



Malamulele Onward

Carer-2-Carer Training Programme

C



2

C



...Equipping parents
of children with Cerebral Palsy to become facilitators of change.

Facilitator Manual

Acknowledgements and Copyright

This manual was compiled by staff members of Malamulele Onward NPC to be used either by parents of children with CP who have attended the Carer-2-Carer Training Facilitator Course or therapists wanting to run workshops themselves. Twenty one trained parent facilitators were involved in helping to develop the material in this manual. Ten rural hospitals allowed these parents to pilot the workshops at their sites.

The development and piloting of this manual as part of the Carer-2-Carer Training Programme was partly supported by the Canadian Auto Worker's Union (CAW) and the DG Murray Trust.



The information in this manual may be shared with colleagues, families of children with CP and anyone interested in learning more about the condition.

However, please note that this manual is copyright protected and that none of this material may be reproduced, adapted or sold without prior permission from the authors.

First edition released: 2014 ©

Malamulele Onward staff involved in the development of this manual:

Authors and Trainers:

Misty Weyer - Occupational Therapist
Dr Gillian Saloojee - Physiotherapist
Naina Modi-Patel - Speech Therapist

Assistant Trainer:

Lydia Ngwana - Parent Liaison Officer

Interpreters:

Thulisile Hlungwani - Communications Co-ordinator
Morongwa Boikanyo - Administrative Assistant

The translatio of this manual
was completed by:



Table of Contents

Malamulele Onward NPC	4-7
Carer-2-Carer Training Programme	8-9
How to use this manual	10-11
Preparing the workshop materials	12-13
Workshop 1	14-71
Workshop 2	72-133
Workshop 3	134-181
Workshop 4	182-213
Workshop 5	214-255

Malamulele Onward NPC

Malamulele Onward NPC is a non-governmental organization providing specialized therapy (physiotherapy, occupational therapy and speech therapy), equipment, assistive devices and caregiver training to poorly-resourced rural areas of South Africa where children severely disabled by cerebral palsy have little or no access to rehabilitation therapy and equipment. This group of children and their caregivers are amongst the most marginalized members of our society.



In addition to the outreach projects to deeply rural areas, we now also have the capacity and facilities to invite children from our outreach sites to come to Johannesburg for additional ten day blocks of intensive therapy.



One of the main ways of delivering services to children living in these areas is through five day outreach projects where a group of highly skilled therapists volunteer their time to give the children an intensive block of therapy and to train their caregivers in how to continue the therapy programme at home. The children are also fitted and provided with all the equipment and assistive devices they need at home. Over the past five years, this model of delivering therapy services has been shown to be very effective in making a real difference to the lives of the children and their caregivers. After a two year cycle of delivering a five day block of intensive therapy at a particular site (usually a hospital in a deep rural area), we keep contact with the children and their caregivers through an annual review visit to the site.



Malamulele Onward NPC is registered with the Department of Social Development as Nonprofit Organization and with SARS as a Public Benefit Organization governed by a Section 21 Company (company not for gain). A Board of Directors meets at least four times annually. The Board appoints the Executive Director, carries final fiscal responsibility and ensures that Malamulele Onward operates within its articles of association. Malamulele Onward is able to provide Section 18A tax certificates for any donations.

Our vision

Our vision is to enable each child with cerebral palsy living in poorly-resourced rural areas to reach their full potential within a supportive environment.



In a mothers words...

“When we first encountered Malamulele Onward we knew nothing about our children and Cerebral Palsy. We were unable to accept our children even as mothers but because of Malamulele Onward we learnt to accept our children. We have learnt a lot about our children, our children are they way they are now because of Malamulele Onward. Even if people say hurtful things about our children we understand that they are just ignorant. We have accepted our children the way they are. Malamulele Onward has really supported us and we are determined to go forward with Malamulele Onward. “

Doris, mother of Jones

General Information

Contact person:

Dr. Gillian Saloojee
Executive Director
gsaloojee@icon.co.za

Business address:

Children’s Memorial Institute
Gate 10
Joubert Street Extension
2132
Braamfontein
Johannesburg

Tel/fax: 011 484-9456

Postal address:

PO Box 52641
Saxonwold
2132

Website: www.cpchildren.org

Non Profit Organisation No.
056-807-NPO

Public Benefit Organisation No.
930025804

Section 21 Company registration No.
2006/032287/08



About us

Malamulele Onward NPC exists to enable each child with Cerebral Palsy living in remote rural areas to reach their best potential within a supportive environment. We are a non-profit organization providing specialized therapy (physiotherapy, occupational therapy and speech therapy) equipment and carer-to-carer training to underserved rural areas of South Africa and Lesotho where children severely disabled by Cerebral Palsy (CP) have little or no access to rehabilitation therapy and equipment.



What we do

We run outreach projects to cerebral palsy clinics at public service hospitals in deep rural areas identified as having the greatest need within South Africa and Lesotho.

These projects happen over a five day period and include a comprehensive service of intensive individual treatment of the child, providing and maintaining essential equipment, conducting home visits, caregiver education as well as support of local rehabilitation staff. We rely on therapists who have specialised in working with children with Cerebral Palsy to volunteer five days of their time to assist us on these outreach projects and we have enjoyed fantastic support from both local and international therapists.



Short residential intensive blocks of therapy at the Malamulele Onward therapy centre:

Children with particularly complex needs are invited to come to Johannesburg with their carers for a two week block of intensive goal-directed therapy.

During this block, the children and their caregivers participate in whole day programme, focused on functional activities, fun and caregiver training. Goals for the block are set and detailed before and after assessments are completed on each child so that we can document changes.



Training:

The Malamulele Onward Carer-2-Carer Training Programme is an innovative new project where mothers were trained to conduct a series for five workshops on various aspects of Cerebral Palsy for parents in their own communities. Through this programme, knowledge about Cerebral Palsy is transformed into understanding, support networks are established and mothers become agents of change within their own communities.



The Midlevel Worker Training Programme equips therapy assistants and community rehabilitation workers working in rural areas clinics with skills and knowledge on how to work with children with Cerebral Palsy.

Carer-2-Carer Training Programme

The Malamulele Carer-2-Carer Training Programme (C2CTP) is an exciting initiative that Malamulele Onward (MO) began developing in 2012. Its main goal is for every parent of a child with CP to have an accurate understanding of their child's condition that is demonstrated through positive changes in both their and their child's quality of life and relationships with those around them. This programme forms an integral part of the MO mandate for all children with CP to reach their full potential within a supportive environment. In order for parents to create a supportive environment for their children, they need to understand their children, feel competent as parents and feel supported within their community.

The C2CTP trains parents of children with CP to run workshops on CP for other parents, caregivers and lay people. This training programme does **not** replace the need for therapy or therapists, but is rather meant to support and complement existing services for children in public service hospitals. It acknowledges that current services in most public service hospitals are under large amounts of pressure due to insufficient numbers of therapists and consequently the basic needs of parents for information and support are not being met. The programme recognises parents of children with CP as an important resource to be mobilised and influential in helping other parents to not only understand CP, but to also accept and care for their child in a way that is sustainable. It also realises that the difference between "access to information" and "access to understanding" can create a significant barrier to creating a supportive environment for a child with CP. In order to combat this barrier the C2CTP provides parents with the opportunity to access information on CP that is presented in their own language, in a way that they can understand and by a person who is facing the same challenges with their own child.





Over the past two years the programme has developed this training material which has been piloted and reworked with 21 parents from 10 rural sites in South Africa and Lesotho. The parents have played a significant and active role in developing and evaluating the training material with us and this has resulted in a 3 week training package offered by Malamulele Onward that equips parents to become facilitators of the five workshop series on CP. To date 41 parents in total have been trained and over 700 parents and caregivers reached with the full series of workshops.

The manuals currently exist in English, isiXhosa, isiZulu, Sepedi and Xitsonga, with more languages to be available in the near future. These workshops are designed to be run with between 6 and 10 people at a time, in order to ensure that effective participatory learning takes place. All resources can be downloaded at no cost from the Malamulele Onward website: www.cpchildren.org.

Programme Manager: Misty Weyer
084 890 3415
misty@cpchildren.org

How to use this manual

This manual has been designed to be used by a team comprised of one main facilitator (who is literate in their own language) and one co-facilitator (who does not need to be literate).

All text that is on a coloured/shaded background is text that is not said out aloud – it only exists to assist the facilitator. All text that is on white is to be said aloud to the group. Answers to questions (which all appear on white) must only be said after the group has finished answering and discussing the question. These answers are only there to make sure that all of the important points are covered and thus the facilitator must mention any that the group did not discuss. They do not exist for the facilitator to read out to the group in isolation.

There are 3 icons used in the manual:



Explain: This indicates that there is something that the facilitator needs to explain to the group.



Activity: This indicates that an activity needs to take place before continuing.



Question: This indicates a direct question that must be asked to the group.

These icons make it easier for facilitators to follow the manual. They can tell when there is an activity coming up, a concept to explain or a question to be asked. The icons also serve as a quick reference for the main facilitator.

The odd numbered pages (i.e. the pages on the right hand side) are the workshop guidelines for the facilitators to follow when running the workshops. The even numbered pages (i.e. the pages on the left hand side) have the activity instructions and the explanations that correlated with the workshop guidelines.

Ideally the facilitators should only use the guidelines when running a workshop, as the activities and explanations should be memorised and consolidated after the training and some practice. For example: They should be able to look at the picture of the activity on the odd numbered page and know exactly what instructions to give and how to run the activity. Likewise they should be able to see the explanation icon with text next to it such as “explain what aspiration is” and they should be able to explain it without having to look at the explanation itself.

The explanations and activity instructions exist in the manual for two reasons: firstly if the facilitator is preparing for a group and needs to practise their explanations, they can revise them. If they cannot read this more complicated text, then they can go to someone who can and that person can read it to them. This then puts the responsibility of revision and preparation on the facilitators. Secondly if a therapist wants to use the manual, they have access to all the explanations and activity instructions to run the workshops.

Instead of numbering the display material, each picture that needs to be put up for the group is shown in the manual. This way the facilitator can easily see which picture needs to go up at that time and when it comes to putting the pictures in the right order before the workshop, the facilitator can just page through the manual to see the correct order that the pictures will be needed in. All the pictures in the manual that represent display material are smaller than the pictures that are there to represent an activity.

Each section finishes with a main message so that there is repetition of all the points that are important for the parents to understand.

Preparing the workshop materials

Workshop materials the make up the fixed workshop kit:



2 Plastic cling sheets (if these are being used instead of large sheets of paper)



A marker (permanent or white-board depending on the surface used).



Pens (1 per pair of participants in the group)



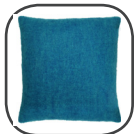
Cut-out cups (1 per participant in the group) - Plastic or polystyrene cups can be cut-out as in the picture and used for the activities.



Teaspoons (1 per participant in the group) - Can be bought or parents can bring their own.



Large spoons (1 per pair of participants in the group) - Can be bought or parents can bring their own.



1 Pillow / folded blanket - This can usually be sourced from one's place of work or from home.



1 Ball (any size and colour) - Can be bought or can be made by taping up plastic packets into a ball.



1 Water bottle (500ml) - filled with water.



Blind folds (1 per pair of participants in the group) - Can use cut up dustbin bags, material, old stockings, etc.



Jackets / jerseys (1 per pair of participants in the group) - Usually there are enough between the participants without having to have them as part of the kit.



Cloths (1 per pair of participants in the group) - These can be cloths or pieces of scrap material.



Ziplock sheets (1 per participant in the group) - Take a clear ziplock/plastic bag and smear it thinly with some vaseline, then fold it in half - when looking through it, objects should appear blurry.



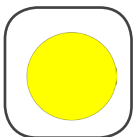
3 Pieces of material (red, yellow and black in A3 size) - can also use towels or sheets of paper.



1 Shiny board - this can be made by covering a piece of cardboard with holographic paper, tin foil or the shiny sides of potato chips packets.



1 Cell phone or torch - this can be brought from home, or a torch can be bought as part of the kit.



1 Set of blue and yellow discs - these must be printed from the 'visual materials' document in A4 colour and cut out.

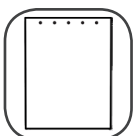


1 Set of background pictures printed in A3 colour.



Picture packs - these must be printed from the 'visual materials' document in A4 colour (1 copy per pair of participants in the group). Each picture pack must be divided into 2 A4 envelopes (the pictures with a 1 are put into a envelope labelled 1 and the same is done for the pictures with a 2). The pictures should ideally be laminated in order for them to last.

Consumables that must be replenished for each workshop:



5 Large sheets of paper (A1 size) - if plastic cling sheets or white boards are used that can be wiped clean, only 2 writing surfaces are required.



Some sheets of scrap paper.



Custard or any soft food with a similar texture such as: yoghurt, porridge, etc.

1

Ku hlamuseriwa ka CP

*lyini kasi yi n'wi khumba njhani
n'wana wa mina?*

Switirhisiwa

Eka nhlango lowu ku ta laveka:



Phepha lerikulu ro tsalela



Xitsalo xo tsala swi vonaka kahle



Komichi yo tsemiwa kunene x 1



**Swiphephana swo hlayanyana
(Xin'we hi munhu un'we)**



VUNYANYURI:

Tsala vito ra un'wana ni un'wana eswiphephanini ku katsa ni ra wena. Ma hoxe hinkwawo ekomichini. Byela ntlawa leswaku va ta hlawula vito ekomichini handle ko languta. Kutani va ta vutisa munhu wa kona xivutiso malunghana na vona ivi va xi hlamula. Rhendzelekisa komichi ku kala hinkwavo va hlawula vito ro karhi, rhanga hi ku vutisa xivutiso xa wena eka ntlawa. Ivi mi siyerisana. Loko munhu o tshuka a hlawula vito rakwe, u fanele a cincisana ni loyi a nga kusuhi na yena.

1

Vuamukeri

Hoyozela hinkwavo entlaweni ivi va tshamiseka khwatsi u nga si sungula.



Hlamusela vunyanyuri lebyi hleriweke ivi u byi endla swin'we ni ntlawa.



Longoloxa vuyelo ivi mi bula hi byona swin'we ni ntlawa.

Workshop 1 - Vuyelo

- Leswi CP yi nga swona ni ndlela leyi yi wu khumbaka ha yona miri wa n'wana.
- Mixaka, mimpimo ni mikhuva leyi hi yi tirhisaka ku hlamusela vana lava nga ni CP.
- Leswi swi nga vangelaka CP.
- Mpimo wa nkarhi lowu CP yi nga khomaka n'wana ha wona.
- Ku nghena xikolo eka vana lava nga ni CP.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Eka nhlango lowu hi ta tivana khwatsi hi tlhela hi khutaza ku tshembana tanihi ntlawa. Hinkwerhu hi tele ku dyondzisana naswona hi nga dyondzisa ntlawa hinkwawo xo karhi hikuva hinkwerhu hi ni ntokoto hi ta vana lava nga ni CP.

Namuntlha hi ta bula hi leswi:

- Leswi CP yi nga swona ni ndlela leyi yi wu khumbaka ha yona miri wa n'wana.
- Mixaka, mimpimo ni mikhuva leyi hi yi tirhisaka ku hlamusela vana lava nga ni CP.
- Leswi swi nga vangelaka CP.
- Mpimo wa nkarhi lowu CP yi nga khomaka n'wana ha wona.
- Ku nghena xikolo eka vana lava nga ni CP.

3

Leswi hi swi tivaka hi CP

U fanele u va ni:



Namuntlha hi bula hi CP, kambe hi ta rhanga hi twa leswi n'wina mi swi tivaka hi ta CP.



Xana u tiva yini hi CP?

Tsala swiringanyeto swa un'wana ni un'wana.





KU RUNGULA HUNGU RA WENA:

Loko u rungula hungu ra wena, hlamula swivutiso leswi landzelaka:

- *Xana u swi xiye rini leswaku ku na leswi nga fambiki kahle?*
- *Xana u titwise ku yini?*
- *Xana u swi tive njhani leswaku n'wana wa wena u ni CP?*
- *Xana van'wana va ku teke njhani loko va xiya leswaku n'wana wa wena u ni CP?*
- *U va byele yini?*
- *I yini leswi ku pfuneke ku langutana ni xiyimo lexi?*

4

Ku rungula mahungu ya hina

Hinkwerhu ha swi tiva leswaku swi njhani ku va mutswari wa n'wana la nga ni CP ni ntokoto wa hina ku fikela sweswi. Loko n'wana wa wena a nga ri na yona CP, swi vula leswaku ku ni n'wana wa xaka ra wena la nga ni CP kambe a wu tivi leswaku u nga n'wi hlayisisa ku yini n'wana la nga ni CP.

Kutani hi ta sungula hi rungula mahungu ya hina.

Tiyiseka leswaku hinkwavo va titwa va ntshunxekile ku rungula hungu ra vona.

Ku ta rhangana mina.



Rungulela ntlawa hungu ra wena ni n'wana wa wena.



I mani la landzelaka a hi rungulela hungu ra rakwe?

Pfumelela un'wana ni un'wana a rungula hungu rakwe.



CEREBRAL PALSY:

CP i nkomiso wa rito cerebral palsy. Rito 'cerebral' ri khumbana ni byongo. Kasi rito 'palsy' ri vula ku tsana kumbe ku va ni xiphiso xa mafambelo ya munhu kumbe xa ndlela leyi miri wakwe wu yimaka ha yona. Vana hinkwavo lava nga ni CP va vaviseke byongo, kasi ku vaviseka ka vana lava ka siyana. Ku vaviseka loku ku kavanyeta n'wana eka mafambelo, ku yimayimeka, ku dya, ku nwa ni ku vulavula.

N'wana la nga ni CP swa n'wi tikela ku lawula misiha ya miri wakwe. Hi ntumbuluko, byongo byi byela miri leswi wu faneleke wu swi endla ni nkarhi lowu ri swi endlaka ha wona. Kambe CP yi kavanyeta byongo bya n'wana kutani leswi n'wana a kotaka ku swi endla swi ta ya hi tlhelo ra byongo leri vavisekeke.

Hi ku ya hi tlhelo ra byongo leri vavisekeke, n'wana a nga tshuka a nga swi koti ku famba, ku vulavula, ku dya kumbe ku tlanga ku fana ni vana van'wana.

Byongo byi nga ha vaviseka etindhawini leti hambaneke, hikwalaho vana lava nga ni CP na vona va hambana.

5

Kahle-kahle CP i yini?

Inge hi ringeta ku twisisa leswi CP yi nga swona.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi CP yi nga swona.

CP
Cerebral Palsy

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Kamba loko ku ri ni swivutiso.



HUNGU RA XITICHI XA GEZI:

Loko ku ri ni gezi ekaya, tipulaga ni tiswichi ti ni tidarata leti fambaka ti kala ti ya fika exitichini xa gezi. Gezi ri famba hi ndlela yoleyo. Xitichi xa gezi xi ri rhumela endlwini ya hina hi tidarata ni timhandzi. Gezi leri ri endla leswaku switirhisiwa swa le ndlwini ya wena swi tirha, swo fana ni ketele, xitofu, timboni, TV, chajara ya selifoni ni furiji.

Switirhisiwa leswi hinkwaswo swi fana ni swirho swa mirhi wa n'wana tanihi mahlo, nomu, tindleve, milenge, swandla ni mavoko. Xitichi xa gezi xi fana ni byongo bya n'wana. Tanihi leswi gezi leri humaka exitichini xa gezi ri nyikaka switirhisiwa swa wena matimba, ni marungula ya byongo bya n'wana ma famba emirini ma endla swirho swa mirhi swi kota ku tirha.

Loko ku ri ni xiphigo exitichini xa gezi, matimba yo nyika switirhisiwa ntamu a ma nge vi kona. Loko xitichi xa gezi xi ri hava gezi, timhandzi ni tintambhu a ti swi koti ku rhumela gezi endlwini. A swi vuli leswaku swi onhakile. Hambiloko switirhisiwa swi ri swintshwa a swi nge tirhi handle ka gezi leri humaka exitichini xa gezi. Switirhisiwa swi kahle, timhandzi ni tintambhu swi tirha khwatsi, kambe a swi nge tirhi loko ku ri ni xiphigo exitichini xa gezi.

Vana lava nga ni CP va ni xiphigo ebyongweni bya vona kutani ku kavanyeteka swirho swo karhi swa miri wa vona. Kambe a swi vuli leswaku swirho, marhambu kumbe misiha swi ni xiphigo. Swona swi tirha khwatsi, kambe xiphigo xi le byongweni kutani swirho leswi swa miri a swi ri twisisa rungula leri humaka ebyongweni. Swirho swa miri leswi khumbekaka swi ya hi xiyenge xa byongo lexi vavisekeke.

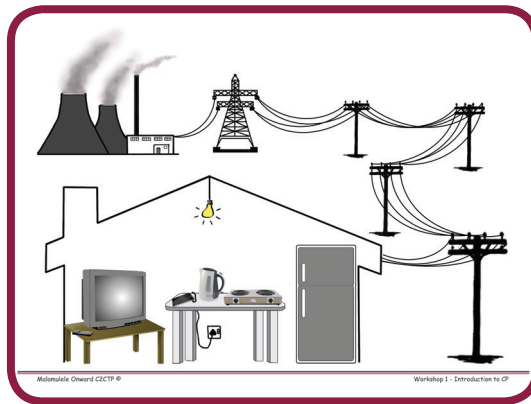
6

Ndlela leyi CP yi wu khumbaka ha

Ndzi ta tirhisa hungu ro karhi ku mi pfuna ku twisisa ndlela leyi CP yi wu khumbaka ha yona miri.



Veka xifaniso ivi u xi hlamusela.



Kamba loko ku ri ni swivutiso.



VANA LAVA NGA NI CP A VA FANI:

Vana hinkwavo lava nga ni CP va ni xiphiso xa mafambelo, kambe va siyana hi swiphiso swo tanihi ku vona, ku twa, ku vulavula kumbe ku dyondza. N'wana un'wana ni un'wana u ni ku tsana ni ku nonon'hweriwa kakwe.

Van'wana va famba, van'wana va tidyisa ni ku nwa hi ku olova, kasi van'wana va titshamisisa. Vana van'wana a va swi koti ku pfuxa nhloko, van'wana a va swi koti ku hundzuluka, kasi van'wana a va voni kahle. Kambe n'wana ni un'wana ni un'wana la nga ni CP a nga swi kota ku cinca a antswisa maendlelo ya swilo swo karhi. Ku antswisa ka vona ku ta ya hi mpimo wa ku vaviseka ka byongo ni loko n'wana a hatla a s ungula vutshunguri.

