itye ka neno lagam mukene.



- Nyo inongo tek me gamo lok ma kipenyo ni?
- Itamo ni bedo ikin dako ki laco twero bedo maber onyo ki yom cwiny ka lweny onyo dic me rwate ibutu tye? niang dano ki lagami.
- Dano mene ma wun wungeyo ikwoo wu ma tye ka kwo kwo maber ki yom cwiny I ot ki I kin pacu wu? Pingo itamo ni gin tye I kwo maber ki mar?
- Ka ngat moo pe tye ki kwo maber I nyome, calo gero onyo en ma weko en cwero cwinye tutwal, laco onyo dako eno ni romo nongo kony ki kwene?
- Ka itye ka dongo kun itamo pi anyimi, imito ni kwo me ot megii obed ning ning?

**9 Loro ne.** Kwan man idwan malongo: *Bedo iot maber tye i kin joo aryo ma gin gene, dok giwore bene ikingi, bene ginywako tam kacel. Bedo I ot ma tye ki gero pe ber. Man obedo ot ma tye ki jami calo lweny, waco jami ma wango ii dano ki dic me rwate I butu. Gero me ot bene obedo turu twero ma weko yom cwiny bedo peke I ot. Ber tutwal me nongo joo madong dongo me lok kwedi ka itye ka kato I kit kwo man. Otego me lok ki ka itye kakato ikodi kwo man.*

**10 Cikke.** Kwan man woko idwan malongo: *Woti i kin dano ma ogure ka tucu dano acel ma otegi ma iromo lok kwedgi ka itye kanongo gero ioti onyo lawoti ma bene tye kakato itim me gero ma imito konyo ne.*

# Kad me tic pa OTEKA

## Kad me tito lok ada

### Kad me lok man tye ki ngec i kom:

Yat ma mon mwonyo nino ki nino pi gengo yac

Mola onyo nilo (IUD)

Yat atuca pi gengo yac

Yat akwoya i bad

Roc bol

Roc pa-mon

Yat kimwonyo pi gengo yac ma romo ngole atura

Doto latin pi dwe abicel iyonge nywal ki cak kor keken (LAM)

Cal pa laco manyuto alokaloka ikome ikare me dongo ne

Cal pa dako manyuto alokaloka ikome ikare me dongo ne

Lapeny ma ki maro penyo ki lagam gi





## Yat ma mon mwonyo nino ki nino pi gengo yac

### Yat amwonya nino ki nino me gengo yacu ni obedo ngo?

Yat man ma mon mwonyo nino ki nino me gengo yacu ma bene kilwongo ni, "yat amwonya," obedo yat ma mon mwonyo nino ki nino pi gengo yac. Tye yat mukene ma kimwonyo pi gengo yac ma kilwongo ni, (progestin-only pills or the mini-pill,) man opore pi dako ma tye ka doto latin. Yoo me tic ki yat man tye ki apokapoka matitidi. Dong peny latic me yot kom pi ngec mapol malubu yat man.

### Yat amwonya man tiyo maber nining pi gengo yac?

Pien mon mukene pol kare pe gitiyo ki yat man iyo maber, mon ma romo 8 ikom 100 ma tiyo ki yat man romo yac iyii mwaka me acel.

### Yat man timo ngo ikom dako?

Yat man gengo tong dako me a ki ikome. Ka tong laco pe orwate ki tong dako, dako pe twero yac.

### Pingo jo mukene maro tic ki yat ma ki-munyu nino ki nino?

- Yat man peke ki peko dok bene tiyo maber me gengo yac.
- miyo neno kwer bedo ki remo manok dok bene ki arem ma pe tek
- Pien miyo del kom dako bedo mapwot.
- Dako romo yac cut-cut inge giko tic ki yat man.
- Yat man miyo kero me nongo two kanca ma bedo ikom me mon.
- Dako twero giko mwonyo yat man ikare mo keken,labongo nongo kony ki bot latic me yot kom.

### Pingo jo mukene pe maro tic ki yat me amwonya man?

- Dako omyero omwony yat man nino ducu me miyo yat man oti maber.
- Kare mukene mwonyo yat tek ka itye keni. Yat man romo kelo alokaloka me ony pa remo ikare ma dako neno ki dwe ento pekelo two.
- Yat man kare mukene kelo abar wic, cak kwot, ki cweyo me kum.
- Yat man mite ni omyero I bed ki nonongo ne. Man twero bedo tek tutwal kace yat man otum woko ki kama kinongo ki iye me

### Gin angu mukene ma omyero ange?

- Dako me mwaka mo keken romo mwonyo yat man, medo ki bulu.
- Mon ma pe onyome romo tic ki yat man.
- Mon ma tye ki lotino ki ma pwod peya onywal romo tic ki yat man.
- Yat man pe bedo ka gure ikom mon, loo nino ducu.
- Yat man pe kelo alokaloka iyo me miti me butu ikom dako.
- Yat man pe kelo lurr ikom dako onyo bulu.
- Yat man pe ooyo ic, dok bene pe miyo dako nywalo latin matye ki goro onyo nywalo rudi.
- Ber me nongo yoo ma miyo wi poo me mwonyo yat man ikare ducu macalo icawa me lwoke, ceto kabutu onyo cam me otyeno.
- Ka wiyi owil pe imwonyo yat, pire tek ni imwonyo yat oyoyot ka wii opo kun imedo ki yoo mukene calo roc bol ka irwate ibutu pi gengo yac nioo ka icako tic ki boc me yat mukene.
- Yat man pegwoko dano ikom two nyac onyo kwidi me two jonyo (cilim).



## Mola onyo nilo (IUD)

### Obedo ngo?

IUD obedo mola onyo nilo ma titidi ma kiketo iyii ot nyodo pa mon pi gengo yac pi kare maromo mwaka 12.

### Mola man tiyo nining pi gengo yac?

Pien mola man pe maro wote woko ki iot nyodo, dong ikom mon 100, acel keken onyo mo keken pe twero yac ikin mwaka me acaki me tic ki mola onyo nilo man.

### Mola onyo nilo man ma kiketo iyii ot nyodo pa mon ni tiyo nining?

mola nilo ni neko tong laco matye I lac me nyodo ma pudi peya orwate ki tong dako.

### Pingo jo mukene maro tic ki yoo man pi gengo yac?

- Yoo man peke ki peko doki tiyo maber totwal me gengo yacu pi mwaka maromo 12.
- Ka dong kiketo mola man pe dong tye mo mukene ma dako myero otim me gengo yac pe mito poo wic mo keken.
- Mola ni pe nen doki dako pe winyo ikome, dong pe tye ngat mo ma romo ngeyo ni dako tye katic kwede.
- Dako twero yac cutucutu ka latic me yot kom okwanyo mola man woko.
- Ka dong kiketo, pe tye gin mo dok ma mite me atima pi mola onyo nilo man.

