

## WORKING TO EMPOWER

By Eleanor Turnbull

Translated by Iris Peace Nagudi

### **Ka mako sida dye ka bwutu.**

Achwi ((HIV) Human Immunodeficiency Virus) nonge iliyo ikom wa calo liyo me bwutu. Two eni camo kwan pa CD4 me tye cwiny me lwenyo two ikom wa. Kwan pa CD4 jwiko ka achwi tye ikom wa, ka kwan eni poro, gengo cwiny me lwenyo two ka tic aber, mene kelo dano mutwo ka mako two mapat yot ki tego. Dong ngat eni dwoko kwed sida( Acquired Immuno Deficiency Syndrome(AIDS)), me tye can. Yo jwi ka mako two tye dye ka bwutu, makwonge dye mur nyo ngwiny labongo gwokke calo bupiira. Gin me nyutu ni ka bwutu kelo ka mako two yot tye, dano adi me ngat bwuto kwed gi, ka gu tiy kwed condom ki gin mo weng me gengo two. Ka bwutu kwed ngat acel ducu kwo ni ber.

### **Ka mako sida dye mur**

Sida tye iliyo ducu pa ngat mu two; kumeno sida tye iliyo me karo dye cun nyim ki ika bwutu. Ngat mukene mako two ki remo ne rubo kwed liyo eni, calo, ki la co bwutu kwed mon labongo kapiira, liyo me la co mutwo donyo remo pa mon dye bur ie. Bur eni ki tidi, mon pu bi ngeyo. Bene ki mon mu two bwutu kwed laco labongo kapiira, liyo pa mon twero donyo co dye bur wi cun pa co nyo woto icun. Ka mako two can bene ki mon tye ka remo imwezi; remo bedo imur dako me timo two ka mako ne yot, ka bwutu kwed la co.

Dye ka bwutu labongo kapiira, dye mur, mon tye ican ka loyo co pi kom mon pien mur mon pe ume calo cun co, achwi me tye iliyo co dwong ka loyo liyo mon, ki dye ka bwutu co onyo liyo dwong ka loyo mon. Ye calo ngolo mon imbalu twero ka kelo mon ka mako two ka jami pe lwoko ma leng, nyo ka mon bwutu kwed co anyim bur ka cango. Mon twero ka bedo kwed two wadi sida (STD) calo bur imur gi me pe gi mato yat; mur weng me twolo remo twero ka donyo ne, ka kelo two yot. Anyira pien kom gi yom, bur twero ka time yot, me kelo can ka mako two; bwuto tek twero ka yeco mur pa mon me keto mon ican ka mko two.

### **Ka mako sida dye ngwiny.**

Dye ka bwutu labongo kapiira, dye ngwiny, kin co ariyo nyo mon ki co, kelo can me mako two yot ka loyo bwutu dye mur; ngwiny yom ka loyo mur me kelo cun ka yeco ne yot ka loyo mur, kumeno two twero ka mako ngat ibur me time.

### **Ka mako sida dye ka nyango cun nyo mur**

Can me mako sida idog tidi ka loyo ka mako two imur nyo ngwiny, ento wa tye ka ngeyo ni ngat twero ka mako two kuman bene. Ika timo eni, ngat me tye ka tiy kwed doge eni me tye ican ka mako two; can loyo ki ngat me tye ka tiy kwed doge mwonyo liyo pa cun ento gu nongo ni dano gu two ilabongo mwonyo liyo pa cun. Ka liyo me ngat mu two donyo idog ngat mukene, achwi twero ka donyo iremo dye bur me tye

idog. Can me mako two ito ka nget tye kwed bur idog, bur imur nyo ingwiny, STD, del lak mu remo( me nyuto ni ngat tye ka two). Ento ka mako two idog kene pe twero, ki tye jami me ngat twero ka tiye ka gengo mako two calo co ka ruko kapiira anyim mon nyango cun ne, ki mon ka keto gin weng kavera nyo kapiira ka gwokke co ne ka mako two.