7

Hi swi tivisa ku yini leswaku



Hi swi tivisa ku yini leswaku n'wana u ni CP?

N'wana u tikeriwa hi:

- ku famba
- ku vona
- ku dya ni ku nwa
- ku vulavula
- ku anakanya ni ku dyondza
- ku vona, ku yima ni ku famba

Vana lava nga ni CP a va fani - vana vambirhi va nga ka va nga fani. Kutani a hi nge va pimanisi vana. N'wana un'wana ni un'wana u ni swa yena naswona u hlawulekile.



Hlamusela ku hambana ka vana lava nga ni CP.

Hi tshemba leswaku vana lava nga ni CP va nga ha cinca, hambiloko hi nga ta swi kota ku va tshungula.

Tirhisa swifaniso ku kombisa ku hambana ka vana lava nga ni CP.



RUNGULA-NKULU

Vana hinkwavo lava nga ni CP va ni swiphiso swa mafambelo.

Vana vo tala lava nga ni CP va tlhela va va na swiphiso swin'wana.

N'wana la nga ni CP swi nga ha endleka a cinca kumbe a antswa.

Hambileswi hi nga swi kotiki ku tshungula CP, hi nga pfuna vana hinkwavo va hanya ku antswa.



LESWI VURIWAKA HI KU OMA MISIHA (SPASTIC):

Vana van'wana lava nga ni CP va tshama va ome misiha. N'wana wa kona swa n'wi tikela ku tirhisa mavoko ni milenge, hikuva misiha yi ome swinene. Rito leri hlamuselaka vana lava omeke misiha i spastic. Rito rero ri vula leswaku misiha ya mavoko ni milenge yi tshama yi omelerile.

8

Mintlawa yo hambana ya CP

Ha ha ku boxa leswaku vana lava nga ni CP swa va tikela ku famba kasi a va fani. Vana lava nga ni CP hi nga va hlamusela hi tindlela tinharhu: (1) hi ntlawa wa vona wa CP, (2) hi vuswikoti bya vona byo tifambela, ni (3) hi swirho swa miri leswi khumbekaka.

A hi rhangeni hi xiyenge xo sungula. Vana lava nga ni CP va nga wela eka mintlawu yinharhu leyikulu ya CP.

Riro ro rhangana leri hlamuselaka vana va ntlawa wo sungula wa CP i 'spastic'.



Tirhisa swifaniso ku pfuna ntlawa wu twisa leswi vuriwaka hi rito spastic.





KU LEMUKA VANA LAVA OMEKE MISIHA:

Hi nga lemuka leswaku n'wana u ome misiha hi ku n'wi xiyisisa hi tindlela to hambana. Hambani a tshamisise ku yini n'wana wa kona u languteka a fana. Loko a tshamile, mavoko ni milenge yakwe swi va eka xiyimo xin'we. Loko a etlele hi khwiri, mavoko ni milenge yakwe swi va eka xiyimo xin'we. Loko a ganamile, mavoko ni milenge yakwe swi va eka xiyimo xin'we.



Tirhisa swifaniso ku pfuna ntlawa wu xiya leswaku n'wana u ome misiha.





LESWI VURIWAKA HI KUTSANDZEKA KU LAWULA SWIRHO (CHOREOTHEOID):

Van'wana van'wana lava nga ni CP a va tshamiseki naswona a va swi koti ku tshama va rhula. Mavoko ni milenge swi endla onge swi hangalakile. Loko va ringeta ku endla xo karhi, kumbe loko va nyanyukile, a va lawuleki nikatsongo. Swi va tikela swinene ku lawula mafambelo ya vona naswona va tikomba va pfilunganyekile. Vana lava nga tshamisekiki kumbe tsendzelekaka hi vula leswaku va tsandzeka ku lawula swirho (choreoathetoid).



KU LEMUKA VANA LAVA TSANDZEKAKA KU LAWULA SWIRHO:

Hi nga lemuka leswaku n'wana u tsandzeka ku lawula swirho hi ku xiya leswi endlekaka loko a ku wa famba. Nkarhi wun'wana swi nga ha tikomba hi ndlela leyi tumbeleke naswona exifanisweni a swi olovi ku swi vona, hikuva n'wana a nga tshukunyuki exifanisweni. Nkarhi wun'wana vana va kona va tshineta mavoko ni melenge emirini wa vona leswaku yi lawulekanyana. Loko va teka xilo, swi nga ha tikomba onge va na "ritukulu" hikuva a va swi koti ku tilawula. N'wana a nga ha tshuka a ku ba hi voko loko a lava ku teka xilo. A swi vuli leswaku a va lava ku ku ba, kambe a va swi koti ku lawula mavoko ya wena.

Riro leri hlamuselaka vana va ntlawa lowu landzelaka wa CP i 'choreoathetoid'.



Hlamusela leswi vuriwa hi ku tsandzeka ku lawula swirho ivi u komba ntlawa n'wana la tsandzekaka ku lawula swirho.



Tirhisa swifaniso ku pfuna ntlawa wu xiya leswaku n'wana u tsandzeka ku lawula swirho.





LESWI VURIWAKA HI KU TSHOMBONYOKA KA MIRI (DYSTONIC):

Vana van'wana lava nga ni CP va tshombonyoka swinene. Miri wa vona wu nga titwa wu rhulile, kambe loko va ku va famba va titwa va omelerile. Swa tika leswaku n'wana yoloye a tshama a rhula loko miri wu omelerile. Loko u ringeta ku n'wi tshikisa ku tshombonyoka, swo nyanya kunene. Onge hiloko n'wana a titwa a ri ni mahika, ivi a tisusumeta swinene. Vana va kona va nonon'hwa ku va kurisa hi ku va va tshama va rhula ivi va pfuketana va oma swirho. Rito leri hlamuselaka vana lava i dystonic.

Rito leri hi hlamuselaka vana va ntlawa lowu wa vunharhu wa CP i 'dystonic'.



Tirhisa swifaniso ku pfuna ntlawa wu twisisa leswi vuriwaka hi rito dystonic.





KU LEMUKA VANA LAVA NGA NI KU TSHOMBONYOKA KA MIRI (DYSTONIC):

Hi nga lemuka leswaku n'wana u ni ku tshombonyoka ka miri hi ku rhanga hi n'wi tshika a tshama a rhula ivi hi n'wi kombela a endla xo karhi. Loko a ku wa tshukunyuka, miri wakwe wa omelela. Vana va kona swa va tikela ku hlayisa nhloko yi yime ndhawu yin'we. Yi pfa yi voyamela emahlweni kumbe yi byekela endzhaku. Swa va tikela ku tisa mavoko ya va exikarhi kahle. Hakanyingi mavoko ya vona ma tshama ma omelerile kumbe ma hangalaka, ma va ekule ni miri. Hi ntolovelo vana lava nga ni ku tshombonyoka ka miri va tala ku languteka va voyamile kumbe milenge ya vona yi hambana ni ku phijeka.



Tirhisa swifaniso ku pfuna ntlawa wu xiya leswaku n'wana u ni ku tshombonyoka ka miri.



A swi olovi ku hambanisa n'wana la nga ni ku oma ka swirho ni la nga ni ku tshombonyoka ka miri. Vana van'wana swa kotlana leswaku va oma swirho va tlhela va tshombonyoka miri. Loko vana va wela eka mintlawa yo tlula wun'we ya CP hi va vula “xikatsa”.



Xana u vona onge n'wana wa wena u wela eka ntlawa wihi?
Ha yini?

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Hi bula hi mintlawa yinharhu leyikulu ya CP.

Vana van'wana va tshama va ome misiha nkarhi hinkwawo.

Vana van'wana a va swi koti ku lawula swirho kasi a va tshamiseki.

Vana van'wana va ni ku tshombonyoka ka miri ivi va oma swirho loko va ku va endla xo karhi kumbe loko va nyanyukile.

Vana van'wana i va xikatsa hikuva va wela eka ntlawa wo tlula wun'we.



VANA VA MPIMO 1:

Vana va mpimo 1 va tifambela endzeni ni le handle hi voxe kasi va nga tlhandluka ni ku xika switepisi va nga khomelelanga nchumu. Va kota ku tsutsuma ni ku tlula, kambe rivilo ra vona a ri fani ni ra vana van'wana kasi va nga ha wa hi ku olova ku hambana ni vana lava nga riki na CP.



VANA VA MPIMO 2:

Vana va mpimo 2 va nga tifambela ehandle ni le ndzeni, kambe ehandle swi nga ha va tikela. Va nga tlhandluka switepisi loko ku ri ni xo khomelela eka xona. Ndhawu leyi celekeke ni laha ku nga ni ntshungu swa va nonon'hwela ku famba eka yona. A va swi koti ku tsutsuma kumbe ku tlula.

9

Mimpimo yo hambana ya CP

Hilaha hi boxeke hakona, ku ni tindlela tinharhu to hlamusela vana lava nga ni CP. Xa vumbirhi i ku hlamusela vana hi ku ya hi mpimo lowu va kotaka ku famba ha wona. Ku ni mimpimo ya ntlhanu kutani vana hinkwavo lava nga ni CP va wela eka wun'wana wa mimpimo leyi.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi nga endliwaka hi n'wana wa mpimo 1.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi nga endliwaka hi n'wana wa mpimo 2.





VANA VA MPIMO 3:

Vana va mpimo 3 va nga tifambela loko va ri ni xitirhisiwa, xo fana ni xitulu xa mavhilwa kumbe nxongotelo wa mavhilwa, ni loko ndhawu ya kona yi andlalekile. Va nga ha tibusumeta hi xitulu xa mavhilwa, kambe eka mpfhuka wo leha va lava mpfuno. Va swi kota ku titshamela voxe.



VANA VA MPIMO 4:

Vana va mpimo 4 va tirhisa switulu swa mavhilwa minkarhi yo tala kasi va boheka ku susumetiwa. Va swi kota ku tivumbulukela ni ku ntshwimba - hi xikombiso va nga ndzundza kunene, va ntshwimba kumbe va vumbuluka. A va swi koti ku titshamela kambe loko va tshegiwile va nga tshama.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi nga endliwaka hi n'wana wa mpimo 3.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi nga endliwaka hi n'wana wa mpimo 4.





VANA VA MPIMO 5:

Vana va mpimo 5 a va swi koti ku tifambela. A va swi koti ku titshamela naswona a va swi koti ku vumbuluka loko va ganamile ivi va etlela hi khwiri kumbe loko va etlele hi khwiri a va swi koti ku hundzuluka va ganama. Nkarhi wun'wana a va swi koti ni ku vumbulukanyana va ya hala ni hala. Loko u etlerisa n'wana hi khwiri, a nga swi kota ku pfuxanyana nhloko, kambe vana van'wana va mpimo 5 a va swi koti ku pfuxa nhloko kumba va vumbuluka va ya hala ni hala. Ndlela leyikulu yo lemuka n'wana wa mpimo 5 hileswaku a nga swi koti ku hundzuluka, u tshama a ri laha u n'wi vekaka kona.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi nga endliwaka hi n'wana wa mpimo 5.



Vana va mpimo 4 na 5 va swi kota ku tifambelanyana, hikwalaho i swa nkoka ku va veka khwatsi ninhlikanhi hikuva a va nge tifambeli ku ya kwihi.



Xana u vona onge n'wana wa wena u wela eka ntlawa wihi?
Ha yini?

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana lava nga ni CP hi nga ku va wela eka mpimo wo karhi wa leya 5.

Mimpimo leyi yi hi byela leswi n'wana a kotaka ku swi endla.

Va mpimo 1 ku ya ka 3 va swi kota ku tifambela.

Vana va mpimo 4 na 5 va lava ku pfuniwa ku famba kumbe ku cinca matshamelo hikuva hi voxe va tsandzeka.



TINDLELA TI 3 LETI SWIRHO SWA MIRI SWI NGA KHUMBKAKA HA TONA:

Vana vo tala lava nga ni CP va khumbeka miri hinkwawo. Leswi vulaka leswaku va nononh'weriwa ku tirhisa mavoko ni milenge. N'wana wo tano hi n'wi vula 'wo lamala hi ku angarhela' (quadraplegic). Hi ku komisa ku tirha rito 'quad'.

Vana van'wana va khumbeka milenge ntsena handle ka mavoko. Hakanyingi vana va kona va swi kota ku tshama ni ku tirhisa mavoko, kambe ku famba swa nonon'hwa. Nkarhi wun'wana mavoko ma khumbekanyana, ivi milenge yi khumbeka ku tlula mavoko. N'wana wo tano hi n'wi vula 'wo lamala ngopfu milenge' (diplegic). Hi ku komisa ku tirha rito 'di'.

Vana van'wana va khumbeka tlhelo rin'we ra miri. Leswi vulaka leswaku va nonon'hweriwa ku tirhisa voko ni nenge wa tlhelo rin'we ra miri. N'wana wo tano hi n'wi vula 'wo lamala tlhelo' (hemiplegic). Hi ku komisa ku tirha rito 'hemi'.

10

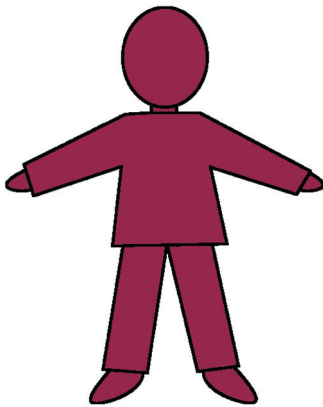
Swirho swa miri leswi

Ndlela ya vunharhu yo hlamusela vana lava nga ni CP yi yelana ni swirho swa miri leswi khumbekaka. Ku ni tindlelankulu tinharhu leti nga khumbaka miri wa n'wana.



Veka swifaniso swi 3 ivi u hlamusela tindlela tinharhu leti swirho swa miri swi nga khumbekaka ha tona.

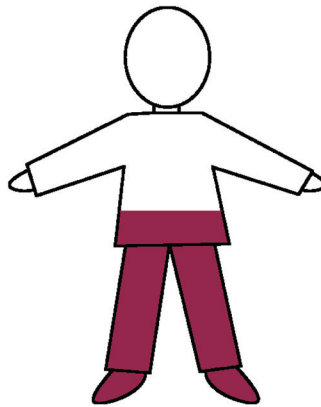
Quad



Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

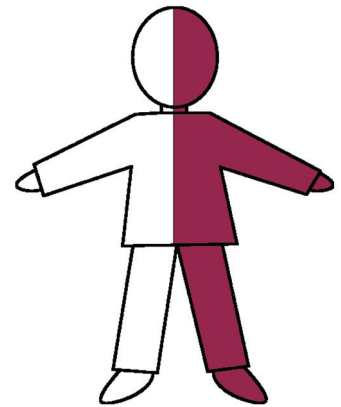
Di



Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Hemi



Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Tirhisa swifaniso ku komba leswaku vana lava va langutekisa ku yini.



Hi swihi swirho swa miri wa n'wana wa wena leswi khumbekaka?
Xana u nga tirhisa rito rihi swi hlamusela?

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana lava nga ni CP va nga hlamuseriwa hi ku ya hi swirho swa miri wa vona leswi khumbekaka.

Hi va hlamusela hi ku tirhisa marito 'quad', 'di' na 'hemi'.

Tanihi ntlawa hi ta ringeta ku twisisa leswi leswi swi nga vangaka CP.



Xana u vona onge i yini leswi vangeleke n'wana wa wena CP?

Nyika un'wana na un'wana nkarhi wo angula.



U swi tivisa ku yini leswaku leswi wa ha ku swi boxaka hi swona xivangelo xa xiviri? Xana u byeriwe hi un'wana?

Xana u byeriwe hi mani xivangelo xa kona naswona munhu wa kona u swi tivisa ku yini?

Tirhisa swivutiso ku twisisa leswaku vatswari va swi twe hi mani swivangelo sweswo.

Hakanyingi a xi tivikani lexi vangelaka CP eka n'wana, hikuva swa tika ku kumisisa leswaku byongo byi vaviseke rini. Hambileswi hakanyingi hi nga xi tiva xivangelo, kumbe leswaku ku endleke yini kumbe xivangelo xa kona, hi tiva xilo xin'we: A hi xihoxo xa manana leswi n'wana wakwe a nga ni CP.

Minkarhi yin'wana ku endleka swo karhi leswi nga vangelaka n'wana CP kumbe a voyamela ekhombyeni ro ngheniwa hi CP. Swilo swa kona swi nga ha endleka eka manana loko a ha tikile, swin'wana swi nga humelela loko a tswala n'wana kasi swin'wana swi nga endleka eka n'wana loko se a tswariwile.

A hi rhangeni hi ku bula hi leswi nga endlekaka eka manana a nga si tswala kumbe loko se a tswele.



SWILO LESWI NGA ENDLEKAKA EKA MANANA LESWI NGA VANGELAKA CP:

- *Loko manana a ri ni vuvabyi kumbe xitsongwatsongwana - manana a nga ha hundzisela xitsongwatsongwana xexo eka n'wana la ha kulaka endzeni.*
- *Loko manana a ri ni nsusumeto wa le henhla wa ngati, ngopfu-ngopfu eka n'hweti yo hetelela ya ku tika kakwe swi nga ha khumba n'wana.*
- *Loko manana a nwa tiphilisi leti nga tshukaka ti vavisa n'wana, ngopfu-ngopfu loko ku ri tiphilisi leti a nga nyikiwangiki hi dokodela.*
- *Loko manana o tswala nkarhi wakwe wu nga si hlangana.*
- *Loko ko va ni xiyimo lexi vangelaka n'wana a nga swi koti ku huma. Hi xikombiso loko laha n'wana a humaka hi kona ku khumile. Loko n'wana a nga humi, a hlwela ku huma ni ku nono'hweriwa. Loko swi hlwela leswaku n'wana a huma, n'wana a nga ha karhala, a non-on'hweriwa ivi a pfumala moya lowu ringaneke kumbe mbilu yi nga ha bela ehansi.*
- *Swi nga ha endleka ku ve ni xiphigo loko manana a ha ku tika ivi n'wana a nga hundzuluki kahle endzeni ka*
- *manana. Kutani loko nkarhi wo tswala wu fika, n'wana a nonon'hweriwa ivi a hlwela ku tswariwa.*
- *Loko manana a kuma mahahlwa - hahlwa ra vumbirhi ri nga ha hlwela ku huma.*
- *Ku kuma nghozi leyi vavisaka nhloko ya n'wana, tanihi nghozi ya movha kumbe loko manana a bukutiwa.*



Veka xifaniso ivi u hlamusela xin'wana ni xin'wana xa leswi nga endlekaka eka manana ivi xi khumba n'wana.



Leswi nga endlakaka eka manana ivi swi vangela CP:

- Vuvabyi kumbe xitsongwatsongwana
- Nsumeto wa le henhla swinene wa ngati
- Ku nwa tiphilisi leti nga tshukaka ti vavisa n'wana
- Ku tswala nkarhi wu nga si hlangana
- Xiyimo lexi vangela n'wana a nga swi koti ku huma
- Ku tswala mahahlwa
- Nghozi leyi vavisaka nhloko ya n'wana

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

Leswi i swilo leswi nga endlekaka eka manana ivi swi vanga leswaku n'wana a tshuka a va ni CP a nga si tswariwa kumbe se a tswariwile.

Sweswi hi ta bula hi swilo leswi nga endlekaka eka n'wana ivi swi endla leswaku a tshuka a va ni CP.



SWILO LESWI NGA ENDLEKAKA EKA MANANA LESWI NGA VANGELAKA CP:

- *Loko n'wana o tshuka a hatla a tswariwa (ku nga si hlangana tin'hweti ta 8).*
- *Loko o mpfempfa ngati ebyongweni se a tswariwile - leswi swi nga endleka hi ku olova eka n'wana la tswariwaka nkarhi wu nga si fika.*
- *Loko n'wana o tshuka a ngheniwa hi xitsongwatsongwa ebyongweni ku fana ni meningitis kumbe rifuva (TB).*
- *Loko n'wana o tshuka a va ni switshetshela endzhaku ko tswariwa swi komba leswaku byongo byi nga va byi vavisekile naswona a nga ha va a pfumale moya lowu ringaneke loko a tswariwa.*



SWILO LESWI NGA YI VANGELIKI CP:

- *Ku endla ta masangu loko munhu a tikile*
- *Ntshikilelo wa mintlhaveko*
- *Ku hlundzuka ka swikwembu*
- *Ku pfumala vutshembeki evukatini*
- *Vuloyi*
- *Mabadi*
- *Ku xupuriwa hi Xikwembu*
- *Xitekela xa xirho xa ndyangu*



Veka xifaniso ivi u hlamusela xin'wana ni xin'wana xa leswi nga endlekaka eka n'wana endzhaku ko tswariwa.



Leswi nga endlakaka eka n'wana ivi swi vangela CP:

- Ku hatla a tswariwa (ku nga si hlagana tin'hweti ta 8)
- Ku mpfempfa ngati ebyongweni
- Ku ngheniwa hi xitsongwatsongwana ebyongweni (meningitis kumbe TB meningitis)
- Ku va ni switshetshela endzhaku ko tswariwa

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

Leswi hi swona leswi nga tshukaka swi vangela n'wana CP.

Kambe u nga rivali leswaku swilo leswi swi nga tshuka swi vangela CP, a swi vuli leswaku swi ta yi vangela CP hi ku helela.

Leswi se hi buleke hi leswi nga tshukaka swi vangela CP, a hi buleni hi leswi nga ta ka swi nga yi vangeli CP.



Veka xifaniso ivi mi bula hi xona swin'we ni ntlawa. Pfumelela ntlawa wu bula hi matitwelo ya wona malunghana na leswi u swi runguleke.



Swilo leswi nga yi vangeli CP:

- Ku endla ta masangu loko munhu a tikile
- Ntshikilelo wa mintlhaveko
- Ku hlundzuka ka swikwembu
- Ku pfumala vutshembeki evukatini
- Vuloyi
- Mabadi
- Ku xupuriwa hi Xikwembu
- Xitekela xa xirho xa ndyangu

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 1 - Introduction to CP

Vatswari vo tala va tivona xihoxo leswi n'wana wa vona a nga ni CP kutani va tshamela ku titshandza evuton'wini. Sweswo swi vangeriwa hileswi vanhu van'wana va va vonaka nandzu, va tibyela leswaku swilo leswi swi nga vangela CP, kambe va hoxile.

Tsundzuka:
**CP a hi xihoxo xa mutswari.
Ku hava lexi mutswari a nga xi endlaka.**

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Hakanyingi lexi vangelaka n'wana CP a xi tivikani.