### Pingo jo mukene pe maro tic ki yo man?

- latic me yot kom ma opwonye aye myero oket ka dok bene okwany mola man.
- Keto ki kwanyo mola man miyo dako bedo ki kwo matek.
- Keto Mola onyo nilo man miyo remo ony mapol ikare me neno dwe ki bene romo medo arem matek bot mon mogo totwale ikine me dwer 3 nio 6 me acaki me keto mola man.

### Ngo mukene ma mite ni omyero ange?

- Mon ma pe ya onyome romo tic ki yoo man.
- Mon ma pwod pe ya onywal romo tic ki yoo man.
- Mola onyo nilo man dako me mwaka mo keken, onyo nyako romo tic kede.
- Mola man pe miyo yii dako ony inge kwanyo ne.
- Mola noyo nilo man pe kelo lur ikom dako.
- Mola man pe miyo inywalo latin ma tye ki goro mo keken.
- Mola onyo nilo man pe kelo kanca.
- Mola onyo nilo ni pe cito iyii adunu onyo iyii angit wi dako.
- Mola onyo nilo man pe kelo peko mo onyo arem mo keken ikare me rwate ibutu.
- Mola onyo nilo man dako twero tic kwede wa ikare me en tye ka doto latin.
- Dako pwod romo tiyo tic matek kadi tye ka tic ki mola onyo nilo man.
- Mola man pe gengo dako onyo laco nongo nyac onyo kwidi me two jonyo ikare me rwate ibutu.



# Yat atuca pi gengo yac

## Yat atuca pi gengo yac obedo gi ango?

Man obedo yat ma Kitucu ki mon pi gengo yac. Yat atuca man tye kite mapol mapatpat. yat atuca ma mon tuce kwede inge dwe adek adek ni, kare mokene kilwongo ni 'DMPA onyo Depo-Provera'. Twero bedo ni onyo tye kit yat atuca mokene ikin paci wu. Tim ber ilok ki latic me yot kom ma ikin pacu wu kunu wek inong ngec mokene mapol.

## Yat atuca man tiyo maber nining pi gengo yac?

Pien kare mokene wii mon pe po me tuce ikare kikome, mon maromo 3 ikom 100 ma tiyo ki yat man romo yac imwaka me acel me tic ki yat man.

## Yat atuca man tiyo nining?

Yat man gengo bino patong dako. Ka pe tye tong dako mo ma omyero rwate ki tong laco, ci dako pe twero yac.

## Pingo omiyo jo mukene maro tic kede yat man?

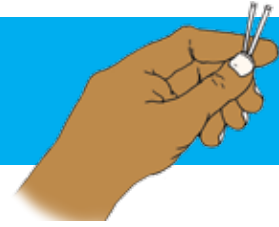
- Yat atuca man tye ma opore dok bene tiyo maber pi gengo yac.
- Pol lutic me yot kom ducu romo miyo yat man.
- Ikin kare me dwe adek ma yat man kitucu, pe tye gimo mukene ma mite ni mon myero otim me gengo yac, wa peko me wil wic bene peke.
- Ngat mo mukene petye ki yo mo keken me ngeyo ni dako tye katic ki yat atuca. Obedo gin me mung.
- Remo ma ony ikare me kwer pa mon bedo ma nok-nok dok bene giko inge kare maromo mwaka acel me tic ki yati.
- Yat atuca kiromo tic kwede kadi bed dako tye kadot, cake dwer 6 Inge nywal.

## Pingo jo mukene pe maro tic ki yat man?

- Yat atuca romo miyo ony pa remo ikare me kwer pa mon loke dok bene twero rwenyo.
- Miyo kec neko dako tere-tereman romo kelo cweyo.
- Dako romo tero kare maromo dwer 6–12 me yac inge weko tic ki yat man.
- Wii dako myero opo me cito kaneno latic me yot kom inge dwer adek adek pi tuce ki yati.

## Ngo mukene ma mite in omyero an ange?

- Yat atuca man pe weko dako onyo nyako doko lalur.
- Mon ma pwod peke ki latin bene romo tic kiyat man .
- Kadi bed dako ma pudi piya onyome bene romo tic ki yat man.
- Mon me mwaka mo kiken ki anyira ma dong opong, yat man opore pigi.
- Yat man miyo mon mokene pe neno ony pa remo I kare me kwer gi, man pe kelo peko mokeken ikom dako pien remo ni pe pong ikom dako onyo kelo peki mo keken. Mon mukene maro pien ni man miyo gin pe nongo ony pa remo ikare me kwer gi.
- Yat man pe gengo nongo kudi me two jonyo onyo two mukene ma kobo iyo me rwate ibutu.



## Yat akwoya i bad

### Yat akwoya ibad ni obedo ngo?

Yat man tye matino ma kiketo ite del me bad dako kimalo man romo gengo yac pi kare ma romo mwaka 3-5 malube ki kit yate. Tye kwayo yadi man aryo ma ngene matek i Uganda: "Implanon" ma rii pi mwaki 3, ki "Jadelle" ma rii pi mwaki 5.

### Yat man tiyo maber nining pi gengo yac?

Pien yat man pe kato woko ki ite del bad, dako 1 onyo bene pe ikom mon 100 ma tiyo ki yat man romo yac ikin mwaka me acaki metic ki yat man.

### Yat man tiyo nining pi gengo yac?

Yat man gengo tong dako bino ki I borone. Man miyo tong laco pe romo rwate ki tong dako, mio dako pe romo yac.

### Pingo jo mukene maro tic ki yat man?

- Yat man tye maber kede dok opore tutwal pi gengo yac.
- Yat man ri ikom dako pi mwaki maromo 3-5.
- Ka yat man dong kiketo ikom dako, pe tye dok gin moor mukene ma mite ni dako otim pi gengo yac. Kede bedi wa poo pa wiye me.
- Ony pa remo ikare me kwer pa dako bedo manok do polkare rwenyo ikin mwaka me acel me cakotic kwede.
- Dako twero yac cutcut inge kwanyo yat man.
- Yat man dako twero tic kwede kede bedi en tye kadot, nicake ikin cabit 6 inge nywal.
- Pe tye ngat mo maromo waco ni dako in tye katic ki yat man.

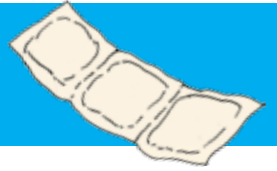
### Pingo jo mukene pe maro tic ki yat man?

