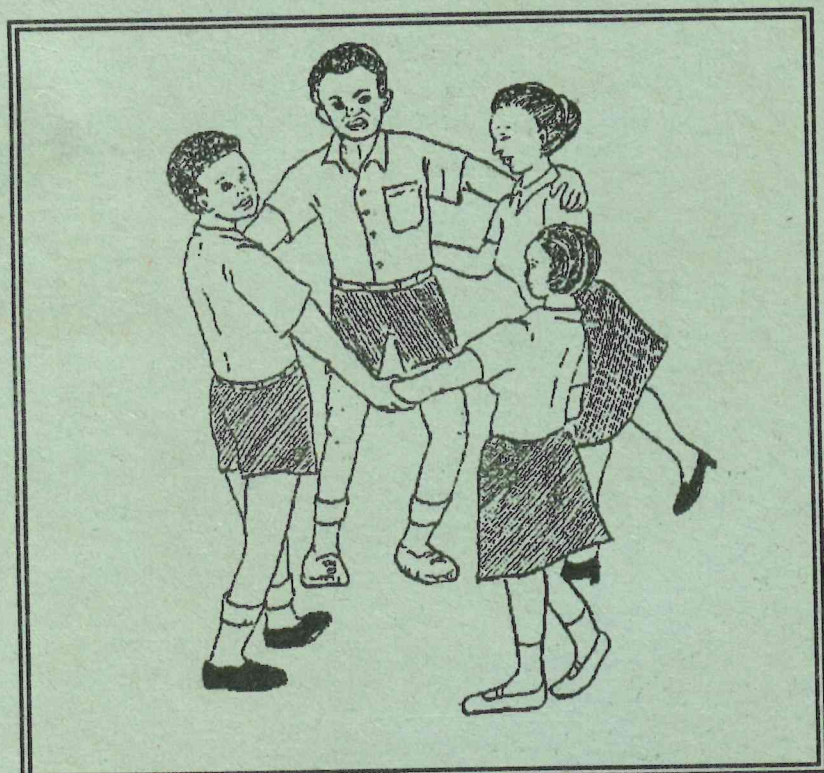


Rûgono rwa Acoore Bana



Health No. 1 (AIDS)

Tharaka

This is a Shell Book

Shell Books can be produced at low cost, right in your village.
Any comment on this book or
suggestions for new books
should be sent to:

Tharaka Language Project
P.O. Box 59,
Chiakariga (Marimanti) Tharaka-Nithi

Shell Book Office
Bible Translation & Literacy
P. O. Box 44456
Nairobi, Kenya

Author: Godfrey Kipsisey
Illustrations: Used with permission from UNICEF Uganda,
with adaptations by Naoko Furuya
Checked by: Kithinji Kindiki
Translated by: Albert Katheranya

© 1996 BTL Kenya

Published and printed by Bible Translation & Literacy, P. O. Box 44456, Nairobi.
This publication is funded by WBT USA

