



**dimela tsa tihago
le bokamoso jo
bo bolokegileng**

**Ka kemonokeng go tswa go Goethe-Institut mo lenaneong
la Sustainable Together Programme**



Batshwaedi : Makhadzi Vho-Mphatheleni Makaulule,
EstherAdebusayo Obasa, John Nzira, Method Gundidza,
Mvuselelo Ngcoya, Sipiwe Sithole.
E kokoantswe ke Brittany Kesselman and Claire Rousell ba mo
We Will All Eat
Ditshwantsho: Claire Rousell
Thanolelo: Rera Language School & Goloa Moiloa
E gatisitswe ke Stories of Seed
Ka kemonokeng go tswa go Goethe-Institut, Johannesburg
Johannesburg, South Africa, 2021



**Tiro e mo tlase ga laesense ya Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0 International License.**



“Tiro e re e dirang ke ya go tsosolosa kitso ya tlhago le tiriso. Bangwe ba re re tsosolosa setso, re batla go latela segarona Fa re rialo, bangwe ba nyatsa ka go re re batla poelomorago kwa dinakong tsa bogologolo, mme ke batla go bontsha go re kitso ya tlhago le tiriso ke tiro e e lebaneng le bokamoso jo bo bolokegileng, Tiro ya rona ke go tsosolosa kitso e e boitshegang ya tlhago le setso Mme kgangkgolo ya ditso ke go tlhaloganya mokgwa o dilo tsotlhe di golaganeng ka teng. Noka e golagane le thaba, thaba e golagane le tlou, tlou yone e golagane le setlhare, mme setlhare seo ke sone se nna le wena re golaganeng naso. E ke tsela ya nnete ya go tlhaloganya mokgwa o batho e leng karolo ya tikologo ya tlhago le botshelo. Fa re bua ka go boela morago, re bua ka go ipatla motlhala go re re ithute kitso ya bagologolo ba ba neng ba gakologelwa le go itse kgolagano ya motho le tlhago; go re e re re gatela pele, re gatele pele ka yone kgolagano eo ya botshelo”.

Method Gundidza



diteng

Kitso ya mogologolo ka bokamoso jo bo bolokegileng	1
Mupo	5
Mokgwa o colonialism e senyang kgolagano ya batho le dimela	7
Kilelo ya dimela	9
Thepe	11
Kapeo ya Thepe	14
Ditloo	16
Kapeo ya ditloo	18
Mabele	20
Lengana	24
Ikgolaganyo le dimela mo motse setoropong	27
Lemorago lwa bukana e	28
Metswedi mengwe le dikwalo tse dingwe	31
Lefoko la tswalelo	32

kitso ya mogologolo ka bokamoso jo bo bolokegileng

Method Gundidza (Earthlore Foundation)

Nopolo e ke karolo ya atikele e telele, 'Grains of Hope', e e buang ka Earthlore Foundation ko Bikita, Zimbabwe, e phasaladitswe mo lokwalodikgang la Rusurgence ka Ferikgong/Tlhakole 2021. E ka fitlhelwa mo <https://www.resurgence.org/magazine/article5663-grains-of-hope.html>

Mathata a COVID-19 le Climate Change a re naya tshono ya go akanya le go lemoga ka fa dithuto tsa bagologolo di ka tsenngwang tirisong go kgontsha polokego ya rona le 'food sovereignty'¹. Maemo a a masisi a a bakwang ke Climate Change a sitisa balimi go fitlhelela temo e e le thobo/kotulo COVID-19 yone e tlhokisa batho go bona dijo tsa go itshedisa.

Bagologolo ba na le maele le kitso ka botshelo jo bo bolokegileng mme baswa ba ka tsaya malebela foo. Batho ba ne ba lema mefutafuta ya dijalo. Ka jalo, fa go ne go na le komelelo, merwalela, leroborobo lengwe kgotsa leuba, dijalo dingwe di ne di kgona go tshela. Dimela jaaka mabele le lebelebele di kgona go emeleana le komelelo le gone go gola mo motlhabeng. Letlhakoreng je lengwe, dijalo tse di rekwang di batla ditlamelwa jaaka dipeo, menontsha le melemo jaaka pesticides le herbicides go bolaya disenya-dijalo. Godimo ga moo, fa e sa le COVID- 19, phitlhelelo ya bontsi jwa ditlamelwa

¹ Taolo ya boitekanelo ba dijo ke "tshwanelo ya batho go ba le dijo tse nepagetseng tsa bophelo le meetlo tse lemogwang ka ntlha e nepagetseng le ditsela tsa polokego, gape ditokelo tsa bone go kgetha dijo tsa bone le mokgwa wa temo" (Nyéléni Declaration on Food Sovereignty, 2007).

tseno ga e bonolo Mme fa e le dijalo tsa tlhago tsone, di siametse that masimo a rona le klaemete; ka jalo ga di tlhoke ditlamelwa tse di boletsweng. Le gone, re na le bokgoni jwa go ka ipolokela peo.

Go mabaka a le mantsi a a baketseng batho go ikanya dijalo tsa seeng boemong jwa dijalo tsa tlhago. Sa ntlha, batho ba tsaya go re lebelebele le digela dingalo le go re mmidi o botoka thata, ke ka moo batho ba neng ba tlhanogela lebelebele le mabele. Sa bobedi, batho ba tlhanogetse dijo tse di fepang mmele tse ba neng ba dija; jaanong ba tlwaetse phaleche e e dirwang ka mmidi.

Go boela ko mekgweng ya bogologolo ya temo go raya go re batho ba tshwanetse go ithuta ditsela tseo bagologolo ba neng ba dira dilo ka tsone jaaka go lema, go kotula le go apaya dijo tsa setso. Gantsi go ne go nna le meletlo e e tsamaisanang le ditiro tseo. Meletlo e mengwe e ne e tlhoka tiriso ya dimela tsa nageng, jaaka go loga ditlatlana le maselo a go fefera mabele. Godimo ga moo, mo dinakong tsa tlala, go sa emetswe dithobo, maungo le merogo ya nageng e ne e thusa go fepa. Ka jalo, tshireletso ya naga le yone e botlhokwa. Go na le kgolagano e e boteng gareng ga dijalo, dipeo, dijo le naga .

