TAARIFA YA MAFUNZO YA WAELIMISHAJI RIKA YALIYOFANYIKA MOROGORO KUANZIA TAREHE 03 – 08 APRIL 2006.

1.0 UTANGULIZI.

Mnamo tarehe 03 – 08 April, 2006 Kitengo cha Utawala bora OWM – TAMISEMI kiliandaa mafunzo ya waelimishaji rika kwa baadhi ya watumishi kutoka Idara mbalimbali.

Lengo la mafunzo haya ni kuweza kupata Watumishi watakaokuwa na jukumu la kutoa elimu ya kujikinga na magonjwa ya zinaa na Ukimwi, kutoa ushauri nasaha kwa watumishi na kuwahamasisha Watumishi kupima afya zao ili kuweza kujitambua hali zao, kuwatembelea Nyumbani Watumishi walioathilika na Ukimwi.

1.1. MADA ZILIZOWASILISHWA.

Jumla ya mada 13 ziliwasilishwa na Wataalamu kutoka shirika la AMREF, mada hizo ni hizi zifuatazo;

1. Matumizi sahihi ya lugha katika kutoa Elimu ya VVU/UKIMWI.
2. Hali halisi ya VVU/UKIMWI.
3. Magonjwa ya ngono.
4. Njia za kujikinga dhidi ya VVU/UKIMWI na magonjwa ya ngono.
5. Hali ya Ukimwi ulimwenguni na Tanzania.
6. Mwasiliano sahihi.
7. Stadi za Maisha.
8. Unyanyapaa kwa wagonjwa wa Ukimwi.
9. Lishe bora kwa wagonjwa wa Ukimwi.
10. Ushauri nasaha na upimaji wa hiari.
11. Huduma na msaada kwa watu wanaoishi na Virusi na wanaougua Ukimwi
12. Huduma za majumbani kwa wagonjwa wa Ukimwi.
13. Majukumu na wajibu wa waelimishaji rika.

2.0. SIKU YA KWANZA TAREHE 03/04/2006.

Semina ilianza kwa Wanasemina kujitambulisha. Baada ya hapo Semina iliendelea kwa kuanza washiriki kuchagua Viongozi, katunga kanuni, kutaja matarajio na hofu katika Semina.

2.1. UONGOZI.

Mwenyekiti.

1. Bw. E.J Luvanda

Makatibu

1. Mama Nashima
2. Isaka Jreremiah

Mtunza Muda.

1. Iddy Wangeya.

2.1.1. KANUNI ZA SENIMA.

1. Kuzima simu
2. Kuheshimu na kufuata ratiba
3. Kuheshimu mawazo ya kila mmoja
4. Kutotoka hovyo
5. Kutosinzia wakati wa vipindi
6. Kuwa wasikivu
7. Kutovuta sigara darasani
8. Tusiingie darasani na mning'inio wa ziada
9. Tuwe wachangiaji wazuri.

2.1.2. MATARAJIO.

1. Kupata posho.
2. kupata elimu ya ueleimishaji rika.
3. kupata uzoefu
4. Kubadilishana uzoefu
5. Kubadilisha hali ya hewa
6. Kuelewa sababu ambazo zinazuia watu wasikwepe maambukizi.
7. Kupata takwimu sahihi ya waathirika katika Tanzania.
8. Elimu mpya
9. Kujifunza mbinu shirikishi katika uelimishaji.
10. Kupumzisha akili
11. Kupata vyeti
12. Huduma nzuri
13. Kujua madawa ya kurefusha maisha
14. Kujenga mahusiano na Watumishi.

2.1.3. HOFU.

1. Kuahirishwa kwa mafunzo.
2. Kupunjwa posho
3. Kupimwa Ukimwi.
4. Maandalizi kuchelewa
5. Kuacha familia
6. Huduma mbovu jikoni.

3.0. UFUNGUZI WA MAFUNZO.

Mafunzo haya yalifunguliwa na Mganga Mkuu wa Mkoa wa Morogoro Daktari Meshack Mmasi. Ifuatayo ndiyo hotuba yake ya ufunguzi.

HOTUBA YA UFUNGUZI WA MAFUNZO YA WAELIMISHAJI RIKA WA MAPAMBANO DHIDI YA MAAMBUKIZI YA VVU /MAGONJWA YA NGONO UZEMBE; KWA WATUMISHI WA OFISI YA WAZIRI MKUU - TAMISEMI ILIYOTOLEWA NA DAKTARI MESHACK MMASI MGANGA MKUU WA MKOAWA MOROGORO

Ndugu Mwenyekiti wa Mafunzo

Ndugu Washiriki wa Mafunzo

Ndugu Waalikwa

Mabibi na Mabwana;

Napenda kuchukuwa fursa hii kuwakaribisha Morogoro, hususan katika mafunzo ya waelimishaji rika kuhusu mapambano dhidi ya maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono uzembe, kwa watumishi wa Ofisi ya Waziri Mkuu - TAMISEMI.

Aidha napenda kutoa shukrani zangu za dhati kwa kunipa heshima ya kuja kufungua mafunzo haya. Nawashukuru sana.

Ndugu washiriki wa mafunzo,
Kukutana kwenu hapa leo, kuna umuhimu wa pekee sana, tofauti na mafunzo mengine kwa sababu zifuatazo:

1. **Takwimu za kitaifa za kudhibiti UKIMWI zinaonyesha maambukizi ya VVU yangali juu. Yanapungua kidogo sana kutoka asilimia 9.6 mwaka 2003 mpaka asilimia 7 mwaka 2005, mafanikio hayo ni madogo bado. Tena kitaifa kuna watu zaidi ya milioni mbili na nusu wanaoishi na VVU. Kati ya hao zaidi ya watu laki tano wanahitaji huduma ya ziada ya dawa za kupunguza makali ya**

madhara ya UKIMWI, dawa hizo ni aghali sana kwa Taifa. Huu ni mfano mdogo tu unaoonyesha kuwa sasa UKIMWI si tishio tu bali limekuwa janga la kitaifa. Janga hili linahitaji watu wote kujipanga vema kupigana nalo kwa mbinu zozote zile.