**Ho tiva ntsena makhombo yo karhi lama nga tshukaka
ma vangela CP.**

**Man'wana ya wona ma endleka eka manana kasi
man'wana ma endleka eka n'wana.**

**A hi xihoxo xa mutswari loko n'wana a ri ni CP - ku hava
lexi va nga xi endlaka.**



CP A YI VA DLAYI VANA - LESWI ENDLAKA HI VULA TANO:

CP a yi va dlayi vana, kambe vana lava nga ni CP va nga dlayiwa hi leswi dlayaka mani na mani. Loko n'wana la nga ni CP a fa, hakanyingi swi vangywa hi vuvabyi lebyi n'wi tsaniseke swinene tanihi: Rifuva, xitsongwatsongwana exifuvuni kumbe pneumonia. Loko n'wana a ri ni switshetshela, kambe a nga nwi murhi, swi nga nyanyisa xiyimo ivi n'wana a titivala. Loko n'wana a nga tsutsumiseriwi exhibhedlela, swi nga endleka a fa.

Vana lava nga ni CP va kula va tiyela va tlhela va va vanhu lava kuleke lava nga ni CP. A hi vangani vanhu lava kuleke lava nga ni CP etindhawini ta le makaya, hikuva loko va ri karhi va kula ni chela miri, swi ya swi tika ku va yisa exhibhedlela.



Xana u anakanya leswaku CP yi dlaya vana?
Ha yini?



Endzhaku ka loko ntlawa wu tiphofurile, hlamusela leswaku CP a yi va dlayi vana.

Tirhisa swifaniso ku komba ntlawa leswaku vana lava nga ni CP va nga kula va tiyisela ni ku va vanhu lavakulu lava nga ni CP.





CP A YITSHUNGULEKI - LESWI ENDLAKA HI VULA TANO:

Ku have vutshunguri bya CP. Loko byongo byo kala byi vaviseka, a byi lulamiseki. Swi tsandza ni vadokodela va vutswatsi a va swi koti ku tshungula CP. A yi nge tshunguri hi vuhandzu kumbe miri ya dokodela kumbe n'anga. Naswona a swi na mhaka leswaku u ni mali yo tarisa ku yini. Ku hava mpimo wa mali lowu nga tshungulaka n'wana la nga ni CP. CP i yo hanya na yona. N'wana la nga ni CP u tshama a ri na yona CP.

Vatshunguri ni vadokodela va nga pfuna n'wana la nga ni CP leswaku a hanya ku antswa, kambe a va nge yi herisi CP.



Xana u anakanya leswaku CP yi nga tshunguleka?



Endzhaku ka loko ntlawa wu tiphofurile, hlamusela leswaku CP a yi tshunguleki.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana lava nga ni CP va ta hanya na yona CP.

Va ta kula va tiyela va tlhela va va vanhu lava kuleke loko va ri ni rihanyo.

Ku hava dokodela, murhi, vuhandzuri kumbe muchini lowu nga lunghisaka ku vaviseka ka byongo.



KU NGHENA XIKOLO:

Hilaha hi boxeke hakona n'wana la nga ni CP u hambanile kasi leswi a kotaka ku swi endla swi ya hi tlhelo ra byongo leri vavisekeke. Swi tano ni hi ku dyondza. Vana van'wana lava nga ni CP va kota ku dyondza ku fana ni vana hinkwavo kasi vana van'wana va dyondza swilo swo olova ntsena.

Loko n'wana la nga ni CP a kota ku dyondza ku fana ni vana van'wana, kutani u fanele a nghena xikolo lexi nga n'wi pfunaka a dyondza hambileswi a nonon'hweriwaka ku famba. Lexi twisaka ku vava hileswaku swikolo swa kona a swi nyawuli kutani a swi olovi ku tsarisa vana eka swikolo sweswo.

Vana van'wana lava nga ni CP va nga dyondza eka xikolo xihhi ni xihhi, kambe swi boha leswaku va vekiwa tihlo eklilasini.

13

Xikolo ni ku dyondza



Xana u anakanya leswaku vana lava nga ni CP va nga nghena xikolo? Ha yini?



Endzhaku ka loko ntlawa wu tiphofurile, boxa leswi vangelaka leswaku vana van'wana va nghena xikolo kasi van'wana va nga xi ngheni.

Kuma switsundzuxo eka mutshunguri wa wena malunghana ni leswi n'wana wa wena a nga kotaka ku swi dyondza hambi a nga yisiwanga exikolweni. Va nga ha ku tivisa swikolo leswi nga kona ni ndlela yo tsarisa.

U nga rivali leswaku vana hinkwavo lava nga ni CP va nga ha cinca kutani vana hinkwavo lava nga ni CP va nga dyondza swo karhi hambi swi nga nyawuli. Hi nga heli mbilu ku va dyondzisa swilo leswintshwa.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana lava nga ni CP va nga nghena xikolo loko va swi kota ku dyondza.

Mpimo wa leswi va nga swi dyondzaka wu ta ya hi swiyenge swa byongo leswi vavisekeke.

Kuma switsundzuxo eka mutshunguri wa wena loko n'wana wa wena a ta nghena xikolo.

14

Nhlangano wu gimeta kwala

Ava ntlawa u va pana hi vambirhi-mbirhi.

Ndzi ta bula na n'wina hi vambirhi-mbirhi ku twa leswi mi swi dyondzeke namuntlha hikuva hi kume rungula ro tala lerintshwa eka nhlangano lowu.

Va nyike nkarhinyana wo burisana.

Ndzi ni swivutiso swimbirhi leswi mi nga ta swi angula mi ri vambirhi-mbirhi.



Xana mi ta yi rungulela yini mindyangu ya n'wina endzhaku ka nhlangano lowu? Xana swi ta mi tikela?

Va nyike timenete ti nga ri tingani va burisana hi tinhlamulo ta vona.



Nhlangano wu gimeta kwala, xana u kona la nga ni swivutiso hi nga si lelana?

Hlamusela rungula leri nyikiwaka mutswari ivi u kamba loko ku ri ni swivutiso.

Gimeta nhlangano ivi u eneriseka leswaku swivutiso hinkwaswo swi hlamuriwile.

2

CP Ku Hanya Na Yona

*Ku hlayisa n'wana wa mina
siku hinkwaro.*

Eka nhlngano lowu ku ta laveka:



Phepha lerikulu ro tsalela



Xitsalo xo tsala swi vonaka kahle



Xikhigelo kumbe nkumba lowu petsiweke

1

Vuamukeri

Hoyozela hinkwavo entlaweni ivi va tshamiseka khwatsi u nga si sungula.



Hi nga si sungula nhlango lowu, xana u va rungulele yini vandyangu wa wena hi CP kutani va angurise ku yini eka mahungu ya wena?

Longoloxa vuyelo ivi mi bula hi byona swin'we ni ntlawa.

Workshop 2 - Vuyelo

- Leswi hi vulaka swona loko hi ku “Ku Khathalela n’wana la nga ni CP i ndlela ya vutomi”.
- Ndlela leyi vana lava nga ni CP va cincaka ha yona hi ku famba ka nkarhi.
- Tindlela letinene to cinca matshamelo yacinca ku tshamisisa vana lava nga ni CP.
- Tindlela letinene to khathalela vana lava nga ni CP.
- Maendlelo ya swilo swa siku ni siku hi ndlela leyi nga ta pfuna vana lava nga ni CP.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 2 - CP as a Way of Life

Eka nhlango lowu hundzeke hi dyondze leswaku:

1. CP i yo hanya na yona. N’wana u ta tshama a ri ni CP naswona a yi nge heli.
2. Vana hinkwavo lava nga ni CP va ni swiphiqo swa mafambelo.
3. Hambileswi hi nga ta ka hi nga yi tshunguli CP, vana hinkwavo va nga cinca.

Ku khathalela n’wana la nga ni CP i ndlela ya vutomi kasi ndlela leyi vana lava nga ni CP va cincaka ha yona, yi lawuriwla hi leswi va swi endlaka siku ni siku.

Namuntlha hi ta bula hi swilo leswi:

- Leswi hi vulaka swona loko hi ku “Ku Khathalela n’wana la nga ni CP i ndlela ya vutomi”.
- Ndlela leyi vana lava nga ni CP va cincaka ha yona hi ku famba ka nkarhi.
- Tindlela letinene to cinca matshamelo yacinca ku tshamisisa vana lava nga ni CP.
- Tindlela letinene to khathalela vana lava nga ni CP.
- Maendlelo ya swilo swa siku ni siku hi ndlela leyi nga ta pfuna vana lava nga ni CP.



KU KHATHALELA N'WANA LA NGA NI CP INDLELA YA VUTOMI:

Eka nhlango lowu hi ta bula hi tinhla leti pfunaka to khathalela vana lava nga ni CP, kambe tinhla ta kona a hi vutiolori. A ti vakeriwi nkarhi wo karhi wa siku kumbe minkarhi yo karhi hi siku. Tinhla leti ti tirha nkarhi hinkwawo loko hi endla xo karhi ni n'wana la nga ni CP. Phela n'wana la nga ni CP u tikeriwa hi mafambelo kutani ku tikeriwa koloko a ku na nkarhi wo karhi hi siku, n'wana u khumbeka nkarhi hinkwawo. Kutani nkarhi hinkwawo hi fanele hi khoma n'wana hi ndlela leyinene leswaku miri wa n'wana wu nga nyanyi ku biha.

Hi yona mhaka leyi hi vulaka leswaku ku khathalela n'wana la nga ni CP i ndlela ya vutomi, hikuva tinhla leti hi dyondzaka ha tona i swilo leswi hi faneleke hi swi endla hi masiku - ku nga ri hi nkarhi wo karhi wa siku kumbe masiku yo karhi ya vhiki. A hi vutiolori, i ndlela yo hanyisana ni n'wana wa hina. Ku endla vutiolori ni n'wana swona i swinene, kambe a hi swona ntsena leswi nga ta pfunana n'wana leswaku a nga nyanyi ku biha.

3

CP ku hanya na yona

Vana lava nga ni CP va ta va vanhu lava kuleke lava nga ni CP, va ta cinca. Va nga ha cinca kahle kumbe xiyimo xi nyanya, swi ta ya hi leswi va swi endlaka loko ri xile.

Eka nhlango lowu, hi ta dyondza ndlela yo pfuna vana va cinca hi ndlela leyinene, va nga nyanyi ku biha. Leswaku hi kota ku swi dyondza sweswo, hi fanele hi rhangha hi twisisa leswaku CP ku hanyiwa na yona.



Hlamusela leswi hi vulaka swona loko hi ku "ku khathalela n'wana la nga ni CP i ndlela ya vutomi".



HUNGU RA YINDLU:

A hi tirhiseni xikombiso xa yindl leswaku hi kota ku twisisa. Loko u ri ni yindlu yo saseka, ni lwangu ro xonga ni marhangu yo tiya, u nga tshama eka yona u eneriseka. Loko u tshama eka yindlu yoleyo kambe u nga yi sasekisi ni ku yi endla yi tiya, hi ku famba ka nkarhi yi ta biha ku tlurisa. Loko u yi tshika nkarhi wo leha swinene yi nga fana ni yindlu leyi nga eka xifaniso xa vumbirhi.

Loko u tshama endlwini yoleyo u lava yi va kaya lerinene nkarhi wo leha, u fanele u yi hlayisa hi ku lunghisa lwangu, u pfuxa ni marhangu ni ku pfuxeta pende. Hilaha ku fanaka, n'wana la nga ni CP loko a tshikiwa a nga tshamisiwi kahle kumbe a nga khathaleriwi swona, u ta ya a nyanya ku biha. Vana lava nga ni CP (ngopfu-ngopfu va mpimo 4 na 5) a swi nyawuli leswi va nga tiendlelaka swona kutani hi fanele hi va pfuna leswaku xiyimo xa vona xi nga nyanyi ku biha.

Hi rhange hi vula leswaku vana hinkwavo lava nga ni CP va nga cinca kasi vana van'wana va nga cinca ku tlula van'wana swi ta ya hi ku vaviseka ka byongo. Yindlu na yona yi nga ha cinca naswona hi nga yi antswisa ematshan'weni yo yi lunghisa ntsena. Vana lava nga ni CP na vona va tano. Va nga ha cinca hi ndlela leyinene, kambe loko hi nga va pfuni a va nge cinci.

4

Ku cinca ku nga va lokunene kumbe loko biha

Vana lava nga ni CP va cinca hi ku famba ka nkarhi kasi ku cinca koloko ku nga ha va lokunene kumbe loko biha. Loko n'wana a nga swi koti ku tifambela, hi fanele hi tikarhata swinene ku n'wi pfuna a famba. Phela loko n'wana a nga fambi, u ta oma swirho naswona u ta tshama a ri eka xiyimo lexi a tshikiwaka eka xona.



Tirhisa swifaniso ku hlamusela hungu ra yindlu.



Eka vana lava nga va mpimo 4 kumbe 5, swi nga ha pfa swi tika ku vona ku cinca lokunene, ngopfu-ngopfu loko n'wana a ri karhi a kula - kambe n'wana a nga nyanya ku biha loko hi nga swi sivali.

Eka vana lava nga va mpimo 1, 2 na 3, swa olova ku vona ku cinca lokunene, kambe swi kona swirho swa miri ya vona leswi nga nyanyaka ku biha loko hi nga va pfuni.

5

Leswi swi nga tshukaka swi famba ximatsi

A hi kambeni xikombiso xa leswi nga tshukaka swi famba ximatsi eka vana lava nga ni CP hi ku famba ka nkarh.

Veka swifaniso.



Loko u languta swifaniso leswi, swi le rivaleni leswaku n'wana loyi wa swi kota ku yima ni ku etlela khwatsi. Mavoko yakwe ma pfuleka naswona u tikomba a a nga kharhateki.



Xana u vona onge n'wana loyi u ta languteka njhani endzhaku ka malembe ya 10? Xana miri wakwe wu ta cincisa ku yini?

Pfumelela ntlawa wu angula ivi mi bula hi mavonelo ya wona.



LESWI N'WANA A LANGUTEKISAKA XISWONA SWESWI:

N'wana loyi a hi n'wi langutile se u kurilenyana. Eka swifaniso leswi, u kota ku vona leswaku miri wakwe a wa ha ololokanga naswona xisuti xakwe xi sulekile. Loko xisuti xakwe xi suleka, longo na rona ra suleka kutani a ri ololoxeki. Hambileswi a kotaka ku vekiwa eka xiseketelo, swi le rivaleni leswaku a nga swi koti ku tshama a ololoka leswi xisuti ni longo rakwe swi sulekeke. Loko u languta matsolo ni milenge yakwe, swi le rivaleni leswaku a nga swi koti ku yima.



Veka swifaniso ivi mi bula hi leswi n'wana a langutekisaka xiswona sweswi se a kulekenyana.



Ku cinca loku ku endleka hi xihatla swinene eka vana lava nga va mpimo 4 kumbe 5, hikuva a a va swi koti ku tifambela. Ndlela ya nkoka swinene yo pfuna n'wana a nga nyanyi ku biha a fana ni le ka swifaniso leswi, i ku tiyisisa leswaku u tshamisiwa kahle nkarhi hinkwawo, a nga tshikiwi a tshama a etelele emubedweni.

U nga rivali leswaku n'wana u ta omelela eka xiyimo lexi nkarhi wo tala a vekiwaka eka xona. Loko a tshama a etlela milenge yi ri etlhelo, u ta omelela eka tlhelo rero naswona xisuti ni longo swi ta suleka.

RUNGULA-NKULU

Ku cinca loku ku endleka hi xihatla swinene eka vana lava nga va mpimo 4 kumbe 5, hikuva a a va swi koti ku tifambela.

Ndlela ya nkoka swinene yo pfuna n'wana a nga nyanyi ku biha a fana ni le ka swifaniso leswi, i ku tiyisisa leswaku u tshamisiwa kahle nkarhi hinkwawo, a nga tshikiwi a tshama a etelele emubedweni.

U nga rivali leswaku n'wana u ta omelela eka xiyimo lexi nkarhi wo tala a vekiwaka eka xona. Loko a tshama a etlela milenge yi ri etlhelo, u ta omelela eka tlhelo rero naswona xisuti ni longo swi ta suleka.



N'WANA WA MPIMO 4 KUMBE 5:

Loyi i n'wana wa mpimo 5 loyi a omeke swirho kasi u fanele a pfuniwa leswaku a nga nyanyi ku biha. Swi le rivaleni leswaku mana wakwe u tikarhatile leswaku xiyimo xakwe xi nga nyanyi ku biha kutani n'wana wa ha hanyile a nga omelelanga. Wa ha swi kota ku tiyimela hi milenge kutani mana wakwe u kota ku yisa miri eka matlhelo hinkwawo ku fana niloko a ha ri xihlangi. Hambi leswi a nga cincangiki ngopfu, u titsakerile u hava xitlhavi. Loko u languta xifaniso xo sungula, u xiya leswaku milenge yakwe yi talele tlhelo rin'we. N'wana loyi ha ha ku n'wi vonaka a a ta languteka hi ndlela leyi xiyimo xakwe xi nga si nyanya ku biha naswona n'wana loyi a a ta omelela loko mana wakwe a a nga tikarhatanga a n'wi pfuna.

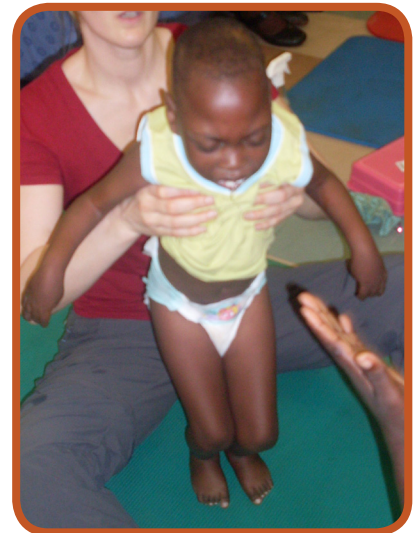
6

Leswi swi nga tshukaka swi famba kahle kahle

A hi kambeni swikombiso swa leswi nga tshukaka swi famba kahle eka vana lava nga ni CP hi ku famba ka nkarhi.



Veka swifaniso ivi u bula hi n'wana wa mpimo 4 kumbe 5.





N'WANA WA MPIMO 1-3 KU YA KA:

Loyi i n'wana wa mpimo 3 wa CP ya xikatsa. Loko u languta miri ni milenge yakwe loko a ha ri xihlangi, a swi tikombi leswaku a a ta swi kota ku yima ni ku famba hi xixongoterisi. Kambe ha swi vona leswaku u dyondza ku tshama ni ku famba hi xixongoterisi. Naswona eswifanisweni hi vona n'wana la tsakeke swinene ku tlula loko a ha ri xihlangoi.



Veka swifaniso ivi u bula hi n'wana wa mpimo 1 ku ya ka 3.



RUNGULA-NKULU

Vana va nga endla ku cinca lokunene hi ku famba ka nkarhi.

Ku cinca ka kona a ku nyawuli eka vana lava nga eka mpimo 4 kumbe 5, kambe hi nga va pfuna leswaku va nga nyanyi ku biha.

Ku cinca loku ku vonaka hi ku olova eka vana lava nga eka mpimo 1 ku ya ka 3, kambe ku cinca loku a ku nge endleki loko n'wana hi nga n'wi khathaleli kahle loko ri xile.

7

Lexi endlaka swi va swa nkoka ku n'wi tshamisisa kahle

Loko ri xile vana va hina ha va rhendzelekisa, hi va khoma kumbe hi va vukarha, kambe hakanyingi va heta siku va ri eka swiyimo swo hamba-hambana. Leswi vana lava nga ni CP va tshamisisiwaka xiswona i swa nkoka, ngopfu-ngopfu eka vana va mpimo 4 na 5, hikuva a va swi koti ku tifambela.

Loko n'wana a tshama a ri eka xiyimo xin'we nkarhi wo leha, u ta nyanya ku biha ku kota yindlu hi ku famba ka nkarhi. A hi buleni hi ndlela yo tshamisisa vana lava nga ni CP hi ndlela leyinene kutani yi va pfuna leswaku va nga nyanyi ku biha.

Veka swifaniso.





LEXI VANGELAKA LESWAKU MATSHAMELO LAWA MA VA XIPHIQO EKA N'WANA LA NGA NI CP:

Loko hi tshamisisa n'wana la nga ni CP a tiwisela, hi ta xiya leswaku hakanyingi milenge yi talela tlhelo rin'we. Eka vana van'wana, milenge yi talela swinene eka tlhelo rin'we kasi eka vana van'wana nenge wun'we wa khotsekanyana. Kambe eka swifaniso hinkwaswo, matsolo ya vana ma langute eka tlhelo leri hambaneke ni ra miri wa vona.

Loko a etlele hi ndlela leyi xisuti xi humela ehandle eka vana lava nga ni CP kutani loko swi ri tano hi ri xisuti xi 'konyomukile'. Hambiloko nenge wun'we wu khotsekilenyana, xisuti xi nga konyomuka loko hi tshika n'wana a etlela hi xiyimo lexi.

Loko matsolo ma langute eka tlhelo leri hambaneke ni ra miri, xisuti xa suleka, ni longo ra suleka, ivi xisuti xi humela ehandle. Loko sweswo swi endleka, n'wana u twa ku vava swinene kutani sweswo a hi nge swi cinci.

Vana vo tala lava nga ni CP va fana ni vana lava nga eswifanisweni leswi loko hi va tshamisisa va tiwisela.



Xana u rhandza yini eka ndlela leyi vana va etlerisiweke ha yona?
Naswona xana u vona onge xiphiqo xi kwihi eka ndlela leyi vana va etlerisiweke ha yona?



Hlamusela xiphiqo eka ndlela leyi vana lava va etlerisiweke ha yona.



KU YIMA KA MAHLANGANO YA XISUTI:

Xifaniso lexi xi komba ndlela leyi mahlangano ya xisuti ma nga xiswona eka n'wana la nga riki na CP. Swi le rivaleni leswaku rambu ra xisuti ri ni mbhovo yo enta laha rambu ra nenge ri khotlomelaka kona. Xiyimo xa rambu ra xisuti xi pfuna ku hlayisa rambu ra nenge ri tshame endhawini ya rona. Mahlangano ya xisuti lawa vana va tswariwaka na wona a ma yimanga hi ndlela leyi. Loko n'wana se a tswariwile mahlangano ya xisuti ma kula loko n'wana a ri karhi a kasa, a yima ni ku famba. Ku kasa ni ku famba i swa nkoka ku endlela leswaku rambu ra xisuti ri enta kukota leri hi ri vonaka exifanisweni.