- Dako bedo ki alokaloka I ony pa remo ikare me kwer ne ento man pe peko mo.
- Latic me yot kom ma onongo pwonye aye omyero oketi do okwany yat man.
- Mon mukene ma tiyo ki yat man kare mukene bedo ki abar wic, alokaloka I pek gi, ki alemacwiny.

### Ngo mukene ma mite pi an me ngeyo?

- Mon me mawaka mo kiken ki anyira ma opongtwero tic ki yat man. Dako ma pudi peke ki latin bene twero tic ki yat man.
- Dako ma pudi peya onyome bene twero tic ki yat man.
- Yat man pe weko dako onyo bulu ma anyako twero bedo lalur.
- Yat man pe rweny kamo kiken ikom dako.
- Yatman twero miyo dako giko neno kwer ne, ento man pe obedo gin marac pi yot kom. Remo pe joge ikom dako.
- Yat man pe gengo nongo kudi me two jonyo onyo two nyaci mukene ma kobo iyo me ribe ibutu.





# Roc bol

## Roc bol obedo ngo?

Roc bol obedo mupira marep ma kiruku i kom me coo i kare me rwate i butu.

## Roc bol tiyo maber nining pi gengo yac?

- Pien jo mukene ma onyome pe gitiyo ki roc bol maber i kare ducu me rwate i butu, mon maromo 15 i kom 100 ma tiyo ki roc bol romo yac ikine me mwaka me acel me cako tic ki roc bol.
- Ka kitiyo ki roc bol maber i kare ducu me rwate i butu, roc bol tiyo maber me gengo two ma kobo i butu kacel ki kudi two jonyo.

## Roc bol tiyo nining me gengo yac?

- Roc bol jolo lac nyodo matar ma kato ki ikom coo ikare me rwate ibutu. Man weko tong coo pe donyo ikom dako me rwate ki tong dako.

## Pingo jo maro tic ki roc bol?

- Roc bol ber dok bene tic kwede yot.
- Iromo tic ki roc bol labongo nongo ngec kibot latic me yot kom.
- Pol kare nongo roc bol yot.
- Ka i tiyo kwede maber i kare ducu ma irwate i butu, roc bol gengo yac ki kwidi two jonyo medo ki two mukene ma kobo i yo me butu.

## Pingo jo mukene pe maro tic ki roc bol?

- Ruku roc bol gengo mit me rwate i butu.
- Jo aryo ducu myero oyee ma pudi peya lacoo oruku roc bol.
- Roc bol myero obed tye ma peya rwate ibutu otime.
- Ka pe kitiyo kwede maber, roc bol romo yec onyo luny woko i cawa me rwate i butu.

## Ngo mukene ma mite in omyero ange?

- Jo mukene pe tiyo ki roc bol maber kono bene pe gitiyo kede i kare ducu ma nongo gi rwate i butu, pi man, pire tek me tic ki yo mukene me gengo yac, ma calo yat amwonya, nyony mola ma giketo I ot nyodo, yat ma kikwoyo i bad, memedo ikom roc bol me gengo yac ki twoma kobo i rwate ibutu.
- Jami ma calo moo wir ki moo dek twero balo roc bol woko. iromo tic ki laa dog onyo pii kiken.
- Roc bol omyero kigwok kama otwo dok bene ngic, ento be I jeba onyo kikapo lakan cene.
- Roc bol acel omyero iti kwede tyen acel keken. Myero i tii ki roc bol manyen i kare ducu me rwate i butu.
- Pe i tii ki roc bol ma poke oyec, onyo ka roc bole moni otwo woko onyo omake liking, onyo kala ne dong oloke oko. Pe i kaa pok roc bol kilaki pien i romo tucoko.
- Tii ki roc bol acel acel keken ikare me rwate i butu.

# Kite me tic ki roc bol

## Yoo 1

Ruk roc bol ma komi me coo ni ocung matek ma kom wu pwod pe orwate ibutu. Lac nyodo ma ocako oony romo bedo ki dong laco onyo kwidi me me two ma kobo iyoo me butu.

## Yoo 2

Yec pok roc bol tung acel kun nongo pe iyeco kom roc bol. Wot roc bol woko mot dok maber.

## Yoo 3

Mak wii roc bol wek yamo ma tye iyie ni okat woko pien yamo enoni romo miyo roc bol yeco, ci do iruki i komi me coo ma ocung matek. ci i keto wa iyii agiki me komi me coo.

## Yoo 4

Ma pwodi idiyo wi rocbol ma olore ni, tii ki cingi tung mukene me ryeyo momot wa iyii agiki me komi me coo, ci omyero inen ni roc bol tye maber ikomi me coo i cawa me rwate i butu; ka tye kaluny, ywa idwok cen kakare oyot oyot.

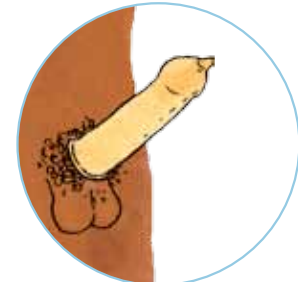
## Yoo 5

Cucut inge kato pa lac nyodo, kwany komi me coo woko ma pwod tye ocung matek ci i mak roc bol matek i kakare. Kwany roc bol ka dong iwoto woko komi me coo liweng ki ikom dako. Pe iwek komi me coo ki roc bol obed cok ki kom dako.

## Yoo 6

Bol roc bol ma itiyi kwede in. Boo roc bol ni ki karatac ci i bol i bur coron. Pe i bol i coron ma tiyo ki pii.

PE I TII KI ROC BOL ACEL PI TYEN MA KATO ACEL.



# Roc pa-mon

## Roc pa-mon obedo ngo?

Roc-pa-mon obedo bere marep ma kiyubu maber pi kom pa mon. Tung cel me me roc pa mon wumu dog ot nyodo pa dako me gengo lac nyodo pa laco peme donyo l ot nyodo pa dako. Dako tiyo kwede i kare me rwate i butu me gengo yac.

## Roc pa mon tiyo maber nining me gengo yac?

- Pien kare mukene mon pe tiyo ki roc man ma maber i kare ducu ma en rwate i butu, mon maromo 21 i kom 100 ma tiyo ki roc pa mon romo yac ikine mwaka me acel me cako tic ki roc pa mon.
- Roc pa mon bene gengo two mapol ma kobo i yoo me butu ka dako gi ki cware otiyo kwede maber ikare ducu me rwate i butu.

## Roc pa mon gengo yac nining?

- Jolo lac nyodo pa laco ma weko tong laco pe donyo i kom dako i kare me rwate ibutu.

