# Uelekeo

*Leo yetu ndiyo kesho yetu*

UMG Kasi na Ubora


## Zijue athari za unywaji pombe kwa mjamzito

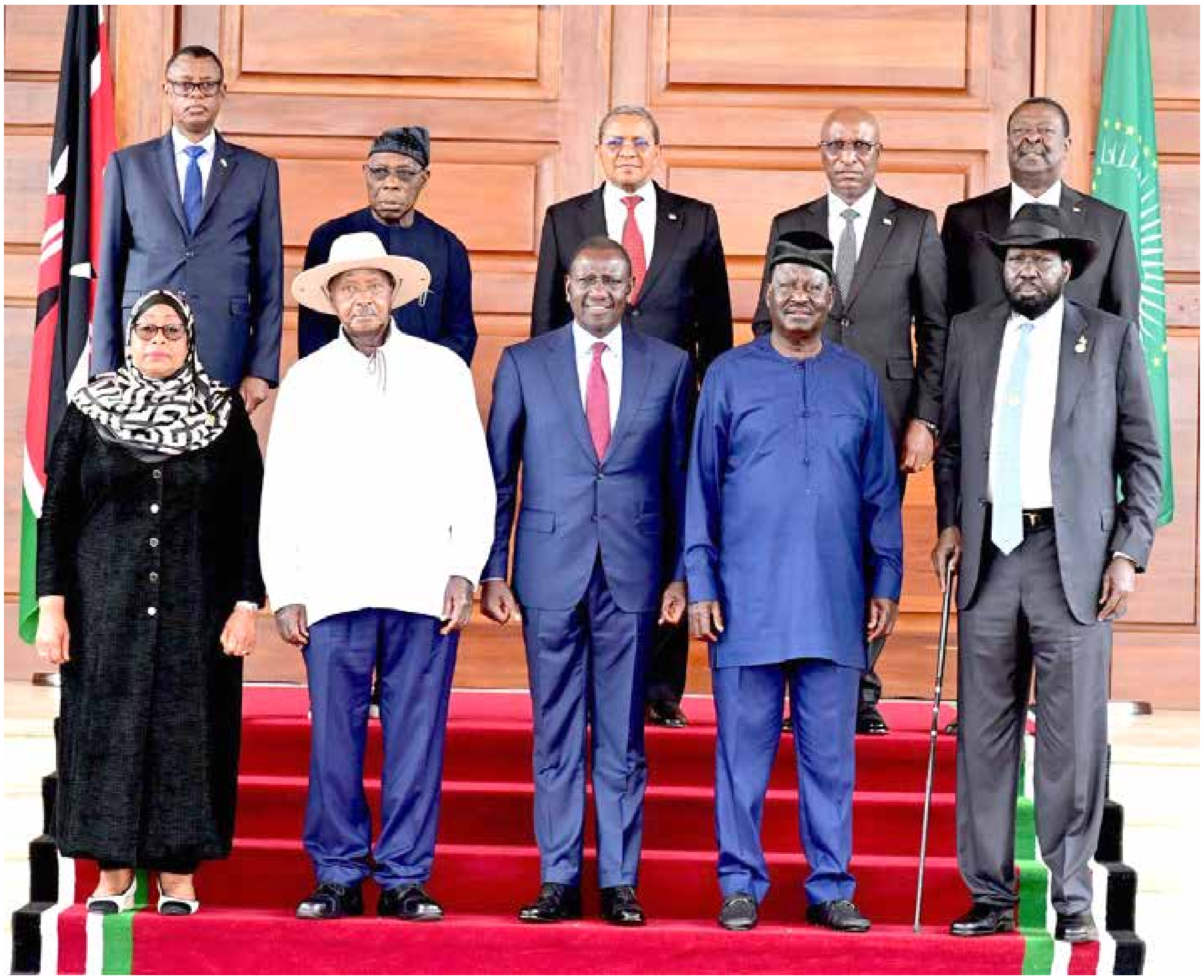
Uk. 8

| ISSN 2953-2787 | Toleo Na. 00080 | Bei Tanzania sh 1,000 | Jumatano Agosti 28 - Septemba 3, 2024 |

# 'Odinga anatosha, achaguliwe'

## ● Rais Samia aahidi kumpa ushirikiano

Uk. 4



## ...Kufungua kikao cha Wakuu wa taasisi za umma Arusha

Uk. 4

## AG ala kiapo cha uaminifu Bungeni

Uk. 2

## Gazeti la UELEKEO lanogesha na kupambisha Tamasha la Kizimkazi

Uk.3

## ...afanikisha utekelezaji mradi wa Kabanga Nickel

**Na Mwandishi Wetu**

MIKAKATI ya Rais Dk. Samia Suluhu Hassan katika mashauriano kwenye Mkutano wa Marekani na Afrika uliofanyika mwaka 2022 na ujio wa Makamu wa Rais wa Marekani, Kamala Harris nchini Machi, mwaka jana, umeleta mafanikio.