Leele la botlhokwa la mogologolo ke tirisano mmogo mo tharabololong ya mathata. Ka tiro ya lebelebele le mabele e digela dingalo thobo ya teng e kgonwa ke letsholo. Ka setso, letsholo le ne le ya motse le motsana go thusa go kotula le go photha mabele. Tsela e ya go dira dilo ga e tlhole e le teng. Mme e ne e naya batho tshono ya go itsane le tsalanyo go ntse go hupahupiwa titielo ya mabele. Ka go busa kitso ya bagologolo ba rona, dipeo le mekgwa ya go dira dilo, re ka natlafatsa dikgolagano esita le gone go baka ditshono tsa go rarabolola marara ka tirisano mmogo.

Thuto enngwe e e tswang mo bagolong ke ya go rulaganyetsa bokamoso. Batho ba ne ba nna le mmidi o o ka jewang

dingwaga di le pedi. Se se raya gore ba ne ba ipakanyeditse ditshoganyetso (jaaka komelelo le dikgotlang). Ba ne ba kgona le go tlogela masimo gore a ikhutse mme le mmu o kgone go nona gape.

Mo go akanyeng bagolo ba rona, go nale dipono tsa bokamoso. Bokamoso jo bo nayang batho maatla a dijo le tshireletso mo tseleng e go diriwang dilo ka yone le boitsetsepelo jo bot la fenyang fa go nale bokoa.



“Ka puo, ke akanya go re go setse go na le tsela ya go naganang seswa mokgwa wa dikamano gareng ga rona mmogo le kamano le tlholego gonne puo ya go dira jalo e setse e le teng.”

Mvuselelo Ngcoya



“Dimela di tewa maina a simololang ka tlhogo ya mu; ditlhare di le dintsi mo puong ya rona di simolola ka tlhogo mu; mme se tlhalosa gore ‘motho a dira se’ kgotsa ‘se dire se’ Sekai, ko tshimologong ke buile ka mofero. Mme wa me o rekile semela sa nageng se se bidiwang musarima; leina leo le raya gore o seke wa lema; ke go re fa o dira jalo o sa leme, semela seo se bona tshono ya go tlhoga. Go tshwana le fa o sa tlhagole; semela se bona tshono ya go tshela.”

Method Gundidza

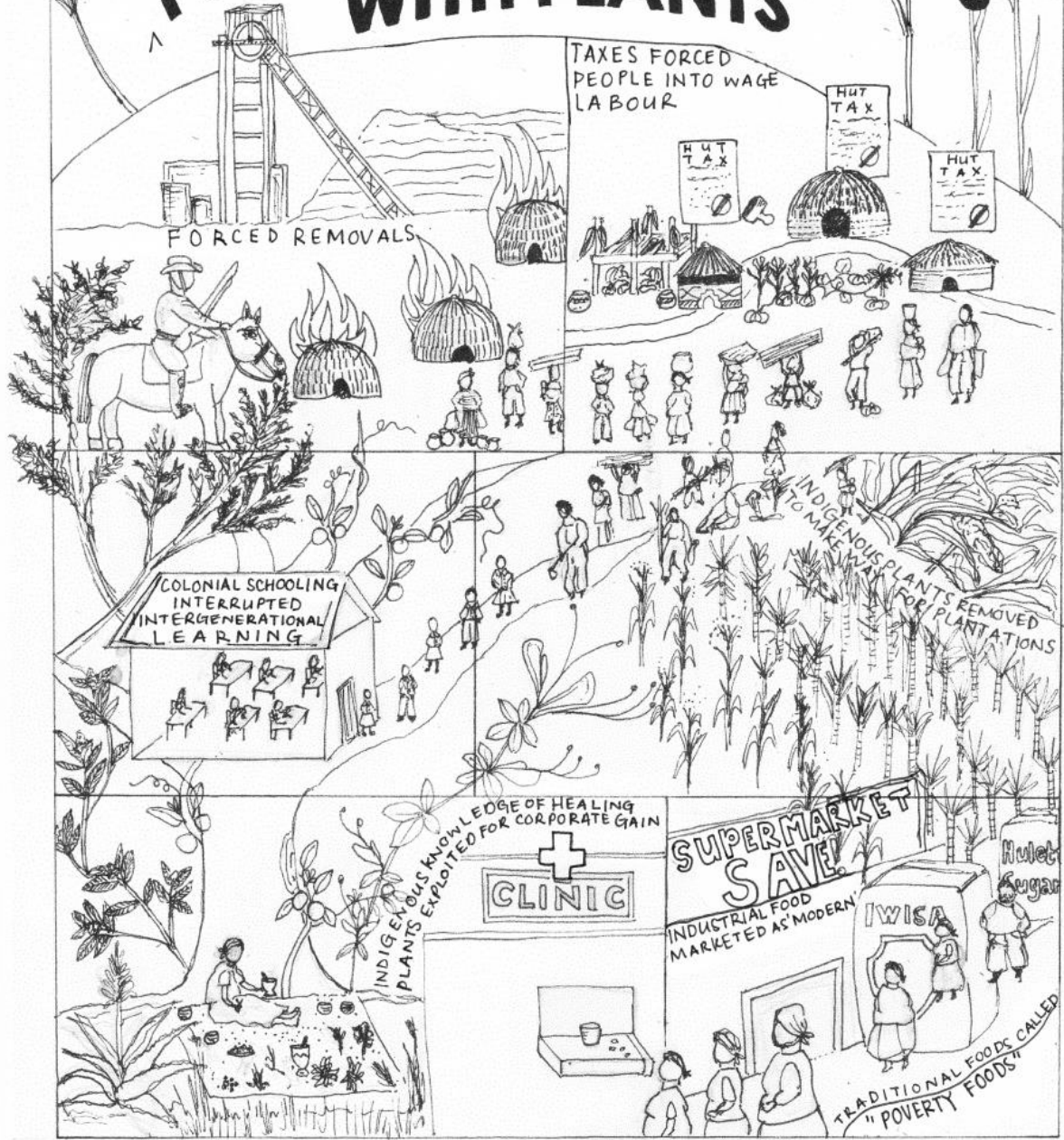


mupo

“Fa go twe Mupo ka TshiVhenda, go tewa Tlholego ka Setswana. Mupo e botlhokwa thata. Mupo ke lefoko le le tlhalosang dibopiwa tsotlhe tsa lefatshe Ka Setswana, tlholego ga e a dirwa ke motho. Mmu ke tlholego. Matlapa ke tlholego. Noka ke tlholego Modumo o dirwang ke noka e elela, ke tlholego. Dimela tsotlhe go simolola ka bojang, go akaretsa tsotlhe tse di melang, di gola go nna ditlhare, ke tlholego. . Tseno tsotlhe ga di a dirwa ke motho. Dinaledi tse re di bonang fa re leba kwa godimo, ke tlholego, lesedi la tlholego. Fa re bona ngwedi, ke lesedi la tlholego. Fa re bona diphologolo, digagabi, ditshenekegi, ke tlholego. Fa re bona ka mokgwa o dilo tsotlhe di golaganang, jaaka re tlhoka metsi a a tswang kwa nokeng, ke tsela ya tlholego . Noka eo ke tlholego , le rona ka borona re tlholego . Fa mme a rwele mpa, seo ke tiro ya tlholego . Fa dikgwedi di ntse di feta , go fitlha lesea le tsholwa, ke tlholego . Batho ke tlholego. Fa bo mme ba le mo dikgweding, ke tlholego. Tlholego ke sengwe le sengwe se re se bonang le se re sa se boneng. Ga o kake wa ama tlholego. Fa badimo ba rona ba hulara, ke tlholego. Moya wa bone ke tlholego.”

