Mpango wa uzazi bora :
Funguo ya afya na maendeleo ya jamaa yenu

Kibweta cha sanamu juu ya mazungumuzo na mashauri, kuhusu mpango wa uzazi bora kwa ajili ya washimizaji wa afya

PNSR

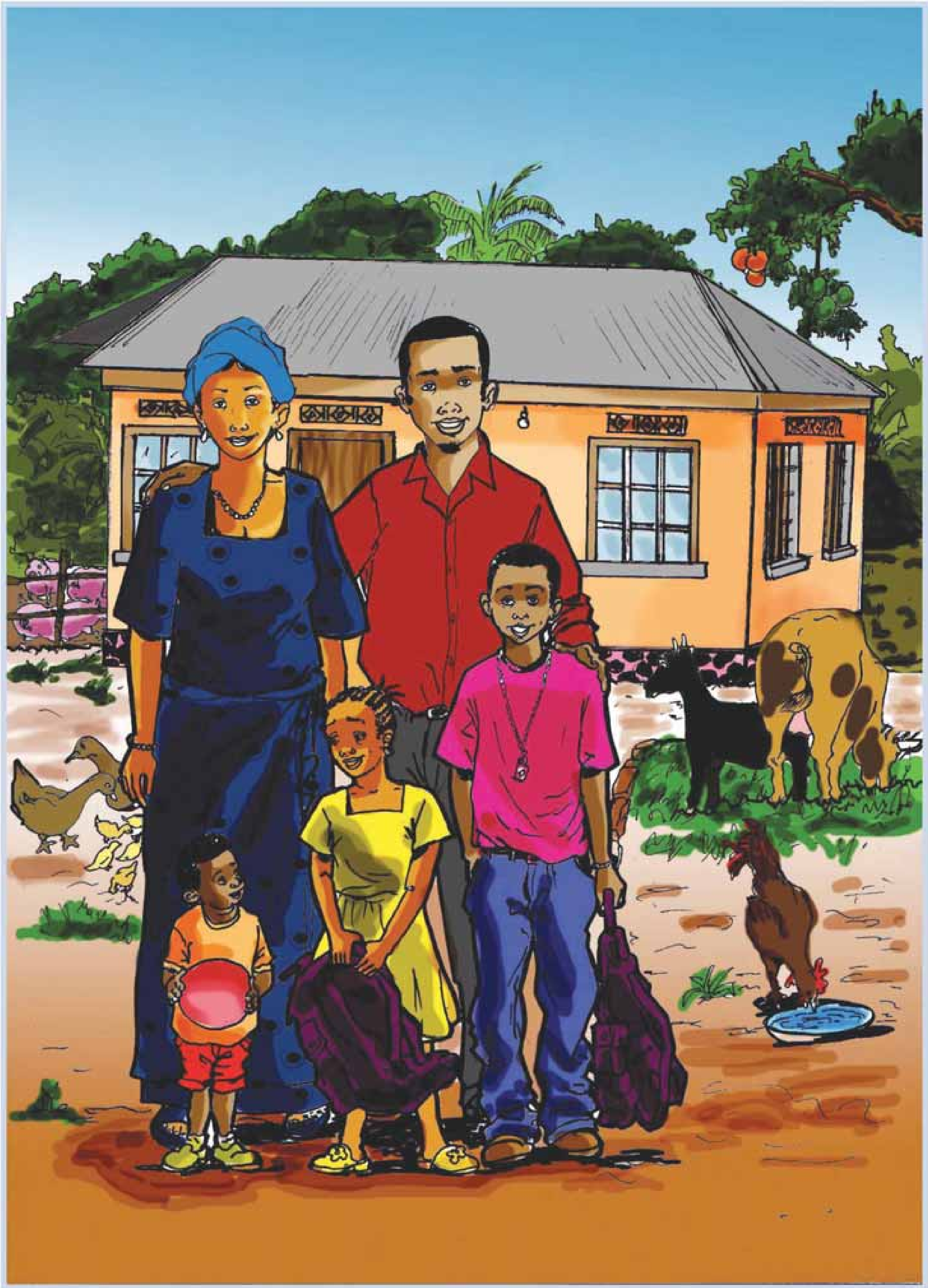
USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

In July 2011, FHI 360 acquired the programs, expertise and assets of AED.

THE SCIENCE OF IMPROVING LIVES

FHI 360 is a nonprofit human development organization dedicated to improving lives in lasting ways by advancing integrated, locally driven solutions. Our staff includes experts in health, education, nutrition, environment, economic development, civil society, gender, youth, research and technology – creating a unique mix of capabilities to address today's interrelated development challenges. FHI 360 serves more than 60 countries, all 50 U.S. states and all U.S. territories.

Visit us at www.fhi360.org.



AFFICHETTES KIVU 2 13/9/11 09:54:11

Jamaa bora

Ulizo la mazungumuzo
Ninini munayo ona kwenyi picha iyi ?

Tazameni faida mbalimbali ya jamaa hii ki afya:

- Mama alitumia mpango wa uzazi bora na kwa iyo ana chunga ujana wake.
- Watoto ni wenyi nguvu na afya nzuri.
- Watoto wana pokeya matunzo bora wakati wanapo ngonjwa.
- Wazazi wana amani na furaha.
- Jamaa ina chakula cha kutosha.

Tazama namna gani jamaa hii ina furaha :

- Wazazi wana pesa ya kutosha kwa kulipa masomo ya watoto na kufanya uchuuzi.
- Wazazi wanawakati ya kushurulikia jamaa yao.
- Wazazi wana wakati ya kutimiza miradi mbalimbali ya jamaa.
- Jamaa ina nafasi ya kutisha ndani ya muji wao.

Ulizo la mazungumuzo
Kwanini munawaza ya kuwa jamaa hii ivi ?

Moja ya sababu nikuwa ilichaguwa kutumia mpango wa uzazi bora na kuweka muda inayo faa kati ya kuzaliwa ya watoto wao.

AFFICHETTES KIVU 3 13/9/11 09:54:14

AFFICHETTES KIVU 4 13/9/11 09:54:15

Mpango wa uzazi ni nini ?

Ulizo la mazungumuzo
Nini munayo tambuwa ku fwatanana na myaka ya watoto hawa ?

