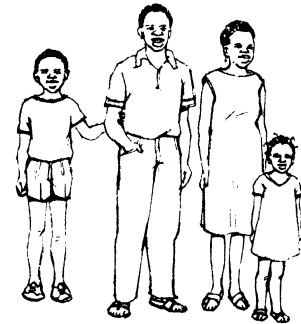


Bangekolɔsi fɛrɛw— An bɛ se ka fɛrɛ minnu tige walasa ka an ka den hake laɓininen sɔɔ

Sigida o sigida yamariya bɛ bangebaaw bolo ka u ka den sɔɔta hake suganti.

Mɔɔ bɛ kelen kelen ni a ka kun don den sɔɔta hake la. Furupɔɔnma kura dɔw bɛ se ka a ɲaniya ta ko olu tɛna den wolo fo ni olu ye baara sɔɔ min bɛ ke sababu ye u ka se ka wari caman mara walasa ka jɔ ni u denw ka musakaw ye ka ɲɛ. Dɔw fana b'a fɛ ka den dama dɔɔn de sɔɔ. Dɔ were b'a laɓini ka furance jan don u denw ni ɲɔɔn cɛ walasa denw ni u ba ka to keneya la. Dɔw fana hakilina de ye ko u si kɔɔbayara den sɔɔ ma. Sigidaw dɔw, a dɔnnen don ko ni denw cayara kojugu, ni u kɔɔbayara, dugukolo seneta tɛna se ka u bɛ labalo.



1 Bangekolɔsi fɛrɛw

Fɛrɛ minnu bɛ ke walasa an ka an ka den hake sɔɔta ni u sɔɔ waati ɲaniya ta, a bɛ fo o ma ko bangekolɔsi fɛrɛ. Ni aw ka laɓini de ye ka waati jan ke ka a sɔɔ aw ma den sɔɔ, fɛrɛ caman bɛ yen aw bɛ se ka minnu dɔ ke walasa ka kɔɔta bali. Olu bɛ wele ko **bangekolɔsi fɛrɛw**, minnu bɛ furancejan don denw ni ɲɔɔn cɛ, walima ka den sɔɔ bali.

San o san muso 500.000 ɲɔɔn bɛ sa ka a sababu ke geleyaw ye minnu bɛ sɔɔ kɔɔta fɛ, jiginni senfe ani kɔɔtipe faratima fɛ. Misali la, bangekolɔsi fɛrɛw bɛ se ka a to an tanga kɔɔta faratiw ma, minnu file:

- **Muso misenniw.** Muso minnu si tɛ san 18 bɔ, olu ni ka teli ka to musokele la ka a sababu ke u ma mɔ kosebe ka se denwolo ma. U den fana ka teli ka ntanya u si san kelen.
- **Muso kɔɔlenbaw.** Muso minnu kɔɔlen don, farati bɛ olu ka denwolo la, sango ni geleya dɔw bɛ u ka keneyako la walima ni u ye den caman wolo ka tɛme.
- **Seredenwolo.** Muso fari mako bɛ waati dɔɔni na walasa ka segin a yere ma kɔɔmayaw ni ɲɔɔn cɛ.
- **Den caman sɔɔ.** Muso min den ka ca ni den 4 ye, faratiba bɛ o ka denwolo la barisa jolibɔn walima bana were ka teli ka a faga jiginni senfe.

Muso miliyɔn yirika bɛ bangekolɔsi fɛrɛw ke walasa ka u ni lakana, bangekolɔsi fɛrɛ minnu ɲɛfɔlen don nin sigida in na ani ka a ta gafe in ɲɛ [394](#) fo a ɲɛ [397](#) la.









2 Bangekɔɔsi feere suganticogow

Gafe ne nataw la, bangekɔɔsi feere caman nefɔlen don. Bangekɔɔsi feere dɔw be ne mɔgɔ dɔw bolo ka teme mɔgɔ werew kan. Aw ye gafe ne kofɔlen ninnu kalan, o kɔ aw ka a baroke aw ka tinminemuso fe walima keneya baarakela walima dɔgɔtɔɔ dɔ walasa aw ka je ka a jate mine bangekɔɔsi feere minnu be se ka ne aw bolo. Aw ka kunnafoni jini senfe bangekɔɔsi feerew kan, aw be se ka nin jininkaliw ke:

- Nin bangekɔɔsi feere be se ka kɔnɔta bali cogo di?
- Bangekɔɔsi feere in be se ka mɔgɔ tanga sidabana ni kafɔɔɔɔnyabanaw ma cogo di?
- Bangekɔɔsi feere be se ka baarake ka ne? Ni keneya ko geleya dɔw be muso la, minnu kofɔlen don nin sigida la, o tigi ka kan ka bangekɔɔsi feere dɔw keli to yen.
- Bangekɔɔsi feere in labaarali ka nɔgɔn wa?
- Bangekɔɔsi feere in musaka ye joli ye?
- Bangekɔɔsi feere in sɔɔɔli ka nɔgɔn wa? Yala aw ka kan ka taa keneyaso la min ka surun aw la tuma ni tuma wa?
- Kɔɔɔɔw jumɛnw be bangekɔɔsi feerew in keli la minnu be se ka geleya werew lase mɔgɔ ma?

