

JARIDA LA RHRP



**EMPOWER
TANZANIA**

Karibu kwenye toleo la mwezi wa nane. Tunakaribia kipindi cha mafunzo mnamo Septemba 5-7, ambayo yalibadilishwa kutoka tarehe zilizopita ili kuendana na ratiba ya mtihani wa taifa wa darasa la saba. Mafunzo hayo yatajumuisha majadiliano ili kukusanya maoni kuhusu jinsi program inavyofanya kazi na jinsi gani tunaweza kuboresha, kwa hivyo tafadhali njoo ukiwa umejiandaa na maoni! Tungependa kutoa pongezi juu ya mafanikio ya tamasha la Shule ya Sekondari ya Mkombozi ambalo lilijumuisha maonyesho mengi ikiwa ni pamoja na vitendo vya ulinzi binafsi na maigizo ya vichekesho kuhusu ndoa za uttoni. Ilionekana kupendeza sana kwa wote washiriki na wageni. Hafla kama hii itabaki kwa watoto na kuwasaidia kukumbuka ujumbe muhimu uliofundishwa.



MAELEZO KUTOKA KWA DR. JEFF

Mafunzohaya yataleta wigo mpana wa jamii katika programu hii. Wageni wetu waheshimiwa ni pamoja na Askofu wa Jimbo Katoliki Kimaryo, Sheikh wa Wilaya ya Same Iddi Jumaa Ally, Mkuu wa Wilaya Rosemary Staki Senyamule na mganga mkuu wa Wilaya Andrew Godfrey. Wakufunzi wetu ni pamoja na Mchungaji Nahana Mjema, Wauguzi Halima Kajiru, Judith Gao na Jessica Haworth, wanachama wa rotary Zawadi Msambaa, Giliad Mkumbwa na Amon Noel, mkufunzi wa ulinzi binafsi Nelson Nio na Wafanyakazi wa shirika la Empower Tanzania.

Utajiunga na washiriki wapya ikiwa ni pamoja na wakuu wa shule, afisa ustawi wa jamii wa Wilaya, Mkuu wa kituo cha polisi wilaya ya Same, maafisa wa dawati la jinsia la polisi na watendaji kata kutoka kata nane ambazo shule za mradi zipo. Sio tu mafunzo haya yatakuongezea ujuzi wako juu ya mada za afya ya uzazi na mahusiano na mbinu za ulinzi binafsi, lakini pia tutajadili juu ya uongozi na kujifunza kutoka kwako juu ya uzoefu na maoni yako ili kuifanya program hii kuwa bora. Pamoja na washiriki wapya, tutafanya kazi kwenye masomo magumu kama maswala ya jinsia na jinsi ya kutambua na kusaidia waathirika wa unyanyasaji wa kijinsia miongoni mwa wanafunzi wako. Kila mtu kwenye mafunzo atajifunza kutoka kwenye maoni na uzoefu ambao kundi hili litashirikishana. Nitakuona hapo!

Sehemu ya Kuzingatia: VVU

Tunataka kujikita katika mada moja katika kila toleo ili kutoa maelezo ya ziada. Hii itachaguliwa bila utaratibu, lakini kama una ombi, Tafathali wasiliana na Jessica!



VVU humaanisha Ukosefu wa kinga mwilini. Virusi huathiri seli nyeupe za damu kwenye mwili, haswa seli za CD4 (aina ya seli ya T). Seli hizi nyeupe za damu zina jukumu la kugundua usumbufu katika seli pamoja na maambukizi. Wakati VVU inapoingia katika seli hizi, inapunguza uwezo wa mwili kupigana na maambukizo na magonjwa mengine kama saratani. Mara tu mtu anapoambukizwa VVU, mtu huyo atakuwa na maambukizi hayo muda wote. Ingawa, kuna dawa sasa ambazo humaanisha kuwa virusi vinaweza kudhibitiwa kwa kiwango kinachoweza kudhibitiwa na kupunguza hatari ya mtu kuambukiza watu wengine. Bila matibabu yoyote, VVU inaweza kupelekea ugonjwa wa Ukimwi (Acquired Immunodeficiency Syndrome) ambao ni wakati mfumo wa kinga umeathiriwa sana na VVU, unashindwa kulinda mwili kutokana na maambukizi na mtu anaweza kuwa mgonjwa sana.