Djibu :
Watoto walizaliwa waki tengana myaka mitatu

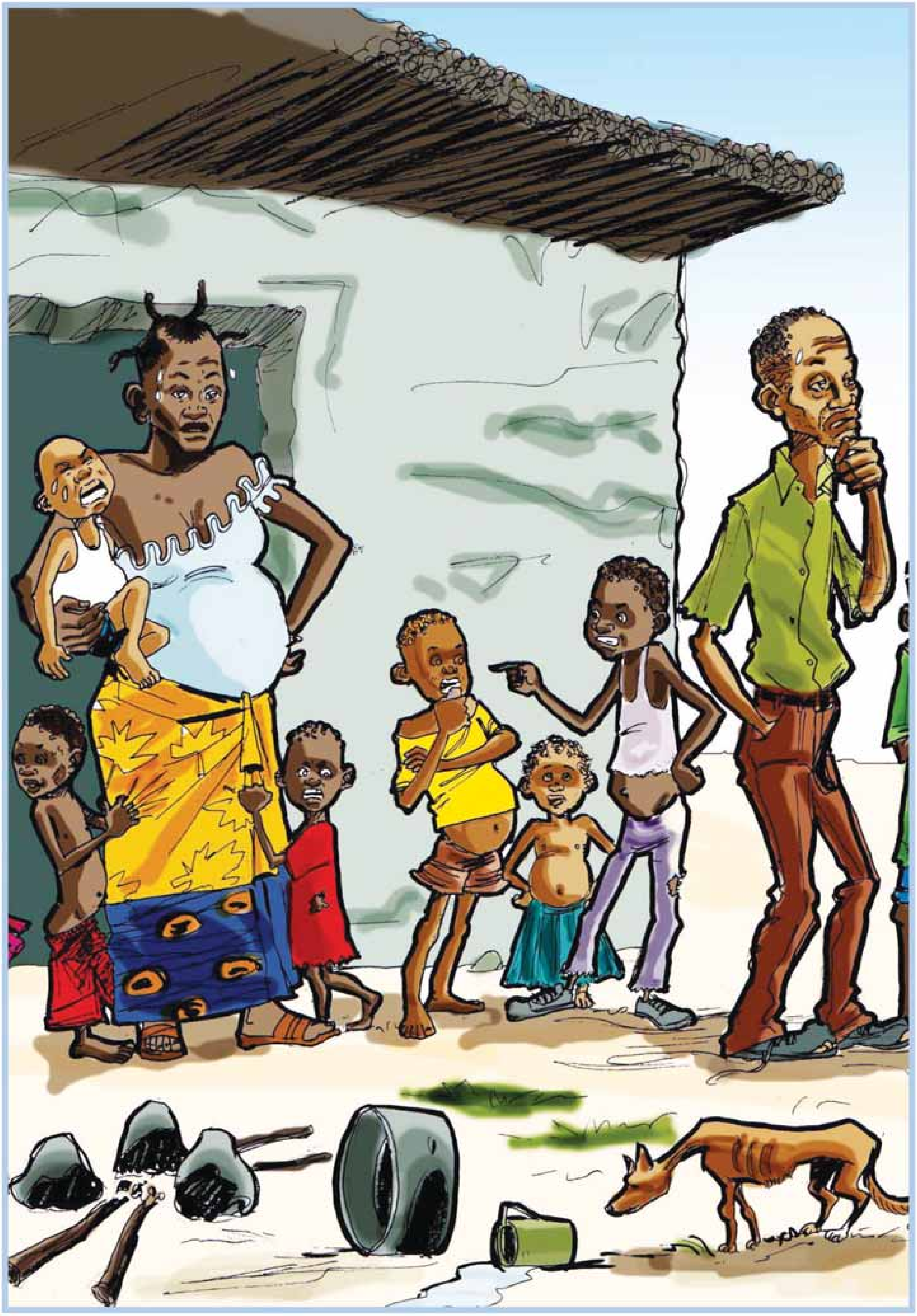
Kuzaa watoto wenyi kutengana vizuri kwa myaka ya kuzaliwa, ni funguo ya maendeleo ya jamaa:

- Nikusema ya kwamba kuna myaka mitatu ya kutenganisha uzazi.
- Wazazi wana chunga myaka miwili mbele mama awe tena na mimba.
- Utenganishi wa uzazi wamupa mama wakati wa mapumuziko mbele abebe tena mimba.
- Iyi nihuakika kama watoto wamezaliwa na afya tele.

Zaidi ya muda ya kutenganisha uzazi mupango wa uzazi bora unaomba :

- Kujuwa wakati gani kupenda kuwa na mtoto.
- Kujuwa hesabu ama uwingi ya watoto munao penda kuzaa.

Ulizo ya ukumbusho :
Mawazo gani mnayo kuhusu utenganishi wa uzazi?



AFFICHETTES KIVU 6 13/9/11 09:54:18

Jamaa bila mpango wa uzazi bora

Ulizo la mazungumuzo
Shida gani munazo ona kwenyi sanamu izi ?

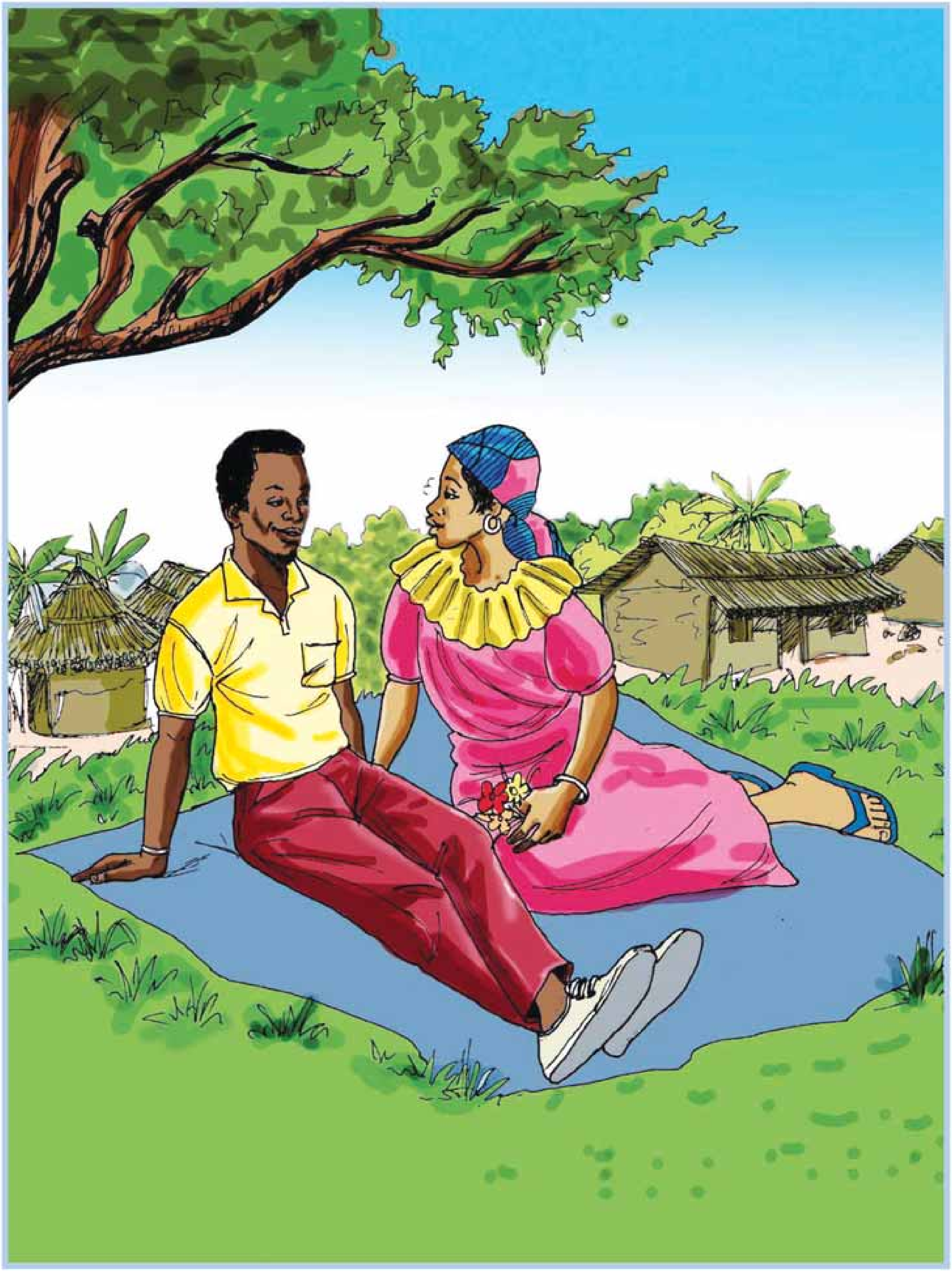
Tazameni shida mbalimbali zenyi jamaa hii imepata kwa kuto timiza mpango wa uzazi bora :