Elatlhoko: E ke nopollo ya kang e e leng mo online, 'Decolonising Our Relationships with Plants', teng foo, vho-Mphatheleni Makaulule ba tlhalosa monagano ono wa botlhokwa mo setsong sa baVenda.

HOW COLONIALISM DISRUPTED and continues to disrupt PEOPLE'S RELATIONSHIPS WITH PLANTS



mokgwa o colonialism e sentseng gape e tswelang pele go senya kgolagano ya batho le dimela

Tloso ya batho ka pateletso.

Lekgetho la pateletsa batho go direla madi.

Dikolo tlase ga colonialism tsa senya thupiso.

Dimela tsa tlhago tsa tloswa ga tsena tsa seeng.

Kitso ya melemo ya tlhago ya utswiwa go humisa ba-diprofiti.

Kitso ya tlhago ka dimela tsa melemo ya tsewa go humisa ba-diprofiti.

Dijo go tswa madirelong tsa tumisiwa go re ke tsona sekwalekwale.

Dijo tsa tlhago tsa simolola go bonwa e le dijonyana tsa botlhoki.



“Re na le diketekete tsa dijalo tsa tlhago tse re sa di jwaleng .
Re itlwaeditse mekgwa ya temo ya seeng e re sa e itseng.
Jaanong e re pateletsa go ja dijo tse e seng tsa rona. Industrial
System e e boitshegang e laola matshelo a rona. E re laola
jang? Ka dipeo. Ga o kgone go ipolokela peo. O patelesega go
ya go reka peo. O mo taolong ya madirelo, ga o itaole. Ke
mang yo o dirang menontsha, di-spray le peo? Madirelo ano
ke one a bonang madi. A madirelo ao a kile a aga sekolo,
bookelo kgotsa tsela mo motseng? Diprofiti tsotlhe di felela
kae? Di isiwa dinageng tsa bone. Mme wena o sala o
humanegile. Seno se bakwa ke gore ga re jale dijalo tse di
tswang mo Aferika jaaka mabele i le lebelebele; e leng dijalo
tse di sa tlhokeng di-spray kgotsa tlhokomelo e e kalokalo. Ga
o kitla o kgona go ikemela fa o sa ntse o ikaegile ka mekgwa
ya seeng.”

John Nzira



kilelo ya dimela

Esther Adebusayo Obasa, ka dinopolo go tswa go Makhadzi vho-Mphatheleni Makaulule (bobedi ke ba Dzomo la Mupo)

“Re bopilwe gore re je dimela. Fa re bona dimela re nna le dikakanyo tsa go fula maungo, go epa medi , le go kgetla mathhare le sengwe le sengwe se se teng foo go ka se dirisa Fa re bona setlhare re dikota tse re ka di dirisang .Ga re bone dimela ka mokgwa o o itekanetseng; mokgwa wa tlhago; semela se itekanetse. Semela ga se neye fela kotlo; semela ga se neye fela moriti. Tiro ya semela e feta foo ”

Ka setso, baVenda ba tlotla dimela tsotlhe jaaka kgolagano le semowa. Fa baVenda ba buisana le badimo le mmopi wa bone, ba dirisa dimela. Temo le go mela ga dijalo ke tema e e boitshepo ka ntlha ya kgolagano le semowa. Fa ba jwala ba ilela dipeo le dimela mmogo le tshimo e go jwadilweng go yona. Go jewa ga dijo le gone go na le kgolagano le semowa, go botlhokwa go itse gore dijo di kotutswe ke mang, jang. Go botlhokwa go dira sengwe le sengwe ka tsela e e maleba; mekgwa ya teng e fetisediwa go tswa bagolong go ya baneng. Ka jalo setso se a tshegediwa mmogo le go boloka ngwao le kgolagano ya semowa ka mokgwa o o nyalanang.

Sekao, thepe (vowa ka Tshivenda) ke semela se se itsegeng. E lemiwa mo mafelong a le mantsi a Vhavenda. E jwalwa ka bontsi tota mo e bileng e ka tsewa e le letshwao la go supa lelapa le go dulang Vhavenda.Thepe gantsi e jelwa ka bogobe. Mme gape e na le tiriso jaaka molemo mo maseeng le mo go bomme fa ba le mo matsatsing. Ntle le go dirisiwa jaaka molemo le dijo, thepe e na le tiriso mo mererong ya semowa. E kgona go lemiwa kwa lesakeng la dikgomo go di sireletsa kgatthanong le mowa o o maswe kgotsa bogodu le malwetsi. Thepe e dirisiwa gape go dira motsoko wa setso (fola ka Tshivenda) o o

dirisiwang gape go buisana le badimo.

Dinawa tsa Bambara (phonda ka Tshivenda), ke se sengwe sejalo sa botlhokwa, se gape se nang le tiriso ya semowa. Se jalwa fela nako e e rileng ka go dumelwa se kgoreletsa pula fa se jwetswe ka tsela e e seng maleba. Se dirisiwa gape go direla dibini seno fa go na le mediro ya setso kgotsa ya semowa.

