

COVID-19 e
tlhakathakanya
matshelo a rona.

Fela, a o a itse?

Wena le bana
ba gago le na le
bokgoni jwa go
kgotlhelela
maemo a a
masisi a.



Lerato le tshegetso ya gago di botlhokwa go bana ba gago.

Jaaka motsadi le motlhokomedimogolo, o morutisi wa ntlha go bana ba gago. O na kgotsa o sena dithutego tsa tlhomamo, o mogolo wa botlhokwa mo botshelong jwa bana ba gago. O itse go le go ntsi ka bana ba gago; e ka nna dijo tse ba di ratang, ditshamekisi le metshameko. O itse se se ba tshosang le se se ba itumedisang. O a ba rata le go ba tlhokomela mme mmogo le age metheo e e tla ba kgontshang go lepana le lefatshe.



Batlhokomedi ba na le seabe sa botlhokwa mo dithutong tsa ngwana wa gago, le fa e se batsadi ba ngwana ka tsalo. Babatlisisi ba fitlheetse gore go nna le motsadi a le mongwe yo o nang le tlhokomelo le tshegetso go nna le kutlwalo mo bokgoni jwa ngwana mo dithutong.

Mo pakeng ya leroborobo la COVID-19, fa go tsena sekolo go ka kgorelediwa, o tshwanetse go itse gore ga o a solofelwa go nna kemedi ya morutabana. O dirisana le barutabana le sekolo. Seabe sa gago jaaka motsadi ke go tshegetsa ngwana wa gago mo nakong ya dithuto ka go mo neela sebaka sa go sekaseka dikgatlhego tsa gagwe, go tlhama megopolo le go ipotsa dipotso.

Go ithutela kwa gae go tla farologana le kwa sekolong. E ka nna tšhono ya botlhokwa go tiisa mengwe ya metheo e ngwana wa gago a e tlhokang go nna le thuto e e nang le bokao kwa sekolong.

Tlhoka pelaelo, kamano ya gago le ngwana wa gago ke letlotlo la botlhokwa go mo thusa go ithuta. Mo borotšheng e, re aba dikakanyo go go thusa go dirisa kamano ya gago le ngwana wa gago go mo thusa go tsweletsa go ithuta – le fa go tsena sekolo go kgoreleditswe.



Kamano ya gago le ngwana wa gago e botlhokwa!

*Kamano ya gago le ngwana wa gago e godisa
tlhabololo ya mmele, maikutlo le loago.*

*Go tloga letsatsi le o tlisitseng ngwana wa gago mo gae,
o ntse o tshwaragane le kamano e. Fa ngwana wa gago
a ntse a gola, kamano ya lona le yona e a fetoga.*

*Kana, mo kgatong nngwe, batsadi botlhe
ba kopana le dikgwetlho tse di tlhokang
maiteko a tlaleletso go tiisa kgolagano.*

*Mo pakeng ya leroborobo la COVID-19 –
nako e re rotloediwang go nna kwa gae
le ba malapa a rona mo go kgonegang, go
efoga tshwaetsego – o na le tšhono e kgolo ya
go aga kamano ya gago le ngwaga wa gago.*



O ka dirisa kamano ya gago le ngwana wa gago go tswelletsa boitshwaro jo bo siameng le maitsholo mabapi le sekolo. Fa o bontsha kgatlhego mo maikutlong a bona ka sekolo, kgotsa le tse ba di ithutang, go ba bontsha gore sekolo se botlhokwa. Dikakanyo le megopolo ya gago e botlhokwa go bana ba gago, e bile o mogakamogolo mo go bona. Leka go nna le kgatlhego fa le buisana ka sekolo le barutabana. Boitshwaro jwa gago mabapi le dithuto go na bo le seabe se segolo mo katlegong ya ngwana wa gago kwa sekolong!

