

»Enkwatta entufu ey'emiyeembe kumakungula«

Emiyembe kibala kiwoomu nate ela ky'abyanfuma eri abalimi. Wabula, ekitundu ekisinga obunene kifibwa nga tukungula olw'enkwata etali nungi ate neera nga tumaliriza okungula. Enkwata enungi ekendezza okufirizibwa eri abalimi.

Nnoga emiyembe emikulu joka engeri jekiri nti emitto jiba jikawa ate ejyengedde ennyo jononeka mangu. Wabula, nga tonakungula sooka okebele langi y'omuyembe nga osalamu ebibala ebimu. Okugungula kulina kolebwa wakati wa saawa 3:00am-3pm okukendezza okulukuta kwamasanda.

Weyanbise ekyuma ekiyitibwa picker ekirina ekyambe ekyogi nate ela mukungule lwakiri abantu babiiri okwewala emiyembe okuggwa ku ttaka.

Saala ekibala nga olekako a kakonda ka 1 – 2 cm okusobozesa omuyembe okusigaza amasanda. Ela teka emiyembe ejikunguddwa mukifo ekiyonjo nga kiwewevu okuziyiza okulumbibwa okuwuka. kakasa nti akakonda akalekebwa ku muyembe katunudde wansi. Jileke okumala essawa emu olw'oke osaleko obukonda.

Yawula emiyembe ejikulubusse mu milamu okuziyiza okwononeka naye funa emikebe/ obuloobo ojisemu okwewala okwonoona.

Tunda emiyembe mu naku biiri. kitegeza zula akataale nga tonakungula

Tereka ebibala mukifo ekiwewevu ate nga kikalu. Tanbuliza emiyembe mu kuleeti okwewala okulubuka kwajo.