Ka jalo, tsela ya botlhokwa ya go ithola morwalo wa bokoloniale o o kgoreletsang kgolagano ya rona le dimela ke go lemoga itekanelo ya tsona, le go lemoga botlhokwa le tiriso ya tsone ka go farologana.”Go ithola bokoloniale, ka go bona ga me, ke tsela ya go tlhatswa tlhaloganyo ya MoAfrika; tlhaloganyo ya botlhe ba ba gateletsweng lefatsheng ka bophara. Go mafapha a le mantsi a a re rwesitseng bokoloniale; segolo-bogolo, sejalo ke sona se dirilweng modi wa bokoloniale, ka jalo go ithola bokoloniale ke yone tsela ya go phepafatsa menagano le tlhaloganyo ya rona. Ka ntlha ya bokoloniale le maitemogelo otlhe a re nang nao, menagano ya rona e dirilwe go bona dijalo e le dijo tse re di jang fela. Seno le sona se baka go re menagano ya rona ya bokoloniale e etegele. Ka jalo ga re tlhole re bona kgolagano ka bogolo le bophara jwa yone.”

thepe *(Amaranthus spp.)*

Sezulu le Seswati: imbuya

Sesotho le Sepedi: thepe, theepe

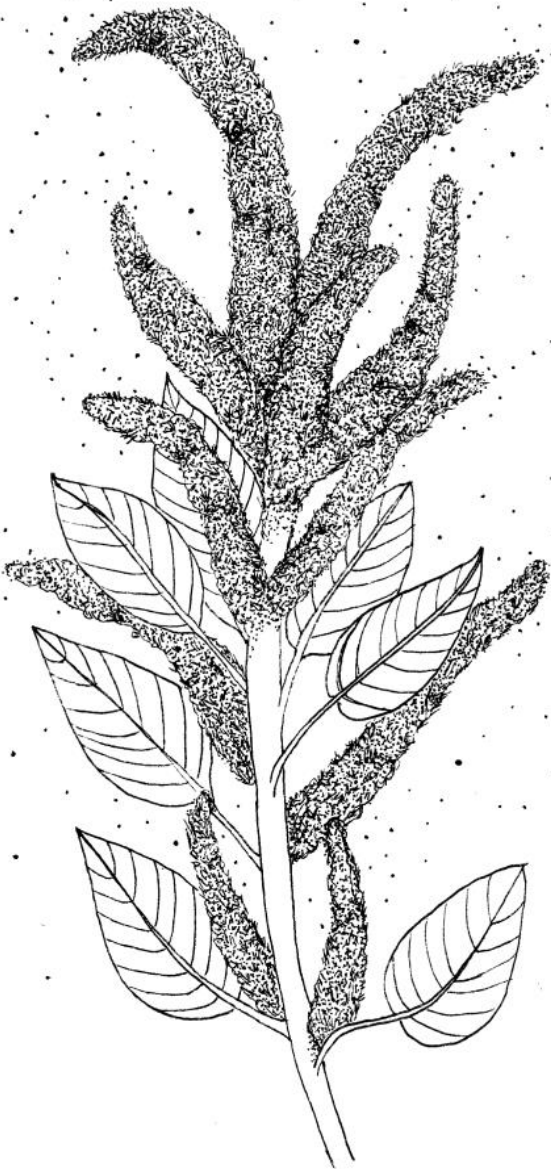
Seburu: misbredie

Sevenda: vowa

Sexhosa: unomdlomboyi

Setsonga: theyke, cheke

Sekgowa: Amaranth



Thepe e tala, kgotsa e khibidu/phepole. Ke engwe ya merogo e e tumileng mo Aferika . Mefuta e mentsi ya thepe e tlhaga mo Aferika. Thepe ke morogo o o sa bolong go jewa go tloga bogologolo tala. Go na le batho ba ba jalang thepe mme gantsi, e itlhogela fela gongwe le gongwe morago ga dipula tsa ntlha. Thepe ke semela se se emeleanang le komelelo mme e rata thata felo fa go bothitho. Merogo e mengwe ya bo-thepe e gola ka bonako e bile e ntsha matlhare a mantsi.

Matlhare a thepe a maswa a sa le mannye a ka jewa a le tala kgotsa a apeilwe, mme matlhare a magologolo a tshwanela go apewa ka a le botlhoko Thepe e monate fa e apeilwe ka eie, tamati, kgotsa matokomane. Go boloka matlhare, a ka omisiwa (a le tala kgotsa a hubisitswe) a be bolokwa a khurumetswe.

Dipeo tsa thepe di ka apewa jaaka lefatana le le se nang kluteni kgotsa go silwa bopi.

Matlhare a thepe a na le dikotla thata mmogo le peo ya yone. Sentle-sentle, matlhare a teng a phala merogo e mengwe e metala jaaka khabeche le sepinashe ka dikotla. Matlhare a humile thata ka difithamini, ayone, khalesiamo, foseforase le beta-karotini. Tseno tsotlhe di botlhokwatlhokwa mo kotlong ya mebele.



kapeo ya thepe

Eno e ka lekana ba le 6

Mokoanyana wa Thepe (selekanyo sa 500g)

Ditamati 2

Eie e nnye 1

Leswana la oli ya dimela 1

Thobega/chilisi 1-2 (fa o rata)

Letswainyana go oketsa tatso

Tsokotsa theepe

Tsenya mo pitseng e apeege metsotso e le mmalwa

Tsenya eie le tamati o sena go di segelela nte go butswa .

Tsenya thogega/chilisi, oli le letswai

Tshola go jewe

Leele: O ka gadika thepe ya gago. Simolola ka gotetsa oli tsenya eie, pepere le mmankgodi. Apaya metsotswana o latele ka go tsenya thepe, o apaye go fitlha e le boruma.

O ka tsenya matokomane go oketsa tatso.



“Ke ne ke bua le mme maabane bosigo. O nkapeetse morogo wa naga. O ne a ntlotlela ka dimela tsa nageng. Mme gantsi di tlhagolwa jaaka mofero go re dimela tse di ratwang thata di tlhoge ntle le kgoreletso. Mme gantsi fa dimela tse di ratwang di setse di godile, tse di tlhagotsweng di bowa di tlhoga gape. Mme a re fa di bowa jalo, ga e tlhole e le mefero ke dijo. Mme o ne a ya go ga mefero ya mefutafuta, merogo ya naga, eo e bidiwang mofero. O ne a boa mme a tlaola matlhare, a re letlhare le ke la mofuta o, le ke la mofuta ole.”

Method Gundidza



“Re latlha dijo tsa segarona, re latlhegetswe ke botlhokwa jwa go jala dijalo le dimela tsa tlhago Ke go reng re tshwanetse go itemela dijo mo tikologong ya rona? Sa ntlha, sengwe le sengwe se e leng sa tlhago, ga se dirise metsi a mantsi jaaka dijalo tsa seeng. Dijwalo tsa tlhago di tlwaetse klaemete ya mono le tikologo; ka jalo ga di dirise metsi a mantsi. Sa bobedi, go re siametse ka go re dimela tsa tikologo ya rona ke melemo. Fa re di ja, re a ikalafa. Sa boraro, go molemo thata go lema dimela tsa tlhago; go bonolo thata; o ka lema dijalo di le dintsi mo lefelong le le nnye go fepa ba lelapa la gaeno. Dimela tse di gola bonolo go nne di a tshegetsana.”

