

Vuk'uzenzele

O e tlisetswa ke Dikgokahano tsa Mmuso (GCIS) English\ Sesotho Tshitwe 2022

Na PrEP e ka thibela HIV



Allison Cooper

Jwalo ka ha Afrika Borwa e Keteka Letsatsi la Matjhaba la Eitsi ka la 1 Tshitwe le Matsatsi a 16 a Twantsho ya Tlhekefetso ya Basadi (GBVF) ho tloha ka la 25 Pudungwana ho isa ka la 10 Tshitwe, Vuk'uzenzele e lekola dikamano pakeng tsa GBV le HIV / AIDS. Letlole la Twantsho ya Tlhekefetso ya Basadi le Dipolao tsa bona le netefatsa hore le fedisa ditlhekefetso le dipolao tsa basadi, bana le batho ba ratanang le ba bonng bo tshwanang le ba bona, ba fetolang bonng le ba nang le maikutlo a fetofetohang a bonng le ba bang

(LGBTQIA+). Letlole lena le ne le thehwe ke Mopresidente Cyril Ramaphosa ka Hlakola 2021, ka maikemisetsa a ho kenya tshehetsong Leano la Naha la ho Lwantsa GBVF. Ka ho ya ka websaete ya letlole lena, letlole lena le thusa haholo ho tliseng diphetoho ka lebaka la dipatlisiso, ditlhokomedisa le tshehetso ya lona ho mekgatlo e lwantshanang le GBVF. O mong wa mekgatlo e fumaneng tshehetso letloleng lena ke wa Gugu Dlamini wa KwaZulu-Natal o fumaneng R250 000 ho tswa Letloleng la Twantsho ya GBVF selemong sa 2022. Molaodi e moholo wa mokgatlo ona wa Gugu Dlamini Foundation, Mandisa

Mabaso, ke yena ya neng a o thehe ka 2010 ka mora hore mmae – mofu Gugu Dlamini – a ne a bolawe ka sehloho ka ho pitlwa ka majwe ka 1998 mane Thekong ka mora ho bolela hore o na le HIV. “Mokgatlo o ikemiseditse ho thusa masepala ho lwantshana le GBVF e leng se hlokaahalang ho lwan-tshana le sewa sa HIV Afrika Borwa,” ho rialo Mabaso. “Mokgatlo ona o boetse o ikemiseditse ho fokotsa ditshwaetso tsa HIV / AIDS, ho thusa ho bebofatsa ditsela tsa ho fumana thuso ya tsa bophelo bo botle le ho thusa banna le basadi ba phelang le ba anngweng ke HIV / AIDS,” ke yena hape. Tshehetso ena ya tjelele e thusitse hore re thuse banana le basadi ba 522 255 banna le bashemane ba 900 ba tswang malapeng a anngweng ke GBV mmoho le merusu ya ka lapeng le ditlhekefetso tsa batho ba sa itekanelang le ba LGBTQIA+ ho rialo Mabaso. Ka ho ya ka UNAIDS, basadi ba bangata bao e bang mahlatsipa a GBV, ba ba le menyetla ya persente tse 50

tsa hore ba ka ba le HIV. A mang a mabaka ke peto le banna ba sa batleng ho sebedisa dikgohlopo. **PrEP ke eng?** E nngwe ya ditsela tsa ho thibela ho tshwaetseha ke HIV ke ya ho nwa moriana o bitswang *Pre-Exposure Prophylaxis* (PrEP), o nowang kamehla ke motho ya se nang HIV, empa ya kotsing ya ho tshwaetseha ka thobalano kapa ka ho sebedisa ente. Ka Phato, Letona Joe Phaahla o boletse hore Afrika Borwa e na le palo e hodimo ya batho ba sebedisang PrEP dinaheng tsena tse haufi le lehwatata la Sahara. O boletse hore ditsi tsa bophelo bo botle tsa Afrika Borwa tse etsang persente tse 70 kapa re re tse 2 419 di se di sebedisa PrEP. “Motho ya sebedisang PrEP ha a ya tlameha ho e sebedisa bophelo bohle ba hae, o na le boikgethelo ba ho e sebedisa ha motho a bona hore o kotsing ya ho tshwaetswa ke HIV. Leha ho le jwalo, hore PrEP e sebetse hantle, e tlameha ho nowa kamehla [nakong eo],” ho bolela