Waziri wa Madini, Anthony Mavunde, alisema hayo... Uk. 2

**Huduma za afya** Mchina aliyejifungua mapacha watatu Dar atoa tano Uk.3

## MKUTANO WA MAREKANI, AFRIKA:

# Samia afanikisha utekelezaji mradi wa Kabanga Nickel

Rais Dk. Samia Suluhu Hassan

**Na Mwandishi Wetu**

MIKAKATI ya Rais Dk. Samia Suluhu Hassan katika mashauriano kwenye Mkutano wa Marekani na Afrika uliofanyika mwaka 2022 na ujio wa Makamu wa Rais wa Marekani, Kamala Harris nchini Machi, mwaka jana, umeleta mafanikio.

Waziri wa Madini, Anthony Mavunde, alisema hayo juzi wakati wa mazungumzo yake na ujumbe maalum kutoka kwa kampuni mama ya Tembo Nickel pamoja na Serikali ya Marekani kupitia kwa Balozi wa Marekani nchini Michael Battle.

Serikali ya Tanzania ni mbia katika Kampuni ya Tembo Nickel.

Ujumbe wa Marekani uliongozwa na Helaina Matza, ambaye ni Mratibu Maalum wa Idara ya Mambo ya Nje ya Marekani kwa Ajili ya Mpango maalum wa nchi saba zilizoendelea zaidi kiuchumi Duniani (G7).

Alisema ujumbe huo ulibeba malengo ya kuwezesha miradi mbalimbali ya kimkakati (PGII) na pia unathibitisha kuwa Tanzania ni nchi inayovutia wawekezaji na mazingira ya uwekezaji ni rafiki.

Alisema Serikali ya Marekani imesisitiza nia ya kushiriki katika kuendeleza Mradi wa Kabanga Nickel na Kampuni ya BHP imeweka mkazo wa ushiriki wake katika mradi huo ambao ni kati ya miradi mikubwa na kielelezo katika sekta ya madini nchini.

Waziri Mavunde alitoa shukrani kwa Rais Dk. Samia kwa kuimarisha zaidi uhusiano na Marekani ambao ndiyo umeleta mafanikio haya.

"Mafanikio haya yanatokana na mikakati ya Rais Dk. Samia katika mashauriano yake kwenye Mkutano wa Marekani na Afrika uliofanyika mwaka 2022 na pia ujio wa Makamu wa Rais wa Marekani Kamala Harris wakati wa ziara yake Tanzania mwezi Machi 2023," alisema.

Waziri Mavunde alipata wasaa wa kukutana na Afisa Mkuu wa Maendeleo wa Kampuni ya BHP, Catherine Raw, aliyekuja nchini kutazama maendeleo ya Mradi wa Kabanga Nickel na kuisisitizia Serikali ya Tanzania nia ya kushiriki katika kuendelea mradi huu ambao unaenda sambamba na ujenzi wa kiwanda kikubwa cha kusafisha madini kitakachojengwa wilayani Kahama, Mkoa wa Shinyanga uwekezaji utakaogharimu zaidi ya Dola milioni 500.

Waziri Mavunde alisema juzi na kusisitiza kwamba utekelezaji wa mradi huo wa madini mkakati, ni muhimu kwa wakati huu kwa kuwa madini haya yanahitajika sana duniani hususani kwa ajili ya mageuzi ya nishati.

# ... atenga bil. 14/- fidia wanaopisha mradi wa magadi soda Engaruka

**Na Mwandishi Wetu**

SERIKALI ya Awamu ya Sita inayoongozwa na Rais Dk. Samia Suluhu Hassan, imetenga zaidi ya Sh. bilioni 14 kwa ajili ya kulipa fidia wakazi wa Kata ya Engaruka, Wilaya ya Monduli mkoani Arusha ili kupisha ujenzi wa kiwanda cha magadi soda unaotarajiwa kuanza utekelezaji hivi karibuni.