Siphiwe Sithole



ditloo (*Vigna subterranea*)

Sezulu: izindlubu

Sesotho: ditloo-marapo

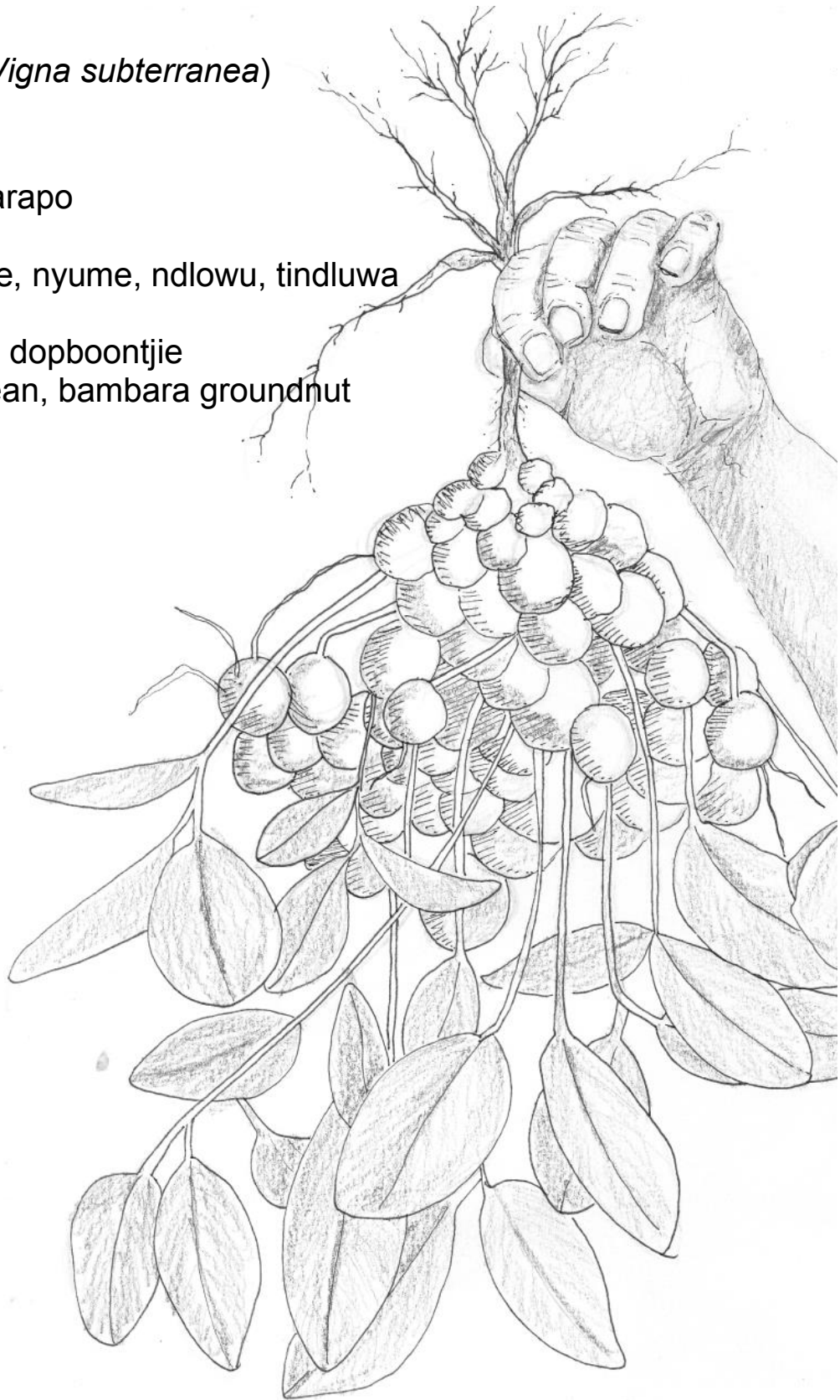
Seswati: tindlubu

Setsonga: kochane, nyume, ndlowu, tindluwa

Sevenda: phonda

Seburu: jugoboone, dopboontjie

Sekgowa: Jugo bean, bambara groundnut



Ditloo, di beela ka mo tlase ga lefatshe jaaka matonkomane, di tlhaga Bophirima jwa Aferika. Ditloo ke sejo sa botlhokwa mo dikarolong di le dintsi tsa kontinente ya Aferika. Gantsi di lemiwa le mmidi le maphutshe. Ditloo di mela sentle mo komelelelong mme di thusa go nonotsha mmu ka go timola naetrojini. Di mefuta ka mebalabala le selekanyo Mebala ke khunou, tshweu, khibidu, mme dingwe di le dintsho.

Ditloo di ka apewa, tsa gadikiwa kgotsa go silwa go dira bupi .Di tatso e monate thata, ke segare sa dinawa le matokomane. Gantsi di a tlhafunwatlhafunwa, mme di bonwa le mo dijaneng di apeetswe le matonkomane le fa e ka nna ditlhaka tse dingwe jaaka mmidi, korong kgotsa mabele. Ditloo di ka jewa di sa le foreshe kgotsa tsa omisiwa le go bolokwa. Nako dingwe di a thugwa go dira bopi. Kwa dinageng dingwe di tlhakanngwa le metsi go dira nutmilk a a dirisiwang go kgwisa bana letsele.

Ditloo di na le dikotla tse di farologaneng jaaka difithamini, dimenerale, khalesiamo, faeba, potasiamo le ayone.

Ditloo di ratiwa mo Aferika ka bophara.Go kotulwa ga tsone go ketikiwa ka meletlo mme kwa dinageng dingwe di dirisiwa jaaka molemo wa setso.

kapeo ya ditloo

E lekana 4-6.

250g kgotsa 1 kopi ya ditloo

1L metsi

Letswai

Tsokotsa ditloo mme o ntshe matlapa fa a le teng. Inela ditloo mo metsing sebaka se ka nna 8 ya diura.

. Apaya ditloo ka metsi go fitlha di le boruma mme di sa butswa go fetisa. Go ka tsaya 1 ya ura (cheka morago ga ga metsotso e le 40). Di tsholole metsi.