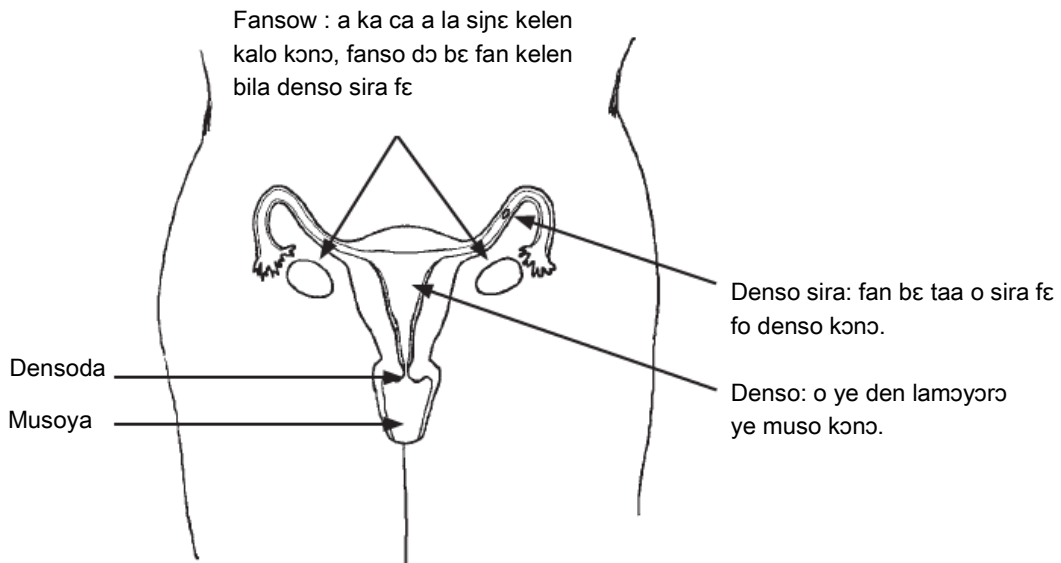
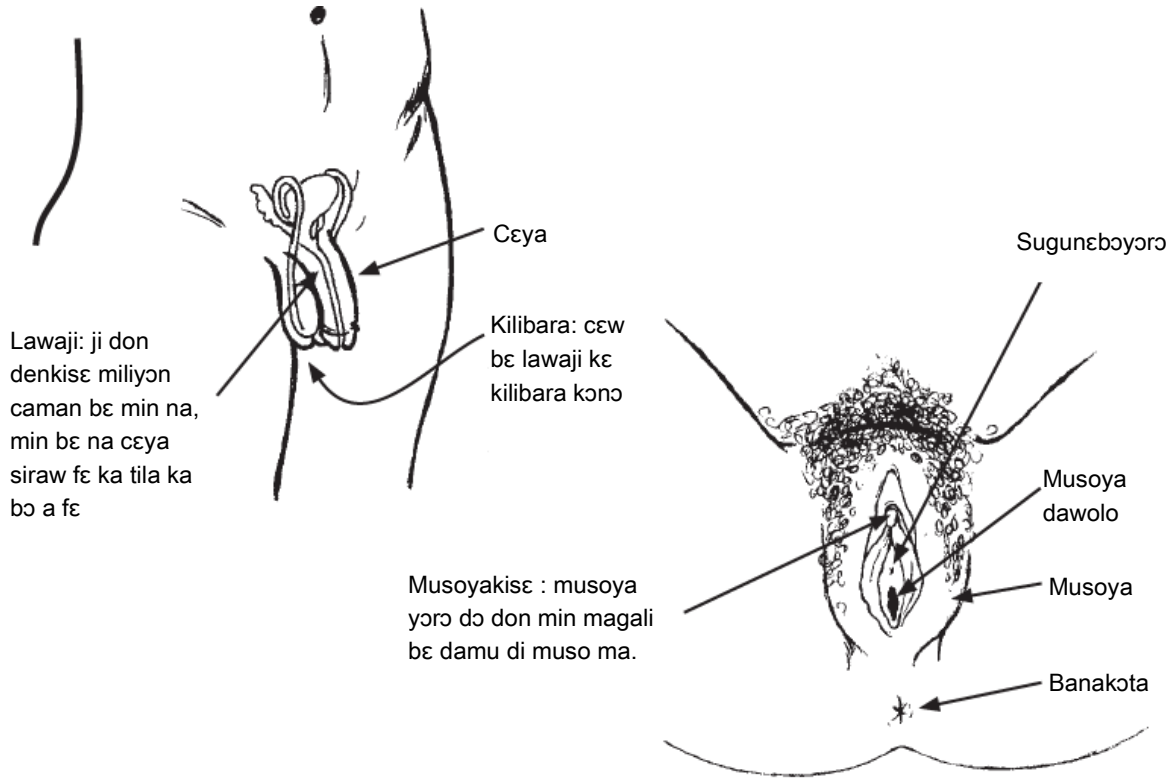
Ni ce min ni a muso benna a kan ka furance don u denw ce ani ka u yere tanga kafɔɔɔɔnyabanaw ma, bangekɔɔsi feerew keli be ne kosebe olu bolo.

