

MORAGO GA GO RUPISIWA

Le fa ntho e ka fola ka bonako, e ka gagoga bonolo ka gonne letlalo le le dikologileng ntho le bokoa. Se robalane le ope e bile o se ka wa dira gore o tsogelwe dibeke di le thataro morago ga MMC go tihomamisa gore ntho e fola sentle. Fa ntho ya gago e ka gagoga, e tla tsaya lobaka go fola, e bile e ka oketsa kotsi ya go tshwaetsega le mathata a mangwe.

O tla nna o ntse o tsogelwa fa o ntse o fola, mme seno ga se kitla se baka mathata. Banna ba le bantsi ba go fitlhela go thusa go phimola bonna jwa bone ka metsi a a tsididi kgotsa go e hapa aese ka letsela le le phepa ba bo ba le baya mo godimo ga bonna gore ba se ka ba tsogelwa. Gape go a thusa go nwa metsi a mantsi gore o thapologe gantsinyana. Seno se tla fokotsa go tsogelwa.

Beke 1 le 2

- Gakologelwa go etela tlilini ka letsatsi 2 gore ba ntshe banditshi le ka letsatsi 7 go tihomamisa gore ntho ya gago e fola sentle.
- Aparaphene e e sa go gagamatseng e e phepa gore e boloke bonna jwa gago bo lebile kwa godimo kwa mpeng ya gago gore bo se ka jwa ruruga.
- Tlhapa ntlo ya gago gararo ka letsatsi fa banditshi e sena go ntshiwa ka metsi le sesepa se se seng bogale. Go tihomamisa gore metsi a phepa, a bedise mme o a tlogele gore a fole. Tlhatswa mogopo o o tlileng go o dirisa ka metsi a a bedileng.
- **O se ka wa dirisa dilo tse di tshwanang le Dettol, dilo tsa go itlosa, mere, boloko jwa kgomo, molora kgotsa dilo tse dingwe mo nthong ya gago.**
- Se itshidila mmele thata jaaka go kuka ditshipi, go taboga, go tshameka kgwele ya dinao le rakabii.
- Se dire mo mafelong a a leswe. **Ditlhale di tla itiga ka botsone morago ga malatsi a le10 - 14, fa ntho e simolola go tswalega.**

Beke tse 3 le 4

Ditlhale di tla wa mme o ka simolola go itshidila mmele gape. Tswelala pele go tlhapa ntho ka bonolo.

Beke tse 5 le 6

Ntho e tla utwala e kete e fodile gotlhelele, mme letlalo le santse le le bokoa e bile le ka gagoga bonolo, ka jalo tla thobalano gotlhelele.

Mathata morago ga go rupisiwa a nna teng sewelo fela, mme ka dinako tse dingwe o ka nna wa tswa madi, wa ruruga le go utlwa botlhoko. Ga o kitla o nna le mathata ano fa o tlhokomela ntho sentle.

Letsa mogala kgotsa romela *Please Call Me* kwa nomoreng ya mahala ya Mogala wa diUra di le 24 go bona Thuso ka MMC wa Right to Care e leng 082 808 6152 fa o na le matshwenyego ape. E ya kwa tlilining kgotsa kwa ngakeng ka bonako fa o tshwenyegile ka ntho ya gago.

SE SE SA DIRWENG KE GO RUPISA BANNA

MMC ga e thibele go ima mme e **FOKOTSA ESENG GO TLOSA** kotsi ya go tsenwa ke di STI le ke tshwaetsego ya HIV. Se nne botlhaswa. Dirisa kgotlhopo nako nngwe le nngwe fa o robalana le mongwe, nna le molekane a le mongwe fela yo o robalanang nae. Dira teko ya HIV go itse boemo jwa gago, gore o dire tshwetso e e molemo go di gaisa tsotlhe ka pholo ya gago.

Go rupisiwa ga banna kwa mafapheng a phoolo ga go fokotse kotsi ya go tshwaediwa ke HIV fa o robalana ka marago.

Go rupisiwa go raya gore o tshwenyega ka pholo ya mosadi wa gago jaaka ke amega ka ya me.
– Tinswalo Mnisi (dingwaga di le 28).

Dintlha tsa tlilini ya lona kgotsa tsa modiredi wa pholo:

Ke ne ke tshogile gore MMC e tlile go nna botlhoko. Ke ne ke fositse. Gompiano ke itumeletse gore ke dirile tlhopho e e siameng ka isagwe ya me.
– Banele Nzima, wa dingwaga di le 23.