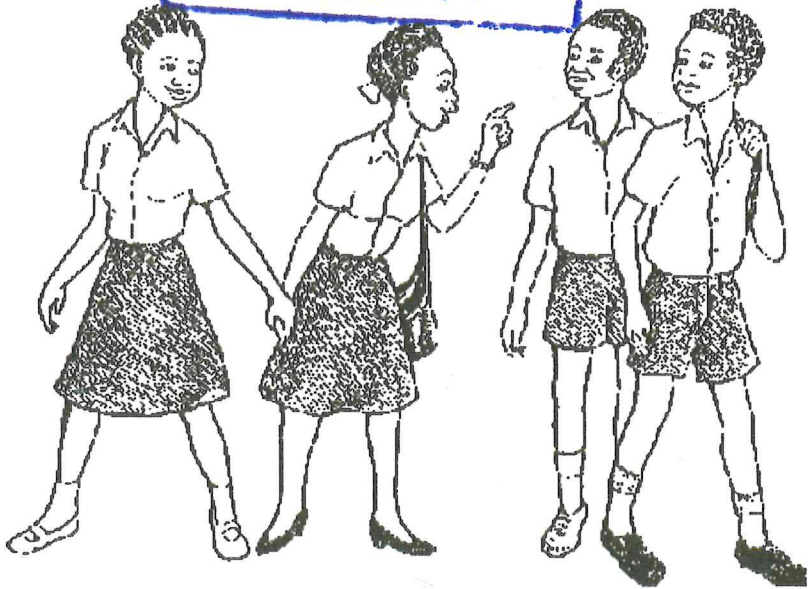
Original: English

Language: Tharaka

RA
644
1284
1996

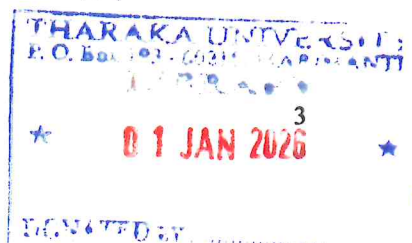
008/2026

THARAKA UNIVERSITY
LIBRARY



Njagî, Kangai, Nyaga na Karea baarî acoore baanene mûno.
Baatwîre ntûûra ya Kîthiori naara Marimanti akubî na kîrîma
gîa ntugî.

Baathiire cukuru îgiita rîmwe baathooma kwambîîria naacari
mwanka cekondarî. Njagî ibaarî ûcoore na Kangai Nyaga
nwee aarî mûcoore wa Karea. Njagî na Kangai
baathûgaanagia baathiria kûthooma bakaagûrana. Nyaga na
Karea nwaabu wanabo baathûgaanagia bakauga bakaagûrana
baathiria kûthooma.





Ntugû imwe Kîrimi barî cukuru, mwarimû wao wa Cayanci abeera akabathoomithia kîthoomo kîa mûrimo ûmûgeni wa "ÛKIMWI." Bamwe ba arutwa ibeegîitue ûkîweetwa îndî bataijî mantû maau bwega. Bakûthikîiria, arutwa ibeendire kîthoomo gîku mûno. Mwarimû naabatarîirie bwega akîboonagia afî, na njîra ya kûthingata watho bûmwê bûûkai muntû nwa arigîirie ûwaati bûra bûnene bwa kûwatwa i mûrimo ûyû ûtarî wa mathee. Mbere mwarimû aambire aboonia kîbaûni "ÛKIMWI" itakuuga ata ÛKIMWI na gîicwairi itakuuga MWIRI KWAGA INYA YA KÛRIGIIRIA MIRIMO:

Û	[UPUNGUFU wa]	Ûgû itakuuga kwaga
KI	[KINGA]	Inya ya kûrigîiria
MWI	[MWILINI]	Mwîrîni

Imbi ireetaga ÛKIMWI?

Ûkimwi bureetagwa itũnyamũ tũniini mũno, mũno
tũtoonekana na meetho twĩtagwa na gĩtinio (HIV) na gĩcũnkũ.

Naata ùkimwi bũtambaga?

(a) Kaingĩ mũno ÛKIMWI bũtambagua na njĩra ya muntũ
mũrũme na mũka kũmaama amwe. Tũnyamũ tũtũ tũreetaga
ÛKIMWI tũtiathũranaga tuuga ũyũ i mũka kana i muntũ
mũrũme. Gũtirĩ wee tũtawata. Antũ beethĩ, na arugũri ibo
barĩ ũwaatini bũra bũnene bwa kũgwatwa n'ÛKIMWI na
mpwĩ mũno.

(b) ÛKIMWI nwabũteeyanĩrwe na ndamu.

- Tũnyamũ tũra tũreetaga mũrimo wa ÛKIMWI tũthũngagĩra
ndamuni tũgakara ku. Kwogu muntũ akaaya kũthirĩrwa i
ndamu akongeerwa na ĩrĩ na ÛKIMWI, akũgwatwa ibu.

-Into bia cibitaarĩ bia kũmuntana kana bia kũthĩnjana
bitarĩ bitheru bwega kana bicamũkua bwega na rũũyĩ nwa
bitambie ÛKIMWI.

-Tũyiũ twa gũtaana, irunya na into bingĩ bia gũtema kana
kũmunta mwĩrĩ bia kĩwĩthĩre bikaaya gũtũmĩrwa i nkũrũki ya
muntũ ũmwe bitarĩ bitheru bwega kana bicamũkua na rũũyĩ
bwega nwa bitambie ÛKIMWI.