O bangekɔɔsi feerew be se kɔnɔta ani ka kafɔɔɔɔɔnw tanga kafɔɔɔɔnyabana ma cogo minnu na, olu nefɔlen don katimu ninnu kɔnɔ. Ni ce min ni a muso ye bangekɔɔsi feerew ke a ne ma kafɔɔɔɔnya waati la, a be ne olu bolo.

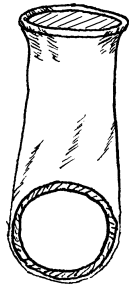
| Bangekolɓi fɛɛɗɗ | Bangekolɓi fɛɛɗɗ minnu be konota bali | Bangekolɓi fɛɛɗɗ minnu be mogo tanga dilannabanaw ma | Tuma jumen | Kunnaƴoni nafama wɛɗɗ |
|--|---------------------------------------|--|-------------------------------|--|
| Fugulan nafama wa manani  | A ka ji | Ƴogon tɛ | Tuma o tuma | A ka ji kosebe n'i ye lawakise fagalan tuluni ni magayalan mu. Ni aw be kafogogonya ke tuma o tuma, aw ka kan ka fugulan nafama don. |
| Bangekolɓi furakisɗ : Furakise jagaminenw  | A ka ji kosebe | Foyi | Don o don | A be mako je ni a be ta waati kelen na don o don. Bana minnu kofolen don sɛben je 289 na, ni o do la kelen be muso min na, o tigi man kan ka nin fɛɛɗɗ in ke. |
| Bangekolɓi furakisɗ : Pilulinin  | A ka ji kosebe | Foyi | Don o don | Ale tawaati ye kelen ye don o don, a be mako je. A be se ka ta ka aw to sin di la (aw be a tali damine den si dogokun 6 kofɛ). |
| Fɛɛɗɗ minnu be don wolo kɔɔ  | Ƴogon tɛ | Foyi | San 3 walima san 5 | A ka kan ka don a jɛdonbaga dogotoɔ do fe dogotoɔso la walima bangekolɓi dogotoɔso do la ani ka a falen san 3 o san 3 walima san 5 o san 5 ka a da a suguya kan. |
| Pikiriw  | A ka ji kosebe | Foyi | Kalo 1, 2, wa 3 | Aw ka kan ka pikiri ke ko kura kalo o kalo, walima kalo fila o kalo fila, walima kalo saba o kalo saba (ka a da a suguya kan). |
| IUD  | Ƴogon tɛ | Foyi | San 5 walima san 12 | A be mako je san 5 walima san 12 (ka a da a suguya kan). Kenyabaarakɛla faamuyalen do ka kan ka a labo |
| Cɛya boli musoya la dilanko senfe sani lawaji ka bo  | A dow ka fisa | Foyi | Tuma o tuma | Cɛ ka kan ka a cɛya sama ka bo sani lawaji ka na. Hali ni o kɛra, lawaji dooni na taa musoya konɔ dilanko senfe min be se ka ke konɔ ye walima ka ke dilannabana soro sababu ye. |
| Sinji doron dili den ma kalo 6 folo konɔ | A ka ji kosebe | Foyi | Sinje caman tile fe ani su fe | Walasa ka bangekolɓi fɛɛɗɗ nin ke, muso ka kan ka sinji doron di den ma a kalo 6 folo konɔ ani ni a ka kalolabo kana na o waatiw la. |
| Ka fan nawaati don (konota waati)  | A ka ji | Foyi | Tuma o tuma | Nin bangekolɓi fɛɛɗɗ tɛ makoba je muso ye muso min ka kalolabo basigilen tɛ. |
| Ka damu soro ka soro cɛya ma don musoya la | Ƴogon tɛ | A dow ka ji | Tuma o tuma | Ni cɛya ma se musoya ma, muso tɛ konota. kafogogonya banakotaa yoro fe, o ka teli ka dilannabana lase mogo ma, ani magali gansan cɛya/musoya la, dilannabana soro man teli o fe. |
| Bange joli | Ƴogon tɛ | Foyi | Sinje kelen | Cɛw ni musow tɛ na denw soro tuguni nin operasiyon in kofɛ. |

3 Musow be kɔnɔmaya cogodi

Ni cɛya ye lawaji fili musoya kɔnɔ walima a kɛrefe, lawaji be se ka don musoya da fe ka taa wolonugu siraw fe. Ni o benna muso ka fan dawaati ma, lawaji be i bari o fan na ka sɔrɔ ka taa a sigi denso foroko sokɔnɔye kɔnɔ. O ye kɔnɔ sɔrɔlen ye. Bangekɔlɔsi fɛrɛw be kɔnɔ bali ni lawaji kumbenni ye, walima ka muso fari bali ka fan dilan walima ka denkiɛ bali ka se fan ma.