- Mama ni mwenyi mimba, mwenyi uzuni kwa kuwa hana namna ya kutayarisha uzazi.
- Watoto ni wenyi afya mbovu, hawana mapendo na amani kati yao.
- Jamaa haina uwezo, haiwezi hata kutunza watoto, na wengi katiyao hawaendi shuleni.
- Jamaa ina ukosefu wa udongo kwa mlimo na ufugo ili wa weze kupata chakula cha kutosha kwa wote.
- Jamaa haina uwezo, haiwezi kutuma watoto wao shuleni.
- Baba ni mzaifu, mwenyi manunguniko, na mwenyi kusumbuka mara na mara na magonjwa.

Ulizo la mazungumuzo

Munawaza ya kama watoto hawa wame zaliwa kwa utashi wa wazazi na kutengwa myaka mi tatu kati yao?

Watoto hawa wamezaliwa bila mpango wowote wa wazazi, na bila utenganishi wa myaka kama inavyo shauriwa na mpango wa uzazi bora.



Assani na mkewe Furaha

Assani na Furaha wanavitambulisho vifwatavyo:

- Ni wenyi mapenzi.
- Ni wenyi kuishi pamoja.
- Wana mtoto myenyi chini ya mwezi moja ya kuzaliwa.
- Wana tamani kupanga maisha yao ya kesho.

Ulizo la mazungumuzo :

Kwa kutayarisha maisha yao ya kesho munawaza Assani na Furaha wana zungumuza kuhusu nini ?

Wana gawanya mawazo fulani kama vile :

- Aina ya ufugo na mlimo wangelipenda kupata.
- Nyumba nzuri wangelipenda kuishi ndani.
- Wangelipendeleya maisha gani kwa watoto wayo.
- Namna gani ya kukinga mtoto wao.

AFFICHETTES KIVU 9 13/9/11 09:54:24

AFFICHETTES KIVU 10 13/9/11 09:54:24

Assani na mkewe Furaha wana shauriwa kuhusu mpango wa uzazi bora

Assani na Furaha wamebahatika kutembelewa na muhimizaji wa afya (RECO), na ana wazungumuzia juu ya mpango wa uzazi bora, ana waeleza ya kwamba:

- Kwa njia ya mashauri mganga ata wa saidia kupanga uzazi njinsi inavyo faa.
- Muna weza kwenda kukituo cha afya cha karibu kusudi mupewe mashauri kuhusu mafaa ya uzazi bora.
- Mashauri upewa bila malipo.
- Mume na mke wana weza kwenda wao peke wala pamoja.

Ulizo la mazungumuzo

Unafikiri ya kwamba Assani na Furaha wataenda kwa mganga ili wa pewe mashauri juu ya mpango wa uzazi?

Assani na Furaha wanaenda kwenyi kituo cha afya wapate mashauri kuhusu uzazi bora

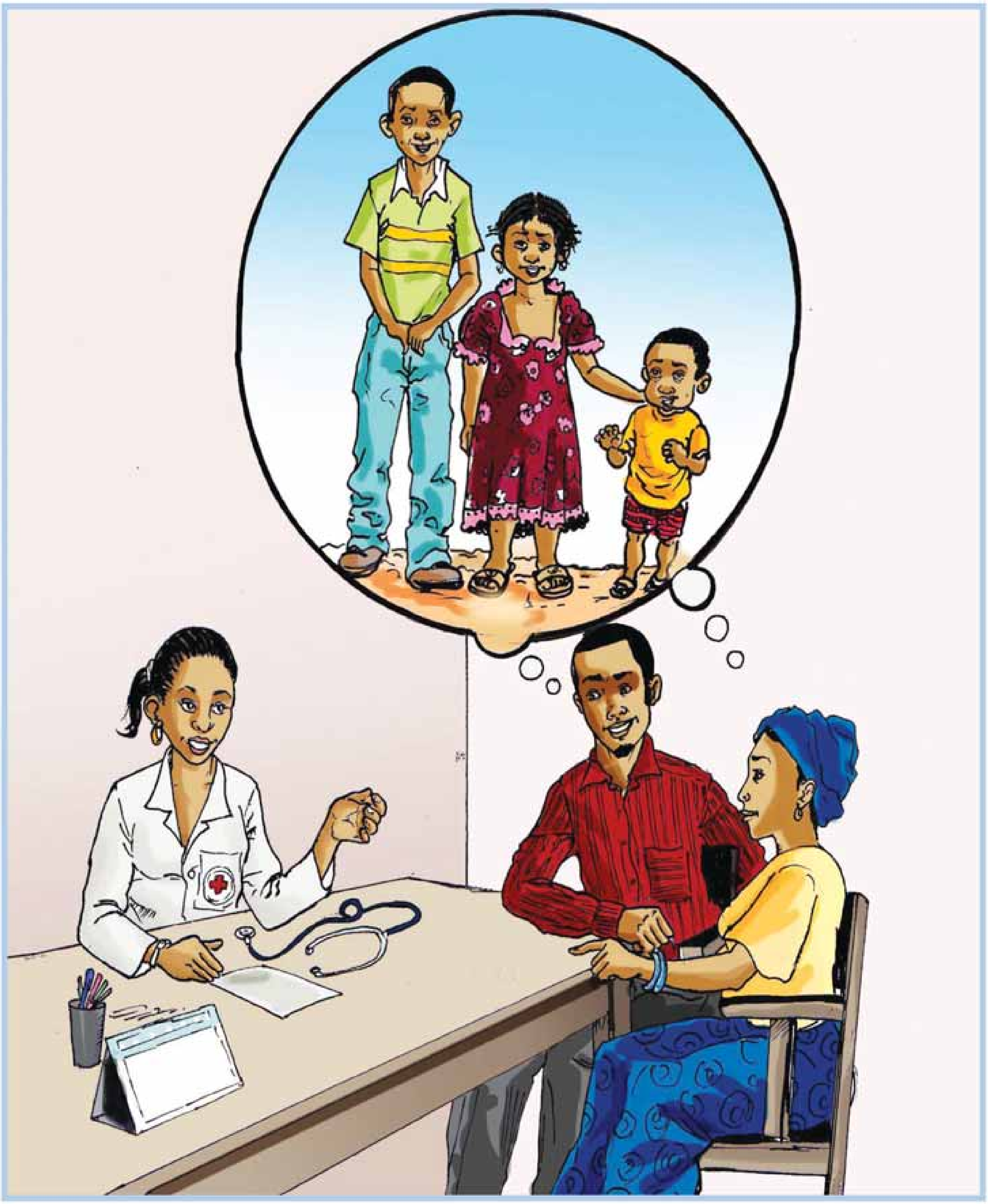
Wakati Assani na Furaha wana fika kwenyi kituo cha afya:

