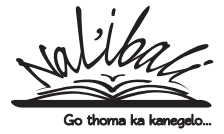


# Tšhatha ya Litheresi ya Bana



Litheresi ke mothopo wa thuto gape ke lebatlaba bophelo bjo bobotse bja ka moso lefaseng la sebjalebja. Tšhatha ye e laletša batho ba bagolo Afrika Borwa ka bophara go netefatša gore maemo a go thekga katlego ya bana ge ba ithuta litheresi, a abelwa bana ka moka gore ba be le maeto a go ithuta a go putsa motho le a litheresi ya thuto ya go atlega.

**1 Go balela boipshino:** Bana ka moka ba swanetše go itomogela go hlohlomiša go bala le go ngwala ka dipolelo tša bona le tša tlaletšo go tloga bonnyaneng le go ya pele gore ba kwe bose ba be ba kgotsofale.



**2 Dikanegelo:** Bana ka moka ba swanetše go ba le menyetla ya ka mehla ya go theeletša, go bala le go bolela ka dikanegelo tša Afrika Borwa, Afrika le go dikologa lefase.

**3 Go utulla lefase:** Bana ka moka ba swanetše go ba le menyetla ya tšatši ka tšatši ya go diriša go bala le go ngwala go ba thuša go hlohlomiša bophelo go tšwa dikgopolong le ponegong ya makgonthe bobedi. Menyetla ye e ba thuša go ithuta ka ga bona beng le ka ga batho ba bangwe mola ebile ba hlohlomiša lefelo la bona la go fetoga lefaseng le ka fao ba ka tšeago karolo go lona.

**4 Tutuetšo:** Bana ba mengwaga ya go fapanafapana ba nyaka batho ba go ba balela ka ditsela tše e lego gore di tla ba tutuetša go ipalela. Maloko a lapa ka gae, barutiši ka diphapošing tša borutelo le bašomi ba makgobapuku a selegae le a sekolo, ba swanetše go balela bana ba hlaboša lentšu ka mehla.

**5 Batho ba go ba mehlala ya botse:** Batho ba bagolo ba swanetše go bala le go ngwala gore e be bona mehlala mo baneng. Bana ba swanetše go bona batho ba bagolo kua gae, sekolong, le ditšhabeng tša bona ba diriša go ngwala le go bala go dira dilu, go ithuta le go ithabiša.

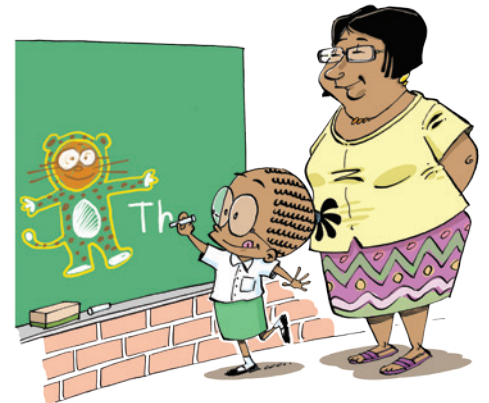
**6 Go ithuta go bala le go ngwala:** Bana ka moka dikolong ba na le tokelo ya go rutwa go bala le go ngwala, ba rutwa ke barutiši ba go ba le bokgoni le tutuetšo, bao ba boelago le bona ka polelo/dipolelo tšeo ba di kwešišago, ba be ba ba hlohlomišetše go dikanegelo tša botse le dingwalo tša go kgahliša bjalo ka karolo ya go ruta.

**7 Nako le lefelo:** Bana ba swanetše go fiwa nako ye e lekanego yeo ka yona ba ka kgonago go ikhutiša le go bala. Gape ba hloka mafelo a go se be le lešata gore ba kgone go dira se.

**8 Go fihlelela didirišwa:** Bana ba swanetše go hwetša mehuta ya didirišwa tša go bala le go ngwala gabonolo tikologong ya bona. Ba swanetše go fihlelela kgetho ye kgolo ya dikanegelo – le dipuku tše dingwe, e ka ba tša go ba le beng, tša go adingwa dikolong le makgobapukung a setšhaba a go ba kgauswi le fao ba dulago. Gape ba swanetše go dikologwa ke kgatišo ya tikologo ka dipolelo tšeo ba di tsebago ebile ba di kwešiša.

**9 Dipuku tša go tutuetša:** Bana ba na le tokelo ya go fihlelela dipuku tša boleng bjo bo botse tša mongwalo wa boleng bja godimo le diswantšho, methaladi ya kanegelo ya go thabiša le tshedimošo ya go dira gore motho a tšeye karolo. Dipuku tša boleng bja godimo di ka kgona go "fetola" bana gore go bala e be setlwaedi go bona.

**10 Kgetho:** Ka nako ye nngwe bana ba swanetše go fiwa menyetla ya go kgetha se ba ratago go se bala gomme ka nako ye nngwe ba hlahliwe ke batswadi. Go ikgethela go thuša bana gore e be babadi ba go butšwa ka ge go ba dumelela go hlama selekanyi go mehuta ya dipuku yeo e ba kgahlago.



**11 Tlholetšo:** Maiteko a bana a go bala le go ngwala a swanetše go ketekwa ke batho ba bagolo bao ba phelago le bona gomme ba hlohloletšwe go tšwela pele go godiša tirišo ya polelo ya go ngwalwa le ya go bolelwa. Leetong la bona la go ithuta go bala le go ngwala, ka nako ye nngwe bana ba ka dira dipošo gomme ka nako ye nngwe ba ka laetša bokgoni. Se, ga mmogo le tlholetšo, ke tselo yeo ka moka re ithutago ka yona.