4.2 Musow ka mananin

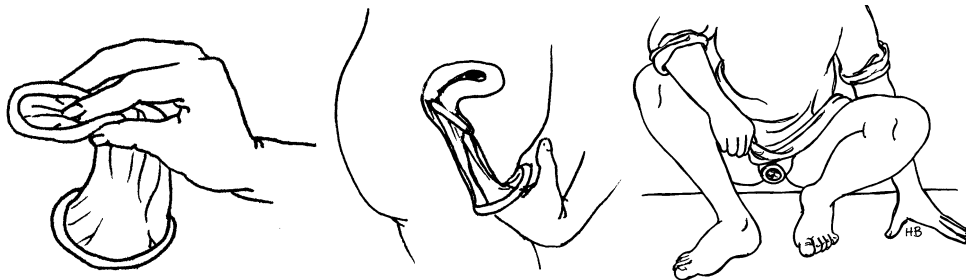


Manani kun do
be don musoya
kono

Manani kun do
be to musoya ko
kan

Musow ka manani ye manajuru misemani ye min be don musoya kono. Fen korilen do be a kun na min be a to a te lamaga. A kun don in be to kenema ka musoya dawolow datugun. Musow ka manani ka kan ka don lere 6 ka kon kafogogonya ne, ani a kan ka bo ni tila kera doron kafogogonya la. A man kan ka don sipe fila ka a da a kan a be se ka fara ni a kora ka a don tuguni. Nka ka musow ka manani ko ani ka a don sipe 5 o ka fisa ni a ntanya ye. Musow ka manani ye feere jumanba ye u yere be se ka min matarafa walasa ka u tanga konota ni dilannabanaw ma,

kerenkerennena la sidabana. Musow ka manani ni cew ta man kan ka don jogon fe kafogogonya waati.



4.3 Bangekolosi fura duntaw

Bangekolosi furakisew dilannen don tubabusegew ye minnu be wele ko orimoni (*les hormones*); a ka ca a la muso fari be orimoni dilan a yere ye. Mogow be nin bangekolosi feere de ke ka caya bi don na walasa muso kana kono ta, nka ni a kecogo labatoli ye. O la, muso dow man kan ka u yere bila bangekolosi furakise tali la ka a soro u be se ka feere werew ke (aw ye gafe ne [288](#) laje).



Bangekolosi furakisew te mogow tanga sidabana ni dilannabana tow ma. Walasa ka aw tanga nin bana koflen ninnu ma, aw ka kan ka fugulan nafama matarafa (aw ye gafe ne [290](#) laje).

Bangekolosi furakisew suguya ka ca. Walasa ka a suguya do ta min ka ni aw ma, aw be keneya baarakela do ka ladilikanw jini wali ma tinminemuso do walima aw be sigida 25 laje, gafe ne binkenemaw a ne [393](#) ni a ne [394](#). Bangekolosi furakisew te konota bali o yoronin bee la. O la, aw be fugulan nafama don bangekolosi furakisew talit ile 7 folo kono walima Bangekolosi feere were walasa ka konota bali.

Bangekolosi feere dow faralen jogon kan

Bangekolosi feere minnu be fara jogon kan orimoni suguya 2 be u bee la ni u be wele ko esitorojeni ani porojiten. (Walasa ka fura ninnu suguyaw ni tacogo don, aw ye gafe ne [393](#) ni ne [394](#) laje).

Bangekɔɔsi furakisenin (porojesiten dɔɔɔn be min na)

Porojesiten te nin bangekɔɔsi furakisenin na. Farati te ale tali la muso caman fe, muso minnu te se ka bangekɔɔsi feere fara jɔɔɔn kan ka a sababu ke banako ye (gafe je [289](#)) walima ka a sababu ke bangekɔɔsi feere be faralen jɔɔɔn kan, olu kɔɔɔɔw. Bangekɔɔsi furakisenin ka ni denbaw ma den be minnu sin na ani u ma u ka laada ye kabini u jiginnen. Walasa ka a dɔɔn a fura minnu be sɔɔɔ yen ani u tacogo, aw ye gafe je [394](#) laje.

Jininkaliw ni jaabiw bangekɔɔsi feerew kan

| | |
|---|--|
| <p>? Dɔɔw b'a fɔ ko bangekɔɔsi furakisew be kanseri (bon) bila mɔɔɔ la. Tije don wa?</p> | <p>Tije te, nka ni kanseri be mɔɔɔ la ka kɔɔɔ, bangekɔɔsi furakisew be se ka a kuru bonyali teliya.</p> |
| <p>? Muso be se ka den sɔɔɔ bangekɔɔsi furakisew tali dabilalen kɔ wa?</p> | <p>Awɔ. (Tuma dɔɔw la, kalo1 walima kalo 2 be se ka teme sani a ka kɔɔɔ ta).</p> |
| <p>? Muso min ye bangekɔɔsi furakisew ta, o ka teli ka filaniw walima den fiyemaw sɔɔɔ wa?</p> | <p>Ayi! bangekɔɔsi fura tali ni a tabali be ye kelen ye denwolocogo la.</p> |
| <p>? Yala tije don ko ji bere te ke denbatigi sin na ni a beka bangekɔɔsi furakisew ta wa?</p> | <p>A ka fisa ka a to ji ka jigin sin na fɔɔɔ ka je sani a tigi ka bangekɔɔsi furakisew tali damine. O be se ka dɔɔɔkun 3 ta. O kɔ, farati foyi te denbatigi ka bangekɔɔsi furakisew tali la.</p> <p>A be se ka bangekɔɔsi furakisenin ta (seben je 999) ɔrimɔni caman te min na ani a te foyi ke sinji la, hali dɔɔɔkun 3 fɔɔɔ kɔɔɔ.</p> |

