



Tìotal: Condoman

Ìre: TREAS/CEATHRAMH

Ceanglan CfE

Eòlasan/Builean	Slatan-tomhais
<p>A' cleachdadh na dh'ionnsaich mi, 's urrainn dhomh co-dhùnaidhean is roghainnean fiosraichte a dhèanamh a tha ag adhartachadh is a' dìon mo shlàinte is mo shunnd ghnèitheasach fhìn agus dhaoine eile. HWB 3-47b</p> <p>Tha fios agam mar a làimhsicheas mi suidheachaidhean a thaobh mo shlàinte agus mo shunnd gnèitheasach agus tha mi ag ionnsachadh tuigse de ghiùlan ghnèitheasach iomchaidh. HWB 3-49a</p>	<ul style="list-style-type: none"> Eòlach air na sgilean conaltraidh a dh'fheumar airson feise shàbhailte agus thlachdmhor, mar eisimpleir ag aithneachadh nuair a tha an t-àm freagarrach, cùram co-rèireach airson stad a chur air leatromachadh nach eilear ag iarraidh, cleachdadh casg-ghin, misneachd a thaobh stad a chur air suathadh feseil gun iarraidh. Gum bi fios aca càit an tèid iad airson fiosrachadh dìomhair, comhairle agus cuideachadh.

Amasan ionnsachaidh

- Gun tuig daoine òga na h-adhbharan airson condoman a chleachdadh.

Slatan-tomhais Soirbheachaidh

- 'S urrainn dhomh innse carson a tha condom agus lube air a chleachdadh.
- Tha fios agam mar a chleachdas mi condoman.
- Tha fios agam càit am faigh mi condoman.

Goireasan-taic

- Slaighdean PowerPoint
- Male condom: Condom demonstration* (faid 1 mhion 43) <https://youtu.be/Rr2bahvJuOo>
- Female condoms: How do they work?* (faid 1 mhion 5) <https://youtu.be/EfwstN51Zlw>
- Condoms: How to use them effectively* cartùn bho amaze.org (faid 2 mhion 54) <https://youtu.be/oaLdNErJ-Fk>

Ma tha sibh an dùil làrach-lìn mar YouTube a chleachdadh, cuiribh a' bhidio air dòigh ro-làimh, agus dèanaibh cinnteach gur e am film ceart a th' ann agus leumaibh seachad air na sanasan.

Notaichean

- Tha sreath de leasanan aig an Treas/a' Cheathramh ìre a dh'fhaodadh a bhith feumail air an cleachdadh mar aonad ionnsachaidh. Ma thèid an teagasg mar seo tha barrachd sùbailteachd agaibh a thaobh na thathar a' cosg de dh'ùine air gach gnìomh a rèir a' chòmhradh a tha ag èirigh – 's dòcha nach bi feum aig an t-seisean seo air 50 mionaid – no 's dòcha gun till sibh air ais gus ruith-thairis air feadhainn dhe na gnìomhan às dèidh dhuibh cuid aca a dhèanamh. 'S e na leasanan eile a tha a' ruith ri taobh an leasain seo air **Condoman: Leatromachd/ceart agus ceàrr; Taghaidhean a thaobh casg-ghin; Fallaineachd feise: A' faighinn comhairle agus taic**
- A thaobh condoman nam fireannach tha an leasan seo a' cleachdadh film a tha a' sealltainn mar a thathas gan cleachdadh. Chuireadh e taic ris an ionnsachadh aca nam b' urrainn modail-cleachdaidh

a bhith aig na daoine òga. Bhiodh e cuideachail do dhaoine òga cuideachd nam faigheadh iad cothrom air condoman (do fhìreannaich agus boireannaich) sa chlas. Mura gabh seo cur air dòigh, tha na filmichean goirid a' sealltainn mar a chleachdar condoman.

3. Bu chòir do thidsearan/luchd-foghlaim fiosrachadh fhaighinn ron chlas mu sgeamaichean no seirbheisean far am faighear condoman airson 's gun gabh am fiosrachadh seo a thoirt do dhaoine òga.
4. 'S dòcha gum bi tuilleadh taic a dh'ìth air cuid de luchd-ionnsachaidh aig a bheil feumalachdan sònraichte, Thoir sùil air na duilleagan seo mun ghòireas: <https://rshp.scot/learners-with-additional-support-needs-asn/> gheibh sibh stuthan a bharrachd, goireasan, leabhraichean, dealbhan 's msaa.

