



Nhlayiso hi nkarhi wa CORONA

Swilahlo: Switsundzuxo eka Minyangu

NDLELA YO LANGUTANA NA RIFU EKAYA

Ntungu wa Covid-19 wu cince ndlela ya vutomi bya hina, ku katsa na ndlela leyi hi kombisaka hi yona mahlomulo ya hina, ku xixima lava loveke na ku lahla varhandziwa va hina. Ku na milawu ya mafambiselo ya xipecele leyi hi faneleke ku yi landzelela loko munhu a lova ekaya hikokwalaho ka vhayirasi, hikokwalaho tsundzukani no lemuka leswi:

- Hambu loko va lovile, varhandziwa va hina va nga ha tlurisela vuvabyi. Mi nga va khumbi, Pfalani kamara laha munhu a nga lova kona ku fikela mi kuma ku pfuniwa.
- Vitanani va Mpfuneto wa xihatla ku nga Emergency Medical Services, leswo va ta tiyisa leswo munhu u lovile na ku pfuneta.
- Loko rifu se ri tiyisiwile, khumbanani na va undertaker va swilahlo ku ta susa miri wa mufi. Mi ta fanela ku tivisa undertaker leswo munhu wa n'wina a a ri na Covid-19, leswo va ta tiyisa ku hlayiseka ka vanhu hinkwavo.
- Hlantswani maxuka na malakani ya mubede na swambalo swa munhu loyi a loveke hi mati yo hisa swinene, na ku sulasula hinkwako lomu ku khomekaka, na swilo hinkwaswo swa mufi hi sanitiser, blichi na xidlayaswitsongatsongwana.
- Tsundzukani ku ambala tiglavu na timaski loko mi ri karhi mi endla leswi, na swona mi hlamba swandla kanyinginyingi eka ntirho lowu hinkwavo.

"Swo antswa ngopfu, i ku teka rifu rin'wana na rin'wana tanihi rifu ra Covid-19."

- Bixopo Malusi Mpumlwana

- Wena na swirho swin'wana swa ndyangu swi nga endleka mi ngheniwile hi vhayirasi, hikokwalaho, vayeni a va pfumeleriwangi ku ta nkarhi lowu.
- Loko mi fanele ku hlangana hi ku vonana, endlani leswi ehandle mi tisirhelele hi swilo swo sirhelela na swona mi yimelana kule mi nga tshwinelelani. Mi nga phameli swakudya hikuva leswi swi nga nghenisa van'wana ekhombiyeni.
- Mi nga susi timask loko mi vulavula na vanhu van'wana.



"I ro sungula, hi hlayiseke hi ku yimelana ekule hi nga tshwinelelani.

Hinkwerhu hi ta lova hi nkarhi wa Covid-19."

- loyi a fambeleke xilahlo

KU LULAMISELA NTIRHO WA XILAHLO

Ku lahlekeriwa hi murhandziwa wa n'wina swa vava swinene, kambe hi nkarhi wa Covid-19, ku vava loku ku tlula na mpimo.

Vhayirasi ya khorona yi hangalaka hi ku olova yi suka eka munhu yi nghena eka munhu wun'wana. Hikokwalaho, ku tisirhelela na ku sirhelela van'wana, hi nga ka hi nga swikoti ku hlengoletana hi mintlawu leyikulu. Leswi swi katsa swilahlo. Milawu ya mafambiselo ya swilahlo ya mfumo, a yi endleriwangi ku komba ku ka ku nga xiximiwi ka mitolovelo ya swilahlo. Milawu ya mafambiselo ya mfumo, yi endleriwe ku sirhelela wena na vanhu van'wana, na ku sivela vhayirasi ku hangalaka.

- Mi ta fanele ku langa mukondleteri wa xilahlo loyi a nga ta rhangela emahlweni na ku langutana na mitirho ya ku sayinetela maphepha na swa milawu leswi faneleke ku endlia. Munhu loyi hi yena loyi a nga ta va na vutihlamuleri eka ku landzelela milawu ya mafambiselo hinkwayo. Murhangeri wa kereke u ta mi letela no mi tsundzuxa.
- Loko mi lulamisela ntirho wa xilahlo, hlanganani ehandle na swona mi ambale timaski. A ku na swakudya leswi swi faneleke ku nyiketwa hikuva loko hi dya hi fanele ku susa timaski.
- Kombelani vanhu leswo va nga mi endzeli. Ku ri na sweswo, mi nga khumbana hi ndlela ya dijitali.
- Milawu ya mafambiselo yi pfumelela ntsena vanhu va 100 eka swilahlo na swona vanhu lava va fanele ku yimela ekule na kule va nga tshwinelelani ku endlela ku sivela ku hangalaka ka vhayirasi.
- Langani ndhawu ya ntrho wa xilahlo ku va ndhawu ya mafasitera na minyangwa leyi mi nga kotaka ku yi tshika yi pfuriwile leswo ku nghena moya, no lulamisela leswo ku va na swisibi na ti-sanitiser ku hlayisa tindhawu na mavoko swi basile.
- Loko swi koteka, rhekhodani vhidyo na ku endla stream xa dijitali xa ntirho wa xilahlo ku endlela lava va nga kotiku ku fambela xilahlo ku vona.
- Tsundzukani leswo ntirho wa xilahlo wu fanele ku koma swinene. Tiyisani leswo ma switiva leswo i mani loyi a nga ta vulavula, na ku burisana hi swona tanihi ndyangu leswo mi pfumelelana hi mafambiselo ya ntirho wa xilahlo.
- Ku vona na ku khumba munhu loyi a loveke a swi pfumeleriwangi, hikokwalaho, ntirho wa xilahlo wu fanele ku endlia miri wa munhu loyi a nga lova wu nga ri kona.
- Ku na mintlawu ya vanhu lava va nga le ka ngozi swinene, na swona i mhaka yo lulama swinene leswo vanhu votano va nga ti eka xilahlo. Lava i vanhu lava va nga na malembe lama nga le henhla ka 60, vanhu lava va nga na mavabyi yo tshama ya ri kona emirini yo fana na blood pressure, vuvabyi bya chukela ku nga diabetes na vuvabyi bya rifuva ku nga tuberculosis.



