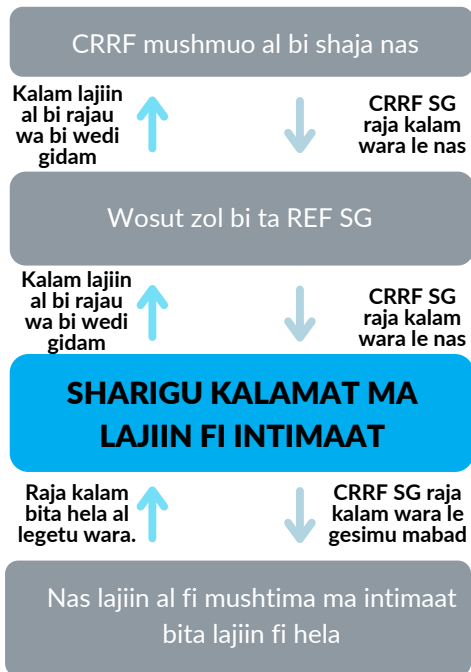


Musharika bita lajiin fi forum

Siniya bita raja kalam

Lajiin bi azilu 37 nas wa bi geni legetu malumat min helat wa bi wedi le nas munazama ashan bi juwabu fi zaman bita intima bita talata shuur bita sena fi CRRF SG intimaat.

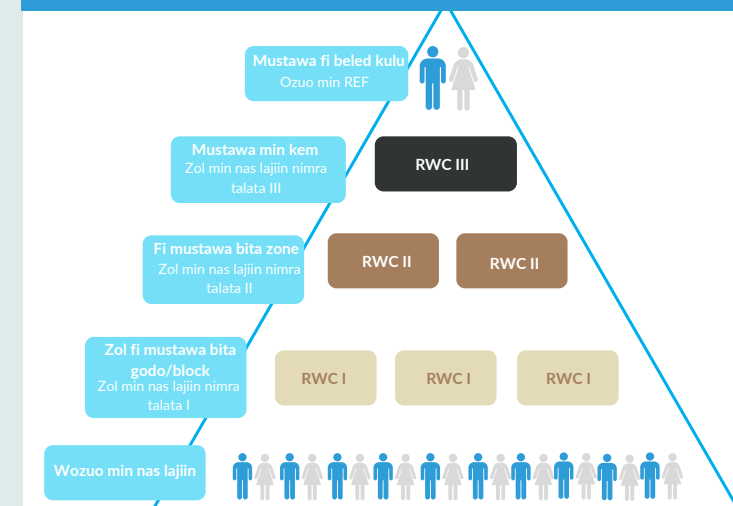
Ishnen sikat le raja kalam



REF de asesu ashan bi akidu al nas lajiin asumau kalamata bitoumon fi mustawa al hali al gi a molu fekira fogu wa gi kutu ajat fi amal ma ajat al bi ayinu wa jibu teger wa bi geni muda tawiil.

Yetden-fi-yetden

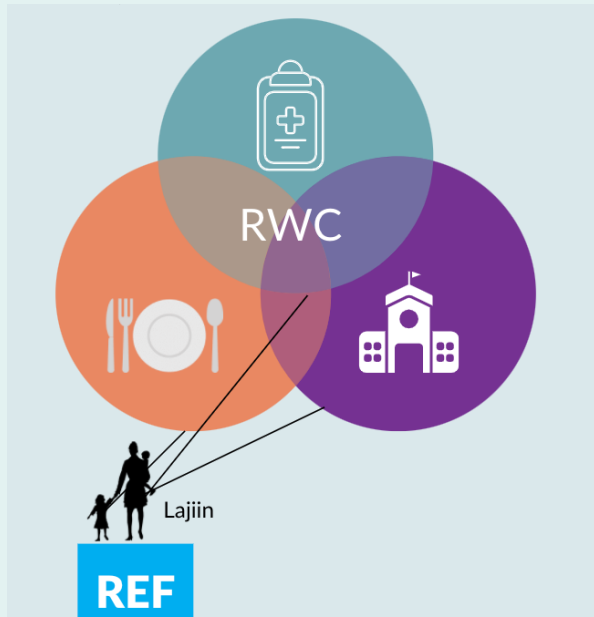
RWC bi istakalau fi mustawa bita hayat le kem mahal al nas REF fi fogu, al umon gi shilu balakat wa kalamata ashan bi salau gidam.



Sikat bita nas REF

REF de kubri le nas lajiin le nas al gi wedi le uomn musadad fi zaman al umon deru musadad au salau kalam benu nas ashan bi helu moshakil bita akil, taliim was aha.

REF kulu madaiman bi shakalu ashan helu moshakil wa bi jibu teger fi aya bita nas lajiin kulu mayom.



1. Arifu kalamata bita nas & wa ruoh asalu nas awel

Nas REF bi legatu kalamata min nas baraubarau fi kemat bitoumon wa bi kelimu ma baki nas bita REF.

2. Nageshu kalamata de fi intima bita REF bita talata shuur fi sena

Nas al 37 min REF bi nageshu shakuat al arfau fog & wa bi azilu ajat al mohim fogu wa bi jibu fi gidam intima bita CRRF SG.

4. Balagu wara kalam le nas bitakum

Nas REF bi sharigu baad intima ma nas bita hela bitkum.

3. Wedi fi gidam bita CRRF SG

Nafareen min REF bi wedi ajat al deru amolu wa ferik min nas bitoumon le CRRF SG ashan bi amolu ashan umon bi ligo netija fogu/juwabu lenas bitoumon.

SINIYA BITA REF

Kef ita bi dakal nefsek

- Keli ita arifu alela aja RWC gi amolu.
- Azeru intima wa sharigu fi munageshat bita RWC.
- Sharigu kalamata bitak ma mowazafiin bita RWC.
- Alimu kalamat bita nas lajiin wa kefi gi juwabu umon fi Uganda.

Lajiin bi kelimu ma REF lo kan umon ayinu fi fasil fi kalamat al ma juwabu.

Shunu REF gi amolu le nas lajiin?

- Kkelimu le nas beled fi aja umon gi fekuru, aja umon deru wa aja umon gi shoru b nefsa bitoumon.
- Umon bishakalu ma nas al gi amolu fekira ashan bi wedi hulu fi kalamat.
- Umon bi wagifu fi niaba bita lajiin.
- Umon kubri le nas al gi wedi musadad ashan bi helu moshkila bita akil, saha wa taliim kaman.

