»Okusabika ensigo e z‘empeke mu ngeri enansi«

Okusabika ensigo nga okozesa ebintu bya bulijjo nga ebumba wamu ne nakavundira kitaasa ensigo, emirimu era nokwanguyirwa okusimba. Era ensigo ensabike zikula mangu okusinga ezitali nsabike.

Okugatako okugema ensigo kiyamba okuzikuuma okuva eri ebiwuka n‘ebinyonyi. Ebbumba wamu ne nakavanudira byebisinga okozesebwa okusabika ensigo kubanga bigireka nga essa era nga ekyali namu ate nga bunywa mangu amazzi ku nkuba etandika obutandisi. Okwongerako okusabika ensigo.

Emitendera egigobererwa

Ku buli kilo 1 ey‘ensigo kozesa kilo 4 e‘zebbumba, kilo 2 eza nakavundira wamu ne kilo 1 ey‘evvu, byonna ebikozesebwa birina okuba nga biri mu kikula kya nfuufu.

Tandika nga oteeka ensigo mu baafu, omansireko amazzi okusobola okuzitobya olwo ogatame ebirungo nga biri mu ngeri ya buwunga kimu kimu. Kino kigobererwa kunyenya baafu okusoboal okusiiga ensigo nga bwoyongeramu ebirungo n‘otuzzi otutonotono kimu kimu paka zona zibikidwa.

Ekisembayo, ensigo ezisabikidwa ziteege mu musana ku tundubali zisobole okukala obulungi, osobola okuzisimba olunaku oluddako oba okuzitereka obulungi mu nsawo.