"Hikuva Xikwembu xi lava leswo n'wina na mina hi tirhisana leswo hi ponisa vanyingi."

- Bixopo Malusi Mpumlwana

HI NKARHI WA XILAHLO

"Mpundzu wa namuntlha, ndzi ye eka xilahlo xo sungula hi mpfuka ku va na #Covid-19. Leswi ndzi nga swi vulaka hi leswo hi hanya eka mikarhi yo hambana, na swona swa antswa hi hatla hi twisisa leswi, no swi amukela. Xikwembu xi mi katekisa."

- munhu loyi a a ri eka xilahlo

Hi leti tindlela ta ku endla leswo mihlayisana loko mi ri eka xilahlo:

- ♥ Mask ya wena i nchumu wo sungula ku ku sirhelela. Ambala yona nkarhi hinkwawo loko mi ri na vanhu van'wana, na swona mi va na leswi mi nga swi hlayisa loko swi tshuka swi laveka eka van'wana!
- ♥ Yimelani ekule mi nga tshwinelelani, hambu loko swi tikomba leswo a swi ta antswa ku angarhela munhu. Rihanyu lerinene ri tisa nhlayiseko eka nkarhi wo leha.
- ♥ Papalatani ku va eka ndhawu yitsongo nkarhi wo leha, na swona mi nghena endzeni ntsena loko ku ri na xilaveko lexikulu.
- ♥ Mi nga qhawulani kumbe ku khomana hi mavoko. Swa antswa ku kombisa ku amukela no khensa hi ku pfumela hi nhloko kumbe ku khensa hi marito.
- ♥ Basisani swandla na ku tirhisa sanitiser mikarhi hinkwayo.
- ♥ Tshamani mi pfule mavanti ku hunguta leswo mavoko ma nga khomakhomani na swikhomo swa mavanti.
- ♥ Ku ri na ku khumba bokisi ra mufi, swa antswa ku siya swiluva loko mi suka kumbe ku vula marito emasirheni.

Loko u nga koti ku ta hi wexe eka xilahlo, u nga ha khoma xiavo eka ntirho u ri ekaya:

- Lumeka khandlela.
- Khongela.
- Tshama eka ndhawu ya khwatsi u ehleketa hi mianakanyo ya wena leswi u ti twisaka xiswona.
- U nga ka u nga tsutsumisi gome na xirilo leswo swi hundza hi xihatla, tinyike nkarhi wo leha ku endla leswi.

LELA MUNHU LOYI A LOVEKA HI NDLELA YA WENA. MIKHONGOTELO YA WENA I YA NKOKA, KASI NA MUNHU LOYI A LOVEKE I WA NKOKA.

ENDZHAKU KA XILAHLO

Endzhaku ka xilahlo, ku nga va nkarhi wo tika swinene eka n'wina ku landzela milawu ya mafambiselo Kambe loko vanhu hinkwavo va tirhisana ku landzelela switsundzuxo leswi, hi nga tiyisa leswo hinkwerhu hi hlayisekile.

"A swi kombi ku kala malwandla. Kambe swi ma kongomana na ku ponisa vutomi bya vanhu."

- Bixopo Malusi Mpumlwana

- Ku hlangana ka vanhu endzhaku ka ntirho wa swilahlo a ku pfumeleriwangi.
- Swakudya, tiyi na swinwo a swi pfumeleriwangi.
- Hikuva ku hlangana ka vanhu a swi pfumeleriwangi endzhaku ka ntirho wa xilahlo, ehleketani hi tindlela tin'wana, to fana na ku endla mulindelo hi ndlela ya dijitali, kumbe ku rhumela mahungu yo chavelela.
- Kombisani ku khensa ka n'wina hi marito, na swona mi papalata ku angarhana na ku qhavulana hi mavoko.
- Loko ndyangu wa n'wina wu fanele ku hlangana endzhaku ka ntirho wa xilahlo, yimani kule na kule mi nga tshwinelelani, mi ambala timaski na swona mi hlangana ehandle.
- Eka lava va lavaka byetlelo, va nga ya ehotela kumbe eka bed and breakfast. Mi endla leswo varhandziwa va n'wina va hlayiseka hi ku yimela ekule mi nga tshwinelelani.
- Loko u kumeka u ri na vhayirasi eka masiku ya 14 endzhaku ka xilahlo, xo antswa ku xi endla swa vutihlamuleri lebyinene na ku va na musa, i ku tivisa murhangeri wa kereke kumbe mukondleteri wa xilahlo hi xihatla.