Loka

Tshola ditloo o je kgotsa o kopanye le salate.

kapeo ya dikgobe setampa se na le matonkomane

E lekana 12

500g setampa
150g ditloo
100g dinawa
100g matokomane
125g matokomane a a sedilweng
Letswai

Tsokotsa setampa le ditloo o di tsinele mo metsing go fitlha mo mosong

Tsokotsa o beele dinawa mo metsing kwa thoko

Apaya setampa le ditloo go le gonnye sebaka sa (30-40 ya metsotso).

Tlhakanya dinawa le matonkomane mme o apeye go le gonnye sebaka sa (20-30 ya metsotso).

Tshela letswai le matokomane a a sedilweng

Kopanya gotlhe go fitlhela go butswa

Leele: O ka ja dijo tse di le tsididi kgotsa molelo. Di na le di proteini mme di ka jewa di le nosi

mabele (*Sorghum spp.*)

Sezulu: amabele

Sexhosa: amazimba

Sesotho: mabele, mahlaka, semela

Sevenda: makhaha

Sepedi: mabelethoro

Seswati: emabele

Sekgowa: Sorghum

Mabele: ke diketekete tsa dingwaga mabele a jewa mo Aferika. A ne a dirisiwa go apaya bogobe le bojalwa pele mmidi o goroga mo kontinenteng. E ne e le sejo sa botlhokwa, se naya matlhagathaga le le dikotla.

Mabele a kgona go mela mo maemong a a farologaneng. Mo dipuleng, mo mogoteng le mo komelelong. Mabele a kgona go gola mo mmung was motlhaba, mmopa le mo mmung o dijalo tse dintsi di sa kgoneng go tlhoga teng. Mabele a gola ka bonako, mme a mangwe a kgona go kotulwa gararo mo ngwageng.

Mabele a re naya dikotla tse di botlhokwa jaaka di fitaamini le diminerae, potasiamo le foseforase. Fa a bedisiwa, dikotla tsa ona di a oketsega.

Go methale e mentsi ya go apaya mabele Ditlhaka di apewa lefatana (jaaka reisi). Mabele a ka silwa mme a apewa bogobe. Nagana ka 'maltabela' kgotsa ting, kgotsa bupi jwa go dira senkgwe. Moroko wa mabele le one o dira senkgwe. Mabele ga na klutini. Ditlhaka tsa mabele di dira dithuthuntshwane. Ga go moletlo o o jewang mo Aferika go sa bidisiwa bojalwa ka mabele. Go na le mothale wa lebele le le botshe le go fitlhelwang sirapo e e botshe mo go lone.

Temo ya mabele e batla matsogo mantsi. Ka jalo metse le metsana e ne e tswa letsholo la go thusana go jala le go kotula e sita le gone go photha. Ditiro tsa mothale o, di ne di dirwa ka letsema. Mme gape letsema e ne e le tshono ya go utlwa dikgang tsa metse mmogo le go ruta baswa maele le go ikaga seoposengwe. Monga-letsema o ne a fepa bathusi ba letsema go leboga le go rotloetsa tirisano mmogo; jaaka go twe 'Letsema le thata ka mong wa lone'.





“Fa re tlamela mefuta ya dipeo, re tlamela mefuta ya dijo tse re di jang; go akaretsa tlamelolo ya dimela tse di fepang mmu. Dimela ga di fepe batho fela, di fepa le mmu. One mmu o o fepang dimela, o fepa le rona batho di ntse di fepa mmu; eo ke yone kgolagano.”

Method Gundidza



“Dipeo tsa setso ke boswa jo bo sa khutleng. Fa o di jala , di boloka botshelo jwa gago. Di golagane le badimo ba gago, di golagane le wena. Fa di go latlhegela, go tshwana fela le go latlhegelwa ke go re o mang. O ka ikitse jang o sa itse dipeo tsa gago, dipeo tsa gago tsa tlhago?”

John Nzira



“Se se kgatlhisang ka ka temo ya mokgwa wa SeAferika ke go re ga o leme selo se le sengwe fela. Ka jalo, ga go nako epe e o ka fitlhelang sejalo se se osi mo tshingwaneng ya lelapa. Go fetola mofuta wa dijalo go ya ka ditlha tsa ngwaga ga se mokgwa a SeAferika. Mo Aferika re tlhakanya dijawalo tse dintsi mo tshimong e le nngwe. Re ne re jwala jalo ka metlha; mme go re kgontsha go ja ka tshwanelo. Go dilo di le dintsi tse re kgonang go di dira ka dijo tsa SeAferika. Diyo tsa SeAferika ga di bolaise bodutu.”

Siphiwe Sithole



lengana (*Artemisia afra*)

Sezulu le Sexhosa: umhlonyane

Sesotho: lengana

Sevenda: tshifulathlobengo

Seswati: mhlonyane

Seburu: wilde als

Sekgowa: Wild wormwood



Lengana ke nngwe ya melemo ya setso ya bogologolo mo Aferika. Lengana le dirisiwa mo ditulong tse dintsi tse di farologaneng mo nageng yotlhe. Tse dingwe tsa tiriso ya lengana go akaretsa kalafo ya sehuba le kgotlholo, mafatlha, mala, go tlhoka keletso ya dijo, go opiwa ke tlhogo, diphilo le setlha, malaria, go oka mabadi, maoto le bolwetsi jwa sukiri. Batho ba dirisa lengana ka ditsela tse di farologaneng, bangwe ba le nwa jaaka tee, bangwe ba a le aramela, bangwe ba le sukunyetsa mo dinkong (go oka tlhogo e e opang) kgotsa mo molomong (go oka leino le le opang) le gone go thoba mmele. Lengana ga le tatso monate mme tswine e ka le dira botoka.

Ga gona kitso e e tseneletseng ya Saense, mme e e leng teng e dumalana le botlhokwa jwa lengana jaaka go tshegetsisa mmele le go o thusa go lwa kgatlhanong le malwetsi a a farologaneng, le go thusa itsa mmele go ruruga. Lengana ga le dirisiwe fela jaaka molemo mme le dirisiwa gape go bolaya ditshenekegi.

Lengana le ka fitlhelwa mo mafelong le mo metseng ka go farologana. Le itsege ka monko wa lone. Dimela tse dingwe tsa leloko la Artemisia go tswa kwa dikarolong tse dingwe tsa lefatshe, di dirisiwa jaaka melemo.



“Ke batla fela gore o lebe semela sele mme o ikutlwele go re o hema jang le sone. Khemo e e tsenang mo semeleng sele, e tswa mo go sona mme e tsena mo go wena e be e tswa mo go wena. go boela gape mo semeleng le gareng ga sona le wena. Semela se o se bonang gaufi le wena, o hema naso, o arogana botshelo naso. Mme seo se dira semela mokaulengwe le wena, mokaulengwe wa bosakhutleng.”