MAHLANGANO YA XISUTI EKA N'WANA LA NGA NI CP:

Xifaniso lexi xi kombisa mahlangano ya xisuti eka n'wana la nga ni CP. Vana lava nga va mpimo 4 na 5 a va kasi kumbe ku famba, kutani mahlangano ya vona ya xisuti a ma entanga kutani swa olova leswaku rambu ra nenge ri huma kumbe ri konyomuka hikuva a ri khotlekanga.

Vana lava nga ni CP lava kotaka ku famba, hambiloko va pfa va pfuniwa, rambu ra vona ra xisuti ni rambu ra nenge swi hlangana kahle, kutani rambu ra nenge wa vona ri ngo tshuka ri hume hi xiwelo ntsena. KAMBE i swa nkoka leswaku vana lava va tolovela ku famba, kasi loko va tsandzeka ku tifambisa, hi fanele hi va pfuna.

8

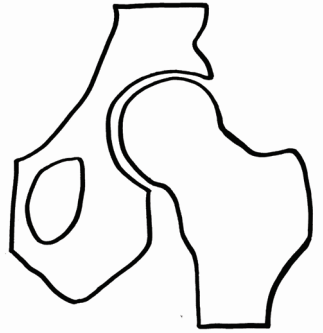
Xisuti, ku konyomuka ka xona ni xivangelo xa kona

A hi buleni leswi nga vangelaka ku konyomuka ka xisuti xa n'wana hi ku famba ka nkarhi.



Veka xifaniso ivi u hlamusela ndlela leyi mahlangano ya xisuti ma kulaka ha yona hakanyingi eka n'wana.

Mahlangano ya nyonga



Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 2 - CP as a Way of Life



Veka xifaniso ivi u hlamusela ndlela leyi mahlangano ya xisuti ma nga kulaka ha yona eka n'wana la nga ni CP.

Mahlangano ya nyonga ya n'wana la nga ni CP



Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 2 - CP as a Way of Life

Vana lava nga va mpimo 4 na 5 hi vona va talaka ku konyomuka xisuti.

Xiphiso lexikulu loko xisuti xi konyomuka i ku vava ka kona lokukulu, kasi loko xisuti se xi humile, a xi tlheleli. Swi vula leswaku n'wana la konyomukeke xisuti u ta tshamela ku twa ku vava kutani u ta boheka ku hanya hi murhi wa swithavi sweswo. Hi dyondzisa vatswari rungula leri leswaku hi pfuna vana va nga karhatiwi hi swithavi. Eka vana van'wana a swi koteki ku swi sivela loko se va ri eka malembe yo karhi, kambe hi nga swi sivela loko va ha ri vatsongo. Ndlela leyi hi va khathalelaka ha yona loko ri xile, yi nga endla leswaku va tsakela malembe yo tala yo pfumala swithavi.



XINTIRHWANA:

- *Kombela la tsakelaka ku pfuna.*
- *Tirhisa la tsakeleke ku pfuna ku kombisa ndlela leyi nenge wa le henhla wu tshegiwaka ha yona loko n'wana a etlele hi rihlanguti.*
- *Va kombise hi ku vekela xikhigelo kumbe nkumba lowu petsiweke exikarhi ka milenge, swi pfuna leswaku xisuti ni matsolo swi tshama swi kongoma.*
- *Loko hi nga wu tshegi nenge, wu koka xisuti ivi xi huma.*

9

Matshamelo lama nga pfunaka n'wana la nga ni CP

Loko hi tshamisisa n'wana la nga ni CP a tiwisela, hi fanele hi tiyisisa leswaku matsolo ni miri swi langute tlhelo rin'we. Leswi i swa nkoka loko a ganamile, swi tlhela swi va swa nkoka ni loko a etelele hi xiyimo xihi ni xihi. Loko n'wana a etelele hi rihlanguti, hi fanele hi tsundzuka ku tshega nenge wa le henhla leswaku wu nga koki xisuti.

U fanele u va ni:



Tanihi leswi hi tirhisaka xikhigelo kumbe nkumba ku tshega nenge wa le henhla, hi fanele hi tirhisa hambu ku ri yini ekaya ku va hlayisa va ri eka xiyimo lexinene. Hi nga tirhisa swikhigelo, mathawula lama songiweke, minkumba ni swin'wana leswi nga pfunaka. Kambe leswi hi swi endlaka eka n'wana wo karhi, a swi fani ni leswi hi faneleke hi swi endla eka vana van'wana. Vana a va fani kutani hi fanele hi yi tiva kahle ndlela yo va pfuna va tshama va ri eka xiyimo lexinene.

A hi kambeni tinhla tin'wana to pfuna vana lava nga ni CP va tshama va ri eka xiyimo lexinene.

Veka swifaniso ivi u bula hi leswi tirhisiweke eka n'wana un'wana ni un'wana.



Vana lava hinkwavo va etelele hi tindlela to hambana naswona va tshegiwe hi swikhigelo ni minkumba.

?

Xana n'wana hi n'wi etlerisisa ku yini?

Xana u tshama a etelele siku hinkwaro? Xana u etelela ntsena loko ku ri ku etelela vurhongo?

- Loko va etelele.
- Loko va wisile.
- Loko va ta tlanga va ri eka xiyimo xexo.

Vana lava nga ni CP va fanele va etlela ntsena loko va wisile, va etelele vurhongo kumbe loko va tlanga. A hi swinene leswaku n'wana a etlela siku hinkwaro, kasi ni ku n'wi tshamisisa siku hinkwaro a hi swinene. U nga rivali leswaku vana lava nga ni CP va nga omelela eka xiyimo lexi nkarhi wo tala a vekiwaka xona. Kutani loko n'wana a tshama a etelele nkarhi hinkwawo, miri wa yena wu ta omelela eka xiyimo xexo. Kutani loko n'wana a tshama a etelele nkarhi hinkwawo, miri wa yena wu ta omelela wu tshama eka xiyimo xexo. Vana lava nga ni CP va fanele va tshamisiwa hi tindlela to hambana ku kota vana van'wana.

Swilo leswintshwa leswi hi swi dyondzeke malunghana ni matshamelo ya n'wana i swa nkoka loko n'wana etelele, niloko n'wana a tshamile niloko a yimile. Loko matsolo ma langute eka tlhelo leri hambaneke ni miri loko n'wana a tshamile kumbe a yimile, swi nga vangela xisuti ku humela ehandle.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Loko hi tshamisisa n'wana hi ndlela yo karhi, hi fanele hi tiyisisa leswaku matsolo ni miri swi langute tlhelo rin'we.

Loko hi nga va tshamisi kahle, xisuti xa vona xi nga ha konyomuka hi ku famba ka nkarhi.

Loko va etelele hi rihlanguti, hi fanele hi tshega nenge wa vona wa le henhla.

Leswi i swa nkonka eka matshamelo hinkwawo, ku nga ri ntsena loko n'wana a etelele.

A hi twisiseninyana mhaka ya ku yima.



Xana hi nga n'wi pfuna njhani n'wana la nga ni CP leswaku a kota ku yima?

- Ku tshega n'wana hi milenge ya hina
- Ku khoma mavoko ya n'wana
- Ku tshega n'wana hi khumbi kumbe miri wa wena
- Ku veka n'wana a yima kunene
- Ku seketela n'wana hi tafula kumbe xitulu

Veka swifaniso loko ntlawa wu ri karhi wu boxa tinhla ivi u tirhisa swifaniso ku ringanyeta tinhla tin'wana leti ntlawa wu nga ti boxangiki.





KU YIMA HI NDLELA LEYINENE:

- *Tiyisisa leswaku milenge hayimbirhi yi kandziye ehansi nilswaku yi ololokile. Milenge a yi fanelanga hi kokeka lerova yi nga kandziyi kahle ehansi.*
- *Tiyisisa leswaku miri wa n'wana wu ololokile nilswaku a wu voyamelanga tlhelo rin'we.*
- *Tiyisisa leswaku xisuti xa n'wana xi langute emahlweni ni matsolo ni milenge swi ololokile, swi langute tlhelo rin'we ni miri.*



Ha yini u vona swi ri swa nkoka leswaku n'wana la nga ni CP a kota ku yima?

- Ku ololoxa milenge
- Leswaku milenge yi tolovela ku byarha ntiko
- Ku tiyisa swisuti
- Ku engetela nkhumuko wa ngati ni ku tiyisa mbilu
- Ku pfuna ku sivela ku bohana ka khwiri
- Ku pfuna ku sivela ku hlanta

Ku fana ni matshamelo laman'wana, loko hi pfuna n'wana la nga ni CP ku yima, hi fanele hi tiyisisa leswaku u yime hi ndlela leyinene handle ko tivavisa hi ku famba ka nkarhi.



Xana u vona onge hi nga tiyisisa ku yini leswaku n'wana u yime hi ndlela leyinene?

Pfumelela ntlawa wu angula ivi mi bula hi mavonelo ya wona.



Veka swifaniso loko u ri karhi u hlamusela ndlela yo tiyisisa leswaku n'wana u yime hi ndlela leyinene.





Xana u ehleketa leswaku n'wana a nga vaviseka rini loko a yime hi milenge?

- Loko n'wana a ri ni nhamu leyi nga tiyangiki kumbe nhloko yo tika kutani a tsandzeka ku yima khwatsi.
- Loko milenge ya n'wana yi tsandzeka ku yima yi kandziyisisa ehansi.
- Loko n'wana a rila kumbe a tikomba a twa ku vava loko a yimile.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Ku ni tindlela to tala to pfuna vana lava nga ni CP leswaku va yima hi milenge.

I swa nkoka leswaku vana lava nga ni CP va yima hi milenge, ntsendze loko va yime kahle.

U nga tshuki u yimisa n'wana loko swi n'wi twisa ku vava.



KU KHATHALELA N'WANA LA NGA NI CP:

Tsundzuka tinhla leti loko u khathalela n'wana la nga ni CP:

1. Fambisa n'wana hi ku nonoka u nga n'wi kahlurisi

Vana lava nga ni CP va fanele va fambisiwa hi ku nonoka. Loko hi va fambisa hi ku kahlula, va ta omelela ivi swi va tikela swinene ku famba. Loko a rhulile, hi fanele hi n'wi fambisa hi ku nonoka swinene leswaku miri wakwe wu tshama wu tshunxekile. Loko o tshuka a omelela, tshika ku n'wi fambisa ivi u n'wi wisisa nakambe.

2. U nga sindzisi miri wa n'wana ku famba

Swi fanele swi olova ku fambisa mavoko, milenge ni miri wa n'wana, hi nga tshuki hi sindzisa miri wa n'wana ku famba hi nsindziso. Loko hi sindzisa miri ku famba, n'wana u ta twa ku vava kambe a hi swinene ku n'wi twisa ku vava.

3. Byela n'wana leswi u swi endlaka

Loko hi namba hi fambisa n'wana hi nga n'wi byelanga nchumu, a nga swi rindzelanga leswi u swi endlaka kutani a nga vilerisiwa hi leswi endlakanga Swi ta n'wi omelerisa miri ni ku n'wi tikisela ku famba.

11

Ku khathalela n'wana la nga ni CP

Leswi se hi yi tivaka ndlela yo tshamisisa n'wana la nga ni CP, a hi dyondzeni tindlela letinene to khathalela n'wana la nga ni CP.

Siku ni siku ku ni minkarhi leyi hi vana va hina hi va rhendzelekisa, hi va khoma kumbe hi va vukarha. Loko hi endla swilo sweswo, hi nga swi endla hi tindlela leti nga nyanyisaka xiyimo xa n'wana kasi ku ni tindlela tin'wana to swi endla hi ndlela leyi nga pfunaka n'wana.



Veka xifaniso ivi u hlamusela tinhla ta kona.

Ku khathalela n'wana la nga ni CP:

- Fambisa n'wana hi ku nonoka u nga n'wi kahlurisi.
- U nga sindzisi miri wa n'wana ku famba.
- Byela n'wana leswi u swi endlaka.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 2 - CP as a Way of Life

Ku khathalela n'wana la nga ni CP swa tika hikuva nkarhi wun'wana va omelela kumbe va tshombonyoka kutani hi fanele hi tiva ndlela yo khathalela n'wana la nga ni CP leswaku a nga nyanyi ku biha.

Vana vo tala va tshama va omelerile kukota vana lava vuriwaka spasic kasi van'wana va tshombonyoka kumbe va nga tshamiseki kukota vana lava vuriwaka dystonic kumbe choreoathetoid. Ndlela yo khathalela n'wana la omeleleke swirho a yi fani ni ya loyi a tshombonyokaka kumbe la nga tshamisekiki.



KU FAMBISA NI KU OLOLA:

Yin'wana ya tindlela letinene to ntshunxa n'wana la omeke swirho i ku n'wi fambisa ni ku olola. Vana lava omeke swirho swa va tikela ku famba kutani hi va fambisa hi tindlela leti ti va tikelaka. Vana lava khumbekeke swinene a va swi koti ku fambisa miri ya vona hi tindlela to fana ni ta vana van'wana, hikuva va tsandzeka. Loko n'wana a khumbeke swinene hi fanele hi fambisa miri wakwe. Vana lava nga khumbekangiki ngopfu a va swi koti ku fambisa miri ywa vona hi tindlela to fana ni ta vana van'wana, hikuva swa va tikela. Loko n'wana a nga khumbekanga ngopfu hi nga n'wi khutaza ku fambisa miri wakwe hambiloko swi tika.

Ku olola miri wa n'wana hi matlhelo hinkwawo na swona swa pfuna hikuva vana van'wana va famba hi ndlela yoleyo. Nakambe loko n'wana a khumbeke ngopfu hi nga n'wi olola, kambe loko n'wana a khumbeke katsongo, hi nga n'wi khutaza ku tiolola.

12

Ku khathalela n'wana la omeke swirho

Loko n'wana a ome swirho, hi fanele hi olola miri wakwe.



Xana u vona onge hi nga wu olola njhani miri wa n'wana la omeke swirho?

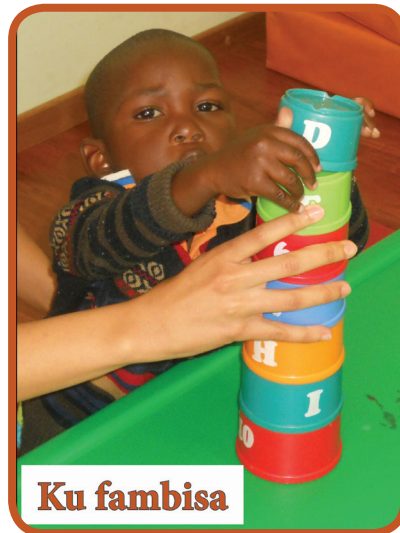
Pfumelela ntlawa wu angula ivi mi bula hi mavonelo ya wona.



Veka swifaniso ivi u hlamusela ndlela leyi ku fambisa ni ku olola swi nga n'wi ntshunxaka ha yona n'wana la omeke swirho.



Ku fambisa



Ku fambisa



Ku olola



Ku olola



KU KANDZA NI KU OLOLA:

Ndlela yin'wana yo pfuna n'wana la omeke swirho i ku n'wi kandza ni ku n'wi olola. Loko vana lava omeke swirho va nga famba-fambi, misiha ya vona yi nga ha khwanyana ivi yi tsongahala. Hi nga endla misihi yi ntshunxeka hi ku yi kandza ni ku yi olola.



Veka swifaniso ivi u hlamusela ndlela leyi ku kandza ni ku olola swi nga ntshunxaka ha yona n'wana la omeke swirho.



Ku kandza



Ku kandza



Ku olola



Ku olola

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Loko n'wana a ome swirho, hi fanele hi olola miri wakwe.

Ku fambisa, ku olola ni ku kandza hi tona tindlela leti hi nga ntshunxaka ha tona miri wa n'wana.

Loko ku ri ni tindlela leti n'wana a nga tifambelaka ha tona, hi fanele hi n'wi khutaza.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta va mukhathaleri kasi un'wana u ta va n'wana.*
- *N'wana u tshama exitulwini ivi a tshombonyoka. Mukhathaleri u fanele a veka voko rakwe enhlaneni wa n'wana a n'wi sivela ku tshombonyoka hi ku susumeta.*
- *Kutani kombela mukhathaleri leswaku a tshika ku susumeta.*

13

Ku khathalela n'wana la tshombonyokaka kumbe la nga tshamisekiki

Loko n'wana a tshombonyoka kumbe a nga tshamiseki, hi fanele hi n'wi rhulisa miri ivi hi n'wi pfuna a titwa a tshamisekile, hi tirhisa tindlela letinene.



Ku endleka yini loko u susumeta munhu loyi a tshombonyokaka?

- U hambeta a tshombonyoka.
- Miri wakwe wa oma.



Ku endleka yini loko u tshika ku susumeta munhu loyi a tshombonyokaka?

- U tshika ku tshomboyika ivi a tshama a rhula.

Swi tano ni hi n'wana loyi a tshombonyokaka. Loko hi hambeta hi susumeta, u ta hambeta a tshombonyoka, loko hi tshika ku susumeta na yena u tshika ku tshombonyoka a tshama a rhula.



U NGA LWISANI NI N'WANA:

Vana lava tshombonyokaka a va lawuleki. Loko a tshombonyoka, u fanele u n'wi tshika kambe u nga n'wi wisi, kutani loko a nga ha tshombonyoki u nga n'wi ttherisela eka xiyimo lexi a a ri eka xona. Ku susumeta nhlana wa n'wana swi ta endla a oma swirho. Loko hi n'wi ttherisela endzhaku, u hatla a tshama a rhula ivi a kota ku tlhelela eka xiyimo lexi a a ri eka xona.

Kutani ndlela yo rhangwa yo pfuna n'wana leswaku a tshama a rhula i ku ka hi nga lwisani na yena.



Veka swifaniso swi tlhandlamana ivi u hlamusela leswi hi vulaka swona loko hi ku: "u nga lwisani ni n'wana".





TSHEGA MIRI:

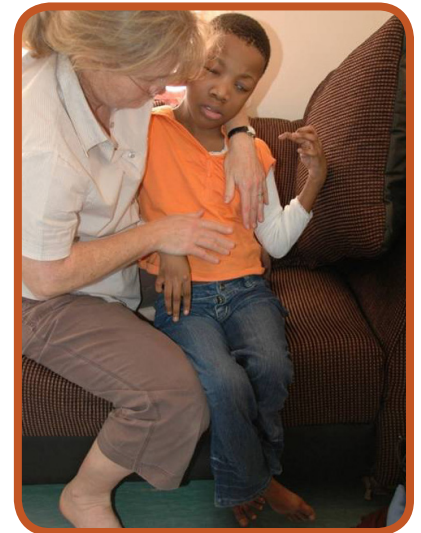
Loko hi khoma n'wana lava tshombonyokaka ni loyi a nga tshamisekiki hi tala ku n'wi khoma mavoko tanihi leswi ku nga wona ma tshuka-tshukaka. Kambe a swi vuli leswaku n'wana u titwa a sirhelelekile hikuva miri wakwe wa ha famba naswona a nga ha tshuka a wela ehansi. Loko a titwa a nga sirhelelekanga, a nge tshamiseki a rhula.

Loko hi tshega miri wa n'wana, miri wakwe wu tshama endhawini yin'we, leswi vulaka leswaku a nge tshuki a wela ehansi naswona u titwa a sirhelelekile. Loko a titwa a sirhelelekile, u ta tshama a rhula hi ku olova, kutani miri wakwe ni mavoko swi ta ntshunxeka.

Vana lava tshombonyokaka ni lava nga tshamisekiki hakanganyiki a va titwi va sirhelelekile hikuva a va swi koti ku lawula miri wa vona, kutani swi tika leswaku va tshamiseka va rhula. Leswaku va titwa va sirhelelekile hi fanele hi tshega miri wa vona.



Veka swifaniso ivi u hlamusela ndlela yo tshega miri wa n'wana loko a tshombonyoka kumbe la nga tshamisekiki.





KU KHATHALELA N'WANA LA TSHOMBONYOKAKA KUMBE LA NGA TSHAMISEKIKI:

Tsundzuka tinhla leti loko u khathalela n'wana la tshombonyokaka kumbe la nga tshamisekiki:

1. Tshama endhawini yin'we

Leswaku n'wana a titwa a sirhelelekile, a lawula miri wakwe, hi fanele hi tshama endhawini yin'we. Loko hi rhendzeleka ni ku cinca matshamelo, n'wana a nge titwi a sirhelelekile, a nge tshami a rhula.

2. Famba mpfhuka lowutsongo

Loko hi fambisa n'wana la tshombonyokaka swinene, u ta oma swirho. Hi fanele hi fambisa n'wana mpfhuka lowutsongo, leswaku a titwa a sirhelelekile.

3. Vulavula hi rito ro rhula

Loko hi vulavula hi rito ro nyanyuka, n'wana u ta nyanyuka ivi a tsandzeka ku lawula miri wakwe. Hi fanele hi vulavula hi rito ro rhula leswaku a kota ku hi twa kahle, kambe swi nga n'wi nyanyuli.



Veka xifaniso ivi u hlamusela tinhla ta kona.

Ku khathalela n'wana la tshombonyokaka kumbe la nga tshamisekiki:

- Tshama endhawini yin'we.
- Famba mpfhuka lowutsongo.
- Vulavula hi rito ro rhula.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 2 - CP as a Way of Life

Hi bule hi tindlela letinene to khoma kumbe ku fambisa vana lava nga ni CP, kambe lebyi a hi vutiolori lebyi endliwaka hi nkarhi wo karhi siku ni siku. I ndlela ya vutomi naswona hi nga yi tirhisa loko hi fambisa, hi khoma ni ku vukarha vana va hina.

Hi xikombiso, swi nga olova ku ambexa n'wana la omeke swirho loko hi n'wi olola kumbe ku n'wi endla a ntshunxeka hi nga si n'wi ambexa. Swi nga olova ku ambexa n'wana la tshombonyokaka a rhurisa miri wakwe ivi hi nonoka.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Loko n'wana a tshombonyoka kumbe a nga tshamiseki, hi fanele hi rhulisa miri ivi hi n'wi pfuna a tshama a rhula.

Hi nga lwisani ni n'wana loko a tshombonyoka.

Hi tshega miri leswaku n'wana a titwa a sirhelelekile.

14

Swilo leswi hi swi endlaka siku ni siku

U fanele u va ni:



?