- Mganga ana wa salimu na ana wa karibisha.
- Ana waandika katika buku la mashauri ya uzazi bora.
- Wakati wa majibu mganga ana wajulisha kama Furaha ana umri wa kuzaa bila shida kwani ana myaka kati ya 18 na 34.
- Kuzaa watoto mbele ya myaka 18, kuto watenganisha chini ya myaka 2, kuzaa wengi zaidi ya sita na kuwazaa kisha myaka 35 ni hatari kwa mama, shida kwa wazazi na kwa jamaa nzima.

Ulizo la makumbusho :
Kwa umri gani mwanamuke ana shauriwa kuanza kuzaa?

Mwanamuke ana shauriwa kuanza kuzaa zaidi ya myaka 18.

AFFICHETTES KIVU 13 13/9/11 09:54:30



AFFICHETTES KIVU 14 13/9/11 09:54:31

Assani na Furaha wana panga uzazi kwa mafaa ya jamaa yao

Mganga ana tamani kwanza kujuwa nini wangelipendeleya kupewa ili awasaidie kwa kupanga vema uzao wao :

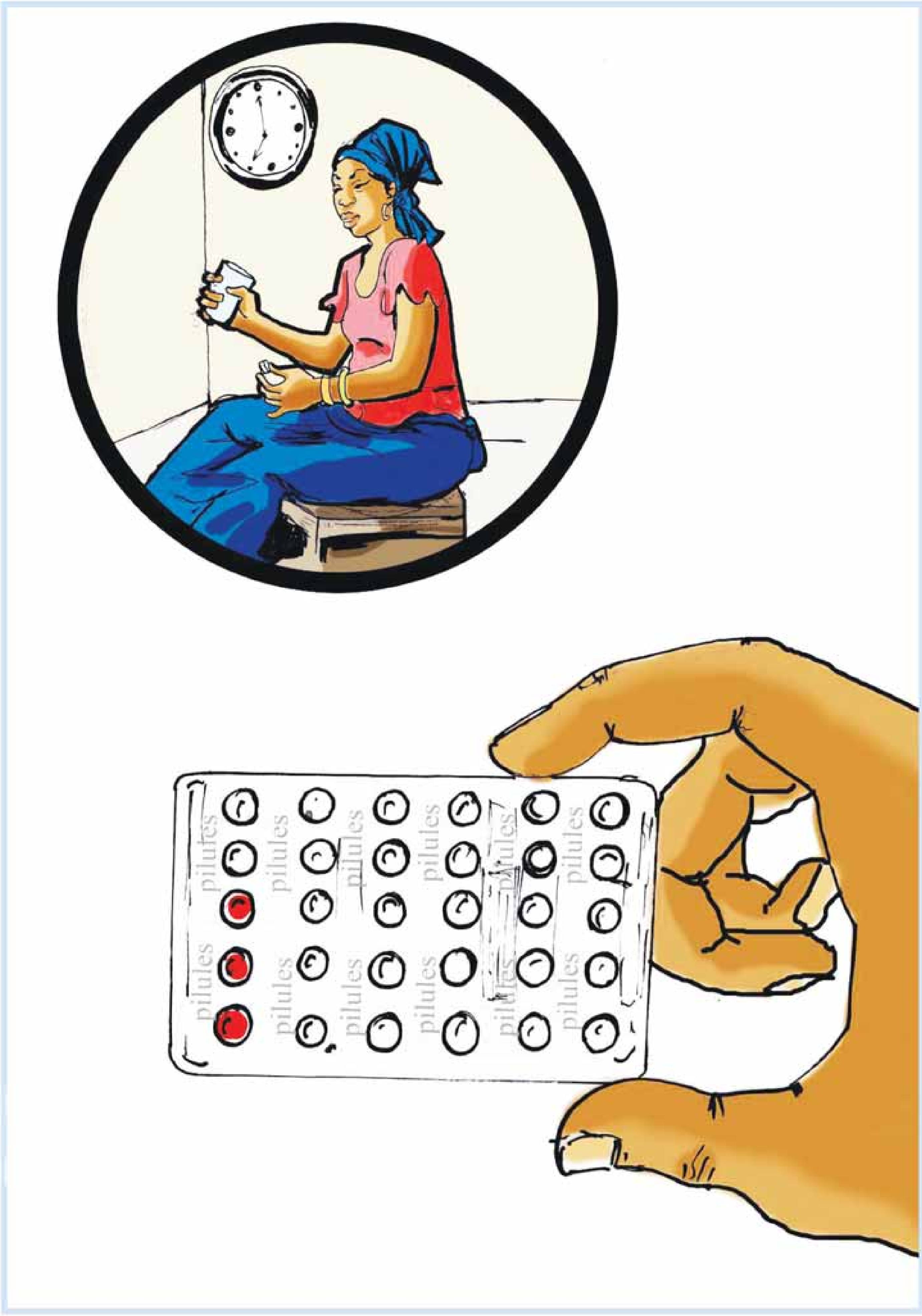
- Wakati gani wangependeleya kuzaa mtoto mwengine?
- Watoto ngapi wange tamani kuzaa?

Kisha mazungumuzo na mganga, Assani na Furaha wana penda kuzaa watoto tatu wenyi kutengana myaka 3 ya kuzaliwa. Mama ana pashwa chunga myaka miwili mbele kubeba mimba ingine.