Waziri wa Viwanda na Biashara, Dk. Suleimani Jafo, aliwahakikishia wakazi wa eneo hilo kuwa kila anayestahili kulipwa fidia, atapewa haki yake.

Alisema hayo alipotembelea Mradi wa Kimkakati wa Magadi Soda ulioko Engaruka wilayani Monduli kujionea hatua mbalimbali zilizofikiwa katika utekelezaji wake.

Mradi huo unaotekelezwa na Shirika la Taifa la Maendeleo (NDC) kwa lengo la kujionea hatua mbalimbali zilizofikiwa katika utekelezaji wa mradi huo ikiwa ni ni muendelezo wa ziara yake Mkoa wa Arusha.

Aliwataka kuacha udanganyifu kwenye ulipwaji wa fidia kwa kuwa Serikali ilishafanya uhakiki wa majina kwa wote wanaostahili kulipwa.

Aidha, aliushauri uongozi wa Wilaya ya Monduli kupima maeneo yote yanayozunguka mradi huo ili kuwezesha ujenzi wa makazi viwanda na biashara mbalimbali kwa mpangilio unaovutia.

Vile vile, alisema Seikali itaendelea na utekelezaji wa ujenzi wa miundombinu muhimu kama barabara, maji na umeme ili kurahisisha utekelezaji wa mradi huo kwa urahisi ikiwemo ubebaji na ufungaji wa mitambo mbalimbali ya kiwanda hicho cha kuchakata madini hayo muhimu ambayo ni wezeshi kwa viwanda vingi vya uzalishaji wa vioo, dawa na bidhaa mbalimbali.

Naye Mkuu wa Wilaya ya Monduli, Festus Kiswaga akiwa na Katibu Tawala wa Wilaya ya Monduli, Muhsin Kassim, alisema wapo tayari kupokea mradi huo huku wakitoa rai kwa wananchi kuchangamkia fursa zitakazotokana na utekelezwaji wa mradi huo.

Kwa upande wake, Mkurugenzi Mwendeshaji wa Shirika la Taifa la Maendeleo (NDC) Dk. Nicolaus Shombe, alibainisha kuwa NDC kama mwekezaji kwa niaba ya Serikali, tayari imekamilisha hatua mbalimbali za kuelekea kuanza kwa utekelezaji wa mradi huo.

Alitaja hatua hizo kama kufanya tafiti za kiasi na ubora wa magadi, upembuzi yakinifu, tathmini ya athari kwa mazingira, uthamini wa mali za wananchi watakaopisha mradi na usanifu wa ujenzi wa kiwanda hicho ambacho kitakapokamilika, kitakuwa na uwezo wa kuzalisha kimiminika cha magadi soda tani milioni moja kwa mwaka.

Wakizungumza kwa niaba ya wananchi wa Engaruka, viongozi wa eneo hilo wakiwemo Diwani na Mtendaji wa Kata ya Engaruka pamoja na wenyeviti wa vijiji vya Engaruka Juu, Engaruka Chini, Irerendeni pamoja na Oldonyo Lengai, walionyeshwa kufurahishwa na hatua ya Serikali kuamua kutekeleza mradi huo utawakaowaletea maendeleo ya kiuchumi na kijamii.

Mwanasheria Mkuu wa Serikali (AG), Hamza Johari

# AG ala kiapo cha uaminifu Bungeni

**Na Mwandishi Wetu**

MWANASHERIA Mkuu wa Serikali (AG), Hamza Johari, ameapa kiapo cha uaminifu bungeni jana.

Kiapo chake kilifanyika mbele ya Spika wa Bunge, Dk. Tulia Ackson, katika kikao cha kwanza cha Mkutano wa 16 wa Bunge.

Johari aliteuliwa na Rais, Dk. Samia Suluhu Hassan kushika wadhifa huo Agosti 14, mwaka huu, akichukua nafasi ya Jaji Eliezer Feleshi ambaye aliteuliwa kuwa Jaji wa Mahakama ya Rufani.

Mwanasheria Mkuu ndiye mshauri mkuu wa kisheria wa Serikali na Bunge akiwa na jukumu la kusimamia masuala ya kisheria.

