

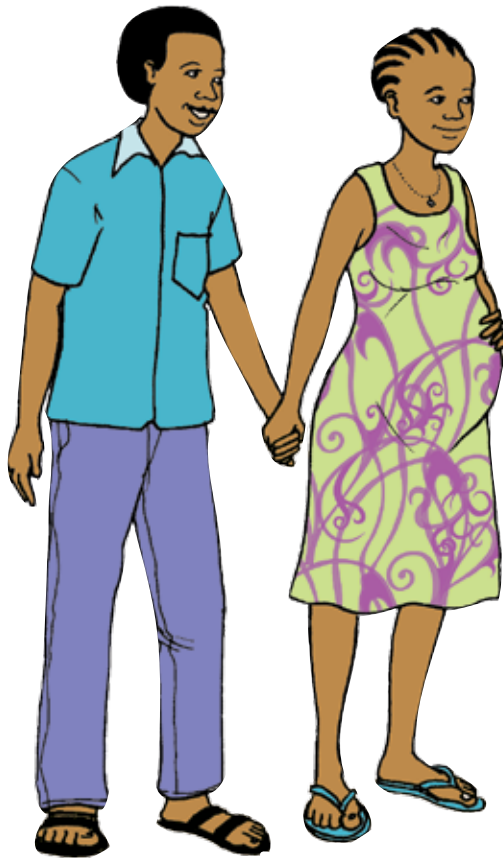
---

# GREAT Activity Cards

---

# Kad me tic pi bulu ame onyomere onyo tye kede otino

(Mwaka 15-19)



# Gurup me kad me tic man tye iye:

- Icina me lagoro nywal kede ngeo kare me yac
- Tuku goga apapu oteka
- Tuku ame nyutu kit ame mato kongo lucu kede tami
- Icina ikom otino awor
- Miyo tam ikom kite me cobo peki
- Wer me mara ame pe gik
- Bedo ame ingeo apenyi
- Yat ame otucu kede mon pi lagoro nywal. Ateni onyo goba
- Yat ame omwonyo pi gengo yac. Ateni onyo goba
- Waya ame oketo iyi awura(IUD) ateni onyo goba
- Roc bol obedo ateni onyo goba
- Yat ame okwo ibad mon ateni onyo goba
- Yat me gengo yaco pi peko ame otimere atura
- Doto atin kede cak kor keken pi dwete abicel ateni onyo goba
- Yero apeny pi kabedo na me kare me ayim
- Tam pi otino na
- Tuku ikom tic acoo kede mon
- Tam me maro otino wa
- Tuku icina me mato kongo iyo aber
- Miyo tam ikom moko tam
- Yot kom me ot nywal ame iyero. Iyee onyo pe iyee
- Bedo ikwo aber iyi akina jo omyomere. Iyee onyo pe iyee

# Kad magi ame bino tic kede: jami me aluba

## *Kad me tic man obedo ngo?*

Ikom tic acel acel tye iye yore ame bulu twero tic kede me cako nyamo lok kare acel ikom bedo aromrom, yot kom kede gwokere. Tye jami apol apapat me atima ikad man calo bala tuku, leyo tam, laro lok, penyo tam alwak, wer, myel medo kede tuku icina.

## *Nga ame romo tic kede kad man?*

Gurup abulu adongo ame onyomero nyen onyo bulu onwal nyen (mwaka 15-19)

Kadi otwero tic kede igurup ame tye kede coo ducu, onyo gurup ame tye kede coo onyo mon. Ka tye coo onyo mon keken iyi gurup itwero cako gurup aryo ite mede kede tic anyim.

## *Nga ame twero bedo atela pi tic ame tye ikad man?*

Ka gurupi tye kede miti me timo tic acel iyi kad man, myero inen ni iyero dano acel igurup me bedo atela. Myero pe opwony dano man, ento myero bed ngat atwero kwano gin ame tye ikom tico kun bedo agonya me telo gurup itic. kad man bino kede gin ame cimo kit me telo gurup apapat kun konyo kor atela iyubere pi tiyo tic aber.

## *Wan oromo tic kede kad man ikare mene?*

Itwero tic kede kad man icawa moro keken ame itye imito yomo yii gurup! Itwero timo tic ame tye ikad icawa me cokere wu me kare ducu onyo ikare me tic apirgi tego.

## *Oromo tic kede kad man ningo?*

1. ***Yer ticoro keken:*** Kad man otwero tic kede iyore moro keken. Iromo kwanyo ticoro keken ame lubere kede miti ajo ame tye igurupi onyo kit ticoro keken ame imito wunu timo.
2. ***Ngii yii kad man aber:*** Dano ame oyero me telo tic myero ngii yii kad man aber ame pwod pe ocako tic kede. Iwii tic ducu, ibino nwongo nying tic, nyig kop ame tic man bino lok iye ( Yot kom, bedo arorom gwokere onyo “bedo ateka”) kede kare ame ogeco ni tic man bino tero.
3. ***Kwan jami me aluba:*** Tic acel acel tye kede acaki mere ame myero atela kwan alongo bot jo me gurup ame pwod pe tic ocakere.
4. ***Lub iyore iyore kit ame ocoo kede ikad man:*** Yore okene kobo ni “kwan man idwon alongo bot jo me gurup” ame nyutu ni atela myero kwan gin ame ocoo pi yore naca me wek jo me gurup ducu winy kite me cako tic. Yoo okene bino penyo atela me timo jami acalo “giro lain piny kede yat” ame myero atela pe dok kwan alongo, ento myero mede ka anyim kede timo.
5. ***Bed kede gurup me leyo tam:*** Ka gurup dong otyeko tic oko, tye apeny okene me alea ame atela bino penyo gurrup me miyo gi kero me mede leyo tam akwako tic man.
6. ***Kwan kop cego:*** Iyonge leyo tam, atela myero kwan alongo kop cego akwako kad man.
7. ***Peny jo me gurup me yee cikere:*** Iyi agiki mere, atela bino kwano dul me cikere ikad man. Icikere man, mito ni ngat acel acel igurup myero kob gin acel ame rwate kede tico, ame dok gin bino cikere me timo ikare me anyim.

## Ngo me aluba bot atela me gurup

Kadi nwongo itelo gurup con onyo man obedo tyen ni me acel, obedo yore aber me kwano tam magi ducu ame pwod pe icako tic.

- Wek jo me gurup en alok apol.
- Dii cunyi – ka ipenyo apeny ame tye ikad man, mii jo me gurup dakika moro anak me tamo kit agamere tye kede ite miyo gi kare me gamo.
- Cukuru cuny me tic ka ipenyo apeny, cukuru cuny jo apol igurup me gamo ikaka ngat acel onyo jo aryo. Bed itam ocwiny me penyo bulu acoo medo kede bulu anyira me miyo tamgi.
- Leng wangi anak eka ite bwonyo
- Tic kede leb ayot – ka tye nyig lok iyi kad man ame jo me gurup pe twero niang, tute me miyo gin niang iyore moro keken.
- Kop aber kede idwon alongo.
- Wek lok me leyo tam cung ikom apeny ducu ame tye iyi kad me tic magi.
- Mwole ite pwoyo jo me gurup. Pe tye agam moro aber onyo arac ame lubere kede apeny ame tye iyi kad magi. Kad magi tye me yabo leyo tam ame dong cukuru cuny jo kun pe ingoli gi kop.
- Pe ilengere ileyo tam iyi akina jo me gurup; cukuru ka cuny jo me gurup wek olee gini tamgi apapat iyi akina gi.

Bed ame yii YOM KEDE KUC!



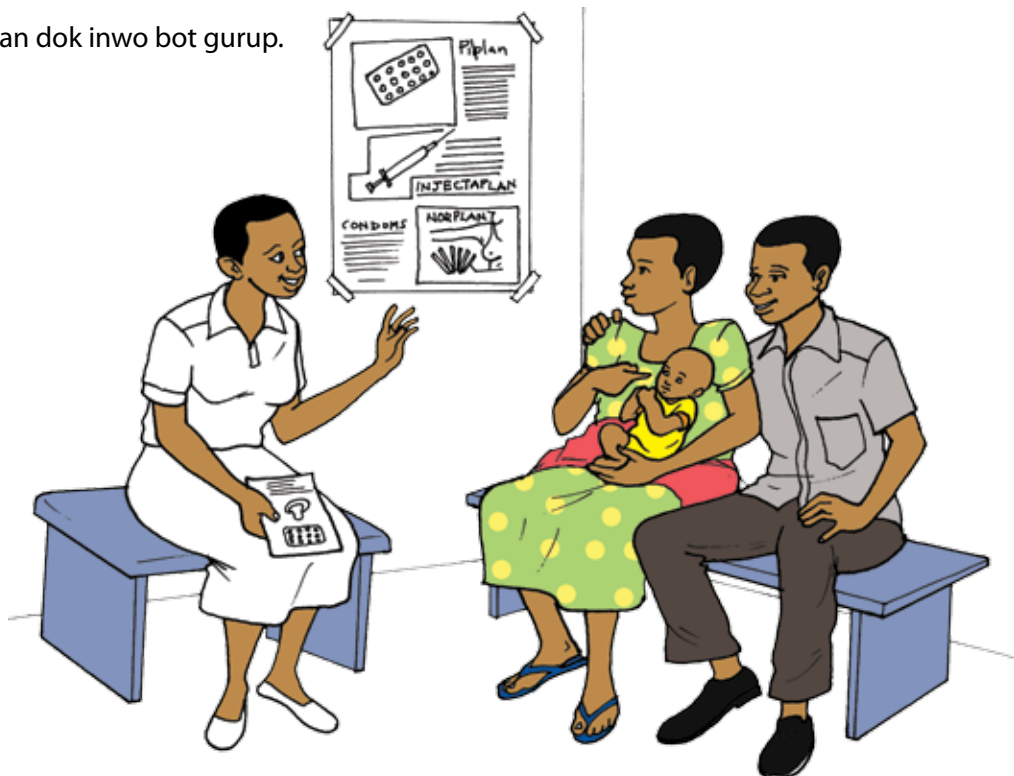
## Icina me lagoro nywal kede yac ikare ame gwoko yotkom

**1 Me acaki.** Kobi otuku me gure ite kwano man okoo alongo: *Tin obino winyo icina ikom rii kede yac me acaki kede lagoro yac me aryo.*

**2** Kwan icina man bot gurup:

Omara kede Akullu obedo onywal anyen kede atin me dwete angwen. Akullu ngeo ni ka imito nwongo atin okene nwongo myero epit atinere pi dwe acel okene kede tic okene me pacu. Ento Akullu tye kede mwaka 21 keken en tye kede lwo ro ni ka pe enywalo atin okene oyotoyot en eromo tii oko. Akullu owoto bot atic me yot kom me kin pacu pi penyo tam. Atic me yot kom me kin paci okobe ni en pe myero bed ilworo pien mon nywal naka akadi tye kede mwaka 30 iwot kede malo. En okobi Akullu ni bedo ber me nwongo atin me acel ame dong en oyubere itamere kede ikome. Atic me yot kom omede kede miye tam ni myero kur pi mwaka aryo ame pwod peru otemo me yac okene pi gwoko yota kome kede yot kom atinere. Akullu kede Omara nwongo tye atic kede yore me dot acalo yore me gengo yac me aryo. (ame olwongo ni LAM), ento atic me yot kom okobi Akullu ni yore ni tio ka atin pwod tye ka dwete 6 dwogo kede piny keken, atin doto ka cak kor apat kede ginoro okene, ka Akullu pwod pe ocako tiyo two dwe. En okobi Akullu ni calo dong atin tye dwete 4, Akullu kede Omara omyero cak yikere me cako tic kede yore okene me lagoro nywal acalo, Tic kede opira me butu, mwonyo yat me gengo yac, tucere kede yat me pico me gengo yac, kwoyo yat ibad, onyo nyonyo ame oketo iyi awura (IUD). Akullu kede Omara oleyo tam gi karacel ote yee me yero yo acel ame miyo gi obedo pi mwaka aryo abongo yac okene.

**3** Kwan icina man dok inwo bot gurup.



**4** **Leyo tam.** Peny gurup kede apenye magi ite miyo gi kare me leyo tam kede agam gi iyi kin-gi. Myero inen ni ilwongo coo kede mon me leyo agam gi kede gurup.



- Ngo omiyo itamo ni dako myero kur naka ka eromo mwaka 18 eka ete cako nywal?
- Ngo omiyo jo ame onyomere onyero kur pi mwaka aryo me yaco atin me aryo?
- Kob nga, ame tye kede twero me gengo yac kede ngo omiyo itamo ni tye amano? Itamo ni obedo icoo, ya dako onyo jo onyomere ducu?
- Peki ango ame jo atino beo iye irii kede yac gi me acel?
- Ngo ame jo atino romo timo me miyo gi gengo peki ame miyo gi orii kede yac me acel?
- Peki ango ame jo onyomere atino nwongo ikare me lagoro yac kede mwaka aryo?
- Ngo ame jo onyomere romo timo me gengo peki me lagoro yac?

**5** **Cego.** Kwan man okoo alongo: *Man pire tek me mon atino kuru naka ka kare ame kom gi kede tam gi dong oromo me nwongo otino, naka ka mwaka gi oromo 18. Yac oko oyoyot iyonge nywal cucut romo kelo peko me yot kom ikom toto onyo atin. Romo dang kelo peki me cente kede gina acama miyo gwoko atin bedo atek. Woti idakatal atitino onyo bot atic me yot kom me kin paci me leyo tam iyore apapat ame iromo yero me rii kede yac me acel onyo lagoro nywal pi yaco atin me aryo.*

**6** **Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Wot iyi akina jo ogure eka ite cikere. Ka ibedo icoo, kob tic acel ame ibino tio me konyo dako ni, onyo dako ame ibino nyomo ikare me anyim. Ka ibedo dako kob gin acel ame bino timo aber, calo bala ribere kede jo igurup me kin pacu, ka otye akonyi kede tic me pacu.*

## Tuku goga apapu oteka

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup me gure eka ite kwano man okoo idwon alongo: *Tin ni obino kop ikom kom yore ame papu romo konyo kede atin ikite me gwoko paco kede tiyo tic mogo me paco.*
- 2 Pok gurup oko atitin ijo 3-4. Coo kede mon omyero ribere kara acel.
- 3 Kwan gin aluba man okoo alongo: *I yi gurup wu amito ni itam dong ni ibedo wuno jo onyomere calo dako kede icoo, kede otino. Iwot wuno yubu tuku goga ame nyutu ni papu konyo toto gwoko otino kede konyo me tiyo tic mogo me paco. Man mio wu kare me weo kun dang ibedo karacel kede otino wu. Tye yoo acel amyero ilubu. Coo myero tuk bala obedo gini mon kede mon myero tuk bala obedo coo! Eka jo okene bino tuku bale obedo gini otino.*
- 4 Nwo kwano gin omyero otim iyore me adek wek jo ducu te niang.
- 5 Mi gurup dakika 15 me katu kede tuku goga ame gin oyubo.
- 6 Iyonge dakika 15, Iwong dok gurup me dwogo gure.
- 7 Mii gurup me acel cak ngutu tuku goga gi.
- 8 Ka dong ame otyeko gini, Iwong dok gurup okene wek ongut tuku gi.





**9 Leyo tam.** Ka dong ame gurup duc ongotu tuku. Peny apeny magi. Mi otuku kare me tamo kede leyo tam iyi agam gi. Myero inen ni ilwongo coo kede mon ducu me gamo apeny magi.

?

- Iwinyo ni ngo ka ituku kakan apat ame pe myero ituki icawa bala icoo onyo dako?
- Itamo ni ber me coo inywako tic mogo me paco ikin paci ame tye icalu wu?
- Tye coo moro ame ingeo ame gwoko otino kede tiyo tic mogo me paco kede mon gi?
- Itamo ni coo ame konyo mon kede gwoko otino bino kelo alokaloka aber aya nyo alokaloka arac iyi akina paci? Niang wa iyi agami ni.
- Pi ngo omio pire tek me papu ibedo kede otino gi?

**10 Cego.** Kwan man okoo idwon alongo: *Papu atek obedo en agwoko otino, mio kony bot dako mere, kede bedo calo bala angut yi paco mere. Ka papu konyo tiyo tic me paco kede gwoko otino, otino dongo ayi gi yom, kede atek, ame romo bino bedo otela ikin paci gi.*

**11 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Wot iyi akina jo ogure eka ite cikere. Ka ibedo icoo, mi wa tic acel ame ibino tiyo me konyo dako ni, onyo dako ame ibino nyomo ikare me anyim. Ka ibedo dako kobi wa gin acel ame iromo bino timo aber, Calo bala ribere kede jo igurup me kin pacu, ka itye kede konyo tic me paco.*



## Tuku ame nyutu kit ame mato kongo lucu kede tami

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup me gure eka ote kwano man okoo alongo: *Tin obino tuku tuku ame pwoyo wa ikom ngo ame timere ka jo omato kongo atek.*
- 2 Goo lain ame borere romo mita 3 ping, kun itio kede lut onyo cingi.
- 3 Kobi otuku me ryeye atir iyi agiki me lain acel ipiny.
- 4 Kwan jami me aluba man: *Amito ni wun ducu itam ngo aber ame ibino timu ikwoo wu ikare me anyim. Man romo bedo ginoro me kare anonok ame abino, calo bala "Amito nwongo tic diki." Onyo romo bedo ginoro me kare abino anyim, calo bala "Amito bedo acat wil nino moro acel." Kong itam ni dong gin ame imito tye dong inget lain me agiki, ame dong itye inwongo cegi me yin tunu iye. Dano acel acel, awot ame tye aloko gin ame en emito alongo ame jo duc romo winyo kun iwoto ame ilubu laini naka iyi agiki mere. Kong dong imiye bala laini obedo pem, ame ogero malu iwi yamu. Omyero iwot ame tyeni acel tye anyim, gwok tyeni ilain. Abino bedo kwano wel tyeno adi ame tyeni oya kede ilain. Ka ame dano me acaki otunu iyi agiki eka dano me namba aryo dok te cako wot.*
- 5 Kwano kop me aluba iyore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 6 Cak wunu tuku. Myero inen ni otuku coo kede mon ducu okobo gin agin omito ducu idwon alongo kun owoto ongolo yii lain iryeko, kun ogwoko tyen wu duc ilain. Kwan okoo alongo ikare ducu ame tyen otuku oya okoo ilain akaka bedo iwi lain.
- 7 Ka ame dong gurup ducu otuno oko iyi agiki me lain, kwan man: *lcawa ni dok owot cako tuku ni itit. lcawa ni, wun ducu myero omii wang wu oko eka ite cako wire tyeno angwen oyotyot, ame nwongo pwod pe ikobo gin ame imito eka ite wot ngolo iiyi lain.*
- 8 Cak tuku. Ame nwongo mon onyo coo pwod pe ocako wot iwi lain, myero inen ni imiyo otuku owire tyeno angwen, kobi gi nwo gin ame gin amito ame pwod peru ocako wot ilain. Kwan tyeno adi ame ngat acel acel tyene oya kede ilain akaka bedo iwi lain.