Method Gundidza



“Go mo go lona jaaka basha go re lo rute batho ka dijo tsa nnete. O sa ntse o na le mme, mmangwane, le mmemogolo; ba itse go dira dilo ka mokgwa o o lolameng. Ka jalo, ithute mo go bone. Ga gona sekolo se sengwe se se tla go rutang ka dimela tsa tlhago mo Aferika kgotsa ka dijo tsa tlhago tsa Aferika.”

Siphiwe Sithole



ikgolaganyo le dimela mo motse setoropong

“Nna le banake, ke leka go nna le dijalo mo mo motse setoropong. Re jala dijalo mme re dira go re ngwana mongwe le mongwe a nne le tshono ya go tlhaba sejalo matlho letsatsi le letsatsi kgotsa gabedi mo bekeng. Ke lemogile go re fa o dira jalo, bana ba simolola go bona go re sejalo ke setshidi. Nna le morwaake, re jadile peo ya lephutshe. Ra noseditse peo nako e telele. Ya simolola go thunya ya ba ya ungwa. Yare morwaake a bona seo a tla go nna a re, “Rre, a o lemoga go re semela seno se botlhale?” Ka re, ‘O raya jang?’ Mme a re, “Semela se fitlhile ngwana tlase ga matlhare a sone”. O ne a bua jalo ka go re lephutshe le lennye le ne le apesitswe ke matlhare. Morwaake o ne a bona tiragalo eo e le bosupi jwa botlhale jwa lephutshe ka go re le sireletsa ngwana wa lone. Ke nagana go re tseno ke dingwe tsa dilo tse di re bontshang gore ga gona botshelo kwa ntle ga tlhago. Re tlhago ka bo rona. Mme re ka tlamela kgolagano eo fela fa re re le teng ka namana e bile re tsaya karol. Ka jalo, dilo dingwe tseo re ka di dirang le mo motse setoropong tota; lemoga nako ya kgwedi e rogwa, lemoga nako ya kgwedi e e tletse. Mo boleping, dinaledi di na le maina, ngwedi le yone e na maina a nako tse di farologaneng. Gongwe o kwa toropong kgotsa motse magaeng, mo ke leng teng ka se sebaka, ngwedi o teng gotlhe e sita le dinaledi. Re na le ditshese mo malapeng a rona, fa re na le dimela tse dikgolo mo magaeng a rona, re ka bona go re dimela tseo le tsona di a re bona. Tse ke dilo tse dinnye tseo re ka di dirang. Fa re ka lemoga le go tlamela seo, re nna tsala ya dimela le tlholego.”

Method Gundidza

lemorago lwa bukana e

Bukana eno ke karolo ya projeke ya , ‘Decolonising food for health and sustainability’; mme ya duelelwa seripa ke projeke ya ‘The Goethe-Institut’s Sustainable Together’. Yona e ikaelela go emanokeng ditlamo (Civil Society Initiatives) tse di lehang go godisa polokego le go tsaya karolo mo tlhabololong ya ditikologo tsa bonno. Sustainable Together ke kgolagano ya ‘Goethe-Institut South Africa’ le British Council South Africa.

Porojeke ya ‘Decolonizing food for health and sustainability’ e lemoga go re jalo ya dimela tsa tlhago tse di neng e le dijo le melemo ka setso, ke nngwe ya ditsela tsa go natlahatsa maago go nna le ikemelo ka dijo le taolo ya itekanelo le pholo ya bone. Le fa go le jalo, batho ba le bantsi ga bana kitso eno mo metse setoropong. Ka jalo, porojeke e e batla go naya batho tshono ya go nna le kitso ya temo ya dimela tsa tlhago le tiriso ya tsone jaaka dijo le melemo. Kitso e e tla kgona go thusa metse e e dikobo dikhutswane, e e tlhokang dijo e bile e sa itekanela, ka:

- Go kgontsha kabelano ya kitso ka dijo tsa tlhago le boitekanelo le balemi ba metse setoropong.
- Go ruta maago mekgwa ya setso ya go lema e e sa tlhokeng madi a mantsi.
- Go oketsa kitso mo baaging ba maago mabapi le boitekanelo, go akaretsa melemo ya dimela tsa tlhago le setso le
- Go emanokeng ntshetsopele ya tumelo ya tlhago le setso ya kgolagano le dimela jaaka kgolagano ya rona le tlholego le dimela

Porojeke e e ne ya diragatsa dikatiso di le pedi tsa maloko a leago la Ivory Park, Johannesburg. Seno se ne se rulagantswe ka thuso ya ga Moeketsi Monaheng wa Midrand Solidarity Economy Educators & Communication Cooperatives (MSEEC). Katiso ya ntlha ya di 27 Tlhakole 2021, e ne ya katisa ka dipoelo tsa temo ya dimela tsa tlhago mabapi le kotlo le melemo. E ne e tshwerwe ke John Nzira wa Ukuvuna. Ya bobedi e ne e le ka di 6 Mopitlwe 2021, e ne e le ka go dira melemo le dijo ka dimela tsa tlhago, E ne e tshwerwe ke Simphiwe Sithole wa African Marmalade. Go ne go nale dipontsho tse dintsi tsa dimela, dipeo le dijo ko dikopanong tsoopedi. Batsaya karolo ba ne ba itseela ka matlho, ba kgoma, ba latswa le go nwa megodungwana. Dingwe tsa dikapeo ka Simphiwe di akareditswe mo bukaneng eno.

Gape, go ne ga nna le tiragalo online, 'Decolonising our relationships with plants' go re kgontsha go fitlhelela batho go feta I baagi ba Ivory Park. Teng ga bo go le baitsanape ba le bararo e leng Makhadzi vho-Mphatheleni Makaulule go tswa ko Dzomo la Mupo, Method Gundidza go tswa ko Earthlore Foundation, le Mvuselelo Ngcoya, go tswa Unibesithing ya KwaZulu Natal. Fao go ne go tsereganya erwe ke Busi Dlamini, mme e ka bogelwa mo Goethe Institute mo Youtube (<https://www.youtube.com/watch?v=-EEVFtF0PDo>). Mantswe mangwe a puo eo a fitlhelwa mo bukaneng e.

Kgang ya botlhokwa e e tlhageletseng ka nako ya projeke ya nna go re lentswe la San le Khoi ga le a akarediwa. Seno se natlahatsa tlhaolo e e ntseng e tswela ya merafe eno le mororo e ne e le bone ba nang le kitso ka tlhago le dimela. Re maswabi ka go bonala re etleetsa tlhaolo eno e e sa siamang mme tota go tshwanela go re e siamisiwe mo nakong e e tlang.

