

Ho hlaloseisa bana ka 'dementia'

Sekgahla sa kameho baneng ba banyane le ba baholwanyane e tla itshetleha hodima hore:

- ***Ke mang ya nang le bokudi boo – motswadi, nkgono/ntatemoholo, rakgadi, jj.***
- ***dikamanong tsa bona ba atamelane haka le motho eo***

Motho eo o phela hokae j.k. lapeng la bona, ka boikemelo kapa lehaeng la maqheku

Ha o kgathatsehile moyeng mabapi le motho ya haufi le wena ya tshwerweng ke 'dementia' ho bonolo ho lebele feela ka moo e ka bang bana ba hao ba tsitsipane maikutlo ka teng. Bana ba hloka ho fuwa ditlhalosetso tse hlakileng le dikgothatso tse ngata hore ba kgone ho tobana le phetoho ena ya boemo. Leha ditaba tsena di kgathatsa maikutlo e ka nna ya ba taba e kgothatsang ho tseba hore boitshwaro bo makatsang ba setho sa lelapa la habo bona ke karolo ya bokudi mme ha a etse sena ho ba kgopisa.



Ho hlakile hore o tla lokela ho lokisetsa tlhaloso ya hao kutlwisiso ya dilemo tsa ngwana wa hao empa kamehla leka ho bua nnete ka moo o ka kgonang. Ho diha moya le ho feta hore ngwana a fumane ha morao hore ha a tshepe tseo o ba bolellang tsona ho na le hore ba thulane le nnete ya taba e sa le qalong, leha sena se ka ba bohloko, ka tshehetso ya hao.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org www.dementiasa.org

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Ho fana ka ditlhaloso

Kamehla ho boima ho thulana le tlhahisoleseding e dihang moya. Ho ipapisitswe le dilemo tsa bona, bana ba hloka ho fuwa ditlhalosetso tse phetwang ka dinako tse fapaneng. O tla lokela ho ba le mamello.

- Kgothaletsa bana ho botsa dipotso. Mamela seo ba se buwang hore o fumane ka moo taba ena e ba tshwentseng ka teng.
- Fana ka kgothatso e ngata le ho aka bana le ho ba tshwara ka tiyo moo ho hlokehang.
- Mehlala ya nnete ya boitshwaro bo etsahalang, bo bonahalang bo makatsa, jwalo ka motho ya lebalang aterese, ya kopakanyang mantswe kapa ya robalang a rwetse katiba, e ka thusa ho hlakisa ntlha ena haholwanyane.
- Se ke wa tshaba ho buka ka tsela e qabolang. Hangata ho a thusa haeba le kgona ho tsheha ka taba ena mmoho. (Etsa bonnete ba hore ha ba tshehe motho ya tshwerweng ke 'dementia' empa ba tshehe mmoho le yena)
- Tsepamisa maikutlo dinthong tseo motho enwa a sa ntseng a ka di etsa mmoho le tse seng di mo thatafalla.

Matswalo a bana

- Ngwana wa hao a ka tshaba ho bua mabapi le matshwenyeho a hae kapa ho bontsha maikutlo a hae hobane ba tseba ka moo o imetsweng ka teng ke taba ena mme ba sa batle ho o tshwenya ho ya pele. Ba ka hloka kgothatso e bobebe hore ba buwe.
- Ngwana wa hao e ka nna ya ba o ferekane mabapi le ka moo motho eo a fumaneng bo kudi bona.
- Bana ba banyane ba ka dumela hore ke bona ba bakileng bokudi bona kaha
- Ba sa mamele ha ba kgalemelwa kapa ba bile le "menahano e mebe".
- Maikutlo ana ke a atileng mabapi le boemo bofe kapa bofe bo sa thabiseng bo ka hlahang ka lapeng.
- Bana ba bang ba ka tshwenyeha mme ba nahana hore 'dementia' ke kotlo bakeng sa ntho eo motho a e entseng nakong e fetileng. Bana ba dilemo tsohle ba hloka ho kgothat swa hore sena ha se lebaka la bokudi ba motho eo.
- Hape o ka hloka ho tiisetza bana ba baholwanyane hore lefu lena ha le tshwaetse mme ho ke ke ha etsahala ha bonolo hore wena, kapa bona, ba tla tshwarwa ke 'dementia' ho bane feela setho sa lelapa la bona se na le bokudi bona.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org *www.dementiasa.org*

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Diphetoho bakeng sa ngwana wa hao

Ha motho e mong ka lapeng a ba le 'dementia' batho bohle ba ameha. Bana ba hloka ho tseba hore o utlwisisa mathata ao ba tobaneng le wona le hore o sa ntse o ba rata, leha ha ekaba o bonahala o imetswe hakae mme o sa kgone ho mamella ka dinako tse ding.

