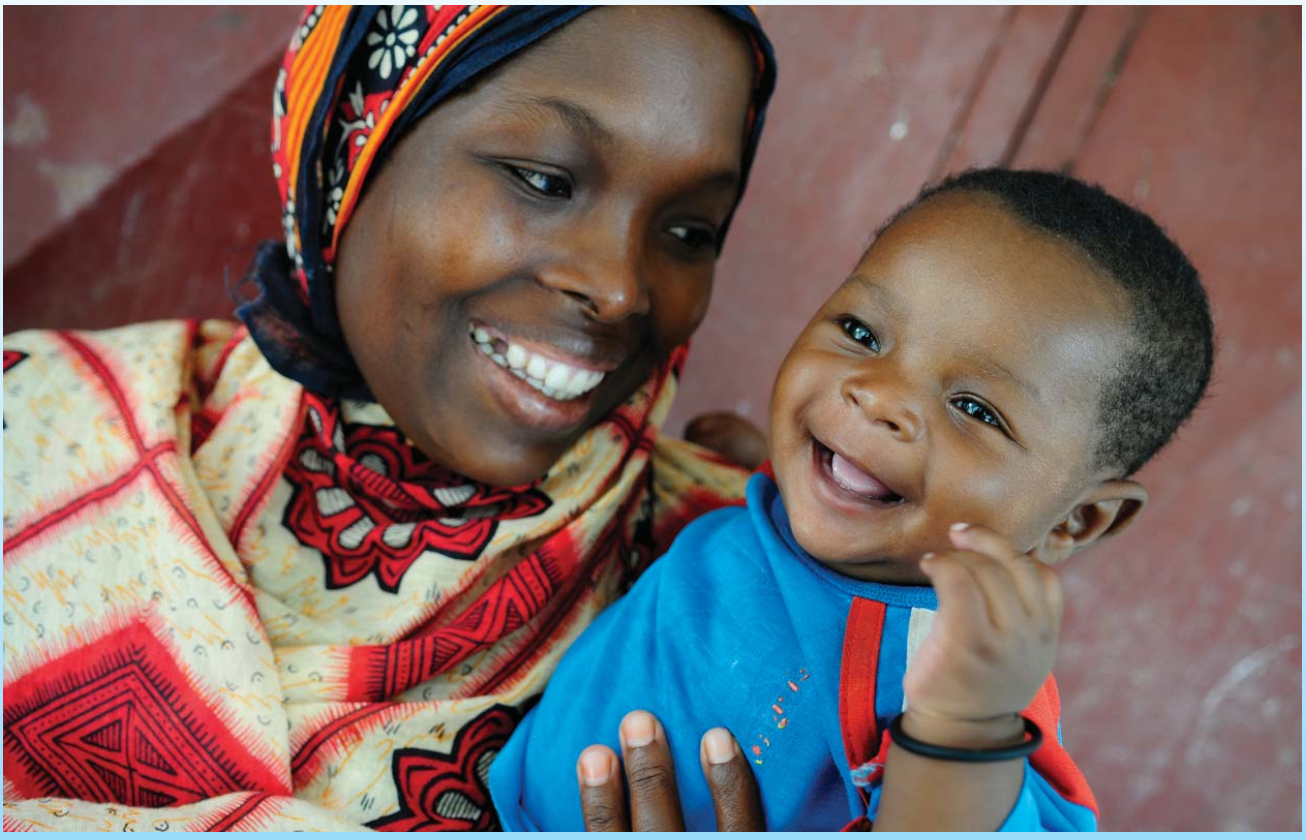
Ukweli Kuhusu Maisha



Toleo la Nne

Ni nini
Ukweli Kuhusu Maisha?

Ukweli Kuhusu Maisha ni kitabu kinachoelimisha familia na jamii kuhusu malezi bora kwa watoto. Pia kinatoa taarifa muhimu na ushauri kwa njia ya mifano kuhusu ujauzito, uzazi salama, magonjwa ya watoto, ukuaji na jinsi ya kuhudumia watoto na kulinda afya zao.

