

MAFUNZO KWA WAHUDUMU WA AFYA NGAZI YA JAMII JUU YA NAMNA YA KUENDESHA MAZUNGUMZO YA UNASIHI KUHUSU VYAKULA VYA NYONGEZA

UTANGULIZI

JINSI YA KUENDESHA MAFUNZO HAYA YA MAZUNGUMZO

Huu ni mwongozo kwa wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii utakaokusaidia kutumia tafiti za Mtoto Mwerevu katika kutoa ushauri nasaha. Hatua zilizoainishwa kwenye mwongozo huu zitakusaidia kama zinavyowasaidia watoa huduma za afya ngazi ya jamii kufanya majadiliano (hatua ya 5 ya majadiliano) na kutoa mapendekezo (hatua ya 6) ya taratibu ambazo watu wanaweza kuzifanya ili kuboresha lishe za watoto wao. Ujumbe huu mpya na wa kina juu ya ulishaji wa chakula cha nyongeza kwa watoto umejikita katika tafiti zilizofanyika kwenye jamii wanazoishi. Kwa kutumia mwongozo huu, utakuwezesha kuwasaidia watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuzisaidia kaya wanazozihudumia kukabiliana na changamoto wanazokutana nazo katika kuwalisha watoto wao vyakula kama mayai, nyama, samaki, nyama jamii ya ndege, mikunde, maharagwe, karanga, mbogamboga, na matunda. Ni muhimu kurejea kwa kina maelezo ya jumbe hizi ili uweze kuzielezea vizuri kwa wahudumu wa afya ngazi ya jamii.

Wakati wa kufanya mikutano ya kila mwezi na watoa huduma za afya ngazi ya jamii, watakuwa:

- Wanajadili uzoefu wao wenyewe;
- Wanasikiliza kwa kina ujumbe unaohusu ulishaji wa chakula cha nyongeza;
- Wanasikiliza simulizi za mafanikio kutoka kwa kaya ndani ya jamii wanazoishi; na
- Wanafanya Igizo dhima la namna ya kuendesha majadiliano katika kaya kuwatembelea walengwa nyumbani kwao na kufanya nao mazungumzo.

Msimamizi unashauriwa kutumia muda usiopungua masaa mawili kwenye mikutano ya mwezi na watoa huduma za afya ngazi ya jamii kwa shughuli hizi. Unaweza kutumia mwongozo huu kusaidia familia:

- Kuwapa watoto vyakula mchanganyiko (kikao cha 3);
- Kuhimiza watoto kula (kikao cha 4); na
- Kuwapa asusa zenye afya (kikao cha 5).

Tumia Mwongozo tofauti unaojumuishia moduli zifuatazo:

- Unyonyeshaji wa maziwa ya mama pekee katika miezi sita ya mwanzo (kikao cha 1);
- Kutambua kitu unachopaswa kufanya wakati mtoto analia (kikao cha 2).

Wakati wa kufanya Igizo dhima, Mtoa huduma mmoja wa afya ngazi ya jamii ataigiza jukumu lake kama mtoa huduma za afya ngazi ya jamii. Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii mmoja au wawili wataigiza jukumu kama mama, baba, na\au babu. Watoa huduma za afya ngazi ya jamii wengine waliobaki watakuwa watazamaji. Mwisho wa igizo, watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanaweza kuuliza maswali na kutoa maoni juu ya majukumu yaliyotekelezwa na washiriki. Wakati wa maigizo, Msimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, tafadhali usioneshe namna ya kufanya mazungumzo kwa kutumia jumbe zinazopatikana kwenye mwongozo huu. Badala yake, waache watoa huduma za afya ngazi ya jamii waoneshe wenyewe na wafanye kwa vitendo peke yao, kama ilivyoainishwa hapa chini. Wakati igizo hilo linafanyika, unaweza kuwa mtazamaji na kisha ukatoa maoni sio hukumu.

Sasa toa fursa kwa watoa huduma za afya ngazi ya jamii wawili waoneshe igizo dhima mbele ya watu wote, igizo la kwanza #1 hapo chini (Mtoto Joseph). Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii mmoja anaigiza kama mtoa huduma za afya ngazi ya jamii na mtoa huduma mwingine anaigiza kama mama au baba. Baada ya igizo, unaweza kutumia maswali ya majadiliano yaliyoorodheshwa au mengine ambayo unafikiria yanaweza kuendesha majadiliano kwa watoa huduma za afya ngazi ya jamii.

Vikundi vidogo vya watu watatu sasa vifanye maigizo ili kutoa fursa zaidi kwa kila mtoa huduma za afya ngazi ya jamii kuigiza majukumu yote matatu. Mara tu watoa huduma za afya ngazi ya jamii 2-3 watakapokamilisha jukumu la kwanza washiriki wote watapata fursa ya kujadili, mpe kila mshiriki nafasi ya kufanya igizo. Katika vikundi vidogo vya washiriki watatu:

- MJA mmoja acheze jukumu la mtoa huduma za afya ngazi ya jamii;
- MJA mmoja acheze jukumu la mama, baba (au mtu mwingine katika familia); na
- MJA mmoja atakuwa mtazamaji.



Kwa sehemu hii ya mchezo wa kuigiza, tumia kisa kile kile (#3, Mtoto Joseph). Katika majukumu yako, kila mtoa huduma za afya ngazi ya jamii apate nafasi ya kufanya mazoezi, katika igizo la vikundi vya watu watatu (Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii, mama au baba, na mtazamaji). Kwa njia hii, kila mtoa huduma za afya ngazi ya jamii hujifunza kwa pamoja namna ya kusaidia familia. Unapokuwa unaigiza katika vikundi vidogo vya watu watatu, fikiria juu ya igizo uliloliona kati ya mtoa huduma za afya ngazi ya jamii na mama mmoja au baba. Nini kilifanyika vizuri? Ni nini kinachoweza kuboreshwa? Jaribu kufanya mwenyewe yale uliyojifunza katika nafasi unayocheza kwenye kikundi cha watu watatu.

Kama ilivyo kwenye igizo lililofanywa katika kundi la watu wote kwa ujumla, unaweza kutumia maswali ya majadiliano yaliyoorodheshwa au mengine unayofikiria yanaweza kusaidia kuongoza majadiliano ya watoa huduma za afya ngazi ya jamii.

Mara baada ya kumaliza kufanya igizo katika kikundi chako kidogo cha watu watatu, fanya igizo lingine kwa kutekeleza jukumu la pili kwa kubadilishana uhusika, aliyekuwa mtoa huduma za afya ngazi ya jamii anakuwa mama au baba, mama au baba anakuwa mtazamaji, na mtazamaji anakuwa mtoa huduma za afya ngazi ya jamii. Kisha jadili ni kitu gani kilifanyika vizuri na kipi kinaweza kuboreshwa. Wakati wa kufanya igizo la tatu, badilisha majukumu tena ili kila mtu apate fursa ya kufanya mazoezi ya kuwa mtoa huduma za afya ngazi ya jamii.