## Pingo jo mukene maro tic roc pa mon?

- Roc man tye maber tutwal pa coo.
- Ka gitiyoki roc pa mon ikare ducudoki maber, romo gengo yac, ki two mukene mapol, medo kwede kwidi two jonyo.
- Romo bedo i kom dako pi wang cawa 8 ma rwate i butu pwod piya otime. Man miyo rwate i butu bedo maber.
- Roc pa mon medo mitme rwate i butu tutwal.
- I romo tic ki roc pa mon labongo cito bot latic me yot kom me nongo ngec.

## Pingo jo mukene pe maro tic ki roc pa mon?

- Wele tek loyo roc bol.
- Roc pa mon woo man weko tic kwede tek.
- Kadi bed ni dako keto roc ni i kome, laco omyero oyee me tic kwede.
- Twero tero kare me ngiyo me keto roc man oyot doki maber ikom me mon.

## Ngo mukene ma mite ni an omyero ange?

- Jo mukene pe tiyo ki roc pa mon maber dok pe tiyo kwede i kare ducu me rwate i butu, pi man, pire tek me tic ki yoo mukene me gengo yac, yoo ma calo yat amwonya, mola ma kikeo i ot nyodo pa dako, yat ma kikwoyo i bad, medo ki tic ki roc me gengo yac ki two ma kobo i butu.
- Jami ma calo moo wir kwede moo dek twero balo roc man woko. Pi man ber me tic ki pii keken.
- Roc pa mon pe rweny i kom dako.
- Jo ma onyome ki ma pe onyome romo tic ki roc pa mon.
- Roc pa mon pe kelo two i kom dako.
- Roc pa mon ki meg pa coo myero pe gitii kwedgi kacel.
- Roc pa mon myero kigwok kama otwoo maber.
- Roc pmon myero iti kwede ki cel keken.
- Pe iye tic ki roc pa mon ma dog poke oyec, onyo ka roc pa mon enoni tye ma otwoo, omake oko, onyo kala nedong oloke oko.
- Bed ki roc pa mon mapol kare ducu.

# Kitme tic ki roc pa mon

## Yoo 1

Yab pok roc maber.

## Yoo 2

Ngi nyor ma tye iyii roc pa mon ki tung piny, tung kama oloreni.

## Yoo 3

Min nyor ni lanyig cingi madit ki lacim ikin ma idyere.

## Step 4

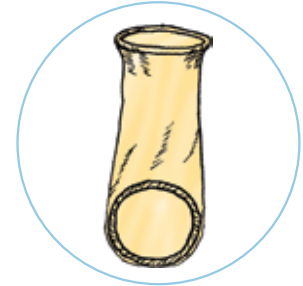
Tii ki cingi me keto nyor i komi me mon. Nyor ma dong bedo tung woko wumu komi me mon.

## Yoo 5

Wek kom lacoo oduony maber iyii nyor ma woko ka i tye karwate i butu. Ka komi me mon ni tye woko, man pe gwoki ikom yacu bene wa ikom two ma kobo i butu.

## Yoo 6

Min ka iwir nyor me ma tung woko me gwoko lac nyodo pa laco I roc ci dong iwot woko maber ma dako pwodi piya oaa malo inge rwate i butu. Pe i bol i coron ma tiyo ki pii. Ento wang woko, onyo bol ibur coron.





# Yat kimwonyo pi gengo yac ma romo ngole atura

## Ngo ma obedo yat ma kimwonyo pi gengo yacu ma romo ngole atura?

Yat man ma kimwonyo pi gengo yacu tye manyige ma kimwonyo ikin kare me nino abic inge rwate ibutu labongo gwoke ki roc. Ikare mukene bene kilwongo ni yat amwonya odiko ingeye.

## Yat man tiyo maber nining pi gengo yac?

Pien kare mukene mon pe mwonyo yat man ikare kikome onyo ikare mukene yat pe tiyo, mon maromo 1 onyo 2 ikom 100 ma tiyo ki yat man inge rwate ibutu tyen 1 romo yac.

## Yat man tiyo nining?

Yat man gengo onyo galo wot pa tong dako me rwate ki tong laco. Yat man pe tiyo ka ce inen dako dong oyac woko.

## Omyero iti ki yat man ikare mene?

Dako romo tic ki yat man ikin kare me nino 5 inge rwate ki laco ibutu labongo gwoke, onyo ki ribe ibutu labongo tic ki yoo mukene me gengo yacu onyo ka yoo mukene pe tiyo maber, calo ka roc oyec onyo dako pe omwonyo yate me nino ducu. Yat man tiyo maber ka kimwonyo oyotoyot inge rwate ibutu labongo gwoke.

## Pingo pol pa dano maro tic ki yat man?

- Kiromo tic kwede inge rwate ibutu labongo gwoke pi miyo kero mukene pi gengo yacu.
- Dako ay ma loyo kit me tic ki yat man.
- kiromo gwoko kamacok kace dako orwate ibutu labongo gwoke.

## Pingo mon mukene pe maro tic ki yat man?

- Yat man romo kelo alokaloka manonok me ony paremo pi nino 1 onyo 2 inge mwonyo.
- Yat man romo weko dako cako neno kwer me dwe ne con onyo pe kite ma onongo obedo kwede con.
- Yat man romo kelo ngok, abar wic, onyo rem me piny yic ikin kare me cabit acel inge mwonyo ne.

## Ngo mukene ma mite ni omyeroange?

- Yat man ber pi Mon ducu wa ki anyira ma opong.
- Man pe kelo ony pa ic.
- Yat man pe gengo dano me nongo kwidi two jonyo.
- Yat man pe kelo goro ikom latin ka ce yacu obedo tye.
- Pe rac pi yot kom dako.
- Pe kelo lur. Dako twero yac cutcut ka en dok orwate ibutu labongo gwoke.

# Doto latin pi dwe abicel iyonge nywal ki cak kor keken (LAM)



## LAM obedo ngo?

LAM, obedo yoo acel me lago nywal ma obedo “doto latin pi dwe abicel (6) inge nywal ki tunu koo keken” pi gengo yac. Man ocung ikom adwogi ma dot kelo ikom dako.

## LAM tiyo maber nining?

Pien mon mukene pe tiyo ki LAM maber, mon maromo 2 ikin 100 ma tiyo ki LAM pi dwe 6 me acaki inge nywal romo yac.

## LAM tiyo nining?

LAM gengo wot patong dako me rwate ki tong lacoo. Pi yoo man me tic maber, dako myero bed ki jami adek magi:

1. Neno kwer me dwe pwod peya odwogo inge nywal.
2. Latin doto cak kor keken. Man nyuto ni pe tye cam onyo pii–pii, mokeken ma omyero imi ki latin. Latin myero odot cak idye ceng ki idyewor ducu.
3. Latin pe kato dwe 6 imwakane.