2. **Moja ya mbinu bora ni kuunda vikundi vya waelimishaji rika. Ninyi hapa mmeteuliwa kuja kujifunza mbinu za uelimishaji rika. Huu ni mfumo mzuri kwa sababu mazungumzo ya watu wenye umri na jinsia moja huwa ya uhuru na ya kina sana, kwa kuwa watu hawa hufanana kwa lugha, uzoefu, miiko na kanuni za maisha yao.**

3. **Hivyo; mnatarajiwa kuwa mfano mzuri wa kuigwa kubadili tabia ili kuzuia maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono holela mahali pa kazi.**

4. **Mnatakiwa kuwa chachu ya kuelimisha na kuhamasisha watumishi wenzenu mliowaacha maofisini kuhusu kinga ya VVU na magonjwa ya ngono holela kwa kuhakikisha kuwa:**

   (a) **Mtatafsiri mipango ya TAMISEMI kwa vitendo kuhusu mapambano dhidi ya maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono uzembe.**

   (b) **Mtawashirikisha watumishi wenzenu kupanga mikakati ya kushauriana na kusaidiana mbinu za kutambua na kutatua matatizo yanayotokana na maambukizi ya VVU na magonjwa ya ngono holela.**

   (c) **Kuelimisha rika kutasaidia sana kuwepo uwezo wa kuhakikisha mnavunja ukimya unaoleta unyanyapaa na tabia ya kunyoosheana vidole kwa watumishi wanaoishi na VVU, badala yake mtaweza kuendesha mazungumzo na kushauriana mbinu bora za mapambano dhidi ya janga la UKIMWI mahali pa kazi na familia zenu.**

Ndugu Mwenyekiti wa Mafunzo,
Ninapenda kuwaasa washiriki wa mafunzo haya, kuwa watumie fursa hii kujifunza kwa bidii mbinu na kubadilishana uzoefu wenu ili muweze kuwa waelimishaji rika bora, hatimaye kuwa wapiganaji imara dhidi ya janga la UKIMWI si mahali pa kazi tu bali katika familia zenu na jamii mnaoishi nao kwa ujumla.

Ndugu Mwenyekiti wa Mafunzo,

Hizi si zama za maneno mengi bali ni zama za vitendo, ari, nguvu na kasi zaidi kama wito wa Mheshimiwa Raisi wetu wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania Mhe. J. K. Kikwete anavyotuasa. Nami ninafupisha hotuba yangu kwa kuwatakia mafunzo mema.

Natamka kuwa mafunzo yenu yamefunguliwa rasmi.

Asanteni kwa kunisikiliza.

4.0.UWASILISHAJI WA MADA.

Baada ya hapo, semina iliendelea kwa kuanza kuwasilishwa mada mbalimbali na wawezeshaji ambao walikuwa n Wataalam kutoka AMREF

5.0. MATUMIZI SAHIHI YA LUGHA KATIKA KUTOA ELIMU YA VVU/UKIMWI.

5.1. Kutaja via (viuongo vya uzazi) vya kiume na kike.

Mada hii ililenga kuwawezesha washiriki kuondoa hofu ya kutaja maumbile ya kike na kiume ambayo kwa njia moja ndiyo chanzo kikuu cha maambukizi ya magonjwa ya ngono na Ukimwi. Kwa hiyo Kila mshiriki alipewa nafasi ya kutaja viuongo vya uzazi vya kiume na Kike kwa kutumia Lugha aliyoizowea. Wengi walitaja kama ilivyotakiwa na mtoa mada.

5.2.Faida ya kuwa wazi kuhusu Ukimwi.

Washiriki walitakiwa kutaja faida ya kuwa wazi katika kuzungumzia mambo ya Ukimwi, faida kadhaa zilitajwa na washiriki kama ifuatavyo;

1. Huondoa hofu, aibu wakati wa uelimishaji.
2. Kupata uelewa
3. Kujiamini
4. Inasaidia kuondoa mila zilizopitwa na wakati, mfano, ukeketaji
5. Inaongeza ujasiri wa kukataa kufanya tendo la ngono.
6. Kuepukana na magonjwa ya ngono
7. Inasaidia kujieleza unapokuwa na maumivu.

5.3. Kwa nini watu wanaona haya kutamka majina ya via (sehemu za siri) vya uzazi kwa uwazi.

Katika eneo hili washiriki walieleza mambo kadhaa yanayofanya Watu washindwe kutamka majina ya via (sehemu za siri) vya uzazi vya kike na kiume;

1. Mila na Utamaduni kwamba ni mwiko kutaja sehemu za siri za kike na kiume hadharani.
2. Unyeti wa viungo vyenyewe
3. Ni matusi
4. Aibu
5. Lugha ya Kiswahili.

6.0. HALI HALISI YA VVU/UKIMWI

mada hii ilienga kuwawezesha washiriki kufahamu kwa undani zaidi hali halisi ya VVU/UKIMWI. Mada hii iligawanyika katika sehemu ndogo ndogo kama zifuatazo;

6.1. Maana ya VVU/Ukimwi.

Washiriki waligawanyika katika makundi na kila kikundi kilitakiwa kuandika maana ya maneno yafuatayo;

- VVU ni virusi vya Ukimwi.
- HIV - Human Immune Virus.
- UKIMWI - Upungufu wa kinga Mwilini.
- AIDS - Acquired Immune Deficiency Syndrome.

Karibu kila kundi la washiriki waltaja kama yalivyoelezwa hapo juu.