Anakanya leswi mi swi endlaka loko ri xile ni n'wana wa wena. Xana hi swihi swilo leswi mi swi endlaka loko ri xile swin'we ni n'wana wa wena?

Tsala swiringanyeto swa un'wana ni un'wana.





KU AMBEXA N'WANA A TSHAMILE:

Ku ambexa n'wana swi nga va mhaka leyi tsakisaka. Loko n'wana a ambexiwa a etlele, a nga swi koti ku vona leswi endliwaka kutani sweswo a swi nge n'wi pfuni. Loko hi n'wi tshamisisa u kota ku vona miri wakwe, u kota ku tshukatshuka ivi a pfunetanyana.

1 - 3 *Hi nga si hluvula n'wana, hi nga n'wi lunghiselela hi hi ku n'wi tshukatshukisa tanihi ku tlakusa mavoko, ku olola miri wakwe ni ku khorhamela emahlweni.*

4 - 6 *Kutani loko hi n'wi hluvula swiambalo, hi nga pfuna n'wana ku tirhisa mavoko yakwe ku hluvula swiambalo.*

Hi nga khutaza n'wana loko a kota ku pfunetanyana kutani sweswo swi endla ku ambexa n'wana swi va mhaka leyi tsakisaka. Vona ndlela manana a tshegeke kahle n'wana loyi ivi a n'wi endla a titwa a sirhelelekile a ri karhi a n'wi pfuna ku hluvula.

15

Ku ambala ni ku hluvula

A hi buleni hi nchumu wun'wana lowu hi wu endlaka ni n'wana siku ni siku. A hi buleni hi ku ambala.



Xana n'wana wa wena u n'wi ambexa a ri eka xiyimo xihi? Xana u n'wi ambexa a etelele kumbe wa n'wi pfuna a tshama?



Veka swifaniso hi xin'wexin'we ivi u hlamusela nkoka wo pfuna n'wana a tshama loko u n'wi ambexa.



7 *I swa nkoka ku khutaza n'wana loko a kota ku pfunetanyana kutani sweswo swi endla ku ambexa n'wana swi va mhaka leyi tsakisaka eka yena.*

8 - 9 *Hambiloko u n'wi hluvula masokisi ni buruku, n'wana a nga pfuneta. Vona ndlela leyi manana a tshegeke kahle n'wana loyi ivi a n'wi endla a titwa a sirhelelekile a ri karhi a n'wi pfuna ku hluvula.*



?

Xana u ehleketa yini hi ku ambexa ni ku hluvula n'wana ku fana ni le ka swifaniso leswi?
Xana wa yi tsakela ndlela leyi yo ambexa?
Xana u vona onge ndlela leyi u nga yi tirhisa eka n'wana wa wena ekaya?

Pfumelela ntlawa wu angula ivi mi bula hi mavonelo ya wona.

RUNGULA-NKULU

Ku etlela ehansi i swinene loko a wisile, a etlele vurhongo kumbe a tlanga - ku nga ri ku ambala.

Ku ambala ku nga tsakisaka ni ku nyanyula n'wana loko hi n'wi ambexa ni ku n'wi hluvula a tshamile.

I swa nkoka ku tsundzuka leswi hi swi dyondzeke hi ku khoma ni ku fambisa n'wana eka mintirho ya siku ni siku.

Hina vatswari hi nga endla leswaku leswi hi swi endlaka ni n'wana swi nyanyula hilaha hi n'wi khomaka ni ku fambisa hakona.

16

Nhlangano wu gimeta kwala



Nhlangano wu gimeta kwala, xana u kona la nga ni swivutiso hi nga si lelana?



Leswi se u dyondzeke leswaku CP i yo hanya na yona, xana i maendlelo wahi lawa u nga ta ma cinca loko u tlhelela ekaya?

Hlamusela rungula leri nyikiwaka mutswari ivi u kamba loko ku ri ni swivutiso.

Gimeta nhlangano ivi u eneriseka leswaku swivutiso hinkwaswo swi hlamuriwile.

3

Ku Dya Ni Ku Nwa

*Ku endla n'wana wa mina
a dya byi rhelela.*

Switirhisiwa

Eka nhlango lowu ku ta laveka:



Komichi yo tsemiwa kunene (Xin'we hi munhu un'we)



Xilepulana (Xin'we hi munhu un'we)



Lepula lerikulu (Xin'we xa lava paniweke)



Custard - Kumbe swakudya swo lova swo fana ni yogati kumbe mukapu



Matinyana

1

Vuamukeri

Hoyozela hinkwavo entlaweni ivi va tshamiseka khwatsi u nga si sungula.



Hi nga si sungula nhlango lowu, u dyondze yini eka nhlango lowu hundzeke lowu nge “CP ku hanyana na yona” naswona u swi tirhise njhani ekaya?

Eka nhlango lowu hi ta endla swintirhwana leswi katsaka ku dya. Hi kombela mi dya swakudya ntsena loko ri ku endleni ka swintirhwana. Loko mo pfa mi dya hi nkarhi wun’wana, swakudya swi ta hatla swi hela.

Longoloxa vuyelo ivi mi bula hi byona swin'we ni ntlawa.

Workshop 3 - Vuyelo

- Matshimisiselo lamanene ya n'wana la nga ni CP loko a ta dya.
- Lexi endlaka swi va swa nkoka ku dyisa n'wana la nga ni CP hi ku nonoka.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dya kahle hi lepula.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dyondza ku cakunya.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dyondza ku nwa hi komichi.
- Swakudya leswi nga ni rihanyo swa n'wana la nga ni CP.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 3 - Eating and Drinking

Vana vo tala lava nga ni CP swa va tikela ku dya ni ku nwa kutani hina vatswari hi nga va pfuna ku dya ni ku nwa swi rhelela hi ndlela leyi hi va dyisaka ha yona.

Namuntlha hi ta bula hi leswi:

- Matshimisiselo lamanene ya n'wana la nga ni CP loko a ta dya.
- Lexi endlaka swi va swa nkoka ku dyisa n'wana la nga ni CP hi ku nonoka.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dya kahle hi lepula.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dyondza ku cakunya.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a dyondza ku nwa hi komichi.
- Swakudya leswi nga ni rihanyo swa n'wana la nga ni CP.

Ava ntlawa u va pana hi vambirhi-mbirhi ivi u va tivisa leswaku va nga hambani loko ku endlwa swintirhwana swa nhlango. Ivi u nyika lava paniweke tikomichi timbirhi leti teleke khasitedi, lepula rin'we ni swilepulana swimbirhi swo swi tirhisela swintirhwana.



XINTIRHWANA:

- Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.
- Un'wana u ta va mukhathaleri kasi un'wana u ta va n'wana.
- N'wana u tshamisiwa nhloko yakwe yi khigerile hi ku landza xifaniso.
- Kutani mukhathaleri u dyisa n'wana swilepulana swa khasitedi.
- Kutani lava paniweke va siyerisana ivi hinkwavo va kota ku encenyeta ku va n'wana.



ASPIRATION:

Emirini werhu hi ni tiphayiphi timbirhi: yin'wana yi ya emahahwini naswona i ya moya lowu hi wu hefemulaka. Leyin'wana yi ya ekhwirini naswona i ya swakudya. Tiphayiphi leti ti tshinelelanile kutani exikarhi ka tona ku ni xilemo. Loko hi dya, xilemo xexo xi pfala phayiphi leyi yaka emahahwini kutani swakudya swi ya ekhwirini. Loko hi hefemula, xilemo xexo xi pfala phayiphi leyi yaka ekhwirini kutani moya wu ya emahahwini.

Sweswo swi endleka ntsena loko hi tshame kahle hi ololoka. Loko nhloko yi voyamele endzhaku, a swi olovi leswaku xilemo xi pfala kahle kutani swiphemu swa swakudya swi nga nghena hi phayiphi ya moya ivi swi ya emahahwini. Loko swo tshuka swi endleka eka n'wana la nga ni CP, swi nga n'wi tikela ku hefemula, kutani a sungula ku karhatiwa hi xifuva, a nga ha vabya swinene kumbexana a fa ni ku fa.

3

Matshamelo lamanene

U fanele u va ni:



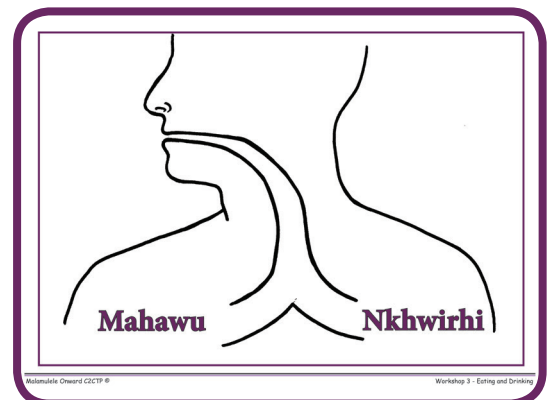
Xana u titwise ku yini loko u dyisiwa u tshamisise xileswi?



Xana u vona onge ndlela leyi yi hlayisekile ku dyisiwa eka yona?
Ha yini?

Veka xifaniso.

A swi hlayisekanga leswaku munhu a dya
nhloko yakwe yi voyamele endzhaku,
hikwalaho ka leswi hi swi vulaka
'mahefemulelo'.



*Tirhisa xifaniso ku hlamusela leswi vuriwaka hi mahefemulelo ivi u
kamba loko ku ri ni swivutiso.*



XINTIRHWANA:

- *Tshama exitulwini exikarhi ka ntlawa u cekanyana.*
- *Vutisa ntlawa leswaku a wu ta ma antswisa njhani matshamelo ya wena.*
- *Loko va ri karhi va ringanyeta, va kombele va tshinela va ta lulamisa matshamelo ya wena.*



Veka swifaniso swinharhu swa vana lava dyaka va ri eka matshamelo lamanene ivi u kombetela eka swifaniso sweswo loko ntlawa wu ri karhi wu ringanyeta.



Kutani hi ku landza xintirhiwana lexi, xana u vona onge hi nga n'wi tshamisisa ku yini n'wana langa ni CP loko a ta dya ni ku nwa?

- N'wana u fanele a tshama a ololoka.
- Xilebvu xakwe xi fanele xi va kusuhi ni xifuva.
- Mavoko ni makatla swi va emahlweni.
- Xisuti xi fanele xi khotseka.
- Milenge yi fanele yi tshegiwa.
- U fanele a titwa a tshamisekile.



KU N'WI DYISA EXITULWINI:

Loko swi koteka vana lava nga ni CP va fanele va dyiseriwa exitulwini ematshan'weni yo vukarhiwa, hikuva loko va kula va ta ya va tika kutani swi ta nonon'hwa ku va tshega va tshamiseka. Kasi swi ta nonon'hwa leswaku n'wana la kuleke a tolovela ku dyisiwa exitulwini, loko a tolovele ku vukarhiwa loko a dya.

Hambiswiritano, nkarhi wun'wana a swi koteki leswaku n'wana a vekiwa exitulwini. Hi xikombiso: loko ku ri hava xitulu lexi hlayisekeke endlwini, kumbe loko n'wana a nga ri ekaya. Sweswo a swi na mhaka, ntsendze loko a dyela exitulwini loko xi ri kona, leswaku a xi tolovela.



Veka swifaniso ivi u hlamusela lexi endlaka swi va swinene ku dyisa n'wana a ri exitulwini.



Xana u vona onge wena tanihi mukhathaleri u fanele u tshamisisa ku yini loko u dyisa n'wana a ri exitulwini?

- • I swa nkoka leswaku u tshamiseka kahle.
- • U fanele u tshama emahlweni ka n'wana a ku languta.

Loko u ri karhi u dyisa n'wana wa wena, u fanele u tisa swakudya hi le hansi ka mahlo ya n'wana leswaku a nga voyamiseli nhloko endzhaku.

Kombisa hi ku tirhisa swifaniso.





ENDZHAKU KO N'WI DYISA:

Endzhaku ko dyisa n'wana, swi nga va kahle ku n'wi tshamisisa a ololoka, u nga n'wi lati ehansi. A nga ha yima kumbe a tshama, ntsendze loko ku ri hava lexi n'wi tlimbaka khwiri. Vana va fanele va tshama kwalomu ka timinete ta 30 va ololokile endzhaku ko dya.

I swinene ku tshamisisa n'wana a ololoka, hikuva swakudya swi kota ku rhelela ekhwirini hi xihatla. Sweswo swa pfuna ni le ka vana lava talaka ku hlanta endzhaku ko dya.



Loko u heta ku dyisa n'wana, xana u tala ku n'wi tshamisa hi ndlela yihi?



Tirhisa swifaniso ku hlamusela leswi endlaka leswaku n'wana a tshamisiwa a ololoka endzhaku ko dya.



RUNGULA-NKULU

I swa nkoka leswaku n'wana la nga ni CP a tshamisiwa kahle leswaku a kota ku dya swi rhelela.

N'wana a nga ka a nga dyi ni ku nwa swi rhelela loko nhloko yakwe yi voyamele endzhaku.

I swa nkoka leswaku na wena u tshamiseka loko u dyisa n'wana.

Tisa swakudya hi le hansi ka mahlo ya n'wana ni hi le mahlweni ka n'wana leswaku nhloko yakwe yi nga voyameli endzhaku.

Tiyisisa leswaku n'wana u tshama a ololokile ku ringana timinete ta kwalomu ka 30 endzhaku ko dya.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta va mukhathaleri kasi un'wana u ta va n'wana.*
- *Vitanela vakhathaleri etlhelo ka ntlawa leswaku vana va nga swi twi leswi u va byelaka swona.*
- *Lerisa vakhathaleri ku dyisa vana hi ku hatlisa va tirhisa lepula lerikulu.*
- *Kutani mukhathaleri u dyisa n'wana malepula ma nga ri mangani ya khasitedi hi ku hatlisa*

4

Ku n'wi dyisa hi ku nonoka u tirhisa lepula leri faneleke

U fanele u va ni:



Xana i yini leswi u nga swi rhandzangiki hi madyiselo lawa?



Xana u nga ma cincisa ku yini?

- Dyisa n'wana hi ku nononka.
- Nyika n'wana nkarhi lowu ringaneke wo mita endzhaku ka lepula rin'wana ni rin'wana.
- N'wi dyise hakatsongo-tsongo.
- Tirhisa lepula leri ringanaka nomu wa n'wana.
- Tirhisa lepula leri nga dzikangiki ngopfu.

RUNGULA-NKULU

Vana lava nga ni CP va fanele va dyisiwa hi ku nonoka.
Tirhisa lepula leri nga dzikangiki leri ringanaka nomu wa n'wana.

N'wi dyise hakatsongo-tsongo.



XINTIRHWANA:

Byela ntlawa leswaku un'wana ni un'wana u fanele a dya lepula ra khasitedi ivi a anakanya hi leswi a swi endlaka hi ririmi rakwe ni milomu loko a ri karhi a dya khasitedi.

5 Ku dya hi lepula

A hi dyondzeni ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP ku dya hi lepula hi ku olova.

U fanele u va ni:



Loko hinkwavo se va hetile, veka swifaniso ha swinharhu ivi u vutisa xivutiso.





KUTSHEGA RIHLAYA:

- *Ri tshegiwa hi voko rin'we hi ku landza swifaniso.*
- *Ri tshegiwa katsongo - handle ko tshikilela.*
- *Rihlaya ra n'wana a hi ri yisi ehansi ni le henhla.*
- *Ho siva kunene leswaku nomu wu nga ahlami ngopfu.*
- *Rihlaya ri tshegiwa katsongo ku pfuna n'wana loyi nomu wakwe wu ahlamaka ngopfu.*



Xana u endla yini hi ririmi ni milomu ya wena loko u dya khasitedi hi lepula?

- 1. Hi pfula milomu ivi hi nghenisa swakudya eririmini**
- 2. Hi pfala milomu ivi swakudya swa suka eka lepula**
- 3. Kutani loko hi mita milomu ya pfaleka**



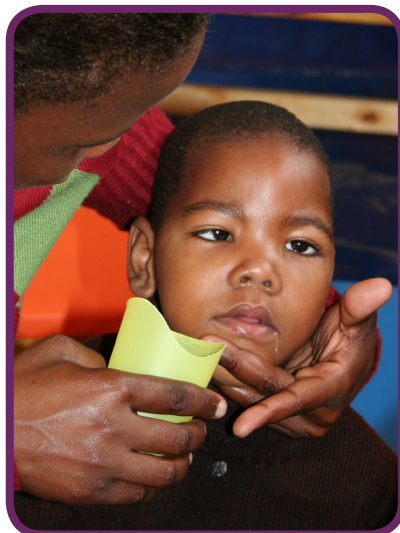
Xana o vona onge swi vangwa hi yini leswaku n'wana la nga ni CP anonon'hweriwa hi ku dyisiwa hi lepula?

- A nga swi koti ku pfala milomu ivi a susa swakudya.**
- A nga swi koti ku pfala nomu kutani a mita.**
- Ririmi ra yena ri susumetela swakudya ehandle.**
- Nomu wakwe wu ahlama ngopfu.**

A hi dyondzeni ndlela yo pfuna n'wana loyi nomu wakwe wu ahlamaka ngopfu.



Veka swifaniso ivi u hlamusela ntlawa hilaha va nga tshegaka ha kona rihlaya ra n'wana loko va n'wi dyisa.





KU N'WI DYISA HI LEPFULA:

- 1** *Rhanga hi ku tshamisisa n'wana kahle a lunghekela ku dya. Tshega rihlaya ra n'wana u nga tshikileli.*
- 2** *Kutani u tshikilelanyana ririmi u rindza n'wana a ringeta ku tirhisa milomu ku susa swakudya eka lepula.*
- 3** *Loko a nga swi koti, u nga n'wi pfuna hi ku tshikilelanyana nomu.*

Twisa un'wana ni un'wana la nga kona leswaku swi fanele swi va hi ndlela yihi.



Sweswi a hi voneni leswaku n'wana la nga ni CP hi nga n'wi dyisisa ku yini:



Veka swifaniso hi xin'we-xin'we ivi u swi hlamusela u nga si ya emahlweni.





KU RINDZA N'WANA A TIRHISA MILOMU YAKWE:

I swa nkoka ku rindza n'wana a tirhisa milomu yakwe ku susa swakudya eka lepula. Loko hi n'wi dyisa kunene handle ko n'wi rindza a tirhisa milomu yakwe, u ta kala a tsandzeka ni ku yi pfula kutani ku n'wi dyisa swi ta tika swinene, swi tlhela swi nga hlayiseki.

Loko n'wana swi n'wi tikela ku tirhisa milomu yakwe, u nga n'wi wisisa loko a ri karhi a dya, handle ka sweswo a nga hlwela ku heta. Swi nga antswa u dyisa n'wana malepula ma nga ri mangani ivi u korisela hi ku n'wi dyisa hi ritiho kumbe ku n'wi nwise, sweswo hi ta bula hi swona eka nhlngano lowu.



Hlamusela lexi endlaka swi va swa nkoka ku rindza n'wana a tirhisa milomu ku susa swakudya eka lepula.

Veka xifaniso.

Loko hi n'wi dyisa i swa nkoka leswaku hi nga tirhisi meno yakwe ku hala swakudya eka lepula swi nghena enon'wini.



Xana u vona onge ha yini hi nga fanelanga hi swi endla sweswo?

- Sweswo swi nga cekisa meno ma humela ehandle.
- Swi ta vangela nhloko yi voyamela endzhaku.
- N'wana a nga ka a nga dyondzi ku tirhisa milomu yakwe.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

Kombela mutshunguri wa wena a ku pfuna hikuva a swi olovi ku swi endla loko wa ha sungula, swi lava ku titoloveta.

Hilaha hi vuleke hakona eku sunguleni, swi ta olova leswaku n'wana a susa swakudya eka lepula loko ri nga dzikangiki ngopfu.

Tirhisa xifaniso ku komba ntlawa ku hambana exikarhi ka lepula ro dzika ni leri nga dzikangiki.



RUNGULA-NKULU

Hi tshega rihlaya ra n'wana handle ko n'wi tshikilela.

Hi tshega rihlaya leswaku nomu wu nga ahlami ngopfu, handle ko wu pfula hi tlhela hi wu pfala.

Pfuna n'wana ku tirhisa milomu loko a dya hi lepula ivi u n'wi rindza a ringeta.

Lepula leri nga dzikangiki ri olovisela n'wana ku susa swakudya hi milomu yakwe.

U nga hali swakudya hi meno.

Kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena.

6

Ku pfuna n'wana ku cakunya

Leswi se hi dyondzeke ku dyisa n'wana la nga ni CP hi lepula, a hi dyondzeni ndlela yo n'wi pfuna ku cakunya.

Vutisa swivutiso leswi landzelaka ivi mi bula hi tinhlamulo ta swona.



Ha yini u vona swi ri swa nkoka leswaku vana va dyondza ku cakunya?

- Leswaku va kota ku dya mixaka yo tala ya swakudya, va va ni rihanyo.
- Ku dya swakudya swo tiyela swi endla leswaku meno ni maxinini swi va eka xiyimo lexinene.
- Loko n'wana a dya swakudya swo olova ntsena, a nge dyondzi ku cakunya.
- Misiha leyi hi cakunyaka ha yona hi tlhela hi tirhisa yona loko hi vulavula.



Endla onge wa cakunya. Xana u endla yini hi ririmi, rihlaya ni milomu ya wena?

- Ririmi ra rhendzeleka.
- Rihlaya ri ya hala ni hala.
- Milomu ya pfaleka.



Ha yini vana lava nga ni CP swi va tikela ku cakunya?

- Swa va tikela ku pfala milomu, kutani swakudya swi nga tshuka swa huma enon'wini wa vona.
- Ririmi ni rihlaya swi ya emahlweni ni le ndzhaku ntsena kutani swi susumeta swakudya swi huma enon'wini.
- Nomu wa vona wu ahlama ngopfu.

Loko u gimeta bulo, kambe loko ku ri ni swivutiso.



KU PFUNA N'WANA KU CAKUNYA:

Rhanga hi ku nghanisa swakudya endzeni ka meno ya le ndzhaku u tirhisa tintirho. Xiya leswaku tintirho ti nga khumbi meno, hikuva u nga lumiwa. Loko nomu wa n'wana wu ahlama ngopfu, tshega rihlaya katsongo. U nga fambisi rihlaya ra yena, kambe u fanele a tolovela ku ri fambisa hi yexe.

Nghanisa swakudya eka tlhelo leri ivi u swi nghanisa eka lerin'wana.