## 9 **Leyo tam.** Ka ame gin ducu dong otyeko naka iyi agiki, peny apenye magi.



- Onyo wire omiyo tuku obedo atek?
- Itamo ni tuku ni cal kede mato kongo iyore mene?
- Itamo ni matu kongo romo miyo bedo atek iyore ango me yin inwongo gin ame imito?
- Itamo ni yore mene amato kongo balo kede pacu ame tye iyi akin paci?
- Itamo ni pingo myero omat kong iyore aber?

**10 Cego.** Kwan man idwon alongo: *Mato kongo adwong twero kelo peki apol bala pe timo peny aber icukul, tuku medo kede moko tam arac. Romo miyo komi bedo alit kede timo jami ame wango yii keni onyo bot jo okene, calo ribere ibutu abongo tic kede roc bol onyo bedo lweny atata. Ka imato kongo adwong okato kare oko, romo bedo ateki me nwongo gin ayii mito. Tye jami apol ame iromo timo apat kede mato kongo te mii bede dano ayie yom dang ogwokere.*

**11 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Wot iyi gurup eka ite cako nying ginoro acel ame yin iromo timo ame miyo yin kede owote ni mato kongo iyore aber.*

\* Bulu ame tye kede two kwikwing, two okene onyo angwal pe myero tuk ento romo miyo tam.

## Icina ikom otino awor

**1 Me acaki.** Kobi gurup gure eka ite kwano man okoo alongo: *Tin ni wan obino lok iyore me pwoyo otino ikite me woro abongo pwodo gi kede lut onyo gero.*

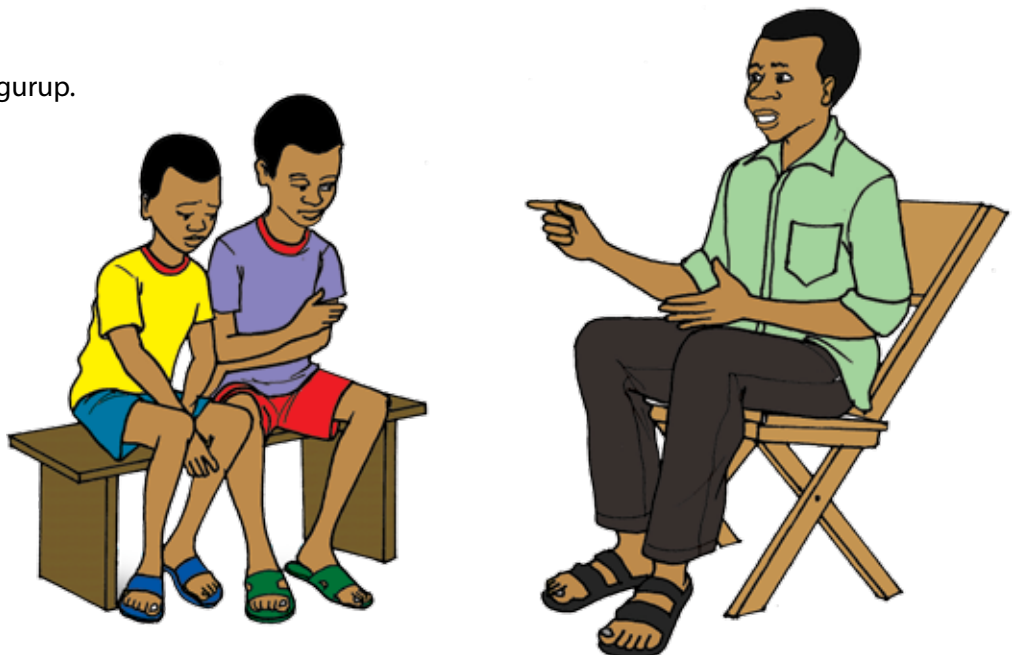
**2** Kwan icina man bot gurup:

Amongi kede Omara otye ogwoko otino gi awobe aryo kede akeo gi Kipwola ame totere obin otoo oweko en pwod tidi acalo omego pire tek, en amwaka mere tye 9 olubu me mwaka 12, kakanoro ducu ame en atye mwaka 12 ni tye awot iye en atidi ni bedo lubu, lcawa okene olwenyo gini, Amongi ame tye kede tic apol woki, me poto kede me kin pacu, VSLA, yie wang atek ka otino awobe ni olwenyo. En mito ni ipwodgi me wek gi pwoyere. Kadi kono bed amanono, Amongi pe mitu ni epwod gi pien en obin ocikere l kare okatu.

Amongi ngeo ngo ame pwodo otino obedo pien wie poyo kit ame onwongo onywalere pwode kede medo kede otino oken. En wiye poyo atek ikom kit ame onwongo ekok kede ipacu gi. Akadi kono, bed ni Amongi wie pe romo poyo pingo onwongo opwode. Pe tye ngatoro ame romo kobe ngo ame en onwongo timo arac kede kit ame en onwongo bedo kede; gin pwode ka apwoda nono nono. En opoyo ni onwongo elworo totere kede etemo gengo ni totere pe myero pwode onyo daa kede. Ikare ame Amongi onwongo otino mere, en openyere kene, "ka ebedo pwodo otino mere miyo gi obedo jo aber?" Amongi wie opoyo ni pwode pe gengo kit ame en ibedo kede.

Onywal omara onwongo pe pwode. Gin tyeko peko gi kede lok otino gi, kede konyo otino gi me niang apokapoka ikin gin aber kede arac. Gin opwoyo otino ikom kit aber kede gene, wore, kede gwokere. Pien gin pe dago jo okene, otino gi onyuti gi ni peko oromo tyeko l yore me lok. Aworo ni, ka awobe onwongo tye alweny, Omara tero dakika moro anak me bedo kede gi ping eka te penyo gi me kobo ngo omiyo gin tye alweny, lyonge lok kedgi en te kobi gin acel acel me bedo te ling itii pi dakika 10 kede tamu pingo omiyo gin maro tuku kede jo okene. Ame dong otyeko gini bedo ping gin obwoyo iyi akina gi otee wot gini mede kede tuku.

**3** Kwan icina ni inwo bot gurup.



**4 Leyo tam.** Peny gurup kede apenye magi. Myero inen ni otuku onwongo kare kede cawa me leyo tam ikom agam gi pi apeny acel acel ame pwod pe okato gini iyii apeny okene.



- Pingo itamo ni jo tio kede daa onyo gero me pwonyo otino gi ikin paci wu?
- Yoo ango ame oromo tic kede me pwony abongo tic kede gero onyo daa?
- Yoo ango ame itamo ni iromo tic kede me pwonyo otino ni ame cal kede yore ame onywali opwonyi kede?
- Ibino timo ni ngo me pwonyo otino ni ame pat kede yore ame onywali opwonyi kede?
- Yoo mene ame itwero nyutu kede mara bot otino kede gwoko gi?

**5 Cego.** Kwan man okoo alongo: *Tye yore apol me pwonyo otino ame pe obedo yore me gero. Lok kede otino ni ikom kit ame gin obedo kede kobi gi ngo agin otimo arac bino konyo gi me ngeo kite me bedo aber. Miyo gi tic apol onyo balo cawa gi me tuku oko bino konyo gi me pwonyere kede kite me bedo, gini rwenyo kucoro ento pe rwenyo mara ni ikomgi.*

**6 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Woti iyii akina gurup eka ite kobi gi cikere kede ginoro acel ame obino pwonyo kede otino gi ame pe obedo pwodo gi onyo daa kedgi.*

## Miyo tam ikom kite me cobo peki

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup me gure eka ite kwano man okoo alongo: *Tin wan obino wunu lok ikom kite me tyeko peko ikin owote wa kede lok apati gero.*
- 2 Pok gurup oko iyie aryo. Coo kede mon myero rubere iyi gurup magi.
- 3 Kwan gin amyero olub malo: *An abino kwano icina aryo acegocego akwako jo onyomere ikodi mwaka wu iyi gurup wu no. Igurup wu no, lee wunu tam iyi kite angu ame gin bino tyeko kede peko gi iyore me lok alubere kede peko gi, apat kede tic igero. Yub tuku icina moro acekcek ame ngutu kit angu ame yin itamo ni ibino tyeko kede peko apat kede yore me gero.*
- 4 Kwan gin omyero olub ame tye iyore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 5 Kwan icina ame tye iyii bokci me acel ipingi.
- 6 Mii otuku dakika 10 me leyo tam kede me yubu tuku icina gi.
- 7 Iyonge dakika 10, lwong gurup me dwogo gure.
- 8 Kobi gurup me nyutu tuku icina gi acelacel.
- 9 Kwan icina me aryo ame tye iyii bokci ipingi, eka ite miyo gurup dakika 10 me yubu dok tuku icina gi anyen.
- 10 Kobi gurup me dwogo gure eka ote cako nyutu tuku icina gi acelacel.



**Icina 1:** Okao kede Kipwola gin onyomere obedo dong aromo mwaki aryo dang otye ogwoko cente gi ni myero gin onywal atin. Iyongeye Okao ocaiko wot ika mato kongo kede owote mere akaka wot itic. En dwogo pacu ame omer abongo akadi cente kun daa idako mere Kipwola. Kipwola obin ogamo doge igero kede daa, en obin odao pi mero Okao pien. Okao kare okene lwenyo kede ka omer.

**Icina 2:** Achieng kede Obita onyomere dang otye kede otino adek. Aceng yac kede atin me dwete angwen iyonge en tye awinyo agoro atek me en tiyo gin amyero en tii, calo tedo dek kede neno otino ducu. Ka Obita odwogo pacu ika ticere pwode pien nwongo dek pe ocek kede ot dang nwongo pe tye acil.

**11 Leyo tam.** Kobi gurup me gure eka ite penyo gi kede apenye magi.



- Ngo omiyo kit peki acal magi dwong tutwal iyi akina paci wu?
- Jo onyomere tio kede yore me gero me tyeko peko gi aya onyo oloko gini aloka pi tyeko peki gi?
- Pingo omiyo pire tek me nwongo kite me tyeko peko apat kede yore me gero?
- Jami ango ame jo onyomere romo timo me tyeko peko gi abongo tic kede yore me gwero?

**12 Cego.** Kwan man okoo alongo: *Ka jo onyomere olwenyo iyii akina gi kelo lworu, arem kede wang yic. Man miyo gi pe otyeko peki ame gin-nwongo otye olweny pire ni. Lok kede awoti bino konyo wu me tyeko peko iyi akin wu te miyo wat aber bedo atye iyi akina wu. Pire dang tek me nyutu otino wu kite me tyeko peko abongo gero onyo lweny.*

**13 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Woti ikin jo ogure eka ite penyo gin acel-acel ngo ame gin bino timo ikare me anyim me tyeko peki abongo tic kede gero.*

## Wer me mara ame pe gik

- 1 Me acaki.** Kobi gurup me gure eka ite kwano man okoo alongo: *Jo apol tamo ni kare ame ber me maro kede awoti obedo ikare ame nwongo pwod icako wunu mite amita. Tin obino kop ikom kite angu ame oromo gwoko mara kede yom yic naka ikare ame inyomere.*
- 2** Pok gurup oko atitino kede jo aromo 3-4. Coo kede mon omyero rubere oko ento jo onyomer omyero pe ipok yii gi.
- 3** Kwan jami me aluba okoo alongo: *Tam dong ni jo onyomere ame otyeko mwaka abic gin otio atek, pi otino gi aryo ame ool atek nino ducu. Ope gini kede cawa me gin iribere. Tam angu ame iromo miyo gi wek mara gi te mede ameda? Gin romo lok ni ngo iyi ikina gi kede bedo ni ngo? Man nyutu mara angu ame nwongo gin tye kede iyii akina gi ikare me acaki? lok wunu ikop man igurup wu eka ite katu kede wer ikom kit ame jo onyomere romo gwoko kede mara iyi akina gi.*
- 4** Kwan gin alubo iyi yore me 3 kun inwo me wek jo duc niang aber.
- 5** Mii gurup dakika 10 me leyo lok eka ote yubu gini wer.
- 6** Iyonge dakika 15, lwong gurup me dwogo gure gini.
- 7** Lwong gurup me wero wer gi acel acel. Ka tye onyo jo moro me yii akina paci, lwong gi me bino winyo kede mii gi nge ni gin obedo ka oneno. Gin myero pe tim ginoro keken I kom tuku man.





**8 Leyo tam.** Ka ame dong jo ducu otyeko peny gi nyo apenye magi. Mii otuku cawa me tamu kede leyo tam gi ikom agam gi, am pwod pe iwoto iyi apeny okene. (Gin ango ame jo onyomere yele me timo pi gwoko mara gi me bedo atek?) *Is this text in brackets correct*



- Gin ango ame jo onyomere yele me timo me miyo gi mare atek?
- Pingo omio jo onyomere ngeo kit me gwoko mara gi naka ka ame dong gi onyomere oko pi kare alac?
- Ngo omio pire tek me gwoko wat iyi akina wa atek?
- Ngo omio gin ame iwero iye tini oyeni timere iyi akina paci?

**9 Cego.** Kwan man oko alongo: *Gwoko mara wa kede miyo bedo atek pi kare alac tek pi jo duc. Wang yic me pito otino, nwong cente, tic kede lokere akwo acalo bala two romo bedo peko ajo onyomer. Pire tek me yubu kare piri acalo jo onyomere. Man tere ni nyutu ijo ducu mara ni woro kede lok ikom ngo ame itamo. Ginoror ame tye agoro calo bala wot karacel pire tek.*

**10 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Wot ikin gurup eka ite mii dano acel-acel cikere i ginoro ame obino timo gini ikare me anyim ame mio gi wat ikin gi bedo aber ikare ducu.*

## Bedo ame ingeo apenyi

- 1 Me acaki.** Kobi gurup me gure kare acel eka ite kwano man okoo alongo: *Tin obino lok ikin wa ken wa ikom kit awan omito ni kwo wa bedo kede acalo wan odoko adongo.*
- 2** Pok gurup kede jo aryo aryo; mon kede mon, coo kede coo.
- 3** Kwan jami me aluba man okoo kede dwon alongo: *Tam ni dong yin ibedo atic me redio dang dong itye ipenyo awoti. kwan apenyi oko kede dwon along. Iyi akina wu, tii kede kare me penyo awoti kede apenye man eka ite gamo. Akwano apenyi abic eka ate mii dakika moro anonok pi ikom apenyi acel acel me lok kede awoti.*
- 4** Kwan jami me aluba iyii yore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 5** Kwan apenyi ame tye iyii bokci ipinyi momot. Iyonge iyi apenyi acel acel, mi gurup dakika aromo 2 me lok kede owote gi ame pwod pe ikwano apenyi okene. kede owote gi ame pwod peru ikwano apenyi okene.



**Apeny 1:** Imito ni mara ni myero bede ni ngo ka dong itye iwot tii ?

**Apeny 2:** Iltamo ni otino adi ame myero ibed kede?

**Apeny 3:** Iyubere me lagoro yii akina otino ni ningo? Kede ibino nywalo ame olubere gini aluba?

**Apeny 4:** Kob kit toto onyo papo ango ame itamu ni ibino bedo?

**Apeny 5:** Ngo ame itamo pi anyim pa otinoni?

**6 Leyo tam.** Kobi gurup me gure eka ite penyo apenye magi. Omyero inen ni ilwongo jo apol apapat, medo icoo atino kede mon atino.



- Iwinyo ni ngo me leyo tami pi ngo ame imito ikare me anyim kede owote ni?
- Tye aber me jo atino ilok ikom miti gi me pacu gi onyo otino gi kede jo okene?
- Pingo itamu ni pire tek me lok kede awoti ikom ngo ayin imito pi pacu wu?
- Ngo ame jo onyomere romo timo kun onwongo cawa me bedo ping lok ikin gi amako ngo agin amito pi ikare me ayim?

**7 Cego.** Kwan man idwon alongo: *Lok kede cwari ikom ngo awun jo onyomere imito ni pacu wu bed adit kede, medo kede otino, man bino miyo pacu wu bedo atek. Pire tek tutwal bot jo ame onyomere me leyo tam gi kare acel ikite ame ka dong otye gini kede otino kede kit me lagoro nywal. Jo onyomere omyero olok gini ikom gwoko otino kede pwonyo gii woro. Leyo tam ikom gin ame imito wunu bino miyo wu nwongo.*

**8 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Woti ikin jo ogure ite mii dano acel-acel kobo nying awoti acel ame yin ibino lok kede icabiti ikom ngo ame imito pi pacu ni.*



## Yat ame otucu kede mon pi lagoro nywal. Ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit me tic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup me gure eka ite kwano man okoo alongo: *Tye yore apol me gengo yac. Tin obino tuku tuku ame pwonyo wa ikom yore acel me lagoro nywal ame obedo tucere kede yat me pico. Man obedo yore acek ame otucu ibad dako pi gengo yac. Yat ame otucu kede mon ni tye kwone apapat ento tin, obino lok ikom me dwete adek adek ame dang olwongo ni DMPA onyo DEPO. Pire tek me icoo kede dako ngeo kite me tic kede yore me lagoro nywal.*
- 2 Kwan man okoo alongo: *Yore ango ame ingeo me gengo yac? Mii otuku kare me tamo kede leyo tam ikom agam gi.*
- 3 Ka ame otyeko gini mii yore apapat, nywak agam ame tye kan ame gin pe okobo kedgi. Yat amwonya; nyonyo ame oketo iyi awura (IUD); yat ame otucere kede atuca; opira amon me gengo yac; roc bol me gengo yac; yat ame okwoyo ibad; tweyo cekke pi gengo nywal; doto atin pi dwete abicel abongo miyo cem more keken (LAM); yat ame omwonyo me gengo yac ame ongole atura; bedo kede ngec ikare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (me aporere acalo tee yen aryo), ame yii akina gi tye aromo mita 10. Kobi gurup ni kabede magi alwongo ni "ATENI" onyo "GOBA". "PE ANGEO" abedo idyere.
- 5 Kwan gin me aluba ooko alongo: *Abino kwani kop ikom yat ame otucere kede me lagoro nywal. Ka itamo ni kop man obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongo ni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongo ni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi gurup pingo itamo ni kop man tye ateni onyo goba. Akwano agam ame tye ateni. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.*
- 6 Kwan jami me aluba iyii yore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 Kwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, peny jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede kare me lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.