Ka dako dong pe romo keto itic yoo adek magi, en omyero ocak tic ki yoo mukene me Lago nywal cutcut pien LAM pe omaro konye me gengo yacu.

## Pingo mon maro tic ki yoo man me gengo yacu?

- Doto latin pe mito cente mo keken.
- Doto cak kor ber tutwal pi yot kom latin gin ki mine ducu.

## Pingo mon pe maro tic ki LAM?

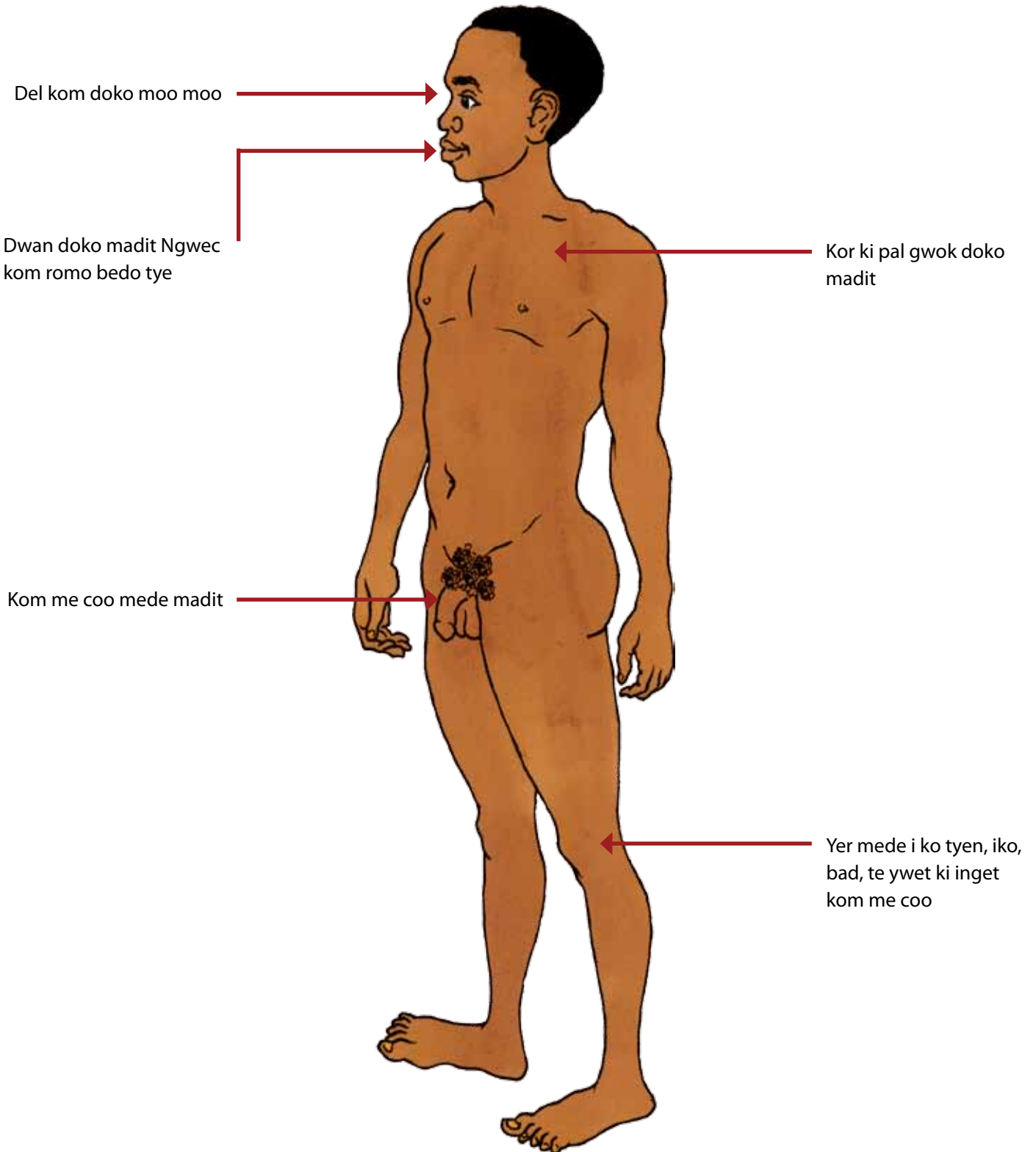
- Dako myero odot latin ki cak kore keken idye wor ki idye ceng ducu man pe romo timebot mege ducu.
- Mege pe twero poke ki latin pi wang cawa malac idye ceng onyo idye wor.
- Yoo man kinywalo kidano anywala. Pe ki yat mo keken, yoo ma gitiyo kwede onyo pwony pa dakta pe mite.

## Ngo mukene me mite ni an omyero ange?

- Yoo man tiyo maber tutwal me gengo yacu ka dako pwod pe ocako neno kwer me dwe mere kun tye kamiyo latin cak kore keken idye wor ki idye ceng ducu ki ka latin pe kato dwe 6.
- Cak kor keken romo pito latin pi acaki dwe 6. Cam onyo gin amata moro keken pe mite.
- Cak kor pe romo cwiny ka dako tye kadoto latin idye wor ki idye ceng.
- Dako omyero omede ki doto latin kadi en onyo latine kome lit.
- Dako omyero ocak tic ki yoo mukene me gengo yacu ka en dong ocako neno kwer me dwe mere.
- Me mede ki gengo yacu, dako myero ocak tic ki yoo mukene me gengo yacu ka en ocako pito latine ki cam onyo gin amata mo mukene.
- Me mede ki gengo yacu, dako omyero ocak tic ki yoo mukene me gengo yacu ka latin okato dwe 6 loo.
- Pire tek me yero yoo manyen me gengo yacu ma jami magi ducu pwod pe otime me wek dako omede ki gengo yacu. Dako omyero omede ki doto latin kadi en ocako tic ki yoo mukene.