6.2. Dalili za Ukimwi.

Washiriki walitakiwa kuelezea dalili za Ukimwi ambazo wanazifahamu, hali kadhalika katika kazi hii washiriki waligawanyika katika makundi na kila kundi lilieleza dalili za Ukimwi. Kwa ujumla makundi yote yalieleza dalili za Ukimwi kuwa ni;

(i) Kupungua kwa uzito
(ii) Kukonda sana

(iii) Kuwa na madonda sehemu mbalimbali kama: sehemu za uume, ukeni, mdomoni, kichwani na sehemu nyingine.
(iv) Kuwa na homa za mara kwa mara
(v) Kubadilika rangi za nywele
(vi) Kuharisha
(vii) Kukohoa mara kwa mara
(viii) Ukurutu
(ix) Upele
(x) Kukosa nguvu mwilini
(xi) Kukosa hamu ya kula
(xii) Kupungua kwa kumbukumbu

6.3. Maambukizi ya Ukimwi.

Washiriki walitakiwa kutaja njia mbalimbali zinazosababisha maambukizi ya Ukimwi.Njia za maabukizi ya Ukimwi kama zilivyotajwa na washiriki ni kama zifuatazo;

(i) Kuongezwa damu yenye virusi vya ugojwa wa UKIMWI.
(ii) Kufanya ngono na mtu mwenye virusi vya UKIMWI bila kinga.
(iii) Kuchangia vifaa kama nyembe, mikasi, sindano, visu kati ya mtu mwenye virusi vya UKIMWI na asiye navyo.
(iv) Mtoto kuambukizwa na mama wakati wa kujifungua na wakati wa kunyonyesha.
(v) Kwa njia ya majimaji ya mwilini kama mate, shahawa, jasho na maji ya ukeni.

7.0. MAGONJWA YA NGONO (ZINA).

Mada hii ilienga kuwawezesha washiriki kutambua magonjwa mbalimbali ya ngono (zina) ambayo ni chanzo cha maambukizi ya Ukimwi.

7.1. Kutaja magonjwa aina ya ngono

Washiriki walielezwa aina mbalimbali za magonjwa ya Ngono,

1. Kaswende
2. Kisonono, Gonorrhea
3. UKIMWI
4. Kabambaru
5. Pangusa
6. Kansa
7. Kuwashwa
8. Kitego

9. Kichocho
10. Kifua Kikuu
11. Fungus/KUVU
12. HEPATITIS

7.2 Uhusiano wa Ukimwi na magonjwa ya ngono.

Washiriki walifundishwa mahusiano yaliyopo katika ya Ukimwi na magonjwa ya ngono;

- Ukimwi na magonjwa ya ngono yatapatikana kwa njia ya kufanya tendo la ndoa.

7.3. Athari za Magonjwa ya ngono.

Washiriki walielezwa athari mbalimbali zinazoweza kuletwa na magonjwa ya Ngono, miongoni mwa athari hizo ni;

7.3.1. Kwa Wanawake;

- Kuna uwezekano mimba kutunga nje ya mfuko wa uzazi
- Uwezekano wa kupata saratani ya shingo ya uzazi
- Uwezekano wa kuharibu Mimba au kuzaa Mtoto mfu
- Kupata Ugonjwa wa Ukimwi

7.3.2. Kwa Wanaume.

- Kuziba njia ya haja ndogo
- Kupata Ukimwi

7.3.3. Kwa Watoto wanaozaliwa.

- Kuzaliwa wakiwa na upofu wa macho.

SIKU YA PILI TAREHE 04/04/2006

8.0. NJIA ZA KUJIKINGA DHIDI YA VVU/UKIMWI NA MAGONJWA YA NGONO

Washiriki walielewesha njia mbalimbali za kujinga na maambukizi ya VVU/UKIMWI na magonjwa ya ngono. Njia hizo ni;

8.1. Njia ya ABC

ABC ni herufi tatu zinazosimama badala ya maneno ya

A - Acha kabisa
B - 'Be Careful' – kuwa mwangalifu
C - Condom – kama huwezi kuacha ngono tumia Kondom

8.2. Matumizi sahihi ya mipira ya kujamiiana (Kondom).

Washiriki walielekezwa namna ya kutumia kwa usahihi mipira ya kike na ya kiume katika kujikinga na maabukizi ya VV/UKIMWI na magonjwa ya ngono.

8.3. Kuacha kufanya ngono kwa kutumia;

- Njia ya haja kubwa
- Kujamiiana kwa njia ya mdomo.
- Kutumia nguvu kunakoweza kuleta michubuko.

. 8.4. Hatua za Mama mjamzito kupima afya yake.

Washiriki walielezwa hatua zinazopaswa kufuatwa na Mama mara anapopata ujauzito;

1. Ashauriwe kwenda kupima VVU/UKIMWI na magonjwa ya zinaa kwenye Kliniki.

2. Ashauriwe kufuata ushauri wa:
   - Njia ya kujifungua (kama anaishi na VVU)
   - Atumie dawa za kufubaza - VVU wakati wa uchungu na mtoto baada ya kuzaliwa.

8.5. Kuzuia maambukizi wakati wa kujifungua.

Washiriki walifundishwa njia mbalimbali za kuzuwia maambukizi ya VVU/Ukimwi kutoka kwa Mama kwenda kwa Mtoto wakati wa kujifungua, njia hizo ni;

1. Kujifungua kwa upasuaji itasaidia kuepusha michubuko ambayo ingeweza kutokea kwa njia ya kawaida na kusababisha maambukizi ya virusi vya UKIMWI.

2. Kuacha kutumia vyuma kuvuta Mtoto kwa sababu vyuma hivyo vinaweza kuleta michubuko kwa Mtoto na kusababisha maambukizi ya virusi vya UKIMWI kwa mtoto.

3. Matumizi sahihi ya dawa za ARV. Dawa hizi zinapunguza makali ya virusi vya UKIMWI na kupunguza uwezekano wa kutokea maambukizi ya UKIMWI kwa mtoto.

8.5. Kumkinga Mtoto Baada ya kuzaliwa

Mtoto anaweza asipate maambukizi ya VVU/Ukimwi baada ya kuzaliwa iwapo mambo yafuatayo yatazingatiwa;

1. Mtoto anyonyeshwe ziwa la Mama peke yake kwa miezi sita (6) tu.

2. Mtoto anyonyeshwe maziwa mengine tangu mwanzo na asinyonyeshwe maziwa ya Mama yake.
3. Aachishwe kunyonya maziwa ya mama Baada ya miezi sita (6) kwa sababu: -
   - Meno yanaota

     - Fizi zinapasuka, hutoka na kuwa hatarini kwa maambukizi ya VVU.

