

Vuk'uzenzele

Produced by: Government Communication & Information System (GCIS)

English / Afrikaans

July 2020 Edition



Mom with comorbidity beats COVID-19

Page 5



JOBS INSIDE:

Men must stop abuse



President Cyril Ramaphosa has read the riot act to abusive South African men, who harm women and children, saying the brutal attacks must come to an end.

Gender-based violence (GBV) has increased in the country amid the coronavirus (COVID-19) pandemic, which is affecting large parts of the world. This, the President said, means the country is waging a war on two pandemics.

Addressing South Africans recently, President Ramaphosa expressed deep-felt regret at the recent wave of fatal attacks on women of all ages.

"As a man, as a husband and as a father, I am appalled at what is no less than a war being waged against the women and children of our country. At a time when the pandemic has left us all feeling vulnerable and uncertain, violence is being unleashed on women and children with a brutality that defies comprehension."

"These rapists and killers walk among us. They are in our communities."

The perpetrators, the President said, are fathers, brothers, sons and friends. "[These are] violent men with utterly no regard for the sanctity of human life."

21 women and children murdered

Over the past few weeks, 21 women and children have been murdered.

"Their killers thought they could silence them but we will not forget them, and we will speak for them where they cannot," the President said, calling the victims by name.

They include Tshegofatso Pule, Naledi Phangindawo, Nompumelelo Tshaka, Nomfazi Gabada, Nwabisa Mgwandela, Altecia Kortjie and Lindelwa Peni - all young women who were killed by men.

"We will speak for the 89-year-old grandmother, who was

• Cont page 2

CONTACT US



Vuk'uzenzele



@VukuzenzeleNews

Website: www.gcis.gov.za

Email: vukuzenzele@gcis.gov.za

www.vukuzenzele.gov.za

Tel: (+27) 12 473 0353

Tshedimosetso House:

1035 cnr Frances Baard and Festival streets, Hatfield, Pretoria, 00083



To read Vuk'uzenzele download the GOVAPP on:



Search for SA Government on Google playstore or appstore

FREE COPY NOT FOR SALE



SA-jeug is 'n bron van inspirasie en hoop

Elke keer wat ek die geleentheid het om met jong Suid-Afrikaners te praat, kom Frantz Fanon se woorde, naamlik dat 'elke generasie sy missie moet ondek', by my op.

Elkeen het 'n brandende begeerte om die wêreld te verander, ongeag waar hulle woon en wat hulle doen.

Hulle wil ook, terwyl hulle beslis hulle eie lewens wil verbeter, 'n beter samelewing en wêreld tot stand bring. Hulle sien hulself as agente vir fundamentele transformasie.

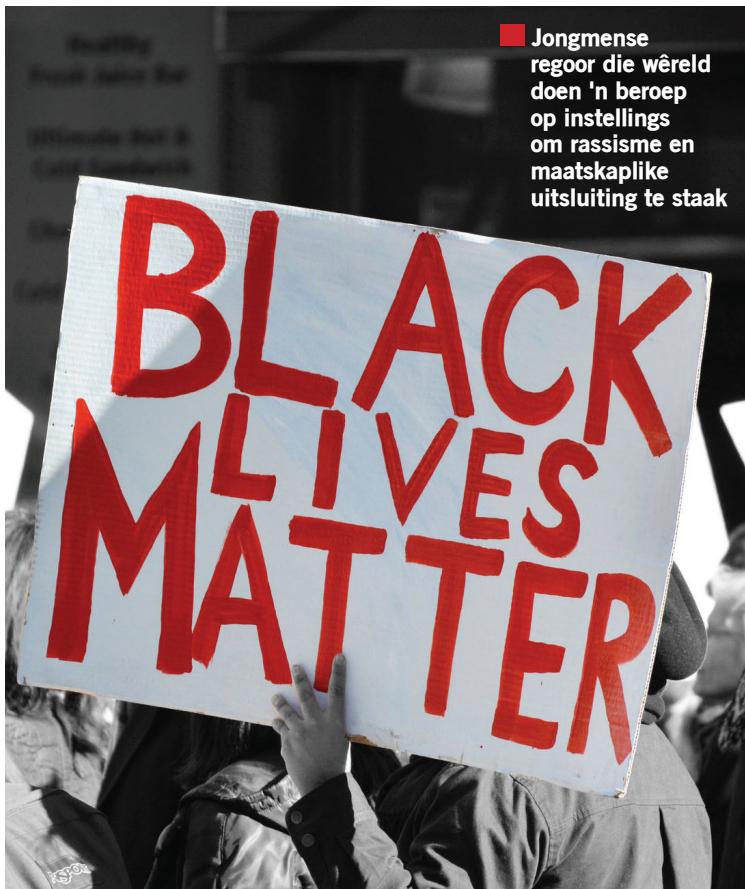
Jong mense was nog altyd regdeur die geskiedenis 'n dryfkrag vir verandering. Jong mense het die afgelope paar dekades verskeie veldtogte teen ongeregtigheid gevoer, van die 1968-studenteopstand in Parys, tot die teenoorlogbeweging in die Verenigde State in die 1960's, tot die teenkoloniale stryd in baie Afrika- en Asiatiese lande, tot die stryd teen apartheid, tot die Arabiese Lente.