(c) Mwekũrũ arĩ na nda nwa ateereere kaana karĩ nda tũnyamũ
tũra tũtambagia ÛKIMWI.

Kaana kara gaciaragwa karĩ na ÛKIMWI gatarangaga
gatarakua.

Naata tũmba kworua ÛKIMWI?

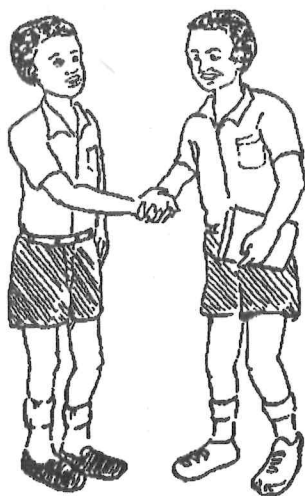
ÛKIMWI bũtirĩ ndawa!



Ûtiûmba kûwatwa n'ÛKIMWI

kuumania na:

- Gûkeethia mûcoore waku na njara
- Gûtûûrania amwe, kûtheke kana gûceetha
- Kûmumunyana mîromo ta acûnkû
- Gûtongithia
- Kûbutîra kana kwîrîria amwe
- Tûnyamû twa mûthemba wa rwagî, ngi kana nyenje
- Kûrîyanîra irio amwe
- Kûmira kana gûkorora
- Bioro
- Kwîthîrwa ûrî bantû arî na antû bangî



Naata tûmba kûrigiîria gûteeyanîira ÛKIMWI?

- a. Ûtikaarute ngûgi cia ûtheria mwanka rîra ûkaagûrana/ûkaagûrwa.
- b. Wegua ûrî mwekûrû wa muntû ûtikaamame na muntû mûrûme gûngî tatiga mûrûmeegu wenka akî. Naawe muntû mûrûme, wegua nûgûreene rekana na aka baitha!
- c. Ûtikaamame na antû bamaamaga na marwaya.
- d. Ûtikende kûmuntangwa na cindano woogu tatiga cibitaarî îkûmenyekana ara cindano na into bia gûtûmîra kûthînja antû biîthagîrwa birî bitheru, bitarî na rûko.
- e. Îthîrwa ûkîmenyaga bwega atî tûyiû twa gûtaana, irunya kana into biaku bia gûtûra matû ibiicamûkie na rûûyi bwega biathira rûko na ûtikende gûtûmîra bio na muntû gûngî.
- f. Ûkaaya kûthirîrwa i ndamu ûtikende kwongeerwa na ya muntû gûngî.ûtaiyi.
- g. Îrigiîrie ûtikaawatwe i mîrimo îra îwaataga antû gûntû kwa nthoni.
- h. Ûkaaya kûmenya ûrî na ÛKIMWI na ûtigûreene, kana ûtirî mûgûre,menya ûgûrana/ûgûrwa.
- i. Tûbatîîrue tûmenyagiîra acoore beetû bara barî na ÛKIMWI na tûkabeegagua kîao na tûkabeendaga.





Mbaara cia Nyaga

Mwarimû akûthiria kûbarutana, Nyaga na Njagî bambîiria kwariiria mantû mamu ma ÛKIMWI baarutagwa i mwarimo wao.

Njagî naarigarire mûno akwîgua Nyaga akîmwîra atî wee ateetîgagia bûra mwarimo aabarutanaga n'ûmma bwaarî. Nyaga eeraga Njagî, ikenda muntû oonania i muntû mûrûme nwa mwanka amaame na aka baingî bûra kûmbîka. Bûngî nabu, Nyaga eerîitwe i mwana ûmwe ûmûkûrû kîrwee atî mîrimo yonthe ya gûntû kwa nthoni îtirî inya, muntû nwa aragûrîrwe na kûmuntwa cindano îmwê îmbîru mûno Cibitaarî. Îndî Njagî wee eeraga Nyaga ÛKIMWI bûtirî ndawa na bûreetaga gîkuû kîrî ûrûrû mûno.