Dikgato tse di thusang go tswelletsa kamano e e tiileng le ngwana wa gago



Aga botshepegi

- Leka ka metlha go nna **boikanyego** mo seemong se se amogelesegang. Sekao, leroborobo la Covid-19 e ka tswa e le nako e e tshosang bana. Ba thuse go tlhaloganya maemo le go ba tlhalosetsa se re tlhokang go se dira go nna re sireletsegile kgatlhanong le tshwaetsego. O seka wa nyatsa matshwenyego a bona.
- **Tlhomama** mo go kgonagalang mabapi le melao le ditlwaelo tsa mo gae. Maparego le ditlwaelo di dira gore bana ba ikutlwe ba sireletsegile gonne di ba thusa go itse tse ba ka di solofelang mo tikologong ya bona.
- Ka dinako dingwe ba bua leruri, fela go botlhokwa go netefatsa gore o a **utlwelela**. Beela thoko metsotso e le 10-20 letsatsi lengwe le lengwe go utlwelela ngwana wa gago – mo fe nako e e tletseng mme o leke gore e seka ya nna wena o buang.
- Jaaka ka gale, ba bontshe **kgathalelo, lerato le tlhokomelo** gore ba ikutlwe a sireletsegile le go tlhokomelesega.



Tlhaeletsana

- Fa e se nako e e tlhaoletsweng ya gago ya go "utlwelela tota", leka go dira tlhaeletsano **tirego ya tsela-pedi**, botlhe le reetsa le go buisana.
- Mokgwa o o siameng tota ke go **bua** le ngwana wa gago ka dilo tse di leng botlhokwa go ene.
- Mo letle go botsa **dipotso**. Fa o sa itse karabo, leka go thusana go e bona.



Tlhagisa tse di siameng

- Neela ngwana wa gago ditirwana tse di bonolo mo lelapeng go mo thusa go ikutlwa ba le botlhokwa le go aga **boitlotlomatso**.
- **Akgola** le go rorisa ngwana wa gago fa a dira sentle.
- Mo **netefaletse** fa a ketefalelwa. Netefatsa gore o a itse gore botlhe re ithuta ka go boeletsa re kgona le go palelwa. Mo maemong a kgatelelo, bana ba bannye ba ka itemogela poelomorago. Sekao, go rotela dikobo le pherethago maikutlo. Nna pelo telele, o seka w aba tlontlolola.



O tshegetsa ngwana wa gago jang go tswelletsa go ithuta ntle le go tlalelwa

Ngwana wa gago o na le tshwanelo ya thuto ya motheo ya boleng, go sa kgathaletsege gore o tsena sekolo kae le gore o a duela kgotsa ga a duele ditefiso tsa sekolo. Fa o tshwenyega gore ngwana wa gago ga a bone tshegetso e e tshwanetseng kwa sekolong mo pakeng ya pakakiletso ya COVID-19 le go feta, o na le tshwanelo ya go botsa dipotso le go tshikhinya ditharabololo. Lekgotlataolo la sekolo (LTS) le teng go go emela jaaka mokgatlho wa batsadi, ka jalo, go botlhokwa go tlhagisa matshwenyego a gago go bona. O tshwanetse go buisana ka matshwenyego a le sekolo sa ngwana wa gago le barutabana. O na le tshwanelo ya go lopa thuto ya boleng go bana ba gago.



Nngwe ya ditsela tsa go ipaakanyetsa go tshegetsa ngwana wa gago go tswelletsa dithuto ke go mmotsa dipotso mmogo le barutabana ba gagwe. Se se go fa tshono ya go tlhaloganya kemo ya ngwana wa gago – mo go tsa dithuto le maikutlo. Botsa ngwana wa gago dipotso ka sekolo, tse di batlang tlhaloso jaaka:

“O rata dirutwa dife kwa sekolong?
Ke eng se o se ratang ka tsona?”

“Ke dirutwa dife tse di go gwetlhang thata?
Ke eng se se gwetlhang mo go tsona?”

“O rata nako efe mo letsatsing la gago la sekolo?
Ke go reng o e rata thata jaana?”

“Melao ya sekolo e farologana jang le ya rona mo gae?
A o nagana gore melao e siame?”

