

- ✓ Kholo ea 'mele- bua ka liphetohe tse bang teng 'meleng ha motho a kena bocheng le liqholotso tse hlahisoang ke kholo e joalo. Buisana le bona ka hore na ba ka sebetsana joang le liqholotso tse tlišoang ke liphetohe tsena tsa 'mele le hore na ke lintho li fe tse leng molemong oa bona kholong eo. Sesotho se re "mara ha a sena lihloela a oela". Bana ba hlalelletsoeng ka tsebo ka liphetohe tse bang teng 'meleng le hore na li ka ama botšoarobona joang, ba na le bokhoni ba hore ba laole liqholotso tse tlang le liphetohe tseo tsa 'mele.
- ✓ Boitšoarobona ka tlišang bophelo bo botle- Bua ka hore na motho o fumana HIV le mafu a mang a likobo joang 'moho le bokhachane bo sa roang le hore na ba ka li thibela joang. U ka ea le bona setsing sa bophelo ho ea fumana tsebo ho tsoa ho basebeletsi ba tsa bophelo.

- ✓ Mo khotatse, 'me u 'motse hore na e be ho na le se seng seo a ka ratang ho se tseba.
- ✓ Ha a u botsitse potso araba tseo u li tsebang 'me u fumane ho eena hore na u arabile lipotso tsa hae ka mokhoa o khotsofatsang
- ✓ Se ke ua tšaba ho 'molella ha u sa tsebe karabo ea tse ling tsa lipotso tsa hae 'me u etse se matleng a hau ho fumana likarabo ho litsebi tse kang basebeletsi ba tsa bophelo le matichere.
- ✓ Ka ho tšehetsa thuto ea kholo ea bacha le thari le litšebeliso tse amohelang tsa bophelo bo botle ba thari ho ka etsa hore bana ba hau ba bolokehe tšoaetsong ea mafu a likobo le ho kena bokhachaneng bo sa roang ba le lilemong tse tšase.

MEKHOA EA HO BUA KA LITABA TSA THOBALANO LE BOPHELO BA THARI

- ✓ Ke ntho e tlaelehileng hore batsoali ba ikutloe ba le lesisitheho ha ba lokela ho bua le bana ka litaba tsa thobalano. Mohlomong u ka qala pele ka ho ananela hore u na le boikutlo bo joalo ka hore ho ngoana, "Taba ena ea ho bua le uena ka litaba tsena ha e bonolo ho hang empa ka lebaka la hobane ke u rata ke bile ke u tsotella haholo, re lokela ho bua ka tsona.
- ✓ Nakong eo le ntseng le buisana le ngoana, hopola hore ho bohlokoa haholo ho mamela seo ngoana a se buang. Ho mo mamela ho mo bontša hore u na le thahasello ho seo a se buang 'me u mo thusa hore a u lokolohe ho u bulela sefuba sa hae.
- ✓ U ka qala ka ho 'motsa hore na u kile a utloa eng ka ntho e fe kapa e fe eo u ratang ho bua ka eona kapa ho 'motsa hore na u nahana joang ka ntho eo kapa u mo kope hore a u joetse hore na u tseba eng ka ntho e itseng eo u ba tlang ho bua le eena ka eona.
- ✓ U ka mo bolella tsa kholo ea hau le lintho tse neng li u tšoenya ha u ne u lekana le eena.

Batsoali tšoarang thipa ka bohalleng!



SFAIDS Regional Office, Zimbabwe:

17 Beveridge Road, Avondale,
P.O. Box A509, Avondale, Harare, Zimbabwe
Tel: +263 4 336 193/4, Fax: +263 4 336 195

Website: www.saf aids.net



United Nations
Educational, Scientific and
Cultural Organization

Ho bua le Ngoana oa Hau ka Litaba tsa Bophelo bo Botle ba Thari



Ho hola ha bacha ho bonahala ka ho fetoha ho bang teng 'meleng, boitšoarong le maikutlong a bona. Bacha ba hloka ho fuoa tsebo mabapi le liphetohe tsena e le hore ba tle ba tsebe ho etsa liqeto tse nepahetseng mabapi le bophelo ba bona ba thari.

Batsoali le bahlokomeli ba lokela ho fumana mekhoea ea ho buisana le bana ba bona ka litaba tsena.

Thuto holim'a litaba tsa kholo ea bacha ke moo bacha ba fuoang litaba tse amanang le kholo ea bona le litaba tsa bophelo bo botle ba thari ka mokhoa o amohelang sechabeng ho ipapisitsoe le lilemo tseo ba leng ho tsona. E kenyeletsa lintlha tse kang likamano tsa banana le bashanyana, meetlo, litokelo tsa mantlah tsa botho, ho hola ha 'mele, botšoarobona amanang le thobalano le thari, le bophelo bo botle ba thari.