**Kop:** Me miyo yat me pico tic pi gengo yac, atic me yot kom tucu kede dako iyonge dwete adek adek.

**Agam:** *Kop man tye ateni. Yore ame omaro tic kede yat me pico me lagoro nywal, DMPA, dako myero onen atic me yot kom inge dwete adek adek pi tucere kede yat man.*

**Kop:** Dako ame tye atucere kede yat me lagoro nywal, pe twero yac iyonge weko tic kede yat man.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Dako twero tero kare aromo dwete 6-12 me yac iyonge weko tucere. Pe tye gin anyutu ni dako doko alur acalo adwogi me tic kede yat man.*

**Kop:** Yat me pico me lagoro nywal rac, tutwalere pi bulu ame pwod pe onywal.

**Agam:** *Kopi obedo goba. Yat me pico ni ber pi bulu, naka jo ame pwod pe kede otino.*

**Kop:** Yat me pico ni romo mii giko tio two dwe.

**Agam:** *Kopi obedo ateni. Mon ame tye atic kede yat me pico pola kare pe kelo tong gi ame miyo gi giko tio two dwe gi ooko. Man pe kelo bal ikomi kede iyot komi.*

**Kop:** Yat me pico pe dwoko cak adako ping ka tye adot.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Yat me pico man pe dwoko cak adako piny dang pe kelo bal loro keken icak adako onyo iyot kom atin. Mon romo tic kede yat me pico man iyonge cabit 6 ka onywal.*

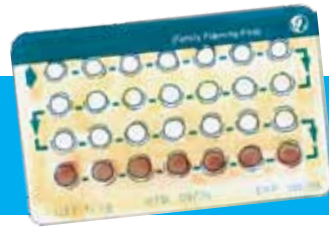
**10 Leyo tam.** Kobi gurup me gure eka ite penyo apeny magi. Mii gi kare me nywako agam gi kede owote gi. Nen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo ame ipwonyo anyen ikom tic kede yat me pico pi lagoro nywal?
- Ngo omiyo yin itamo ni pire tek pi coo atino KEDE mon atino me pwonyo kop ikom yat me lagoro nywal?
- Ngo ame yin itamo ni jo iyi akina paci tamo ikom yat me pico pi lagoro nywal? Itamo ni gin tye kede ngec ateni onyo ngec ame pe tye ateni?
- Kwene ame yin kede jo atino okene twero wot iye me nwongo yat pico kede yat okene me lagoro nywal?

**11 Cego.** Kwan man okoo alongo: *Mon apol kede jo onyomere maro tic kede yat me pico me lagoro nywal pien yat me pico pe mito poyo wic nino ducu calo yat anwonya, pe tye ngatoro ame romo kobo ni dako man tye atic kede yat me pico me lagoro nywal. Ento, acalo yen ducu me lagoro nywal, adwogi me tic kede tye anak. Pire tek tutwal me lok kede atic me yot kom ikom yore okene ame coo, mon medo kede bulu romo tic kede me gengo yac.*

**12 Cikere.** Kwan man okoo alongo: *Wot ikin jo ogure mii dano acel-acel lwong kabedo acel onyo dano acel ame iromo lok kede wek inwong ngec okene amako yat me pico kede yat okene me lagoro nywal.*



## Yat ame omwonyo pi gengo yac. Ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit metic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup gure kareacel ite kwano man idwon alongo: *Tye yore apapat me gengo yac. Tin wan owot tuku tuku me wek oniang yore acel me lagoro nywal ame olwongo ni yat amwonya pi lagoro nywal, onyo "yat amwonya". Yatono yin imwonyo nino kede nino me gengo yac. Ber tutwal pi coo kede mon me ngeo yore me lgoro nywal.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Yore anga ame yin ingeo me gengo yac?* Mii gurup dakika anoknok me tamo kede leyo tam iyi agam gi.
- 3 Ka ame otyeko gini miyo yore apapat, nywak agam ame tye kan ame gin pe okobo. Yat amwonya; nyonyo ame oketo iyi awura (IUD); yat ame otucere kede atuca; roc bol me gengo yac; opira amon me gengo yac; yat ame okwoyo ibad; tweyo cekke me gengo nywal; doto atin pi dwete abicel abongo miyo cem moro keken (LAM); yat ame omwonyo cutcut me me gengo yac ame bino atura, bedo kede ngec ikare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo dyere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: *Abino kwani wu kop ikom yat omwonyo me lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi gurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno ngagi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwoyere.*
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 Kwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunyi me lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.



**Kop:** Dako myero mwony yati ka orwate kede icoo iyore me butu.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Dako myero mwony yati nino kede nino me wek pe yac. Yati tio ka imwonyo nino inino.*

**Kop:** Ka itye imwonyo yat me lagoro nywal, alokaloka itio two dwe maro bedo atye ento nwongo pe kelo bal.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Ka icako mwonyo yat me lagoro nywal, imaro nwongo ni remo maro romo bedo cwer pi dwete moro anonok ikare ame icako tic kede yat man. Ibino cako tio two dwe ni kare ikare, kun bedo anonok iyongeye.*

**Kop:** Yat man me lagoro nywal bino kelo angwal ikom atin calo wic ame bedo bala bulok.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat man me lagoro nywali pe kelo peko moro keken ikom atin onyo torere.*

**Kop:** Yat me lagoro nywal man miyo ibedo alur.

**Agam:** *Kop man obedo goba: Teki dako oweko mwonyo yat man me lagoro nywali, nwongo en dong twero yac.*

**Kop:** Yat man me lagoro nywali ber pi bulu me mwonyo.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Mon atino aromo million apol dong otio kede yat man me lagoro nywali pi mwaki akato 30 oko kun dang opimo kato yen okene ni oko. Iyi ateni, okwan onwongo ni yat man me lagoro nywali twero konyo mon inwongo two kanca.*

**10 Leyo tam.** Mii gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.

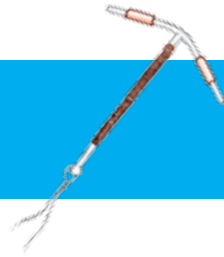


- Ngo anyen ame inwongo alubere kede yat anwonya man me lagoro nywali?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu me nwongo ngec amako yore me lagoro nywal?
- Itamo ni jo me yii akina paci wu tamo ngo ikom yat amwonya me lagoro nywal? Otye gini kede ngec aber kede ngec arac?
- Kwene ame yin kede jo atino okene twero wot iye pi nwongo ngec akwako yat anwonya me lagoro nywal medo kede yore okene me lagoro nywal?

**11 Cego.** Kwan man ooko alongo: *Mon apol kede jo ame onyomere maro yat amwonya me lagoro nywal pien konyo me gengo yac medo kede kanca. Kwone yen me lagoro nywal okene konyo me dwoko piny arem ame bedo ikare me tio two dwe, juku ony aremo adwong ikare me tio two dwe kede konyo me miyo del komi bedo amwonya. Gin ame twero bedo atek en aye me miyo wii poyo me mwonyo yat nino inino kede me poyo kare ikare me nwongo yati. Ka dako okeng mwonyo yatere me lagoro nywal, nwongo en tye kede kero me yac. Acalo bala yore okene me lagoro nywal, en twero yeli. Pire tek me lok kede atic me yot kom iyore okene ame coo kede mon medo kede bulu pi gengo yac.*

**12 Cikere.** Kwan man ooko alongo: *Wot ikin jo ogure mii dano acel-acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame itwero lok kede pi nwongo ngec apol akwako yat anwonya pi lagoro nywal medo ked yore okene me lagoro nywal.*





## Waya ame oketo iyi awura(IUD) ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit metic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup me gure kare acel ete kwano man ooko idwon alongo: *Tye yore apol me lagoro nywal. Wan tin obino tuku tuku ame akonyo wa me nyango atut kop ikom nyonyo ame oketo iyi awura adako pi lagoro nywal. Nyonyo ni cal kede T ni oketo iyi awura adako ka dong oketo ooko, dako twero winyo ento gengo yac pi mwaki aromo 12. pire tek me dako kede coo ducu me nwongo ngec me lagoro nywal.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Yore anga ame yin ingeo me gengo yac?* Mii gurup dakika anoknok me tamo kede leyo tamgi iyi agamgi.
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yore apapat, lee ked gi yore ame oryeo piny kan ame gin pe okobo. Yat anwonya, nyonyo ame oketo iwura, yat me pico, roc bol kede opira amon, yat ame okwoo ibad mon, ngedo ler acoo, tweyo cekke nywal amon, doto atin kede cak kor kiken pi dwete 6 iyonge nywal, yat ame inwongo cutcut iyonge ribere kede icoo iyore me butu bedo ame ingeo kare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo idyere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: *Abino kwani wu kop ikom nyonyo ame oketo iyi awura adako pi lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi igurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno ngagi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.*
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 KKwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunygi me lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.





**Kop:** Nyonyo ame oketo iyi awura ni obedo yore opore tutwal me gengo yac.

**Agam:** *Kop man tye ateni. Nyonyo ame oketo iyi awura ni obedo yore opore tutwal dok ame rii pi gengo yac. Tio aber loo roc bol, yat amwonya kede me pico. Ka dong oketo oko, twero bedo iyi iwura pi mwaka aromo 12. Atic me yot kom twero kwanyo Nyonyo man ooko ka dako tye amito nywal. Ka okwanyo Nyonyo man ooko, dako twero yac oko cutu cutu.*

**Kop:** Yore man me lagoro nywali myero mon ame kong onywal keken en ame tii kede.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Dako moro keken, tidi onyo otii, onywal onyo pe onywal twero tic kede aber kede nyonyo man ame orwako iyi iwura pi lagoro nywal onyo gengo yac.*

**Kop:** Nyonyo man me gengo yaci romo wot ikom dako, I tawo mere onyo adam mere.malo.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Pe tye yo moro keken ame ya iyi iwura ame woto kanoro keken me kom dano nikwanyo ka atic me yot kom okwanyo. Ka okatu ooko, ya ikom me mon. Nyonyo me lagoro nywali pe maro katu ooko.*

**Kop:** Nyonyo man me gengo yaci twero cobo kom icoo icawa me butu.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Nyonyo man pe gudu kom dano icawa me rwate ibutu.*

**Kop:** Nyonyo man twero poto ooko icawa me tuku.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Teki dong oketo nyonyo man ooko, bedo kunu naka ka atic me yot kom aye okwanyo.*

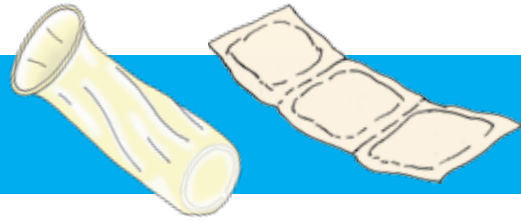
**10 Leyo tam.** Mi gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo anyen ame inwongo alubere kede nyonyo ame oketo iyi iwura me lagoro nywali?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu me nwongo ngec amako yore me lagoro nywal?
- Itamo ni jo me yii akina paci wu tamo ngo ikom nyonyo ame oketo iyi iwura me lagoro nywal? Otye gini kede ngec aber kede ayanyoo ngec arac?
- Kwene ame yin kede jo atino okene twero wot iye pi nwongo ngec akwako nyonyo ame oketo iyi iwura me lagoro nywal medo kede yore okene me lagoro nywal?

**11 Cego.** Kwan man ooko alongo: *Pol amon kede anyomere maro tic kede nyonyo man ame oketo iyi iwura me gengo yac pien ber tutwl me gengo yac, rii pi kare alac kede pe yelo ngat ame atye atic kede teki dong oketo ooko. Pe tye gin amyero ipoyo nino inino bala me yat amwonya ento dako ngeo ni itye tic kede yore me gengo yac. Acala bala yore okene me gengo yac, yore man twero bedo kede adwogi mere. Pire tek me lok kede atic me yot kom akwako yore ame mon kede coo medo kede bulu twero tic kede pi gengo yac.*

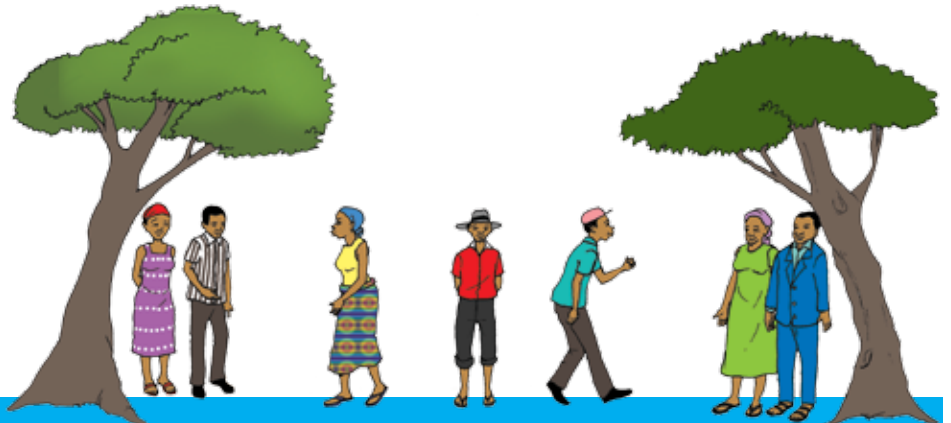
**12 Cikere.** Kwan man ooko alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame otwero lok kede pi nwongo ngec apol ikom nyonyo ame oketo iyi awura me lagoro nywal medo kede yore okene me lagoro nywal.*



## Roc bol obedo ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit metic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi jo gure agura eka ite kwano idwon alongo: *Tye yore apol apapat me gengo yac. Wan tin obino tuku tuku ame pwonyo wa ikom roc bol kede opira amon me lagoro nywal. Pire tek tutwal me jo ducu icoo kede dako me bedo ked ngec ikom kite me lagoro nywal.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Yore anga ame yin ingeo me gengo yac?* Mii gurup dakika anoknok me tamo kede leyo tamgi iyi agam gi.
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yore apapat, lee ked gi yore ame oryeo piny kan ame gin pe okobo. Yat anwonya, nyonyo ame oketo iwura, yat me pico, roc bol kede opira me mon, yat ame okwoo ibad mon, ngedo ler acoo/ tweyo cekke nywal amon, doto atin kede cak kor kiken pi dwete 6 iyonge nywal, yat ame inwongo cutcut iyonge ribere kede icoo iyore me butu bedo ame ingeo kare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo dyeremere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: *Abino kwani wu kop ikom roc bol kede opira amon me lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi igurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno ngagi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.*
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 Kwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunyi me lok. ok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.



**Kop:** Roc bol acoo kede opira mon duc gengo yac kede twoye ame kobo iyoo me rwate ibutu acalo, kudi me two jonyo.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Roc bol keken en obedo yore acel me gengo yac kede twoye ame kobo iyore me ribere ibutu bala kudi me two jonyo.*

**Kop:** Icoo romo ruku roc bol aryo onyo adek awange acel me medo rwom me gwokere malo.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Roc bol romo yec ka ame idodo ikom awotere. Myero itii kede roc bol acel keken ikare ducu me rwate ibutu.*

**Kop:** Opiraa mon medo kede roc bol coo oromo tic kede awange acel me medo rwom me gwokere malo.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Roc bol acoo kede opira mon myero pe otii kede awange acel. Man romo kelo lyeto te miyo yec oko.*

**Kop:** Opira amon tye aber tutwal.

**Agam:** *Agam man obedo ateni. Opira amon borere rom aroma imeg acoo ento lac. Tye aber ame donyo ikom me mon. Opira amon tye ame oyiko aber ame romo donyo ikom dako moro keken kede ikom me icoo moro keken. Opira magi pe romo rweny iyi ikom dano. Moro keken.*

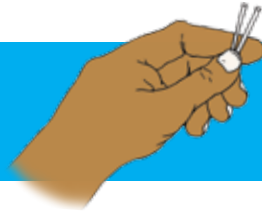
**10 Leyo tam.** Mii gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo anyen ame ipwonyo ikom roc bol kede opira amon?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu nwongo ngec ikom yoo me gengo yac?
- Yin itamo ni jo ipaci wu tye kede tam ango ikom roc bol onyo opira amon me gengo yac? Tye gini kede ngec aber nyo en arac?
- Ka kwene ame yin medo kede jo atino okene twero wot iye me gamo roc bol kede opera amon onyo me nwongo ngec akwako roc bol kede opera amon me gengo yac?

**11 Cego.** Kwan man ooko alongo: *Coo kede mon maro tic kede roc bol pien pe kelo adwogi moro arac ikomi, kede gin otwero nwongo kanoro ducu. Opira amon myero oket ooko con dang pe balo rwate iyore me butu. Mon maro pien miyo gi kare me tic kede dang otwero tic kede abongo neno atic me yot kom. Pol ajo onyomere tye kede peko itic kede roc bol, tic kede yore okene me lagoro nywal calo bala yat me pico, yat me amwonya, kede tic roc bol maro bedo yore aber tutwal me gengo yac medo kede two ame kobo iyore me mit iyi akina jo onyomere.*

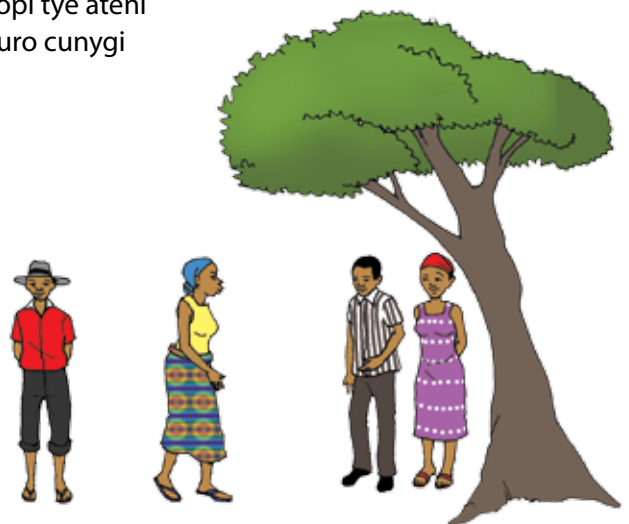
**12 Cikere.** Kwan man alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame twero lok kede pi nwongo ngec apol akwako opira acoo kede amon medo kede yore okene me gengo yac.*



## Yat ame okwo ibad mon ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit me tic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi jo gure eka ite kwano idwon alongo: *Tye yore apol apapat me gengo yac. Wan tin obino tuku tuku ame pwonyo wa ikom yat ame okwo ibad mon pi lagoro nywal. pire tek tutwal me jo ducu icoo kede dako me bedo ked ngec ikom kite me lagoro nywal.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Yore anga ame yin ingeo me gengo yac?* Mii gurup dakika anonok me tamo kede leyo tam gi iyi agam gi.
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yore apapat, lee ked gi yore ame oryeo piny kan ame gin pe okobo. Yat anwonya, nyonyo ame oketo iwura, yat me pico, roc bol kede opira me mon, yat ame okwoo ibad mon, ngedo ler accoo/mon, doto atin kede cak kor keken pi dwete 6 iyonge nywal, yat ame inwongo cutcut iyonge ribere kede icoo iyore me butu bedo ame ingeo kare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo dyeremere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: *Abino kwani wu kop ikom yat omwonyo me lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongo ni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongo ni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi igurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno nga-gi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.*
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 Kwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunyi me lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.