Leka ho ipha nako ya hore o buwe le ngwana wa hao kgafetsa ntle le ho sitiswa. Bana ba banyane ba ka hloka ho hopotswa hore ke bobaneng setho sa lelapa la habo bona se itshwere ka tsela e makatsang. Bana bohle ba ka nna ba hloka ho bua ka maikutlo a bona ha mathata a matjha a hlahella. Ba ka nna ba lakatsa ho tshohla, ho etsa mohlala:

- Maikutlo a bona a ho hlora le ho hlonama mabapi le se etsahalang ho motho eo ba mo ratang le matswalo a bona mabapi le bokamoso.
- Ho tshoha, ho teneha kapa ho hlajwa ke dihlong ka lebaka la boitshwaro ba motho eo le ho kgathatseha ke ho dula
- Ba utlwa dipale le dipotso tse phetaphetwang nako le nako.
- Maikutlo ana a ka tswakana le maikutlo a boikahlolo bakeng sa ho ikutlwa ka tsela ena.
- Ho tlameha ho jara boikarabello bakeng sa motho eo ba hopolang hore ke yena ya ba hlokometseng.
- Maikutlo a tahlehelo – hobane seng sa bona se se se sa bonahale se tshwana le mehleng kapa bobane a se a sa kgone ho buisana le bona ha bonolo.
- Maikutlo a kgalefo – hobane ditho tse ding tsa lelapa di le tlasa kgatello mme di na le nako e nyane bakeng sa bona ho feta pele.
- Maikutlo a boikahlolo kapa kgalefo.

Ho tlhalosa maikutlo

Bana ba bontsha maikutlo ka ditsela tse fapaneng hape ba bontsha matshwenyeho ka ditsela tse fapaneng. Tse ding tsa dintho tse lokelang ho hlokomelwa ke tsena:

- Ba bang ba bana ba phofa kapa ba be le mathata a ho se kgalehe, ba ka bonahahala ba batla ho tsotellwa kapa ba thibana ditsebe, kapa ba lla ka bohloko le ho opelwa (jk. hlooho e opang, ho opelwa ka mpeng) ho sa kgoneng ho hlalosa sesosa.
- Sena se ka supa hore ba na le matswalo mabapi le boemo bona mme ba hloka tshehetso e eketsehileng.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org www.dementiasa.org

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Mosebetsi wa sekolo hangata o salla morao kaha bana ba sa thabang ba fumana ho le boima ho tsepamisamaikutlo dithutong tsa bona.

Buisana le titjhere ya ngwana wa hao kapa hlooho ya lefapha hore basebetsi ba bang sekolong ba lemohe boemo bona mme ba utlwisise bothata ba ngwana.

- Bana ba baholo hangata ba bonahala ba ipolokela mathata a bona le ho itsheka thajana ho qoba boemo bona ka ho itulela diphapusing tsa bona kapa ba diehe ho kgutlela lapeng ho feta tlwaelo. Ba ka fumana boemo bona bo le boima haholo ho thulana le bona ka lebaka la ho hloka tiisetso dinthong tse ngata maphelong a bona.
- Ho hlajwa ke dihlong ke maikutlo a matla haholo bakeng sa boholo ba batjha.
- Ba tla hloka tiisetso ya hore o a ba rata mme o utlwisisa maikutlo a bona.

Ho bua ka dintho ka tsela e theotseng maikutlo, ya nnete ho ka ba thusa ho rarolla a mang a matshwenyeho a bona.

Ho kenyeletsa bana

- Leka ho fumana ditsela tsa ho kenyeletsa bana ba hao tlhokomelong le tlhasimollong ya motho ya tshwerweng ke 'dementia', empa se ke wa ba fa boikarabello bo boholo haholo kapa wa dumella hore sena se nke nako e ngata haholo ya bona. Ho bohlokwa haholo ho kgothaletsa bana ho tswela pele ka maphelo a bona a tlwaelehileng.
- Thatiseletsa hore ho ba le motho ya nang le 'dementia' feela le ho mmontsha lerato ke ntho ya bohlokwa ka ho fetisisa eo ba ka e etsang.
- Leka ho netefatsa hore nako eo ba e nkang le motho eo e ba monate – ho otlolla maoto mmoho, ho bapala dipapadi, ho hlopha dintho kapa ho boloka bukana ya mehopolo ya dintho tsa nako e fetileng ke maikutlo a dintho tse ka etswang mmoho, tseo o ka di kgothaletsang.
- Bua ka motho eo ka tsela eo a neng a le ka yona mme o bontshe bana difoto.
- Nka difoto tsa bana ba le mmoho le motho eo ho le hopotsa bohle ka dinako tsohle tse monate le ka nako ya bokudi.
- Se ke wa tlohela bana ba setse ba hlokometse motho eo ba le bang, le bakeng sa nako e kgutshwane feela, ntle le haeba o feela o dumela hore ba thabetse sena mme ba tla kgona ho sebetsana le boemo bona.
- Etsa bonnete ba hore bana ba tseba ka moo o ananelang maiteko a bona.

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org *www.dementiasa.org*

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679

Dinoutsu:

Contact us:

Tel: (021) 421 0077/78
Email: info@dementiasa.org
Or support@dementiasa.org

3rd Floor,
State House,
3 Rose Street,
Cape Town

P.O. Box 16421
Vlaeberg
8018



www.dementiasa.org

Please contact the DEMENTIA SA Office

Support | Awareness | Education | Counseling | Training | Resource centre | Advocacy
info@dementiasa.org or support@dementiasa.org www.dementiasa.org

National Helpline 0860 MEMORY / 0860 636 679