Kumbuka: Baadhi ya watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanaweza kupata shida katika kutekeleza hatua za msingi za kuendesha mazungumzo. Ikiwa ndivyo hivyo, jadili kila hatua ambayo ni changamoto kwao. Watoa huduma za afya ngazi ya jamii wafanye igizo la kutembelea walengwa nyumbani, na wape maoni, kulingana na kile ulichokiona. Kwa hatua ambazo zinaweza kuwa ni ngumu sana kwao unaweza kufanya mambo yafuatayo:

- Tumia muda wa kutosha kuuliza hali za walezi (hatua ya 2: Uliza) kabla ya kubaini mapendekezo ambayo mlezi anaweza kuyatoa (hatua ya 4: AINISHA);
- Ainisha kisha toa mapendekezo kadhaa ambayo mlezi anaweza kuyafanya (hatua ya 4: Ainisha na hatua ya 6: Pendekeza), sio pendekezo moja tu;
- Kama sehemu ya hatua ya 6 (Pendekeza), waulize walezi wameelewa nini kwa kina kwa kila pendekezo ili kuhakikisha kuwa wanaelewa ipasavyo taratibu za kufanya zilizowasilishwa kwao (hatua ya 7: Kukubaliana);
- Pendekeza kitu ambacho walezi wanaweza kujaribu kukifanya (hatua ya 6: Pendekeza) kabla ya kuwauliza, sikiliza, na jadili hali za walezi;
- Hakikisha mlezi anakubali kutekeleza mapendekezo kwa vitendo (hatua ya 7: Kukubaliana) kabla ya kupanga ziara nyingine ya kumtembelea nyumbani; na
- Tumia kitendea kazi kulingana na umri wa mtoto. Hii ni muhimu sana!

TUMEJIFUNZA NINI KUTOKA KWA UTAFITI WA MAJARIBIO YA KAYA?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa ilibainika: Watoto walikuwa hawapewi vyakula mchanganyiko. Watoto wengi walilishwa vyakula vya jamii ya nafaka na mizizi.

- Karibu nusu ya watoto walilishwa dagaa, lakini hawakulishwa aina nyingine ya vyakula vya asili ya wanyama kama samaki, mayai, nyama, kuku, au maziwa ya wanyama.
- Zaidi ya nusu ya watoto walipewa matunda na mbogamboga, lakini hawakulishwa matunda yenye rangi ya njano au ya machungwa na mbogamboga, maharagwe, na mbegu za mafuta.
- Ni ngumu kwa familia nyingi kupata vyakula mchanganyiko kwa sababu ya gharama kubwa na vingine vinapatikana kwa msimu.
- Dhana ya “mlo kamili” haeleweki vizuri. Wazazi wengi wanadhani kuchanganya aina tofauti tofauti za nafaka kwenye unga kunaufanya uji uwe mlo kamili. Mlo kamili unatakiwa kuwa na aina tofauti tofauti ya vyakula, kama mayai, nyama, samaki, kuku, kunde, maharagwe, mbegu za mafuta, mbogamboga na matunda.

SEHEMU YA 3: KUSAIDIA FAMILIA KUWAPA WATOTO VYAKULA MCHANGANYIKO. MWONGOZO WA WASIMAMIZI WA WATOA HUDUMA ZA AFYA NGAZI YA JAMII WAKATI WA VIKAO VYA MWEZI.

MIKAKATI YA KUSAIDIA FAMILIA KUONGEZA UPATIKANAJI WA VYAKULA MCHANGANYIKO.

1. Nini ambacho watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanauzoefu nacho?

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, anza kwa kuwauliza watoa huduma ngazi ya jamii walichosikia kutoka katika familia:

Tunajua kuwa baada ya miezi sita ni muhimu kwa watoto kuanza kupewa vyakula vingine vya nyongeza zaidi ya maziwa ya mama. Inashauriwa watoto wadogo kula aina tofauti tofauti za vyakula. Watoto wengi hupewa vyakula vya nafaka na mizizi tu. Je, Familia zinawambia nini juu ya aina ya vyakula wanavyowalisha watoto wao wenye umri kuanzia miezi 6 - 12 na kuanzia miezi 12 - 24? Je, Wanapata changamoto gani za kuwalisha watoto wao vyakula vingine kama mayai, nyama, samaki, ndege wa kufungwa majumbani (kama vile kuku, bata, kanga na njiwa) kunde, maharagwe, mbegu za mafuta, mbogamboga na matunda?

Hakikisha unawapa watoa huduma za afya ngazi ya jamii muda wa kutosha wa kujadili mada hiyo.

2. Familia zinapaswa kufahamu nini?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

- Ni muhimu watoto kula vyakula mchanganyiko ili kukua vizuri kimwilina kiakili. Mifano ya vyakula mchanganyiko ni pamoja na dagaa, samaki, nyama, yai, maharagwe, mbegu za mafuta, matunda na mbogamboga za rangi ya njano au chungwa pamoja na nafaka, mizizi na matunda na mbogamboga nyingine.
- Watoto hula kiasi kidogo tu cha chakula hivyo ni muhimu kuwapa vyakula hivyo kwani vitawasaidia kukua vizuri kimwili na kiakili.

Kwa pamoja na watoa huduma za afya ngazi ya jamii wote, soma na mjadili jumbe na taarifa nyingine juu ya kuwapa watoto vyakula mchanganyiko (tazama jedwali la 3). Zingatia hatua 8 za kuendesha mazungumzo, hakikisha watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanaelewa na wanakuwa na uwezo wa kujadili (hatua ya 5) jumbe na kwa nini ni muhimu, na kupendekeza hatua za kuchukua (hatua 6) kwa akina mama na akina baba. Taarifa hii itatumika katika michezo ya kuigiza inayoelezwa hapo chini.

3. Uzoefu halisi wa familia zilizoshiriki kwenye majaribio ya kuwapa watoto chakula cha nyongeza

Wasimamizi, washirikishe watoa huduma za afya ngazi ya jamii simulizi zifuatazo za mafanikio kutoka kwa walezi:

Familia zilikuwa tayari kujaribu kuwalisha watoto wao vyakula vipya, hii ikiwa ni pamoja na kuongeza vyakula kama mayai, mbegu za mafuta, maharagwe na maziwa ya wanyama kwenye uji wa kawaida wa mtoto au kuwapa watoto nyama iliyopondwapondwa au samaki iliyokatwa vipande vidogo vidogo sana. Familia ziliripoti kwamba watoto walifurahia kula vyakula na wakawa na afya njema. Akina baba walihusika katika kuwalisha watoto wao kwa njia tofauti tofauti. Baadhi ya akina baba walinunua vyakula vya watoto wao, wengine waliwalisha watoto wao moja kwa moja, na wachache walikula chakula pamoja na watoto wao katika sahani zao za chakula.