**Kop :** Bulu myero pe tii kede yat ame okwo ibad mon me lagoro nywal.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat ame okwo ibad moni tye aber pi bulu, medo kede jo ame dong onywal kede jo ame pwod pe onywal.*

**Kop :** Yat ame okwo ibad tye yat aber iyi akina yore okene me gengo nywal.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Yat okwo ibad tio aber tutwal. Tio aber loyo yat me amwonya, yat me pico kede roc bol acoo kede opira amon me gengo yac.*

**Kop :** Mon romo yac oko iyonge juku tic kede yat ame okwo ibad.

**Agam:** *Agam man obedo ateni. Iyonge kwanyo yat man ooko ibad, dako romo yac ame pe otero kare apol*

**Kop :** Yat ame okwo ibad miyo atin bedo angwalo.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Ka dako yac ame tye atic kede yat ame okwo ibad, peko moro bedo ape ikom atin.*

**Kop :** Yat ame okwo ibad romo wot ikom dako onyo romo ya oko ibad dako.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat ame okwo ibad pe ya ikan okwo iye nikwanyo ka atic me yot kom en okwanyo. Kare ame gin man romo cakere me katu kede ooko obedo ka oketo arac.ka man otime, dako myero nen atic me yot kom eka te tic kede yore okene me lagoro nywal.*

**10 Leyo tam.** Mii gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo anyen ame ipwonyo ame okwo ibad mon me gengo yac?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu nwongo ngec ikom yore me gengo yac?
- Yin itamo ni jo ipaci wu tamo ngo ikom yat ame okwo ibad mon me lagoro nywal? Tye gini kede ngec aber aya-nyo en arac?
- Ka kwene ame yin kede jo atino okene twero nwongo ngec akwako yat ame okwo ibad mon me lagoro nywal medo kede yore okene me lagoro nywal?

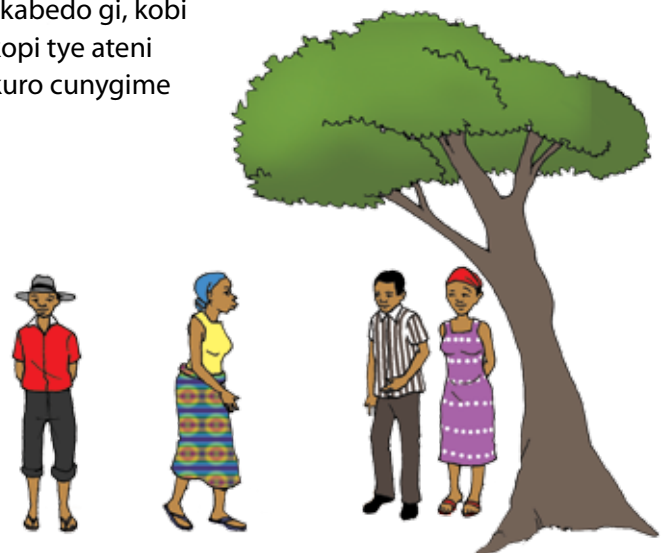
**11 Cego.** Kwan man ooko idwon alongo: *Pola mon kede jo onyomere maro tic kede yat me akwoa ibad pien ka ame dong otyeko keto, pe dong mito ginoro okene, obedo yore ame rii, kede pe balo mita ribere ibutu. Acalo yore ducu me lagoro nywal, ame romo bedo kede adwogi mere. Pire tek me lok kede atic me yot kom ikom yore ame coo kede mon, medo kede bulu, me bedo kede ngec me lagoro nywal.*

**12 Cikere.** Kwan man alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame twero lok kede pi nwongo ngec apol akwako yat ame okwo ibad kede yore okene me gengo yac.*

## Yat me gengo yaco pi peko ame otimere atura

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me yat ame omwonyo cut cut pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit me tic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi jo gure eka ite kwano idwon alongo: *Tye yore apol apapat me gengo yac. Wan tin obino tuku tuku ame pwonyo wa ikom Yat ame omwonyo cutcut me gengo yac ame bino atura. Pire tek tutwal me jo ducu icoo kede dako me bedo ked ngec ikom kite me lagoro nywal.*
- 2 Kwan man oko idwon alongo: *Yore ango ame yin ingeo me gengo yac? Mii gurup dakika anak nok me tamo kede leyo tamgi iyi agam gi.*
- 3 Ka dong gin otyeko miyo yore apapat, lee ked gi yore ame oryeo piny kan ame gin pe okobo. Yat anwonya, nyonyo ame oketo iyi iwura, yat me pico, roc bol kede opira me mon, yat ame okwoo ibad mon, ngedo ler acoo/tweyo icekke nywal amon, doto atin kede cak kor keken pi dwete 6 iyonge nywal, yat ame imwonyo cutcut iyonge ribere kede icoo iyore me butu, bedo ame ingeo kare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo dyere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: *Abino kwani wu kop ikom yat omwonyo me lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi igurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno ngagi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.*
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 KKwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunygime lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.





**Kop :** Yat ame mon mwonyo cutucutu iyonge rwate kede icoo ibutu bino onyo yi dako ooko ka en omwonyo ame en dong oyac ooko.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat man me amwonya cutcut ni gengo tong dako me rwate kede kwir icoo iyonge rwate iyore me butu. Ka dako dong oyac ooko yat man pe bino juku yac kede dang pe bino kelo peko moro keken ikom atin.*

**Kop :** Yat man myero omwony cutcut iyonge rwate kede icoo ibutu abongo tic kede roc bol me wek te tic aber.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Teki omwonyo yat man oyoyot iyonge rwate kede icoo iyore me butu, yat man tio oyoyot pi gengo yac. Onwongo ni yat man gengo yac naka pi nino aromo 5 iyonge rwate kede icoo iyore me butu.*

**Kop :** Mwonyo yat man pi gengo yac bin miyo dako twoye pi nino moro anak.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Yat man ame omwonyo cutucutu iyonge rwate iyore me butu pi gengo yaci ikare okene miyo cuny dako lemo, wiewe wiro kede dang icawa okene ngokere. Remo dang twero oony ikome me monere pi cabit acel iyonge mwonyo yat man.*

**Kop :** Yat ame omwonyo cutucutu iyonge rwate kede icoo iyore me butu bino miyo mon timere iyore ame pe ber medo kede rwate icoo apol apola iyore me butu.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Onwongo ni bedo kede yat man me amwonya pi gengo yaci pe kelo alokaloka ikite ajoo. Ento miyo mon kare okene me gengo yac ka nwongo orwate gini iyore me butu abongo gengere (tic abongo opira).*

**Kop :** Yat ame omwonyo pi gengo yac iyore me butu ni pe opore pi bulu.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat me gengo yaci, opore pi mon ducu kun bulu dang nwongo tye iye.*

**Kop :** Mon pe myero tii kede yat man ame omwonyo cutucutu iyonge rwate kede icoo ibutu abongo gengere ni tyen akato acel oko iyi mwaka acel.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Yat man otwero tic kede kitoro keken ame dako tye amito pi gengo yac iyonge rwate kede icoo iyore me butu abongo gengere. Kadi bed ni yore okene bala yat amwonya me dikdik, yat me pico, en ame oketo iyi iwure adako otio kede kare ikare pigengo yac (ka otio kede iyore aber ame peru irwate kede icoo iyore me butu).*

**10 Leyo tam.** Mii gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo anyen ame ikwano ikom yat ame omwonyo cutcut me gengo yac ongole atura?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu nwongo ngec ikom yore me gengo yac?
- Yin itamo ni jo ipaci wu tamo ngo ikom yat ame yat ame omwonyo cutcut iyonge rwate kede icoo iyore me butu? Tye gini kede ngec aber nyo en arac?
- Kwene ame yin kede jo atino okene twero nwongo ngec akwako yat ame omwonyo cutcut me gengo yac medo kede yore okene me lagoro nywal?

**11 Cego.** Kwan man ooko idwon alongo: *Yat ame omwonyo cutcut iyonge rwate ibutu miyo mon bedo kede kare okene me gengo yac. Pire tek me ngeyo kwene ame itwero nwongo yat man iye me wek ite tic kede cutcut iyonge rwate iyoo me butu. Medo kede ka roc bol oyec onyo owote odong ooko iyii dako. Pola jo maro bedo kede yat man icingi ka yore ame gin tio kede me gengo yac pe otio. Pire tek me lok kede atic me yot kom akwako yore me gengo yac.*

**12 Cikere.** Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame itwero lok kede pi nwongo ngec apol ikom yat ame omwonyo cutcut iyonge rwate kede icoo iyore me butu medo kede yore okene me gengo yac.



## Doto atin kede cak kor keken pi dwete abicel ateni onyo goba

**Ngec bot atela:** Nen kad me ateni me doto atin kede cak kor keken pi dwete abicel pi gengo yac inge kad me tic pi ngec adwong. Ka twere, lwong atic me yot kom me konyi ikit metic kede kad man.

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup gure kareacel ite kwano man idwon alongo: *Tye yore apapat me gengo yac. Tin wan owot tuku tuku me wek wa oniang yore acel me lagoro nywal ame olwongo ni doto atin abongo miyo cem moro keken pi dwete 6. Ber tutwal pi coo kede mon me ngeo yore me lgoro nywal.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Yore anga ame yin ingeo me gengo yac? Mii gurup dakika anoknok me tamo kede leyo tamgi iyi agam gi.*
- 3 Ka ame otyeko gini miyo yore apapat, nywak agam ame tye kan ame gin pe okobo. Yat amwonya; doto atin pi dwete 6 abongo miyo cem moro keken (LAM); yat ame otucere kede atuca; roc bol me gengo yac; opira amon me gengo yac; yat ame okwoyo ibad; ngedo ler acoo/tweyo cekke amon me gengo nywal; yat ame omwonyo me gengo yac ame ongole atura; bedo kede ngec ikare ame itwero yac iye.
- 4 Yer kabedo aryo (aporere yen aryo), ame yii akina mere tye mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel alwongo ni "ATENI" en okene obedo "GOBA". "PE ANGEO" abedo dyere.
- 5 Kwan jami me aluba magi okoo alongo: Abino kwani wu kop ikom doto atin pi dwete 6 abongo miyo cem moro keken me lagoro nywal. Ka itamo ni kopi obedo ateni, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "ATENI". Ka itamo ni kopi obedo goba, ngweci ikabedo ame otye alwongoni "GOBA". Ka pe ingeo, bed idyere kan. Ka ingweco ikabedo wu, abino penyo wu me kobi igurup pingo itamo ni kopi tye ateni onyo goba. Akwani wu agam ame tye ateni eka ote neno ngagi ame ogamo aber. Pe balo me pe bedo kede agam ateni. Tin wan ducu otye kan me pwonyere.
- 6 Kwan dok jami me aluba iyore me 5 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 7 Kwan kop me acel ibokci ipiny. Ka otuku ongweco ikabedo gi, kobi jo aryo ikabedo gi me kobo ngo omiyo gin tamo ni kopi tye ateni onyo goba. Mii otuku kare me gamo apeny kede cukuro cunyi gi me lok.
- 8 Kwan agam me ateni ipiny kan ikopi.
- 9 Tii kede yore man pi kop okene ame pwod odong.





**Kop:** Doto cak keken obedo ni, pe tye dekoru keken onyo gin amata moro ame otye amiyo atin.  
**Agam:** *Kop ma obedo ateni. Pi gengo yac okene, pe iromo miyo atin ginoro okene apat icak kor. Ka itimo, myero inwong yore okene me tic kede pi gengo yac.*

**Kop:** Doto atin kede cak kor keken pi mwaki aryo gengo yac okene.

**Agam:** *Kop man obedo goba. Doto atin kede cak keken gengo yac ka atin pwod pe oromo dwete 6. Ber dang me miyo atin cem okene iyonge dwete 6 me doto atin kede cak keken.*

**Kop:** Doto atin kede cak keken pi dwete 6 bino tic me gengo yac ka toto atin pwod pe ocalo tio two dwe mere iyonge nywal.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Ka toto ocalo tio two dwe mere omyero tii kede yoo okene acalo bala nyonyo oketo iyi awura, yat okwoyo ibad, yat me pico, onyo opira me gengo yac okene.*

**Kop:** Dako myero cak dot cutcut iyonge nywalo atin me gengo yac.

**Agam:** *Kop man obedo ateni. Ka dako pe oacko dot cutcut, en romo miyo atin cem okene oko ame nyutu ni dong pe romo tic kede yore me dot me gengo yac.*

**10 Leyo tam.** Mii gurup gure ite penyo apenye magi. Mii gi kare me leyo tam ite miyo agam iyakina apeny acel acel. Myero inen ni jo ducu tye atuku.



- Ngo anyen ame ikwano ikom doto cak kor pi dwete 6 abongo cem moro keken?
- Pingo omiyo itamo ni pire tek me coo KEDE mon atino ducu nwongo ngec ikom yore me gengo yac?
- Yin itamo ni jo ipaci wu tamo ni ngo ikom doto cak kor pi dwete 6 abongo cem moro keken? Tye gini kede ngec aber nyo en arac?
- Kwene ame yin medo kede jo atino okene twero nwongo ngec akwako doto cak kor pi dwete 6 abongo cem moro keken? Medo kede yore okene me lagoro nywal?

**11 Cego.** Kwan man ooko idwon alongo: Mon apol kede jo onyomere maro gini tic kede yore me doto atin keken pi dwete 6 abongo miyo cem moro keken pi acaki me dwete 6 ikwo otino gi pien nwongo tio aber, abongo kit peko moro keken, pe mito ginoro keken ame dang yeye dako me dot pien ber pi kome kede atinere. Ento, tio keken pi gengo yac ka atin tye adoto cak keken apat kede ginoro okene; dako pwod pe ocalo tio two dwe mere. ka atin pwod pe otunu dwete 6. Pire tek me lok kede atic me yot kom ikom yore me gengo yac ame iromo tic kede iyonge dwete 6 acala pore pi yot kom me kuro pi mwaka aryo ame pwod pe otemo yac okene. Tye yore okene me gengo yac ame dako romo tic kede ka tye adoto atin ka pe romo tic kede dot atin keken onyo ka ocalo tio two dwe mere oko.

**12 Cikere.** Kwan man idwon alongo: Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying kabedo acel onyo dano acel ame itwero lok kede pi nwongo ngec apol akwako yore me gengo yac.

## Yero apeny pi kabedo na me kare me ayim

- 1 **Meacaki.** Kobi gurup gure ite kwano man idwon alongo: *Tin wan owot lok ikom tic apapat ame coo kede mon romo tio.*
- 2 Pok yii gurup atitino ame ijo adek onyo angwen (3-4).
- 3 Kwan jami me aluba man ooko idwon alongo: *Ikaro okato anged, onwongo tye ticoro ame coo keken en ame tio kede en okene amon en ame tio. Aporere, yin pe ibino nwongo dako moro tye acato wil atitidi onyo icoo ame tye agwoko otino. Aman, jami olokere apapat dang man dong tye abedo ateni. Tin amito ni iwot iyi akina paci ite nwongo jo abic ame yee ni mon twero cato wil atitino kede coo romo gwoko otino. Nen ka iromo nwongo coo kede mon, jo atino kede jo adongo ame yee kop man. Peny gi pi ngo gin tamo amano. Dwog wunu iyi dakika 20 kadi bed bala pe inwongo jo abic duc.*
- 4 Nwo kwano jami me aluba iyore me 3 wek jo niang aber.
- 5 Wek jo ducu woti iyi akina paci eka ite poyo wii gi me dwogocen inge dakika 20.
- 6 Ka gin dong odwogo, kobi gi me gure iyi gurup.
- 7 Peny jo igurupe me kobo gin ango ame gin opwonyo. Tem atek me miyo otuku ducu me kobo nga ame gin oloko kede ngo ame jo okobo ikom coo kede mon ape tye atio tic me pacu gi.



**8 Leyo tam.** Ka dong gin ducu otye, peny apeny magi. Mii gurup cawa me tamo kede laro agam gi. Tem iteki me nene ni coo kede mon ducu odok iye apenye magi.



- Yin iwinyo ni ngo ikom agam ame inwongo ibot lwak ipaci akwako ka dako twero cato wil atitino onyo icoo romo gwoko otino?
- Onyo inwongo wunu apokapoka iyi akina gin ame mon kede coo okobo?
- Onyo inwongo wunu apokapoka iyi akina gin ame jo atino kede jo adongo okobo?
- Ingeo jo moro iyi akina paci wu ame tio tic ame pe paro ni man obedo tic icoo onyo dako?
- Ngo ame yin itamo ni twero miyo bedo aber me coo kede mon tio tic coro keken ame nwongo gin tye amito tio, kadi acalo bala tic me tekwaro ame bedo mega coo onyo mon?

**9 Cego.** Kwan man ooko idwon alongo: *Kare dong olokere ooko. Aman dong mon tio pola tic ame yam coo keken en ame tio kede coo dong aman, tio pola tic ame yam mon keken en onwongo tio. Gin pwod otye kede wat aber, kuc, kede yot kom ipaci gi. Acalo yin itamo pi anyimi, poyo ni myero pe imii lewic maki ni pien ibedo icoo onyo dako.*

**10 Cikere.** Kwan man ooko idwon alongo: *Wot ikin jo gure, mii dano acel acel kob tic ango ame gin tye amito tio ikare me anyim.*



## Tam pi otino na

- 1 Me acaki.** Kobi gurup gure karacel ite kwano man ooko idwon alongo: Tin wan obino lok ikom miyo kony bot otino wa me miyo tam gi.
- 2** Kwan balu man bot gurup:

Bang papa,

Kong imi ya tam. Icawa ducu, wod wa bedo koko, cwara coke ni en myero wek koko. Bedo coke mie bedo alwor dok dang mie yee me bedo kec pi idiwor ducu. Pwod pe abedo kede kare me lok kede pi ngo en bedo koko, dok ngo ame tye ayele. Onwongo amito ni akobi woda ni pe pore me en ikoko, kede me en ikoba ngo omiyo en itye akoko. Eka an atwero konye me miyo yie bedo ayom. Cwara ikome pe yee ni awobe myero koki. Atim dong ngo?

Achieng

- 3** Nwo kwano balu man.