Loko hi dyondzisa n'wana ku cakunya, swakudya swi fanele swi va swo olova ni ku gayeka kahle leswaku loko swo tshuka swi phemeka swi nga n'wi tlimbi. Hi ku famba ka nkarhi loko n'wana se a kota ku cakunya, hi nga tirhisa mihandzu yo tiyela ni matsavu swin'we ni nyama.



Xana u vona onge hi swihi swakudya swo olova leswihi nga swi tirhisaka ku pfuna n'wana la nga ni CP a dyondza ku cakunya?

- Tapula ro swekiwa, kheroti kumbe matsavu man'wana, ma nga tsemeleriwa kunene.
- Mazambala yo katingiwa kumbe mabesikiti.
- Swiphemu swo olova swa mihandzu swo kota mapiyeri, maapula yo swekiwa kumbe mabanana.

Sweswi hi ta kamba ndlela yo pfuna n'wana a cakunya.



Veka swifaniso ivi u hlamusela ndlela yo pfuna n'wana leswaku a cakunya.





NYIKA N'WANA NKARHI WO TOLOVELA KU CAKUNYA:

I swa nkoka leswaku hi nyika n'wana nkarhi wo tolovela ku cakunya. Handle ka sweswo, a nge dyondzi ku cakunya kutani swakudya leswi dyiwaka hi vandyangu a nge swi dyi.

I swa nkoka leswaku n'wana la nga ni CP a tolovela ku cakunya, kambe a hi fanelanga hi n'wi dyisa hi ndlela leyi a kala a heta ku dya. Kambe hi nga ha n'wi dyisa timinete ti nga ri tingani loko a ha ku sungula ku dya leswaku a ta cakunya ko talanyana naswona a nga dyondza ku dya swakudya swo tiyela.



Hlamusela lexi endlaka swi va swa nkoka ku rindza n'wana a cakunya.

Ku fana ni le mhakeni yo n'wi dyisa hi lepula, kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena hikuva swa tika swinene ku swi endla loko wa ha sungula kasi swi lava ku toloveriwa.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

I swa nkoka leswaku n'wana a dyondza ku cakunya.

Loko u dyondzisa n'wana ku cakunya, nkarhi hinkwawo tirhisa swakudya swo olova ni leswi gayekaka kahle leswaku loko swo tshuka swi phemeka swi nga n'wi tlimbi.

Hi tshega rihlaya leswaku nomu wu nga ahlami ngopfu, handle ko wu pfula hi tlhela hi wu pfala.

Lehisa mbilu, u nyika n'wana nkarhi wo cakunya. Loko n'wana a dya n'wi nyike xo karhi a ringeta ku xi cakunya.

Kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena.



SWIHALAKI SWO TIYELANYANA SWI NGA PFUNA:

Vana lava tikeriwaka hi ku dya ni ku nwa, hakanyingi va hlwela ku mita. Ku tirhisa xihalaki xo tiyelanyana lexi nga khulukiki hi rivilo swi nga pfuna, hikuva swi nyika n'wana nkarhi wo mita. A swi nge olovi leswaku n'wana a vindziwa naswona u kuma nkarhi wa kahle wo dyondza ku nwa hi komichi.

7

Ku nwa hi komichi

Leswi se hi dyondzeke malunghana ni ku dyisa n'wana la nga ni CP hi lepula, a hi dyondzeni ndlela yo n'wi pfuna a nwa khwatsi hi komichi.



Loko ndzo chulula komichi ya khasitedi ni komichi ya mati, yi yihi leyi nga ta hatla yi chululeka?

- Mati



Loko n'wana a hlwela ku mita, xana swi nga n'wi olovela ku mita nchumu lowu chululekaka hi rivilo kumbe hi ku nonoka?

- Hi ku nonona



Hlamusela lexi endlaka swihalaki swo tiyelanyana swi antswa eka n'wana loyi a hlwelaka ku mita.



Xana hi swihi swikombiso swa swihalaki swo tiyelanyana leswi hi nga swi tirhisaka?

- Yogati leyi pfangiweke hi ntswamba kumbe mati.
- Khasitedi leyi pfangiweke hi ntswamba kumbe mati.
- Mahewu.
- Mukapu.
- Murhu wo tiyelanyana wo pfumala mabuwu.
- Mihandzu ni matsavu lama khuvutiweke ma sileka.

Loko u endla xihalaki xo tiyelanyana, xiya leswaku xi nga tiyi ivi nga khuluki loko u voyamisa komichi. Xi fanele xi khuluka hi ku nonoka loko u voyamisa komichi.



KU NWA HI KOMICHI:

1 Rhanga hi ku tshamisisa n'wana kahle a lunghekela ku nwa, nhloko yakwe yi nga voyameli endzhaku.

2 Veka makumu ya komichi eka nomu wa le hansu ivi u yi voyamisa ku kondza xihalaki xi khumba milomu. U nga tshuki u chulula komichi enon'wini wa n'wana ivi u rindzela leswaku u ta namba a mita.

I swa nkoka leswaku u lehisa mbilu ivi u rindzela n'wana a fambisa milomu kumbe a sungula ku khweva ekomichini. Loko milomu yi twa leswaku ku ni xonwa xo karhi, yi rhumela rungula ebyongweni, kambe rungula rero ri nga ha hlwela.

3 Loko n'wana a nga fambisa milomu yakwe, u nga yi emahlweni ni ku voyamisa komichi. Tshika n'wana a nwa leswi se swi khumbeke nomu wakwe ivi u susa komichi kukondza a heta ku mita leswi se a swi ri enon'wini. Ivi u ttherisela komichi emilon'wini ya n'wana.

Komba ntlawa khomichi yo tsemiwa kunene.



Ha yini u vona swi ri swinene ku tirhisa komichi yo tsemiwa kunene?

- Yi ni ndhawu ya nhompfu ya n'wana, kutani u nga voyamisa komichi handle ka voyamisa nhloko ya n'wana.
- U kota ku vona komichi yoleyo, kutani u kota ku lawula mpimo wa swihalaki leswi nghanaka enon'wini wa n'wana.

Sweswi a hi voneni leswaku n'wana la nga ni CP hi nga n'wi nwisisa ku yini hi komichi:



Veka swifaniso hi xin'we-xin'we ivi u swi hlamusela u nga si ya emahlweni.



Ha yini u vona swi ri swa nkoka ku rindza n'wana a fambisa milomu yakwe, ematshan'weni yo khweva xihalaki?

- Loko vana va nga nyikiwi nkarhi wo tirhisa milomu ya vona, yi nga ha tshuka yi nga ha tirhi kutani swi va tikela ku nwa swi tlhela swi nga hlayiseki.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta va mukhathaleri kasi un'wana u ta va n'wana.*
- *Mukhathaleri u fanele a pfanganisa matinyana ni khasitedi leyi seleke ekomichini ivi a yi nwise n'wana.*
- *Byela vana leswaku va fanele va tiendla n'wana loyi swi n'wi tikelaka ku nwa -Va fanele va rindza tisekoni ti nga ri tingani xihalaki xi ri enon'wini ivi va chela xihalaki enon'wini.*
- *Kutani lava paniweke va siyerisana hinkwavo va kota ku encenyeta ku va n'wana.*

A hi titoloveteni swona ha vambirhi-mbirhi.

U fanele u va ni:



Ku fana ni le mhakeni yo n'wi dyisa, kombela mutshunguri wa wena a ku pfuna hikuva a swi olovi loko wa ha sungula, swi lava ku titoloveta.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Ku tirhisa swihalaki swo tiyelanyana swi nga olovisela n'wana ku nwa, kasi swi hlayisekile.

Komichi yo tsemiwa kunene yi pfuna n'wana ku nwa handle ko voyamisela nhloko endzhaku.

I swa nkoka ku rindza n'wana a tirhisa milomu yakwe.

Nyika n'wana nkarhi wo nwa hakatsongo-tsongo.

Kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena.



MINTLAWA YINHARHU YA SWAKUDYA:

Ku ni mintlawwa yinharhu leyikulu ya swakudya leyi nga ya nkoka eka swakudya leswi nga ni rihanyo:

Eka ntlawa 1 ku ni 'swakudya swa ntamu' leswi pfunaka vana va tlanga ni ku dyondza. Swakudya swa kona swi katsa: xinkwa, mavele, rhayisi, mafurha, majarini, matsavu ya rimitsu, mabanana. Phamela xin'wana xa swakudya loko ku dyiwa.

Eka ntlawa 2 ku ni 'swakudya swo aka miri' leswi pfunaka vana va kula. Swakudya swa kona swi katsa: ntswamba, peanut butter, nhlampfi, huku, timbaweni, chizi, yogati, matandza. Phamela xin'wana xa swona kan'we kumbe kambirhi hi siku.

Eka ntlawa 3 ku ni 'swakudya swo sirhelela' swo lwisana ni switsongwatsongwana. I mihandzu ni matsavu ya furexe. Phamela mbhandzu wun'we, matsavu ya rihlaza ni ya xitshopana hi siku.

I swa nkoka leswaku vana lava nga ni CP va va ni rihanyo kutani sweswi hi ta kambe tinhla leti pfunaka malughana ni swakudya leswi nga ni rihanyo.

Xo sungula, vana va fanele va dyisiwa mphamelo lowutsongo minkarhi ya 5 ku ya ka 6 hi siku, ku nga ri swakudya swo tala kanharhu hi siku.



Ha yini u vona sweswo swi ri swinene eka n'wana?

- Vana va ni makwirhi lamatsongo kutani va hatlisa va xurha va tlhela va hatlisa va twa ndlela.

Leswaku vana lava nga ni CP va va ni rihanyo, swakudya leswi va swi dyaka swi fanele swi fuwa, kutani sweswo hi nga swi endla hi ku katsa swakudya swa mintlawa hinkwawo siku ni siku.



PVeka xifaniso ivi u xi tirhisa ku hlamusela mintlawa yinharhu ya swakudya.



Nakambe i swa nkoka leswaku vana lava nga ni CP va nwa mati lama ringaneleke loko ri xile. Loko u pfuna n'wana ku famba-famba siku ni siku, u n'wi nyika mihandzu ni matsavu ya furexe, ni mati yo tala, ntlimbano wa khwiri a wu nge n'wi karhati ngopfu.



KU CINCA SWAKUDYA SWA N'WANA:

Xihoxo lexikulu lexi endliwaka hi vatswari loko va tsundzuxiwa malunghana ni swakudya swa n'wana, hi ku hatlisa va cinca leswi va swi dyisaka n'wana. Sweswo swi pflunganya n'wana hikuva a nga ha swi dyi swakudya leswi a swi toloveleke kasi n'wana a nga ha hatlisa a twa ndlala loko mpimo wu hungutiwa.

Loko hi cinca swakudya swa n'wana hi fanele hi swi endla hakatsongo-tsongo, hi nyika n'wana nkarhi wo tolovela swakudya leswintshwa.

Yinhla yin'wana leyi pfunaka hi leswaku swakudya swa mafurha u fanele a swi dya hi xitshuketa kumbe loko a navele swo nandziha, hikuva a hi swinene eka rihanyo ra n'wana.



Xana u nga anakanya swikombiso swo karhi swa swakudya swa mafurha?

Loko se u kume swiringanyeto swa vona hinkwavo, veka xifaniso ivi u boxa swin'wana leswi va nga swi vulangiki.

Junk foods:



Yinhla yin'wana leyi pfunaka hileswaku loko u ta cinca swakudya swa n'wana u fanele u swi cinca hakatsongo-tsongo



Hlamusela lexi endlaka swi va swa nkoka ku dyisa n'wana la nga ni CP hi ku nonoka.



Kutani loko n'wana a tolovele ku chela malepula ya 4 ya chukela eka mukapu wakwe, u nga cinca njhani hakatsongo-tsongo a kala a nga cheli chukela eka mukapu?

- Rhanga hi ku n'wi chelela 3 ya malepula ya chukela, ivi endzhaku ka vhiki u n'wi chelela 2 ya malepula ya chukela, ivi hi vhiki leri tlhandlamaka u chela lepula rin'we ra chukela, kutani hi vhiki leri landzelaka u chela hafu ya lepula ra chukela, ivi u nga ha ri cheli.



XIKOMBISO XIN'WANA:

Loko n'wana a tolovele ku nwa kholidirinki ntsena kasi hi lava leswaku a nwa mati, hi nga nambi hi n'wi nyika mati ntsena ivi hi n'wi tsona kholidirinki. Hi fanele hi n'wi cincisa hakatsongo-tsongo. Hi nga cinca swakudya swa yena hakatsongo-tsongo hi ku rhanga hi timula ku tsokombela ka kholidirinki hi mati. Kutani vhiki ni vhiki hi chela mati yo talanyana eka kholidirinki yi kala yi nga ha twali kholidirinki.



Rungulela ntlawa xikombiso xin'wana.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana va fanele va dya swakudya ka 5 ku ya ka 6 hi siku.

I swa nkoka leswaku vana lava nga ni CP va dya swakudya leswi nga ni rihanyo eka mintlawa hinkwayo ha yinharhu.

Va fanele va nwa mati lama ringaneleke.

Swakudya leswi nga ni mafurha va fanele va swi dya hi xiwelo.

Swakudya swa n'wana hi fanele hi swi cinca hakatsongo-tsongo.

9

Nhlangano wu gimeta kwala



Nhlangano wu gimeta kwala, xana u kona la nga ni swivutiso hi nga si lelana?



Endzhaku ko dyondza hi ku dya ni ku nwa xana u ta cinca yini loko u tlhelela ekaya?

Hlamusela rungula leri nyikiwaka mutswari ivi u kamba loko ku ri ni swivutiso.

Gimeta nhlangano ivi u eneriseka leswaku swivutiso hinkwaswo swi hlamuriwile.



Ku Vulavula

*Ku twanana ni
n'wana wa mina.*



TLUKA RA NHLAMULO:

Names:	Describe:
Actions:	

Switirhisiwa

Eka nhlangoano lowu ku ta laveka:



Phepha lerikulu ro tsalela



Xitsalo xo tsala swi vonaka kahle



Bolo



Phepha lerikulu leri tsariweke xiyenge xa nhlamulo x 2



Phepha rin'we ri nyikiwa lava paniweke



Xitsalo xin'we xa lava paniweke

1

Vuamukeri

Hoyozela hinkwavo entlaweni ivi va tshamiseka khwatsi u nga si sungula.



Hi nga si sungula nhlango lowu, u dyondze yini eka nhlango lowu hundzeke lowu nge “Ku Dya Ni Ku Nwa” naswona u swi tirhise njhani ekaya?

Longoloxa vuyelo ivi mi bula hi byona swin'we ni ntlawa.

Workshop 4 - Vuyelo

- Leswi ku vulavula swi vulaka swona.
- Tindela to hambana-hambana to vulavula.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a kota ku twisisa ku antswa.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a kota ku vulavula ku antswa.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 4 - Communication

Vana vo tala lava nga ni CP a va swi koti ku vulavula, kambe va swi kotia ku hundzisela rungula kutani hi nga va nyika nkarhi wo hundzisela rungula leswaku hi va twisisa.

Namuntlha hi ta bula hi swilo leswi:

- Leswi ku vulavula swi vulaka swona.
- Tindela to hambana-hambana to vulavula.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a kota ku twisisa ku antswa.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a kota ku vulavula ku antswa.

Ava ntlawa u va pana hi vambirhi-mbirhi ivi u va tivisa leswaku va nga hambani loko ku endliwa swintirhwana swa nhlango. Kutani u va nyika xitsalo ni phepha.

3

Leswi ku vulavula swi vulaka swona

Veka xifaniso.



Xana vanhu lava nga exifanisweni va endla?

- Un'wana wa vulavula.
- Loyi un'wana u yingisile a tlhela twisisa.

Veka xifaniso.



Xana ku endleka yini eka xifaniso lexi?

- Mudyondzisi wa vulavula ni ku nyika rungula.
- Ntlawa wu nyingisile, wa twisisa ni ku dyondza.

RUNGULA-NKULU

Ku vulavula hihundzisela hakona rungula eka van'wana kasi ku kambirhi: ku vulavula ni ku twisisa.

U nga rivali leswaku hambiloko n'wana wa wena a nga vulavuli, a nga ha yingisa a tlhela a twisisa.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta vula rungula ivi loyi un'wana a amukela rungula rero.*
- *Byela lava paniweke leswaku loyi a vulaka rungula u fanele a byela nakulobyе leswaku u tshama na mani ekaya, KAMBE a va faneanga va humesa mpfuwalo wa rito kumbe ku tsala.*
- *Loyi un'wana a nga ha vulavula leswaku a kota ku twisisa leswi vuriwaka hi nakulobyе.*

4

Tindlela to hambana-hambana to vulavula

U fanele u va ni:



Hi tihi tindlela to hambana-hambana leti u ti tirhiseke loko u hundzisa rungula?

- Ku languta hi matihlo
- Marito kumbe mimpfumawulo
- Ku fungha hi mavoko kumbe mimpfungho yin'wana
- Ku languteka ka xikandza
- Ku koweta hi mavoko
- Ku kumeta kumbe ku hlakahla nhloko
- Ku vulavula hi miri

Tsala swiringanyeto swa un'wana ni un'wana.



Anakanya hi n'wana wa wena. Xana n'wana wa wena u kota ku twisisa ku fikela kwihi naswona u vulavula njhani na wena?

Nyika hinkwavo nkarhi wo tiphofula ni ku tsala swiringanyeto swa vona ephepheni.





LEXI ENDLAKA N'WANA LA NGA NI CP SWI N'WITIKELA KU VULAVULA:

- *Swi nga ha endleka a nga swi koti ku vulavula hi ku helela.*
- *Swa va tikela ku tiphofula hambiloko va tirhisa mavoko kumbe mahlo.*
- *N'wana a nga ha swi kota ku vulavula, kambe swi nga ha tika ku twisisa leswi a swi vulaka.*
- *Vana van'wana a swi nyawuli leswi va swi twisisaka hikuva va dyondza hi ku nonoka kutani a va swi tivi ku vulavula.*
- *Vana van'wana va twisisa, kambe swa va tikela ku vulavula hikuva misiha ya nomu yi tsanile.*

5

Lexi endlaka n'wana la nga ni CP swi n'wi tikela ku vulavula

?

Xana u vona onge swi vangeriwa hi yini leswaku n'wana la nga ni CP swi n'wi tikela loko a ringeta ku vulavula? - U nga rivali leswaku ku vulavula swi katsa ku vulavula ni twisisa.



Nyika hinkwavo nkarhi wo tiphofula. Kutani veka xifaniso ivi u hlamusela tinhlamulo.

Lexi nga endlaka n'wana la nga ni CP:

- A va vulavuli.
- Swa va tikela ku tiphofula.
- Swa nonon'hwa ku twisisa leswi va swi vulaka.
- Vana vo tala a va twisisi swo nyawula hikuva va dyondza hi ku nonoka.
- Van'wana a va swi koti ku vulavula hikwalaho ka ku tsana ka misiha ya le non'wini.

RUNGULA-NKULU

Vana hinkwavo lava nga ni CP va vulavula naswona hinkwavo va tirhisa tindlela to hambana-hambana, hambiloko va nga ri humesi rito.

Hi xikombiso, vana van'wana va tirhisa matihlo ku komba leswi va swi lavaka.



XINTIRHWANA:

- *Tlakusa bolo ivi u vutisa xivutiso.*

6

Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CP a kota ku twisisa ku antswa

Sweswi hi ta dyondza ndlela yo pfuna vana lava nga ni CP leswaku va vulavula. Hi ta rhanga hi ku dyondza ndlela yo va pfuna va twisisa ku antswa ivi hi dyondza ku va pfuna va vulavula ku antswa.

A hi rhangeni hi ku bula hi ndlela leyi vana va dyondzaka ha yona ku twisisa marito.

U fanele u va ni:



Ndzi kombela u anakanya hi n'wana la nga riki na CP ni ndlela leyi a dyondzaka ha yona mavitanelo ya swilo hi ku siyana ka swona. Hi xikombiso, xana va dyondza njhani leswaku leyi i bolo?

- Va dyondza eka hina loko hi vulavula na vona hi va byela leswaku leyi i bolo.
- Loko hi tirhisa rito rero exivulweni tanihi “Teka bolo” kumbe “Raha boho”.

Loko hi vulavula ni n'wana hi ri karhi hi endla swilo swo karhi, hi lava a dyondza marito lamantshwa yo tala. A hi lavi ntsena leswaku a vulavula hi mavito ya swilo. Hi nga ha swi hlamusela ni ku boxa matirhiselo ya swona.



XINTIRHWANA:

- *Veka tluka ra nhlamulo leswaku hinkwavo va swi vona.*
- *Hoxela un'wana bolo ivi u n'wi vutisa xivutiso xo sungula ivi u tsala tinhlamulo etlukeni.*
- *Kutani u kombela munhu yoloye a hoxela un'wana bolo ivi yena a hlamula xivusito xa vumbirhi.*
- *Tsala tinhlamulo etlukeni ivi u siyerisana hi vona u kala u heta ku vutisa swivutiso.*


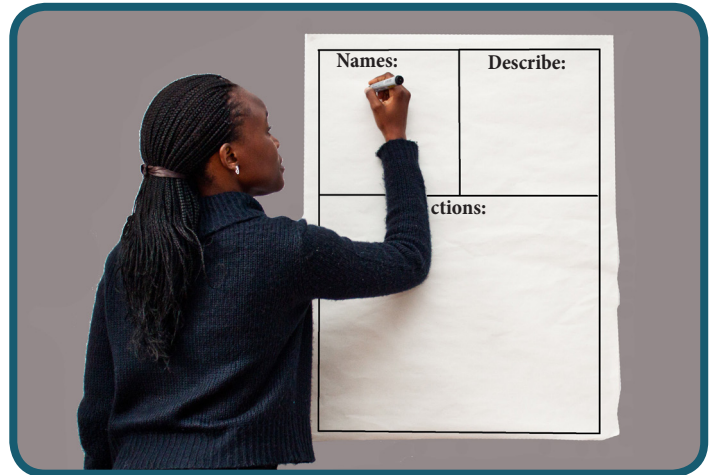
7

Leswi hi nga vulavulaka ha swona

A hi languteni bolo ivi hi ringeta ku hlamula swivutiso ha yona.

U fanele u va ni:

Names:	Describe:
Actions:	

Xo sungula hi lava n'wana a tiva nchumu wo karhi. Kutani wu vuriwa yini?

- Bolo



Kutani hi lava ku wu hlamusela. A hi rhangeni hi ku languteka ka wona?

- I wa xirhendzevutana, xitshopana, wa vangama



Xana bolo yi twala njhani loko u yi khoma?