Hizi ni baadhi ya simulizi za mafanikio kutoka kwa akina mama:

Mama alisema: “Ninatengeneza uji wenye virutubisho kwa kutumia mahindi, dagaa, karanga, maharagwe, na vitu vingine kadhaa. Uji unakuwa mzito, kwa sababu ukiufanya mwepesi, ni sawa na mtoto kutokula kitu chochote. Mama anapaswa kutengeneza uji mzito, kujaza kikombe, na kumlisha mtoto kwa kutumia kijiko.”

Mama mwingine alisema: “Nilimpa mtoto ndizi iliyopikwa na dagaa. Nilifanya majaribio tu ya kuandaa na kumpa mtoto lakini nilipoona amekipenda niliendelea kumpa. Kisha, nilichanganya ndizi iliyopikwa na samaki na wakati mwingine nyama. Matokeo ni mazuri! Mtoto alipenda chakula hicho na akakizoea haraka. Namuona akiwa na afya njema; akiwa na mwili mzuri. Sasa anaendelea kukuwa vizuri.”

Hizi ni baadhi ya simulizi za mafanikio kutoka kwa akina baba:

Baba mmoja alisema: “Nilipopata pesa, nilitambua kuwa nina mtoto ambaye ninapaswa kumnunulia samaki, angalau kumuongezea hamu ya kula. Hivyo, nilinunua samaki na kumpa mama yake ili amtayarishie na mtoto alipenda sana samaki.”

Baba mwingine alisema: “Nilitayarisha mahindi, nikatafuta soya, nikatafuta mtama. Tulikwenda kusaga. Ni mimi mwenyewe ndiye niliyekua nanunua vyakula hivyo, naviaandaa na kwenda kuvisaga. Wakati wa kumpikia mtoto tuliongeza yai na samaki wadogo. Niliongeza karanga kiasi kwa sababu nilikuwa nazo kidogo.”

Baba mmoja alisema: “Wakati wananiandalia chakula, nilimchukua na mwanangu. Akaja na tukala pamoja kwenye sahani moja pamoja. Nimekuwa nikifanya hivi karibu kila siku tangu niliposhauriwa kufanya hivi. Imenifanya niwe na furaha. Mwanzoni, mwanangu hakuzoea kula pamoja na mimi. Nilipokuwa namchukua ili tule pamoja alikuwa anakataa mpaka pale alipozoea kula pamoja na mimi. Watu wengine katika familia yangu wanafurahi kuniona nikila pamoja na mtoto wangu. Huenda kuna baadhi ya akina baba hawataki kujaribu kufanya hivi kwa sababu watoto wadogo wana tabia ya kutaka kupewa chakula mkononi na kukupakaza; lakini watakapokuja nyumbani kwangu na kuona jinsi ninavyokula na mtoto wangu, basi watajifunza na kuendelea kula chakula pamoja na watoto wao. Mtoto huona kuwa habaguliwi na pia anafurahia kula. Nitaendelea kula pamoja na mtoto wangu kwa sababu anajifunza jinsi ya kula peke yake na anahisi kupendwa na kila mzazi.”

JEDWALI 3: MAPENDEKEZO YA KUIWEZESHA FAMILIA KUVALISHA WATOTO VYAKULA MCHANGANYIKO, KUTUMIA HATUA 8 ZA KUENDESHA MAZUNGUMZO

Wakati wa mazungumzo, *jadili* jumbe zifuatao, pendekeza mambo 2-3, na msaidie mama au mtu mwingine katika familia kuchagua 1-2 na kubali wajaribu