Bangekɔɔsi feere ko cunnenw kama

Ni a kera ko kun dɔ ye a to aw ye dilanko ke ka a sɔɔɔ aw ma fugulan nafama don, walima aw ka fugulan farala, walima aw ma se aw ka bangekɔɔsi feere ta sani aw ka dilanko ke, aw be se ka aw tanga kɔɔɔta ma halisa ni bangekɔɔsi furakise hake caman tali ye ka teme hake tata kɔɔɔlen kan dilanko kɔ o nɔɔɔni be la, walima aw be furakisew ta minnu dilannen don nin ko suguyaw kama. A be fɔ nin bangekɔɔsi feere suguya ma ko bangekɔɔsi feere ko cunnen na wa a be baarake a tile 5 fɔɔɔ dɔɔɔn de la. Aw ye gafe je [394](#) ni a je [395](#) laje.

Muso jumen man kan ka bangekɔɔsi fura ta?

Taamasijne dɔw be yen ni olu dɔ la kelen yera muso min na, o tigi man kan ka bangekɔɔsi fura ta:

- Ni **laada waati temena** muso kan fo ka a ke a hakili la ko a kɔnɔma don.
- **Sinna kanseri** walima kuru sinbara kɔnɔ (gafe ne [279](#)). Bangekɔɔsi furakisew te kanseri bila muso la, nka ni kanseri be muso min na ka ban, bangekɔɔsi furakisew be se ka a juguya.
- **Jolibɔn muso la** kalo 3 ka kɔn bangekɔɔsi furakisew tali ne. Aw be taa aw yere laje dɔgɔtɔrɔso la ni bana jugu were te aw la (gafe ne [280](#)).

Ni sɔgɔsɔgɔninje, jabeti, komokililabana walima kirinnibana be aw la, aw be ladilikanw jini dɔgɔtɔrɔ dɔ fe sani aw ka don bangekɔɔsi furakisew tali la.

Bangekɔɔsi fura minnu faralen don jɔgɔn kan muso jumenw man kan ka olu ta?

Bangekɔɔsi fura minnu faralen don jɔgɔn kan, olu be se ka faratiba don muso ka keneya la. Bangekɔɔsi fura minnu faralen don jɔgɔn kan aw kana olu ta ka a sɔrɔ :

- Mɔgɔ minnu ka tansiyɔn be yelen (aw ye gafe ne [125](#) laje)
- Sukarodunbana min menna ka san 20 bɔ
- A ye san 35 bɔ ni a be sigareti min
- Kunbabin juguman (seben ne [162](#)). Kunbabin juguman be muso minnu na, olu man kan ka bangekɔɔsi furakise ta. Nka kunkolodimi gansan man kan ka muso bali ka bangekɔɔsi furakise ta.
- Kunakunadimi (gafe ne [329](#))
- Kunsemenabana delila ka mɔgɔ min mine
- Jolikuru sigilen jolisira dɔ la (o de ka teli ka funteni bila mɔgɔ la ani dimi bila a sen dɔ la)
- Bijedimi wa sayi (aw ye seben ne [172](#) ni [328](#) laje).

Muso caman be se ka bangekɔɔsi furakisew ta porojesiten dɔrɔn be min na ka bana kofɔlen ninnu dɔla kelen to u la (gafe ne [394](#)) walima bangekɔɔsi min be don wolo kɔrɔ (alimetini) walima bangekɔɔsi pikiri. Jolisiraci be muso minnu na ni dimi te u la, o musow be se ka bangekɔɔsi furakise ta ka a sɔrɔ farati te a la. Nka ni jolisiraciw be a dimi, u ka kan ka fura in tali jɔ.

Bangekɔɔsi faralen ɲɔɲɔn kan, olu ka teli ka geleya minnu bila muso la, taamasijɛ fɔɔw la

Aw be FURA TALI Jɔ, ka sɔɔ ka taa dɔɲɔɲɔɔ dɔ ka ladilikanw ɲini ni furaw ye bana dɔ bila aw la i n'a fɔ :

- Kunkolodimi jugumanba ka bugu bila aw ɲɛ na (kunbabin) min daminena fura tali daminenen kɔ.
- Fangadɔɲɔya walima kirinni aw bolow ni aw sen na.
- Dimi gelen banbali disi la ani ninakilidegun.
- Dimi be sen na.
- Dimi be kɔɔ na.

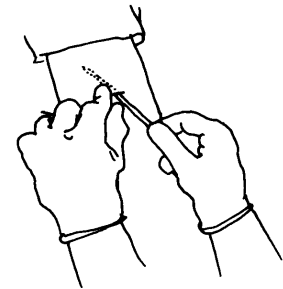
Ni aw ye nin geleya dɔla kelen ye, aw be bangekɔɔsifurakisew tali jɔ ani ka taa dɔɲɔɲɔɔ dɔ laje. Aw be fɛɛɛ wɛɛɛ laje, barisa nin geleya kofɔɔlenw be se ka farati don jiginni na.