Ulizo la mazungumuzo :

Assani na Furaha watafanye jee ili wawe na mtoto kisha myaka 2 ama 3 ?

AFFICHETTES KIVU 15 13/9/11 09:54:33



AFFICHETTES KIVU 16 13/9/11 09:54:34

Assani na Furaha wana jifunza kutenganisha ku zaa wakitumia vidonge pilule

Mganga ana wafasiria ya kwamba kuna namna nyingi ya za nafasi mimba. Wana zungumuza juu ya ufasini zaidi njia :

Mganga anafasiria kama vidonge pilule :

- Vina uwezo zaidi
- Mama utumiya vidonge na maji kila siku kwa kuepuka mimba isiyo tayarishwa.
- Vidonge vina vinyume kwa mama wa moja, ila sivya hatari.

Ulizo la ukumbusho
Aina hii njia ya kuzaliwa nafasi ya itwa namna gani?

Vidonge vinavyo itwa pilule.

AFFICHETTES KIVU 17 13/9/11 09:54:35

AFFICHETTES KIVU 18 13/9/11 09:54:37

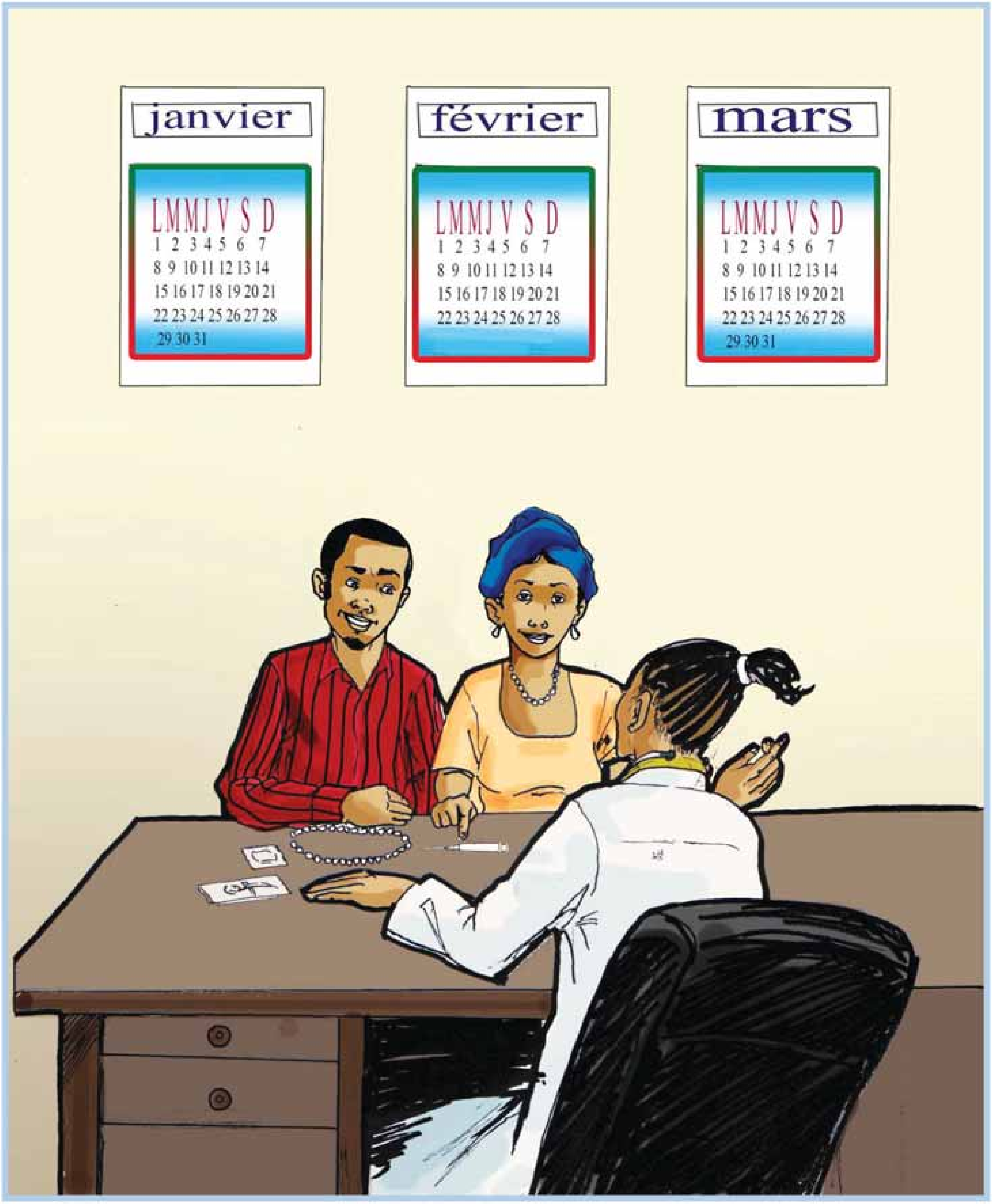
Assani na Furaha wana jifunza kuhusu matumizi ya kipira ama kapoti

Mganga ana fasiria kama kuna kipira :

- Ya kyanaume na ya kike.
- Ina uwezo sana kwa ukingo wa mimba musio jitakia, na magonjwa ya ngono.
- Kipira ya kyanaume hutumiwa na mume ku kiungo uzazi wakati wa kitendo cha ndowa.
- Kinatumikishwa mara moja tu.
- Utupwa ndani ya choo kisha matumizi.
- Haina kinyume hata moja.

Ulizo la ukumbusho :
Kipira ama kapoti ina kinga nini?

Mimba isiyo takiwa na magonjwa ya ngono



AFFICHETTES KIVU 20 13/9/11 09:54:40

Assani na Furaha wana jifunza kuhusu matumizi ya shindano ya Depo Provera

Mganga anafasiria kuhusu ukingo wa mimba kupitia shindano ya Depo Provera, akisema ni nyepesi na yenyi uezo zaidi kwa matumizi:

- Dawa iyo inapewa kwa njia ya shindano kwenye mkono wa mama ku kituo cha afya.
- Upewa mara moja muda wa myezi mi tatu.

Mganga anauliza Furaha mtindo gani angelichaguwa kutumia.

Furaha asema anataka tumia Depo provera kwani ni nyepesi kuliko zingine zote.