Mokgwa o o tsibogelang dikarabo tsa ngwana wa gago o botlhokwa go aga tshepo le go netefatsa gore o kgona go mo tshegetsa fa a sokola kwa sekolong. Tlhaloganya mme o batle go buisana le ngwana wa gago ka dintlha tse di tlhagelelang. O ka leka go **ikgolaganya le morutabana wa ngwana wa gago**. A ka go fa dikgakololo ka ga mefuta ya ditiro tse di ka tiisang se ngwana wa gago a setseng a se itse. Barutabana ba bantsi ba bona mekgwa e mentsi go tshegetsa barutwana ba bona mo pakeng ya leroborobo la COVID-19, e bile bangwe ba dirisa WhatsApp go tlhaeletsana le batsadi.



Dikgato tse di diregang go simolola tlhaeletsano le morutabana wa ngwana wa gago, sekolo le setlhopha sa sekolo:

1. Fa o ise o nne le tlhaeletsano le sekolo, ba ka tswa ba na le dinomoro tsa gago tse di sa direng kgotsa dinomoro di ka tswa di timetse. Ikgolaganye le bona go baakanya fa go kgonega.
2. Fa o sa kgone go ikgolaganya le sekolo kgotsa morutabana, a o itse bangwe ba batsadi mo sekolong? Ikgolaganye le bona go batlisisa ka nomoro ya mogala ya sekolo kgotsa aterese ya e-mail ya morutabana wa ngwana wa gago.
3. Morago ga go nna le dintlha-tlhaeletsano tse di maleba, botsa ka tlhaeletsano le dithulaganyo tse sekolo se di dirileng mo pakeng ya leroborobo la COVID-19.

Malepa a go ithutela kwa gae

Sekolo sa ka metlha se ka tlhakatlhakannngwa mo pakeng ya leroborobo la COVID-19. Fa o tshegetsatsa ngwana wa gago kwa gae, mefuta ya ditiro tsa kwa gae e tla farologana le ya thuto e e tlhomameng e a e dirang kwa sekolong.



Go bana ba dingwaga tse 3-6, go botlhokwa go...

- Tlhama **tlwaelo**. Tlwaelo e tla farologana le ya fa ngwana a ya sekolong, fela, e tla thusa wena le ngwana wa gago go ikutlwa le sireletsegile e bile le le taolong.
- Lepa go aga **tlotlofoko** ka go buisa, motlotlo le go bua le ene ka dilo tse le di dirang botlhe letsatsi lotlhe.
- Leka go dira gore ngwana wa gago a nne **matlhagatlhaga** mme a dire ditiro tse di dirisang mesifa e megolo le e mennye, se se thusa tokafatsa dikgônô tsoatlhe le tsa motsamao. Mesifa e megolo ke ya go taboga, go tlola le go kolopa; e mennye e fitlhelwa thata mo matsogong le menwana.

Baitsaanape ba Thuto Bonnyeng, SmartStart (www.smartstart.org.za), e na le metswedithuso ya dinewa tsa mahala go thusa go tswela tswaelo, mmogo le ditirwana tse o ka di dirang le ngwana wa gago. Se ke sa bana ba ba kwa tlase ga dingwaga tse 7 mme di kwa fitlhelwa mo: <https://smartstart.datafree.co/everyweekcounts/>



Go bana ba dikolopotlana, go bothokwa go...

- **Ikgolaganya le sekolo sa ngwana wa gago** le go batlisisa gore se dira eng go tshegetsa baithuti mo pakeng e.
- Go dikolo tse di nang le maano, fela, fa sa gago se sena, **lepa go ikatisetsa go buisa le dipalo.**

ClickMaths e tshamile polokelodintlha tsa metswedithuto ya dinewa tsa mahala go thusa bana ka dipalo le puiso. Metswedithuso e e fitlhelwa mo: <https://clickmaths.org>

- **Tlhama tlwaelo** e e nnang le nakpo ya go ithuta le go tshameka.
- Fa go na le bana ba dikereiti tse di farologaneng mo gae, ba rotloetse go **buisa le go dira mmogo**. Se ga se thusa fela ngwana yo monnye, se thusa le go gatelelela thuto ya motheo ya ba ba golwane.