**4 Leyo tam.** Peny gurup kede apeny magi. Mii gurup kare me leyo agam gi ikom apeny acel acel ame pwod pe ikobo iyi apeny okene.



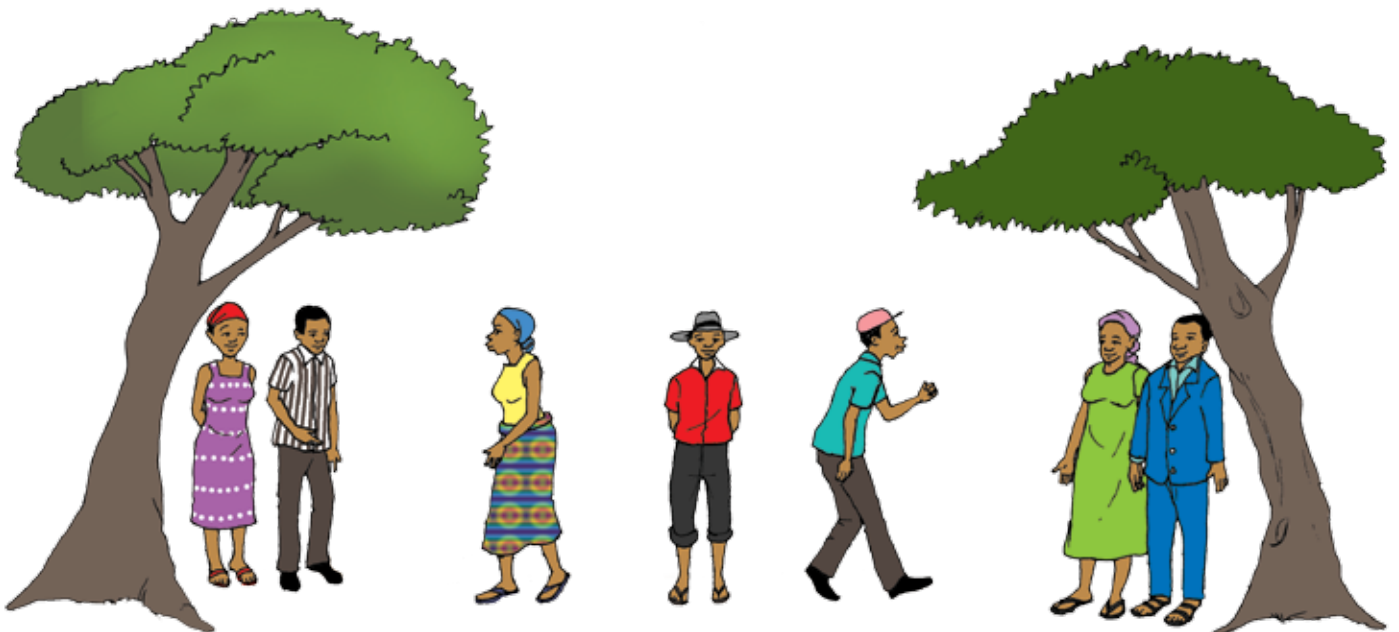
- Inwongo ni pire tek me otino kobo peki gi bot onywal gi? Mii agam mi.
- Jo apol tamo ni awobe myero pe koki onyo kob miti gi. Yin itamo ni ngo iye?
- Pingo itamo ni pire tek me otino miyo tam gi, kadi obedo gin ame gin twero tyeko kede koko?
- Iromo miyo Achieng tam ango, dako ame ocoo balu ame akwani wu ka ame onwongo ibedo amin papere?

**5 Cego.** Kwan man idwon alongo: *Kadi bed ni itye kede otino ikareni onyo ibino nwongo gi ikare me anyim, pire tek me yin tamo kite ango ame yin ibino pwonyo kede otinoni, kite ame imito ni gin dong kede. Ginoro apire tek ame onywal myero pwony kede otino gi obedo kite me tito tam gi. Otino anyira kede awobe myero nge yore aber me lok ikom peki gi, acalo bala kobi ka yii gi yom onyo pe. Man bino konyo gi me gwokere ikom tam gi aracu, kede konyi me pwonyo gi abongo tic kede gero onyo me pwodo gi.*

**6 Cikere.** Kwan man idwon alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob nying atin noro acel, twero bedo megi onyo me angatoro keken ame yin iromo jole ite lok kede me diyo cunye ka tye anwongo peki apapat.*

## Tuku ikom tic acoo kede mon

- 1 Me acaki** Kobi gurup me gure kare acel ite kwano man idwon alongo: *Tin wan obino lok ikom ngo obedo bedo icoo onyo dako.*
- Yer kabedo aryo (aporere calo, yen aryo), ame iyi akina gi tye olagoro aromo mita 10. Mii gurup nge ni kabedo me acel alwongo ni "COO" kede en okene "MON" yer kanoro ame poko yii akina gi arorom ite lwongo ni "COO KEDE MON".
- Kwan jami magi me aluba idwon alongo: *Abino kobo nyig lok acel. Amito ni ingwec wunu ikabedo ame itamo ni nyig lok akobo no nwongere iye. Acalo bala, ka akobo ni "Toto", ngwec wunu kan ame otye alwongo ni "MON" pien mon keken en atwero bedo toto. Ka akobo ni "bor" ite tamo wunu ni coo kede mon ducu bedo aboco, nwo myero ingwec wunu kan ame otye alwongo ni "COO KEDE MON".*
- Kwan jami ame myero olub iyore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- Kwan kop me acel ame tye piny kani.
- Ka jo ducu dong otyeko ngwec ikabede gi, peny otuku aryo aryo igurup ducu pingo omiyo gin oyero kakwene ame gin otye iye ni. Cukuru cuny otuku ducu me leyo tam kede owote gi acalo twere.
- Ka gin dong otyeko leyo tam gi, nwo tic kede yore man pi kop okene ame odong.
- Nwo yore me tic imalo ni ducu pi kop acel acel ame tye oryeo gi ping kan.





## Nyig lok oryeo

Tek	Olony	mok tam
Akub lok aber Atel wii pacu	Ger	Mara
Ngat ape agen	Apwony	Agwok otwo
Dakatar	Tedo Angol kop	Abili Gwokotino

**9** **Leyo tam.** Ka dong ityeko, kobi otuku gure kare acel ite penyo apenye magi. Mii gi kare me miyo agam gi ame pwod pe ipenyo apeny okene.



- Nyig lokene ame inwongo tek me niango ka obedo mega acoo, mon onyo pi gin aryo ducu?
- Pola ajo tamo ni coo keken en atek, ryek, olony, kede amoko tam pi paci gi. Gin dang tamo ni mon keken en ame twero tedo kede kubu lok aber wun ineno ni ngo ikom tam magi?
- Itamo ni icoo akite pe aber twero bedo kede cuny me konyo dako kede gwoko otino? Dako aber twero bedo atek te moko tamere pi pacu? Titi wa agami.
- Ka amini atidi onyo Amaro ni okobi ni emito bedo abili, itwero kobe ngo?

**10** **Cego.** Kwan man okoo idwon alongo: *Icawa okene jo me yii pacu tamo ni wan myero otim jami okene ka pien ni wan obedo coo onyo mon. Ento wii bino bale ka inwongo ni coo kede mon twero tio tic aromaroma. Calo bala, coo kede mon ducu twero bedo akom gi tek, aryek, ager, aparo pi joo /jami kede ayomo yii jo. Coo kede mon ducu twero bedo abili, ocwer bao, otedo medo kede ocat icuk.*

**11** **Cikere.** Kwan man okoo idwon alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kobi wa gin acel ame yin itwero timo icawa ni onyo ka dong idongo, me wek jo bala yin icoo onyo dako pe dok nwo timo. Calo bala, yin awobi nyo imito temo tedo. Yin nyako imito temo kwayo dyegi. Tem tamo ngo okene me akoba pien an dong amiyo wu aporerere oko me tamo.*

## Tam me maro otino wa

**1 Me acaki.** Kobi gurup me gure kare acel ite kwano man ooko idwon alongo: *Tin wan obino lok ikom kite me nyutu otino wa kit aber kede bedo amwol.*

**2** Kwan balu man bot gurup:

Bang nero na Ebong,

Anaka papa too, onwongo atye amito penyi kede apeny man. En nwongo mara ateni? Papa nwongo pe tera iyoo me mara kede kit aber. Oniyo bedo atek bot wa me bedo kede wat aber. Atamo ni en nwongo mara, ento an atamo ni ka nwongo en onyuta mara ikare okato angec. Kite ame an dong atye kede wode ni, amito neno ni anyute ni an aparo pire dok dang amare. Ento pe angeo yore angu ame myero anyute kede, kun nwongo pwod abedo icoo atek.

Tim ber ikonya,

Atubo

**3** Nwo kwano balu man.





**4 Leyo tam.** Peny apenye magi bot gurup. Mii gi kare me tamo kede gamo apeny. Cukuru cuny otuku apapat me lok me wek jo ducu bed ikare me miyo agam gi.



- Tam ango ame itye kede pi Atubo me wek en nyut iwode ni en emare?
- Kite ango ame onywali onyuti kede ni gin omari ikare ame yin itye idongo?
- Yore ango ame itamo ni onywal myero bed kede bot otino gi? Polere onywal bala Atubo onyo papa Atubo?
- Pingo pire tek me nyutu otino ni mara kede kit aber?

**5 Cego.** Kwan man idwon alongo: *Tye yore apol me nyutu otino ni yin iparo pi gi. Jami calo bala kwako kor gi, doto lem gi, nyero kede tuku twero kelo alokaloka adwong ikwo atin ni. Pire dang tek me lok ked gi wang iwang, kobi gi ni yin iparo pi gi kede pwonyo gi kun beo ilok kaka pwodo gi. Papo kede toto ame nyutu otino gi mwolo, obedo onywal atek.*

**6 Cikere.** Kwan man idwon alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob gin acel ame en bino timo, amani onyo iyi anyim me nyutu otino mere ni iparo pirigi.*

## Tuku icina me mato kongo iyo aber

- 1 **Me acaki.** Kobi gurup gure ite kwano ooko alongo: *Tin, wan owot lok ikom yore angome wan myero ojuk mato kongo kede mato kongo iyore aber ka itunu mwaka 18.*
- 2 Kwan man ooko idwon alongo: *Itamo ni mat iyore aber te kopere ningo? Mii otuku dakika anonok me leyo tam pi agam gi.*
- 3 Kwan man okoo idwon alongo: *Mat iyoo aber te kopere ni ka akobo ni imato kongo, myero inen ni pe imato kongo adwong. Romo bedo arac me mato kongo adwong pien romo mii moko tam arac cala bala rwate ibutu abongo tic roc bol, lweny kede wano komi onyo jo oken. Omyero pe imat kongo naka ka iromo mwaka 18.*
- 4 Pok gurup otuku aryoo, Gurup me 1 kede Gurup me 2.
- 5 Kwan gin me aluba okoo idwon alongo: *Gurup me 1, kong dong itam ni yin itye igurup me tuku, kun jo amewun itye ituku inyim gi obedo bulu ame mwaka gi pwod pe oromo 18. Yik tuku ame pwonyo gi ikom peki atimere ka jo omato kongo adwong kede pingo bulu myero pe mat kongo naka ka oromo gini mwaka 18. Gurup me 2, kong dong itam ni yin ibedo awer ame itye inyim jo adongo. Yik wer kede myel apwonyo jo kite ame myero mat kede kongo iyore aber ka iromo mwaka 18.*
- 6 Kwan gin me aluba iyore me 4 inwo me wek jo ducu niang.
- 7 Kobo otuku dong me caku. Mii gi dakika 20 me yubu tuku icina kede wer gi.
- 8 Ka gin dong oyikere me caku tuku, kobi otuku me gure karacel.
- 9 Kobi gurup me 1 me nyutu tuku gi.
- 10 Ka dong gin otyeko ooko, kobi gurup me 2 wer wer gi kede myel am gi oyubu.



## 11 **Leyo tam.** Peny gurup kede apenye magi eka ite miyo jo ducu bedo kede kare me lok..



- Jo okene kobo ni icoo ikokome' mato kongo? Yin itamo ni ngo ikom kopi?
- Itamo ni ngo ikom tam ame kobo ni ber me coo imato kongo ento pe mon?
- Ngo atimere ka jo omato kongo naka iyi obwel kweri?
- Wat ango ame tye i akina kongo, gero kede rwate ibutu?
- Yore ango ame iromo konyo kede awoti me mato kongo iyoo aber onyo me pe mato kongo atwali?

**12 Cego.** Kwan man idwon alongo: *Mato kongo adwong miyo komi pe bedo ayot, gero kede peki ikin mara. Romo dang mii rwate ibutu abongo tic kede roc bol. Ka coo kede mon tio kede cente ikom kongo, gin pe bedo kede cente me wilo cem, culu kwan kede wilo jami iyi ot. Icoo atek obedo icoo ame pe mato kongo adwong, konyo ture kede woro mon.*

**13 Cikere.** Kwan man idwon alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel kob tic acel ame gin twero timo me yom yic kede galo wang kede awoti akaka mato kongo. Kub wii kop man, "kaka mato kongo," abino Calo bala, itwero kob ni, "akaka mato kongo," awot gweyo adilo" kit ame dong amii wu apore ni, tam wunu dong jami okene ame itwero wunu timo.*

## Miyo tam ikom moko tam

- 1 **Me acaki.** Mii gurup gure agura ite kwano man idwon alongo: *Tin wan obino lok ikom kite ame jo onyomere myero omok kede tam gi ikite me tic kede cente.*
- 2 Pok gurup atitino ame romo jo 3-4, mon kede coo omyero rubere karacel.
- 3 Kwan gin me aluba magi: *Awot kobi kop akwako kit ame jo onyomere myero mok kede tam gi ikit me tic kede cente. Igurup wu, amito ni ilee wunu tam iyore angu ame wun iromo moko kede tam kede ngo ame yin iromo timo. Myero ikatu wunu kede tam acel. Eka apenyo wu me leyo ngo ame wun iloko wunu pi moko wunu kede tam wu.*
- 4 Kwan yor me acel ibokci ipiny.
- 5 Mii gurup dakika 5 me leyo tam gi kede owote gi.
- 6 Iyoo nge dakika 5, mii gurup dwog gure.
- 7 Peny gurup me nywako tam gi acel acel. Peny kite ame gin otunu kede itamgi ni.
- 8 Ka dong gin otyeko, kwan yor me aryo me wek gurup lee kede tam odoco. Tim dok gin aceli iyore me adek.



**Yore 1:** Pacu ame tye iye otino adek, anyira aryo maka gi tye 15 kede 12 kede awobi mwaka mere tye 9. Kot adwong olwoko gin apura gi dang dok ope kede gin me acata ikare ni. Gin obino culo kwan pi atin acel keken idwe anyen. Otim gini ngo?

**Yore 2:** Ipacu acel, icoo mito gwoko cente me wilo gali me wek iwot icuk con. Dako dang niang aber igwoko cente ento tye amito wilo bongo anyen me kwan otino. Gin oromo otim gini ngo?

**Yore 3:** Jo onyomere myero yer ka dako myero owot icuk nino kede nino me wot cato dita onyo wot tio tic me pototo me wek cem bed ipacu gi. Gin romo timo ngo?

## 9 **Leyo tam.** Ka dong otyeko, peny gurup kede apeny magi.



- Obedo ayot ya onwo tek me bino moko acalo gurup ikom kite me cobo peko man? Tit ngo anwongo yot kede ngo anwongo tek?
- Ka nwongo itye wunu kede tam apapat, itunu wunu itam mano ni ngo?
- Yor mene ayot me tunu itam man ka itye amoko tam atek?
- Itamo ni pore pi jo onyemere me moko tam kara acel iyor me tic kede cente?
- Itamo ni ber pi jo onyomere me moko tam kara acel pi lok kom cente? Lok iyi agami.

**10 Cego.** Kwan man ooko idwon alongo: *Ber pi jo onyomere me moko tam karacel ikit me tic kede cente pien gin ducu tye kede tic me gwoko pacu gi. Ber dang me bedo kede ngat okene me konyo wu ikare me moko tam atek. Iyor aber me moko tam atek obedo me lok karacel wang iwang, kede nwongo tam owote ni kede jo adongo ka twere. Jo atek ame onyomere obedo jo aloko aber dok ote yee ikit me gwoko pacu gi.*

**11 Cikere.** Kwan man ooko idwon alongo: *Wot ikin jo ogure, mii dano acel acel tuc nying alwake onyo dano adwong ame itamo ni yin kede awoti romo wot karacel bote me konyi pi moko tam atek.*

## Yot kom me ot nywal ame iyero. Iyee onyo pe iyee

- 1 **Me acaki.** Kwan man idwon alongo: *Wot igurup ite cako nying atin noro, twero bedo meri onyo me angatoro keken ame yin iromo jole ite lok kede me diyo cunye ka tye kede peki apapat.*
- 2 Yer kabede aryo (calo bala, yen aryo), akine gi myero lagoro aromo mita 10. Kobi gurup ni kabedo acel allowongo ni "AYEE" eka en okene ca alwongo ni "PE AYEE".
- 3 Kwan gin me aluba magi: *An abino kwano kop. Ka yin iyee kede kop man, amito ni ingweci kan ame otye alwongo 'ayee'. Ka yin pe iyee kede kop man ngwec kan otye alwongo ni "pe ayee". Abino dong penyo wu pingo omiyo iyee onyo pe iyee wunu kede kop man.*
- 4 Kwan gin me aluba oyore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- 5 Kwan nyig kop me acel iyi bokci ipiny alongo.
- 6 Ka ame jo ducu dong otyeko ngwec ooko ikabede gi, peny jo aryo aryo iyii gurup ducu me kobo pingo omiyo gin oyee onyo pe oyee. Cukuru cuny jo apol me nywako kede leyo agam gi iyii akina gi.
- 7 Ka dong gin otyeko, kwan nyig kop ame tye iyii bokci ni acel acel, kun imiyo gi kare me ngwec ikabede gi kede nwoyo kobo agam gi.



**Kop 1:** Dako pe obedo dako ikome ni kwanyo ka dong onywalo atin.

**Kop 2:** Icoo pe obino woro iyii pacu ni kwanyo ka en dong obedo papo.

**Kop 3:** Pire tek me kuru pi kare aromo mwaki aryo iyonge nywalo atin me acel ame pwod pe itamo pi yaco atin me aryo.

**Kop 4:** Icoo keken en aye myero mok awene amyero tii kede yore me lagoro nywal kede awene amyero otem me yac kede.

**Kop 5:** Ka dako pe onywalo atin iyii akina mwaka ame onyome iye, nwongo peko moro tye ikome.

**Kop 6:** Obedo tic amon keken me gengo yac.

## 8 **Leyo tam.** Kwan apeny magi okoo idwon alongo bot gurup.



- Ngo amiyo jo okene tamo ni myero ibed kede atin me bedo icoo onyo dako?
- Itamo ni pire tek pi jo nyomere me tic kede yat me lagoro nywal? Pingo pore onyo pe pore?
- Jo kobo ngo ikom jo onyomere ento nwongo pwod pe kede atin iyonge mwaka acel iyonge nyom?
- Tek onyo yot arom kwene me jo atino ame onyomere me lok ikom awene ame omjero onwongo gin kede atin?
- Kare mene opore pi jo onyomere me cako lok ikom kop me nywalo otino?