Jong mense was mees onlangs aan die spits van die #BlackLivesMatter-beweging, wat wêreldwyd steun verwerf het nadat George Floyd in die Verenigde State vermoor is.

Aktiviste van regoor die wêreld het ook die afgelope paar weke die verwydering van simbole wat die barbaarsheid en geweld van die slawehandel en kolonialisme verheerlik, geëis.

Í Betoger het onlangs by 'n betoging by Oxford Universiteit 'n plakkaat gedra met die woorde 'Rhodes moet val', 'n strydkreet van studente in ons eie land vyf jaar gelede.

Jong mense regoor die wêreld het 'n gemeenskaplike doelstelling gevind. Hulle breek standbeelde en simbole van rassisme



af, eis die dekolonisasie van opvoedkundige kurrikula en vereis van instansies om rassisme en maatskaplike uitsluiting aan te pak.

Ons het op 16 Junie 2020 hulde aan die generasie van 1976 gebring en bring ook hulde aan die jeug van post-apartheid Suid-Afrika, die waardige erfgename van dié edele nalatenskap.

Die 1976-generasie se missie was om Bantoe-onderwys af te breek; die missie van vandag se jeug is om die projek van nasionale versoening en transformasie voort te sit.

Daar sal mettertyd gesê word dat dié jaar, 2020, die begin van 'n nuwe epog in menslike geskiedenis was.

Die koronavirus het nie net 'n enorme impak op mense se lewens en bestaan gehad nie, maar ook die globale maatskaplike orde verander. Idees het menslike vooruitgang aangewakker en dit is wat ons

demie toegeslaan het, is 'n herinnering aan die onderlinge verbintenis van die mensdom en die diep ongelykhede wat tussen lande en in lande bestaan.

Die pandemie bied 'n geleentheid om 'n wêreld wat deur erge materialisme, selfsugtigheid en selfbeheptheid van individue en hele samelewings gekenmerk is, te 'herstel'.

Jongmense sê vir ons dat die noodsaklike waardes van integriteit, deernis en eensgesindheid die kenmerke van die nuwe samelewing moet wees wat na vore sal kom en dat hulle vasbeslote is om die kampvegters vir dié nuwe, beter wêreld te wees.

Ek het in my gesprekke met jongmense gesê dat ons nooit die mag van 'n idee moet onderskat nie, want idees kan en het die wêreld verander. Idees het menslike vooruitgang aangewakker en dit is wat ons

in staat stel om 'n nuwe pad in die post-koronavirusera uit te stippel.

Dié jongmense het hulle idees in optrede omgeskakel. Hulle het nie toegelaat dat 'n tekort aan hulpbronne hulle kniehalter nie. Hulle het in 'n hele aantal sektore, van hipertegnologie tot omgewingsvolhoubaarheid, vir hulself 'n nis uitgekerf.

Ons sal nou, meer as ooit, ons op die innoverende en baanbrekersgees van ons jeug beroep om oplossings vir die werkloosheidskrisis te vind wat vir hulle, hulle gemeenskappe en die samelewing voordelig sal wees.

Ek daag terselfdertyd ons land se jeug uit om programme te prakseer en ontwerp wat ons in staat sal stel om ons ontwikkelingsdoelwitte te bereik.

Revolusionêre Kuba het in 1961 talyke jong studentevrywilligers na die berge en dorpies toe gestuur om skole te bou, geletterdheid te onderrig en nuwe opvoeders op te lei. Dit word steeds as een van die suksesvolste geletterdhedsveldtogte in die moderne geskiedenis beskou.

Ons jongmense moet maatskaplike opheffingsinisiatiewe ontwikkel en aan die stuur daarvan staan.

Die aansienlike energie van ons jeug moet, net soos wat hulle die stryd vir geslagsgelykheid in hoër onderwys aangedurf het, ook vir die stryd vir gelyke toegang tot gesondheidsorg, die transformasie van grondeienaarskap en, die belangrikste, vir geslagsgeregtheid, aangewend word.