5 Bangekɔɔsi fɛɛɛ wɛɛɛw

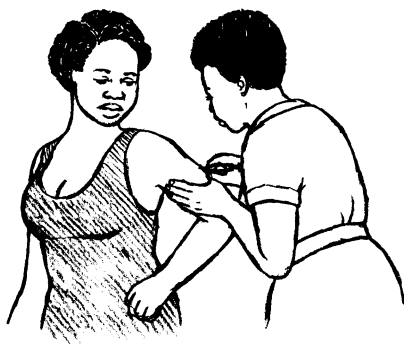
5.1 Fɛɛɛ minnu be don wolo kɔɔ

Fɛɛɛw don, minnu forokolamani don ni u be don muso bolo wolo kɔɔ. Fura dɔ be o forokoni kɔɔ min be muso bali ka kɔɔta kalo 3 fo san 5 ka a da a suguya kan. Forokoniw ka kan don a ɲɛdɔɔnbaga dɔɲɔɲɔɔ dɔ fɛ, aw be seben ɲɛ [396](#) laje.

I n'a fɔ bangekɔɔsi furakise ni, bangekɔɔsi fɛɛɛ minnu be wolo kɔɔ porojɛsiten dɔɲɔn be a dɔw la, wa muso minnu fari te sɔn esitorojeni na, olu de be se ka a don u la, walima den be muso minnu sin na ni u ma u ka kalolabɔ ye kabini u jiginnen. Muso minnu fari te sɔn bangekɔɔsi furakisesi ma, o musow man kan ka wolo kɔɔ bangekɔɔsi fɛɛɛw fana ke (gafe ɲɛ [289](#)). Wolo kɔɔ bangekɔɔsi fɛɛɛw te sidabana ni dilannabana tɔw bali ka mɔɲɔ mine



5.2 Pikiriw



Pikiri kɛɛnkerɛnnɛnw be yen minnu be se ka kɔɔta bali. A ka c'a la, a pikiri be ke kalo o kalo walima kalo 3 o kalo 3 dɔɲɔɲɔɔso la, a ɲɛdɔɔnbaga dɔ fɛ. A pikiri fɔɔ be se ka ke ni keneyabaarakela ni muso ye a segesege ka a dɔn ko muso kɔɔma te. Pikiri be se ka kɔɔta bali ni a kɛra dɔɲɔn kalolabɔ yeelen kɔ tile 5 kɔɔ. Ni a kɛra tile 6 walima kalolabɔ daminenen kɔ ka men, kafɔɲɔɲɔnw ka kan ka manani don walima ka dilanko to yen tile 7 nata kɔɔ. Walasa ka kunnafoni caman sɔɔ, aw be seben ɲɛ [396](#) laje.

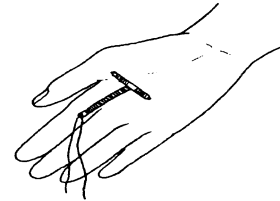
I n'a fɔ furakiseni, porojɛsitin dɔɲɔn be bangekɔɔsi pikiri dɔw la wa a dɔw la esitorojeni ni porojɛsitin fila beɛ be u la. Muso minnu fari te sɔn furakiseni

na, olu man kan ka pikiri fana ke (gafe ne [289](#)). A ka ca a la, nin pikiri fila bee be ke dogotoro do fe. nin pikiri ninnu te mogo tanga dilannabanaw ma.

Pikiriw minnu faralen don jogon kan i n'a fo sikulofemu (*Cyclofem*) ani mesijina (*Mesigyna*), olu be ke siye kelen kalo o kalo. Muso minnu fari te son esitorojeni na, olu ka kan ka u ye ka to yen (gafe ne [289](#)). Porojesiten doron be pikiri minnu na, olu be ke siye kelen kalo 2 o kalo 2 walima kalo 3 o kalo 3 . Aw ye seben ne [396](#) laje.

5.3 Bangekolsiminen negema walima a manaman

Bangekolsiminen negema walima a manaman ye minen ye min be don denso kono a jodnbaga dogotoro walima tinminemuso do fe. (A be wele tubabukanna *sterilet* walima *dispositif intra-uterin*, wa *D.I.U.*). Porojesiten be nin bangekolsiminenin na.



Bangekolsiminen negema walima a manaman be ce bali ka konoda muso la. Aw ye gafe ne [395](#) ni a ne [396](#) laje. Bangekolsiminen in be se ka don waati bee ni muso ni a ka dogotoro dalen don a la ko muso konoma te ani ko joli te a jefela konona na walima dilannabana. Muso be se ka a jini keneyabaarakela do fe walima tinminemuso ka bangekolsiminen in labo ni a b'a fe ka feere were laje walima ka konota. Bangekolsiminen negema walima a manaman te mogo tanga dilannabanaw ma.

Muso minnu man kan ka bangekolsiminen negema walima a manaman don:

- Kanseri be muso minnu musoya la. Sinna kanseri be muso minnu na, olu man kan ka bangekolsiminen in don, fo ni a kera a ziralama walima o jogon were.
- Sopisi ni leminapo be muso minnu na. Gafe ne [236](#).
- Barakrodimi be muso minnu na. Gafe ne [243](#).