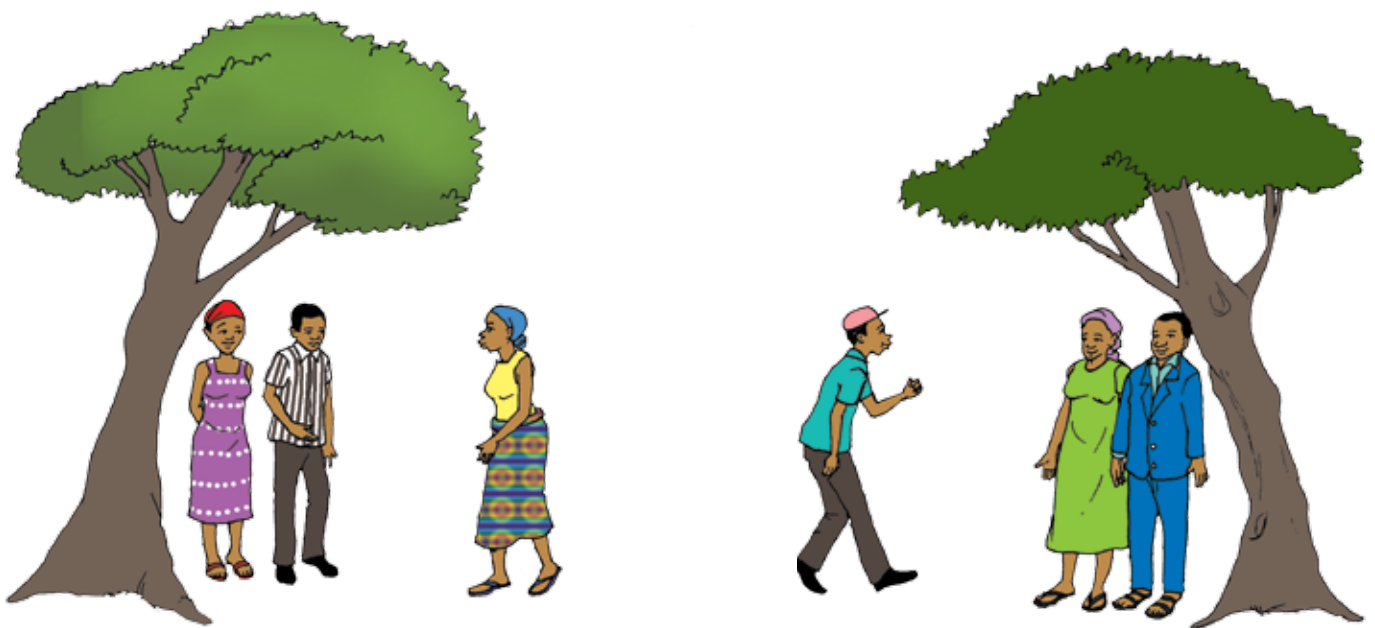
## 9 **Cego.** Kwan man idwon alongo: *Tamo awene me nwongo otino, kare me nywal, kede wel otino ame myero ibed kede pire tek dang me jo onyomere mok kare acel. Ber pi toto kede atin ka jo onyomere okuro naka dano romo mwaka 18 kun nwongo tye atera me nywalo atin me acel. Myero dang gin dok kur pi mwaka aryo okene ame pwod pe oyaco atim me aryo.*

## 10 **Cikere.** Kwan man idwon alongo: *Wot ikina gurup eka ite miyo ngat acel acel kobo gin acel ame epwonyo tin ame ebino nywako Kede jo okene icabiti.*



## Bedo ikwo aber iyi akina jo omyomere. Iyee onyo pe iyee

- 1 Me acaki.** Kobi gurup me gure agura ite kwano man okoo alongo: *Tin wan obino lok ikom gero iyii akina owote kede bedo ikwo aber iyii akina wu.*
- Yer kabedo aryo (aporere bala, yen aryo), kine gi omyero lagoro aromo mita 10. Kobi gurup ni ka bedo acel alwongo ni "OYEE" eka en okene obino lwongo ni "PE OYEE".
- Kwan jami me aluba: *An abino kwano nyig lok. Ka iyeng wunu kede nyig lok man, amito ni ingweco wunu ika bedo me "oyee" Ka yin pe iyeng kede nyig lok man ngweci ikibedo ame otye alwongo ni "pe oyee." An dok abino penyo wu me kobo ngo omiyo iyee kede pe iyee ikom nyig lok magi.*
- Kwan jami amyero olub iyore me 3 inwo me wek jo ducu niang aber.
- Kwan nyig lok nama acel ame tye ibokci ipiny alongo.
- Ka ame dong jo ducu ongweco ooko ikabedo gi, peny jo aryo apapat igurup magi, jo aryo ni ducu myero omii inge ngo omiyo gi okwanyo ka bede magi. Cukuru cuny otuku me nywako tamgi kede leyo lok iyii akina gi.
- Ka dong otyeko gini, kwan nyig kop magi ame tye iyii bokci ipiny acel acel kun imiyo gi kare me ngwec dok ika bedo gi wek oniang jo iyii agame gi.



**Yor 1:** Tye kare okene ame dako omyero opwod.

**Yor 2:** Icoo mito dako okene akadi bed ni winyere aber tye iyii akina gi kede dako mere.

**Yor 3:** Pe balo ka icoo opwodo dako mere ka dako en dako ocako butu piny.

**Yor 4:** Gero pe tereni obedo ka pwodo keken. Tic kede dwon amalome gero onyo kobo kop awango yii jo.

**Yor 5:** Pe balo me icoo dio dako ibutu ka dako no obedo mere.

**8** **Leyo tam.** Ka ame gin dong otyeko, peny apenye magi. Mii otuku kare me tamo kede nywako agam kede jo igurup ame pwod pe iwoto iyii apeny okene.



- Nyo inwongo tek me gamo lok ame openyo ni?
- Itamo ni bedo ikin dako kede icoo twero bedo aber onyo iyom yic ka lweny onyo dic me rwate ibutu tye? Mii agami.
- Jo mene ame yin ingeo ikwoo ni ame otye okwoyo kwo aber kede yom cuny iot gi iyii akina paci wu? Pingo itamo ni gin tye okwo aber kede mara?
- Ka ngatoro pe tye kede kwo aber inyomere, calo gero onyo en ame weko en yie wang tutwal, icoo onyo dako no romo nwongo kony ikwene?
- Ka itye idongo kun itamo anyimi, imito ni kwo me odii myero bed ningo?

**9** **Cego.** Kwan man idwon alongo: *Bedo iot aber tye iyii akina jo aryo ame gin gene, owore gini, dang onywako tam kare acel. Bedo iot ame tye kede gero pe ber. Man obedo bedo iot ame tye kede jami bala lweny, kobo jami awango yii jo kede diyo dano adia me rwate ibutu. Gero me yii iot dang obedo turu twero adano me yii ot ame weko yom cuny bedo ape. Ber tutwal me nwongo otego me lok kede ka itye ibeo ikodi kwo man.*

**10** **Cikere.** Kwan man okoo idwon alongo: *Woti iyii akina jo ogure eka ite kobi dano acel acel me tucu nying dano otego ame iromo lok kede ka itye inwongo gero ioti onyo awoti ame dang tye abeo itim me gero ame imito konyo.*

# Kad me tic OTEKA

## Kad me ateni

Kad me ateni man tye kede ngec i kom:

Yat ame mon mwonyo nino kede nino pi gengo yac

Nyonyo ame oketo iyii awura adako pi gengo yac (IUD)

Yat me pico pi gengo yac

Yat ame okwoo i bad

Opira acoo

Kite me tic kede opira coo

Opira amon

Kite me tic kede opira amon

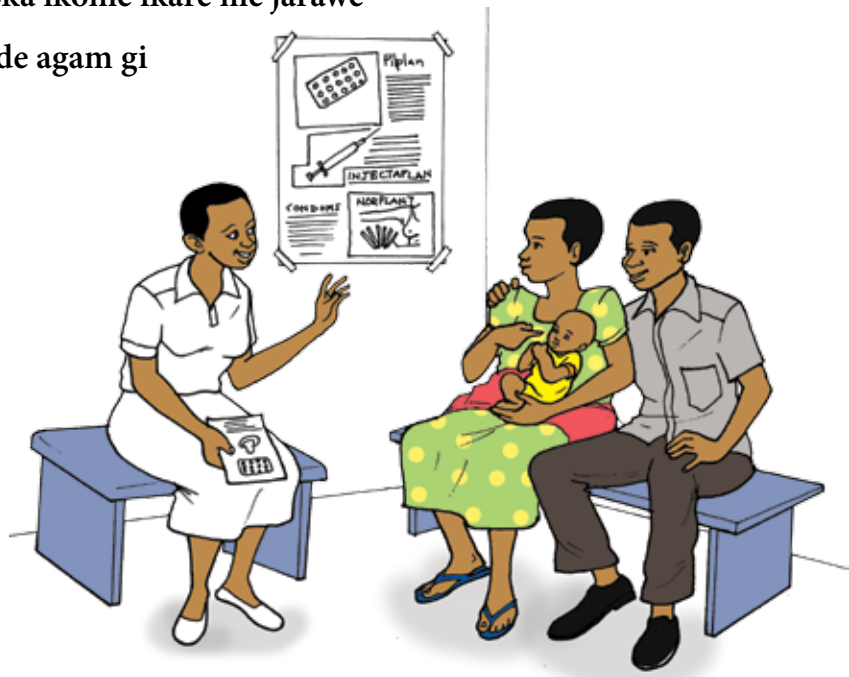
Yat ame omwonyo pi gengo yac ame romo ngole atura

Doto atin pi dwete abicel iyonge nywal kede cak kor keken (LAM)

Cal icoo kede alokaloka ikome ikare me jarawe

Cal adako kede alokaloka ikome ikare me jarawe

Apenye me pol kare kede agam gi





## Yat ame mon mwonyo nino kede nino pi gengo yac

### Yat amwonya me nino kede nino ni obedo ngo?

Yat man, ame dang olwongo ni "yat amwonya," obedo yat anyige ame mon mwonyo nino kede nino pi gengo yac. Tye yat okene ame omwonyo pi gengo yac ame olwongo ni, (progestin-only pills or the mini-pill,) ame ber pi mon ame tye adoto otino. Yoo me tic kede yat man tye kede apokapoka atitidi. Dong myero ipeny atic me yot kom pi ngec apol.

### Yat amwonya man tio aber ningo pi gengo yac?

Pien mon okene pola kare pe tio kede yat man iyore aber, mon ame romo 8 ikom 100 ame tio kede yat man romo yac iyii mwaka me acel.

### Yat man timo ngo ikom dako?

Yat man gengo tong dako me ya ikome. Ka kwir icoo pe orwate kede tong dako, dako pe twero yac.

### Pingo jo okene maro tic kede yat ame omwonyo nino kede nino?

- Yat man tye aber.
- Man mio two dwe bino anonok, kun nwo pe olulunga atek
- Man konyo me mio del kom dako bedo apwot.
- Dako romo yac oko cutucutu iyonge giko tic kede yat man.
- Yat man dwoko cen kero me nwongo kanca ame bedo ikom me mon.
- Dako twero giko mwonyo yat ikare moro keken, abongo nwongo kony ibot atic me yot kom.

### Pingo jo okene pe maro tic kede yat me amwonya man?

- Dako myero mwonyo yat man nino ducu me mio yat man tic aber.
- Kare okene tek me mwonyo yat ka itye keni.
- Yat man romo kelo alokaloka me tio two dwe ame nwo pe kelo peko moro keken iyot kom.
- Yat man kare okene kelo abar wic, cak awac, kede alokaloka ipek.
- Mite me bedo kede ka nwongo yat man, ame romo bedo atek ka otum oko dakatal oonyo ika cato.

### Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Dako me mwaka moro keken romo mwonyo yat man, medo kede naka bulu.
- Mon ame pe onyomere romo tic kede yat man.
- Mon ame tye kede otino kede en ame pwod pe onywal romo tic kede yat man.
- Yat man pe bedo ikom mon, mite me gin imwonyo nino ducu.
- Yat man pe kelo alokaloka me miti me butu ikom dako.
- Yat man pe kelo lurr ikom dako oonyo bulu.
- Yat man pe oonyo yic, kede pe mio dako nywalo atin atye kade angwal oonyo nywalo otino apol.
- Ber me nwongo yoo ame mio i poyoo me mwonyo yat man ikare ducu acalo bala icawa me lwokere, butu oonyo cem me otyeno.
- Ka pe imwonyo yat, pire tek me mwonyo oko oyoyot ka wii opoyo kun imedo kede yore okene calo bala opira me ribere ibutu pi gengo yac naka ka icako tic kede boc me yat okene.
- Yat man pe gwoko dano ikom twoe mogo ame kobo iyore me ribere ibutu ikin icoo kede dako kede kudi me two jonyo.



# Nyonyo ame oketo iyii awura adako pi gengo yac (IUD)

## En IUD ni obedo ngo?

IUD obedo opira oonyo nyonyo moro atitidi ame oketo iyii awura amon pi gengo yac pi kare aromo mwaka 12.

## Nyonyo man tio aber ni ngo pi gengo yac?

Pien Nyonyo man pe maro wote ooko oonyo pe tic, dang pe tye dako moro keken ikom mon 100 ame tio kede yore ni ame romo yac oko iyii mwaka me acaki.

## Nyonyo/opira ni ame oketo iyii awura ni tio ni ngo?

Nyonyo/opira ni ticere tye me neko kwir ame tye ilac icoo ame pwod pe orwate kede tong dako.

## Pingo omio jo okene maro tic kede yore man pi gengo yac?

- Ber kede tio aber tutwal me gengo yac pi mwaka aromo 12.
- Ka dong oketo nyonyo man oko, pe dong tye ginoro okene ame dako myero tim me gengo yac kede poyoo.
- Nyonyo/opira ni pe nen oonyo winyere, dong pe tye ngatoro ame romo ngeyo ni dako tye atic kede.
- Dako twero yac oko oyotoyot ka atic me yot kom okwanyo nyonyo man ooko.
- Ka dong ame oketo, pe tye ginoro okene ame dok mite me atima pi nyonyo man.

## Pingo omio jo okene pe maro tic kede yore man?

- Atic me yot kom ame opwonyere en amyero ket kede kwany nyonyo man.
- Keto kede kwanyo nyonyo man pe mio dako bedo kede kwo ayot.
- Remo oonyo ikom mon okene adwong kun olungere medo kede arem adwong ikare me tic kede yat man tutwalere wok pi dwete 3 – 6 me acaki.

## Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Mon ame pe onyomere romo tic kede yore man.
- Mon ame pwod pe kede otino romo tic kede yore man.
- Nyonyo/opira man dako me mwaka moro keken, oonyo bulu adako romo tic kede.
- Nyonyo man pe mio yii dako ony Iyonge kwanyo.
- Yore man pe kelo lur ikom dako.
- Nyonyo man pe kelo nywalo atin ame tye kede angwaloro keken.
- Nyonyo/opira man pe kelo kanca.
- Nyonyo/opira ni pe woto iyii itao oonyo iyii adam adako.
- Nyonyo man pe kelo peko moro oonyo arem moro keken ikare me rwate ibutu.
- Nyonyo man oromo tic kede naka ikare ame dako tye adot.
- Dako pwod romo tio tic atek kadi tye kede nyonyo man.
- Nyonyo man pe gengo nwongo kudi me two jonyo onyo twoe okene ame kobo iyore me ribere ibutu.



## Yat me pico pi gengo yac

### Yat me pico pi gengo yaci obedo ngo?

Man obedo yat ame otucu kede mon pi gengo yac. Yat me pico man tye kwone apol apatpat. yat me pico ame mon tucere kede iyonge dwete adek adeki kare okene olwongo ni 'DMPA oonyo Depo-Provera'. Twero bedo ni oonyo tye kit yat toro okene me pico ikin paci wu. Tim ber ilok kede atic me yot kom pi ngec okene apol.

### Yat me pico man tio aber ningo pi gengo yac?

Pien karo okene wii mon pe poyo oonyo pe romo tucere ikare ikokome, mon aromo 3 ikom 100 ame tio kede yat man romo yac imwaka me acel.

### Yat man tio ningo?

Yat man gengo bino atong dako. Ka pe tye tong dako moro ame myero rwate kede kwir icoo, en pe romo yac.

### Pingo omio jo okene maro tic kede yat man?

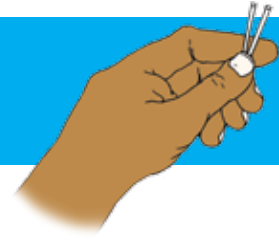
- Yat man tye opore kede tio aber pi gengo yac.
- Pol otic me yot kom romo mio yat man.
- Ikin kare me dwete adek, pe tye ginoro ame mite me mon tio me poyoo.
- Pe tye kitoro ame jo okene romo kobo kede ka dako tye atic kede yat man. Obedo gin me imung.
- Remo ame kato ikare me kwere amon doko anonok kede gik oko iyonge kare aromo mwaka acel me tic kede yati.
- Yati dako romo tic kede naka ka tye adot cakere ikare me cabit 6 iyonge nywal.

### Pingo jo okene pe maro tic kede yat man?

- Alokaloa bedo atye ikare me kwere amon onyongo twero rweny oko.
- Mio kec neko dako ame romo kelo cweo.
- Dako romo tero kare aromo dwete 6-12 me yac iyonge weko tic kede yat man.
- Dako myero poyoo me wot neno atic me yot kom iyonge dwete adek adek pi tucere kede yati.

### Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Yat me pico man pe kelo lur ikom dako oonyo bulu anyako.
- Mon ame pwod pe onywal dang romo tic kede yat man
- Dako twero tic kede yat man naka ka pe onyomere.
- Yat man tio pi mon me mwaka moro keken medo kede bulu anyira.
- Yat man mio mon pe neno two kwere gi, man pe kelo peko moro keken ikom dako pien remo ni pe romo makere ikom dako oonyo kelo peki okene. Mon okene maro pien ni man mio gi pe tio two kwere gi.
- Yat man pe gengo nwongo kudi me two jonyo oonyo twoe okene ame kobo iyore me ribere ibutu.