Ek, soos alle Suid-Afrikaners, is diep ontsteld oor 'n opwelting in die aantal moorde op jong vrouens deur mans. Dit is skokkende, onmenslike dade

wat nie in ons samelewing tuishoort nie.

Burgerlike aktivisme, bewusmaking en portuurberading wat deur die jeug gelei word, is kernbelangrike hulpbronne in ons poging om geslagsgebaseerde geweld in ons samelewing uit te roei. Ons moet terselfdertyd ons regstelsel versterk en verseker dat oortreders aan die pen sal ry, dat borgtogg- en paroolvoorwaardes opgeskerp word en dat diegene wat tot lewenslange tronkstraf gevonnis is, die res van hulle lewens agter tralies sal spandeer.

Alhoewel dit optrede van regoor die samelewing vereis, vra ek vir jong mans in besonder om die stryd teen geslagsgebaseerde geweld aan te pak. Die droom van 'n nuwe samelewing sal ons bly ontwyk, tensy ons die oorlog wat teen Suid-Afrikaanse vrouens woed, beëindig.

Diegene van ons wat tydens die apartheidsera deel van die studentebewegings was, word gereeld gevra wat ons van vandag se jongmense dink. Daar is 'n versoeking om in nostalgie oor die 'glorierijke dae' van studentepolitiek en jeugstryd wat nooit herhaal kan word nie, te verval.

Net soos wat die jeug van die verlede hulle missie bepaal het, bepaal vandag se jeug egter ook hulle s'n.

Die Suid-Afrikaanse jeug van 2020 voldoen beslis aan die hoë standaard van hulle voorgangers. Hulle is optimisties, lewenskragtig en dapper, dikwels in die moeilikste omstandighede denkbaar.

Hulle is 'n bron van inspirasie en hoop. Hulle bou, deur hulle dade, 'n wêreld wat meer regverdig, gelykwaardig, volhoubaar en vredesaam is.

Ma met onderliggende siektetoestand oorwin COVID-19

INSAAF MOHAMMED sê dit is baie belangrik vir Suid-Afrikaners, veral diégene met onderliggend siektetoestande, om verantwoordelikheid vir hulle gesondheid te aanvaar.

Silusapho Nyanda

Mense met onderliggende siektetoestande — soos asma, hoë bloeddruk, kroniese niersiekte en diabetes — kan ernstiger koronavirussymptome (COVID-19-symptome) ervaar en kan selfs as gevolg van die spanning wat die virus op hulle liggamoplaas, sterf.

Toe die arbeidsterapeut van Kaapstad en ma van drie, Insaaf Mohammed (40) positief vir COVID-19 getoets is terwyl sy siek was met asma, was sy gelukkig in staat om beide toestande te hanteer en nie ernstig siek te word nie.

Mohammed het COVID-19 by haar man, wat by die Groote Schuur Hospitaal se laboratorium werk, aangesteek. Mohammed se sewentjarige seun het ook positief getoets.

Al drie het hulself tuis geïsoleer nadat hulle positief getoets het. "Ons het onself in ons slaapkamer geïsoleer terwyl my skoonma — wat diabetes en hoë bloeddruk het, en gelukkig nie die virus gekry het nie — na ons ander twee kinders omgesien het," sê Mohammed.

Mense met hoë bloeddruk, diabetes en kroniese niersiekte is onder diégene met die mees algemene onderliggende siektetoestande van COVID-19, volgens die Departement van Gesondheid.

Mense met die volgende onderliggende siektetoestande het, soos op 25 Mei, ernstige symptome getoon:



- Hoë bloeddruk, 58 persent
- Diabetes, 56 persent
- Kroniese niersiekte, 17 persent
- MIV, 16 persent
- Asma of kroniese asemhalingsiekte, 15 persent
- Hartsiekte, 11 persent
- Vetsug, 13 persent
- TB, 13 persent
- Kanker, twee persent
- Ander kroniese siektes, 16 persent.

Mohammed het gesê dat haar grootste vrees was om ernstige asemhalingskomplikasies as gevolg van COVID-19 te ervaar.

"Ek het moegheid, 'n gehoest en 'n toe bors ervaar, wat

met my asmapomp opgelos is. My symptome was nie so erg soos my man s'n nie, wat liggaamspyne, naarheid, 'n toe bors, kortasemrigheid, verstopte sinusse, dik slym in sy bors en 'n koors gehad het. My seun het vir drie dae 'n koors gehad, maar het redelik vinnig herstel nadat hy sy symptome oorkom het," sê sy.