HOBAN'ENG U LOKELA HO BUA LE BANA BA HAU?

Ho bonahala tšoaetso ea kokoana-hloko ea HIV e ntse e eketseha bacheng 'me e ama haholo bana ba banana. Lipalo tsa bokhachane bo sa reroang baneng ba banana ba lilemong tse tlase le bona bo bonahala bo eketseha 'me bo ama menyetla ea bana ea ho ithuta le bophelo ba bona kaha boholo ba e-shoa ka nako ea pelehi. Sena se supa hore bana ba banana ba lokela ho tšehetsoa hore ba sireletsehe khahlanong le HIV le bokhachane bo sa reroang.

Ke bacha ba fokolang ba bonahalang ba e-na le tsebo e phethehileng ka litaba tsa thibelo ea HIV. Taba ena ea ho hloka tsebo e na le seabo keketsehong ea bokhachane bo sa reroang, tlheketsetso ka motabo le tšoaetso ea HIV le mafu a mang a likobo.

U KA THUSA! Batsoali le bahlokomeli ba ka tsebang ho bua le bana ba bona ka litaba tsena ba ka fetoha thuso e kholo!

Ha batsoali ba nka karolo ho bona hore bana ba bona ba fumana tsebo e nepahetseng ka litaba tsa kholo ea bocha le thari, bana ba tla fumana monyetla oa ho utloa litaba tse nepahetseng, ka nako e nepahetseng ka tsela e nepahetseng nakong ea ho hola ha bona.

Melemo ea ho bua le bana le bacha ka litaba tsa kholo ea bona le thari e thusa hore:

- ✓ Ba liehe ho kena liketsong tsa thobalano.
- ✓ Ba sebelise boitšireletso khahlanong le bokhachane le tšoaetso ea mafu a likobo haeba ba se ntse ba kene liketsong tsa thobalano.



- ✓ Ba fokotse balekane ba bangata le ho fokotsa liketso tsa thobalano haeba e le batho ba seng ba ntse ba etsa thobalano.

U BUA NENG?

U ka qala ho bua le ngoana litaba tse lokelang lilemo tsa hae ho tloha lilemong tse tlase!

U ka qala ka ho ba bolella ka likarolo tsa 'mele ea bona le ho ba ruta hore na ke likarolo li feng tsa 'mele oa bona tse sa lokelang ho tšoaroa-tšoaroa ke batho ba bang.

Ho bua le bana ka litaba tsa thobalano le bophelo bo botle ba thari ha e ea lokela hore e be ntho e etsoang e le ngope-ea-se-tšoha empa e be karolo ea puisano ea hau le bana e tsoellang pele.

HO QALA PUISANO LE NGOANA OA HAU

Haeba ho na le basebeletsi ba tsa bophelo bo botle motseng oa haeno kapa haufi le ha hau, u ka ba tamela 'me ba u hlahllela hore na u ka atamela taba ena joang.

A mang a malebela a u ka a sebelisang ho bua le bana ke ana:

- ✓ U ka qala puisano le ngoana ka ho sebelisa monyetla oa haeba le shebelletse thefishene 'moho joale e ba ho na le se hlang se amanang le litaba tsa thobalano. Menyetla e tjena e mengata haholo mananeong a thefishene.
- ✓ U ka bala le eena se ngotsoeng koranteng se amanang le bokhachane bo sa reroang, HIV kapa mafu a likobo.

- ✓ Sebelisa monyetla oa sebaka se khutsitseng se khethehileng lapeng kapa ha le khatholohile 'me le etsa ho hong hoo le ho ratang 'moho joaloka ho pheha kapa ho papala papali hammoho ho bua le ngoana oa hau ka litaba tsena.
- ✓ Ho sebelisa menyetla e kang ena ho etsa hore puisano ea lona ka litaba tse amanang le thobalano le bophelo ba thari e be bonolo.
- ✓ U ka boela ua qala moqoqo o amanang le litaba tsena ka ho qoqela ngoana oa hau ka bongoana ba hau le lintho tse ileng tsa etsahala ho uena kapa ho batho ba bang ba motse nakong eo ea ho hola ha hau.

KE LINTLHA LI FE TSEO KE LOKELANG HO BUA KA TSONA?

U ka bua ka lintlha tse latelang:

- ✓ Likamano- bua ka ho theha setsoalle le mefuta ea setsoalle, lerato le likamano tsa lerato le boitšoarobotle mabapi le litaba tsa thobalano.
- ✓ Lintho tseo e leng tsa bohlokoa bophelong, ho etsa liqeto le puisano- Bollela bana hore na ke lintho life tse leng bohlokoa ho uena le hore na hoban'eng ho leng joalo. Ba qholotse hore le bona ba be le lintho tse leng bohlokoa bophelong ba bona tse tlang ho ba tataisa ho nka liqeto tse molemong oa bona bophelong.