4. Kama mama ana majipu au vidonda kwenye chuchu haimpasi kunyonyesha mtoto.

5. Kama chuchu haitoi maziwa Mama asinyonyeshe Mtoto.

9.0. HALI YA UKIMWI ULIMWENGUNI NA TANZANIA.

Washiriki walijulishwa hali ilivyo ya Ukimwi Ulimwenguni na Tanzania.

9.1. Tanzania.

- Hadi sasa jumla ya Watu milioni mbili wanaishi na VVU/UKIMWI.
- Asilimia 7 (7%) ya waliochini ya umri wa kujamiiana wanamaambukizi
- Karibu watu milioni mbili wameshakufa kwa Ugonjwa wa Ukimwi hadi kufikia Mwaka 2003.

9.2. Ulimwenguni.

- Hadi Mwaka 2004 takribani watu milioni 39.4 wameambukizwa Ukimwi
- Takribani watu milioni 25.4 wapo Afrika. Kusini mwa jangwa la Sahara.
- Watu 3.1 walifariki kwa Ukimwi wengi wao kusini mwa jangwa la Sahara.
- Maambukizi mapya hadi sasa ni watu milinoni 3.1kwa Mwaka wengi wao hupatikana kusini mwa jangwa la Sahara.

9.3. Athari za Ukimwi.

Washiriki walielezwa athari zinazoletwa na Ukimwi ikiwa ni pamoja na;

- Kupungua kwa nguvu kazi
- Kupungua kwa uzalishaji
- Kupungua kwa uwekaji wa akiba
- Kupungua kwa huduma za kifamilia
- Kuongezeka kwa umasikini
- Kuongezeka kwa yatima.

Aidha walielezwa kwamba Sekta zilizoathirika zaidi ni;

- Kilimo
- Viwanda na Biashara
- Elimu
- Afya na
- Huduma za Jamii kwa ujumla.

SIKU YA TATU TAREHE 05/04/2006

10.0. MAWASILIANO SAHIHI.

Mada hii ililenga kuwawezesha washiriki kutambua aina mbalimbali zinazowawezesha watu kuwasilina na kufikisha ujumbe sahihi. Pia walifundishwa vikwazo vinavyoweza kukwamisha ujumbe kufika inavyotakiwa. Katika mada hii mambo kadhaa yalifundishwa kama;

10.1. Maana ya Mawasiliano

Ililezwa kwamba mawasiliano ni njia ya kutoa mawazo ya Mtu mmoja kwenda kwa Mtu mwingine. Ni njia ya kufikisha ujumbe kwa Mtu mmoja kutoka kwa Mtu mwingine**.**

Washiriki kama waelimishaji rika wanapaswa kujua namna ya kutoa ujumbe kwa Watu watakao kuwa wanawaelimisha ili kuweza kutimiza malengo.

10.2.Mahusiano katika Mawasiliano.

Washiriki walielezwa kwamba ili mawasiliano yawepo ni lazima kuwepo na;

- Mtu anayetuma ujumbe
- Ujumbe wenyewe
- Mtu anayepokea ujumbe na
- Njia ya kutuma ujumbe wenyewe.

10.3. Aina za Mawasiliano.

Ilielezwa kwamba kuna aina tatu za mawasiliano

- Mwasiliano ya maneno – mazungumzo.
- Mawsiliano ya maandishi
- Mawasiliano ya ishara

10.4. Namna ya kufanya mawasiliano yawe mazuri – sahihi.

Kuna njia tano zinazoweza kufanya mawasiliano yawe mazuri;

- **Kujua nani unataka kuwasiliana nae** kwa kuzingatia; Historia,uzoefu,utamaduni,tabia,uwezo wake wa kuelewa na kiwango cha Elimu.
- **Kujua madhumuni ya ujumbe** kwa kuzingatia aina ya mawasiliano kwenda kwa mlengwa.

- **Kujua muda wa kupeleka ujumbe** kwa kuzingatia; Umuhimu na uharaka wa ujmbe, wingi wa kazi za mtu unayemtumia ujumbe na namna alivyo.

- **Kuchagua njia sahihi ya kufanya mawasiliano** na Mtu unayetaka kumfikishia ujumbe, zingatio likiwa ni kuchagua njia sahihi.

- **Kuamua na kuanza kufanya mawasiliano**.

10.5. Vikwazo vya mawasiliano.

Sehemu hii iliwawezesha washiriki kujua vitu vinavyoweza kuzuwia kuwepo kwa mawasiliano sahihi. Baadhi ya vikwazo hivyo ni;

- Vikwazo vya hisia

- Matumizi ya lugha isiyoeleweka katika jamii husika

- Muingiliano na mazingira mengine mfano milio ya simu, milango, madirisha.

- Matumizi ya karatasi zisizoonyesha maandishi

- Masahihisho mengi kwenye karatasi iliyoandikwa.

11.0. STADI ZA MAISHA.

Stadi za maisha ni mbinu mbalimbali zitumiwazo na binadamu katika kmsaidia kukabiliana na maisha ya kila siku.

Kwa kujua stadi za Maisha, washiriki wataweza kupambana na mazingira katika kazi yao kuelimisha watu dhidi ya mapambano ya magonjwa ya ngono na Ukimwi.

Katika mada hii washirikia walifundishwa mambo kadhaa kama;

11.1. Faida za Stadi za Maisha.

- Zinamuwezesha Mtu kujitambua
- Zinamuwezesha Mtu kutatua matatizo
- Kuwa na uwezo wa kujiamini
- Kuwa na malengo ya maisha
- Kuweza kuthubutu na kujadiliana na wengine mambo mbalimbali
- Kuweza kupata maarifa, maadili na mbinu mbalimbali.

