



Tlhokomelo Nakong ya Corona

Nakong ya CORONA

Ke a o sireletsa. O a ntshireletsa.



Sethiba-sefahleho se ka thusa ho sireletsa wena le ba bang mme sa fokotsa sekgahla sa ho ata ha kokwanahloko ya CORONA. Batho ba bang ha ba na matshwao kapa ha ba tsebe hore ba na le kokwanahloko ena empa ba ka tswa ba ntse ba e fetsetsa bathong ba bang. Sethiba-sefahleho se fokotsa marothodi a tswang ka nkong kapa ka lehanong ha re bua, re kgohlela kapa ho thimola.

Letona la tsa Bophelo, Dr Zweli Mkhize, o re batho bohle ba tshwanetse ho rwala dithiba-sefahleho tsa entsweng ka lesela ha ba le dibakeng tse nang le batho. Re tshwanetse ho itshwara jwaloka ha eka bohle re na le kokwanahloko ya CORONA, mme re rwale dithiba-sefahleho hang ha re etswa malapeng a rona.

HONA HO BOHLOKWAHLOKWA

Ha o hloke sethiba-sefahleho sa BONGAKA.

Basebeletsi ba tlhokomelo ya tsa maphelo ba itlhomme pele ka ho beha maphelo a bona kotsing ho re sireletsa. Ba hloka dithiba-sefahleho tse na. Ba bontshe hore o a ba tsotella. Bonyane iketsetse sethiba-sefahleho seo e leng sa hao.

HOPOLA!

Leha ekaba o rwetse sethiba-sefahleho, o se ke wa ba wa se thetsa kapa wa thetsa sefahleho sa hao. Ho boetse ho bohlokwa hore o hlape matsoho a hao kgafetsa mme o dule o sille sekgeo pakeng tsa batho ba haufinyana le wena.

Tsela e nepahetseng ya ho sebedisa sethiba-sefahleho



- Hlape matsoho a hao ka sesepa le metsi metsotswana e mashome a mabedi.
- Rwala sethiba-sefahleho o sebedisa direkere. O se thetse lesela la sethiba-sefahleho.
- Netefatsa hore sethiba-sefahleho se kwahela nko le molomo wa hao ka hohlehohle mme se o lekana le hona ho o dula hantle pele o etswa ka tlung.
- O se ke wa tshwara sethiba-sefahleho kapa wa se isa hodimo kapa tlase ha o bua, o kgohlela kapa o thimola.
- Ha o fihla lapeng, ntsha sethiba-sefahleho ka hloko, o sebedisa direkere. Leka ka hohlehohle ho se thetse karolo ya lesela ya sethiba-sefahleho.
- Hlape matsoho a hao ha o qeta ho rola sethiba-sefahleho.
- Hlatswa sethiba-sefahleho ka metsi a fofo a nang le sesepa, se fanyehe kantle ho se omisa letsatsing. O ntano se aena ka aene e tjhesang ha se omme.
- O se ke wa kadimana ka sethiba-sefahleho le mang kapa mang.

Mokgwa wa ho iketsetsa sethiba-sefahleho sa lesela seo e leng sa hao

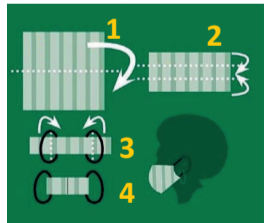
Ho na le mekgwa e mengata ya ho etsa dithiba-sefahleho e fumanehang ho marangrang empa sena sa lesela se etseha ha bonolo ebile ha se bitse ho hang hobane ha se rokwe. Etsa bonnete ba hore sethiba-sefahleho sa hao se na le karolo tse tharo tsa lesela.

Seo o tla se hlokanng

- Direkere tse Pedi
- Lesela la kothono le lohilweng ka ho teteana. O ka sebedisa tuku ya kgale, lakane, thaole ya matsoho kapa sekipa.
- Sekere ebang o tla hloka ho seha lesela.
- Iketsetse dithiba-sefahleho tse Pedi hore o tle o sebedise se seng, ebang se seng se hlatsuwe.

Melawana

Sekgetjhana sa lesela la hao se tshwanetse ho ba bophara bo lekaneng ho ka kwahela sefahleho sa hao mme se be bolelele bo lekaneng ho ka meneha hararo.



1. Mena sekgetjhana sa lesela la hao mahareng.
2. Menela karolo e ka hodimo ho ya mahareng a lesela. O ntano mena e ka tlase ho ya mahareng.
3. Kenya rekere ka nngwe mahlakoreng a mabedi a lesela le mennweng.
4. Menela mahlakore ana a mabedi ho ya mahareng a lesela mme o kenye karolo e nngwe ka ho e nngwe.

BOIKGETHELO: O ka beha sekgetjhana sa pampiri ya thaole kapa sefe ya kofi leseleng la hao pele ho mohato wa bobedi. Hona ho tla sebetsa jwaloka sefe. Mme ebe o lahla sefe ena nako e nngwe le e nngwe ha o qeta ho sebedisa sethiba-sefahleho.

Boha divideo ho o thusa:

1. <https://sacoronavirus.co.za/2020/04/11/video-how-to-make-your-own-cloth-mask/>
2. <https://youtu.be/tPx1yqvJgf4>