Kwathûkana kwa Njagî na Nyaga

Njagî aacûûgia mûno kwoneeria Nyaga atî nwee ataiyî ûmma. Njagî naamenyaga bwega atî kathemba ka bara baathûgaanagia ta Nyaga ibo baatambagia ÛKIMWI na mpwî. Njagî akûthi na mbere kwoneeria Nyaga atî wee nwee ataiyî bûra akuuga, Nyaga aathûûra amûtiga aathi aawatana na aana bangî baarî ntûrîka, acoore baake.

Nyaga akûwaatana na aana bara irîo Njagî aamenyire ibo baamûteeyaga. Acoore babu ba Nyaga bonthe bo bataathomaga, ibaarî bagûta cukuru woo tene na tika kûrî bu baathiîte kûrûtha mma. Baaruruuthaga Marimanti thokoni woogu, bauma agu bakathi bwa ntûûra kûthenga marwaa na kathoroko, bakîaragia mantû ma aka. Njagî wee aatumire ûcoore na bara bendeete cukuru ta wee.



Kangai na Karea bakîaria

Mantû mamu monthe magîtuîkîka, Kangai na Karea wanabo ibaaragia mantû ta mamu. Kangai naarigarire mûno akwîgua Karea wee naarî akwambîîria kûmaama na antû arûme baganoona baakûrû na baanini bara baamûgûragîra twinto twega ta soda, iraatû kana ncoobi.

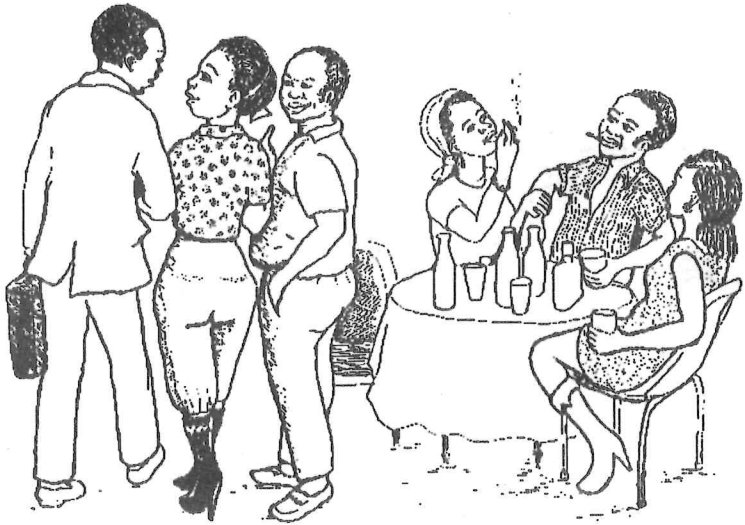
Amwe na Kangai kûgeria kwoneeria Karea mantû mara mwarimû aabarutanîite maarî ma mma, Karea ategagua inu.



Kûgurana kwa Njagi na Kangai

Nyuma ya mîanka îganoona îkûthira, Njagî na Kangai baathi gûntû mwanya, mwanya. Njagî aathiire Maûa kûthomera ûndagitaarî, Kangai nwee aathi Chogoria kûthomera mantû ma kûyûkîria eekûrû twana bakîgea natu.

Bakûthi naara baathire wooru muntû aaruta ngûgî yaake bwega. Nyuma ya îgiita rîtarî rîraaya mûno Njagî aakethia Kangai kûringana na kîwîthîre gîetû gîa kîtharaka. Aciari bao babeetîgîrîa mûbango wao bambîrîa kûrûtha mîbango bagûrana. Gaka kaarî kagiita kamwe ga gîkeno kîrî bo na kîrooto kîao kîagwa.