Obair

1. **Tòisich an leasan mar seo:** Tha an seisean seo mu chondoman – dè th' annta, dè tha iad a' dèanamh agus mar a thathar gan cleachdadh. Can ris a' bhuidheann nach eilear a' gabhail ris gu bheil iad ann an dàimh, no gu bheil iad ri feise, gum bi a' mhòr-chuid de dhaoine a' feitheamh gus am bi iad air aois 16 mus bi iad ri feise, 's e amas an leasain seo gum bi am fiosrachadh a dh'fheumas iad san àm ri teachd aig daoine òga.
2. **Dè th' ann an condom agus ciamar a tha e ag obair?** Tha na slaighdean ag innse nam prìomh phuingeannan mu chondoman. Bidh fiosrachadh bunaiteach aig a' mhòr-chuid de dhaoine òga mu chondoman fhìreannach, ach 's dòcha nach bi fios aca air mòran mu chondoman bhoireannach (am broinn an fhaighean). Cleachd na slaighdean, broснаich còmhraidh mar a tha sibh a' dol air adhart, an uair sin seall na filmichean goirid.
 - **Dè th' ann an condom agus ciamar a tha e ag obair?**
 - Tha dà dhìofar seòrsa condom ann – aon do fhìreannaich agus aon do bhoireannaich.
 - Bidh fhìreannach a' cur condom thairis air a bhod nuair a tha e na sheasamh. Nuair a bhios e ri feise, bidh e a' sìolachadh sìol-gin agus sìol bho cheann a' bhoid. Bidh an sìol agus an sìol-gin a' cruinneachadh sa chondom airson 's nach urrainn dha a dhol a-steach a dh'fhaighean, a bheul no a thòin a chèile.
 - Bidh condom boireannaich a' dol am broinn a faighean. Nuair a bhios iad ri feise agus a chuireas fhìreannach a bhod a-steach na faighean, bidh an sìol agus an sìol-gin a' cruinneachadh sa chondom.
 - Faodaidh neach de aois sam bith condoman fhaighinn. Chan eil bacadh aoise ann.
 - Tha condoman a' stad leatromachd le bhith a' stad sìol agus sìol-gin an fhìreannaich bho bhith a' ruighinn agus a' torrachadh ugh a' bhoireannaich. Tha condoman èifeachdach ann a bhith a' stad leatromachd 98% dhen ùine ma thathas gan cleachdadh gu ceart. Bidh cuid de dhaoine a' cleachdadh chondoman còmhla ri seòrsaichean eile de chasg-ghin airson barrachd misneachd a thoirt dhaibh a thaobh stad leatromachd.
 - Nuair a tha condoman air an cleachdadh gu ceart, faodaidh iad stad a chur air neach bho bhith a' sgaoileadh no a' togail galaran gabhaltach feiseil (STI). 'S e cleachdadh chondoman nuair a thathar ri feise an aon dòigh air thu fhèin a dhìon bho STI.
 - Ma dh'fhalbhas condom dhìot rè feise, na till ort e. Cleachd fear ùr. Às dèidh dhut condom a chleachdadh thoir far a' bhoid e gu faiceallach, a' dèanamh cinnteach nach dòirt thu deur dhen t-sìol no dhen t-sìol-gin. An uair sin paisg ann an neapraig-phàipeir e agus cuir sin dhan bhion.

- **Condom fhireannach:** Condom demonstration (faid 1 mhion. 43)
<https://youtu.be/Rr2bahvJuOo>
- **Condom bhoireannach: Ciamar a tha iad ag obair?** (faid 1 mhion. 5)
<https://youtu.be/EfwstN51Zlw>

3. Sgaoil condoman agus leig leis na daoine òga am fosgladh. Ma tha modail-cleachdaidh agad airson condom fhireannach leig leis na daoine òga practasadh.
4. **A bheil gach condom an aon rud?** Ma chaidh condoman a shealltainn/a sgaoileadh dèan cinnteach gur e feadhainn eadar-dhealaichte a bh' ann. Faighnich dha na daoine òga dè tha eadar-dhealaichte mun deidhinn, seall na slaighdean agus brosnach còmhradh.