## Yat ame okwoo i bad

### Yat man ame okwoo ibadi obedo ngo?

Yat man tye atitino ame oketo ite del bad dako imalu kun romo gengo yac pi kare ame romo mwaka 3-5 alubere kede kit moro no. Tye kwone yen man aryo ame ngeye atek i Uganda: Implanon, ame rii pi mwaki 3, kede Jadelle, ame rii pi mwaki 5.

### Yat man tio aber ningo pi gengo yac?

Mon aromo 1 oonyo pe ikom mon 100 ame tio kede yat man romo yac iyii mwaka me acaki pien yat man maro dongo ooko oonyo pe tic.

### Yat man tio ningo pi gengo yac?

Yat man gengo tong dako ibino. Ka kwir pe orwate kede tong dako, mio dako pe romo yac.

### Pingo jo okene maro tic kede yat man?

- Yat man tye aber kede pore tutwal pi gengo yac.
- Yat man tero mwaki aromo 3-5.
- Ka ame dong yat man oketo oko, pe tye dok ginoro okene ame mite me dako timo kede poyo pi gengo yac.
- Two me kwer gi doko anonok kede romo gik iyii kare me mwaka acel.
- Dako twero yac oko cutucutu iyonge kwanyo yat man.
- Yat man otwero tic kede naka ka dako tye adot cako ikare me cabit 6 iyonge nywal.
- Pe tye ngatoro ame romo kobo ni dako tye atic kede yat man.

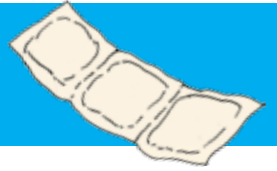
### Pingo omio jo okene pe maro tic kede yat man?

- Dako twero beo iyii alokaloka ikare me tio two kwere ame pe obedo ginoro arac pi yot kom.
- Atic me yot kom ame tye kede ngec en aye myero ket kede kwany yat man
- Mon okene ame tio kede yat man kare okene bedo kede abar wic, pek gi dok ping kede maro gini ngokere.

### Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Mon ame tye kede mwaka moro keken romo tic kede yat man, medo kede naka bulu anyako.
- Dako romo tic kede yat man naka kadi bed ni pwod pe onywal.
- Dako romo tic kede yat man naka akadi pwod pe onyomere.
- Yat man pe kelo lurr ikom dako oonyo ikom bulu anyako.
- Yat man pe woto kakanoro keken ikom dano.
- Yati twero mio dako giko tio two kwer, ento man pe obedo gin arac pi yot kom. Remo pe jogere ikom dako.
- Yat man pe gengo nwongo kudi me two jonyo oonyo twoe okene ame kobo iyore me ribere ibutu.





# Opira acoo

## Opira acoo obedo ngo?

Opira acoo obedo del arep ame oruku ikom me icoo ikare me rwate i butu.

## Opira acoo tio aber ningo pi gengo yac?

- Pien jo okene ame onyomere pe tio kede opira aber ikare ducu me rwate i butu, mon aromo 15 ikom 100 ame tio kede opira romo yac iyii akina me mwaka acel.
- Ka otio kede opira aber ikare ducu me rwate i butu, opira tio aber me gengo two ame kobo i butu karacel kede kudi two jonyo.

## Opira acoo tio ningo me gengo yac?

- Opira noo jolo kwir atar ame pelo iyi ikom icoo ka en oony. Man weko kwir pe donyo ikom dako kede dang me rwate kede tonge.

## Pingo jo maro tic kede opira acoo?

- Opira man ber kede dang tic kede yot.
- Iromo tic kede opira abongo nwongo ngec ibot dakatal.
- Pola akare nwongo opira man yot.
- Ka i tio kede aber ikare ducu me rwate i butu, opira gengo yac kede kudi two jonyo medo kede twoe okene ame kobo i butu.

## Pingo jo okene pe maro tic kede opira acoo?

- Ruku opira gengo mit arwate i butu.
- Jo aryo ducu myero yee ame icoo pwod pe oruku opira.
- Opira myero bed atye ame rwate i butu pwod pe otimere.
- Ka pe otio kede aber, opira romo yec onyo pelo oko i cawa me rwate i butu.

## Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Jo okene pe tio kede opira aber dang pe tio kede ikare ducu me rwate i butu, pi man, pire tek me tic kede yore okene me gengo yac, calo bala yat amwonya, nyonyo ame oketo i awura, yat ame okwoo i bad, medo kede tic kede opira me gengo yackede twoe ame kobo i butu.
- Jami calo bala moo wir kede moo dek twero balo opira. Ber me tic kede pii keken.
- Opira myero ogwok i kabedo ame otwoo aber, pe iyii cao.
- Opira aceli myero otii kede pi tyen acel keken. Myero i tii kede opira anyen ikare ducu me rwate i butu.
- Pe i tii kede opira ame poke oyec, onyo ka opira no tye ame otwoo oko, omakere oko, onyo kala mere dong olokere oko.
- Pe i kaa pok opira kede laki pien iromo tuco oko.
- Tii kede opira acel acel keken pi rwate i butu.

# Kite me tic kede opira coo

## Yore 1

Ruk opira ame komi me icoo ni ocung atek ame kom wu pwod pe orwate. Lac ame ocako oony romo bedo kede kwir onyo twoe ame kobo i butu.

## Yore 2

Yec pok opira tung cel eka itee neno ni opira pe oyec oko. Wot opira ooko aber

## Yore 3

Mak wii opira wek yamo iyie kato ooko pien yamo no romo mio opira yec oko, eka itee ruku ikomi me icoo ame ocung atek. Dang i tee keto naka iyii agiki me kom icoo

## Yore 4

Kun pwod i tye idiyo wiye ame ocegere, tii kede cingi tung okene me ryeyo momot naka iyii agiki me komi me icoo eka myero inen ni opira tye aber ikomi i cawa me rwate i butu; ka tye adok malu, waa idwogo cen kakare oyot oyot.

## Yore 5

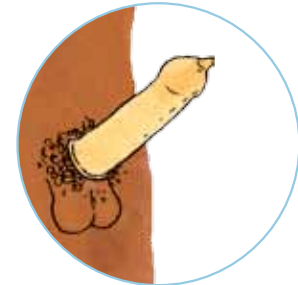
Cucut iyonge oony, kwany komi me coo oko ame pwod tye ocung atek eka ite mak opira atek i kakare. Kwany opira keken ka dong i woto ko oko.

Pe iwek komi kede opira bed cok kede kom awoti.

## Yore 6

Bol opira ame otio kede oko. Boo opira ni oko kede papara eka i te bolo i bur yugi. Pe i bol i coron ame tio kede pii.

PE I TII KEDE OPIRA ACEL PI TYEN AME KATO ACEL OKO.



# Opira amon

## Opira amon obedo ngo?

Opira amon obedo del arep ame oyubu aber pi kom me dako. Tung cel me opira wumu awura dako me gengo lac icoo me donyo. Dako tio kede ikare me rwate i butu me gengo yac.

## Opira mon tio aber iyoo mene me gengo yac?

- Pien kare okene mon pe twero tic kede opiraa amon aber ikare ducu me rwate i butu, mon aromo 21 ikom 100 ame tio kede opira romo yac iyii akina me mwaka acel.
- Opira mon dang gengo twoe apol ame kobo i butu ka dako kede cware otio kede aber ikare ducu me rwate i butu.

## Opira amon tio ningo?

- Juku lac icoo oko me wek kwir icoo pe dony ikom dako ikare me rwate ibutu.

## Pingo jo okene maro tic kede opira amon?

- Opira man tye aber tutwal.
- Ka otio kede ikare ducu dang aber, romo gengo yac kede two apol, medo kede kudi two jonyo.
- Romo bedo ikom dako pi cawa 8 ame rwate i butu pwod pe otimere. Man mio rwate i butu bedo aber.
- Opira amon medo miti me rwate i butu tutwal.
- Jo dang romo tic kede abongo neno atic me yot kom.

## Pingo jo okene pe maro tic kede opira amon?

- Welere tek loo me acoo ko.
- Opira no romo woo ame weko tic kede bedo atek.
- Kadi bed ni dako keto gin ni i kome, icoo myero yee me tic kede.
- Man mito pwonyere moro anonok me keto oyotoyot kede aber.

## Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Jo okene pe tio kede opira aber dang pe tio kede ikare ducu me rwate i butu, pi man, pire tek me tic kede yore okene me gengo yac, calo bala yat amwonya, nyonyo ame oketo iyi awura, yat ame okwoo i bad, medo kede tic kede opira me gengo yac kede twoe ame kobo i butu.
- Jami calo bala moo wir kede moo dek twero balo opira. Ber me tic kede pii keken.
- Opira amon pe rweny ikom dako.
- Jo onyomere kede ame pe onyomere romo tic kede opira amon.
- Opira amon pe kelo two ikom dako.
- Opira amon kede mega acoo myero pe tii kedgi awang acel.
- Opira amon myero ogwok kan otwoo aber.
- Opira amon myero otii kede icel keken.
- Pe iyee tic kede opira ame dog poke oyec, onyo ka opira no tye ame otwoo oko, omakere oko, oonyo kala mere dong olokere oko.
- Bed kede opira apol kare ducu.

# Kite me tic kede opira amon

## Yore 1

Yab pok opira aber.

## Yore 2

Moo nyor ame tye iyii opira i tung ping, i kan ocegere ni. Nyoro pe tye ikom opira no.

## Yore 3

Dwiny nyor iye no iyii akina atwon kede nyako cing me dyere.

## Yore 4

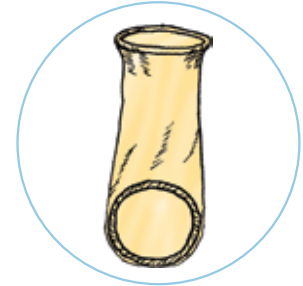
Tii kede cingi me keto nyoro ikomi me dako. Nyor ame odong bedo ooko eka te wumu komi me dako.

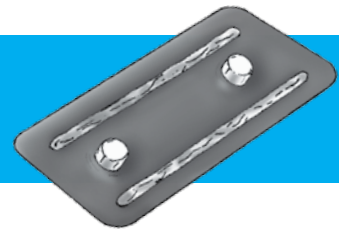
## Yore 5

Mii kom icoo dony aber iyii nyor me ooko ka itye irwate i butu. Ka komi tye ooko, man pe gwoki ikom yac kede twoe ame kobo i butu.

## Yore 6

Dwiny eka ite mino nyor me ooko no me gwoko kwir iyii opira eka itee wooto ooko aber ame dako pwod pe oya malu iyonge rwate i butu. Pe ibol i coron ame tio kede pii. Ento wang ooko, oonyo bol ibur coron.





# Yat ame omwonyo pi gengo yac ame romo ngole atura

## Ngo ame obedo yat ame omwonyo pi gengo yac ame romo ngole atura?

Yat ame omwonyo pi gengo yaci tye anyige ame omwonyo ikin kare me nine abic iyonge rwate iyore me butu abongo gengere. Ikare okene dang olwongo ni 'morning after pill'.

## Yat man tio aber ningo pi gengo yac?

Pien kare okene mon pe mwonyo gini yat man ikare ikokome onyo ikare okene yat pe tio, mon aromo 1 oonyo 2 ikom 100 ame tio kede yat man iyonge rwate ibutu tyeno 1 romo yac.

## Yat man tio ningo?

Yat man gengo oonyo galo wota tong dako me rwate kede kwir icoo. Yat man pe tio ka dako dong oyac oko.

## Myero tii kede yat man ikare mene?

Dako romo tic kede yat man ikin kare me nine 5 iyonge rwate kede icoo ibutu abongo gengere, medo kede ribere ibutu abongo tic kede yore moro keken me gengo yac oonyo ka yore okene pe otio aber, calo bala ka opira oyec oonyo dako okeng mwonyo yatere me nino ducu. Yat man tio aber ka omwonyo oyotoyot iyonge rwate ibutu abongo gengere.

## Pingo omio pola jo maro tic kede yat man?

- Oromo tic kede iyonge rwate ibutu abongo gengere pi mio gum okene pi gengo yac.
- Dako en aloo.
- Oromo gwoko icing kace dako oribere iyore me butu abongo gengere.

## Pingo jo okene pe maro tic kede yat man?

- Yat man romo kelo alokaloka anonok me cwer aremo pi nine 1 oonyo 2 iyonge mwonyo.
- Man romo mio dako cako tio two dwe oko con oonyo pe kite ame nwo bedo kede con.
- Man romo kelo ngok, abar wic, onyo rem ayic ikin kare me cabit acel iyonge mwonyo.

## Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Yat man ber pi mon ducu medo kede bulu.
- Man pe kelo oonyo yic.
- Yat man pe gengo dano me nwongo kudi two jonyo.
- Man pe kelo angwal ikom atin ka yac obedo atye.
- Pe rac pi yot kom dako.
- Pe kelo lurr. Dako twero yac oko cutucutu ka en dok orwate ibutu abongo gengere.

# Doto atin pi dwete abicel iyonge nywal kede cak kor keken (LAM)



## LAM obedo ngo?

LAM, obedo yore acel me lagoro nywal ame obedo “doto atin pi dwete abicel (6) iyonge nywal kede cak kor keken” pi gengo yac. Man jengere ikom adwogi me dot ikom dako.

## LAM tio aber ningo?

Pien mon okene pe tio kede LAM aber, mon aromo 2 iyi akina 100 ame tio kede LAM pi dwete 6 me acaki iyonge nywal romo yac.

## LAM tio ningo?

LAM gengo wot atong dako me rwate kede kwir icoo. Pi yore man me tic aber, dako myero bed kede jami adek magi:

1. Two dwe pwod pe odwogo iyonge nywal.
2. Atin doto cak kor keken. Man nyuto ni pe tye cem onyo pii-pii, moro keken ame myero mii atin. Atin myero dot cak idye ceng kede iwor ducu.
3. Atin pe kato dwete 6.

Ka dako dong pe romo keto itic yore adek magi, en myero cak tic kede yore okene me Lagoro nywal cutcut pien LAM pe amaro konye me gengo yac.

## Pingo jo maro tic kede yore man me gengo yac?

- Doto atin pe mito cente moro keken.
- Doto cak ber tutwal pi yot kom atin kede totere.

## Pingo jo pe maro tic kede LAM?

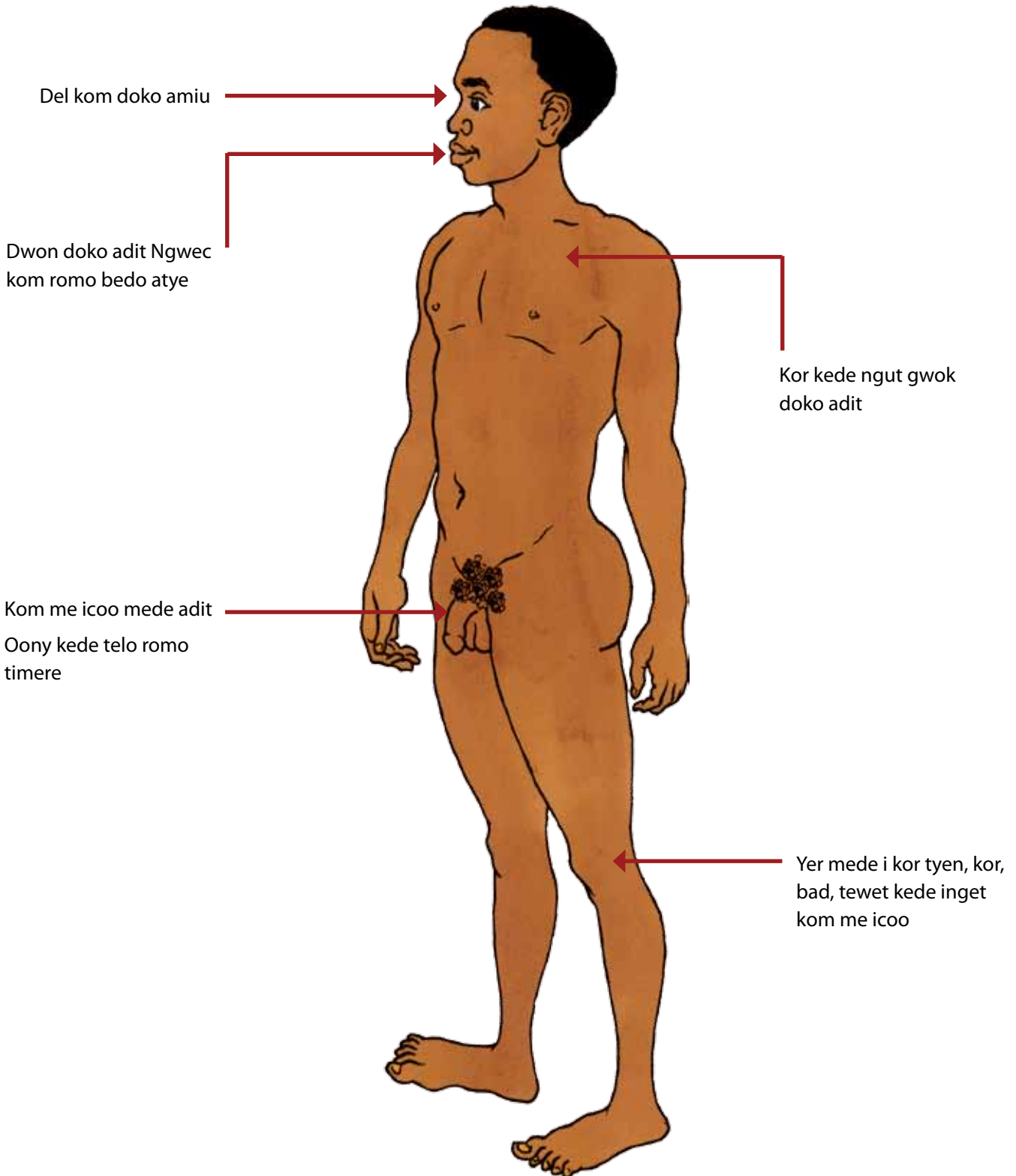
- Dako myero dot atin kede cak kor keken idye wor kede idye ceng ducu ame pe romo timere pi toto ducu.
- Toto pe twero pokere kede atin pi cawa alac idye ceng onyo idye wor.
- Yore man onywalo kede dano anywala. Pe kede yatoro keken, yore ame otio kede onyo pwoony me dakatal pe mite.