HATUA YA 5 YA MAZUNGUMZO: JADILI		HATUA YA 6 YA MAZUNGUMZO: PENDEKEZA	
UJUMBE	KWA NINI NI MUHIMU	KWA AKINA MAMA	KWA AKINA BABA
Mtoto anahitaji kula mayai, samaki, dagaa, au nyama nyingine mara nyingi iwezekanavyo.	<ul style="list-style-type: none"> Kuanzia umri wa miezi 6, watoto wadogo wanaweza kula mayai yaliyopikwa vizuri na nyama na samaki zilizopondwa, hata kama hawana meno. Mayai, nyama, samaki na dagaa ni muhimu sana katika kuwasaidia watoto kukua vizuri na kuwa na afya. Tumbo la mtoto wako linaweza wakumeng'anya vyakula kama mayai au nyama. Unaweza kujihakikishia kuwa mtoto wako anaweza kumeza chakula hicho vizuri na kwa usalama kwa kuponda ponda, kukata vipande vidogo vidogo sana au kwakutengeneza unga wa nyama kavu. 	<ul style="list-style-type: none"> Mpe mtoto wako samaki, dagaa, au aina nyingine ya nyama, ambayo inaweza kupondwapondwa kwa kutumia mashine (kinu) au kukatwakatwa vizuri na kisu. Mpe mtoto wako mayai yaliyopikwa. Mpe mtoto wako samaki, dagaa, au aina zingine ya nyama mapema na mara nyingi iwezekanavyo. Weka akiba ya chakula unachozalisha ambacho kwa kawaida huwa unakiuza (kama mayai, maziwa, samaki, kuku) na ukitunze kwa ajili ya mtoto wako. 	<ul style="list-style-type: none"> Mpe mke wako pesa ya kununulia mayai, samaki, dagaa, au nyama nyingine kwa ajili ya mtoto wako. Nunua mayai, samaki, dagaa au nyama nyingine kwa ajili ya mtoto wako Weka akiba ya chakula unachozalisha ambacho kwa kawaida huwa unakiuza (kama mayai, maziwa, samaki, kuku) na ukitunze kwa ajili ya mtoto wako. Mhakikishie mke wako (na wanafamilia wengine) kwamba mtoto anauwezo wa kula nyama, samaki na chakula kingine kinacholiwa na familia kikiandaliwa vizuri kwa kulainishwa. Kula sahani moja ya chakula na mtoto wako kama vile nyama, samaki, mayai n.k
Mtoto anahitaji kulishwa vyakula mchanganyiko	<ul style="list-style-type: none"> Baada ya kufikisha miezi 6 na kuendelea, mtoto anaweza kula mayai yaliyopikwa vizuri na nyama na samaki ili yotayarishwa vizuri, hata kama hawana meno. Katika umri huu, mtoto wako anakuwa katika umri sahihi wa kula vyakula vyote vya familia ambavyo vimelainishwa na kupikwa vizuri. Mtoto wako anapokula vyakula mchanganyiko, anakuwa vizuri kimwili na kiakili. Mtoto wako atafurahia ladha mpya ya chakula. Mtoto wako atajihisi kuridhika zaidi, atalia kidogo, na kumuwezesha mama na baba kufanya kazi yao nyingine. Mbali na maziwa ya mama na vyakula vilivyotayarishwa maalumu kwa watoto (kama uji), vyakula vya familia (kama samaki, nyama, yai, na maharagwe) humsaidia mtoto kukua vizuri na kuwa na afya. 	<ul style="list-style-type: none"> Mpe mtoto chakula kinacholiwa na familia, ikiwemo mayai, nyama, samaki, dagaa, mbogamboga, maharagwe. Vyakula hivi vinaweza kukatwa vipande vidogovidogo au kupondwapondwa na kulainishwa hivyo kuwa rahisi kwa mtoto kumeza. Wakati wa kumlisha mtoto chakula cha familia, usimpe mchuzi pekee. Hakikisha unampa na mboga (nyama, samaki, dagaa, mboga, maharage, mbaazi). Mpe mtoto viazi mvingo, viazi, ndizi za kupika, mihogo na ubwabwa uliochanganywa na mchuzi na nyama, samaki, dagaa, maharagwe, kuku, au mbaazi. Baada ya kupikwa mbogamboga zinaweza kupondwapondwa au kulainishwa na kupewa mtoto. Matunda yaliyokatwa vipande vidogo vidogo au yaliyopondwapondwa / kulainishwa yanaweza kuwa asusa nzuri kwa mtoto. Weka akiba ya chakula unachozalisha ambacho kwa kawaida huwa unakiuza (kama mayai, maziwa, samaki, kuku) na ukitunze kwa ajili ya mtoto wako. Kula na mtoto wako katika sahani moja ya chakula kama vile nyama, samaki, mayai n.k 	<ul style="list-style-type: none"> Mpe mke wako pesa ya kununua vyakula mbalimbali kwa ajili ya mtoto wako (kama vile mayai, samaki, dagaa, mbogamboga, mbegu za mafuta, maharagwe, maziwa, nyama) Nunua vyakula mbalimbali kwa ajili ya mtoto wako (kama vile mayai, samaki, dagaa, mbogamboga, mbegu za mafuta, maharagwe, maziwa, nyama). Weka akiba ya chakula unachozalisha ambacho kwa kawaida huwa unakiuza (mayai, maziwa, samaki, kuku, mbogamboga) na ukitunze kwa ajili ya mtoto wako. Mhakikishie mke wako (na wanafamilia wengine) kwamba mtoto anauwezo wa kula nyama, samaki mbogamboga, maharage, mbegu za mafuta, na chakula kingine kinacholiwa na familia kikiandaliwa vizuri kwa kulainishwa. Msaidie mkeo kazi za nyumbani ili apate muda wa kuandaa mlo wa mtoto wako wenye vyakula mchanganyiko. Kula na mtoto wako katika sahani moja ya chakula ikiwa na nyama, samaki, mayai n.k

4. Igizo dhima: Kutoa unasihi kwa familia juu ya kumpa mtoto vyakula mchanganyiko

Wakati wa Igizo dhima, tafadhali kumbuka kuwa na watoa huduma za afya ngazi ya jamii watakojifunza kwa kuigiza majukumu ya watoa huduma za afya ngazi ya jamii na wanafamilia, kila mmoja apate nafasi ya kuwa mtazamaji, na kutoa mawazo ya kuboresha mazungumzo na familia juu ya kuwapa watoto vyakula mchanganyiko. Wahimiza wale wanaoigiza kama wanafamilia waongeze changamoto na wasiwe wanakubali mapendekezo kirahisi sana! Mchezo wa kuigiza unapaswa kuonesha uhalisia kadri iwezekanavyo.

MCHEZO WA KUIGIZA #1: MTOTO JOSEPH

Watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanapaswa kufuata hatua 8 za mazungumzo:

1. Salimia mama na baba kwa heshima;
2. Uliza juu ya malezi wanayofanya sasa;
3. Sikiza matatizo yao ;
4. Ainisha jumbe chache za kumwambia mama na baba, kulingana na hali uiliyoibaini (tazama jedwali la 3);
5. Jadili nao juu ya taratibu za malezi na makuzi ya mtoto (jedwali 4);
6. Pendekeza tabia/taratibu 2 au 3 ambazo wazazi wanaweza kujaribu kuzifanya (jedwali 4);
7. Omba wazazi kukubali kufanya tabia 1-2 ya malezi ya watoto; waulize ni kipi kinachoweza kuwafanya kuwa rahisi au ngumu kwao kujaribu kufanya;
8. Weka ahadi ya muda wa kurudi kuwatembelea tena kumuuliza mama na baba jinsi mambo yalivyoenda.

Watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

Usisome kabla kipengele cha mama na baba; Katika mazoezi yako machache ya mwanzo, tafadhali tizama jedwali la 3. Unaporidhika na mapendekezo ya kwenye jedwali 3, huitaji kuyarejea katika michezo mingine ya kuigiza inayofuata; na *Kumbuka kumuuliza mama au baba akuambie amejifunza nini*. Wakati wanafamilia “watakupatia mrejesho” wa yale waliyojifunza kuhusu taratibu mpya, unaweza kuwa na uhakika kwamba wameelewa taratibu hizo ambazo wamekubali kuzifuata.

Mama na baba wasome kipengele cha hapa chini na waigize uhusika wao, kwa kila hali.

Mtoto Joseph ana umri wa miezi 11. Mama yake anamnyonyesha na pia humlisha uji, mbogamboga na maharagwe. Papa Tumaini ni mvuvi, na familia hii hula samaki mara kwa mara, lakini hawafikirii kuwa Joseph anaweza kula samaki katika umri huu mdogo, hivyo mara nyingi humpa mchuzi wa samaki. Familia hiyo huwa hawapati mayai au nyama. Wakati mwingine wanakuwa na karanga.

Watazamaji: Angalia jinsi MJA anavyotambua tatizo, woga, na kujadiliana na wazazi juu ya suluhisho.

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii: baada ya mchezo wa kuigiza, ni muhimu sana kujadili na kikundi kitu walichojifunza. Fanya hili kwa njia ya kuwasaidia, usimlaumu mtu yeyote aliekosea. Wakumbushe watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa mchezo huo wa kuigiza ni njia tu ya kufanya mazoezi na kujifunza kutoka kwa kila mmoja!