5.4 Lawakisefagalanw

Lawakisefagalanw ye: kangaji, furakisew ani muso be tulu minnu ke a musoya kono ka kon kafogonye ne.

Lawakisefagalan be ce lawakisew de faga sani u ka se muso denso kono. Lawakisefagalan te mogo tanga dilannabanaw walima sidabana ma. Furakisew ka kan ka don musoya kono miniti 10 walima miniti 15 ka kon kafogonye ne. Kangaji walima tuluni be mako ne ni u kera sanga surunni ka kon dilanko ne. Lawakisefagalan ka kan ka don musoya la waati o waati ni aw bena kafogonye ke. Kafogonye kofe, aw kana lawakisefagalan ko ka bo aw la ka kon lere 6 ne. Lawakisefagalan dow be neje bila musoya konona na walima ka a jenijeni.



Ale kelen te mako ne, nka ni a faralen don fugulan nafama walima falakani kan, o be konota balili sinsin. Lawakisefagalan tulu te mogo tanga dilannabanaw ni sida ma. (Voir page [395](#).) Ni aw be ale kan ka caya, a laban be neje bila musoya konona na, min be ke sababu ye musoyabana do ka a tigi mine, hali sida be o la.

Muso ka kan ka feere minnu tige kɔnɔta waati la

Aw be aw ka ladaw ni jɔɔɔn ce tile hake jate kalo dama kɔnɔ. Aw be a jateli damine laada tile fɔɔ. A don laban be ben tile laban ka kɔn laada kura yeli jɛ. Ni aw ka laada tilew ye hake kelen ye, ani ni a tilew be tile 26 ni tile 32 ce, ni feere in be se ka aw mako jɛ. Aw be dilanko to yen walima aw be fugulan nafama don laada tile 8 nan ni a tile 19 nan ce.

Misali la, ni aw ka laada tile fɔɔ benna mɛ kalo tile 5 ma, aw be o jate i n'a fɔ aw ka laada tile fɔɔ.

Aw be a jate nin cogo in na:

Aw be tile 8 jate. Aw be a ta o don na, ka tiri ci tile 11 kɔɔ i n'a fɔ tan:

Muso man kan ka dilanko ke o tile 11 kɔnɔ.

| MAI | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| | | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| ⑤ | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 |
| 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 |
| 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 |
| 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | |

Misali la, ni aw ka laada filanan daminena zuwen kalo tile fɔɔ, aw be nin jate kelen in ke :

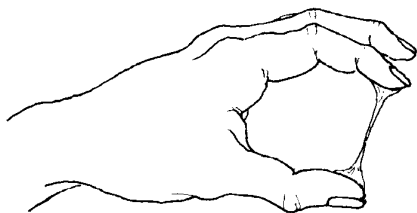
Aw be tile 8 jate kura ye, tile 9nan don kɔ, aw be tile 11 jateli damine. O tile 11 kɔnɔ, aw kana dilanko ke.

| JUN | | | | | | |
|-----|----|----|----|----|----|----|
| | | | | | | ① |
| 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 |
| 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 |
| 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 |
| 30 | | | | | | |

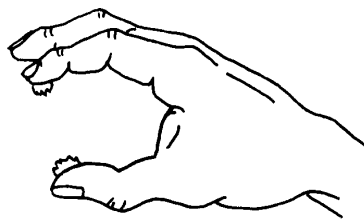
Ye lema donni musoyaji l, o be se ka a to muso ka a ka kɔnɔta waati dɔn.

Ni yiriyiri namayara walima ka kanga i n'a fɔ shefan kene, walima ni a sera ka sama kosebe, muso be se ka kɔnɔta o waati ni a jera ce fe. **Aw be aw jija o waati aw kana kafɔɔɔɔɔɔɔ ke fo tile fila ka teme yiriyiri seginnen a cogo kɔɔ la.**

Nka ni mana be a la, namaya te a la, ani a te kanga, a ka c'a la muso be se ka a ka kafɔɔɔɔɔɔɔ ke ka sɔɔ a ma kɔnɔ ta.



yiriyiri namayara = muso be se ka kɔnɔ ta



mana be a la = muso te se ka kɔnɔ ta

6.3 Ka ceya sama ka bo muso la

Ce be a ceya sama ka bo muso la ani ka a yoro janya musoya la sani lawaji ka bo. Ni feere in ka fisa ni feerentanya ye, nka a te ben sen ma tuma caman. Waati dow la, ce be dese ka wuli sani lawaji ka bo. Hali ni ce sera ka wuli, tuma dow la, ji donni be bo lawakise min na ni o be ke konota sababu ye.

6.4 Ka damu soro ka soro ceya ma don musoya la

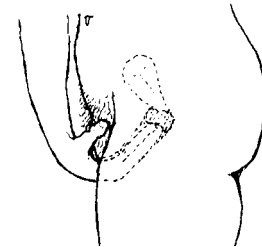
Ce ni muso be se ka damu soro jongo fe ka soro ceya ma don musoya la. Ni ce lawaji ma don musoya kono, o konota man teli. Nka ni mogo da sera dogoyorow ma, o be se ka ke sababu ye ka dilannabanaw jensen. Dilannabana be soro fana ni ce ye musoko ke muso banakotayoro fe.