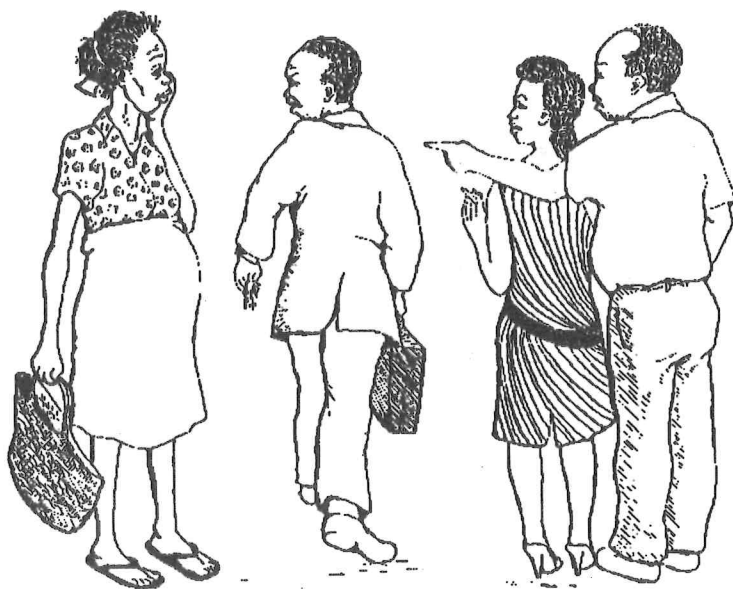


Mûkarîre ûtarî mwega

Karea na Nyaga bo bataathiria cukuru n'untû boonaga n'igiita bagûta. Ikaingo Nyaga oona mbeca, aatindaga gûtaîra antû rûûyî na kûbokagîra maroori mîthanga Marimanti na mbeca ira oonaga ciathiragîra ncoobini na ira ingî marwayani.

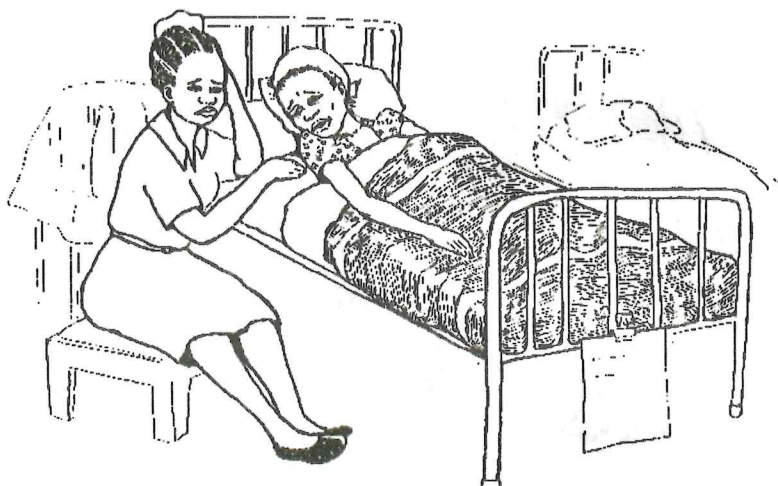
Karea nwee aacwaga mbeca na kûmaamaga na abiacaara, ageni na muntû wonthe ûra aamweyaga mbeca kana kîraaro na wegua igîa ntugû îmwê. Aatûûraga ûtûûro bûtarî na gîkeno na bwa kwîthikîira îndî nwee ataarî na njîra yîngî ya kwona mbeca kana gîkeno. Ntugû îmwê Karea aaya kûmenya naarî akûgea nda.

Akûmenya ûgu athûgaania kûmîruta îndî aakûririkana kûruta nda kûrî ûwaati, auga ikaaba akagea na mwana rîmwê. Nda îkûthi na mbere gûkûra aatua kwayua mûno.



Aayua rûkorora na kûbînyanagîra mwîrî ûtugû rionthe. Bantû wîgua akîongagîra ûrito, aatua gûta kiirû wabûra îgiita rîkûthi na mbere. Gûtirî wee kîrî bara baamamaga nwee baarî na bata nwee kaîrî. Kwa mbaati aathi cibitaarî Chogoria naara Kangai aathomagîra mantû ma kûyûkîria eekûrû twana bakîgîa natu. Karee akwona Kangai ambîiria kûmwereka akîmwîraga namûteethie.