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii: kwanza uliza maoni kutoka kwa kikundi. Yafuatayo ni baadhi ya maswali yanayoweza kuulizwa mara baada ya Igizo dhima .

Kwa Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii, ulijisikiaje kwa kuwapa wazazi ujumbe mpya? Je, ni nini kilifanyika vizuri? Je, ni nini kilikua na ugumu? Je, ni kitu gani kinachohitaji kufanyiwa mazoezi zaidi? Je, familia iliuliza maswali ambayo hukuwezakuyajibu?

Kwa mama au baba, Je, ni nini ambacho Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii amekifanya vizuri? Je, jumbe zilikuwa zinaeleweka? Je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alishughulikia changamoto zako? Je, ulijisikia vizuri kumuuliza maswali mtoa huduma za afya ngazi ya jamii?

Kwa watazamaji, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii aliwezaje kujenga uhusiano na wanafamilia na je, alifanikiwa? Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alijaribu vipi kuelewa hali ya familia na kuwasaidia katika kutatua changamoto? Kwa mfano, je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alijua juu ya vyakula ambavyo familia wanauwezo wa kuvipata? Je, una maoni gani kuhusu mtoa huduma za afya ngazi ya jamii? Je, hali hii imewahi kukutokea wakati wa ziara zako za kuwatembelea walengwa nyumbani? Ulifanya nini?

SEHEMU YA 4: KUSAIDIA FAMILIA JUU YA KUWAHIMIZA WATOTO KULA. MWONGOZO WA WASIMAMIZI WA WATOA HUDUMA ZA AFYA NGAZI YA JAMII WAKATI WA MIKUTANO YA KILA MWEZI .

Mikakati ya kusaidia familia kufanikisha ulishaji shirikishi

1. Watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanauzoefu gani?

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, anza kwa kuwauliza watoa huduma za afya ngazi ya jamii: umesikia nini kutoka kwa familia kuhusu jinsi ya kuwalisha watoto wao au kuwahimiza kula? Je, ni changamoto gani ambazo familia wanakabiliana nazo?

2. Tumejifunza nini kutoka kwenye utafiti wa majaribio katika kaya?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa:

- Wazazi wengi walipata changamoto ya kuwalisha watoto wao chakula walichopewa.
- Baadhi ya akina mama waliripoti kwamba watoto walikataa kula baadhi ya vyakula au kuvitema vyakula walivyopewa.
- Ingawa hii ilikuwa changamoto kwa watu wengi, familia chache zilijaribu kuwahimiza watoto wao kula zaidi. Lakini wale waliofanya hivyo, waliripoti kwamba kuwahimiza watoto wao kula kulitoa matokeo ya watoto wao kula zaidi

3. Familia zinahitaji kujua nini?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii: Wakati wa kumlisha mtoto ni muda wa mtoto kujifunza na kuongeza upendo. Inashauriwa kuwa walezi wazungumze na watoto wakati wa kuwalisha, wawe na subira, wamlishe mtoto polepole, na wamuhimiza kula bila kutumia nguvu. Soma na mjadili jumbe na taarifa nyingine zinazoeleza juu ya kuwahimiza watoto kula. Zingatia hatua 8 za kuendesha mazungumzo, hakikisha watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanauelewa ujumbe na wana kuwa na uwezo wa kujadili (hatua ya 5) kwa nini ni muhimu, na kupendekeza hatua za kuchukua (hatua 6) kwa akina mama na akina baba. Taarifa hii itatumika katika michezo ya kuigiza hapo chini.

Kwa pamoja na watoa huduma wote wa afya ngazi ya jamii, soma na kisha mjadili ujumbe na taarifa nyingine kuhusu namna ya kuwalisha na kuwahimiza watoto kula ambazo zinapatikana kwenye jedwali la 4. Zingatia hatua 8 za kuendesha mazungumzo, hakikisha watoa huduma za afya ngazi ya jamii wanauelewa ujumbe na wana kuwa na uwezo wa kujadili (hatua ya 5) kwa nini ni muhimu, na kupendekeza hatua za kuchukua (hatua 6) kwa akina mama na akina baba. Taarifa hii itatumika katika michezo ya kuigiza hapo chini.

4. Uzoefu wenye uhalisia kutoka kwa familia zilizoshiriki kwenye majaribu ya kuwahimiza watoto kula

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, wasimulie simulizi zifuatazo za mafanikio kutoka kwa akina mama ambao walijaribu kufuata mapendekezo:

Mama mmoja alisema “Kitu ambacho nilipenda ni mtoto kula vyakula ambavyo awali alikuwa hapendi kuvila. Nilihisi furaha na kushangazwa kwa sababu hata nilipokuwa sina pesa, nilitambua kwamba ikiwa nitaandaa chakula hicho na kumuimbia wakati wa kumlisha, atakula na atapenda. Nimeona kwamba ninapomlisha chakula na kumsifia na kumpigia makofi na kumuonesha kuwa nimefurahi, inamsaidia kula chakula chochote anachopewa.

Baba alisema: “Nilijaribu kuwepo nyumbani wakati wa kula ili nipate kula pamoja na mtoto wangu pamoja na kumuhimiza. Nilifanya ionekane kama ni mchezo na kwamba anapaswa kupenda chochote anachokula. Hata nisipokuwepo nyumbani, watu wengine katika familia yangu wanaweza kufanya ninachokifanya.”

Baba mwingine alisema: “Nilifurahi kukaa na kucheza na mtoto wangu ninaporudi nyumbani kutoka kazini. Ikiwa yuko nyumbani, ninacheza naye. Ninamsimulia hadithi tamu. Mke wangu anasema kwamba napaswa kuendelea kucheza na mtoto wangu baada ya kufika nyumbani kutoka kazini, ili mtoto wangu aweze kula kwa furaha.”

JEDWALI LA 4: MAPENDEKEZO YA KUZISAIDIA FAMILIA KUWAHIMIZA WATOTO KULA

Wakati wa mazungumzo, *jadili* jumbe zifuatao, pendekeza mambo 2-3, na msaidie mama au mtu mwingine katika familia kuchagua 1-2 na akubali kujaribu kufanya.