Tshedimosetso e e tlhageletseng mo workshop le mo tiragalong ya online e a boitshega. Bukana eno e re naya go le gonnye fela ka kitso e e humileng e bakatisi, dibui le batsaakarolo ba ba tlisitseng mo projekeng. Sa ntlha, Method Gundidza o bua ka

botlhokwa jwa kitso ya mogologolo go aga ikemelo le polokesego ya dijo. Go latele puo ka Esther Adebusayo Obasa le vho-Mphatheleni Makaulule ka kilelo ya dimela. Gape go tshedimosetso ka dimela tse tharo tsa botlhokwa tsa tlhago: Thepe, Mabele le semela seo e leng molemo, lengana. Teng foo o tla fitlhela le mekgwa ya go apaya ka Sipiwe Sithole. Go na le ditshwantsho tsa dimela. Mme gape, go na le setshwantsho se se bontshang ka fa colonialism e sentseng kgolagano ya motho le dimela. Seno se thusa go tlhalosa ka fa dikgoka di dirisitsweng ka teng go itsa batho kitso ya bagologolo ba bone mo metse setoropong.

Re solofela bukana eno e kgatlhisa e bile e le mosola. le go re e tla etleetsa tswelelopele ya patlisiso ya kitso ka dimela tsa tlhago. Ka rona re tlhabela kitsa ya tlhago, re lekile go naya ba ba itseng tshono ya go abela ba bangwe kitso eo.

Ka kopo, gololosega o abelane bukana eno go baetlhoki. Go na le tse di gatisitsweng ka Sejatlhapi, isiZulu le Setswana, mme le tse di balwang mo khomputareng di teng, di fitlhelwa www.wewillalleat.org, ga di rekisiwi. A e nne boitumelo.

Brittany Kesselman le Claire Rousell
We Will All Eat

We Will All Eat ke sethlopa se se lehang go atisa le go tibisa dipuisano ka dijo le tshiamo mo Aferika Borwa mabapi le go tiisa mekgatlo ya maano a dijo mmogo le diphetogo Sechabeng ka bophara.

metswedi mengwe le dikwalo tse dingwe

National Research Council. 1996. *Lost crops of Africa* (vol 1: grains; vol 2: vegetables). National Academy of Sciences: Washington DC. [e bone ko:

<https://www.nap.edu/catalog/2305/lost-crops-of-africa-volume-i-grains> and <https://www.nap.edu/catalog/11763/lost-crops-of-africa-volume-ii-vegetables>]

Fox, FW and Norwood Young, ME. 1982. *Food from the veld: edible wild plants of Southern Africa*.

Jansen van Rensburg, W et al. 2007. African leafy vegetables in South Africa. *Water SA* 33(3): 317-326.

Roberts, M and Roberts, S. 2017. *Indigenous healing plants*. Briza: Pretoria.

van Wyk, B.-E. & Gericke, N. 2000. *People's Plants. A Guide to Useful Plants of Southern Africa*. Briza: Pretoria.

Department of Agriculture, Forestry and Fisheries (DAFF) 2013. *Most common indigenous food crops of South Africa*. DAFF: Pretoria. [e fumane ko:

<https://www.nda.agric.za/docs/Brochures/Indigfoodcrps.pdf>

South African indigenous food crops. SA online.

<https://southafrica.co.za/indigenous-food-crops.html>

lefoko la tswalelo

Segopotso se ya go Nkoko Qho Mthethwa, yo lerato la gagwe la dimela tsa tlhago le tlhotlheleditseng porojeke eno le gone le ntse le tshela mo dimeleng tse a di jetseng:

Nopolo eno e tswa mo athikeleng, "Gogo Qho": A visionary farmer and conservationist who refused to be a prisoner of history", by "Mvuselelo Ngcoya Narendran Kumarakulasingam le Brittany Kesselman, e phasaladitswe ka di 14 Ferikgong 2021 mo Daily Maverick. E ka bonwa online : <https://www.dailymaverick.co.za/article/2021-01-14-gogo-qho-a-visionaryfarmer-and-conservationist-who-refused-to-be-a-prisoner-of-history/>

Nkoko Qho o ne a itumelela go aba kitso ya gagwe e e boitshegang ya dimela tsa tlhago le setso. Batlhatlhededi ba di-Junibesiti ba ne ba mmita kgapetsa go thusa ka riseche le go tlhatlhelela baithuti le mororo a ne a sena formal education. Bontsi jwa baagisani nae ba ne ba sa mo tseele tlhogong ba re o nna mo nakong tsa kgale ka ntlha ya fa a ne a rata go itemela dijo le go tlhogisetsa melemo.

Tshingwana ya gagwe e ntle e ne e se fela legae la dimela tse di lebetsweng, e ne e le sesupo sa go dira ka thata go netefatsa gore ponelopele ya bokamoso jo bo bolokesegileng e fitlhelelwe. Gape tshingwana e ne e le sesupo sa tumelo ya gagwe ya go re sengwe le sengwe se nne le tulo ya sone. O ne a tlhokomela a be a nna tsala ya mefero, ditshenekegi, dinonyane le tse dingwe tse di siameng le tse bangwe ba di bonang di sa siama.

Temo ya gagwe e ne a bopilwe ke tlhologelelo ya go gololosega mo dikgoleng tsa agro-insustrial food system. Ka bokhutsane, o ne a kgaratlhela go ijalela se a batlang go se ja le go ja se a se jetseng. Ka metlha a sa lape go aga a lemosa ka fa food system e amang mebele ya rona le dikamano ka teng. O ne a re rotloetsa go kgaratlha. O kile a botsa a re "O ka itshema jang o gololosegile o sena taolo ya se o se jang?"

Re tla dula re mo gopola; o tla aga a le dikakanyong le dipelong tsa rona, ditshimong tsa rona ka dipeo tsa gagwe, dikhomputareng tsa rona ka mantswe a gagwe le diponelopele. Re ipela ka botshelo jwa bonatla le dikakanyo le bogatlamelamasisi jo a neng a tshela ka jone.

“Aa. Kitso e e abelwang fano e tswa dikgakologelong tsa di-laeborari tsa kitso, e leng Bagologolo. Ga re kake ra nna le kitso eno ntle le bone. Ka jalo, a re anyweng mo go bone pele ba nyelela. Aa”.

Makhadzi Vho-Mphatheleni Makaulule