Mabaso. E tlameha ho sebediswa le mekgwa e meng ya tshireletso e kang kgohlopo ya basadi kapa ya banna hobane PrEP ha e o sireletse kgahlano le mahloko a mang a tsa thobalano, hape ha e thibele pelehi. Mabaso o re PrEP e ka thusa nakong eo baratani ba batlang ho ba le ngwana hore molekane ya se nang HIV a se tshwaetseha ha mmoho le lese la bona. Ho sa le jwalo, mathwasong a selemo sena, Mokgatlo wa Afrika Borwa o Laolang Meriana o tjaetse monwana tshebediso ya sesebediswa se bitswang vaginal ring jwalo ka PrEP. Sesebediswa sena se na le moriana o lwantshang HIV o bitswang *dapivirine* mme se tlameha ho tjhentjha jwalo ka kgwedi. Ho feta moo, ho na le mofuta o motjha wa PrEP – eo e leng ente mme yona e dula nako e ka etsang dikgwedi tse pedi mading – mme le yona e emetse ho

E tswella pele leqepheng la 2



Monate Coffee creates future entrepreneurs

Page 5



Teens determined to promote menstruation dignity

Page 11

Ho bala Vuk'uzenzele fumana epe ya GOVAPP ho:

Batla SA Government ho Google playstore kapa ho appstore

IKOPANYE LE

Diwebosaete: www.gcis.gov.za Imeile: vukuzenzele@gcis.gov.za

www.vukuzenzele.gov.za Mohala: (+27) 12 473 0103

Tshedimosetso House:
1035 cnr Francis Baard and Festival streets, Hatfield, Pretoria, 0083

Vuk'uzenzele

@VukuzenzeleNews

E tswella pele ho tswa ho leqephe la 1

tjhaelwa monwana. Ha e se e tjhaetswe monwana, batho jwale ba ke ke ba sa tlameha ho nna ba nwa dipidisi kamehla.

Thobalano e bolokehileng

Mokgatlo ona o ikemise-

ditse ho fokotsa ditshwaetso tsa HIV ka ho kgothaletsa batho ho etsa thobalano e bolokehileng esitana le ho sebedisa dikgohlopo.

“Re ipiletsa ho bana le batjha hore ba se phakise ho kena ho tsa thobalano ho fihlela ba kgona ho etsa diqeto tse nepahetseng,” ho rialo Mabaso.

“Re boetse re kgothaletsa

le thobalano e bolokehileng ka ho kgothaletsa tshebe-diso ya kgohlopo le ho ba le molekane a le mong.

Tshebediso ya dithethefatsi – haholoholo tsa ente – ha e kgothaletse hobane e atisa menyetla ya ho tshwaetswa ke HIV,” ke yena hape.

Mokgatlo ona o boetse o thusa ba phelang le ba anngweng ke HIV le GBV

ho tseba ditokelo tsa bona le ho fumana dithuso tsa toka le tsa molao mabapi

le kgatekelo ya ditokelo tsa bona tsa botho. **U**

Bakeng sa lesedi le eketsehileng le thuso ho tswa ho Gugu Dlamini Foundation, etela www.gugudlaminifoundation.org. Bakeng la lesedi le eketsehileng ka PrEP, etela sithi sa tsa bophelo bo botle se haufi le wena.

Seo batswetse ba phelang le HIV ba tlamehang ho se tseba



tshe wa letswale.

Nnete le leshano ka ho nyantsha

Ho na le ditaba tseo e seng nnete tse bolelwang ka ho nyantsha, lefapha le rata ho hlakisa seo e seng nnete ka ho araba dipotso tse atisang ho botswa ke batswetse ba phelang le HIV le ba se nang yona.

Potso: Moahisane o itse ke reke moriana ho hlwekisa lesea ka maleng. Na sena se bohlokwa?

Karabo: Lebesa la pele le tswang ho motswetse ka mora ho beleha, le kgona ho hlwekisa lesea ka maleng.