VVU huambukizwa kupitia maji ya mwili, pamoja na damu, shahawa, ngozi ya uke, maji ya kwenye kimnyeo na maziwa ya kwenye matiti. Hauwezi kuambukizwa kwa mshono, machozi, kinyesi au mkojo. VVU pia huweza kuambukizwa ikiwa kuna 'kiasi kinachoweza kugundulika' cha virusi kwenye majimaji, pale vinapopimwa kwa 'wingi wa virusi'. Mara tu inapogundulika kuwa na VVU, mtu huyo anaweza kupata matibabu ya kuzuia virusi vya ukimwi (ART) ambayo hupunguza kiwango cha virusi katika seli zinazoambukiza mwili. Hufanya hivyo kwa kuzuia enzymia mwilini inayohitajika kwa virusi kuenezwa au kuzuia virusi kuingia kwenye seli kabisa. Ikiwa itafanikiwa, baadhi ya watu wanaweza kupunguza wingi wa virusi' vya kutosha kwamba hawawezi kuambukiza. Hii inamaanisha kuwa baadhi ya akina mama wanaweza kunyonyesha watoto wao bila kuwaambukiza virusi, na wenzi wengine huweza kupata mimba bila kuambukiza virusi kwa mwenzi wake.



HADITHI ZAKO ... NJORO PRIMARY

"Kabla ya program ya Afya ya Uzazi na mahusiano kuanza wanafunzi wa kike walikuwa na aibu sana, wanapokuwa kwenye vipindi vyao vya hedhi wengi wao walikuwa hawaendi shuleni, ikiwa itatokea akiwa darasani huomba ruhusa ya kwenda nyumbani kwa kisingizio kuwa yeye ni mgonjwa. Wavulana walikuwa wakicheka sana wasichana ikiwa msichana atachafuka akiwa katika kipindi chake cha hedhi. Lakinin baada ya program hii wanafunzi wote wamekuwa huru kuzungumza juu ya hedhi waziwazi na kuelewa ni mzunguko wa kila mwezi kwa hivyo huijandaa zaidi kama vile kubeba pedi kwenye mabegi yao kama mzunguko wa hedhi utaanza akiwa shuleni ukilinganisha na hapo awali. Pia wavulana hawawatanii au kuwacheka wasichana ikiwa watachafuka wakiwa shuleni. Na wasichana hawaachi kuhudhuria shuleni kabisa au kuomba ruhusa ya kwenda nyumbani wakati wa hedhi kama ilivyokuwa hapo awali."



MASWALI YANAYOULIZWA MARA KWA MARA

Je! Njia ya Uzazi wa mpango ya dharura hufanya nini?

Dawa ya uzazi wa mpango ya dharura humaanisha njia ya uzazi wa mpango ambayo inaweza kutumika mara tu baada ya kufanya ngono isiyo salama ili kuzuia ujauzito. Hii inaweza kuhitajika kwa sababu tofauti, ikiwa ni pamoja na kondomu kupasuka wakati wa ngono, unyanyasaji wa kingono / kubakwa, au kukosa kidonge cha uzazi wa mpango kwenye pakiti. Kuna aina mbili kuu- moja ni kidonge kinachoathiri progesterone mwilini, ikichelewesha kutolewa kwa yai (ovulation). Hii inamaanisha mbegu haziwezi kukutana na yai kutengeneza mtoto. Aina nyingine ni Kitanzi (IUD) - kifaa cha plastiki na shaba kinachowekwa ndani ya kizazi. Hii inazuia yai kujishikiza ndani ya uterusi au kurutubishwa. Hizi zote hazizababishi kuto mimba kwani kunakuwa hakuna kiinitete bado.

Je! Mwanamke anaweza kupata ujauzito wakati akinyonyesha?

Ndio. Kupata ujauzito wakati wa kunyonyesha kuna uwezekano mdogo kwa sababu kitendo cha kunyonyesha huingilia kati homoni zinazohitajika ili kuriruhusu yai (kutengeneza yai), lakini mwanamke bado anaweza kupata ujauzito. Hii ni kwa sababu viwango vya homoni vinaweza kubadilika ikiwa atapunguza kunyonyesha (mfano, mtoto kulala usiku kucha), mabadiliko ya ratiba, au mtoto kuanza kula chakula. Mwanamke anaweza kupata ujauzito mara tu baada ya wiki 3 baada ya kujifungua, kwa hivyo tahadhari inapaswa kuchukuliwa ikiwa mimba bado haijahitajika.