HATUA YA 5 YA MAZUNGUMZO: KUJADILI		HATUA YA 6 YA MAZUNGUMZO: PENDEKEZA	
UJUMBE	KWA NINI NI MUHIMU	KWA AKINA MAMA	KWA AKINA BABA
Kuwa na subira na muhimize ipasavyo mtoto kula	<ul style="list-style-type: none"> Wakati wa kumlisha mtoto ni fursa kwake kujifunza. Mwambie mtoto majina ya vyakula na vyombo, ukubwa au udogo wa vitu, ladha ya chakula, na rangi au nambari. Mtoto anahitaji muda wa kuzoea kula vyakula vingine zaidi ya maziwa ya mama. Watoto wachanga na wadogo wanahitaji msaada kuhakikisha kwamba wanakula chakula cha kutosha. Kumlisha mtoto vyakula vipya ambavyo hakuwahi kuvila kunahitaji uangalizi mzuri na ushawishi wa hali ya juu. Zingatia ishara anazozionesha mtoto kuwa ana njaa na kumuhimiza kula vyakula vipya. Kumruhusu mtoto kugusa na kuchukua chakula mkononi na kula yeye mwenyewe husaidia mtoto kujifunza kula na kufanya harakati. 	<ul style="list-style-type: none"> Kuwa na subira na kumshawishi mtoto wako kula kwa kukaa naye na kutabasamu, kucheka, na kuzungumza naye. Usimlazimishe mtoto wako kula. Mlishe polepole, na ongea naye wakati wa kumlisha, huku ukimwalia machoni. Msifu mtoto kwa kujaribu kula vyakula vipya ambavyo hakuwahi kuvila au kwa kumaliza kula chakula alichopewa. Ikiwa mtoto anakataa chakula, endelea kumlisha. Inaweza kuchukua muda kuzoea kula vyakula vipya ambavyo hakuwahi kuvila (jaribu kumpa vyakula vipya mara 7-8). Ikiwa mtoto anajisikia vibaya, mlishe mahali pa utulivu, na jaribu kupunguza maudhi wakati wa kumlisha. Mpe mtoto wako vyakula ambavyo anaweza kuchukua kwa mkono wake na kula yeye mwenyewe (viazi vitamu, ndizi, vipande vya matunda maharagwe, na vyakula vingine vilivyokatwa kwa vipande vidogo vidogo) Fanya wakati wa kumlisha kuwa ni wakati wa kufurahi kwa michezo, nyimbo, na hadithi zinazomhimiza mtoto wako kula. 	<ul style="list-style-type: none"> Mhimize mtoto wako kula zaidi. Mpe vyakula laini / vilivyopondwaponywa kutoka katika sahani yako mwenye. Ongea na mtoto wako kuhusu chakula chao na msifu kwa kula vizuri. Msaidie mke wako kazi zingine ili apate muda wa kumuhimiza mtoto kula zaidi katika kila mlo. Msaidie mke wako kumlisha mtoto ikiwa anakazi nyingi za kufanya Mhimize mtoto kula zaidi kwa kufanya naye mchezo wakati wa kula. Unaweza kufanya mchezo kuwa chakula ni lori au gari lingine ambalo linapeleka chakula kinywani mwa mtoto. Msaidie mke wako kumlisha mtoto. Unaweza kufanya ulishaji kuwa ni mchezo wa kufurahisha kwa kucheza naye na kumwambia hadithi zinazomuhimiza mtoto kula.

5. ligizo Dhima: Zoezi la kutoa unasihi kwa familia juu ya ulishaji shirikishi

Wakati wa kuigiza, tafadhali kumbuka kuwa na watoa huduma za afya ngazi ya jamii watakaoshiriki kwa kuigiza majukumu ya watoa huduma za afya ngazi ya jamii na wanafamilia, kila mmoja apate fursa ya kuwa mtazamaji, na kuchangia mawazo ya kuboresha mazungumzo na familia juu ya ulishaji shirikishi. Wahimiza wale wanaoigiza kama wanafamilia kuongeza changamoto na wasiwe wepesi sana kupokea mapendekezo! Igizo linapaswa kuwa wa uhalisia kadri iwezekanavyo.

MCHEZO WA KUIGIZA #2: MTOTO NINA

Watoa Huduma za Afya ngazi ya Jamii wanapaswa kufuata hatua 8 za kufuanya mazungumzo:

1. Salimia mama na baba kwa heshima;
2. Ulize juu ya malezi wanayofanya sasa;
3. Sikiza matatizo yao;
4. Ainisha jumbe chache za kumwambia mama na baba, kulingana na uliyoyabaini (tazama jedwali la 4);
5. Jadili nao juu ya taratibu za malezi na makuzi ya mtoto (jedwali 4);
6. Pendekeza taratibu/ tabia 2 au 3 ambazo wazazi wanaweza kujaribu kuzifuata (jedwali 4);
7. Omba wazazi kukubali kufanya taratibu 1-2 za malezi ya watoto; waulize ni nini kinachoweza kuwafanya iwe rahisi au ngumu kwao kujaribu kufanya;
8. Weka ahadi ya muda wa kurudi kuwatembelea tena ili kumuuliza mama na baba jinsi mambo yalivyoenda.

Watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

Uisome kabla kipengele cha mama na baba;

Katika mazoezi yako machache ya mwanzo, tafadhali tizama jedwali la 4. Unaporidhika na mapendekezo ya kwenye jedwali 4, hautaji kuyarejea katika michezo mingine inayofuata; na

Kumbuka kuwa na mama au baba akuambie amejifunza nini. Wakati wanafamilia “wanakupa mrejesho” wa yale waliyojifunza kuhusu taratibu mpya, unaweza kuwa na uhakika kwamba wameelewa taratibu hizo ambazo wamekubali kuzifuata.

Mama na baba wasome kipengele cha hapa chini na waigize uhusika wao, kwa kila hali.

Mtoto Nina ana umri wa miezi 10. Mama yake anamnyonyesha na kumnywesha uji. Mama alijaribu kumlisha yai lakini mtoto akatema na kukataa kula. Akajaribu kwa mara ya pili lakini ilionekana kama mtoto alikuwa anatupa. Mama mkwe na mume wake walipendekeza asubiri mpaka mtoto atakapokuwa mkubwa. Ingekuwa familia wameelezwa kuhusu ulishaji shirikishi wangukuwa tayari kujaribu kumlisha mtoto kwa kuongea naye, kumuambia, na kutumia njia nyingine za kumuhimiza mtoto kula. Mara nyingi wakati wa jioni baba huwa yupo nyumbani wakati mama anamlisha mtoto.

Watazamaji: Angalia jinsi mtoa huduma za afya ngazi ya jamii anavyotambua tatizo, woga, na kujadiliana na wazazi juu ya suluhisho.

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii: baada ya mchezo wa kuigiza, ni muhimu sana kujadili na kikundi kitu walichoifunza. Fanya hili kwa njia ya kuwasaidia, usimlaumu mtu yeyote kwa makosa waliyoyafanya. Wakumbushe watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa mchezo huo wa kuigiza ilikua ni njia tu ya kufanya mazoezi na kujifunza kutoka kwa kila mmoja!