SIKU YA NNE TAREHE 06/04/2006

12.0. UNYANYAPAA KWA WAGONJWA WA UKIMWI.

Mada hii iliwawezesha washiriki kujua aina za unyanyapaa wanazokumbana nazo wagonjwa wa Ukimwi.

12.1. Unyanyapaa katika sehemu za Kazi.

Washiriki walielezwa kwamba hadi sasa hakuna sheria Tanzania ya kuwalinda Watumishi walio na ugonjwa wa Ukimwi. Sheria zilizopo bado zinalazimisha Mtu kabla hajaajiliwa kwenda kupima Afya yake. Lakini bado haisemi akikugundulika ana Ukimwi je ataajiriwa? au hatoajiriwa?

Mtoa mada alisema uzoefu unaonyesha Mtumishi akigundulika amepata ukimwi huanza kutengwa na matumizi ya sheria hufuatia kwa kutothamini mchango wake.

Hata hivyo Sheria ya Ajira na Mahusiano kazini ya Mwaka 2004 ambayo haijaaza kutumika inasema Mgonjwa wa Ukimwi asiachishwe kazi bali aendelee kulipwa mshahara wake kamili hadi atakapofariki hata kama hana uwezo wa kufika Ofisini na kufanya kazi.

12.2. Sheria za kuzuwia unyanyapaa katika Nchi zingine.

Mtoa mada alisema Nchi kama Namibia, Afika Kusini, Zimbabwe, Uingereza, Marekani, zinaweka Sheria za kuzuwia aina yoyote ya unyanyapaa katika sehemu za kazi.

12.3. Unyanyapaa katika familia na huduma.

Mtoa mada alisema mapokeo mabaya na tafsiri mbaya kwa waliopata ugonjwa wa Ukimwi yamesababisha unyanyapaa katika familia. Watu wengi walioathilika na ugonjwa huu wametengwa na familia zao.

12.4 Namna ya kuondoa unyanyapaa.

Washiriki walielezwa namna mbalimbali za kuweza kuondoa unyanyapaa kwa wagonjwa wa Ukimwi. Njia zinazoweza kuondoa tabia hiyo ni;

- Mabadiliko ya Sheria na Sera za Nchi kwa Wagonjwa wa Ukimwi.

- Ushauri kwa Watu kuhusu tafsiri ya wagonjwa wa Ukimwi na namna ugonjwa usivyoweza kuambukiza kwa njia ya kuishi, kula chakula na hata kpeana mikono na mgonjwa wa Ukimwi.

- Kutoa ushauri ili kubadilisha mtazamo wa jamii kuhusu ugonjwa wa Ukimwi.

- Kutoa habari sahihi kuhusu HIV/UKIMWI.

SIKU TA TANO TAREHE 07/04/2006.

13.0. LISHE BORA KWA WAGONJWA WA UKIMWI

Washiriki walielekezwa kuwa kula chakula bora ni njia mojawapo itakayo msaidia mgonjwa wa Ukimwi kuendelea kuishi muda mrefu Baadhi ya vyakula vinavyoshauriwa kutumiwa nwa wagonjwa wa Ukimwi ni;

- Matunda na mboga mboga
- Vyakula vyenye sugari
- Kunywa maji kwa wingi
- Nyama ambazo bado fresh
- Ndizi za kupika, karoti na maembe

14.0 USHAURI NASAHA NA UPIMAJI WA HIYARI.

Mada hii ililenga kuwawezesha Washiriki kuwa tayari kutoa ushauri nasaha kwa watu wanaokwenda kuwapa elimu ya kujikinga na maambukizi ya Ukimwi na magonjwa ya ngono.

Mtoa mada alisema washauri nasaha wanapaswa kutoa ushauri kwa watu wanaotaka kupima. Ushauri huo unaweza kuwa ni kabla ya kupima, wakati wa kupima na baada ya kupima na kupokea majibu;

- Kabla ya kupima Mtu ashauriwe kwa kuulizwa maswali kwa nini anataka kipima,

    - Je ni kwa sababu anadhani ameambukizwa?
    - Au amefanya ngono isiyo salama?
    - Au anataka kupata Mtoto au kuoa?
    - Au anataka kubadili mwenendo wake?

- ❖ Wakati wa kupima Mtu ashauliwe matokeo ya kupima ambayo yanaweza kuwa;

    - Kugundulika kuwa ana VVU
    - Majibu yanaweza kuwa ana UKIMWI
    - Majibu yanaweza kuwa hana VVU/UKIMWI

- ❖ Baada ya kupima na kupokea majibu, Mtu ashauliwe kuwa;

    - Ushauri utolewe kwa mteja ili awe tayari kupokea majibu ya aina yoyote.

    - Kama majibu ni chanya mteja ashauriwe kuwa anaweza kuishi kwa matumaini.

    - Kama majibu ni hasi mteja ashauriwe kuendelea kujikinga na maambukizi.

Watu washauriwe kuwa wanaweza kuishi kwa muda mrefu wakiwa na maambukizi. Kitu cha msingi ni kuzingatia masharti.

15.0. HUDUMA NA MSAADA KWA WATU WANAOISHI NA VIRUSI NA WANAOUGUA UKIMWI.

Washiriki walifundishwa jinsi ya kutoa huduma na msaada kwa Watu wenye VVU na wanaougua Ukimwi. Washiriki wanapaswa kuzingatia mambo yafuatayo;

15.1. Sababu ya kutoa huduma.

Watu wanapaswa kutoa ushauri kwa sababu, ugonjwa huu ni wa kudumu unapompata Mtu na hufanya Mtu augue kwa muda mrefu. Aidha kutokana na hilo ubinadamu hupelekea kuwajali watu wanaougua au walioathilika, na watu wafahamu kwamba si rahisi kuambukizwa kwa kumhudumia mgonjwa katika hali ya kawaida.