Ka lebaka leo, ha o hloke moriana o mong ntle le lebesa leo la letswale, le boelang le sireletse mpa ho dikokwanahloko.

Potso: Matsatsing a mmalwa a pele, haeba ke se na lebesa le lekaneng, na nka fa lesea metsi kapa mofuta o mong wa lebesa?

Karabo: Lebesenyana leo la pele, ke lona feela leo lesea le le hlokaneng. O tlameha ho le nyantsha kgafetsa hore lebesa le kgone ho eketseha – ke yona tsela ya ho eketsa lebesa. Kopa moepisi ho o neha lesea la hao halofong ya hora le hlahile hore o kgone ho le beha sefubeng.

Lesea le tla potlaka ho ithuta ho nyanya mme seo se tla atisa le lebesa.

Potso: Ke nyantsha lesea la ka, empa ha le kgore. Na ke le kgorisetse ka la botlolo?

Karabo: Tjhe, o tla ba le lebesa le le ngata ka ho nyantsha lesea kgafetsa.

Dumella lesea ho nyanya ho fihlela le kgore, le fumana lebesa kaofela. Ho nyantsha lesea kgafetsa, ho eketsa lebesa.

Potso: Lesea le batla ho nyanya kgafetsa, mohlomong ke hobane ha ke na lebesa le lekaneng?

Karabo: Mohlomong lesea la hao le hola ka potlako, jwale le hloka lebesa le le ngata. Ho nyantsha kgafetsa ho etsa o be le lebesa le le ngata. Lebesa le ke se fele. Neha lesea nako e anetseng ya ho nyanya – o se ka phakisa ho le amoha letswale.

Haeba lesea la hao le hloka ho tjhentjha leleiri ho feta makgetlo a tshelentseng ka letsatsi, seo se bolela hore le nyanya hantle (bonyane makgetlo a robedi ho isa ho a 12 ka letsatsi) mme boima ba lona bo eketseha bonyane ka 500g ka kgwedi, seo se bontsha hore o na le lebesa le lekaneng.

Potso: Ke etsa jwang haeba lesea la ka le lla kgafetsa?

Karabo: Thudisa lesea la hao ka ho le beha sefubeng kgafetsa. Masea a rata ho ba haufi le bo mma ona.

Mme le lesea ha ba dula ba le kamoreng e le nngwe ba kgothaletsa sena. Ha lesea le lapile, le nyorilwe kapa le kwatile, letswale le a le kgotsofatsa. Ha ho atise ho etsahala hore lesea le nyanye tlolo ha le nyanya letswale feela.

Potso: Ho molemo na ho le fa dino tse ding?

Karabo: Tjhe, ho le fa dino tse ding ho ka etsa hore lesea le be le ditshwaetso tse kang letshollo le nyomonina.

Ho lefa dino tse ding ho boetse ho etsa hore le se nyanye kgafetsa, e leng se tla etsa hore o se kgone ho ba le lebesa le anetseng.

Potso: Na lesea ha le hloke metsi ha ho tjhesa?

Karabo: Tjhe, lebesa le tswang pele, le na le metsi mme le kgona ho nyorolla lesea. Le nyantse kgafetsa ha ho tjhesa.

Potso: Nka le qadisa dijo tse ding neng?

Karabo: Le ka mora dikgwedi tse tshelentseng, tswela pele le ho nyatsha jwalo ka pele, empa o le fe le dijo tse ding. Lesea le lokela ho ithuta dijo tse ding ka mora dikgwedi tse tshelentseng. **U**

Dintlha di rometswe ke Lefapha la Bophelo la KwaZulu-Natal.

Jwalo ka ha Afrika Borwa e keteka Letsatsi la Matjhaba la Eitsi ka la 1 Tshitwe, Lefapha la Bophelo la KwaZulu-Natal le eletsa bomme ba phelang le HIV hore ba nyantshe masea a bona letswale feela dikgwedi tse tshelentseng.

Ho ya ka lefapha, haeba o phela le HIV, empa o batla ho nyantsha, ho bohlokwa ho buisana le moeletsi ka ditaba tsa HIV.