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

kwanza uliza maoni kutoka kwa kikundi. Baada ya mchezo wa kuigiza baadhi ya maswali yanayoweza kuulizwa ni kama ifuatavyo.

Kwa watoa huduma za afya ngazi ya jamii: Je, ulijisikiaje kwa kuwapa wazazi ujumbe mpya? Je, ni nini kilifanyika vizuri? Je ni nini kilikua na ugumu? Je ni nini kinachohitaji kufanyiwa mazoezi zaidi? Je, familia iliuliza maswali ambayo hukuwezai kuyajibu?

Kwa mama au baba, ni nini ambacho mtoa huduma za afya ngazi ya jamii amekifanya vizuri? Je, ujumbe ulikuwa unaeleweka? Je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alishughulikia changamoto zako? Je, ulijisikia vizuri kumuuliza maswali mtoa huduma za afya ngazi ya jamii?

Kwa watazamaji, Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii aliwezaje kujenga uhusiano mzuri na wanafamilia na je, alifanikiwa? Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alijaribu vipi kuelewa hali ya familia na kuwasaidia katika changamoto? Kwa mfano, Je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alidadisi juu ya vyakula ambavyo familia wanauwezo wa kuvipata? Je, una maoni gani kuhusu mtoa huduma za afya ngazi ya jamii? Je, hali hii imewahi kukutokea wakati wa ziara zako za kuwatembelea walengwa nyumbani? Ulifanya nini?

SOMO LA 5: KUSAIDIA FAMILIA KUTOA ASUSA ZILIZO NA AFYA. MWONGOZO KWA WASIMAMIZI WA WATOA HUDUMA ZA AFYA NGAZI YA JAMII WAKATI WA MIKUTANO YA KILA MWEZI.

Mikakati ya kuhakikisha watoto wanapata vyakula na asusa zilizo na afya.

1. Je nini ambacho watoa huduma za afya wanauzoefu nacho?

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii: Baada ya kufikisha miezi 6, watoto wadogo wanapaswa kulishwa vyakula mchanganyiko vilivyo na afya. Lakini inazidi kuwa ni jambo la kawaida kwa watoto kupewa asusa na vinywaji vilivyotengenezwa kwa sukari nyingi, kama biskuti, pipi, na vinywaji vyenye sukari. Wasimamizi, wawaulize watoa huduma za afya ngazi ya jamii: Je, familia zimewaeleza nini juu ya kuwapa watoto biskuti, pipi, na vinywaji vyenye sukari nyingi? Je, ni changamoto zipi ambazo familia zinakabiliana nazo?

Hakikisha unawapa watoa huduma za afya ngazi ya jamii muda wa kutosha wa kujadili mada.

2. Tumejifunza nini kutoka kwenye majaribio ya utafiti katika kaya?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa:

- Kabla ya kuwatembelea katika ziara yetu ya kwanza katika wiki zaidi ya nusu ya watoto walikuwa wanalishwa asusa zilizo na sukari.
- Watoto wengi walipewa kahawa au chai iliyo na sukari, juisi iliyoongezwa sukari, au soda.
- Wazazi wote ambao walikubali kufanya mabadiliko ya kuwapa watoto wao asusa zinazojenga afya badala ya kuwapa asusa zilizo na sukari nyingi waliripotiwa kufanya mabadiliko haya.

3. Familia wanapashwa kujua nini?

Waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

Wazazi wanapaswa kuepuka kuwapa watoto wao asusa zilizo na sukari (kama biskuti na pipi) na vinywaji vyenye sukari (kama chai, kahawa na soda) kwa sababu vinywaji hivi vina viwango vya chini vya virutubishi na humpunguzia mtoto hamu ya kula vyakula vyenye virutubishi kwa wingi. Soma na ujadili ujumbe huu na taarifa nyingine juu ya kuwapa watoto asusa zenye virutubishi. Zingatia hatua 8 za kuendesha mazungumzo, hakikisha watoa huduma za afya wanaelewa na wanakuwa na uwezo wa kujadili jumbe (hatua ya 5) na kwa nini ni muhimu, na kupendekeza hatua (hatua 6) kwa akina mama na akina baba. Taarifa hii itatumika katika michezo ya kuigiza hapo chini.

4. Uzoefu halisi kutoka kwenye familia zilizoshiriki katika majaribio ya kaya ya kuwapa watoto asusa/vitafunwa vyenye virutubishi

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, waambie watoa huduma za afya ngazi ya jamii: Wazazi walifurahi kuwapa watoto wao asusa zinazojenga afya badala ya asusa zilizo na sukari kwa sababu walielewa kuwa asusa zenye sukari hazifai kwa afya ya watoto wao.

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, simulieni simulizi zifuatazo za mafanikio kutoka kwa akinamama:

Mama mmoja alisema: “Nilipenda pendekezo la kuacha kumpa mtoto pipi na biskuti kwa sababu vitu hivyo ni hatari. Pipi na biskuti zina sukari nyingi ambayo sio nzuri kwa mtoto. Zinaweza kusababisha kuoza kwa meno. Wanafamilia yangu walikubaliana na kusema sio vizuri kumpa mtoto pipi na biskuti.”

Mama mwingine alisema: “Nilijaribu kuacha kumpa biskuti au pipi, na badala yake nikampa matunda. Nilimpa ndizi. Pipi hazina virutubishi. Sikukutana na ugumu wowote.”

Hizi ni baadhi ya simulizi za mafanikio kutoka kwa akina baba:

Baba mmoja alisema: “Niliwafundisha wanafamilia wasimpe mtoto biskuti. Niliwafundisha kwamba chakula tunachompa mtoto, kwa mfano juisi ya kopo, soda, na biskuti sio nzuri kiafya kwa mtoto.”

Baba mwingine alisema: “Mara tu nilipofahamishwa na kugundua kuwa biskuti sio nzuri kiafya kwa watoto, nilisimamia kidete na kuanza kuielimisha familia yangu kuwa chakula hiki kinamadhara kwa watoto na tulibadilika. Waliniuliza mtoto anaweza kula nini. Niliwashauri juu ya matunda kama papai, tikiti, tango, maembe na machungwa, lakini vitu vyenye sukari nyingi kama biskuti sio vizuri.”

JEDWALI 5: MAPENDEKEZO YA KUIWEZESHA FAMILIA KUWAPA WATOTO ASUSA ZILIZO NA AFYA

Wakati wa mazungumzo, jadili jumbe zifuatao, pendekeza mambo 2-3, na msaidie mama au mtu mwingine kwenye familia kuchagua 1-2 na akubali kujaribu.

