

O ka etsa jwang Ho tswelisa di teko tsa Coronavirus matsatsi ka matsatsi

Ho baneng re tshwanetse ho etsa di pheko kamehla?

Kokoana hloko ea Corona e tshwaetsa kapele matsatsing a pele – hona ho bolela hore le ha motho a sa bontse matsoao a ho kula a ka tshwaetsa BA bang. Ka lebaka leo, ho bohlokoa ho netefatsa hore batho le ha ba na le matsoao hanyenyane ba dule hae, baseke ba kopana le babaang.

Ho buang ho pheko ka mehla?

Pheko ea kamehla e bua hore o botsa diputso ho bana le ho basebetsi mooho ka bophelo, pele ba ka kena lenaneong la hao kamehla. Ha o sebetsa mananeo a fetang le le leng, o tlamehile ho etsa jwalo pele o qala seboka ka seng.



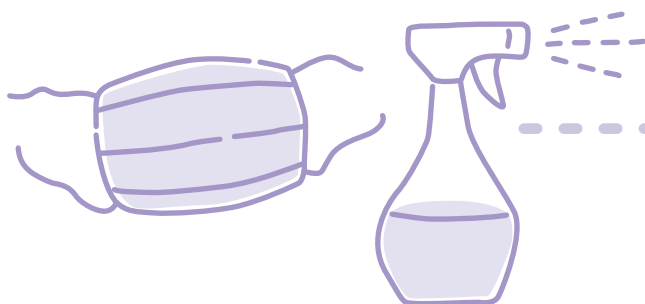
Hlopisa mokoloko oa hao

- Sheba sebaka se bolokehileng moo bana le batswadi ba ka etsang mokoloko kantle le ho emela nako ea pheko (netefatsa hore ha se moo tseleng ea makoloi).
- Beha ponahatso ho bontsa hore mokoloko o moo kae.
- Sebedisa di thupa, khoele, majoe kapa mengolo moo fatshe ho bontsa karohanyo (ho tshwanetse ho be le sebaka sa 1,5 metres ho arohanya. (Ho lekanang le mehato e mebedi e meholo).

Lokisa sebaka sa pheko

- Fumana sebaka pele ha monyako oa lenaneo la hao moo o ka etsang pheko letsatsi le leng le le leng. (Hopola o tshwanetse o be le phaphang ea 1,5 metres mahareng ha hao le batswadi ha o botsa o pheko.)
- Sebaka sa pheko se tshwanetse se be haufinyana le sa ho hlapa matsoho pele bana bakena lenaneong la hao.
- Ha o se na motho emong o moholo lenaneong la hao, etsa bonnete ba hore o hlokomela bana a ntse ba hlapa matsoho le ka nako eo ontse o tswela pele ho pheko ba bang.
- Ho hlopisa sebaka sa pheko maqalong a seboka ka seng, o tla hloka hore:
 - O apare sebatli
 - O lokise diputso tsa pheko
 - Lokisa themometre ea hao e sa atameleng (Ha e le teng)

Hopola hore ho pheko bana le basebetsi kamehla ho tla thusa ho thibela ho hasoa oa Coronavirus!



Mehato ea ho latelwa ka di phekolo tsa letsatsi le letsatsi

- 1 Kopa motswadi oa pele ho atamela le ngoana.
- 2 Botsa hore ngoana o thotse phekolo ho seng ho noo. (Ha karabo e le tjhe, kgothatsa motswadi hore a etse jwalo kamehla pele a tloha hae).
- 3 Ha o na le thermometer e sa atameleng, phekola motshiso oa ngoana.
- 4 Etsa phekolo ka diputso ho motswadi ka tsela ena: (Motswadi o tshwanetse a etse bonnete ba hore motho a tlisang ngoana ko lenaneong o tseba hohle ka ngoana.)

Botsa diputso tse latelang ho motswadi kapa mohlokomeli oa ngoana

- O nahana hore ngoana oa hao o na le motshiso kapa feberu?
- E kaba ngoana oa hao o oa khohlola?
- E kaba ngoana oa hao ha a so be le tletlebo ka bohloko ba metso?
- Ngoana oa hao ha a soka a bontsa ho felloa ke mooea kapa a ba le bothatha ba ho hema?
- E kaba ngoana oa hao o bontsa hore ha a na tatso kapa bokgoni ba ho latswa dintho kapa dijo?
- E kaba lapeng la hao ho na le mong ea nang matsoao a tsena?
- E kaba ngoana oa hao kapa e mong o atametseng ho lona o bile le ho soloa kapa ho netefatsoa ka Coronavirus?

- 5 Ha ngoana a bontsa motsheso o fetang **38°C** kapa motswadi o arabile ka '**Eea**' ho engoe ea diputso:
 - Kopa motswadi a tsamae le ngoana hae
 - Eletsa batswadi hore lelapa kaofela le tshwanetse ho dula hae.
 - Kopa batswadi hore batshakele kliniking kapa baikopanye le ba mokhatlo wa tshohanyetso ho 0800 029 999.
 - Bolella batswadi hore ngoana oa bona a seke a khutla lenaneong ntle le ho hlaisa lengolo la ngaka le mo beang bophelong bo hantle, bo senang Coronavirus.
- 6 Ha ngoana a bontsa motsheso o ka tlase ho **38°C** le motswadi a arabile ka '**Tjhee**' ho diputso kaofela:
 - Kopa ngoana ho ea hlapa matsoho le ho sanitizer matsoho (bana ba ba nyenyane haholo ba ka hloka thuso ka seo).
 - Bollella ngoana hore a eme thoko (etsa bonnete ba hore o kgona ho ba sheba kapa o fumane e mong oa basebetsi ho hlokomela ha ontse o etsa phekolo).

Motho o nang le feberu kapa motsheso o phahameng o otlwahala a bata kapa a tshesa ha o motshwara. Nako e ngoe ba ka tletleba ka mmele o bohloko, ba thuthumela kapa ba fufuleloa.