Romela molaetsa wa "Please Call Me" kwa nomoreng ya 082 808 6152 go ithuta go le gontsi ka MMC mme o rulaganye gompiano go tla go re bona.

Brothers For Life
www.brothersforlife.org

Right to Care
www.righttocare.org

J74 174 - 086XO PAFRIKA - SETSWANA

Go Rupisiwa ga Banna kwa mafapheng a Phoolo
ITSE DINTLHA TSOTLHE
Ga o duele sepe ebile ga go kotsi.



Tinswalo Mnisi (wa dingwaga di le 28),
Ngaka Khumbulani Moyo (wa dingwaga di le 42)
le Banele Nzima (wa dingwaga di le 23)

*Go dira peelanako kgotsa go bona kitso go ya pele, leletsa kgotsa romela **PLEASE CALL ME** kwa nomoreng ya*

082 808 6152



GO RUPISIWA GA BANNA KWA MAFAPHENG A PHOOLo GO RAYA ENG?

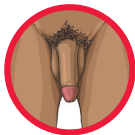
Go Rupisiwa ga banna kwa mafapheng a Phoolo (Medical Male Circumcision) ke go tloisiwa gotlhelele ga letlalo la fa pele la bonna.

Go bona melemo ya pholo ka botlalo ya go rupisiwa ga banna ke kwa mafapheng a phoolo, go bothokwa go itse gore a:

- **ga o a rupisiwa;**
- **o rupisitswe go sekae** – moo go ntshitsweng karolonyana fela ya letlalo la fa pele la bonna kgotsa gore a o dirilwe mosego fela mo letlalong la fa pele la bonna; kapa
- **rupisitswe ka botlalo** – gore letlalo la fa pele la bonna le ntshitswe lotlhe.

GO RENG KE TSHWANETSE GO DIRWA MMC?

Letlalo la fa pele la bonna le tshwana le spontšhe se se ka monyang megare e e bakang HIV, di STI, tse bontsi jwa rona re di bitsang thosola. Seno se akaretša diso tse di khibidu, matsabane, le thosola le rasephipi. Go rupisiwa go naya banna le balekane ba bone mesola ya botshelo jotlhe. Mabaka ano a akaretša:



Bonna jo bo rupisitsweng

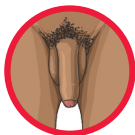
- ✓ Kotsi ya go tsengwa ke di STI e kwa tlase
- ✓ Kotsi ya go tshwaediwa ke HIV e kwa tlase
- ✓ Go bothofo go boloka bonna bo le phepa morago ga go rupisiwa
- ✓ Basadi ba le bantsi ba eletsa go robalana le banna ba ba rupisitsweng
- ✓ Go fokotsa kotsi ya go tsenwa ke kankere ya molomo wa popelo mo basading

Masula a go nna o sa rupisiwa kgotsa go nna le thupiso e e sa felelang ke:



Bonna jo bo sa rupisiwang

- ✓ Letlalo le le fa pele la bonna le apesa tlhogo ya bonna mme go nna thata tota go e boloka e le phepa
- ✓ Letlalo la fa pele la bonna le tswa matsadi bothofo le go gagoga ka nako ya thobalano, mme le bulela HIV le di STI go ka tšena mo mmeleng



Bonna jo bo rupisitsweng go sekae fela

- ✓ Disele tse di ngokang di STI le HIV di teng, mme di godisa kgonego ya go tshwaetsega
- ✓ Go nna le kotsi e e kwa godimo ya go ka tšenwa ke human papillomavirus (HPV) e e godisang kotsi ya go tšenwa ke kankere ya molomo wa popelo mo basading



Mo tirong ya me, ke dirile di MMC di le1000 mme ke nna bosupi jwa mesola e le mensi ya go rupisiwa.”
– Ngaka Khumbulani Moyo (wa dingwaga di le 42), Moakedi wa lenaneo la Right to Care MMC.

Romela **PLEASE CALL ME** kwa nomoreng ya **082 808 6152** go dira peelanonako.



