

# FORM 1.1: MUONGOZO WA KAZI KWA AJILI YA KUTEMBELEA KAYA ZENYE WATOTO WA UMRI WA MIEZI 0-5 KWA AJILI YA MAJADILIANO NA KUBADILISHA TABIA

Ulizia jina na umri wa mtoto

## AFYA YA MTOTO

- Muulize mama: mtoto anaendeleaje? (onesha kumjali mtoto)
- Mgonjwa au mnyonge?
- Asiyetulia au analialia?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Maendeleo ya mtoto

- Je mama/mlezi muda mwingine anajihusisha na mtoto kwa:
  - Kuongea na mtoto/kufuatiliza au kurudia sauti ya mtoto?
  - Kumwambia mtoto?
  - Kucheza na mtoto?
  - Kumuonesha mtoto vitu mbalimbali, kumhamasisha mtoto ili ashike vitu na kuvipanga
  - Kufanya matendo anayofanya mtoto (mfano, kupunga mkono bai...bai)
  - Kutabasamu?
- Je! Baba wakati mwingine anajihusisha katika mambo yaliyotajwa hapo juu?
- Una vitu au vitabu vya mtoto kuchezea? (vitu rahisi ambavyo vinaweza tengenezwa nyumbani ni sawa)
- Je! Mlezi/ mama humpongeza mtoto anapoongea, anapocheza, anapotambaa, anaposimama n.k?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Usafi: kunawa mikono, usafi wa maji na mazingira

- Je! Kuna mifugo nyumbani? Wamefungiwa bandani? Na je wanaweza fika mahali alipo mtoto?
- Je kuna Kinyesi cha mnyama au binadamu kwenye mazingira ya nyumbani?
- Je! Mtoto yuko kwenye mazingira machafu (kwenye udongo/ uchafu) hata kama mazingira yamesafishwa?
- Je! Mtoto ameonekana anakula uchafu?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Chakula cha mtoto

- Mtoto anayonyea? (nukuu changamoto wakati wa unyonyeshaji, kama kumpakata mtoto na kumweka kwenye titi.)
- Unamnyonyesha mtoto mara ngapi kwa siku?
- Mama anamnyonyesha mtoto titi moja mpaka liishe kabla ya kumpa titi linguine?
- Mama ana tatizo lolote la kumnyonyesha mtoto?
- Mama/mlezi anafanya nini kumhimiza mtoto kunyonya maziwa ya mama?
- Kama mtoto hanyonyi maziwa ya mama pekee, je mama/mlezi anamlisha mtoto kwa kutumia kikombe au kijiko safi?
- Je! Mtoto anaonekana kuwa na njaa?
- Je! Mtoto anapewa vinywaji vingine kama maji?
  - Anapewa nini, mara ngapi na kwa kiasi gani?
- Je! Mtoto anakula vyakula vingine? (kamavile uji)
  - Anapewa nini, mara ngapi na kwa kiasi gani?

## AINISHA

Mambo muhimu yanayoleta ugumu katika ulishaji na utunzaji wa mtoto?

## JADILI NA TOA MAPENDEKEZO

Vitu vidogo na rahisi ambavyo mama ataweza jaribu kufanya?

## JARIBU KUFANYA

Mama apewe nafasi ya kujaribu hayo matendo mapya ndani ya muda ambao unakubalika. Nukuu hayo matendo kwenye daftari la kumbukumbu kwa ajili ya ufatiliaji siku nyingine utakapomtembelea.



# FORM 1.2: MUONGOZO WA KAZI KWA AJILI YA KUTEMBELEA KAYA ZENYE WATOTO WENYE UMRI WA MIEZI 6-11 KWA AJILI YA MAJADILIANO NA KUBADILISHA TABIA

ulizia jina na umri wa mtoto

## AFYA YA MTOTO

- Muulize mama: mtoto anaendeleaje? (onesha kumjali kwa mtoto)
- Mgonjwa au mnyonge
- Asiyetulia au analialia

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Maendeleo ya mtoto

- je mama/mlezi muda mwingine anajihusisha na mtoto kwa;
  - Kuongea na mtoto/kufuatiliza au kurudia sauti ya mtoto?
  - Kumwambia mtoto?
  - Kucheza na mtoto?
  - Kumuonesha mtoto vitu mbalimbali, kumhamasisha mtoto ili ashike vitu na kuvipanga
  - Kufanya matendo anayofanya mtoto (mfano, kupunga mkono bai...bai)
  - Kutabasamu?
- Je! Baba anajihusisha katika mambo yaliyotajwa hapo juu?
- Una vitu au vitabu vya mtoto kuchezea? (vitu rahisi ambavyo vinaweza tengenezwa nyumbani)
- Je! Mlezi/ mama humpongeza mtoto anapongea, anapocheza, anapotambaa, anaposimama n.k?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Usafi: kunawa mikono, usafi wa maji na mazingira