15.2. Kuondoa hofu mbalimbali.

Washiriki walielezwa kuwa ugonjwa huu huleta hofu kama; kutoajiami, kukosa huduma kwa jamii inayowazunguka, gharama kubwa za matibabu, hofu ya kufa na kuacha watoto wakiwa yatima na wazazi wakiwa wazee wasiojiweza na gharama za msiba. Kwa kuzingatia hofu hizo zinazowakumba watu wenye VVU na Ukimwi washauri nasaha wametakiwa kujua stadi za Maisha zitakazo wawezesha kuwapatia nasha wagonjwa wa Ukimwi ili kuwarejeshea matumaini.

15.3. Kumhudumia Mwenye UKIMWI.

Washiriki walielekezwa namna ya kumhudumia Mtu mwenye Ukimwi. Mambo ya kuzingatiwa wakati wa kumhudumia mgonjwa wa Ukimwi ni kama yafuatayo;

- Mgonjwa ahusishwe kulitambua tatizo alilonalo
- Apewe ushauri nasaha endelevu
- Asibaguliwe/kutengwa
- Apewe upendo wa hali na mali
- Apewe chakula bora
- Aepuke vitu vinavyoweza kuleta madhara, mfano pombe Sigara n.k
- Afuatilie maendeleo ya afya yake
- Asifanye kazi za kuchosha mwili
- Atumie dawa za ARV.

15.4. Misaada mingine kwa Watu wenye UKIMWI.

Washiriki walielezwa kuwa wanaweza kutoa misaada mingine kwa watu wenye Ukimwi. Misaada hiyo ni kuwapa ushauri wa;

- Kuandika wosia
- Kujiunga na vikundi vya kusaidiana
- Kuwa wazi
- Kutumia dawa kwa wakati na usahihi.

SIKU TA SITA TAREHE 08/04/2006.

16.0 HUDUMA ZA MAJUMBANI KWA WAGONJWA WA UKIMWI.

Mtoa mada alisema kuwa huduma za majumbani ni moja ya kazi za Waelimishaji rika. Huduma hii hutolewa kwa wagonjwa wa Ukimwi waliopo majumbani. Huduma za majumbani hujumuisha;

- Huduma za kitabibu
- Huduma za Ushauri nasaha
- Huduma za Kijamii.

16.1. Madhumuni na faida ya huduma za majumbani.

- Huhakikisha kuwa wagonjwa wanatumia dawa za kupunguza makali ya Ukimwi ipasavyo;

- Hupunguza mitazamo tofauti ya kifamilia kuhusu wagonjwa wa Ukimwi.

- Husaidia kuongeza kinga kwa wasioathilika na kutoa huduma kwa waathilika.

- Hupunguza uwezekano wa maabukizi kwa wanaotoa huduma kwa familia.

- Kuondoa unyanyapaa kwa wagonjwa wa Ukimwi kwenye familia

18.0. MAJUKUMU NA WAJIBU WA WAELIMISHA RIKA.

Washiriki walikumbushwa majukumu na wajibu wao mara watakaporudi Ofisini, moja ya maujukumu na wajibu wao ni;

- Kuelimisha watumishi kuhusu kinga dhidi ya VVU na magonjwa ya zinaa.

- Kuwa kiungo kati ya Menejimenti na watumishi katika vita dhidi ya maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa.

- Kushauri na kutoa rufaa kwa ajili ya huduma mbali mbali kwa watumishi na wanafamilia wanaoishi na VVU na magonjwa ya zinaa.

- Kupanga mikakati ya kutekeleza, kufuatilia, kusimamia na kutathmini mwenendo mzima wa mapambano dhidi ya maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa mahali pa kazi.

19.0. MATUMIZI YA DAWA ZA KUPUNGUZA MAKALI YA UKIMWI.

Mada hii ililenga kuwaelewesha washiriki kuhusu dawa ya kupunguza makali ya Ukimwi – ARV.

Walielezwa kuwa dawa hii haitibu Ukimwi isipo kuwa inajaribu kuongeza CD4 kwa mgonjwa wa Ukimwi.

20.0. MAONESHO YA PICHA ZA VIDEO.

Washiriki walipata fursa ya kuona picha mbali mbali za video zinaoelezea kuhusu maambukizi ya magonjwa ya ngono na namna yanavyoweza kuleta athali katika maisha, pia waliona namna Ukimwi unavyoweza kuleta mfarakano katika familia.

Picha hizo zilionesha vyanzo mbalimbali vya maambukizi ya magonjwa ya ngono na ukimwi na athali kwa wanaume, wanawake na watoto.

Mwisho washiriki waliona jinsi Ukimya au uwazi unavyoweza kumuathili au kumsaidia mgonjwa wa Ukimwi na namna matumizi sahihi ya dawa za kupunguza makali kunavyoweza kumsaidia au kumuathili mgonjwa wa Ukiwmi.

21.0.KUTEMBELEA WATU WENYE UKIMWI KATIKA HOSPITALI YA MKOA MOROGORO.

Washiriki walipata nafasi ya kuwatembelea watu wenye Ukimwi katika Hosptiali ya Mkoa wa Morogoro.

Katika ziara hiyo washiriki walifanya mahojiano na wagonjwa wa Ukimwi, katika mahojiano hayo wagonjwa wote walisema kuwa wamepata ugonjwa huo kwa sababu ya kufanya ngono.

Lakini washiriki walipata uzoefu wa hofu waliyonayo wagonjwa hao. Katika mahojiano hayo baadhi ya wagonjwa walisema hawajawaambia ndugu, wazazi hata watoto wao, sababu walizotoa ni kwamba

- Mmoja alisema Mama yake ni mgonjwa wa Moyo (B.P) hivyo akimueleza anaweza kuathilika ki afya. Aidha hajawaeleza watoto wake kwa sababu bado ni wadogo.

- Mwingine alisema hawezi kusema kama anaumwa ugonjwa huo kwa kuhofia kutengwa na familia yake. Kwa sababu mara wakijua tu wanaweza kumfukuzaNyumbani.

Washiriki waliweza kupata maelezo kutoka kwa wagonjwa namna walivyopokea majibu yao baada ya kuambiwa kuwa wana Ukimwi.