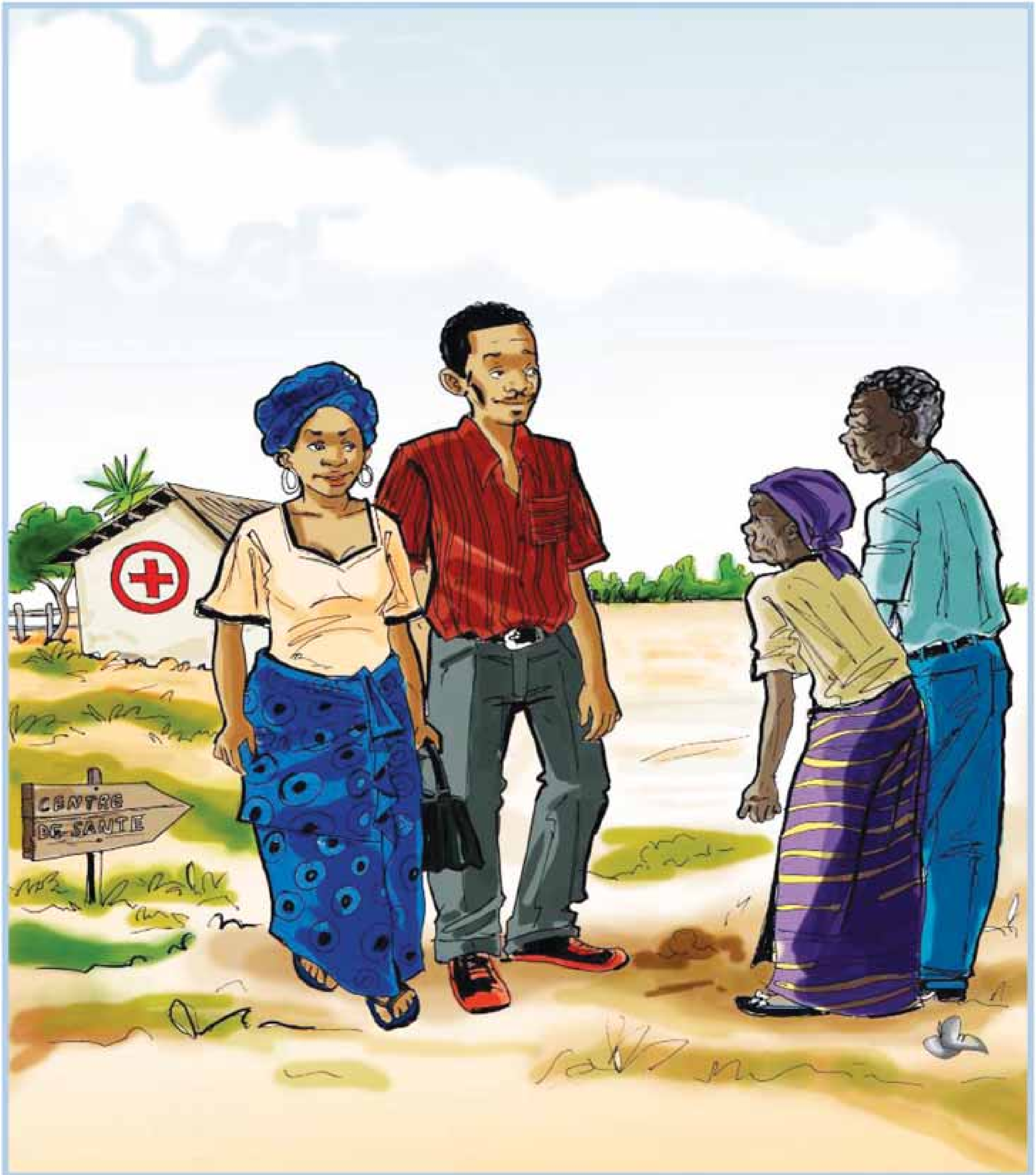
Mganga anamutobowa shindano ya Depo Provera.

Mganga ana muharifu apite tena ku kituo cha afya kisha miezi mi tatu, ila kukiwa vinyume fulani aje haraka ku muona mganga.

Ulizo la ukumbusho
Shindano moja ya Depo provera ina nguvu ya kinga kusipopata mimba muda wa miezi ngapi?

Inanguvu ya kinga mimba muda wa myezi mitatu.

AFFICHETTES KIVU 21 13/9/11 09:54:42



AFFICHETTES KIVU 22 13/9/11 09:54:43

Assani na Furaha wa na gawanya mawazo ya mpango wao wa uzazi bora

Wakitoka kwenyi kituo cha afya, Assani na Furaha wana kutana na wazazi wa Assani njiani. Wana zungumuzia kuhusu msimamo wao juu mpango wa uzazi bora ndani ya jamaa yao.

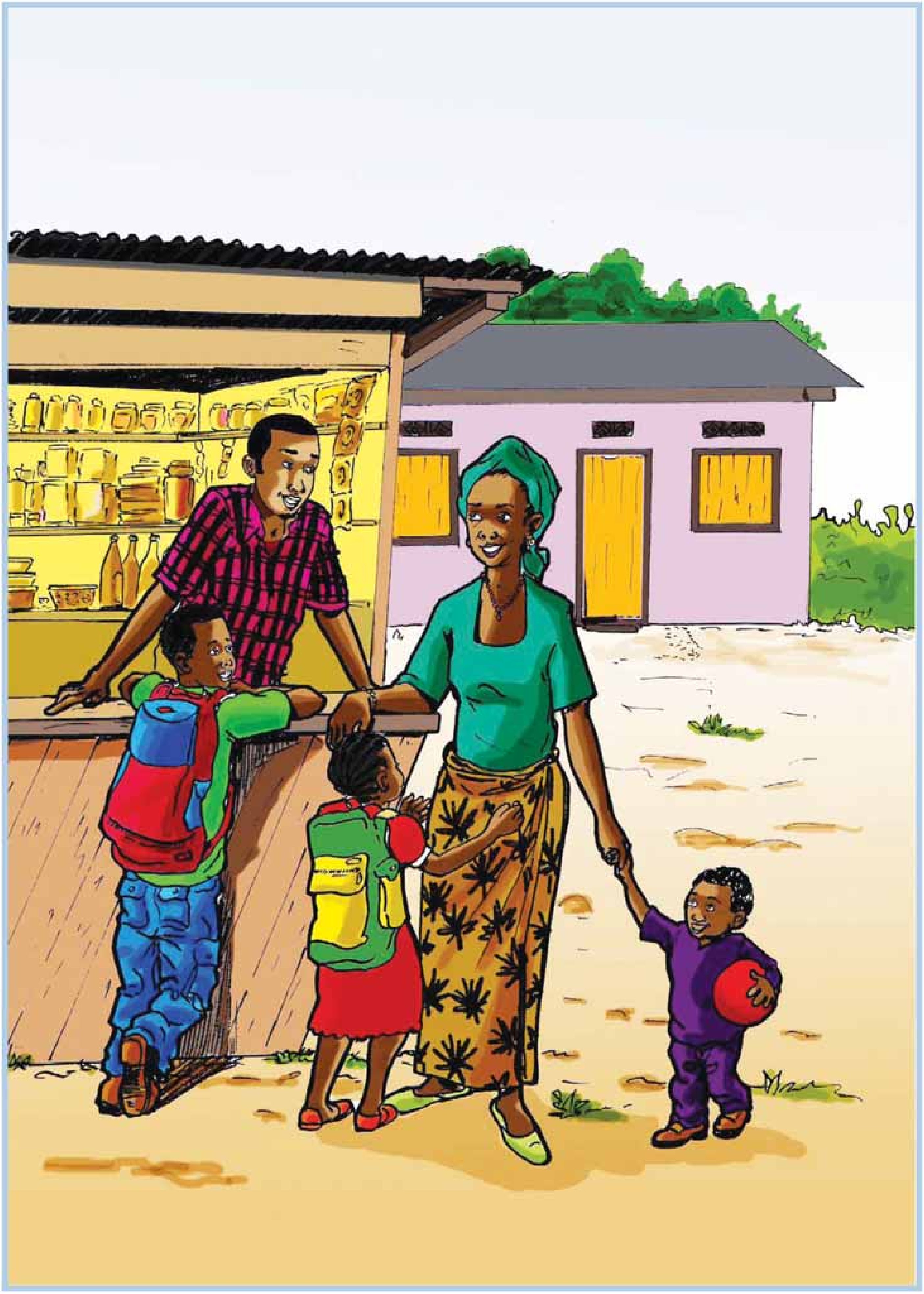
Assani na Furaha wana ngoja kufahamu mafikiri ya ndugu wa jamaa. Kwa hiyo wana fasiria :