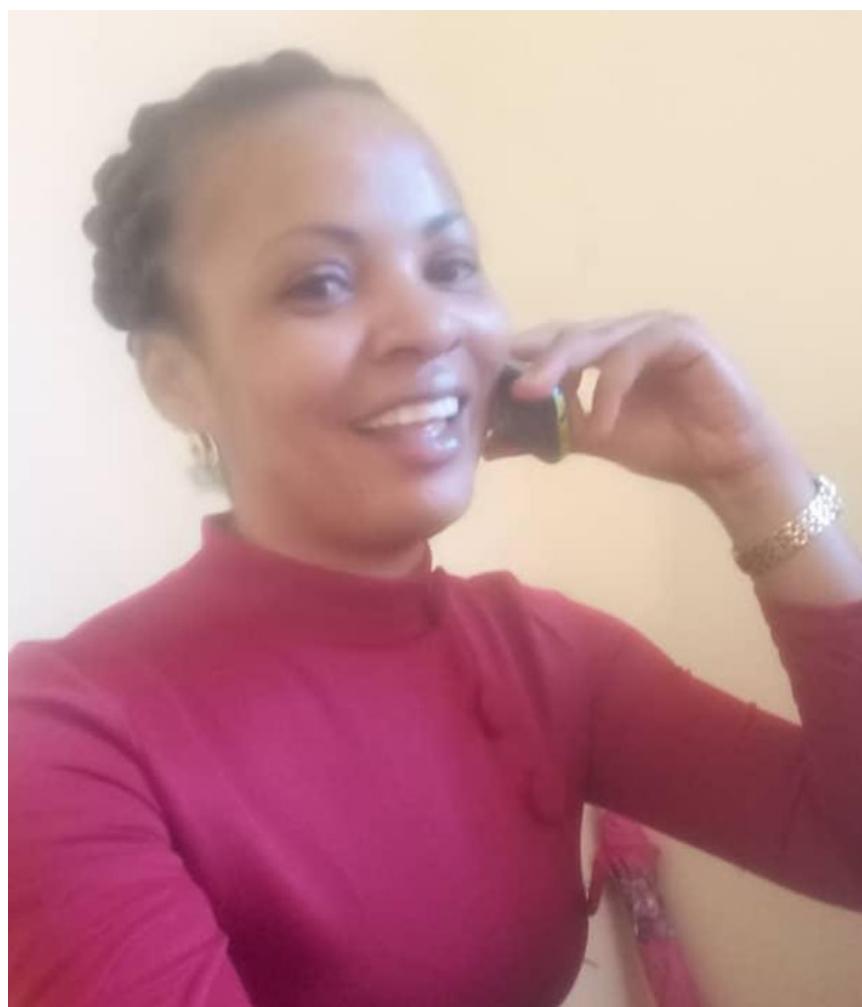
GISSELLA HONORY MOSHI



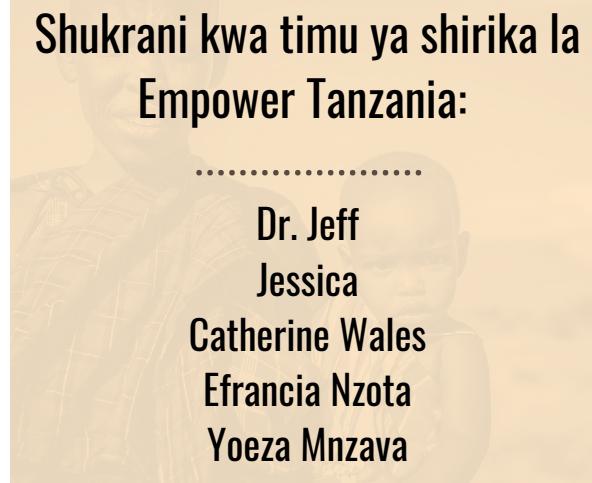
Gissela Honory Moshi ni mwanamke wa kitanzania na mwalimu kitaaluma kwa zaidi ya miaka mitano. Amekuwa akifanya kazi kama mwalimu wa lugha tangu alipomaliza shahada yake ya Uzamili katika elimu kutoka chuo kikuu chenye sifa nzuri. Gissela pia ni mwalimu wa nidhamu katika Shule ya wasichana ya Sekondari ya Joyland wilayani Same akifanya kazi na Kitume cha Jamii ya Mapadri katika Opus Ghostus Sancti (ALCP / OSS). Pia amekuwa akishiriki katika semina kadhaa na kazi nyingine za kijamii kwa kujitolea.