- Mmoja alisema alipata mshituko kidogo kwa sababu kwanza alikuwa anaumwa mara kwa kwa mara yeye na Mume wake ambaye ameshafariki hivyo hakushangaa alipoambiwa kuwa ana Ukimwi.

- Lakini kuna mwingine hakukubali wala hakuelewa kama kweli majibu haya ni ya kwake. Lakini alipopima mara ya pili majibu yakatoka na kumthibitishia kuwa ni mgonjwa wa Ukimwi. Alisema alichanganyikiwa sana ilichukua muda kukubali na kuanza kutumia dawa za kupunguza makali ya Ukimwi.

Pia, washiriki walisikia kutoka kwa wagonjwa wa Ukimwi wakisema kuwa dawa za ARV hazina madhara katika mwili. Katika wagonjwa wote waliohojiwa walisema hawajapata madhara yoyote.

22.0. KUFUNGA MAFUNZO.

Mafunzo haya yalifungwa na Mkuu wa Wilaya ya Morogoro Mhe. Mathew Sedoyeka, Ifuatayo ndiyo hotuba yake ya ufunguzi.

HOTUBA YA KUFUNGA MAFUNZO YA WAELIMISHAJI RIKA KWA WATUMISHI WA OFISI YA WAZIRI MKUU - TAMISEMI ILIYOTOLEWA NA MKUU WA WILAYA WA MOROGORO MJINI MHESHIMIWA MATHEW SEDOYEKA BZ HOTEL TAREHE 8/04/2006

Ndugu Mwenyekiti wa mafunzo

Ndugu wawezeshaji wa mafunzo

Ndugu washiriki wa mafunzo
Ndugu waalikwa wa mafunzo
Ndugu mabibi na mabwana

Ndugu Mwenyekiti wa mafunzo;

Awali ya yote napenda kutoa shukrani zangu za dhati kwa heshima ya kunialika kuja kuwafungia mafunzo yenu ya waelimishaji rika, kwa watumishi wa ofisi ya Waziri Mkuu - TAMISEMI.

Nimeelezwa kuwa madhumini ya mafunzo haya ni: -

1. **Kuiwezesha ofisi ya Waziri Mkuu kupata watumishi watakaokuwa waelimishaji rika ndani ya ofisi hiyo na ofisi za ngazi za Mikoa na Wilaya.**

2. **Kuongeza uwezo wa KUKINGA kwa kupunguza kasi ya maambukizi na madhara ya VVU na magonjwa ya zinaa miongoni mwa Watumishi wa TAMISEMI, familia zao na jamii wanayoishi nayo.**

3. **Madhumuni ya mafunzo yanaonyesha jinsi Serikali na hasa OWM-TAMISEMI inavyotambua nafasi ya Watumishi kwa huduma waitowayo kwa umma, na kwamba kwa kujali afya zao, ni kujali huduma bora na ni kuwajali Wananchi. Hivyo lengo ni <u>Afya Bora huduma bora jamii bora.</u>**

4. **Kuwawezesha kuwahudumia vizuri Watumishi walioathirika, kuwatembelea majumbani na kuondoa unyanyapaa.**

Ili kukidhi madhumuni ya mafunzo haya, nimeambiwa kuwa mmejifunza na kubadilishana uzoefu wa mada nyingi ikiwa ni pamoja na: -

1. **Kujua hali ya maumbile ya kike na kiume na namna yanavyowezakupata maambukizi ya magonjwa ya zinaa ikiwa ni pamoja na Ukimwi.**

2. **Kutambua kwa kina ukweli kuhusu UKIMWI na magonjwa yanayotokana na zinaa, hususani yanavyoambukizwa, madhara yake na hatua za kuchukuwa kujikinga na kupunguza madhara yatokanayo na magonjwa haya.**

3. **Kutambua mbinu za mawasiliano bora kwa mtu mmoja mmoja na vikundi.**

4. **Kutambua fursa za ushirikiano baina ya TAMISEMI na Sekta mbali mbali ili kukamilisha au kuendeleza huduma ya mteja wa kundi rika, kwa mfano, kumtafutia mteja elimu ya kina ya kinga, huduma na vifaa muhimu vya elimu, tiba au kinga vinavyopatikana katika Sekta nyingine.**

5. **Kutambua vikwazo na mbinu za kuelimisha rika, kufuatilia, kusimamia na kutathmini nadharia na vitendo ili kuhakikisha kuwa vinakuwa sahihi na endelevu.**

6. **Kutambua umuhimu wa usawa wa jinsia katika ushirikishaji na kushiriki mapambano dhidi ya maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa.**

7. **Kupata mafunzo yahusuyo maisha ya Watu ni tofauti na mafunzo kuhusu pesa,ajira, kilimo n.k. hivyo tambueni tofauti hiyo, eleweni kuwa mmeaminiwa ndiyo maana mnakabidhiwa jukumu la kutoa mafunzo kwa Watumishi wenzenu, ambapo mkifanya kazi hiyo vizuri mtakuwa mmenusuru maisha ya watumishi wenzenu, na mtainua tija kazini toka kwa Watumihi wenzenu.**

Aidha, mtakuwa mmeshiriki kwa namna ya pekee katika ujenzi wa Taifa kwanimmepamana na aduiwa Taifa wa nyakati hizi.