Mohammed se gesin het by alle higièneprotokolle by die huis en by die werk gehou om nie die virus op te doen nie. "My familie het begrip getoon, omgegee en was ondersteunend en het elke aand vir ons aandete gebring, maar 'n mens se gemeenskap kan soms afsydig wees en die skade wat op sosiale media veroorsaak word, is skrikwekkend," sê Mohammed.

Die Departement van Gesondheid sê dat dit belangrik is om gehidreer te bly en jou bloedsuiker en temperatuur te kontroleer ten einde COVID-19 te hanteer, veral vir pasiënte met onderliggende siektetoestande.

Die departement raai ook mense met onderliggende siektes aan om die volgende voorsorgmaatreëls te tref:

- Neem jou medisyne korrek, soos deur jou gesondheidsorgpraktisyn voorgeskryf.
- Was jou hande vir minstens 20 sekondes met seep en water voordat jy aan enige medikasie raak.
- Moenie ophou om medisyne te neem tensy 'n gesondheidsorgpraktisyn vir jou so sê nie en moet nooit medisyne met enigemand te deel nie.
- Probeer om elke dag vir 30 minute te oefen.

Die departement sê dat mense met diabetes meer geneig is om ernstige komplikasies weens COVID-19 te ervaar, maar die risiko om baie siek te word is baie laer as 'n mens se diabetes goed hanteer word.

"Mense met diabetes is in die algemeen meer geneig om ernstige symptome en komplikasies te ervaar wanneer hulle 'n virus onder lede het. Voortdurende sosiale of fisiese distansiëring word, waar moontlik, aanbeveel, aangesien diabetiese individue meer geneig is om COVID-19 op te doen. Om

oorgewig te wees, is ook 'n risikofaktor vir ernstige COVID-19. Gewigsverlies, indien moontlik, word dus aanbeveel."

Gesond verklaar

Mohammed het ná 14 dae se isolasie teruggekeer werk toe. Sy sê dat haar denkprosesse en perspektief oor die lewe verander het namate sy van die virus herstel het.

"Jy waardeer jou gesin en die klein dingetjies in die lewe selfs nog meer. Ek wil hê dat mense in enige werksomgewing verantwoordelikheid vir hulle gesondheid moet aanvaar en hulle gesinne en kinders daaroor moet opvoed, veral noudat kinders teruggekeer skool toe.

"Help jou kind om kreatiewe maniere te kry om liefde teenoor hulle vriende te toon sonder om naby aan mekaar te gaan en aan mekaar te raak. Oortuig jou gesin om hulself te ontsmet voordat hulle in die huis ingaan, los jou skoene in die motorhuis as jy kan, trek al jou klere uit en stort voordat jy jou gesin groet en wees meer gesondheidsbewus om hulle te beskerm," sê sy.

Die departement raai mense met onderliggende siektetoestande aan om gesond te eet, gereeld te oefen, hulle spanningsvlakke te hanteer, by hulle mediese behandelingsplan te hou en alle nodige voorkomingsmaatreëls na te kom. 



Insaaf Mohammed, wat aan asma ly, het daarin geslaag om COVID-19 te oorwin.

*Kontak die COVID-19-blitslyn by 0800 029 999 of WhatsApp die woord "Hi" aan 0600 123 456 as jy enige symptome soos koers, hoes of kortasem ervaar.

COVID-19 JONGSTE NUUS

Regering berei voor vir COVID-19-piek

VOORBEREIDINGS VIR 'N MOONTLIKE toename in COVID 19-gevalle word tans getref, met die regering en die privaat sektor wat veldhospitale bou, persoonlike beskermende toerusting koop, en verseker dat Suid-Afrika ventilators vervaardig.

Allison Cooper

Daar word verwag dat Suid-Afrika se koronavirusgevalle (COVID-19-gevalle) in die komende weke sal toeneem en die regering werk hard om te verseker dat die gesondheidsektor gereed is.

"Ons het persoonlike beskermende toerusting (PBT) van regoor die wêreld gekoop en ondersteun plaaslike maatskappye om dit hier te produseer," bevestig President Cyril Ramaphosa.

"Ons verbeter die infrastruktuur in hospitale, stel tydelike hospitale op en kry meer beddens vir COVID-19-pasiënte," voeg hy by.

Meer as 27 000 publieke hospitaalbeddens is teen die begin van Junie vir COVID-19-pasiënte geoormerk. Veldhospitale sal, wanneer hulle voltooi is, 13 000 beddens hé.