## Ngo okene ame mite me an ingeyo?

- Yore man tio aber tutwal me gengo yac ka dako pwod pe ocalo neno two dwe mere kun tye amio atin cak kor keken idye wor kede idye ceng ducu kede ka atin pe kato dwete 6.
- Cak kor keken romo pito atin pi acaki dwete 6. Cem onyo gin amata moro keken pe mite.
- Cak kor pe romo jwik ka dako tye adoto atin idye wor kede idye ceng.
- Dako myero mede kede doto atin naka akadi en onyo atinere kome lit.
- Dako myero cak tic kede yore okene me gengo yac ka en dong ocalo timo two dwe mere.
- Me mede kede gengo yac, dako myero cak tic kede yore okene me gengo yac ka en ocalo pito atinere kede cem onyo gin amata okene.
- Me mede kede gengo yac, dako myero cak tic kede yore okene me gengo yac ka atin okato dwete 6 dong oko.
- Pire tek me yero yore anyen me gengo yac ame jami magi ducu pwod pe otimere me wek dako mede kede gengo yac. Dako myero mede kede doto atin kadi en ocalo tic kede yore okene.

# Cal icoo

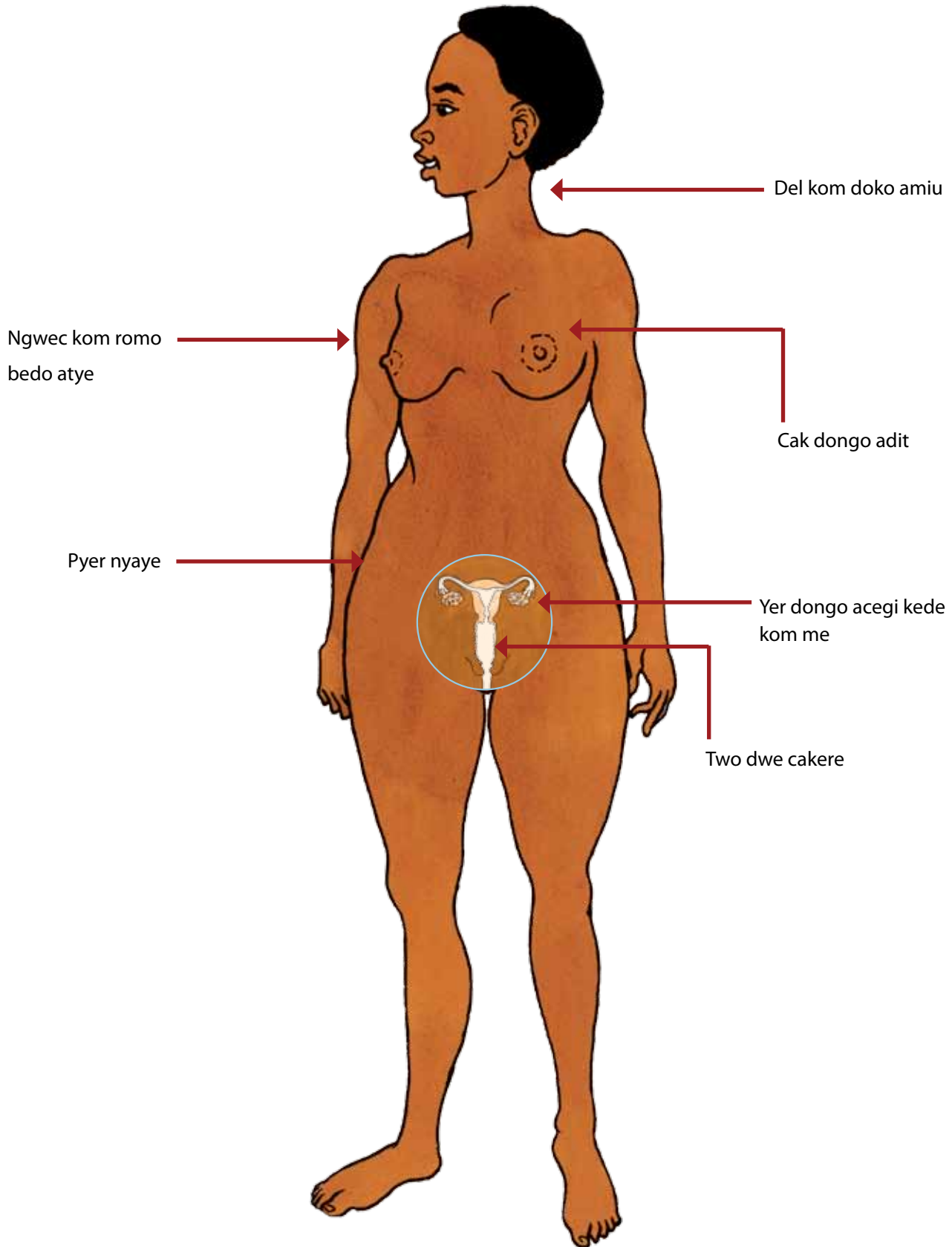
Myero otii kede i Kad me tic pi bulu mwaka 10-14





# Cal adako

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



# Apenye me pol kare kede agam gi

## Jarawe obedo ngo?

Jarawe obedo kare ame otino tye adongo kun nwo gin dong pe obedo otino atino kede pwod pe odoko jo adongo. Ikare me jarawe, kom awobe kede anyira nwongo alokaloka apol akom dongo adit dang abor, kom me icoo kede dako mede, kede yer cako dongo i dul apatpat me kom. Ikare man, kom nyako dongo ame en romo yac kede awobi dang romo mio nykao yac. Ento, kadi bed ni dong oromo yac, man pe nguto ni gin tye atera i tam kede ikom gi me yac.

## Mwaka mene ame awobe kede anyira beo i jarawe?

Jarawe nyuto alokaloka ducu me kom ame otino beo iye ikare me doko jo adongo. Anyira cako nwongo alokaloka con loo awobe. Pol anyira nwongo alokaloka iyii akina mwaka 8 - 13, kede me awobe cakere iyii akina mwaka 10 - 15. Twero bedo cucut onyongo iyonge kare moro. Jo ducu pokere anonok, dano acelacel beo i jarawe ikare apatpat. Alokaloka me tam kede kom mede naka i mwaka 19 onyo 20.

## Pore me anyira onyo awobe okene dongo con loyo owote gi?

Ateni. Awobe okene donyo i jarawe con i mwaka 10, en okene naka i mwaka 15. Anyira okene donyo con bala i mwaka 8 kun en okene i mwaka 13 onyo akato. Ento, ka nyako pe ocalo timo two dwe mere naka iyii mwaka 16, en myero nen atic me yot kom.

## Ngo obedo two kwere amon?

Remo ame ony ikom mon dwe idwe onyo olwngo ni kwere amon, obedo oony aremo aber kede jami mogo iyii awura anyako onyo dako. Maro tero kare aromo nine adek tunu kede iyii abiro dwe idwe. Man obedo anyut ni dako twero yac teki orwate iyore me butu.

## Nine adako me timo two dwe ni obedo ngo?

Nine adako me tio two dwe obedo kare cakere inino me acel me cako timo kwere amon naka inino ame idiko mere nwo en acako kede kwere me dwe anyen. Pien man timere kare ikare, olwngo ni "nine me kwere."

## Awene ame dako onyo icoo tye atera/romo yac?

Bedo atera nguto ni dako dong twero yac. Kom dako tye atera iyii akina nini me tio two dwe mere man aye obedo nine ame en twero yac. Kom dako tye atera me yac pi nine moro anonok i nine me kwere naka ka en dong otii. Coo romo bedo papu pi kwo gi lung.

## Yubere atong dako obedo ngo?

Yubere atong dako obede kare me ya atong dako otego iyii cao mere. Man timere idyere me nine me twoyo two dwe adako. Dako romo yac ka kwir icoo kede tong dako oribere ikare me rwate ibutu. Ikare ni, ka tong dako dong otego, en romo nwongo pii atar tar ipali mere onyo kome me dako bedo adyaka.

## Ngo obedo pii pii ame icawa okene anyira nwongo tye adyaka ite pali gi?

Ngo obedo pii pii ame icawa okene anyira nwongo tye adyaka ite pali gi?

Anyira kare okene neno pii pii moro atar ite pali gi onyo nwongo ni kom gi me mon tye adyaka – man olwongo ni ony apii me kom dako. Gin pola kare onwongo gin man ikare me yubere atong gi, ame nwo dong otego. Pii man konyo me mio kwir icoo wot rwate kede tong dako iyii awura.

## Anyira myero ket ginoro ikom gi me mon wek ngwece bed akur?

Lwoko kom gi me mon kede cabun medo kede pii didik romo mio bedo acil. Pe keto ginoro ikom me mon weko kom dako atwoo, bedo angwece tye kede nwo twoe apapat.

## Anyira romo gwokere ningo ikare me timo kwere gi ka pad pe?

Ka pad pe tye myero ket gini pama onyo bongo acil ite pali gi, man konyo me jwiyo remo. Obedo tam aber me bedo kede pama onyo bongo okene pi konyi me aloka idiceng.

## Teelo obedo ngo?

Telo obedo cung akom me icoo atek kede remo. Awobe kede coo maro telo tyen apol idi wor. Timere me dano yaa idiko kun otelo kede icawa okene dano tello ame nwo pe oyubere, onyo akadi nwo pe tye atamo ribere ibutu. Awobe kede coo dang telo ka gin pe tye angeyo idii ceng, kadi dang gin pe kede miti me rwate ibutu. Awobe kede coo pe romo gengo gini telo pien man obedo gin ame timere pi dongo.

## Lire acoo obedo ngo?

Lire obedo yango me kwanyo del loro atitidi (del me wi ikom me icoo) ame wumu wi ikom me icoo. Ka awobe olire, man pe kelo peko ikom awobi iyore me rwate ibutu ikare me anyim. Lire awobe kede coo konyo me dwoko cen kure me nwongo kudi me two jonyo ento pe gengo nwongo kudi me two jonyo. Akadi bed ni awobi olire, myero nen ni etio kede opira ikare me ribere ibutu pyen obedo yore aber pi kare ducu me rwate ibutu.

## Ngo obedo lac kede kwir acoo?

Lac obedo pipii atar ame donyo ikom icoo kun bedo kede kwir. Kwir obedo teko icoo ame rwate kede tong dako te kelo atin. Kwir man yubere iyii tong man icoo kun bedo kede kwir adwong atitino iyii lac acel acel. Nyako romo yac ka kwir man odonyo ikome icawa me rwate ibutu.

## Ony ika butu obedo ngo?

Ikare me Jarawe kom lokere eka te cako yubu kwir. Kwir man nwo tye atera me weko kom dano kun beo iyore me oony ikabutu. Pol kare bulu awobe yaa gini ikabutu idiko ame oteelo kun ikare okene nwo pali kede kabutu gi ojot. Man obedo gin atimere.

## Kom me icoo myero borere kede ditere bed arom kwene?

Bor me kom icoo pire pe tek dang pe ngutu ni icoo romo nywalo atin onyo bedo kede mara. Pi jo adongo, kom me icoo bedo iyii akina cm 14-16 ka otello kun bulu pe kede caji moro keken pien kom gi dongo papat kede ikare apapat. Ikare me jarawe ni (mwaka 10-18) kom me icoo kede tong man dongo oyotoyot kadi bed ni kom me icoo pe giko dongo naka ka itunu mwaka 21.

## Kwir kede lac rom kato karacel?

Lac kede kwir ducu tio kede yoo acel. Ento, yoo atitidi bala dogola ame tye ping ite opira a ame cwalo lac ooko pe twero mio lac kede kwir donyo iyii opira karaacel.

## Itwero lwoko kom me icoo ningo?

Lwoko kom me icoo momot i pii medo kede cabun didik. Ka awobi ame pe olire, myero waa del dwok cen momot eka te lwoko tere.

## Biyo kwir/cobo miti obedo ngo?

Man obedo ka awobi onyongo nyako otio kede yore okene me cobo miti apat kede rwate ibutu. Tic kede yore man me tyeko miti ni kelo ony, ame dang kare okene olwongo ni cobo miti. Pe tye yore aber onyo arac me cobo miti.

## Tic kede yore okene pi cobo miti me butu romo kelo peko iyot kom?

Ber. Man pe kelo peko moro keken kadi dang otimo kare ikare dang, pe tye peko me yac, kudi two jonyo kede twoe okene ame kobo iyore me ribere ibutu. Man pe gengo yubere akwir icoo onyo yot kom dako. Kadi bed ni jo romo bedo kede lewic, alano moro pe iye.

## **Anyira romo tic kede yore okene me cobo miti gi abongo rwate kede icoo iyore me butu?**

Ateni. Man timere me anyira tic kede yore okene me cobo miti gi abongo rwate kede icoo iyore me butu. Pol anyira cako timo gin man ikare ame obedo gini bulu atino. Pe kelo peko me yac, kudi ame kobo two jonyo, onyo twoe mogo ame kobo iyore me mit.

## **Dako romo yac kadi obedo tyeno mere me acel me ribere kede icoo iyore me butu?**

Ateni, dako romo yac kadi obedo tyeno mere me acel me rwate kede icoo iyore me butu. Dako romo yac icawa moro keken ame en oribere kede icoo iyore me butu kun nwo kom icoo tye iyii kome. Dano dang romo nwongo twoe ame kobo iyore me mit icawa moro keken ame en oribere iyore me butu kadi obedo tyeno mere me acel.

## **Ngo amite me yac ibedo atye?**

Kadi bed ni yac pe timere kede rwate ibutu ducu, man maro timere ka jami adek magi otimere: 1) tong dako myero bed atye iyii iceke ame cwalo tong dako iyii iwure kan ame otino dongo iye; 2) kwir icoo myero ribere kede tong dako me yubere; 3) tong dako ame oyubere no myero mok iyii iwure.

## **Nyako cako yac i mwaka adii?**

Nyako dong romo yac oko ka en orwate kede icoo iyore me butu iyonge cako tio two kwer amon. Man pe nyuto ni kome kede tam mere tye atera me yac ento man anyut ni kome dong romo yac.

## **Yac twero gengere ningo?**

Ka icoo kede dako tye amito rwate i butu abongo nwongo atin, gin oromo tic kede yore me gengo yac. Tye yore apol calo bala opira, yat me amwonya, yat me pico, yat ame okwoo i bad, nyonyo ame oketo awura, kede kwano nine apapat me yac ikare me twoyo two dwe. Lok kede atic me yot kom pi ngec atut pi yore magi. Ka jo onyomere tye atic kede yore magi medo kede opira aber, man ngutu ni gin nwo romo gengere ikom yac kede twoe akobo iyore me mit.

## **Bulu romo tic kede yore moro keken me gengo yac?**

Bulu ducu kadi kwano onyo pe, romo tic kede yore moro keken me gengo yac. Ento, tweyo onyo ngado iceke pe rwate pi bulu pien yore man mio jo pe dong nywal atwal. Kede, ngeyo nine me yac, calo bala tic kede tigo 'moon beads' kede kwano nine abeco me two dwe pe pore pi bulu ame dong ocako tio two dwe oko. Nyako onyo dako myero bed kede nine me two dwe arorom me wek yore man geng yac.

## **Nyako twero yac ikare me tio two dwe?**

Romo yac, twero timere kadi bed ni pe timere pol kare. Man lubere kede nino me tio two dwe mere, tio two dwe mere tero kare arom kwene, kede awene ame en orwate kede i butu, pien kwir romo rii pi nino apol ikom dano.

## **Pingo omio mon okene pe twero yac?**

Bedo abongo yac romo timere acalo adwogi me tio onyo peki ame tye ikom icoo onyo dako, onyo gin ducu. Dakatal i cawa okene dang pe romo kobo ngo ame gengo yac.

## **Jo myero ter kare arom kwene ame pwod pe oyac iyonge nywal?**

Pi yot kom atoto kede atin, ber pi tero mwaki aryo okene ame pwod pe yac otimere.

## **Dako pore me yac kede mwaka adii?**

Ber pi dako me cako yac ame nwongo otunu mwaka 18. Mon pwod romo nywal kadi gin otunu mwaka 30. Pi man, ber tutwal pi dako me yac ame nwongo tamere kede kome tye atera me gamo yac. Man romo bedo ame nwongo en dong otyeko kwan oko, tye kede ape mere, tye kede lim oromo me gwoko ture, kede ame nwongo gin ducu dong omoko tamgi.

## **Ngo ame dano myero tim ka orwate i butu abongo gwokere medo kede ka opira oyec, owote ooko onyo odong oko ikom dako?**

Buny wot i dakatal onyo i duka me cato yen me nwongo yen me amwonya me gengo yac ame romo timere. Yen man gengo yac iyonge rwate i butu abongo gwokere. Iromo mwonyo yat man pi nine abic iyonge rwate i butu. idakatale okene, atic me yot dang twero mio yat me gengo kobo akudi two jonyo oyot oyot. Ka opira omoko oko ikom dako, dako myero rwak cinge aber ikome me dako ni eka te kwanyo oko onyo ka mano tye atek, myero i buny wot i dakatal me wek okwany oko.

## **Twoe ame kobo i butu romo kobo dang iyii yoo me doto onyo nango kom me icoo onyo dako?**

Twoe okene dang romo kobo i doto kede nango kom me icoo onyo dako.

## **Dano romo pimere i kwene pi kudi two jonyo kede twoe ame kobo iyore me ribere butu?**

Tye kabede apol me pimere. Lok kede atic me yot kom me kin paco, dano ame tye i kilinic acok kedi, dano ame tye i gurup a bulu, onyo apwony, dano adit ame yin i geno me konyi nwongo ka pimere.

## **Kudi ame kelo two jonyo kede twoe ame kobo i rwate i butu ocango ningo?**

Two jonyo pe cang. Ento, tye kede yat me jingo gupu me komi. Dano myero nwong yen acel onyo akato nino ducu. Yat me jingo, ame olwongo ni ARVs, dwoko onyo gengo mede akudi two jonyo i komi kede mio komi bedo atek. Twoe apol ame kobo i butu oromo cango kede yen ame cango gi. Ento, tye twoe okene ame pe kede yat cango. Pire tek tutwal me mwonyo yat ducu ame omii, kadi bed ni anyut me two dong orweny oko.

## **Moo en obedo ngo?**

Moo obedo gin apwopwot ame oromo tic kede i kom me dako. Moo man oromo tic kede ikare me rwate i butu me mio icoo kede dako winy aber dang amwonya. Opira pol kare tye kede moo i kome me mio tic kede bedo aber.

## **Gero me bedo icoo onyo dako ni obedo ngo?**

Gero me bedo icoo onyo dako obedo tim arac ame twero kelo awanu i kom dano onyo tam. Man timere pi apokapoka ame twero bedo atye i kin icoo kede dako. Gero twero bedo calo bala tic kede kop aracu, tojjo onyo gweyo, diyo dano me rwate i butu tetek, kede jami apol okene. Ka ce dano tye anwongo tim me gero, cik me Uganda kobo ni yin i romo mio ngec bot abili acok kedi onyo nwongo kony i bot atela me wang tic 'LC'.