6.5 Fu kecogo – ka lenburukumuniji ke ka ka bange kolso

Ladala feere don min be se ka konota bali nka a te mako je waati bee. A be neje bila musoya konona na, ka dilanko daamu dogoya muso bolo ani ka dilannabanaw ni sidabana lase a ma joona. Ni aw be lenburukumuniji ke ka aw ka bange kolso, aw be se ka feere werew ke tile dama kono walasa musoya kana to ka aw neje waati bee.

Aw be fu walima finimugu su jikalan na walasa ka a banakisew faga. O ko, aw b'a su lenburuji weri 1/2 ni ji 1/2 jagaminen na. Aw be se ka a ke winegiriji fana ye. Aw be fu in don musoya la ka kon dilanko je. Aw kana a bo fo leri 6 dilanko kofe. Ni aw ye fu tobi tuma o tuma, aw be se ka a don sije caman.



7 Ladalafeere minnu be konota bali

Yoro bee ni a ka ladalafeere don, u be minnu ke ka konota bali walima ka a lajo. A dow be se ka den caman soro bali, nka u te makone i n'a fo dogotorow ka feerew. Ladalafeere dow kolso ka bon, a dow yere te makone. Misali, ka musoya ko walima ka suguneki kafonkonya kofe, o te se ka konota bali.

Jegene ke dilanko kofe ka ni, nka a te a tigi kisi konomaya ma fewu. Jegene te lawaji bo musoya la, sababu ale be bo wo were fe (aw ye seben je [286](#) laje).

Musoya koli dilanko kofe, o te konota bali. Lawakisew ka teli wa a dow be se ka don denso kono ka a soro musoya ma ko. Musoya koli yere be ke sababu ye ka lawakisew donni lateliya denso kono.

Ka furamugu walima tubabufuramugu ke musoya la walasa a konona ka ja, o be na ni a nejeni ye. O fana be se ka musoyabanaw soroli teliya.

Tafow ni kilisiw te konota bali. Muso minnu be olu matarafa, u ka teli ka kono balalen ta.

8 Mɔgɔ minnu t'a fe ka den sɔrɔ tuguni, olu ka fɛrɛw

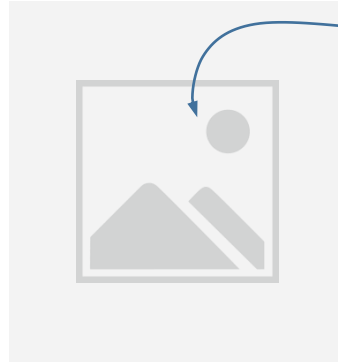
Operasiyon dɔw be yen, ce ni muso be se ka minnu ke ni u t'a fe ka den sɔrɔ bilen. Jamana dɔw la, o operasiyon ninnu be ke fu. Aw be jininkalike aw ka dɔgɔtɔrɔso la. Bange jɔli te mɔgɔ kisi dilannabanaw ni sidabana ma.

Musow ka operasiyon ye ka densosira jɛsira. Muso barakɔrɔla yɔrɔnin dɔ be ci walasa ka densosira fasajuruniw tige ka u siri. Nin operasiyon be se ka ke dɔgɔtɔrɔ ka biro kɔnɔ walima dɔgɔtɔrɔso la, ka sɔrɔ kirinnan ma ke muso la. Hali ni a be ke ka jɛ, ne ka teli ka don muso ka operasiyon da la ka teme ce ta kan.

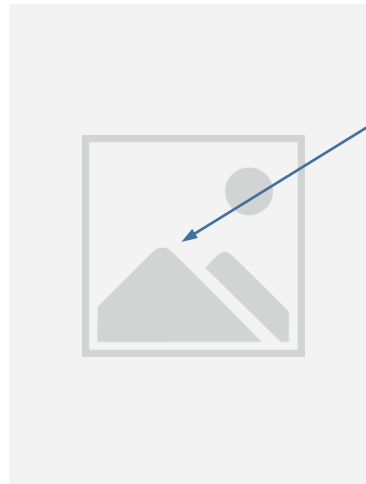
Nin operasiyon ninnu te yeɓema fosi don muso ka kalolabɔ yeli ni a ka kafɔnɔgɔnya kecogo la. Ani fana, u te foyi bɔ damu sɔrɔli la, wa dilan be diya a bolo ka teme barisa kɔnɔta jɔrɔ te ke a la.

Cɛw ka operasiyon be wele wazekitomi (vasectomie). A be se ka ke dɔgɔtɔrɔ ka biro kɔnɔ walima dɔgɔtɔrɔso la, ka sɔrɔ kirinnan ma ke ce la. Nin yɔrɔnin be fara walasa ka kɔkili fasajuruniw tige.

Operasiyon te fosi bɔ ce ka damu sɔrɔli la. A ji be bɔ a bɔcogo kɔrɔ la, nka lawakise te a la.



Yɔrɔnin be tige



Nin yɔrɔnin be tige walasa cɛyakise siraw ka se ka tige ani ka u siri.