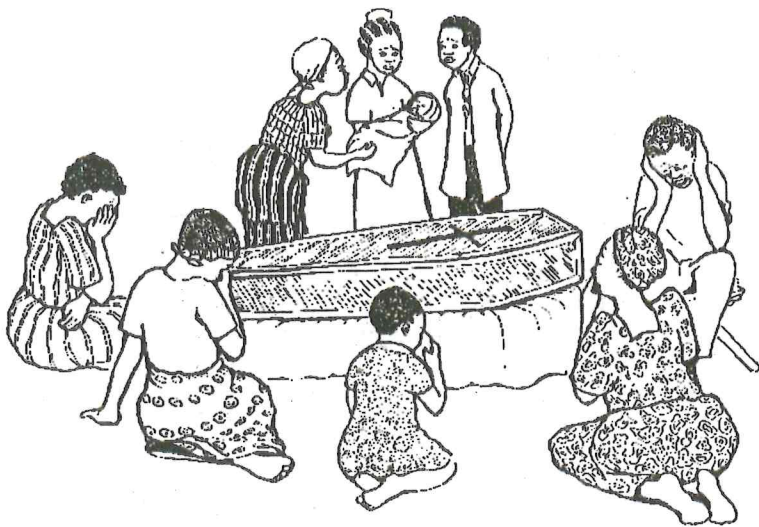




Karea arî cibitaarî

Kangai na ndagitaarî bara bangî baathima Karea. Kûringana na bûra baiyî ibaathûgaanagia womba kwîgua n'ÛKIMWI Karea aarî nabu. Kîthimi kîa ndamu gîkuuma kîonania Karea waabu n'ÛKIMWI aarî nabu. Naka wana bûra oonekaga akari Kangai ataarî na nkarari mûcoore ûra waake wa tene n'ÛKIMWI bwaamûriyaga na n'ûntû bûtirî ndawa gûtirî bu akîrûtha amûteethia nabu nwa akuire.

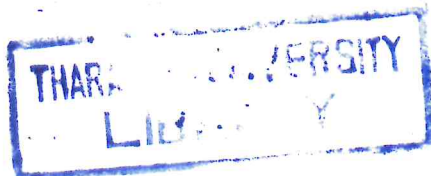




Karea akûrîkia kûgea na mwana ûgu nagûkua. Aagîre na kaana ga kaarî. Gina mwanake wa Karea, Kamene bakûthi mathikoni auga akaamenyeera kaana na ikoonekanagia ikaarî kaayie. Njagî na Kangai n'ûntû kinya bo ibaarî mathikoni bauga bakaageria gûteethia kaana gaku bûra bakîûmba mwanka gakûre.

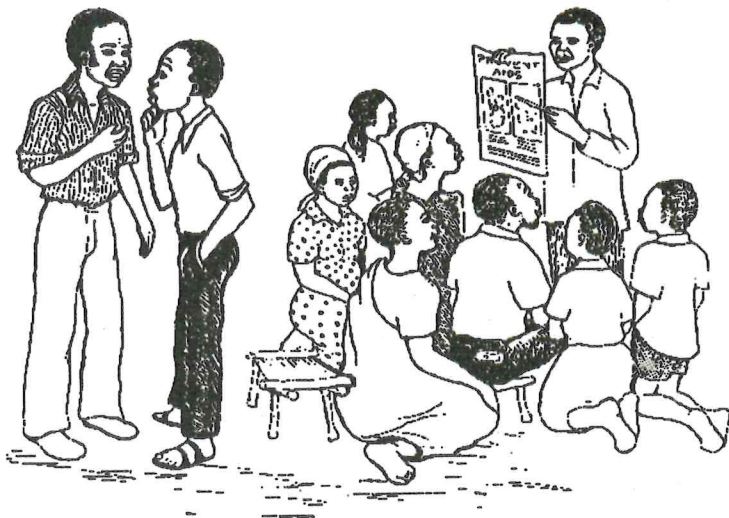
Nyaga aathi kûûria ûkûrû

Ntugû îmwwe nyuma ya mathiko ma Karea, Nyaga aathi kwona Njagî. Akûthi amwîra akûthi kûthimîrwa ndamu amenya kana arî na ÛKIMWI eerirwe arî nabu. Wee tika oonekaga taka arî nabu îndî naamakîite mûno na intûma aûragia Njagî bûra akaarûtha.