Toleo hili linajenga msingi uliowekwa tangu mwaka 1989 na matoleo tatu ya awali, katika kuelimisha familia na jamii mbalimbali kote duniani kuhusu ukuaji and malezi bora kwa watoto. Pia linatoa taarifa za kitafiti na majibu ya uhakika kwa maswali kuhusu afya ya mtoto, ukuaji haswa maendeleo kiakili na kimwili, na ulinzi kwa mtoto. Toleo hili limeandikwa kwa lugha nyepesi ambayo ni rahisi kuelewa na limeongeza sura nzima kuhusu ulinzi kwa mtoto haswa jinsi ya kumkinga dhidi ya majeraha pamoja na mazingira na tabia hatarishi. Pia limepanua sura inayoongalia uzazi salama kwa kuiongezea taarifa kuhusu afya ya mtoto mchanga.

Chapisho hili la **Ukweli Kuhusu Maisha** limetolewa kwa pamoja na mashirika yafuatayo: Mfuko wa Umoja wa Mataifa wa Kuhudumia Watoto (UNICEF), Shirika la Afya Duniani (WHO), Shirika la Umoja wa Mataifa la Elimu, Sayansi na Utamaduni (UNESCO), Mfuko wa Umoja wa Mataifa wa Idadi ya Watu (UNFPA), Shirika la Maendeleo la Umoja wa Mataifa (UNDP), Shirika la VVU/ UKIMWI la Umoja wa Mataifa (UNAIDS), Shirika la Chakula Duniani (WFP) na Benki ya Dunia.

Ukweli Kuhusu Maisha inaaminika kama hazina muhimu ya elimu kuhusu afya na malezi bora kwa mtoto. Nakala zaidi ya milioni 15 za matoleo ya awali zimechapishwa kwa lugha 215 tofauti na kusambazwa kote duniani.

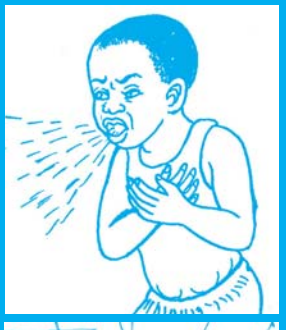
Aina ya Maswali Ukweli Kuhusu Maisha Itajibu

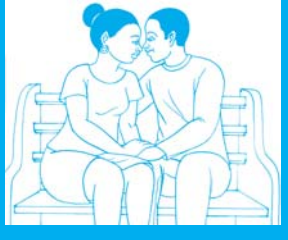
Je, nifanyaje?

- Mwanangu anaharisha.
- Binti wangu mdogo anakohoa sana.
- Mimi mjamzito na nina virusi vya UKIMWI (VVU).
- Nina wasiwasi na mwanangu anayefanya kazi mtaani.
- Watoto wetu wanataka kucheza kwenye viwanja vya wazi lakini kuna hatari ya mabomu ya kulipuka.
- Mtoto wetu haongezi uzito.
- Mjukuu wetu hataki kucheza na watoto wenzake.
- Mwanangu amepata nafasi ya kazi ya ndani kwenye familia fulani mjini lakini nina hofu bado ni mdogo sana.

Mada za Ukweli Kuhusu Maisha

- Uzazi wa mpango
- Uzazi salama na afya ya mtoto mchanga
- Mabadiliko ya mtoto na ujifunzaji wa awali
- Unyonyeshaji maziwa ya mama
- Lishe na ukuaji
- Chanjo
- Kuharisha
- Kikohozi, mafua na magonjwa mengine hatari zaidi
- Usafi
- Malaria
- Virisi vya UKIMWI (VVU)
- Ulinzi kwa mtoto
- Kuzuia majeraha
- Dharura: Utayari na jinsi ya kukabiliana nazo





Kwa Nini Ukweli Kuhusu Maisha?

