

FORM 5.1: MWONGOZO WA MAJADILIANO WA VIKUNDI VYA KUSAIDIANA KWA AZAKI NA WATOAHUDUMA WA KUJITOLEA KWA MADA ZOTE

MAELEKEZO

1. Tumia mwongozo wa majadiliano hapo chini kwa vikundi vya kusaidiana (bila kufuata mada)
2. Pia, tumia vitendea kazi vinavyowiana na mada ambazo watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanajadili leo (ulishaji watoto wadogo na wachanga, malezi na makuzi ya awali ya watoto au usafi wa maji, chakula na mazingira) ili kuhakikisha mtoa huduma ngazi ya jamii anajadili mada sahihi na anatomia stadi za mabadiliko ya tabia . kulingana na mafunzo aliyopata

JE WATOA HUDUMA NGAZI YA JAMII WANAFANYA YAFUATAYO:

1. Anajitambulisha mwenyewe kwenye kundi
2. Chagua mada ya majadiliano kulingana na washiriki watacao hudhuria (mathalani, vikundi vya kusaidiana wanaojifunza namna ya kutupa kinyesi cha mtoto vinajumuishe familia zenye Watoto wachanga)?
3. Waulize akina mama kama waliojitolea kuwatembelea wenzao kati ya mkutano wa awali na huu wa sasa ili kubadilishana?
4. Uliza maswali yanayotoa nafasi ya wanakikundi wote kushiriki katika majadiliano.
5. Waombe washiriki wabadilishane uzoefu wao kwa wao.
6. Kila mmoja amekaa kwenye mduara?
7. Tambua taratibu chache zinazohusiana na mada ya leo ambayo washiriki wanaweza kuzijaribu?
8. Washawishi washiriki wa vikundi vya kusaidiana kujaribu taratibu bora za lishe
9. Tatua vikwazo ambavyo familia hukabiliana nazo katika kujaribu taratibu mpya?
10. (Pale inapohitajika), wape wanakikundi nafasai ya kujaribu tabia mpya ?
11. Waombe akina mama wanaojitolea kuwatembelea wengine katika jamii ili kuwahamasisha kufanya taratibu walizojadili kwenye mkutano wa leo?

12. Wajulishe wanakikundi kuhusu mahali, tarehe na mada ya mkutano ujao?

Idai ya wanawake/wanaume wanaoshiriki vikundi vya kusaidiana:	
Orodha ya taratibu bora za lishe ambazo washiriki wa vikundi vya kusaidiana watajaribu wiki hii:	
Vikwazo vilivyojitokeza leo kwenye vikundi vya kusaidiana:	
Namna gani ulikabiliana na vikwazo:	
Muulize mwezeshaji wa vikundi vya kusaidiana ataje kitu kimoja au viwili ambavyo alifanya vizuri. Andika unachokiona/maoni:	
Taja jambo moja muhimu unalopendekeza kwa mwezeshaji wa vikundi vya kusaidiana ambalo anaweza kulifanyia kazi ili kuboresha kwa muda ujao:	
Mrejesho mwingine:	

FOMU 5.2 ULISHAJI WATOTO WADOGO NA WACHANGA

Je, mtoa huduma ngazi ya jamii anafanya yafuatayo

ULIZA NA SIKILIZA

- Umri wa mtoto
- Je, mtoto anaendeleaje, maradhi, uchovu n.k
- Hali ya sasa ya unyonyeshaji
- Kama mama anapata ugumu/vikwazo vyovyote katika unyonyeshaji
- Ikiwa mtoto anakunywa vinywaji vingine
- Ikiwa mtoto anakula vyakula vingine
- Je mama/mlezi anafanya nini ili kumhamasisha mtoto kula chakula

ANGALIA

- Mama ananyonyesha (kama inawezekana)
- Usafi unaohusiana na ulishaji watoto, ikiwemo kuosha mikono kabla ya kuandaa chakula na wakati wa kumlisha mtoto

TAMBUA

- Kama kuna matatizo la ulishaji
- Panga kwa vipaumbele (endapo matatizo hayo ni zaidi ya moja)