- Yi tsindziyerie, yi twala onge yi ni voya, yi tiyile

Loko hi vulavula hi swakudya, hi nga ha bula ni hi nantswo ni nun'hwelo wa swona.



Endzhaku ko hlamusela nchumu wolowo, hi nga bula hi swiendlo. Xana i yini leswi u nga swi endlaka hi bolo?

- Ku yi bambhisa, ku yi khawulela, ku yi khunguluxa, ku yi ba

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Vana va tshamela ku dyondza eka marito lawa va ma twaka, hikwalaho i swa nkoka leswaku hi vulavula na vona.

Vana va rhanga hi ku dyondza ku twisisa marito va nga si dyondza ku ma vula, kutani hambu va nga vulavuli, hi nga ha va pfuna ku twisisa marito.

Swi tele leswi hi nga vulavulaka ha swona. A swi bohi leswaku hi vulavula hi mavito ya swilo ntsena.

Loko a ri karhi a tlanga hi bolo, n'wana a nga dyondza marito yo tala swinene.



XINTIRHWANA:

- *Veka tluka ra nhlamulo leswaku hinkwavo va swi vona.*
- *Byela ntlawa leswaku wu anakanya hi ku hlamba kutani tanihi ntlawa va ta tirhisa swivutiso leswaku va kota ku anakanya hi marito yo tala.*
- *Vutiso xivutiso xin'we ivi ku landzela xin'wana, kutani u tsala tinhla eka phepha ra nhlamulo.*
- *Tsala tinhla hinkwato etlukeni u nga si hundzela eka xivutiso lexi landzelaka.*

8

Ku vulavula hi mintirho ya siku ni siku

Tanihi leswi ku khathalela n’wana la nga ni CP ku nga ndlela ya vutomi, ku vulavula na yena na swona swi tano. Hi nga vulavula ni n’wana wa hina eka mintirho ya siku ni siku. A hi endleni xikombiso xa leswi hi nga bulaka ha swona loko ku hlambiwa.

Veka swivutiso leswi hi swi vutiseke eka xintirhiwana lexi hundzeke.

Swivutiso:

1. Mavito:
Xana nchumu lowu i yini?
2. Hlamusela:
Xana wu languteka njhani?
Xana loko u wu khoma wu twala wu ri njhani?
Xana nantswo wa wona wu njhani?
Xana nun’hwelo wa wona wu njhani?
3. Swiendlo:
Xana u nga endla yini ha wona?

U fanele u va ni:



Names:	Describe:
Actions:	



U nga susi swivutiso hikuva swi ta tirha eka xintirhwana lexi landzelaka.

Hi lava n’wana a dyondza swilo swo tala eka mintirho ya siku ni siku, ku nga ri hi nkarhi wo hlamba ntsena. Kutani a hi anakanyeni hi mintirho yin’wana ya siku ni siku.



XINTIRHWANA:

- Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.
- Va byele leswaku lava paniweke va ta nyikiwa xintirhwana xo anakanya ha xona.
- Kutani va fanele va tirhisa swivutiso leswi vekiweke va anakanya hi swilo va nga vulavulaka ni n'wana, eka xintirhwana xexo.
- Ntlawa wun'wana wu ta bula hi 'ku dyisa n'wana', kasi wun'wana hi 'ku ambexa n'wana' kutani lowa vunharhu wu ta bula hi 'ku tlanga hi bolo'.
- Leswaku va nga rivali va nga tsala tinhlamulo ta vona.
- Va nyike timinete ta khume va akanyisisa hi xintirhwana xa vona.
- Kutani u tlhela u hlenganisa ntlawa u va kombela va rungula mavonelo ya vona.
- Loko lava paniweke va ri karhi va rungula, kombela ntlawa wu nyika swibumabumelo loko swi ri kona.



VANA LAVA NGA VONIKI KUMBE LA NGA TWIKI KAHLE:

Ku dyondza ku vulavula swa tika swinene eka n'wana la nga ni CP loyi a nga voniki kumbe a nga twiki kahle. Loko n'wana a nga voni kumbe a nga twi kahle, swilo hinkwaswo u boheka ku swi khoma voko hikuva mavoko yakwe ma fana ni matihlo ni tindleve. Loko n'wana a nga voni kahle, hi nga n'wi pfuna ku twisisa ni ku dyondza hi tirhisa switwi swa yena swo tanihi ku twa hi tindleve, ku khumba, ku nantswa ni ku nun'hwela.

Hi xikombiso:

- Hi nkarhi wo hlamba, tshika n'wana a nun'hwela ni ku khumba xisibi, ivi u n'wi hlamusela xona. N'wi tshike a khumba matiu nga si n'wi hlambisa.
- Loko a dyisiwa, n'wi tshike a khumba lepula ni ku nun'hwela swakudya.

U fanele u va ni:



Hi nga si gimeta xiyenge lexi, a hi anakanyeni hi vana lava nga voniki kumbe lava nga twiki kahle, nilswaku hi nga va pfuna njhani ku twisisa ku antswa.



Hlamusela ndlela yo pfuna vana lava nga voniki kumbe ku twa kahle leswaku va kota ku twisisa ku antswa.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Ku ni swo tala leswi hi nga vulavulaka ha swona ni vana emintirhweni ya siku ni siku leyi hi yi endlaka na vona.

Loko hi vulavula hi swilo leswi siku ni siku, n'wana u ta dyondza ku twisisa marito lawa hakatsongo-tsongo.

Loko n'wana a nga voni kumbe a nga twi kahle, hi fanele hi tirhisa switwi leswin'wana ku n'wi pfuna ku dyondza.



KU NYIKA VANA NKARHI WO VULAVULA:

1. Tiva n'wana wa wena kahle kutani u xiya loko a ringeta ku vula xo karhi

Xana u vula marito kumbe u tirhisa rito rakwe ntsena? Xana a nga ma tirhisa matihlo kumbe ku koweta hi mavoko? Xana a nga ku komba "ina" kumbe "doo"?

2. Vitana vito rakwe

Loko u vulavula ni n'wana wa wena, rhanga hi ku n'wi khutaza leswaku a ku languta hi ku vitana vito rakwe ni ku n'wi khumba.

3. N'wi vutise swivutiso

Nyika n'wana wa wena nkarhi wo vula xo karhi hi ku n'wi vutisa swivutiso. Loko n'wana a swi kota ku vulavula - n'wi vutise swivutiso ku n'wi endla a ehleketa. Loko n'wana a nga vulavuli - n'wi hlawurise hi ku vutisa swivutiso leswi lavaka ina kumbe doo.

4. U nga n'wi nyiki swileriso loko a tlanga

Hi nga ha tikuma hi nyika vana swileriso loko hi ri karhi hi tlanga na vona. Hi nga nyika vana nkarhi wo vulavula hi ku va tshika va hlawula leswi endlekeka loko ku tlangiwa ematshan'weni yo byeleteriwa leswi va faneleke va swi endla.

5. Angula nkarhi hinkwawo

Angula nkarhi hinkwawo loko n'wana a ringeta ku ku byela xo karhi u n'wi komba leswaku u ni mhaka ni leswi a swi vulaka. Hi xikombiso: "Hawu, u langute banana, swi ngo wa ri lava."

9

Ndlela yo antswisa ku vulavula ka n'wana

Vana hinkwavo lava nga ni CP va lava ku vulavula ni vanhu lava tshameke na vona. I vutihlamuleri bya hina ku va nyika nkarhi kumbe xivangelo xo hi vulavurisa. A hi buleni hi ndlela yo swi endla.



Veka xifaniso ivi u hlamusela tinhla ta kona swin'we ni ntlawa.

Ku nyika vana nkarhi wo vulavula:

- Tiva n'wana wa wena kahle kutani u xiya loko a ringeta ku vula xo karhi.
- Vitana vito rakwe.
- N'wi vutise swivutiso.
- U nga n'wi nyiki swileriso loko a tlanga.
- Angula nkarhi hinkwawo.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 4 - Communication



KU NYIKA VANA NKARHI WO HLAWULA:

Swa olova eka n'wana la kotaka ku vulavula. Ho vutisa kunene: "Xana u lava ku dya yini?"

N'wana la nga swi kotiki ku vulavula, hi nga n'wi hlawurisa swakudya swimbirhi. Loko a swi kota ku kombetela, swi ta hi olovela ku vona leswi a swi lavaka. Loko a nga swi koti ku kombetela, hi fanele hi xiyisisa loko a tshuka a kombisa hi matihlo kumbexana hi miri wakwe wu voyamela eka swakudya leswi a swi lavaka.

N'wana la swi kotaka ku komba INA kumbe DOO, hi nga n'wi vutisa: "Xana wa tilava tikheroti? Xana wa yi lava nyama? "Kutani hi fanele hi xiyisisa leswaku hi vona nhlamulo yakwe. A nga tshuka a kumeta kunene kumbe a hlakahla nhloko, a tshukatshukisa miri kumbe a kombisa hi xikandza.

Ti tshama ti ri kona tindlela to nyika n'wana nkarhi wo vulavula.

Sweswi hi ta dyondza ndlela yo vutisa swivutiso leswaku hi nyika n'wana la nga ni CP nkarhi wo hlawula leswi a lavaka ku swi dya.



Veka xifaniso ivi u hlamusela ndlela yo nyika vana nkarhi wo hlawula.

**Ku nyika vana lungelo ro
tihlawulela:**

- Loko va nga vulavuli u nga ku- “Xana u lava ku dya yini?”
- Loko va vulavula - va hlawurise exikarhi ka swakudya swimbirhi. Va nga ha komba kumene, kumbe va tirhisa mahlo kumbe mirhi ku hlawula leswi va swi lavaka.
- Loko va swi kota ku hlawula ina kumbe doo, u nga ku- “Xana wa yi lava nyama?”

RUNGULA-NKULU

I swa nkoka ku nyika n'wana nkarhi wo vula xo karhi, hambiloko a nga swi koti ku vulavula, hikuva loko hi nga swi endli sweswo, u ta lan'wa a nga ha ringeti ku vulavula.

Vana va tirhisa tindlela to hambana-hambana ku hi byela leswi va swi lavaka, kambe hi fanele hi xiyisisa leswaku hi vona leswi va ringetaka ku swi vula.

Rhanga hi ku koka nyingiso wa n'wana u nga si n'wi vutisa xivutiso.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Lava paniweke va ta siyerisa va encenyeta ku tirhisa mavulavulelo lamanene eka xintirhwana lexi va rhangeke va bula ha xona eka nhlango lowu.*
- *Tsundzuxa lava paniweke hi ta xintirhwana lexi va buleke ha xona (ku dyisa n'wana, ku ambexa n'wana, ku tlanga hi bolo).*
- *Va ta tilangela vona loyi a nga ta encenyeta ku va n'wana ni loyi a nga ta va mukhathaleri.*
- *Nyika lava paniweke swileriso leswi landzelaka:*
 1. *N'wana wa wena wa swi kota ku vulavula a tirhisa marito.*
 2. *N'wana wa wena a nga swi koti ku vulavula, kambe wa swi kota ku hlawula hi ku koweta kumbe hi ku tirhisa matihlo.*
 3. *N'wana wa wena a nga swi koti ku vulavula, kambe wa swi kota ku komba "ina" na "doo".*
- *Nyika lava paniweke timinete ta khume va lunghiselela leswi va nga ta swi endla loko va ri karhi va encenyeta.*
- *Loko lava paniweke va ri karhi va encenyeta emahlweni ka ntlawa, khutaza lavan'wana entlaweni leswaku va xiyisisa ni ku nyika swibumabumelo. Ivi ku nghena ntlawa lowu landzelaka wu endla swa wona.*

10

Ku titoloveta ku vulavula

Sweswi hi ta katsakanya hinkwaswo ivi hi titoloveta tindlela to pfuna n'wana ku twisisa ni ku vulavula. Hi ta titoloveta mavulavulelo lamanene hilaha hi paniweke hakona.



Xana un'wana ni un'wana u titwa a enerisekile leswaku u ta vulavula ni n'wana la nga ni CP?

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

U nga rivali leswaku vana hinkwavo lava nga ni CP va nga vulavula, lexi lavekaka eka hina i ku twisisa leswaku va swi endlisa ku yini.

I swa nkoka ku nyika vana nkarhi wo hlawula.

Hi nga pfuna vana lava nga ni CP ku vulavula ku antswa hileswi hi swi endlaka emintirhweni ya siku ni siku.



Nhlangoano wu gimeta kwala, xana u kona la nga ni swivutiso hi nga si lelana?



Endzhaku ko dyondza hi ku vulavula xana u ta cinca yini loko u tthelela ekaya?

Hlamusela rungula leri nyikiwaka mutswari ivi u kamba loko ku ri ni swivutiso.

Gimeta nhlangoano ivi u eneriseka leswaku swivutiso hinkwaswo swi hlamuriwile.

5

CVI

Cerebral Visual Impairment

*Ku twisisa leswi n'wana wa mina a nga
kotaka ku swi vona.*

Switirhisiwa

Eka nhlangano lowu ku ta laveka:



Nchumu wo tipfala mahlo lowu tsemiweke eka phepha ra ntima (Xin'we xa lava paniweke)



Baji kumbe jezi - bulawuzi leri pfulekaka emahlweni (Xin'we xa lava paniweke)



Lapi (Xin'we xa lava paniweke)



Phepha ra pulasitiki ro vonikela leri ziphekaka, ri totiwa vaselina ivi ri petsiwa hi le xikarhi (Xin'we hi munhu un'we)



Swifaniso swimbirhi-mbirhi swa muvala wo basa ni wa ntima



Swifaniso swimbirhi-mbirhi swa muvala wo tshwuka ni wa xitshopana



Mathawula manharhu / Swingubyana leswi tsemeleriweke (ro tshwuka, ra xitshopana ni ra ntima)



Tidiski timbirhi-mbirhi ta wasi ni ta xitshopana



Swifaniso swimbirhi swa vuandlalo byo basa



Bodo leyi phutseriweke hi phepha ro hatima kumbe foyili (Xin'we xa lava paniweke)



Selifoni / Thoci



Phepha rin'we ra lava paniweke



Xitsalo xin'we xa lava paniweke

1

Vuamukeri

Hoyozela hinkwavo entlaweni ivi va tshamiseka khwatsi u nga si sungula.



Hi nga si sungula nhlango lowu, u dyondze yini eka nhlango lowu hundzeke lowu nge “Ku Vulavula” naswona u swi tirhise njhani ekaya?

Longoloxa vuyelo ivi mi bula hi byona swin'we ni ntlawa.

Workshop 5 - Vuyelo

- Xana CVI yi yimela yini naswona yi vula yini?
- Ndlela yo tiva leswaku n'wana u ni CVI.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CVI.
- Ndlela yo tirhisa leswi hi swi dyondzaka namuntlha loko hi fika ekaya.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 5 - Cerebral Visual Impairment

Vana hinkwavo lava nga ni CP va ni swiphiso swo kota ku vona. Swi tele leswi vangalaka ku tsana ka mahlo ya n'wana la nga ni CP. Namuntlha hi ta bula hi xin'wana xa swivangelo swa kona. Hi ta bula hi xiphiso lexi vuriwaka 'CVI'.

Namuntlha hi ta bula hi swilo leswi:

- Xana CVI yi yimela yini naswona yi vula yini?
- Ndlela yo tiva leswaku n'wana u ni CVI.
- Ndlela yo pfuna n'wana la nga ni CVI.
- Ndlela yo tirhisa leswi hi swi dyondzaka namuntlha loko hi fika ekaya.

Ava ntlawa u va pana hi vambirhi-mbirhi ivi u va tivisa leswaku va nga hambani loko ku endliwa swintirhwana swa nhlango. Ivi u nyika lava paniweke: xitsalo, phepha, xo tipfala mahlo, bodo yo vangama ni xingubyana. Ivi u nyika ha un'we: ntlawa wa swifaniso ni phepha ra pulasitiki. Va byele leswaku nakulobye a nga fanelanga a languta swifaniso swa un'wana.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta va mukhathaleri kasi un'wana u ta va n'wana.*
- *Loyi encenyetaka n'wana u ta tiboha hi nchumu wo pfala mahlo ivi a tshama exitulwini.*
- *Vitanela vakhathaleri etlhelo ka ntlawa leswaku vana va nga switwi leswi u va byelaka swona.*
- *Byela vakhathaleri leswaku va hatlisa va hluvula n'wana baji ivi va n'wi sula xikandza va nga vuli nchumu.*
- *Endzhaku ka xintirhwana lexi n'wana a nga ha susa lexi pfaleke mahlo.*

3

Matitwelo ya ku ka u nga voni

U fanele u va ni:



?

Xana u titwise ku yini loko u hluvuriwa baji ivi u suriwa xikandza u nga swi voni?

?

Xana mukhathaleri a nga swi endla njhani hi ndlela leyi hambaneke?

- Vulavula ni n'wana u n'wi hlamusela leswi u swi endlaka.
- U nga hatlisi, swi endle hi ku nonoka.
- Tshika n'wana a khoma baji a ri twa.
- Vana ni musa, u nga bvanyangeti.

Hlawula ntlawa wun'we wa lava paniweke wu kombisa leswaku swi nga endliwa njhani hi ndlela leyi hambaneke.

Vana van'wana va swi kota ku vonanyana, a va fanga mahlo kambe va chuha loko munhu a namba a endla nchumu va nga si swi lekuma leswaku ku endleka yini. Loko u ri ni n'wana la kotaka ku vonanyana, i swinene ku n'wi hlamusela leswi u swi endlaka ivi u n'wi tshika a khumba ni ku nun'hwela swilo leswi u swi tirhisaka.

RUNGULA-NKULU

Loko u ri ni n'wana la feke mahlo kumbe la vonakanyana, u fanele u endla hi ku nonoka ivi u n'wi hlamusela leswi u swi endlaka.

Sweswo swi ta n'wi pfuna ku twisisa leswi endlekaka kutani a nge chuhi ngopfu.



LESWI HI SWI ENDLAKA LOKO HI EHLEKETA LESWAKU N'WANA A NGA VONI KAHLE:

Loko n'wana la nga ni CP a nga voni kahle, hakanyingi hi ehleketa leswaku mahlo hi wona ma nga ni xiphiso, kambe swi tele leswi nga endlaka n'wana a nga voni. Loko n'wana a nga voni kahle, hi rhanga hi ku n'wi yisa eka dokotela a ya kamberowa mahlo. Loko dokodela a vula leswaku mahlo ma ni xiphiso, kutani a nga ha n'wi nyika manghilazi ya mahlo leswaku a vona ku antswa.

Loko a vula leswaku ku hava xiphiso hi mahlo ya yena, kutani hi ta swi tiva leswaku xiphiso xi le byongweni. Swi vula leswaku mahlo ma vona kambe byongo a byi swi twisisi leswi mahlo ma swi vonaka.



LESWI CVI YI VULAKA SWONA:

Loko byongo byi lamarile, ku fana ni le mhakeni ya vana lava nga ni CP, xiphiso xo vona xi vangeriwa hi byongo lebyi lamaleke, kambe mahlo wona a ma lamalanga.

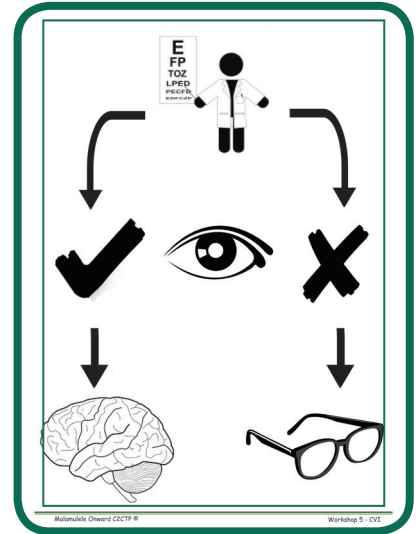
Sweswo hi swi vula Cerebral Visual Impairment (Mahlo Lama Tsanisiwaka Hi Ku Lamala Ka Byongo) kutani hi ku komisa i CVI. Nkarhi wun'wana swi vuriwa "cortical blindness" hambiloko n'wana a nga fanga mahlo. Hilaha hi rhangeke hi vula ha kona, mahlo ma tirha kahle, kambe byongo byi lamarile kutani a byi swi twisisi leswi mahlo ma swi vonaka.

4

Xana CVI yi vula yini?



Veka xifaniso ivi u xi tirhisa ku hlamusela leswi hi swi endlaka loko hi ehleketa leswaku n'wana a nga voni kahle.



Veka xifaniso ivi u hlamusela leswi CVI yi vulaka swona.

CVI
Cerebral
Visual Impairment



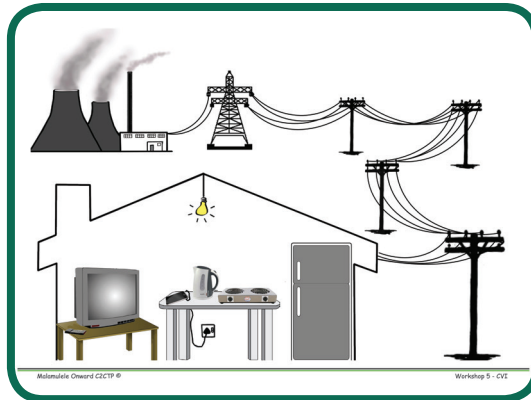
NDLELA LEYI KU LAMALA KA BYONGO KU KHUMBAKA MIRI HA YONA:

U ta tsundzuka leswaku eka nhlangoano wo sungula hi bule hi ndlela leyi xitichi xa gezi xi phamelaka gezi ha yona etindlwini. Hambiloko xitirhisiwa xi ri hava xiphiso, a xi nge tirhi loko ku ri ni xiphiso exitichini xa gezi.

Ku fana ni switirhisiwa sweswo, mahlo ya n'wana ma tirha kahle, kambe xiphiso lexi nga ebyongweni xi sivele mahlo ku vona.



Tirhisa xifaniso xa xitichi xa gezi ku tsundzuxa ntlawa ndlela leyi ku lamala ka byongo ku wu khumbaka ha yona miri.



RUNGULA-NKULU

CVI i xiphiso lexi nga ebyongweni ku nga ri mahlo.

Mahlo ma tirha kahle, kambe byongo a byi swi twisisi leswi mahlo ma swi vonaka.