Haeba o kgetha ho nyantsha lesea la hao, le nyantshe letswale feela dikgwedi tse tshelentseng tsa pele.

Dipatlisiso di bontsha hore menyetla e menyane ya hore lesea le tshwaetswe ke HIV haeba motswetse a le nyantsha letswale feela.

Nakong ya boimana le ya botswetse, netefatsa hore o sebedisa kgohlopo ha o etsa thobalano ho qoba ho tshwaetseha botjha. Haeba o ba le matswele kapa ditlhoko tse bohloko, potlaka o kope thuso tliniking.

Lefapha le kgothaletsa ho nyantsha letswale feela hobane le tiisa mmele wa lesea le ho tiisa dikamano pakeng tsa lona le motswetse. Ho nyantsha ho boetse ho fokotsa menyetla ya hore mme a be le mofe-



government communications

Department: Government Communication and Information System
REPUBLIC OF SOUTH AFRICA

Tel: 012 473 0353

Email: vukuzenzele@gcis.gov.za

Address: Private Bag X745, Pretoria, 0001

Head of Editorial and Production

Regomoditswe Mavimbela
Regomoditswe@gcis.gov.za

Acting Editor-in-Chief

Zanele Mngadi | Zanelemngadi@gcis.gov.za

Managing Editor

Tshepo Nkosi | Tshepon@gcis.gov.za

News Editor

Noluthando Motswai

Writers: More Matshediso

Graphic Designers

Tendai Gonesse | Benny Kubjana

Production Assistants

Jauhara Khan | Sebastian Palmer

Language Practitioners

Nomgcibelo Motha | Boitumelo Phalatse
Thandolunye Khulu | Mahanyele Ramapala



Vuk'uzenzele
is published by Government Communications (GCIS)

Distributed by:

ON THE DOT

Printed by:



The material in this publication may be reproduced, distributed, or transmitted in any form or by any means, including photocopying, recording, or other electronic or mechanical methods, without the prior permission of the publisher on condition that this publication shall be credited as the source.



Dipalopalo tsa batho ba sebetseng di bontsha hore moruo wa rona o a hola

Dilemong tse mmalwa tsa ho feta, palo ya batho ba sa sebetseng e ne e eketseha butle butle Afrika Borwa.

Maemo ana a ile a mpefatswa ke sewa sa COVID-19, merusu ya Phupu 2021, ha mmoho le dikgohola tsa sele-mong sena karolong tsa KwaZulu-Natal, Kapa Botjhabela le Leboya Bophirima.

Hodima tsena tsohle, mathata a motlakase le ona a tlisitse mathata amang moruong, mala-peng le dikgwebong.

Leha ho le jwalo, setjhaba le moruo wa rona di kgonne ho mamella sena. Moruo wa rona jwale o bontsha ho ntlafala.

Dipalopalo tsa batho ba sebetsang di fana ka tshepo ya ho ntlafala ha maemo.

Lefapha la Dipalopalo Afrika Borwa le bontshitse ha palo ya batho ba sa sebetseng e theohile ka kotara ya bobedi ya 2021.

Dipalopalo tsa bona di bontshitse hore palo ya batho ba sebetsang e eketsehile ho tloha ho ba dimilione di 14.5 ka kotara ya bone ya 2021 ho fihlela ho ba dimilione di 15.5 ka kotara ya bobedi ya 2022.

Ena ke keketseho eo re neng re e hloka ya mesebetsi halofong ya pele ya selemo sena.

Mesebetsi ena e fumanehile makaleng a kang la ditshebeletso tsa setjhaba, la dikgwebo, ditjhelete le la kaho.

Leha ho le jwalo, o sa le



mo ngata mesebetsi o sa ntsaneng o tlameha ho etsuwa haeba re batla ho fokotsa leqeme la mesebetsi.

Dipalopalo tsena di bontsha ho sebetsa ha Lenaneo la Tsosetso le Kahobotjha ya Moruo – dikarolong tse kang kgirong ya batho ka bongata, kahong botjha ya moruo le ntshetso pele ya meralo ya motheo – jwalo ka ha e le tsona tse bileng le kabelo e kgolo menyentleng ena ya mesebetsi.