DIPOTSO TSE BATHO BA ATISANG GO DI BOTSA

MMC e tla nja bokae?	MMC ke MAHALA mo monneng ope fela yo o nngang mo Aforikaborwa.
A go botoka go dira MMC selemo?	Selemo kgotsa mariga – o ka dira MMC nako nngwe le nngwe mme ntho e tla fola ka go tshwana, fa fela e bolokwa e le phepa.
A MMC e bothoko?	Banna ba le bantsi ba re MMC ga e bothoko go ya ka fa ba neng ba lebeletse ka gone le gore ke bothoko jo bo kgonang go itshokelwa.
A ke ka kgona go dira MMC fa ke na le HIV?	Ee. Monna mongwe le mongwe mo Aforikaborwa o na le tshwanello ya go rupisiwa mahala ka pabalesego. Ba a ithophela gore a ba batla go dira teko ya HIV mme go tshithinngwa gore ba e dire. Fa o na le HIV, re go gakolola gore o simolola kalafi ya yone.
Fa ke dira teko kwa tlišiniking ya MMC ba bo ba fitlhela gore ke na le HIV, a ba tla nthomela gae ba sa nthuse?	Baporofesenele ba pholo ba tla thathoba pholo ya gago ka kakaretso le go go naya dikgakololo. Ba tla go golaganya le mongwe yo o tla tlhalosang mesola ya go simolola kalafi ka bonako.
Fa ke dirile MMC, a ke tla lofela tiro?	O tla nwa setefikeiti sa sa kalafi kwa tlišiniking go go ntsha mo tirong malatsi a le mabedi. Fa o dira mo lefelong le le seng phepa kgotsa o dira tiro e e boima, modiredi wa tsa pholo a ka nna a tshithinya gore o tseye malatsi a a oketsegileng mme o tla go naya setefikeiti sa malatsi a a oketsegileng ano.
A ke tsofetse go ka rupisiwa?	MMC e dirwa mongwe le mongwe yo o kwa godimo ga dingwaga di le 10. Ga go ope yo o tsofetseng go ka rupisiwa, e bile mesola ya teng e a tshwana go sa kgathalesege dingwaga tsa gago.



GO DIREGA ENG KWA TLILINIKING YA MMC?

Tlhomamisa gore o a ja pele o tla tlišiniking. Fa o thapetswe ke nnotagi kgotsa o dirisitse diritibatsi, ga re ka ke ra kgona go go dira MMC. Tlaja ka boitshupo bongwe kwa tlišiniking. Fa o se moagi wa Aforikaborwa, tla ka sesupo sepe fela sa boitshupo jaaka jwa lekwalotletla la botshabi kgotsa la gore o tshabetswe mo nageng ya rona, setefikeiti sa matsalo, kgotsa phasepoto.



Kgato ya 1: O tla kwadisiwa le go bontshiwa gore o nne fa kae.



Kgato ya 2: Moporofesenele wa tsa pholo o tla bua le lona lo le setlhophla ka MMC, HIV le thibela ya STI.



Kgato ya 3: O tla kopana le mogakolodi yo o tla go dirang teko ya HIV. Ke wena o ithaopelang go dira teko mme re go rotloetsa gore o laola pholo ya gago o itse boemo jwa gago jwa HIV. Fa o na le mogare, re tlotla le wena ka go simolola kalafi ka bonako jo go kgonegang ka jone le go go romela go mongwe yo o tla go kaelang mo thulaganyong eno.



Kgato ya 4: O tla thathobiwa ke moporofesenele wa tsa pholo, o tla thathoba pholo ya gago ka kakaretso le go go thathoba go bona gore a o na le di STI le TB le go dira diteko dingwe tse di motlhofo tsa kgatelelo ya madi, go uba tshika, ya go hema le sukiri e e mo mading a gago go thomamisa gore o itekanetse sentle go ka rupisiwa.



Kgato ya 5: O tla thabiwa lemao la go bolaya bonna jwa gago. Banna ba re go dirwa jalo go tshwana le go thabiwa ke tshethlo kgotsa go longwa ke notshe. Lemao le tla dira gore o se ka wa utlwa bothoko bope fa moporofesenele wa pholo yo o katisitsweng a tla ba dira MMC mo go wena. Karo eno e tsaya metsotso e ka nna 20.



Kgato ya 6: Ntho ya gago e tla hapiwa ka banditšhi, mme kgatelelo ya gago ya madi le go uba tshika di tla tlhokwa gape go thomamisa gore gotlhe go siame.



Kgato ya 7: Moporofesenele wa pholo o tla go naya dipilisi tsa go opelwa le go go tlhalosetsa gore o tlhokomele ntho ya gago jang.



Kgato ya 8: Malatsi a le mabedi morago ga karo o tshwanetse go boela mo tlišiniking gore banditšhi e tle go ntshiwa le gore go tholwe ntho ya gago.



Kgato ya 9: O tshwanetse go boela wa tlišiniking malatsi a le supa morago ga karo go ya go tholwa.

THULAGANYO YOTLHE E TSHWANETSE GO TSAYA SEBAKA SE KA FA TLASE GA URA