# Cal pa lacoo

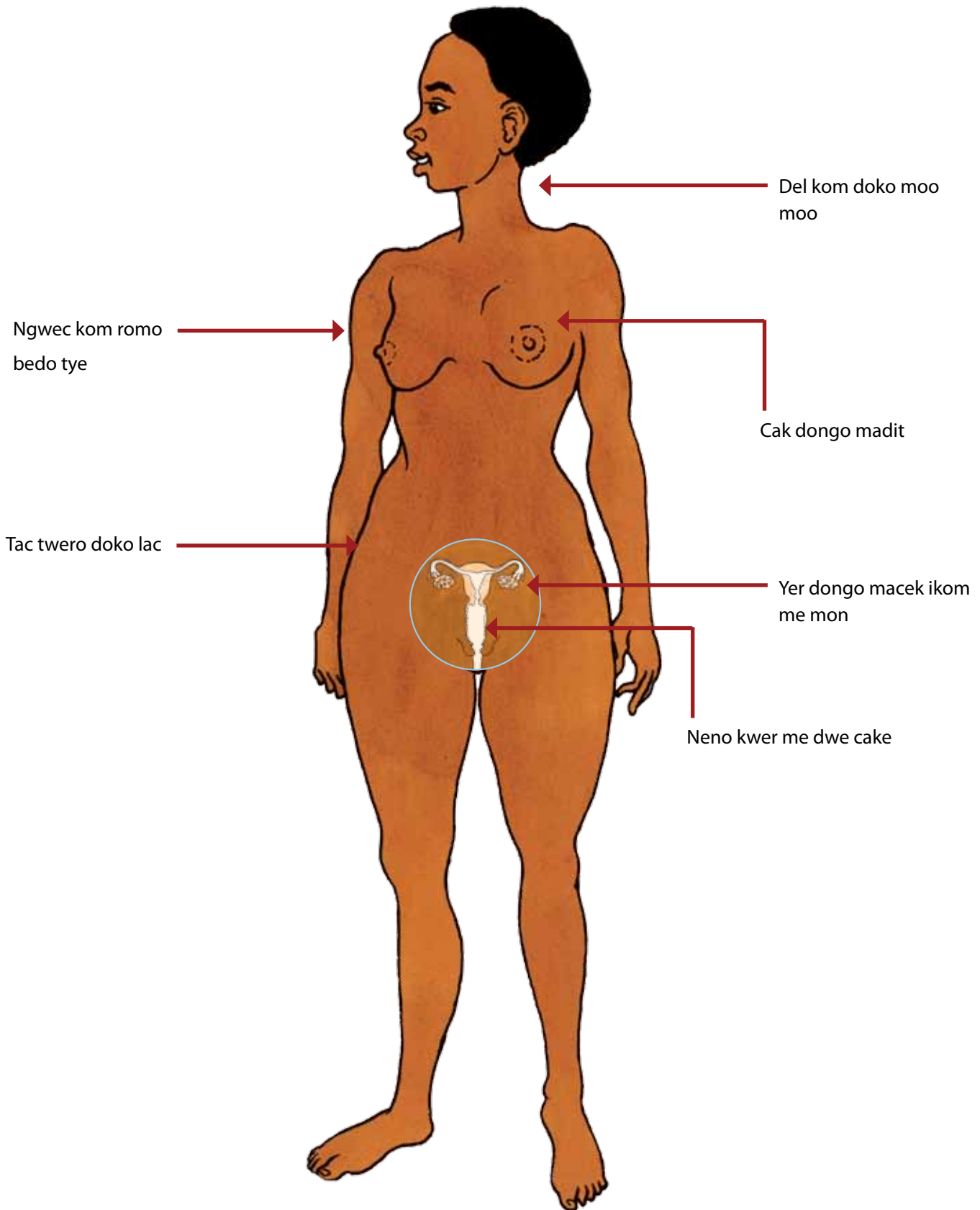
Myero otii kwede i Kad me tic pi bulu me mwaka 10-14





# Cal pa dako

Myero ki tii ki Kad me tic pi bulu me mwaka 10-14



# Lapeny ma ki maro penyo ki Lagam gi

## Tegi obedo gin ango?

Tegi obedo kare ma lutino pe dong gitye lutino matino dok bene pe gitye jo madongo. Ikare me tegi, dul kom mapat pat pa awobeki anyira bedo ki aloka-aloka ma nyute-kom gi dongo madito dok maboco, nyim gin tegi ka dok yee pol kare cako dongo i kabedo mukene ma ikom gi. Ikare me tegi, nyako kome lokke bedo atera me yac ka latin awobi bene lokke bedo ki kero me yaco nyako.

## I kare mene ma awobi ki anyaka donyo ki kare man me tegi pa kom?

Tegi aye kare ma aloka-aloka nen i dul kom lutino ma nongo gitye kadongo me doko jo madito. Anyira pol kare aloka-aloka cako time ikomgi con loyo awobe. Pol anyira aloka-aloka cako nen i dul komgi ka gitye ikine ka mwaka 8-13, ki awobe cako neno aloka aloka ka gitye ikine ka mwaka 10-15. Romo bedo con onyo romo bene lacen. Ngat man tye pat manok ki lawote, pi meno, ngat acel-acel donyo i tegi ikare ne kene. Aloka-loka i tam ki kom mede ki time nioo wa ikine me mwaka 19 onyo 20

## Obedo gin ma time pi awobe ki anyira mukene me tegi con loyo luwotgi?

Kakare. Awobe mukene cako tegi con ki mwaka 10, mukene gicako tegi ki mwaka 15 kulu. Anyira mukene gicako tegi con ki mwaka 8 keken ento mukene gicako tegi wang ma gu oo mwaka 13 onyo makato. Ngat man kome yot kit ma gin tye kwede. Ento, ka anyaka pe ocalo neno ruk ma en dong tye ki mwaka 16, ci en omyero ocit onen lagwok yot kom.

## Neno dwe/ruk en aye obedo gin ango?

Cwer pa remo matime ikom mon dwe ki dwe obedo gin ma oporo matime ikom mon ma dong oo imwaka moni kare ki kare. Pol kare tero nino adek onyo angwen ka juke. Man tye lanut ni nyako ma dong tye kaneno gin man dong twero yac ka orwate ibuto labongo gwoke.

## Lawala me neno nino ruk obedo gin ango?

Lawala me neno ruk obedo kare ma cake ki i nino me acel me neno ruk me oo inino me agiki ma pud pe icako neno ruk me dwe meno. Kit ma man time pol kare, oweko kilwongo ki "lawala"

## Kare mene ma nongo dako onyo laco tye atera onyo romo yac?

Bedo atera tere ni nongo dako romo yac. Pi kare maromo nino 12 ikare me neno ruk, mon ma pol kare neno ruk ikine nino 26 ki 32 ki maro bedo atera inino 8 me oo 19 me lawala gi. Ka dako orwate i butu ikare ma en tye atera ni, yacu omaro bedo tye. Coo tye ki kero me yacu dako cake inge kato pa pig me acel wa i agiki pa kwo gi.

## Yube pa tong dako obedo gin ango?

Yube pa tong dako obedo kare ma tong dako o aa ki ot te. Man pol kare time ki idye lawala neno ruk pa dako. Dako romo yac ka tong laco orwate ki tonge ka gu rwate i butu. Ikare man ma nongo dako tye atera ni, en cawa mukene neno pig gin mo matar ii cuwale onyo winyo kome me mon odyak.