- Walienda ku kituo cha afya kupewa mashauri ya mganga anae usika na mpango wa uzazi bora.
- Walikusudia kuzaa watoto 3 tu, tena wakitenganishwa miaka 3 ya kuzaliwa.
- Wana fasiria ya kama kupanga vizuri uzazi utatengeneza afia na maadibisho ya watoto wao, kwasababu watakuwa na akiba kwa ajili ya kila mtoto.
- Wana tu fasiria namna gani mpango wa uzazi bora itaweza kutufalia sisi na jamaa yote siku zijazo na kuwa watoto weyni elimu?

Ulizo la mazungumuzo
Namna gani mpango wa uzazi bora utaleta faida kwa dungu wa jamaa nzima?

Moja ya faida ya mpango wa uzazi bora kwa ndugu wa jamaa nikutambuwa ya kama wazazi wana kuwa na pato kwa kuwasaidia wengine kwa kuwa wame pata muda ya kutafuta na kuweka akiba, sababu watoto wao niwa chache, wenyi afia tele na wenyi kuachanishwa vizuri.

AFFICHETTES KIVU 23 13/9/11 09:54:45



AFFICHETTES KIVU 24 13/9/11 09:54:47

Furaha anarudi kukituo cha afya juu ya mtindo ya mpango wa uzazi

Kila myezi 3 furaha ana rudi ku kituo cha afia ili atobolewe tena shindano .

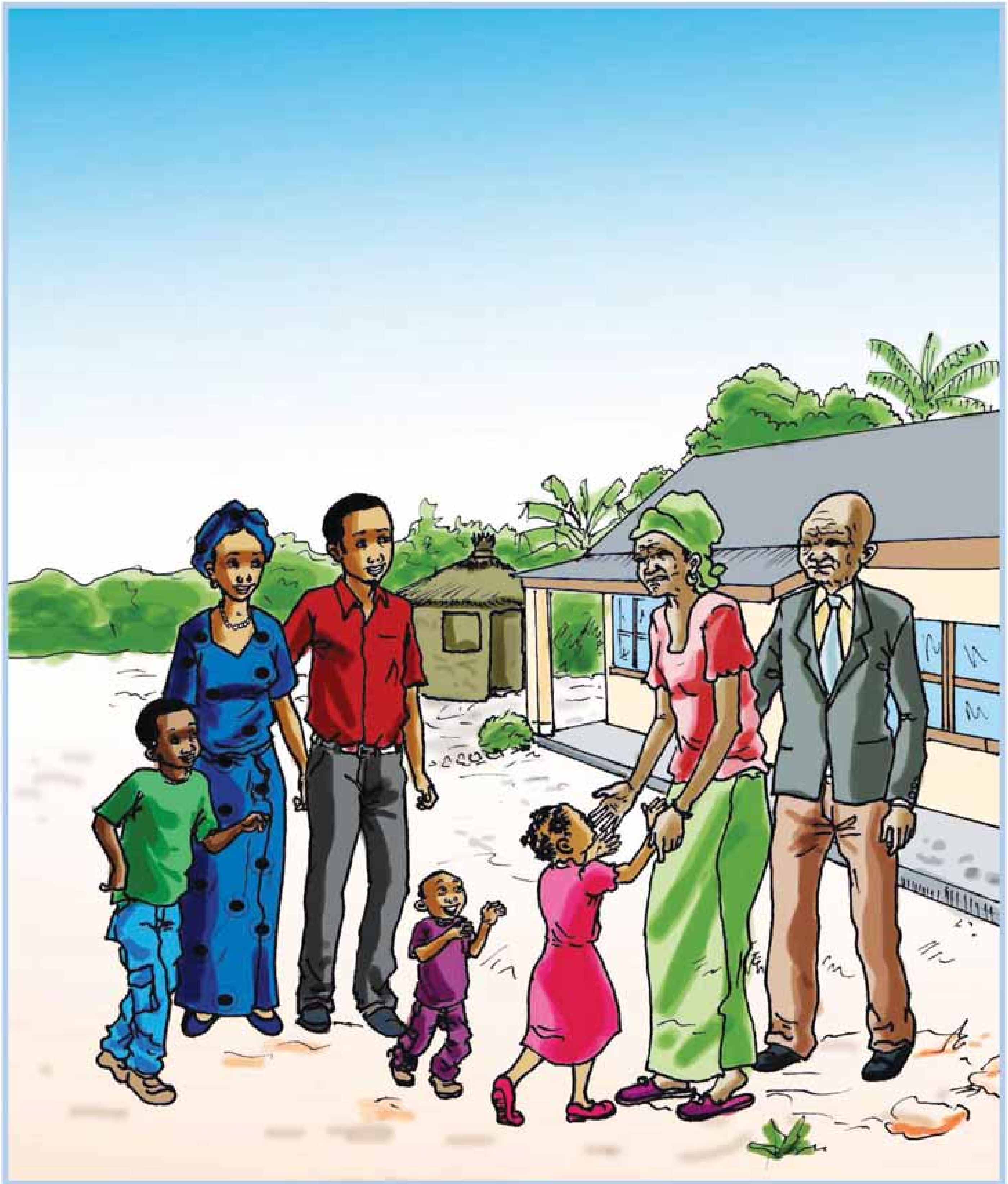
Myaka kazaa ya pita Assani na Furaha wa kitimiza mpango wao kama walivyo tayarisha:

- Wamekusudia kuzaa wa watoto 3.
- Wali tumia uchunguzi wa uzazi bora ili waanze kufatisha watoto wao wakiachana miaka 3.