- Je! Kuna mifugo nyumbani? Wamefungiwa bandani? Na je wanaweza fika mahali alipo mtoto?
- Kinyesi cha mnyama au binadamu kwenye mazingira ya nyumbani?
- Je! Mtoto yuko kwenye mazingira machafu (kwenye udongo/ uchafu) hata kama mazingira yamesafishwa?
- Je! Mtoto ameonekana anakula uchafu?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Chakula cha mtoto

- Mtoto bado ananyonya?
- Mtoto anapewa vinyaji vingine?
- Mtoto anakula vyakula vingine? (angalia orodha hapa chini)
- Mtoto anaonekana kuwa na njaa?
- Mtoto anakula chakula kimojawapo kati ya hivi? Mara ngapi kwa siku na kwa kiasi gani?
  - Asili ya Nyama: nyama, samaki (kama dagaa), nyama ya kuku/ mayai, maziwa, viungo vya wanyama ( kama maini, figo)
  - Mikunde: maharage, njegere n.k
  - Mbogamboga: mchicha, spinachi, maboga, majani ya maboga na mihogo
  - Matunda: maembe, papai, machungwa, mapera, ndizi
  - Chakula kikuu( kama ugali)

## AINISHA

Changamoto muhimu amabazo huleta ugumu katika ulishaji na utunzaji wa mtoto

## JADILI NA TOA MAPENDEKEZO

Matendo/ vitu vichache na rahisi mama anaweza jaribu kufanya

## JARIBU KUFANYA

Mama apewe nafasi ya kujaribu hayo matendo mapya ndani ya muda ambao unakubalika. Nukuu hayo matendo kwenye daftari la kumbukumbu kwaajili ya ufatiliaji siku nyingine utakapomtembelea.



# FORM 1.3: MUONGOZO WA KAZI KWA AJILI YA KUTEMBELEA KAYA ZENYE WATOTO WENYE UMRI WA MIEZI 12-23 KWA AJILI YA MAJADILIANO NA KUBADILISHA TABIA

ulizia jina na umri wa mtoto

## AFYA YA MTOTO

- Muulize mama: mtoto anaendeleaje? (onesha kujali kwa mtoto)
- Mgonjwa au mnyonge
- Asiyetulia au analialia

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Maendeleo ya mtoto

- Je mama/mlezi muda mwingine anajihusisha na mtoto kwa;
  - Kuongea na mtoto/kufuatiliza au kurudia sauti ya mtoto?
  - Kumwambia mtoto?
  - Kucheza na mtoto?
  - Kumuonesha mtoto vitu mbalimbali, kumhamasisha mtoto ili ashike vitu na kuvipanga
  - Kufanya matendo anayofanya mtoto (mfano, kupunga mkono bai...bai)
  - Kutabasamu?
- Je! Baba anajihusisha katika mambo yaliyotajwa hapo juu?
- Una vitu au vitabu vya mtoto kuchezea? (vitu rahisi ambavyo vinaweza tengenezwa nyumbani)
- Je! Mlezi/ mama humpongeza mtoto anapongea, anapocheza, anapotambaa, anaposimama n.k?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Usafi: kunawa mikono, usafi wa maji na mazingira

- Je! Kuna mifugo nyumbani? Wamefungiwa bandani? Na je wanaweza fika mahali alipo mtoto?
- Kinyesi cha mnyama au binadamu kwenye mazingira ya nyumbani?
- Je! Mtoto yuko kwenye mazingira machafu (kwenye udongo/ uchafu) hata kama mazingira yamesafishwa?
- Je! Mtoto ameonekana anakula uchafu?

## ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

### Chakula cha mtoto

- Mtoto bado ananyonya?
- Mtoto anapewa vinyaji vingine?
- Mtoto anakula vyakula vingine? (angalia orodha hapa chini)
- Mtoto anaonekana kuwa na njaa?
- Mtoto anakula chakula kimojawapo kati ya hivi? Mara ngapi kwa siku na kwa kiasi gani?
  - Asili ya Nyama: nyama, samaki (kama dagaa), nyama ya kuku/ mayai, maziwa, viungo vya wanyama ( kama maini, figo)
  - Mikunde: maharage, njegere n.k
  - Mbogamboga: mchicha, spinachi, maboga, majani ya maboga na mihogo
  - Matunda: maembe, papai, machungwa, mapera, ndizi
  - Chakula kikuu( kama ugali)

## AINISHA

Changamoto muhimu amabazo huleta ugumu katika ulishaji na utunzaji wa mtoto

## JADILI NA TOA MAPENDEKEZO

Matendo/ vitu vichache na rahisi mama anaweza jaribu kufanya

## JARIBU KUFANYA

Mama apewe nafasi ya kujaribu hayo matendo mapya ndani ya muda ambao unakubalika. Nukuu hayo matendo kwenye daftari la kumbukumbu kwaajili ya ufatliaji siku nyingine utakapomtembelea.