Gisela alihudhuria mafunzo ya siku nne mwaka jana tarehe 18 Septemba. 2018 yaliyoandalila na shirika la Empower Tanzania kuhusu Programu ya Afya ya Uzazi na uhusiano (RHRP). Mada nyininge ndogo zilizofundishwa ni pamoja na upendo wa urafiki na mahusiano ya Kimapenzi, ushawishi rika na kufanya maamuzi, Picha ya Mwili na Kujithamini, Ulinzi - binafsi, Kukataa, Kujadiliana na Kupata Msaada, Haki za Binadamu, unyanyasaji wa Kijinsia na aina Nyingine za unyanyasaji, mzunguko wa maisha wa mahusiano ya kingono na tabia pamoja na Kuelewa na Kupunguza Hatari za magonjwa ya zinaa ikiwa ni pamoja na VVU na mengineyo.

Gissela ni mwanamke shabiki wa michezo kama kukimbia na shabiki wa mpira wa wavu wa nyakati zote, anaweza kutenga muda wake wa kutosha wa kufanya mazoezi na majukumu mengine ya kiafya kwa ujumla (mazoezi ya mwili). Vitu vyake anavyovipenda/ kuburudisha ni vya kufurahisha ni pamoja na kusafiri, kuwashaa na kusikiliza muziki, kukimbia kama aliviyotaja hapo awali. Mazungumzo pia ni kitu anachokipenda zaidi. Yeye ni aina ya mwanamke mwenye haiba ya uchangamfu zaidi ya yote kutabasamu zaidi, mwenye matumaini mengi mema na vile vile ni mwanamke kijana anayemwogopa Mungu.



Shukrani kwa timu ya shirika la Empower Tanzania:



Dr. Jeff
Jessica
Catherine Wales
Efrancia Nzota
Yoeza Mnzava

UANGALIZI:

Tungependa kuongeza sehemu ya uangalizi ya mtu kila mwezi —tutumie taarifa zako unazofundisha kipindi taarifa chache za kwako binafsi— unaweza ukajiona mwenyewe hapa katika toleo linalofatere!

PROGRAMU NYINGINE ZA EMPOWER TANZANIA

Katika sehemu hii, tunataka kukujulisha juu ya kazi nyingine ambazo Empower Tanzania inafanya. Sasa wewe ni sehemu ya kitu kikubwa zaidi.

KITUO CHA KUJIFUNZIA CHA SAME (SLC) NA MSINDO

Kituo Cha Mafunzo cha Same (S.L.C) Kilianzishwa Tarehe 01/04/2017 na uzinduzi rasmi ulifanyika mnamo Tar 21/04/2017 kwa lengo kuu la kuwapatia mafunzo na masomo ya ziada wanafunzi katika masomo ya Kiingereza, Kiswahili na Stadi zaMaisha kwa Watoto wanaotoka mazingira magumu na Watoto yatima. Idadi kubwa ya Watoto hao wanatoka katika shule za msingi zilizopo katika kata tatu za Same mjini. Shule hizo ni Shule ya Msingi Kisima, Shule ya msingi Majevu, Shule ya Msingi Same, Shule ya msingi Saba saba, Shule ya msingi Majengo pamoja na shule ya msingi Kiwanja. Hivi sasa kito chetu cha kujifunzia kinatoa huduma ya masomo,vifaa vya kujifunzia, sare za shule,chakula shuleni na vifaa vya usafi kama vile sabuni, Mafuta, kiwi na dawa za miswaki kwa jumla ya wanafunzi 80 kutoka shule zote sita.

Lengo kubwa la kuanzishwa kituo cha mafunzo/kujifunzia ni kutokana na ongezeko kubwa la wahitaji katika jamii hususani wanafunzi wa shule za msingi ambao wanakosa fursa kamili ya kupata elimu na kusikilizwa kwa upendo. Wengi wa wahitaji hawa wanatoka katika familia hatarishi au yatima. Mara nyingi Watoto hawa hawana afya Nzuri, vile vile wakati mwingine wanashindwa hata kwenda shule kutokana na kukosa mahitaji muhimu ya shule kama vile sare za shule na vifaa vya kujifunzia kama kalamu na madaftari. Mahitaji haya muhimu yanatolewa kwa Watoto wote 80 waliopo katika kituo chetu.