Ndugu Mwenyekiti,

Ni imani yangu kuwa kuna mambo mbali mbali yaliyozingatiwa na Ofisi ya Waziri Mkuu - TAMISEMI katika kulipata kundi hili la waelimishaji rika. Baadhi ya mambo hayo muhimu ni:

1. **Kuzingatia hulka ya mtu ya kuwa na huruma, na kujitolea kufanya kazi za ziada katika kusaidia watumishi wenzao, kuwashauri wasijiingize katika maambukizi ya Ukimwi.**

2. **Kuna mwelekeo kwa kila mmoja wenu kuwa ni mfano bora wa tabia katika kujikinga na maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa mahali pa kazi.**

3. **Hongereni sana kwa kuaminiwa na kupewa kazi hii.**

Ndugu Mwenyekiti,

Ni mategemeo yangu na ndiyo matarajio ya sera ya Ofisi ya Waziri Mkuu - TAMISEMI kuwa majukumu yenu ya kuelimisha rika ni mengi, yakiwa pamoja na:

1. **Kuelimisha watumishi wengine mahali pa kazi, OWM-TAMISEMI Makao Makuu, Mikoani na ngazi za Wilaya; kuhusu kinga dhidi ya VVU na magonjwa ya zinaa.**

2. **Waelimishaji rika mnatakiwa kuwa kiungo kati ya Menejimenti na watumishi katika vita dhidi ya maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa.**

3. **Kushauri na kutoa rufaa kwa ajili ya huduma mbali mbali kwa watumishi na wanafamilia wanaoishi na VVU na magonjwa ya zinaa, ofisini mwenu.**

4. **Kupanga mikakati ya kutekeleza, kufuatilia, kusimamia na kutathmini mwenendo mzima wa mapambano dhidi ya maambukizo ya VVU na magonjwa ya zinaa mahali pa kazi.**

Ndugu washiriki wa mafunzo,

Napenda kuwaasa kuwa, mtakaporudi ofisini kwenu kila mmoja wenu ajitahidi sana kushiriki katika shughuli za uelimishaji rika. Kuna tabia za baadhi ya watumishi ambao hutaka kuhudhuria mafunzo au semina

kwa nia ya kuongeza kipato chake tu bila kujali utekelezaji ili kufanikisha madhumuni yaliyokusudiwa. Nategemea mtajipangia kufanya vikao vyenu mara kwa mara kwa lengo la kubadilishana uzoefu wa uelimishaji rika ili kuimarisha mikakati yenu ya utekelezaji. Jengeni miongoni mwenu hali ya unyenyekevu, upendo, hamu ya kupambana na tatizo hilo, na kuamini kuwa mnapambana kwa kutambua tatizo, na si kwa sababu umetumwa. Kila mmoja aone kazi hii ni yake.

Ndugu Mwenyekiti,

Naomba kusisitiza mambo yafuatayo;

1. **Natarajia mafunzo haya yamewajengea ujasiri wa kutoa mafunzo kwa Watumishi wenzenu. Kwa sababu elimu ya uelimishaji rika itakuwa inakwenda sambamba kwa rika zote. Hivyo kutasaidia kufanya mabadiliko ya tabia ambayo pengine hayakuwepo kabla ya mafunzo haya. Natumaini hata ninyi mmebadilika.**

2. **Elimu ya uelimishaji rika ni mojawapo ya hafua muhimu katika vita dhidi ya mapambano ya Ukimwi.**

3. **Mafunzo haya yataleta mabadiliko haraka kwa jamii ya Watumishi wa OWM – TAMISEMI kwa kuwa ninyi Watumishi wenzao ndiyo mtakao kuwa mnawafundisha Watumishi wenzenu ambao mnao kila siku. Hivyo ni njia rahisi itakayoleta mabadiliko ya tabia miongoni mwa Watumishi.**

4. **Mjiamini kwa tabia, kauli, mwenendo na ufahamu ili kuwavuta wote wanao wasikiliza.**

5. **Nimategemeo yangu kuwa mafunzo ya kuelimisha rika yatakuwa na**

    - **Mitaala**
    - **Muda wa kutolewa**
    - **Muda wa kutathmini ili kujiridhisha kama yamewafaa wale waliopewa**
    - **Mabadiliko ya mafunzo ili kukidhi mabadiliko ya jamii.**

    Pia naamini matokeo ya mapokeo ya mafunzo haya yatatolewa kwa Viongozi wa ngazi mbalimbali ili nao kama wana mawazo wayatoe.

6. Vilevile mafunzo yatolewayo katika rika tofauti, isiwe mwikokwa rika Fulani kufahamu rika lingine linasemaje.

Ndugu Mwenyekiti,
Nawatakia safari njema.

Karibuni tena siku nyingine Morogoro.

Napenda kutamka kuwa mafunzo yenu yamefungwa rasmi.

Asanteni kwa kunisikiliza.

23.0 SEKRETARIETI.

S.NO.	JINA	WATHIFA	IDARA
1	Kanyegesi Mwanjati	Afisa Tawala Mkuu	Utawala
2	Kailima Ramadhani	Afisa Utumishi Mwandamizi	Tawala za Mikoa
3	Mary Herman	Msaidizi wa Ofisi	Utawala
4	Jane Tarimo	Katibu muhtasi	Utawala.

24.0 MAHUDHURIO.

Watumishi kumi na sita walihudhuria mafunzo haya, majina yao na Idara wanazotoka ni kama ifuatavyo;

NA.	JINA LA MTUMISHI	JINSI	IDARA ANAYOTOKA
1	E.J. Luvanda	me	Idara ya uendelezaji taasisi
2	Nashima.A Mwanga	ke	Uhasibu
3	Isack Jeremia	me	Idara ya Uratibu wa Kisekta
4	Vumilia J. Nyamoga	ke	Idara ya Tawala za Mikoa
5	Dr. Robert W. Kisusu	me	Idara ya Tawala za Mikoa
6	Iddy F.M Wangeya	ke	Idara ya Tawala za Mikoa
7	Beatrice Msomisi	ke	Idara ya Tawala za Mikoa
8	Paulina Mwasu	Ke	Idara ya Utawala
9	Stumai Mbwana	Ke	Idara ya Utawala
10	Born M. Malaso	me	Idara ya Utawala
11	Peter F. Mgongolwa	me	Idara ya uendelezaji taasisi
12	Dotto F. Bintabara	ke	Idara ya Utawala
13	Mboza E. Lwandiko	ke	Idara ya Utawala
14	Jirani A. Jaka	me	Idara ya Utawala
15	Mukara Mugini	me	Idara ya Uratibu wa Kisekta