HATUA YA 5 YA MAZUNGUMZO: JADILI		HATUA YA 6 YA MAZUNGUMZO: PENDEKEZA	
UJUMBE	KWA NINI NI MUHIMU	KWA AKINA MAMA	KWA AKINA BABA
Badilisha kumpa mtoto asusa na vinywaji vyenye sukari nyingi na badala yake mpe asusa na vinywaji vyenye virutubishi	<ul style="list-style-type: none"> • Asusa na vinywaji vyenye sukari nyingi havimpi mtoto wako virutubishi muhimu. Matunda na asusa nyingine zitamsaidia mtoto kujisikia kutosheka zaidi, kumpunguzia kulia, na kumruhusu mama na baba kufanya kazi nyingine. • Ikiwa mtoto anakula asusa nyingi zenye sukari nyingi, hawezi kuhisi njaa wakati wa kula. 	<ul style="list-style-type: none"> • Epuka kumpa mtoto chai, kahawa, soda na vinywaji vyenye sukari au rangi. Badala yake mpe maziwa au mnyonyeshe. • Epuka kumpa biskuti na asusa nyingine zenye sukari; mpe matunda (kama vile vipande vya maembe yaliyoiva, papai, ndizi), parachichi, mbogamboga, viazi mviringo vya kuchemsha, viazi vitamu. 	<ul style="list-style-type: none"> • Nunua chakula chenye virutubishi tu kwa ajili ya mtoto wako, usinunue asusa zenye sukari nyingi, biskuti, au vinywaji vitamu na uwaambie wengine wasimlishe mtoto wako vyakula hivyo.

5. Igizo dhima: Mazoezi ya Unasihi kwa familia juu ya asusa na vijwaji vyenye afya

Wakati wa kuigiza, tafadhali kumbuka kuwa na watoa huduma za afya ngazi ya jamii watakoigiza majukumu ya watoa huduma za afya ngazi ya jamii na familia, kila mmoja apate fursa ya kuwa mtazamaji, na kutoa mawazo ili kuboresha mazungumzo na familia juu ya kuwapa watoto asusa na vinywaji vyenye afya. Wahimiza wale wanaoigiza kama wanafamilia kuongeza changamoto na wasiwe wepesi sana kupokea mapendekezo! Mchezo wa kuigiza unapaswa kuwa halisia kadri iwezekanavyo.

MCHEZO WA KUIGIZA #1: MTOTO STANLEY

Watoa Huduma za Afya ngazi ya Jamii wanapaswa kufuata hatua 8 za kuendesha mazungumzo:

1. Wasalimie mama na baba kwa heshima;
2. Waulize juu ya malezi wanayofanya sasa;
3. Sikiza matatizo yao;
4. Ainisha jumbe chache za kumwambia mama na baba, kulingana na hali zao (tazama jedwali la 5);
5. Jadili nao juu ya kila taratibu za malezi na makuzi ya mtoto (jedwali 5);
6. Pendekeza taratibu 2 au 3 ambazo wazazi wanaweza kujaribu kuzifuata (jedwali 5);
7. Omba wazazi kukubalili kufanya taratibu 1-2 za malezi ya watoto; waulize ni nini kinachoweza kuwafanya iwe rahisi au ugumu kwao kujaribu kufanya;
8. Weka miadi ya muda wa kurudi kuwatembelea tena ili kumuuliza mama na baba jinsi mambo yalivyoenda.

Watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

Usisome kabla kipengele cha mama na baba;

Katika mazoezi yako machache ya mwanzo, tafadhali tizama jedwali la 5. Unaporidhika na mapendekezo ya kwenye jedwali la 5, hautaji kuyareje katika michezo mingine inayofuata; na

Kumbuka kuwa na mama au baba akuambie umejifunza nini. Wakati wanafamilia “watakupa mrejesho” wa yale waliyojifunza kuhusu taratibu mpya, unaweza kuwa na uhakika kwamba wameelewa taratibu hizo ambazo wamekubali kuzifuata.

Mama na baba wasome kipengele cha hapa chini na waigize uhusika wao, kwa kila hali.

Stanley ni mtoto mwenye umri wa miezi 14, na ni mtoto wa mwisho kati ya watoto watatu. Mama yake anamnyonyesha na kumpa vyakula vya familia, ingawa wakati mwingine haonekani kuwa na njaa sana kula chakula cha jioni. Mara nyingi baba yake anaporudi nyumbani kutoka kazini wakati wa jioni huwaletea watoto pipi na biskuti. Stanley anafurahia kula biskuti, na baba yake anafurahia kumuona Stanley akila vitu hivyo.

Watazamaji: Angalia jinsi mtoa huduma za afya ngazi ya jamii anavyotambua tatizo, woga, na kujadiliana na wazazi juu ya suluhisho.

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

baada ya mchezo wa kuigiza, ni muhimu sana kujadili na kikundi kitu walichoijifunza. Fanya hili kwa njia ya kuwasaidia, usimlaumu mtu yeyote kwa makosa waliyoyafanya. Wakumbushe watoa huduma za afya ngazi ya jamii kuwa mchezo huo wa kuigiza ilikua ni njia tu ya kufanya mazoezi na kujifunza kutoka kwa kila mmoja!

Wasimamizi wa watoa huduma za afya ngazi ya jamii:

kwanza uliza maoni kutoka kwa kikundi. Baada ya mchezo wa kuigiza baadhi ya maswali yanayoweza kuulizwa ni kama ifuatavyo.

Kwa watoa huduma za afya ngazi ya jamii, Je, ulijisikiaje kwa kuwapa wazazi ujumbe mpya? Je ni nini kilifanyika vizuri? Je ni nini kilikua na ugumu? Je ni nini kinachohitaji kufanyiwa mazoezi zaidi? Je, familia iliuliza maswali ambayo hukuweza kuyajibu?

Kwa mama au baba, ni nini ambacho mtoa huduma za afya ngazi ya jamii amekifanya vizuri? Je, ujumbe ulikuwa unaeleweka? Je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alishughulikia changamoto zako? Je, ulijisikia vizuri kumuuliza maswali ya mtoa huduma za afya ngazi ya jamii?

Kwa watazamaji, Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii aliwezaje kujenga uhusiano mzuri na wanafamilia na je, alifanikiwa? Mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alijaribu vipi kuelewa hali ya familia na kuwasaidia katika changamoto? Kwa mfano, Je, mtoa huduma za afya ngazi ya jamii alidadi juu ya vyakula ambavyo watoto walipewa? Je, una maoni gani kuhusu mtoa huduma za afya ngazi ya jamii? Je, hali hii imewahi kukutokea wakati wa ziara zako za kuwatembelea walengwa nyumbani? Ulifanya nini?