# FORM 1.4: MUONGOZO WA KAZI KWA AJILI YA KUTEMBELEA KAYA ZENYEMAMA WAJAWAZITO KWA AJILI YA MAJADILIANO NA KUBADILISHA TABIA

## Uliza jina na umri wa mama

### AFYA YA MAMA NA MTOTO WAKE

- Muulize mama: mama anaendeleaje?  
( onesha kuwa unamjali mama)

### ULIZA , SIKILIZA, TAZAMA KWA MAKINI:

#### Utafutaji/ ufatiliaji wa huduma ya afya

- Muulize mama: muulize mama kama ni mjamizito?  
Au amejifungua hivi karibuni?
- Unahudhuria kliniki?
  - Ni wapi?
  - Mara ngapi umehudhuria?

### ULIZA , SIKILIZA, TAZAMA KWA MAKINI:

#### Usawa wa kijinsia

- Nani hufanya kazi zifuatazo?
  - Kulima shambani?
  - Kuchota maji na kutafuta kuni?
  - Kutafuta chakula na kupika?
  - Kufanya usafi?
  - Kumchangamsha/ kucheza na mtoto  
(angalia kazi anazofanya mwanaume)
- Mama anafanya kazi nje ya nyumbani kwake?
- Nani anayekusaidia kazi?
- Nani anatoa maamuzi kuhusu chakula cha kupikwa,  
malezi na afya ya kwako na watoto?
- Ni aina gani ya mifugo au mazao unayomiliki?

### ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

#### Usafi: kunawa mikono, usafi

##### usafi

- Je! Nyumba ina choo au hata choo cha shimo?
- Je! Wanafamilia wanatumia hicho choo?

##### maji

- Changamoto zozote za upatikanaji na utumiaji wa maji safi na salama?
- Chanzo cha upatikanaji wa maji ya kunywa, je! Ni salama?
- Je! Maji ya kunywa ya familia yanachemshwa?

#### Usafi wa mikono

- Je! Familia ina sehemu ya kunawia mikono na kuna sabuni na maji safi( mfano: karibu na chooni, ndani ya nyumba au jikoni)
- Je! Sehemu ya kunawia ni safi?

- Angalia kwa makini mahali wanapo nawia

#### Mikono iliyooshwa kwa sabuni na maji safi:

- Kabla ya kuandaa chakula
- Kabla ya kumlisha mtoto
- Baada ya kutoka chooni
- Baada ya kumnawisha mtoto aliyejisaidia
- Baada ya kuzoa uchafu au kinyesi cha binadamu au mnyama?

### ULIZA, SIKILIZA NA TAZAMA KWA MAKINI:

#### Chakula cha mama

- Anakula vyakula gani? Mara ngapi kwa siku? Kiasi gani?
  - Nyama: nyama, samaki ( mfano dagaa),  
nyama ya kuku, mayai, maziwa
  - Mikunde: karanga, maharage, njegere
  - Mbogamboga: mchicha, spinachi, maboga, majani ya  
maboga na mihogo.
  - Matunda: maembe, papai, machungwa, mapera, ndizi
  - Vyakula vikuu kama ugali
- Je! Mama anakula milo mingapi kwa siku?
- Je! Unapata milo ya ziada zaidi ya ile ya kawaida au  
chakula cha ziada?
- Je! Unatumia vidonge vya kuongeza damu ulivyopewa  
kliniki au ulivyonunua kutoka kwenye duka la dawa/
- Je! Umepewa vidonge vya vitamin A ndani ya wiki sita  
tangu ulipojifungua?

### AINISHA

Changamoto au mambo yanayofanya mama ashindwe kutunza au kuimarisha afya yake?

### JADILI NA TOA MAPENDEKEZO

Matendo/ vitu vichache na rahisi mama anaweza jaribu kufanya ili kuboresha afya yake

### JARIBU KUFANYA KWA VITENDO

Mama apewe nafasi ya kujaribu hayo matendo mapya ndani ya muda ambao unakubalika. Nukuu hayo matendo kwenye daftari la kumbukumbu kwaajili ya ufatiliaji siku nyingine utakapomtembelea.