TINDLELA TO XIYA CVI:

- *N'wana u teka nkarhi wo leha a ri karhi a langute nchumu.*
- *N'wana u languta nchumu ivi a languta etlhelo loko a wu teka.*
- *N'wana u honolela tlhelo rin'we.*
- *N'wana u languta nchumu nkarhinyana ivi a languta etlhelo, onge hiloko a tsandzeka ku wu langutisisa.*
- *N'wana u languta eku vonakaleni, mahlo ma lunguta ehenhla ni le tlhelo.*
- *N'wana u tsandzeka ku landzelerisisa swilo hi mahlo yakwe.*
- *Masiku yo karhi u vona ku antswa ku tlula man'wana.*
- *N'wana u swi vona ku antswa swilo loko hi swi khomela etlhelo ku nga ri emahlweni ka yena.*
- *Vana van'wana va swi vona ku antswa swilo loko swi famba.*

5

Hi swi tivisa ku yini leswaku n'wana u ni CVI?



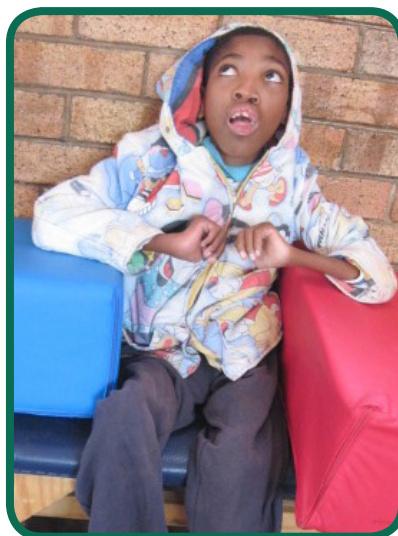
Xana u kona laha loyi a nga ni n'wana la nga voniki kahle? Kumbe, xana u tiva n'wana wo karhi la nga voniki kahle?



Xana n'wana u endla yini lexi endlaka u ehleketa leswaku a nga voni kahle?



Tirhisa swifaniso ku hlamusela tindlela to hambana-hambana to xiya CVI ivi u boxa leti vuriweke.





Xana u xiye swo karhi eka vana va wena leswi fanaka ni sweswo?

Loko n'wana a ri ni CVI, a swi vuli leswaku hi ta xiya swilo leswi hinkwaswo eka yena. U nga rivali leswaku vana hinkwavo lava nga ni CP va siyana naswona CVI ku fana ni CP yi nga ha biha swinene kumbe yi nga bihi ngopfu.

A swi olovi ku twisisa CVI, kutani u fanele u kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena leswaku u twisisa leswi n'wana wa wena a kotaka ku swi vona.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

RUNGULA-NKULU

Swi tele leswi nga hi pfunaka hi xiya leswaku n'wana u ni CVI.

Vana lava nga ni CVI hinkwavo va siyana kutani van'wana va vona ku antswa ku tlula van'wana.

Kombela mutshunguri wa wena a ku pfuna u twisisa leswi n'wana a kotaka ku swi vona.



KU KHATHALELA N'WANA LA NGA NI CVI:

Tsundzuka tindhankulu tathlanu loko u khathalela n'wana la nga ni CVI:

1. N'wana u fanele a tshamisiwa kahle

Loko n'wana a ri ni CVI, swa n'wi tikela ku tirhisa mahlo loko a nga tshamanga kahle kumbe loko a tlulatluleka. Loko hi lava ku pfuna n'wana la nga ni CVI ku vona swilo, hi fanele hi n'wi khutaza swinene leswaku swi n'wi olovela ku tirhisa mahlo yakwe.

2. Tiyisisa leswaku ku pfumaleka huwa

Loko hi lava n'wana la nga ni CVI a tirhisa mahlo, i swa nkoka leswaku kamara ri pfumala huwa naswona a nga kavenyeteiwi hi pongo. Vana vo tala lava nga ni CVI, swa va olovela ku yingisa hi tindleve ku tlula ku vona hi mahlo. Hikwalaho, loko ku ri ni huwa, va ta yingisa pongo rero ematshan'weni yo languta leswi u va kombaka swona, hikuva hi swona leswi olovaka.

3. Wisisa n'wana

Tanihi leswi ku dyondza ku tshama kumbe ku yima etafuleni swi karharisaka vana lava nga ni CP, vana lava nga ni CVI na vona va karharisiwa hi ku languta. Loko hi pfuna vana lava nga CVI ku vona, hi fanele hi va wisisa hikuva mahlo ya vona ma karhala.

4. Lehisa mbilu

Nakambe hi fanele hi lehisa mbilu ivi hi rindza n'wana a languta. Vana van'wana lava nga ni CVI va hlwela ku angula eka leswi endliwaka.

5. Tirhisa swilo leswi n'wana a swi tivaka kahle

Vana lava nga ni CVI swa va olovela ku vona swilo leswi va swi toloveleke. Loko hi tshamela ku va komba swilo leswi fanaka, swi ya swi va olovela vana lava nga ni CVI ku swi vona.

6

Ku pfuna vana lava nga ni CVI

Hambileswi vana lava nga ni CVI va nga voniki kahle, ku ni swo tala leswi hi nga va pfunaka ha swona leswaku va vona ku antswa.

Tsundzuka tinhlankulu tinharhu loko u khathalela n'wana la nga ni CVI.



Veka xifaniso ivi u hlamusela tinhla ta nkoka to tsundzukiwa.

Ku khathalela n'wana la nga ni CVI:

1. N'wana u fanele a tshamisiwa kahle.
2. Tiyisisa leswaku ku pfumaleka huwa.
3. Wisisa n'wana.
4. Lehisa mbilu.
5. Tirhisa swilo leswi n'wana a swi tivaka kahle.

Malamulele Onward C2CTP ©

Workshop 5 - Cerebral Visual Impairment

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

Hi nga si pfuna n'wana la nga ni CVI leswaku a vona ku antswa, hi fanele hi tiva leswaku swilo hi fanele hi swi veka hi tlhelo rihi leswaku a swi vona kahle ni swilo leswi a swi vonaka hi ku olova.

Hi ta endla swintirhwana leswi nga ta hi pfuna hi twisisa swilo leswi n'wana la nga ni CVI a swi vonaka hi ku olova.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta tshama exitulwini ivi a khoma phepha ra pulasitiki emahlweni ka yena hi ku ya hi xifaniso.*
- *Loyi un'wana u fanele a yima ekule ka loyi a tshameke exitulwini hi magoza manharhu ivi a tlakusa xifaniso xa muvala wa ntima ni wo basa eka leswi va nyikiweke swona.*
- *Loyi a yimeke u fanele a ya a tshinela ku kondza loyi un'wana u kota ku vula leswi nga exifanisweni.*
- *Loyi a yimeke u fanele a tshineta xifaniso exikandzeni xa loyi un'wana ivi a vutisa loko a kota ku xi vona kahle.*
- *Kutani lava paniweke va nga siyerisana ivi loyi a yimeke a tirhisa xifaniso eka leswi va nyikiweke swona, xi fanele xi hambana ni lexi se xi tirhisiweke.*

7

Lomu hi faneleke hi swi khomela

Sweswi hi ta dyondza lomu hi faneleke hi swi khomela kona swilo leswaku n'wana a kota ku swi vona.

U fanele u va ni:



Xana un'wana ni un'wana u boheke ku tshineteriwa xifaniso leswaku a xi vona kahle? Xana a swi olova ku vona xifaniso loko xi tshinetiwile?

Loko hi komba n'wana la nga ni CVI xilo, i swa nkoka ku tsundzuka leswaku hi fanele hi xi khomela ekusuhi leswaku a xi vona, kambe hi nga tshuki hi xi tshineta exikandzeni xakwe. Hakanyingi swa olova leswaku n'wana a vona swilo loko swi vekiwe ethelo ka mahlo ya yena.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.



XINTIRHWANA:

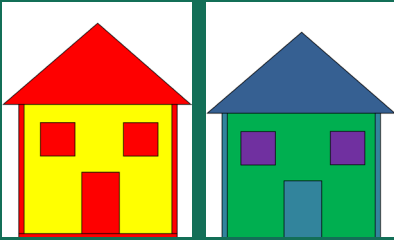
- Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.
- Un'wana u ta tshama exitulwini ivi a khoma phepha ra pulasitiki emahlweni ka yena hi ku ya hi xifaniso.
- Loyi un'wana u fanele a yima ekule ka loyi a tshameke exitulwini hi magoza manharhu ivi a tlakusa swifaniso swimbirhi swa mivalavala a swi hlawula eka leswi va nyikiweke swona.
- Loyi a yimeke u fanele a ya a tshinela ku kondza loyi un'wana u kota vula leswi nga eswifanisweni.
- U fanele a vula leswi a kotaka ku swi vona a tlhela a vula lexi olovaka ku xi vona.
- Loko munhu la tshameke se a hlawurile xifaniso lexi olovaka ku xi vona, lava paniweke va nga siyerisana ku endla xintirhwana lexi.
- Loyi se a yimeke u ta tirhisa swifaniso eka leswi va nyikiweke swona kambe swi fanele swi hambana ni leswi se swi tirhisiweke.

8

Mivala yo vangama

A hi endleni swintirhwana swo hi dyondzisa swilo leswi olovaka leswaku n'wana la nga ni CVI a swi vona.

U fanele u va ni:



Kombela hinkwavo leswaku va humesa swifaniso leswi a swi olova ku swi vona ivi va swi veka exikarhi ka ntlawa swi va erivaleni.



Xana u nga ku ha yini swifaniso leswi swi olova ku swi vona?

- Muvala wa xitshopana ni wo tshwuka ya vangama, ku tlula wa wasi ni wa rihlaza.
- Mivala yo vangama yi koka mahlo ku tlula mivala yo dzwihala.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.



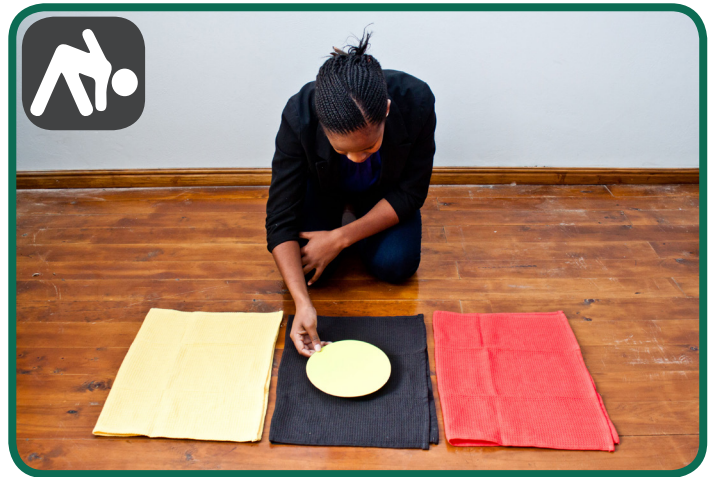
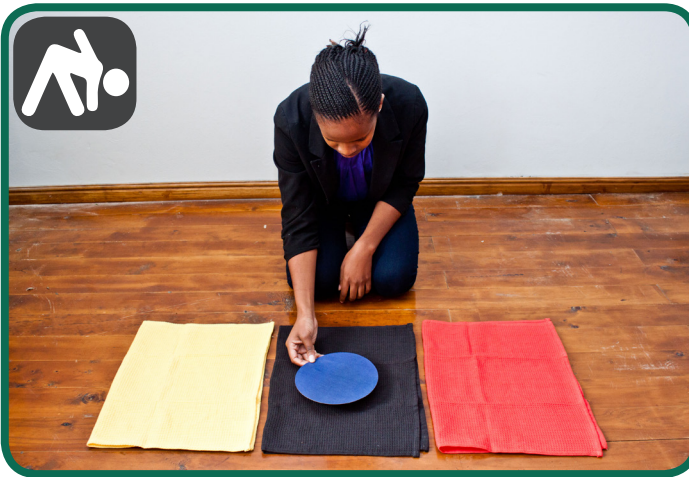
XINTIRHWANA:

- *Andlala mathawula emahlweni ka wena hi ku ya hi xifaniso.*
 - *Rhanga hi diski ya wasi u yi veka ehenhla ka thawula ra ntima ivi u hlamusela leswaku yi lava ku fana ni thawula lera ntima kutani a swi olovi ku yi vona.*
 - *Kutani veka diski eka thawula ra xitshopana ivi u hlamusela leswaku ku ni ku hambana lokukulu exikarhi ka diski ni thawula kutani swa olova ku yi vona.*
 - *Kutani veka diski eka thawula ro tshwuka ivi u hlamusela leswaku ku hambana kukulu swinene exikarhi ka diski ni thawula ro tshwuka ku tlula loko diski yi ri ethawuleni ra ntima, hikwalaho swa olova ku vona diski ethawuleni ro tshwuka ku tlula lera ntima.*
 - *KAMBE: Hambileswi swi olovaka ku yi vona ethawuleni ro tshwuka, swi olova swinene ethawuleni ra xitshopana hikwalaho ka ku hambana ka mivala leyimbirhi.*
-
- *Endla leswi fanaka hi diski ya xitshopana.*
 - *Rhanga hi ku yi veka ethawuleni ra xitshopana ivi u hlamusela leswaku ya fana ni*
 - *thawula lera xitshopana kutani swa tika ku yi vona.*
 - *Kutani veka diski ethawuleni lera ntima ivi u hlamusela leswaku*
 - *ku ni ku hambana lokukulu exikarhi ka diski ni thawula kutani swa olova ku yi vona.*
 - *Kutani veka diski eka thawula ro tshwuka ivi u hlamusela leswaku ku hambana kukulu swinene exikarhi ka diski ni thawula ro tshwuka ku tlula loko diski yi ri ethawuleni ra xitshopana, hikwalaho swa olova ku vona diski ethawuleni ro tshwuka ku tlula eka lera xitshopana.*
 - *KAMBE: Hambileswi swi olovaka ku yi vona eka thawula ro tshwuka, swi olova swinene ethawuleni ra ntima hikwalaho ka ku hambana ka mivala leyimbirhi.*
-
- *Hikwalaho loko mivala yi hambana swinene, swi olova ngopfu leswaku n'wana a yi vona.*

9

Mivala leyi hambaneke swinene

U fanele u va ni:



Xana hinkwerhu ha pfumela leswaku swa olova ku vona mivala loko hambana swinene?

Kamba loko ku ri ni swivutiso.



XINTIRHWANA:

- Veka swifaniso ha swimbirhi ekhumbini swi vonaka kahle.
- Kombela hinkwavo leswaku va ta languta xifaniso va tirhisa phepha ra pulasitiki.
- Kutani va nga tlhela va ya tshama.



SWA OLOVA KU LANGUTA XILO EKA VUANDLALO LEBYI NGA RIKI NA NCHUMU:

Hilaha hi rhangeke hi vula hakona, swa tika leswaku n'wana la nga ni CVI a languta nchumu wun'we loko ku ri ni minchumu yo tala. Loko hi komba n'wana nchumu wo karhi kasi ku ni mivalavala ni minchumu etlhelo, swi fana ni ku lava neleta enhulwini ya mavivi.

Loko u veka nchumu wo karhi emahlweni ka n'wana etafuleni, tiyisisa leswaku ku hava nchumu wun'wana etafuleni. Loko u komba n'wana wa wena nchumu wo karhi, u fanele a languta ekhumbini ro basa leri nga hayekiwangiki swifaniso. Loko u nga ri na rona khumbi ro basa, u nga nameka phepha lerikulu ro basa ri endla vuandlalo lebyi nga riki na nchumu.

10

Vuandlalo lebyi nga riki na nchumu

U fanele u
va ni:



Xana hinkwerhu ha pfumela leswaku swa olova ku vona munhu loko vuandlalo byi nga ri na nchumu?

- Ina



Hlamusela lexi vangelaka leswaku n'wana la nga ni CVI a vona ku antswa loko vuandlalo byi nga ri na nchumu.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Un'wana u ta tshama exitulwini ivi a fularhela fasitere. Loko ku ri hava fasitere, kutani u fanele a fularhela ku vonakala. U fanele a tlakusa phepha ra pulasitiki emahlweni ka yena hi ku ya hi xifaniso.*
- *Loyi un'wana u fanele a yima emahlweni ka yena a khome bodo yo hatima.*
- *U fanela a rhang a hi ku khoma bodo yi nga tsekatseki, yi languta tlhelo ra ku vonakala, kutani u fanele a tsekatsekisa bodo yoleyo yi voningisa ku vonakala.*
- *Kutani lava paniweke va siyerisana hinkwavo va kota ku encenyeta leswi endliwaka.*

11

Light and reflection

U fanele u va ni:



?

Xana hinkwerhu ha pfumela leswaku swa olova ku vona bodo loko yi amukela ku vonakala?

- Ina

?

Xana u vona onge a swi ta olova ku vona bodo loko a wu langute fasitere? Ha yini?

- Doo, hikuva bodo a yi nga ta ku amukela ku vonakala.
- Ku vonakala loku humaka efasitereni ku vangama ku tlula bodo.

?

Xana a swi olova ku vona bodo loko yi nga tsekatseki kumbe loko yi tsekatsekisiwa?

- Loko yi tsekatsekisiwa.

Xana ha swi xiya leswaku hi nga tirhisa ku vonakala loku amukeriwaka hi nchumu wo karhi ku pfuna n'wana la nga ni CVI ku vona? Loko a nga si wu vona, hi nga tsekatsekisa nchumu wa kona leswaku a kota ku wu vona ku antswa.

?

Xana hi swihi swilo leswi amukelaka ku vonakala leswi hi nga swi tirhisaka?

- Swivoni, swikhaviso swa Khisimusi, poto ro hatima, CD
- Swiphutseri swo hatima swa swiwitsi kumbe tlhelo ra le ndzeni ra nkwama wa tizimba



XINTIRHWANA:

- *Kombela hinkwavo leswaku va khoma maphepha ya pulasitiki emahlweni ka mahlo ya vona.*
- *Voningisa selifoni ivi u yi komba tlhelo ra un'wana ni un'wana leswaku va kota ku yi vona.*
- *Kutani u mphumerisa kamara hi ku pfala tikhetenisi kumbe ku lema mafasitere ivi u tima timboni.*
- *Tlhela u endla xintirhiwana lexi kamara ri nga voningisiwanga.*



KUTIRHISA KU VONAKALA KU PFUNA N'WANA LA NGA NI CVI A VONA KU ANTSWA:

Hi nga endla leswaku n'wana a vona swilo hi ku olova hi ku swi voningela hi rivoni. Ku vonakala ku endla nchumu wu languteka wu vangama ku tlurisa kutani swi olovisela n'wana la nga ni CVI.

KAMBE:

Kambe hi nga tshuki hi tlhava mahlo ya n'wana hi ku vonakala koloko, hikuva tihlo ri nga lamala.

U fanele u va ni:



Xana u kote ku vona ku vonakala eku sunguleni?

- Ina



Xana a swi olova ku vona ku vonakala loko kamara ri voningela kumbe loko ri ri munyama?

- Loko ri ri munyama.



Xana hi swihi swikombiso swa swilo leswi hi nga voningisaka ha swona?

- Thoci, selifoni, thoyi yihi ni yihi leyi voningaka

Se u swi xiyile leswaku hi nga tirhisa ku vonakala hi ku kongoma ni loku amukeriwaka hi nchumu wo karhi ku pfuna n'wana la nga ni CVI ku vona. Sweswo i swinene eka vana lava vonaka ku vonakala ni munyama ntsena, kambe swi pfuna ni vana van'wana lava nga ni CVI ku vona ku antswa.



Hlamusela ndlela yo tirhisa ku vonakala ku endla swilo swi vonaka hi ku olova.

Kamba loko ku ri ni swivutiso.

Swa tika ku kumisisa leswi n'wana la nga ni CVI a kotaka ku swi vona, ku katsa ni ku tiva mpfhuka lowu swi faneleke swi va eka wona. I swa nkoka ku kombela mpfuno eka mutshunguri wa wena emhakeni leyi hikuva vana lava nga ni CVI va hambana.

RUNGULA-NKULU

Loko hi khathalela n'wana la nga ni CVI hi fanele hi tiyisisa leswaku u tshamisisiwa kahle ivi a tshegiwa khwatsi.

Hi fanele hi tlhela hi tiyisisa leswaku kamara ri pfumala huwa, ivi hi lehisa mbilu, hi nyika n'wana nkarhi wo angula eka leswi endliwaka.

Hi nga rivali leswaku n'wana wa karhala loko hi endla swintirhwana leswi swo n'wi khutaza ku languta kutani hi fanele hi n'wi wisisa.

Vana lava nga ni CVI swa va olovela ku vona: mivala yo vangama, mivala leyi hambanaka, ku vonakala hi ku kongoma ni loku amukeriwaka hi nchumu wo karhi.

Hi fanele hi tirhisa swilo leswi fanaka leswaku n'wana a swi tiva kahle a tlhela a swi vona hi ku olova.

Hi nga olovisela n'wana la nga CVI ku vona hi tiyisisa leswaku ku ni vuandlalo lebyi nga riki na nchumu.

Hi nga olovisela n'wana la nga CVI ku vona xilo hi ku xi tsekatsekisa.

Loko hi tirhisa ku vonakala ku pfuna n'wana lava nga ni CVI ku vona, hi fanele hi tiyisisa leswaku timboni ti timiwile ni leswaku a nga languti rivanti kumbe fasitere.



XINTIRHWANA:

- *Endlani xintirhwana lexi ha vambirhi-mbirhi.*
- *Nyika lava paniweke xin'wana xa swintirhwana leswi: Ku n'wi hlambisa*
- *Ku n'wi ambexa ni ku n'wi dyisa*
- *Lava paniweke va fanele va anakanya hi ndlela yo pfuna n'wana a vona ku antswa loko va ri karhi va endla xintirhwana xexo ivi va tsala tinhla ta vona ephepheni.*
- *Va fanele va swi endla hi timinete ta ntlhanu.*
- *Ivi u kombela lava paniweke va byela ntlawa tinhla ta vona.*
- *Loko lava paniweke va hetile ku vula tinhla ta vona, kombela ntlawa wu nyika swiringanyeto swa wona.*

12

Ku tirhisa leswi hi swi dyondzeke ekaya

U fanele u va ni:



13

Nhlangano wu gimeta kwala



Nhlangano wu gimeta kwala, xana u kona la nga ni swivutiso hi nga si lelana?



Endzhaku ko dyondza hi CVI xana u ta cinca yini loko u fika ekaya? Loko u nga ri na yena n'wana la nga ni CVI, u nga n'wi pfuna njhani loyi a nga na yena?

Hlamusela rungula leri nyikiwaka mutswari ivi u kamba loko ku ri ni swivutiso.

Gimeta nhlangano ivi u eneriseka leswaku swivutiso hinkwaswo swi hlamuriwile.