A bheil gach condom an aon rud?

- Chan eil, tha diofar mheudan ann. Agus tha diofar fhaidean agus diofar leudan ann.
- Gheibhear diofar dhathan de chondoman fhireannach cuideachd, tha diofar bhlasan agus diofar thigheadan a bharrachd air diofar chumaidhean air faireachadh eadar-dhealaichte.
- Nuair a tha condom freagarrach, tha e nas èifeachdaiche – mar sin tha e glè chudromach gu bheil e den mheud cheart. Cuideachd mar as fheàrr a tha e a' fìotadh, 's ann as fheàrr a bhios e a' faireachdainn. Tha e cuideachail do bhalaich practas a dhèanamh le diofar sheòrsachan agus mheudan leotha fhèin airson 's gun urrainn dhaibh a bhith cinnteach gu bheil iad a' cleachdadh fear a tha cofhurtail agus a' freagairt orrasan.

Tro chòmhradh faighnich dha na daoine òga cò na seòrsachan chondoman as aithne dhaibh. Canaidh iad Durex agus 's dòcha feadhainn eile. Tha e cudromach ionnsachadh do dhaoine òga gu bheil na seòrsachan chondoman a thathar a' cleachdadh ann an seiseanan ionnsachaidh (an-asgaidh) a cheart cho freagarrach. 'S e tha cudromach gu bheil suaicheantas na h-itealaig (kite mark) orra. Tha seo air innse san fhilm cuideachd.

5. **Dè th' ann an lube (lubricant)?** Inns dha na daoine òga gum bu chòir fios a bhith aca mu *lubricant* no *lube* ma tha iad ag ionnsachadh mu chondoman. Cleachd an ath 2 shlaighd airson fiosrachadh agus còmhradh.

Dè th' ann an lubricant/lube?

- 'S e seòrsa de lionn no sileacon a th' ann an *lube* a bhios daoine a' cleachdadh rè feise airson a' phit, am faighean, am bod no an tòn a dhèanamh nas fliche no nas sleamhainne. Faodar *lube* a chleachdadh airson feise faighean ma tha tioramachd na thrioblaid. Faodaidh e cuideachd feise a dhèanamh nas cofhurtaile. Ma bhios tu ri feise tòine – far am mi bod a' dol a-steach ann an toll-tòine (tòn), bu chòir condoman agus *lube* a chleachdadh còmhla.
- Bu chòir do *lube* an-còmhnaidh a bhith stèidhichte le uisge no sileacon. Na cleachd stuth sam bith aig a bheil stèidh ola (me ola airson suathadh bodhaig no ola bhèidhean). Faodaidh iad sin an condom a mhilleadh no a bhristeadh sìos.

6. **Dè bu chòir dhut a dhèanamh ma spreadhas no ma shracas condom, no ma dh'fhalbhas e dhìot?** Seall an slaighd airson daingneachadh cho cudromach 's a tha e rud a dhèanamh an taobh a-staigh do uairean/lathaichean dhen seo tachairt.

Dè bu chòir dhut a dhèanamh ma spreadhas no ma shracas condom no ma dh'fhalbhas e dhìot nuair a tha thu ri feise?

Dèan seo:

- Theirig gu clionaig Fallaineachd Feise ionadail cho luath 's a ghabhas. Tha ùine cudromach ma tha thu feumach air Casg-gin Èiginneach no ma tha teansa gum faodadh tu bhith ann an cunnart HIV a ghlacadh.
- Gheibhear cuideachd Casg-gin Èiginneach ann am bùithtean-cheimigeir ionadail. Faodaidh tu iarraidh bruidhinn ris a' cheimigeir nuair a thèid thu a-steach.
- Bruidhinn ri inbheach earbsach agus faigh comhairle agus taic cho luath 's as urrainn dhut.