JADILI NA PENDEKEZA

- Mpongeze mama/mlezi kwa kutekeleza mapendekezo ya taratibu zinazopendekezwa.
- Tatua matatizo ya unyonyeshaji (mfano, uwekaji mbaya kwenye titi wakati wa kunyonyesha, mwelekeo wa hali ya unyonyeshaji usioridhisha) kwa kumsaidia kwa mifano ya vitendo
- Jadili kuhusu mapendekezo ya ulishaji kulingana na umri wa mtoto
- Wasilisha mapendekezo mawili au matatu ya taratibu bora za lishe zinazopendekezwa kutekelezwa katika kaya (usilazimishe) yanayolingana na umri na tabia ya mtoto.
- Msaidie mama/ mlezi kuchagua tabia walizokubaliana ambazo wanaweza kuzijaribu katika kukabiliana na changamoto/vikwazo vya ulishaji.
- Mwombe mama/mlezi arudie tabia mpya mlizokubaliana
- Mwambie mama/ mlezi aulize swali/jambo lolote alilolalo
- Pendekeza mahali pengine ambapo mama/mlezi anaweza kupata msaada zaidi
- Mkubaliane kuhusu tarehe/muda wa kukutana tena kwa ajili ya ufuatiliaji
- Mshukuru mama/mlezi kwa muda wake



FOMU 5.3: MALEZI NA MAKUZI YA AWALI YA MTOTO

Kama kikundi cha kusaidiana kinahusu Malezi na makuzi ya awali ya mtoto, kwa watoto wote chini ya miaka miwili, tumia mwongozo wa majadiliano kitendea kazi huu:

ULIZA NA SIKILIZA

- Umri wa mtoto
- Je, mtoto anaendeleaje, maradhi, uchovu n.k
- Hali ya sasa ya unyonyeshaji na kitu gani kingine ambacho mtoto anakula/anakunywa (angalia dalili za njaa)
- Je, mtoto anaendeleaje (angalia hatua za maendeleo ya mtoto hapo chini)

ANGALIA

- Je mama/mlezi anafanya nini kumhamasisha mtoto kula chakula
- Kama mama/mlezi anamchangamsha mtoto:
 - Anazungumza na mtoto/anaigiza sauti ya mtoto
 - Anamwambia mtoto
 - Anacheza na mtoto
 - Anamwoyesha mtoto vitu mbalimbali/ anamhamasisha kuchukua vitu hivyo na/au kuvipanga
 - Anaigiza matendo anayofanya mtoto (kwamfano kupungia mikono)
 - Anatabasamu
- Endapo mama/mlezi anamsifia/pongeza mtoto anapongea, kucheza, kutambaa, kusimama n.k

TAMBUA

- Matendo yoyote ambayo mama huyafanya kumchangamsha mtoto
- Panga kulingana na vipaumbele (kama yapo zaidi ya moja)

JADILI NA PENDEKEZA

- Mpongeze mama/mlezi kwakufanya taratibu zilizopendekezwa
- Tatua matatizo ya mama/ mlezi yanayotokana na mtoto kukosa matendo changamshi (mfano kutozungumza, kutoimba, kutocheza, kutoonyesha, kutoigiza, kutotabasamu) kwa kusaidia kwa vitendo
 - Kama itasaidia, onyesha kwa vitendo matendo 1 – 2 kumchangamsha mtoto
- Jadili mapendekezo ya kumchangamsha mtoto kulingana na umri
- Wasilisha orodha ya taratibu bora za lische mbili au tatu zinazopendekezwa kutekelezwa katika kaya (usilazimishe) zinazolingana na umri na hatua za maendeleo ya mtoto.
- Msaidie mama/ mlezi kuchagua tabia mlizokubaliana ambazo anaweza kuzijaribu katika kukabiliana na changamoto/vikwazo vya maendeleo ya mtoto
- Mwombe mama/mlezi arudie tabia mpya mlizokubaliana
- Mwambie mama/ mlezi aulize swali/jambo lolote alionalo
- Pendekeza mahali pengine ambapo mama/mlezi anaweza kupata msaada zaidi
- Mkubaliane kuhusu tarehe/muda wa kuukutana tena kwa ajili ya ufuatiliaji
- Mshukuru mama/mlezi kwa muda wake



FOMU 5.4: USAFI NA USALAMA WA MAJI NA CHAKULA CHA MTOTO

Kama kikundi cha kusaidiana kinahusu usafi na usalama wa maji na chakula cha mtoto, kwa watoto chini ya miaka 2, tumia mwongozo wa majadiliano huu:

ULIZA NA SIKILIZA

- Nani anaishi katika kaya hii
- Changamoto ambazo familia inakabiliwa nazo kuhusiana na vyoo, upatikanaji/matumizi ya maji, kunawa mikono na kutunza mazingira yawe safi (angalia dondoo chini ya kipengele ANGALIA hapo chini)

ANGALIA

- Mazingira wezeshi (uwepo wa vyoo, mahali pa kunawa mikono, maji, sabuni inayoweza kupatikana kwa urahisi/maamuzi ya kawaida)
 - Mahali pa kunawa mikono na sabuni na maji ni karibu na choo (sio mbali na choo)
- Kuwepo kwa wanyama kwenye maeneo ya makazi/kama wanyama wanafungiwa bandani.
- Namna gani wanyama wako karibu na watoto
- Uwepo wa vinyesi vya wanyama au vya binadamu karibu na mazingira
- Usafi unahusiana na ulishaji ukiwemo kunawa mikono, kunawa mikono kabla ya kunda chakula na kulisha mtoto, baada ya kujisaidia, baada ya kusafisha kinyesi / kumsafisha mtoto aliyejisaidia, baada ya kushughulika na wanyama n.k

TAMBUA

- Ugumu unaotokana na maji, usafi wa mwili na mazingira
- Panga matatizo/ugumu kulingana na vipaumbele

JADILI NA PENDEKEZA

- Mpongeze mama/mlezi kwa kujaribu mapendekezo ya taratibu mlizo kubaliana
- Tatua ugumu/vikwazo vinavyotokana na usafi wa maji na chakula cha mtoto (mfano kutonawa mikono vizuri, uwepo wa watoto karibu na kinyesi cha wanyama n.k.) kwa kumsaidia kwa vitendo.
 - Kama itasaidia, onyesha kwa vitendo tendo moja au mawili (mfano, namna sahihi ya unawaji wa mikono)
- Jadili mapendekezo ya usafi wa maji na chakula cha mtoto
- Wasilisha orodha ya taratibu bora za lishe mbili au tatu (siyo amri) zinazofaa kwenye kaya husika.
- Msaidie mama/mlezi kuchagua taratibu mlizokubaliana ambazo anaweza kuzijaribu kukabiliana na changamoto za usafi wa chakula na maji ya mtoto ili kurudia taratibu.
- Muulize mama/mlezi kama ana swali au maoni
- Pendekeza mahali ambapo mama/mlezi anaweza kupata msaada zaidi
- Mkubaliane kuhusu muda/tarehe kwa ajili ya ufuatiliaji
- Mshukuru mama/mlezi kwa kutumia muda wake



FOMU 5.5: AFYA YA MAMA MJAMZITO NA ANAYE NYONYESHA

Kama kikundi cha kusaidiana ni cha afya na lishe ya mama, tumia mwongozo wa majadiliano

ULIZA NA SIKILIZA

- Mama anaendeleaje, anaumwa, anakosa nguvu, anakazi nyingi n.k.
- Endapo mama ni mjamzito na/au ananyonyesha
- Aina na kiasi cha chakula mama anakula kwa sasa
- Endapo mama anapata huduma za afya
- Wapi anapata huduma za afya?
- Wakati gani na mara ngapi anapata huduma za afya?

ANGALIA

- Wingi wa kazi, afya ya mama/nguvu zake, chakula ambacho mama anakula

TAMBUA

- Kuna matatizo/ugumu wowote
- Panga kulingana na vipaumbele ikiwa ni zaidi ya tatizo moja)

JADILI NA PENDEKEZA

- Mpongeze mama kwa kufanya taratibu zinazopendekezwa
- Tatua matatizo/ugumu (mfano kazi nyingi, k ukosekana kwa huduma ya kliniki ya wajawazito) toa msaada kwa vitendo.
- Jadili mapendekezo kwa mama
- Wasilisha orodha ya taratibu bora za lishe 2 au 3 (siyo amri) ambazo zinafaa kulingana na tabia ya mama
- Msaidie mama kuchagua tabia mlizokubaliana ambazo anaweza kujaribu kukabiliana na changamoto
- Mwombe mama/mlezi kurudia tabia mpya mlizokubaliana
- Muulize mama/mlezi kama ana swali/maoni
- Pendekeza mahali ambapo mama/mlezi a naweza kupata msaada zaidi
- Mkubaliane kuhusu tarehe/muda kwa ajili ya ufuatiliaji
- Mshukuru mama/mlezi kwa muda wake