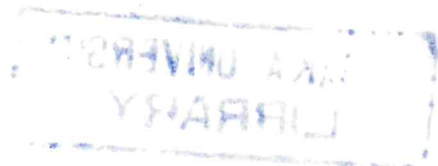


Njagî aamwîrîre atikaamaame na aka kaingo atateeyanîîra bu. Kaîrî amwîra atige kûnyua thigara na ncoobi, arîyage irio biega na arûthage matinda ntugû cionthe. Mantû mara Njagî eerire Nyaga imamûtetheerie aakarakaranga akîîya gûkua. I maarî maûmo kûmarûtha îndî n'untû nwee atendaga gûkua, naacûgiirie mûno kûmarûtha n'untû naarî akwîgua bûra kwarî gûgûkarîka kîrî Karea. Njagî neegiirue Nyaga kîao mûno na amwîra akaageria bûra gûkîûmbîkana amûteethie kagiitani gaku aarî nako ga kwîthikîîra.



Ûteethio bwa Nyaga kîrî bara bangî

Rîra eegagua arî na kaanya, Nyaga aatua kûthomaga mûno mantû ma mûrimo ûyû tûbukuuni ta tûngî twîtagwa "Ûmma bwa ÛKIMWI" "ÛKIMWI imbi" "Bûra ûbatîîrue kûthûgaanagia ûrî na ÛKIMWI" "Antû beethî na ÛKIMWI" na tûngî ta tûtu Ntugû îmwe Nyaga akûthi seminani ya antû ba cibitarî ya Chogoria, Chiakariga, muntû gûngî baakaranîîrîte nwee amwe amwîra wee atiwîtigia n'ûûma ÛKIMWI bûrî ku. Semina îkûthira Nyaga ceta muntû ûyu gataaria amûmenyithia bwega mantû ma ÛKIMWI na amwîra nemenyeeere mûno na agarûre mûkarîre waake n'ûntû ûtaarî mwega na eetîgia i mma ÛKIMWI bûrî ku. Nyaga augîite akaageria bûra gûkîûmbîkana oone agûkarakaranga bûra gûkîûmbîkana mwanka ateethie antû baingî bûra gûkîûmbîkana i kaingo nabo batarûtha mabîtia ta mara aarûthire. Nyaga aakwire nyuma ya mîanka yîîrî nwee atetheetie antû baingî mûno ba ntûûra yao.



Biûria kîrî arutwa/athomi

- Mwarimû auga i njîra îrikû îra nene ya kûrigîria gûtambia ÛKIMWI?
- Nûû atireetîgia n'ûmma?
- Imbi yaatûmire Nyaga athûûra i Njagî?
- Imbi yaatûmaga Karea amaama na antû arûme baakûrû kîrî wee na bara batongu?
- Nûkûthûgaania twinto tûra twega Karea aagûragîrwa i twamûkeniirie?
- Ûkeegua Karea aarî mûcoore waku guuga ata?
- Naata Njagî na Kangai bo baarûthire i kaingo beerigîria kûwatwa n'ÛKIMWI?
- I mantû marîkû Njagî eerire Nyaga arûthe akûmwîra akûthimîrwa ndamu eerirwe ari na ÛKIMWI?
- Mantû mama maûmba gûtîma Nyaga oora ÛKIMWI?
- Mantû mara maatuikikire kîrî Nyaga na Karea maûmba gûkarîka kîrî wou?
- Naata ûkaarûtha kaingo matatuikîka kîrî wou?

Ûntû bwa kûrûtha

Mûceetho wa ÛKIMWI

Morooto Arutwa/athoomi babatîrue bagea nkoro ya kwenda gûteethia bara bari na ÛKIMWI.

Babatîrue;

- Bamenyithia bwega bûra ÛKIMWI bûteeyanagîrwa.

- Baarîrûa bûra babatîrue kûyûkagia bara bari na ÛKIMWI.

Mûceetho ûbatîrue wîgua ûrî îgûrû rîa muntû ûrî na ÛKIMWI. Antû bonthe (acoore, antû bao na kinya mandagitaarî) batue kûmûkuthûka.

Muntû ûra wee wiyî mantû ma ÛKIMWI wee noonanie ûcoore na mwayie, atue kûrîyanîra amwe nwee, kûmûkeethagia na njara, gûceethaga nwee na kwaragia nwee.

Mantû mara mataûmba gûtîma muntû awatwa n'ÛKIMWI imakinyîrue.

Mantû mangî ma kûrûtha

1. Ndiûnga

2. Gûtunga ndwîmbo

3. Gûtunga ntemi kana gûcindana kwandîka mantû ma ÛKIMWI kîracini



