JAMHURI YA MUUNGANO WA TANZANIA
OFISI YA RAISI
TAWALA ZA MIKOA NA SERIKALI ZA MITAA
HALMASHAURI YA WILAYA YA TUNDURU

TUNDURU NA LISHE

"Mkuu wa Wilaya ya Tunduru Mhe. Simon Chacha ambaye ni DC ni msimamizi wa mkataba wa lishe wilaya ya Tunduru "

Mkurugenzi Mtendaji
wa Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru
Chiza C. Marando.
"Msimamizi wa shughuli za lishe
Halmashauri ya wilaya ya Tunduru"

Mganga mkuu wa Hospitali ya Wilaya ya Tunduru
Dkt. Wilfred Rwechungula
"Mkuu wa idara ya afya,
ustawi wa jamii na huduma za lishe"

TOLEO MAALUM LA LISHE

info@tundurudc.go.tz www.tundurudc.go.tz tunduru_dc

UTANGULIZI

Kuhusu jarida : Karibu katika toleo la pili la Jarida la Mtandaoni kutoka Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru. Katika jarida hili utasoma na kujifunza kuhusiana na Taarifa kwa Kina: Jitihada za Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru katika Kuboresha hali ya Lishe ya Wananchi.

Karibu Ujifunze Kuhusu afya mbalimbali za lishe : Hali kadhalika, katika Jarida hili utaweza kufahamu juhudi na shughuli mbalimbali zinazofanywa na kitengo cha Lishe kinachopatikana katika Idara ya afya, ustawi wa jamii na Huduma za lishe.

Mwendelezo wa jarida Toleo hili ni muendelezo wa matoleo mengine yanayofuata yatakayokuhabarisha jitahada za Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru katika kuwafikia wananchi wake na kuwapatia huduma muhimu za lishe bora. Nichukue fursa hii kukukaribisha tena katika kurasa hizi ili upate kufahamu vizuri juu ya kitengo cha Lishe na afua mbalimbali zinazotekelezwa na kitengo cha lishe.

WILAYA YA TUNDURU KATIKA KUBORESHA AFYA KUPITIA LISHE BORA

Uboreshaji wa Afya Kupitia Lishe Bora

Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru imekuwa inatekeleza afua mbalimbali za lishe kwa kuzingatia mwongozo wa Taifa wa Lishe, Mpango wa maendeleo wa Taifa wa miaka mitano, Mpango wa pili Jumuishi wa Taifa wa masuala ya Lishe (2022-2026) pamoja na Sera mbalimbali za Nchi. Afua hizi zinaunga mkono juhudi za serikali ya awamu ya 6 inayoongozwa na Mheshimiwa Dr. Samia Suluhu Hassan Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania za kupunguza matatizo ya athari za lishe duni, lishe iliyozidi na upungufu wa madini navitamini

Umuhimu wa Lishe Bora katika Kukuza Afya na Ustawi wa Jamii

Kwa kutambua umuhimu wa lishe bora katika kukuza afya na ustawi wa jamii, halmashauri hii imekuwa ikitoa elimu na huduma za lishe kwa wananchi katika Tarafa zao na wale wanaopata huduma katika Hospitali ya Wilaya ya Tunduru.

Juhudi za Kupambana na Ukosefu wa Lishe Bora Wilayani Tunduru

Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru imekuwa mstari wa mbele katika kupambana na tatizo la lishe duni miongoni mwa wananchi wake kwa kutekeleza afua zifuatazo

Siku ya afya na lishe ya kijiji (SALIKI)

Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru imekuwa ikifanya maadhimisho ya siku ya afya na lishe ya kijiji kila robo mwaka katika vijiji vyote 157 yenye lengo la kusogeza huduma za afya na lishe kwa wananchi. Maadhimisho haya hutekelezwa kwa kutoa huduma za Upimaji wa hali ya lishe kwa watoto chini ya miaka mitano, utoaji wa chanjo, matone ya vitamin A na dawa za kutibu minyoo. Elimu mbalimbali za afya na lishe hutolewa kupitia siku ya afya na lishe ya kijiji. Halikadhalika wananchi ujifunza namna ya kuandaa chakula cha nyongeza cha mtoto aliyetimiza miezi sita kutoka kwenye makundi sita ya vyakula kupitia jiko darasa;

Utoaji wa chakula muda wa masomo kwa shule za msingi na sekondari

Halimashauri ya wilaya ya Tunduru imejikita katika kuhamasisha wazazi/walezi kuchangia chakula mashuleni ili kuhakikisha wanafunzi wanapata angalau mlo mmoja wakiwashuleni lengo likiwa ni kupunguza utoro na kuongeza ufaulu na mpaka sasa shule zote zinatoa chakula muda wa masomo

"Watoto wa darasa la awali shule ya msingi Nanjoka wakipata uji muda wa masomo "

- **Matibabu ya watoto wenye utapiamlo mkali.**Halmashauri inatoa huduma za matibubu ya watoto wenye utapiamlo mkali kupitia Hospitali na vituo vya afya ili kupunguza tatizo linalotoka na lishe duni. Matibabu hayo huambatana na kutolewa kwa vyakula dawa maalumu ambavyo hurudisha afya na lishe ya mtoto mgonjwa

- **Programu zenye lengo la kupunguza viashiria vya awali vya magonjwa sugu yasiyoambikizwa.** Halmashauri ya wilaya ya Tunduru imekuwa ikifanya programu zenye lengo la kupunguza athari mbalimbali zinazotokana na lishe iliyozidi kama vile Matukio ya utambuzi wa magonjwa kama kisukari, shinkizo la juu la damu, unene uliozidi na unene uliokithiri kwa kutoa huduma za unasihi na upimaji bure. Halmashauri pia hutoa elimu ya ulaji unaofaa na mitindo bora ya maisha kupitia vipindi vya redio, vipeperushi na mabango yenye jumbe mbalimbali za lishe