## Ngo ma obedo dyak dyak ma kare mukene tye ite cuwal pa anyira ni?

Kare mukene anyira neno pig gin mo matar ite cuwal gi onyo gi winyo kom gi me mon odyak – man kilwongo ni kati pa pii ki ikom. Anyira pol kare ki winyo man ikare me yube pa tong dako, ma nongo gitye atera. Pii man ki dyak pa kom gi me mon konyo tongo laco me kato ki ot nywal me cito ka rwate ki tong dako.

## Anyira omyero guket gin mo i kom gi me anyira wek nywece obed maber?

Pe omyero guketi. Lwoko kom gi me anyira ni ki cabun ki pii nino ducu weko bedo maleng. Keto gin mo ii kom gi me anyira weko kom bedo mu twoo, il onyo weko ki nongo two.

## Anyira romo gwoke nining ikare me neno ruk ka gi peke kede lamwol kom/pad?

Ka lamwol kom peke, tic ki karatac me coron onyo bongo pama ite cuwal bene konyo me jwino romo. Ber bene ka i kwanyo karatac coron onyo bongo pama mukene me wek iloki i kare me dye cen.

## **Telo obedo gin ango?**

Telo en aye jing matek pa nyim laco malube ki ringo pa remo i lee ma i nyime. Awobe ki coo pol kare gi telo wang mapol i dye wor. Pol kare time me coo ma nyime nongo ocung matek. Man gin ma time. Awobe ki coo bene gitwero telo i dye ceng i cawa ma nongo pe gitye ka tamo ni gi bitelo, kedi bed nongo gi peke ki miti me butu. Coo ki awobe pe giromo diyo awene ma ki telo kwede. Man gin ma pol kare time i yoo me dongo pa nyim gi ikare ma nongo gitye ka dongo doko madit.

## **Lire obedo gin ango?**

Lire pa coo obedo yango del ma umu wi nyim laco. Kace awobe olire, gin mo peke ma omyero owek en obed ki lwo, lire pe balo butu ki dako ikare me anyim. Lire ma coo romo konyo gengo awobe onyo coo nongo two jonyo. Ento man pe gengo nongo two jonyo matwal. Kede bed owobi olire, pire tek me tic ki roc bol iyoo matir kare weng ma en rwate i butu.

## **Lac nyodo ki nyig laco en aye ginango?**

Lac nyodo en aye obedo gin matar ma kati ki iyim laco kacel en otelo. Lac nyodo tye ki nyig laco. Nyig laco obedo dul kom laco ma ka oribbe ki pa dako yubu latin. Lac nyodo yube ki i nyig man laco. I pig kom laco acel acel ma oton nongo tye iye nyig laco mapol ata. Kace pig kom meno odonyo ikom nyako me mon, nyako romo yac.

## **Leg ni itye imar obedo ngo?**

Ikare me tegi kom lok ki cako yubu lac nyodo/pig kom. Lac nyodo man nongo kit ye atera me kato ki ikom dok man time i yoo me "lek ni itye imar". Pol kare bulu ma tye ka tegi ma awobe gi coo otiko nongo gu telo, ki cawa mukene ki pigi i bongo gi onyo kaburu. Man obedo gin ma time.

## **Nyim coo mono dite ma opore omyero obed rom mene ki ocung nining ?**

Nyim laco bedo dit ne onyo titi pire pe tek dok en aye pe nyutu kace loco romo yaco dako onyo lamar maber. Pi coo madongo, nyim ma tye idyere nongo ikine maromo pore ki bor pa cingi kace otelo. Pi lutino ma gitye ka tegi, pe tye dit pa nyim mo ma ki romo tic kwede ni en aye opore onyo tye idyere pien awobe komgi tegi imwaka ki twiro mapat pat. Ikare me tegi ikine ka mwaka 10-18, nyim ki tong man-gi ruyu dongo ki tegi kede bed ni nyim gi pe juku dongo ni oo wa i imwaka 21. Pe tye tung ka mo keken ma myero okem ka ojing matek.

## **Lac nyodo mono ki lac pii gi romo kato ki ikom dano kacel?**

Lac pii ki lac nyodo weng gikato ki i yoo acel. Ento, "lageng" mo tye calo dugola mo matidi-ki i te yoo ma lac aa ki iye me kato woko ma pe yee lac pii me kato kacel ki lac nyodo

## **Yoo ango ma iromo lwoko onyo weko komi coo bedo maleng?**

Tii ki cabune me lwoko komi me coo. Ka komi me coo pe liro, cii ill del wii komi me coo cii ilwok tere piny

## **Cukcuk en aye ginango?**

Cukcuk obedo kare ma awobi onyo anyaka gudu onyo tuku kikome me mon onyo coo pi nongo miti kit ma rwate i butu ni. Cukcuk oo wa i cung matek pa kom laco ka weko pig kome kati onyo ok mite ma loyo weng pi anyira. Pe tye yoo mo maber loyo onyo marac loyo me timo man.

## **Cukcuk romo kelo peko mo me yot kom?**

Gin mo marac peke. Tim man pe kelo peko mo keken kadi ka ibed ki timo tere-tere. Dok bene, pe twero weko yacu mo bedo tye, nongo kwidi two jonyo onyo, two mukene cobo iye me rwate i butut. Cuk cut pe balo kero pa laco me yubu lac-nyodo onyo bedo atera pa mon. Kadi bed ni pol kare lewic mako dano me lok ikom tic man, lewic mo peke iye.

## **Anyira bene romo tic ki yoo mukene me cobo miti gi labongo rwate ki laco i butu?**

Kakare Obedo gi matime pi anyira me tic ki yoo me tuku/gudu kom gi pi cobo miti gi me rwate i butu. Pol anyira cako timo man ikare me tegi gi me dongo doko dit. Man pe kelo yacu, onyo two mukene ma kobo ka i rwate i butu.

## **Dako romo yac kadi bed ni pud wang me acel me rwate i butu ki lacoo?**

Kakare, dako romo yac kadi bed pud wang me acel me rwate i butu. Cawa mo keken teki dako orwate i butu ki lacoo ci kome me coo odonyo i kome me mon, en romo yac. Bene iromo nongo two ma kobo i yoo me rwate i butu teki dako onyo lacoo orwate i butu, kadi pud wang me acel.