*(Tha tuilleadh shlaighdean mu Chasg-gin Èiginneach aig deireadh an taisbeanaidh seo – faodaidh sibh iad seo a chleachdadh ma tha an leasan seo ga lìbhrigeadh aig àm eadar-dhealaichte bhon leasan air **Casg-gin** no ma tha sibh airson na chaidh ionnsachadh a dhaingneachadh.)*

7. **Càit am faigh thu condoman agus lube?** Faighnich dha na daoine' òga càit am faigh iad condoman – 's dòcha gu bheil fios aca mar-thà. Seall an slaighd agus dèan cinnteach gu bheil am fiosrachadh ceart. 'S d' fhiach dèanamh cinnteach gu bheil fios aig na daoine' òga gu bheil na condoman a gheibh iad an-asgaidh bho sheirbheisean ionadail de dheagh chàileachd (Cuir am fiosrachadh ionadail air an t-slaighd seo).

Càit am faigh thu condoman agus lube?

- Gheibhear condoman an-asgaidh ann am mòran àiteachan, me, clionaig fallaineachd feise ionadail agus sgeamaichean chondoman ionadail an-asgaidh. Ann an cuid de dh'àiteachan gheibh sibh iad ann an clubaichean òigridh, ionadan coimhearsnachd no aig cothroman-tadhail dhaoine' òga.
- Faodaidh sibh condoman agus *lube* a cheannach ann an tòrr bhùithtean agus mòr-bhùthan ach tha na feadhainn a gheibh sibh an-asgaidh a cheart cho èifeachdach ris an fheadhainn a cheannaicheas sibh.
- Tha seirbheis chondoman an-asgaidh ann. Faodaidh sibh a chleachdadh ma tha sibh fo aois 16: **CUIR A-STEACH FIOS IONADAIL**

8. Crìochnaich an leasan le bhith a' coimhead *Condoms: How to use them effectively* (faid 2 mhion. 54) <https://youtu.be/oaLdNErJ-Fk> ('S ann mu chondoman fhireannach a-mhàin a tha seo) agus brosnach còmhradh airson puingean sam bith a shoilleireachadh agus airson fios mu sheirbheisean ionadail a dhaingneachadh.

Ceangal ris an dachaigh

Dh'fhaodar an teacsa seo a chleachdadh airson fios a chur dhachaigh gu pàrantan agus luchd-cùraim mun obair seo.

Tha sinn a' leantainn oirnn ag ionnsachadh mu dhàimhean, fallaineachd feise agus pàrantachd. Bidh sinn a' toirt fiosrachadh dha na daoine' òga mu chondoman agus mar a tha iad air an cleachdadh. Mar as àbhaist leis na leasan againn, tha sinn a' toirt an fhiosrachaidh seo dhaibh airson 's gu bheil e aca agus gu bheil iad a' tuigsinn cho cudromach 's a tha e casg a chur air leatromachd no air galaran nuair a tha am

fiosrachadh seo a dhìth orra. Mas urrainn dhuibh taic a chur ris an ionnsachadh seo san dachaigh, tha am film goirid seo ag innse mar a chleachdar condoman agus carson a tha iad:

- **Condoman fhireannach:** Mar a thathar gan cleachdadh (faid 1 mhion 43) <https://youtu.be/Rr2bahvJuOo>
- **Condoman bhoireannach:** Ciamar a tha iad ag obair? (faid 1 mhion 5) <https://youtu.be/EfwstN51Zlw>
Tha fiosrachadh math aig ChildLine air condoman (agus rudan eile a thaobh casg-gin): <https://www.childline.org.uk/info-advice/friends-relationships-sex/sex-relationships/contraception-safe-sex/>

Tuilleadh fiosrachaidh

- Tha deagh fhiosrachadh aig ChildLine mu chondoman (agus rudan eile co-cheangailte ri casg-gin): <https://www.childline.org.uk/info-advice/friends-relationships-sex/sex-relationships/contraception-safe-sex/>
- Tuilleadh fiosrachaidh mu chondoman bhoireannach: <https://www.brook.org.uk/your-life/Internal-or-Female-condoms>
- Tuilleadh fiosrachaidh mu chondoman fhireannach: <https://centralsexualhealth.org/contraception/male-condom/#item14>
- Tha fiosrachadh aig NHS Lanarkshire a ghabhas cleachdadh le daoin' òga aig a bheil feumalachdan ionnsachaidh: <http://www.healthelanarkshire.co.uk/sexual-health-information/putting-on-a-condom/putting-on-a-condom>

Nòtaichean Tidseir