Leha ntshetso pele ya meralo ya motheo le matsete e le tsona tse pele kahong botjha ya moruo, empa ho a kgothatsa ho bona keketseho makaleng a kang la kaho.

Puong ya Kabo ya Matlotlo ka Hlakola 2022, ho ile ha hlaka hore mmuso o ekeditse tjelele e ka bang persente tse 30 ntlafatsong ya meralo ya motheo dilemong tsena tse tharo tse tlang ya ya

ho dibilione tse R812, ha e bapiswa le dibilione tse R627 dilemong tse tharo tsa ho feta.

Boto ya Ntshetsopele ya Indasteri ya tsa Kaho e boletse ha ho na le keketseho diprojekeng tsa kaho ya meralo ya motheo dikgwebong tsa mmuso tse kang Transnet le Eskom, le ho bommasepala ba baholo. Tsena kaofela di etswa ke Lefapha la Mesebetsi ya Setjhaba le Meralo ya Motheo.

Ka Phuptjane selemong sena maemo a moruo wa rona a kgutletse maamong ao o neng o le ho ona pele ho sewa sena. Sena se bakilwe ke kgolo tlhahisong ya thepa kotareng ya pele ya selemo. Maikemisetso a maholo ke ho o phahamisa haholo, e leng se etsang hore re tsepamise tshebetso meralong ya metheo e leng yona e thusang kgolong ya ona.

Mmuso o sa tswa phatlalatsa taba ya ho eketsa

tekanyetso eo laesense ya tlhahiso ya motlakase e e dumellang ho bahlahisi ba ikemetseng e tla tliisa keketseho diprojekeng tsa tlhahiso ya motlakase, e le se tla eketsa motlakase o hokelwang phepelong.

Ena e tla ba katleho e kgolo matsapeng a rona a ho rarolla mathata a motlakase, e leng sa bohlokwa kgolong ya moruo le ho hoheleng bo ramatsete.

Ka Phupu selemong sena ho phatlaladitswe leano la naha la enoji mme, mmuso jwale o sebedisana le bankakarolo ba fapafapaneng ho le kenya tshebetso.

Haesale re eketsa tekanyetso ya tlhahiso ya motlakase eo laesense e e dumellang e ba 100 megawatts ka Phuptjane 2021, re se re fumane bahlahisi ba ikemetseng ba tla hlalaha 500 MW mme ho na le diprojeke tse ding tse ka etsang 6 000 MW tse tlang.

Ntlafatso ya meralo ya motheo le yona e tswela pele ho tshehetsa kgolo ya moruo le ho hohela bo ramatsete.

Moruo o ke ke wa hola mme le mesebetsi e ke ke ya ba teng haeba re sa rarolle taba ya meralo ya motheo e leng yona e tla thusa kgolong ya moruo le matsete. Sena ke ona mesebetsi o moholo wa mmuso.

Hore re kgone ho atleha ho sena, ho tlameha ho ba le tumellano pakeng tsa mmuso, setjhaba le mekgatlo ya basebetsi, e seng ka diphetoho tse tlamehang ho etswa feela, empa le hore re tlameha ho etsa jwang ho ka fihlela ditoro tsa rona.

Jwalo ka ha moruo o nka nako ho ntlafala, re ntse re kenya le mananeo a rona tshebetso, re tla nne re tswele pele ho etsa matsapa a ho theha mesebetsi. Hona mananeong ana a tshehetsang kgolo ya lekala le ikemetseng, re tla leka ho eketsa kgiro ya batho mmusong mme re netefatse le tshireletso ya setjhaba, haholoholo ba sa kgoneng ho itshireletsa.

Keketseho ya menyetla ya mesebetsi le matshwao a kgolo ya moruo, di tlameha ho re kgothatsa hore re kenye tshebetso Leano la rona La Tsosetso le Kahobotjha ya Moruo bakeng sa ho hodisa matsete. Sena se tlameha ho kgothatsa mahlhana a rona hore re sebetseng mmoho ho hodisa moruo le ho theha mesebetsi. 