Kwarantynerreine en veldhospitale

Die Minister van Openbare Werke en Infrastruktuur, Patricia de Lille, sê die volgende:

- 1 751 fasilitatee is as voorgestelde isolasierreine geoormerk, wat nasional meer as 129 600 beddens, in al 44 distrikte en agt metro's, verleenwoordig.
- 358 fasilitatee is in die Wes-Kaap geïdentifiseer, wat meer as 27

- 500 beddens verteenwoordig.
- 395 fasilitatee is deur die Departement van Gesondheid geassesseer, wat 35 759 beddens verteenwoordig.

Die Kaapstadse Internasionale Konvensiesentrum, die grootste veldhospitaal in die land, het 862 beddens. Die eerste 10 pasiënte is op 8 Junie opgeneem.

Spanne in die Noordwes maak hospitale groter deur bykomende

strukture te bou.

Gauteng se gereedheidstoestand

Gautengse Premier, David Makhura, sê die provinsie het:

- 8 301 hospitaalbeddens beskikbaar,
- sommige bestaande hospitale ontruim en in COVID-19-fasilitate omskep, wat 555 standaardbeddens en 308 ISE-beddens beskikbaar maak, nuwe permanente sale in die Kopanong-, Jubilee-, Chris Hani Baragwanath- en George Mukhari-hospitaal geskep, wat 800 beddens byvoeg, en verseker dat die Nasrecfasiliteit 500 nuwe beddens het.

Premier Makhura het in Mei donasies van BMW en Nissan verwelkom om te help om 'n veldhospitaal in Rosslyn, Tshwane, te bou.

Die Oos-Kaap se veldhospitale

ń Veldhospitaal met 1000 beddens is in die Nelson Mandelastadion in die Oos-Kaap, geskep. Ander stadions word ook as kwarantynfasilitate en veldhospitale gebruik, insluitend Kaapstadstadion en FNB-stadion.

Die Duitse regering en Volkswagen het R107 miljoen belowe om ń veldhospitaal in Port-Elizabeth te bou. Die hospitaal sal 4 000 beddens kan huisves wanneer dit gereed is om pasiënte te ontvang.

Ventilators

Suid-Afrika het, met die hulp van verskeie regerings, maatskappye en stigtings, 'n beduidende aantal PBT, ander mediese voorraad en ventilators verky.

ń Mediese ventilator is ń masjin wat die longe helpe funksioneer. Dit word vir pasiënte wat sukkel om



"Ons verbeter die infrastruktuur in hospitale, stel tydelike hospitale op en kry meer beddens vir COVID-19-pasiënte"

asem te haal, gebruik. Pasiënte wat met die koronavirus (COVID-19) besmet is, sukkel om asem te haal. Die regering het die Nasionale Ventilatorprojek in April geloods, om as gevolg van 'n wêreldwyse tekort meer plaaslike masjiene te bou. Daar word gehoop dat vervaardiging in Junie sal begin en die regering is hoopvol dat 20 000 ventilators in die komende maande vervaardig sal word.

Die Solidariteitsfonds het fondse belowe om 200 ventilators te bekom, wat volgens behoefté aan hospitale toegewys sal word.

Die Verenigde State het 1 000 ventilators aan Suid-Afrika geskenk, waarvan 20 in Junie deur die Minister van Gesondheid, Zweli Mkhize, ontvang is. Hulle is by die Chris Hani Baragwanath Akademiese Hospitaal in Soweto geïnstalleer. Die volgende skenking sal in fasilitatee in die Wes-Kaap gebruik word.

Beskermende toerusting vir gesondheidsorgwerkers

Een van die Solidariteitsfonds se prioriteite is om PBT aan mediese werkers soos dokters en verpleegsters te verskaf.

Die fonds, wat tot op hede R2.61 miljard ingesamel het, het gehelp om PBT te verkry om die openbare

gesondheidstelsel en gemeenskapsgesondheidswerkers vir twee maande te onderhou.

Daar is egter steeds 'n tekort aan PBT regoor die wêreld, insluitend Suid-Afrika.

Maatskappye wat PBT geskenk het, sluit in Business for South Africa, Naspers, Eerste Nasionale Bank, United Pharmaceutical Distributors, die Volksrepubliek China, die Wêreldgesondheidsorganisasie, Ford Motormaatskappy en die Solidariteitsfonds.

Beroep op alle gesondheidsorgwerkers

Namate die aantal COVID-19-gevalle toeneem, sal meer gesondheidswerkers benodig word en die regering het alle werklose gesondheidsorgwerkers en dokters gevra om hulle provinsies te kontak.

"Ons vra vir alle professionele gesondheidswerkers, selfs diégene wat reeds afgetree is, om na vore te tree en te begin werk, selfs al is dit op die kort termyn," sê Minister Mkhize.

Die regering het ook 217 Kubaanse dokter regoor die land ontplooi.