Kila mwaka, watoto karibu milioni tisa wenye umri chini ya miaka mitano hupoteza maisha yao kutokana na magojwa yanayoweza kuzuilika. Wengi hufariki kwenye umri wa mwaka mmoja na wengi hata zaidi huishi kwenye mazingira magumu na hali duni ambayo inakwaza ukuaji wao. **Ukweli Kuhusu Maisha** inaweza kusaidia kuondoa au kupunguza hali hiyo kwa kuijengea familia na jamii uwezo wa kujifunza tabia zinazoboresha uhai wa mtoto, ukuaji wake kimwili, kiakili na kiuwezo pamoja na ulinzi wake. Ni rasilimali muhimu katika kujenga mazingira bora ya kulinda afya ya mtoto ndani ya kaya, jamii hata shuleni.

Ukweli Kuhusu Maisha inatoa ushauri jinsi ya kuufanyia kazi ujumbe muhimu na taarifa za ziada kuhusu mada mbalimbali. Pia inatoa maelekezo jinsi ya kuelimisha familia na jamii na kuwajengea uwezo wa kujifunza tabia zinazoboresha uhai, ukuaji na afya za watoto.

Tovuti ya Ukweli Kuhusu Maisha (www.factsforlifeglobal.org) itakuwezesha kupata taarifa ya ziada, kushiriki katika majadiliano ya mtandao na kubadilishana taarifa na nyenzo nyingine zinazohusika. Maoni ya wasomaji kuhusu kitabu hiki yatasaidia kukiboresha na kukifanya kiwe chenye faidi zaidi.

Nani Anapaswa Kutumia Ukweli Kuhusu Maisha?

Kila mtu, wahudumu wa afya wanaweza kukitumia kusaidia jamii kujifunza tabia zinazoboresha uhai, ukuaji na afya za watoto. Waalimu wanaweza kutumia kuwasaidia watoto kujifunza stadi za maisha. Waandishi wa habari wanaweza kutumia kwa kuandika makala kuhusu haki za watoto.

Ukweli Kuhusu Maisha inatoa taarifa muhimu kwa watunga sera, wataalamu wa afya, elimu na maendeleo ya jamii, pamoja na wahudumu wa jamii wa kujitolea, maafisa wa serikali, wasanii, waandishi, waburudishaji, wanamichezo, wanachama wa vyama vya wanawake na vijana, na asasi za kiraia, kidini na kijamii, na mashirika ya kimataifa. Ni chanzo cha habari na chombo chenye msaada mkubwa, kwani:

- Kitawezesha familia na jamii kuongeza uelewa ambao unaweza kusaidia kusimamia na kulinda haki za msingi za watoto
- Kutetea sera na mipango kuhusu afya na maendeleo ya watoto

Ukweli Kuhusu Maisha Hutumika Wapi?

Ukweli Kuhusu Maisha inatumika katika nchi zote duniani. Kitabu hiki kinaweza kusaidia mtu yeyote ambaye anajali afya, ukuaji, ujifunzaji, ulinzi na huduma bora kwa watoto.

Ujumbe unaopatikana katika Ukweli Kuhusu Maisha zinaweza kutumika katika runinga, maonyesho kama vile tamthilia, mahojiano na matangazo ya redioni, sinema, mtandao wa intaneti, michoro ya kikatuni, vichekesho, vitabu vya shule, na zaidi.

Ninawezaje Kupata Nakala?

Toleo hili kwa kiingereza linapatikana katika tovuti **www.factsforlifeglobal.org** Mtu yeyote, popote, anaweza kutumia nakala hiyo kutoa nakala zaidi kwa gharama nafuu.

Ukweli Kuhusu Maisha ni rasilimali ya umma - nchi yoyote inaweza kuitafsiri kwa lugha yoyote na kuitumia kuwezesha raia yake kusaidia watoto kuwa na mwanzo mzuri wa maisha.

unicef
unite for children

World Health Organization

UNESCO
United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

UNFPA

UNDP

UNAIDS
JOINT UNITED NATIONS PROGRAMME ON HIV/AIDS
UNHCR UNICEF WFP UNDP UNFPA UNODC ILO UNESCO WHO WORLD BANK

WFP
World Food Programme
wfp.org

THE WORLD BANK