O ka gatelela le mesola e o bonang e le bothokwa go ngwana wa gago mo botshelong le batho ka mokgwa o o siameng.



Go bana ba sekolo se segolo, go bothokwa go...

- Nna le bona le go tlhaloganya gore ba tlhoka **nako e kana kang** mo letsatsing go kgona go dira tiro ya sekolo. Beela diphitlhelelo tse di kgonegang.
- Ba thuse go thala **lanaanetiro** go tloga ka Mosupologo go fitlha Labotlhano. Se se ba neela nako e e lekaneng letsatsi lengwe le lengwe go fitlhelela diphitlhelelo tsa thuto. Gakologelwa gore go bothokwa go lebalebisa lanaanetiro morago ga go le lekelela.
- Netefatsa gore ngwana wa gago o **robala mo go lekanetseng** letsatsi lengwe le lengwe fela jaaka fa a ya sekolong.
- Botsa ngwana wa gago ka tse a di ithutang mo serutweng sengwe le sengwe. Se ga se reye gore o mo thusa ka diteng, ke go **bontsha kgatlhego mo tirong ya bona ya sekolo.**
- **Rotloetsa ngwana wa gago go tlhaeletsana** le baithutimmo go le barutabana. Bontsi jwa barutabana ba dikolo tse dikgolo ba dirisa WhatsApp go tlhaeletsana le baithuti ba bona. Moya Messenger wa difounu tsa Android o na le tlhopho ya dinewa tsa mahala.



Go itlhokomela go botlhokwa.

Leroborobo la COVID-19 le tlhakatlhakantse malatsi a matshelo a rona le go fetola mokgwa o re dirang dilo. Ke nako e e thata go botlhe, mme fa o sa tlhokomele pholo ya tlhaloganyo ya gago o ka se kgone go tlhokomela bana ba gago. Agang setšhaba le batsadi ba bangwe ba ba nang le maitemogelo a a tshwanang. Tlhama setlhopha sa WhatsApp / Moya Messenger moo le kgonang go lekolana le go buisana ka dikgwetlho le diphitlhelelo tsa lona.



Temekang, fa tsela nngwe ya go ithutela kwa gae e sa direle lelapa la gago, leka sengwe. Fa e le gore se o ka se dirang ke go bontsha go kgathala, lerato le tlhokomelo – go lekane. Bana ba a kgotlhelela mme ba kgona go fitlhelela pele mo tirong ya sekolo, segolo bogolo fa ba itse gore o na le bona.

COVID-19

Mogalakgethegileng wa mogare wa Corona: 0800 029 999 / WhatsApp 060 012 3456
www.sacoronavirus.co.za / <https://coronavirus.datafree.co>

PHOLO YA TLHALOGANYO

Mogalakgethegileng wa South African Depression and Anxiety Group:
0800 21 22 23 / 0800 456 789 / 0800 20 5026 / 0800 70 80 90
www.sadag.org

BOTSADI BO BO SIAMENG

Senthara ya Batsadi: www.theparentcentre.org.za / 021 762 0116

TSHEGETSO YA GO TSHWAROPELE YA BOKGONI BA GO BUISA LE GO KWALA

Reading for Meaning: O ka fitlhelela dikgang tsa Reading for Meaning le ditirwana mo WhatsApp ka go kwala "hello" go +27 600 54 8676 le go sala morago dintlha tsa Zero Dropout Campaign.

Thusang!

DG
MT

**ZERO
DROP/OUT**

 PUBLIC SCHOOL
PARTNERSHIPS

Parent Power ke itshimololelo ya DG Murray Trust (dgmt.co.za).

E ikaletse go matlafatsa setlhopha sa batsadi ba ba tlhagafaditsweng mo Aforikaborwa go dira jaaka bagaka ba thuto ya bana ba bona.

This booklet was developed with input from the Zero Dropout Campaign and Public School Partnerships.