Kuna umuhimu mkubwa sana kuwa na elimu bora katika shule za msingi.Mara nyingi wanafunzi yatima au wanaotoka mazingira magumu wa shule za msingi wanakosa masoma au kuhudhuria shule kila siku katika siku za masomo kwa sababu mbalimbali na kupelekea kushindwa katika masomo yao. Kutokana na wanafunzi kushindwa kufika shuleni kwa sababu mbalimbali hupelekea wengi washindwe kufaulu vizuri masomo na kupelekea kuwa na utofauti mkubwa katika ufaulu wa darasa la saba. Watoto yatima / wanaotoka mazingira magumu hata wakifaalu kuendelea na sekondari hawawi sawa na wale wengine wasio na changamoto aidha za kifamilia au za kimazingira.Kutokana na changamoto hizo Shirika la Empower Tanzania likaanzisha Programu ya Elimu ili kuwapatia maarifa na upendo wanafunzi wanaotoka mazingira magumu wajiamini na kuona wanafaa kwenye jamii inayowazunuka na hatimaye wawe na Maisha mazuri hapo baadae. Kwa sasa S.L.C. inatoa huduma mbalimbali kwa wanafunzi wote 80 kama vile, nguo za shule,chakula cha mchana shuleni,viatu, vifaa vya kujifunzia,na vifaa vya usafi wao binafsi.

Vile vile shirika la Empower Tanzania lina kituo kingine cha Watoto chenye ushirikiano na kanisa la kiijili la kilutheri Tanzania MSINDO.Kituo hiki kinatoa huduma sawa na kituo cha S.L.C. Kituo hiki kinatoa huduma kwa Watoto 55 kutoka katika shule Tano za kata ya Mbaga ambazo ni a Duma, Mararo,Chabaru,na shule ya sekondari Madiveni.

Lengo la Mradi wa Elimu:

- ~Kuandaa vituo viwili yaani kituo cha Msindo na Kituo cha kujifunzia Same (SLC) kwa ajili ya kuwapatia mafunzo Watoto wanaotoka mazingira magumu na yatima.
- ~Wanafunzi wa darasa la 4,5,6 na 7 watapata mafunzo kwa kufuata mfumo wa Elimu ya Tanzania.
- ~Kutengeneza mfumo ambao utawashirikisha wanafunzi katika kujifunza na kujifunza na kuwajengea ujasiri katika kukuza stadi za Maisha.
- ~Kuwasaidia wanafunzi kupata stadi za Maisha.
- ~Kukuza kiwango cha wanafunzi cha kujifunza ambapo itawasaidia wanafunzi kufaulu vizuri katika mtihani wao wa mwisho wa darasa la saba.

KUTANA NA TIMU

Katika sehemu hii ya jarida, tungependa kuwatambulisha timu yetu, mtu mmoja kwa wakati mmoja.



JESSICA HAWORTH

Jessica ni muuguzi wa watoto anayefanya kazi nchini Uingereza- kwa sasa anafanya kazi katika Idara ya dharura ya watoto huko Uingereza ambayo inashughulikia chochote na kila kitu kutoka kuzaliwa hadi umri wa miaka 18. Yeye anapenda changamoto ya kazi yake na mazingira ya kuwa na kazi nyingi kutibu watoto wagonjwa au waliojeruhiwa vibaya. Pia amefanya kazi katika mazingira mengine, ikiwa ni pamoja na kambi za wakimbizi, hospitali iliyopo kijijini nchini Uganda na kambi za watu wasio na makazi nchini Uingereza.

Jessica pia ana nia maalum katika elimu ya afya ya uzazi na mahusiano ya vijana - alimaliza shahada yake ya uzamili katika Sayansi ya Uuguzi iliyojikita katika elimu ya afya ya ngono. Ni kutokana na shauku hii ambayo ilimfanya aandike mpango wa mwanzo wa mtaala ambao sasa unafundishwa katika shule za Same na kuendelea kufanya kazi na shirika la Empower Tanzania kutekeleza na kuendeleza program hii. Nje ya kazi yake, Jessica anapenda kuoka, kusafiri na kukutana na watu wapya. Anafurahia sana kurudi Tanzania tena na kuwa sehemu ya timu nzuri inayohusika na program ya Afya ya Uzazi na mahusiano ya Empower Tanzania.

WASILIANA NASI:

Ikiwa una maoni au mapendekezo juu ya jarida hili tafadhali tuma barua pepe kwa Jessica katika jhaw1@gmail.com yenye kichwa cha habari "jarida".

Ikiwa unahitaji msaada wowote unaohusiana na masuala ya kufundisha tafadhali wasiliana na Catherine katika catherinewales17@gmail.com au Yoeza katika yoezalmnzava@gmail.com



**EMPOWER
TANZANIA**