Ulizo la mazungumuzo :
Namna gani Assani na Furaha wame rahishisha maisha yao kupitia matumizi ya mpango wa uzazi bora ?

Faida zenyi wa mamepata ni nyingi :

- Afia bora kwa jamaa nzima.
- Usiano, masikilizano, umoja katika jamaa.
- Uwezo ya kutosha kwa kusomesha na kutshunga watoto.
- Akiba kwa ajili ya mpango ya ufugo, mlimo na uchuuzi.



Jamaa nzima na wandugu ni wenye afya tele na maendeleo

Jamaa ya Assani na Furaha wana tembeleya wazazi wa Assani. Wazazi wana salimia wa jukuu wao wana tambuwa ya fatayo :

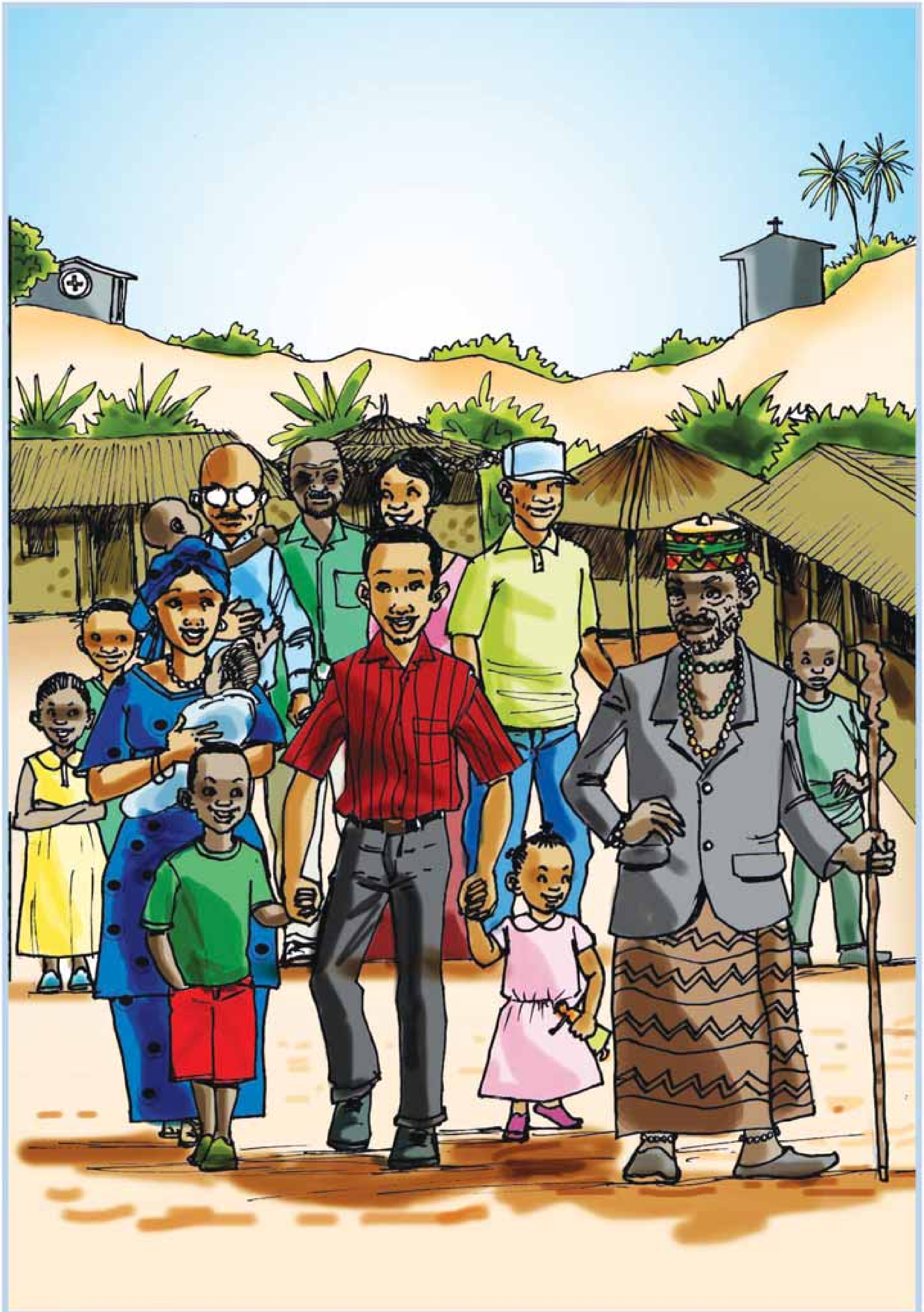
- Wote wana afia tele.
- Watoto wana soma na wenye mwenendo bora .
- Jamaa nzima wana pato ki feza.

Ulizo la mazungumuzo :

Wazazi wata fanya nini kusudi wa himize jamaa zingine kwenda kwenyi kituo cha afia kufuata mashauri ya mpango wa uzazi bora?

Wanaweza kufasiria wengine faida ya mupango ya uzazi na kuwahimiza kufwata mashauri ku kituo cha afya.

AFFICHETTES KIVU 27 13/9/11 09:54:53



AFFICHETTES KIVU 28 13/9/11 09:54:54

Jamaa yote wanatumia mpango wa uzazi bora

Jamaa ya Assani na Furaha wa pana ushuuda wao kwa jamaa zingine za kando ndani ya jamii :

Polepole jamaa za mugini wanaanza mpango ya uzazi bora.

Faida ni hizi :
- Muji ni mwenyi maendeleo.
- Watoto wote ni wenyi kusoma.
- Akuna tena njaa wala magonvi ndani ya muji.
- wakaaji wote wa muji wana afia na maendeleo.

Ulizo la mazungumuzo :
Namna gani mpango wa uzazi bora wa weza kufaidisha jamaa lako?
Nani unajuwa ana pashwa kwenda kufuata mashauri ya mpango ya uzazi bora?
Waweza fanya nini leo ili uanze mpango wa uzazi bora ndani ya jamaa yako?

Muzungumuzie juu ya faida ya mpango wa uzazi bora ndani ya jamaa pamoja na mpenzi wako. Kwa hiyo nendeni kukituo cha afia cha karibu ili mupewe mashauri ya kupanga uzazi bila malipo

Mpango wa uzazi bora : kwa afia na maendeleo kwa faida ya jamaa yetu.

Aksanti kwa mawazo yako

PNSR

USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

Project AXxes
IMA / ECC / CRS / WVI
USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

LMS Leadership, Management and Sustainability Program

msh
Management Sciences for Health

AED
Ideas Changing Lives

care

C-CHANGE
COMMUNICATION FOR CHANGE

World Vision