### **Can me mon ka mako two**

Mon tye ican me mako two pi gin calo kom gi, ye me kacokke gi, ki cente; pi kom mon ka gengo mako tic ka gu tiy kwed bupiira, gu cito iot yat ka poro pi STD ki ka wilo yat pi STD ni. Pi ye me kacokke gi, kwene mon pe gi gamo woro calo co, tek ka ka konyo mon pien co gi twero ka miyo gi two. Ye pa kacokke wajo ni mon tye ka bwutu kwed co acel, kun kacokke cuko co ka bwutu kwed mon pat ki malaya. Pi lworu can, gojo, mon pe gi twero ka lok bot co gi ka tiy kwed bupiira ki ka bwutu kwed dako pat; me kelo mon ican dit ka mako two ka co gi. Bene pien mon pe gi twero ka tic agamo cente calo co; mon mo cako ka bwutu kwed co calo tic, ka nongo cam, ot, ki gwokke. Malaya gu tye ican ka loyo mon pat, makato pien pe gi twero ka wajo 'customer' ka ruko kapiira ka ukwero nyo ki ka timo tic malaya pe ye ki loc.

### **Yo me gwokke**

#### **Bupiira**

Ka gu tiy kwed bupiira aber, two gengo. Bupiira umo cun, gwokke ber ka gengo liyo me cun nyo me mur ka myeno ki ka gengo mako sida ki STD calo Otego, trichomoniasis, ki kalmidiya. bupiira gwokke ka STI me bino calo bur calo nyac muno, genital herpes, chancroid, ki human papillomavirus, me nyayo ika mako kom ngat me tye kwede, ki liyo me mur ki cun. Gu coru ni ka bur STI bino jwi medo gum pi mako two; bupiira tye ki tic ariyo, ka gengo mako two dye bwutu ki ka gengo STI me kelo sida ka woto yot. Dit ka ngeyo ni mito gi tiy bupiira aber, pien sida twero ka mako ngat ka ubwutu kwed la two wa gicel. Pe tye yo me tye 100%, ki bupiira pe twero ducu ka gwokke ka STD ki sida.

#### **Yat me STI**

Kit ma wa ne no malo, STI me kelo bur, medo gum pa ngat ka mako two ikom gi nyo ki co/mon gi. Ka tiyo kwed bupiira jwi gengo STI ka bino la cen ento dit ni dano me bwutu kwed jo mapat, ki ka gi bwutu kwed malaya bene, mito gu poro kom gi jwi nyo gu wil yat ika ot yat.

#### **Imbalu**

Lacen pwony ma bor, lupwony gu nongo ni ka ngolo imbalu ico iot yat ka ma leng, gengo can pa mako two itung, ibwutu dye co ki mon. tye lagam pol me ye ni imbalu ber. Yango me tye iwii cun bedo dyak me miyo achwi ikamo ber ka bedo abor ika yom kom cun. Ka yango gu ngolo, kom cun doko pek ka gengo two ka mako ne yot. Ikamedo bur ma tidi ika bwutu kelp ka mako two.

Cwiny cwer ilok me tye wii imbalu pien dano tamo ni ka imbalu gengo ka mako two, gi twero ka bwutu kwed jo pol mapat. Co mu gamo imbalu twero ka kwero ka cito iot yat nyo ka ruko bupiira; ka gu tiy ber ka kare bor condom gengo two 80%, kit ma imbalu gengo mako two 50%. Ika medo, ka imbalu gu timo marac, ka gi tiyo ki gin ma col, twero ka kelo ka remo, ka neko cun weng, ki ka kelo sida. Bene, co mito gu

wek cun ka cango, pien gi twero ka mako two dye bur. Imbalu yo ber ikacokke ka pe gu twero ka wilo/ miyo bupiira me romo, ki tye ber, ki ka kacokke ye kwede.

### **Katyeko**

ka mako two dye bwutu pe tye malo calo yo mukene, kit ma eni achwi kelo sida mito dano gu mak yo weng me gengo mako sida. Gin ma dit mito wa mak tye ni ka bupiira pe gu tiy ika bwutu kono ubed imur, ingwiny nyo inyango, mito wa ngey ni wa twero ka mako sida. Can ito kwed dano me tye bwutu kwed dano pol, calo malaya( co ki mon), nyo dano me tiyo kwed yat rac. ikatyeko, ka STI me bino kwed bur dwoko jwi kelo two ka bono yot; mito dano gu ngey kit gi.