## **Ngo ma mite wek yacu otime?**

Kadi bed ni yacu pe twero time i cawa weng ma ki rwate i butu, romo time kace jami adek magi gutime: 1) tong nyodo omyero obed tye i ocike pa dako, ocike ma tong dako kato i iye me cito i ot nyodo ka ma latin dongo ki iye; 2) lac nyodo pa laco omyero oribe ki tong dako wek okel latin; dok 3) tong nyodo ma guribbe dong me kelo latin ni omyero gumoko i kor ot nyodo pa dako

## **Ocake mwaka mene ma anyaka romo yac kede?**

Ka nyako dong ocako neno ruk, tere ni dong kome romo yac ka en orwate i butu. Ento man pe tere ni kome ki wiye dong tye atera me nywal. Man tyene ni kome aye romo yac.

## **Yacu kiromo gengo nining?**

Kace laco ki dako gimito rwate i butu labongo nongo latin, giromo tic ki yoo me lagu nywal pi gengo yacu. Tye yoo mapol ma giromo tic kwede ma ikine tye iye tic ki roc bol, yat amunya me gengo nywal, yat ma kitucu atuca, nyonyo akwoya ikom mon, ki yoo mukene matye con. Lok ki latic yot kom pi nongo ngeg ikom yoo matye. Kace laco ki dako gitye katic ki yoo mo keken iyoo ma atir, meno tere ni gin tye ka "gwoke" ki ikom yacu. Kace gutiyo ki roc bol medo ikom yoo mukene me lagu nywal, tere ni gitye ka "gwoke" ki ikom yacu wa ki ikom two makobo i yoo me rwate i butu calo two jonyo

## **Bulu matye ka tegi rom tic yoo weng me gengo yacu?**

Bulu ma tye ka tegi, kono matye igang kwan onyo pe igang kwan romo tic ki yoo mo keken me gengo yacu. Kono do, tweno onyo nyolo ocike pe opore pi bulu matye ka tegi pien ka kitiyo kede kicel ci dong ngat meno pe obi yac matwal. Ki bene yoo mogo calo ngeyo nino ma iromo yac kede calo me tic ki "moon beads" ki kwano nino ma itami ni nongo tye maber, pe opore pi bulu ma pud ocako neno ruk cok cok. Man pien anyaka onyo dako omyero onge nino me kare ma tero i neno ruk wek yoo magi ogeng yacu.

## **Anyaka romo yac i kare me neno ruk?**

Kakare, romo time kede bed ni man maro time. Man romo lub kare ma en tero ineno ruk, nino adi ma neno ruke tero, ki awene ma en rwate kede i butu pien lac nyodo/kom lacoo tero ningo moog ma nongo tye ikome.

## **Pingo tye mon mogo ma pe kiromo nywal?**

Pe bedo kero me yac romo bedo pien dong mwaka ni otegi onyo peke tye ikom lacoo, dako onyo wun weng. Kare mukene daktar pe romo nongo tyen ngo ma oweko in be iromo yac.

## **Pi kare marom mene ma omyero jo ma ot okur ma pud pe teme me nongo latim mukene inge nywal?**

Pi yot kom min latin ki latin, omyero gukor pi mwaka aryo yako ki teme me nywalo latin mukene.

## **Mwaka mene ma opore pi dako me yac?**

Ber tutwal pi dako me bedo mwaka 18 ka oyac me acel. Mon romo mede ki nywalo lutino kede ikine mwake 30 ki makato, ci kony pa laro yacu peke nio wang ma dako kome ki adam me tye atera. Man tyero bedo ni nongo dong en otyeko kwan, tye ki lawote ma mare, tye ki cente maromo gwoke paco ne, ki no dong omoko tame ni emitto bedo ki lawote pi bedo i ot.

## **Ngô ma myero ngat mo otime ka gu rwate i butu labongo gwoke, calo ka roc bol oyec, okati woko ki bol onyo dong ikom dako?**

Cit cutcut i ot yat onyo ka cato yat me nongo yat ma tiyo kede cutcut me gengo yacu, ma cawa mukene kilwongo ni yat me tic kede inge odiko. Yat amunya cutcut gengo yacu inge rwate i butu labongi gwoke. Yat man kiromo munyu pi nino abic inge rwate i butu. I ot yat mukene lutic yot kom romo miyo yat maromo gengo kobo pa gwedi two jonyo. Ka roc bol omoko i kom dako, en romo cwalo cinge ikom me mon ni moto ci kwanyo roc man woko. Ka tek me kwanyo ne, cit i cutcut i ot yot kom wek ki kwany.

## **Two ma kobo iyoo rwate i butu ni kobo ka dano orwate iyoo me butu ma kom laco ki dako pe rwate ni?**

Rwate i yoo me butu ma kom laco ki dako pe rwate ni obedo time calo doto kom dano me coo onyo nango kom dano me mon. Two mogo romo cobo i kit yoo man me rwate i butu.

## **Kwene ma ngat mo romo pime iye pi two jonyo ki two mukene ma kobo iyoo me butu?**

Tye kabedo mapol me pimo pi two jonyo ki two mukene ma kobo i yoo me rwate i butu. Lok ki dul lutic yot kom me ikin gang, ngat mo keken i ot yat ma cok kede, ngat ma tye i gang tuku/pwonye pa bulu onyo lapwong onyo ladit ma igene me niang kwene ma iromo pime iye.

## **Two jonyo ki two mukene ma kobo iyoo me butu ni?**

Two jonyo pe cang. Ento tye ki yat ma konyo ka itye kede. Man obedo munyu yat acel onyo makato pi nino ducu. Yat amunuy man ma ki lwongo ni ARVs ni lwenyo ikom gwedi dok gwoke komi me bedo matek. Pol two ma kobo iyoo me rwate i butu ki cango ki miyo yat ma cango gi. Ento tye two mukene ma kobo i butu ma pe yat romo cango gu. Pire tek me munyu yat weng ma gi mini, kede bed ni lanyut me two meno dong pe ikomi.

## **Moo obedo gin ango?**

Moo obedo pig gin mo mapwot ma giromo tic kede me weko kom me mono bed ma ma dyak. Moo giromo tic kede ikare me rwate i butu me weko obed maber onyo wek laco ki dako weng onong mit. Mupira me rwate i butu pol kare ki keto moo ikome wek tic kede obed my ber.

## **Tim gero pien ni ibedo laco onyo dako ni obedo ngo?**

Time gero pien ni ibedo laco onyo dako obedo gin marac matime ikom ngat mo dok romo mino awano ikom onyo i wii. Tim gero man time pi apoka poka me twero matye ikin coo ki mon. Tim gero romo bedo tic ki leb marac, donyo dano onyo kweno, dino dano me rwate i butu ki jami mukene mapol. Ka ngat mo time gero tye ka time ikome, cik me Uganga waco ni iromo tero lok meno iye gang tic pa abili mo keken macok onyo i nong kony ki bot latela me te tero calo local kancil.