



Tlhokomelo nakong ya CORONA

Tlhokomelo kwa gae

O KA DIRA ENG FA O NNA LE MOTHO YO O NANG LE COVID-19?

1. Nna kwa gae



- Nna kwa gae malatsi a le 14 morago ga motho yo o mo ntlong a sena go lwala.
** Motho yo o nang le mogare o tlaa tlhoka go nna esi malatsi a le 10 go tswa ka nako e a simolotseng go lwala ka yona.*
- Kopa ditsala le baagisani ba lona go lo tlisetsa dikerosari le melemo fa lebating.
Fa go sa kgonege, ke gone o ka nnang wa tswa mo gae go ya go reka dilo tse di bothokwa fela.
- Fa o tshwanetse go tswa, leka gore o se ka wa dirisa dipalangwa tsa setšhaba.
- O se ka wa nna le baeng bape.

2. Nna o le sekgala mo go ba bangwe



- Tila go amana le motho yo o lwalang ka mo go ka kgonegang ka teng.
- Aparara maseke ka gale fa o le mo phaposing e le nngwe le motho yoo.
- Nna o katogile ka sekgala sa bonnye jwa metara e le nngwe kgotsa go feta ka dinako tsotlhe.
- Leka gore o se tlhakanele dilo tse di jaaka dijana dintsho, ditoulo le dialo (dikobo).

3. Tlhapa! Tlhapa! Tlhapa!



- Tlhapa diatla tsa gago kgabetsakgabetsa ka sesepa le metsi ka bonnye jwa metsotswana e le 20 kgotsa go feta. Kgotsa phepafatsa diatla tsa gago ka sebolayamegare sa diatla se se nang le alekhoholo e e 60%.
- O se ka wa kgoma nko ya gago kgotsa molomo ka diatla tse di sa tlhapiwang.
- Gotlholela kgotsa ethimolela mo teng ga thišu kgotsa mo sekgonong sa gago. Latlhela thišu mo teng ga seolelatlakala se se tswetsweng.