- **Elimu ya ulishaji wa watoto wadogo na wachanga.** Halmashauri imekuwa ikiwafikishia wananchi wake elimu na unasihi wa ulishaji wa watoto wadogo na wachanga kupitia Hospitali, vituo vya afya, zahanati zote na kupitia watoa huduma za afya ngazi ya jamii. Elimu itolewayo ni kama vile umuhimu wa kumnyonyesha mtoto maziwa ya mama pekee kwa kipindi cha miezi sita ya mwanzo na kumuanzishia vyakula vya nyongeza pale tu atakapotimiza miezi sita na mama anatakiwa kumnyonyesha mtoto maziwa ya mama mpaka pale atakapotimiza miaka 2

" Afisa lishe ndg. Martine kigosi akitoa elimu ya umuhimu wa chumvi iliyoongezwa madini joto "

- **Huduma kwa kina mama wajawazito na wanaonyonyesha. Kina mama wajawazito wanapata huduma muhimu za afya na lishe kupitia vituo vyote vya kutolea huduma za afya vilivyopo katika halmashauri. Huduma zitolewa ni kama elimu ya umuhimu wa kula milo mitatu na mlo mmoja wa ziada kutoka kwenye makundi sita ya chakula kwa akina mama wajawazito na utoaji wa vidonge vya kuongeza damu kipindi chote cha ujauzito na miezi mitatu mara baada ya kujifungua ili kupunguza tatizo la udumavu na madhara yatokanayo na upungufu mkubwa wa damu.**

- **Utoaji wa elimu juu ya umuhimu wa chumvi iliyoongezwa madini joto.Halmashauri imekuwa ikitoa elimu juu ya umuhimu wa matumizi ya chumvi iliyoongezwa madini joto kwa nadharia na vitendo pia athari zitokanazo na kutotumia chumvi iliyoongezwa madini joto hasa kipindi cha ujauzito. Halmashauri imekuwa ikidhibiti uingizwaji kihohole wa chumvi isiyo na madini joto kwa kufanya ukaguzi kwa wauzaji wa chumvi na kuwachukulia hatua wale wote wanaokiuka agizo la serikali**

MAKUNDI YANAYONUFAIKA NA HUDUMA ZA LISHE

- **Watoto wachanga na watoto wadogo: Watoto hawa wanapataushauri juu ya umuhimu wa kunyonyesha kwa muda wa miezi sita ya kwanza na kuendelea kutoa vyakula vya ziada vyenye lishe bora.**

- **Vijana walio katika umri wa kuzaa Kuhamasisha chaguzi sahihi za vyakula hasa kwa vijana walio katika umri wa kuzaa ili kuepukana matatizo ya kilishe.**

- **Wanawake wajawazito na wanaonyonyesha:Wanawake hawawanapata ushauri juu ya lishe bora ili kuhakikisha afya zao na ukuaji wamtoto tumboni na baada ya kujifungua.**

MATOKEO YALIYOPATIKANA

Utoaji wa huduma za lishe umeonesha matokeo chanya, ikiwa ni pamoja na:

- **Kupungua kwa kiwango cha Watoto wenye ukondefu:** Kumekuwa na kupungua kwa kiwango cha watoto wenye maiaka mitano wenye tatizo la ukondefu hadi kufikia asilimia 4 ukilinganisha na miaka ya nyuma

- **Kupungua kwa tatizo la udumavu:** Tatizo la udumavu limepungua kwa kiasi kikubwa kutoka asilimia 35 mwaka 2013 hadi asilimia 31.8 na muelekeo wa Halmashauri ni mzuri katika kupunguza tatizo hili

- **Kupungua kwa kiwango cha Watoto wenye uzito pungufu:** Kumekuwa na kupungua kwa kiwango cha Watoto wenye uzito pungufu hadi kufika asilimia 13 ukilinganisha na miaka ya nyuma

MIKAKATI NA MATARAJIO YA HALMASHURI KATIKA KUBORESHA LISHE YA WANAJAMII

•Tunatarajia kutoa mafunzo ya kuwajengea uwezo wa namna bora ya kutekeleza afua za lishe kwenye ngazi ya jamii kwa watoa huduma za afya ngazi ya jamii (Community Health Workers) 314

•Halmashauri tunaelekeza kusimamia agizo la Serikali kupitia Wizara ya Viwanda na biashara kuhakikisha viwanda vidogo vidogo vilivyopo katika Halimashauri yetu vinazalisha unga uliongezwa virutubishi

•Uongozi wa Halimashauri kuhamasisha wazazi kuchangia chakula mashuleni
•Halmashauri ina mpango wa kufanya tathmini ya hali ya lishe kwa Watoto wote chini ya maika mitano ili kujua hali ya lishe ya Watoto hao kwa sasa

•Kufanya matamasha mbalimbali yenye lengo la kupinga mimba za ututoni kwani ni moja ya chanzo cha tatizo la udumavu katika Halmashauri ya Wilaya ya Tunduru

•Kuendelea kuhamasisha wananchi juu ya mitindi bora ya Maisha na chaguzi sahihi za vyakula ili kuepuka magonjwa yasiyo ambukizwa

IMETOLEWA NA KITENGO CHA MAWASILIANO SERIKALINI

HALMASHAURI YA WILAYA YA TUNDURU

48 Barabara ya Nalasi, S. L. P 275, 57682 Tunduru.

Simu : +25502680004 , Nukushi : +25502680208

info@tundurudc.go.tz www.tundurudc,go.tz Instagram tunduru_dc