# Gazeti la UELEKEO lanogesha na kupambisha Tamasha la Kizimkazi

**Na Prosper Mhadisa, Kizimkazi**

TAMASHA la Kizimkazi lililofanyika visiwani Zanzibar, ni miogoni mwa matamasha yenye mvutokuwahi kutokea visiwani humo.

Ni Tamasha ambalo lilikuwa la kipekee zaidi, kwani mgeni rasmi wa Tamasha hilo, alikuwa ni Rais wa Dk. Samia Suluhu Hassan, ambaye uwepo wake uliongeza hadhi ya tamasha hilo.

Moja ya vitu vilivyonogesha na kulipambisha tamasha hilo, ni uwepo wa gazeti la UELEKEO (Toleo Maalum) lililodadavua kwa kina malengo, fursa na umuhimu wa Tamsha la Kizimkazi.

Kupitia gazeti hilo, wananchi walielewa na kuuona umuhimu wa Tamasha ikiwa ni pamoja na kukuza utalii wa Zanzibar kupitia maeneo hayo ya Kizimkazi sambamba na kuleta fursa za ajira kwa vijana kutokana na shughuli zote zitakazozalishwa katika maeneo hayo.

Shauku kubwa katika Tamasha hilo ilikuwa ni namna ambayo wakazi wake walivyolipokea Gazeti la UELEKEO lenye taarifa za kina kuhusu Tamasha lao.

Wakazi wa eneo hilo walioneshwa kufurahishwa na taarifa zilizoandikwa katika gazeti hilo huku wengi wao wakiwapongeza Wahariri kwa uandishi wao wa umakini huku wakisema uandishi wao umezingatia nyanja zote za kimaisha ikiwemo siasa, uchumi na michezo.

Mara tu gazeti lilipowasili kwenye mikono ya wasomaji, walianza kulisoma papo hapo huku

wengi wao wakishindwa kujizuia na kusema uzuri wa gazeti hilo kitaarifa na kimuonekano.

"Nilipoona gazeti limenifikia mikononi mwangu, nilifurahi sana na kuanza kulisoma pao hapo,

Sikusubiri nipitwe hata sekunde yoyote ile. Moja ya mambo muhimu yaliyonivutia katika gazeti hili ni kuona taarifa za kina kuhusu ngoma za kitamaduni, muziki na taarifa zote zilizokuwa zikieleza kuhusu utamaduni wa Kizimkazi," alisema msomaji mmoja ambaye hata hivyo, hakutaka jina lake lichapishwe.

Toleo hilo halikugusa tu watu wa Kizimkazi, bali pia lilihamasisha kuthamini zaidi mila za Zanzibar kwa ujumla. Ripoti ya kina ya gazeti hilo kuhusu tamasha hilo ilianzishwa mazungumzo mkoani kote na wengi walieleza matumaini kwamba habari hizo zitasaidia kuhifadhi na kukuza urithi wao.

---

# Mchina aliyejifungua mapacha watatu Dar atoa 5 kwa huduma

**Na Mwandishi Wetu**

RAIA wa China, Liya Zhang (31), ambaye amejifungua watoto mapacha watatu wa kiume katika Hospitali ya Regency ya jijini Dar es Salaam, ameshukuru kwa huduma nzuri alizopata.

Raia huyo wa kigeni, alijifungua watoto hao Jumapili usiku hospitalini hapo na anaendelea vizuri pamoja na wanawe.

Akizungumza hospitalini hapo, Liya alisema awali wakati anahudhuria kliniki, alidhani kuwa ana ujauzito wa mtoto mmoja, lakini baada ya vipimo, aliambiwa ana watoto watatu.

"Nawashukuru sana madaktari bingwa wa watoto, Dk. Rahim na Dk. Supriya Khan, kwa namna walivyonihudumia tangu awali mpaka najifungua, nimepata huduma nzuri na watoto wangu kama unavyowaona wako vizuri kabisa," alisema Liya kwa lugha ya Kiswahili fasaha.

Liya alisema si mara yake ya kwanza kujifungua hospitalini hapo kwani mwaka 2009, alijifungua mtoto wa kwanza wa kike hospitalini hapo na baadaye akajifungua mapacha wawili wa kiume na sasa watoto wa kiume watatu.

"Nilipata mtoto mmoja wa kike mwaka 2009 na baadaye nikapata mapacha wawili wa kiume na juzi Jumapili nimepata mapacha watatu kwa hiyo sasa

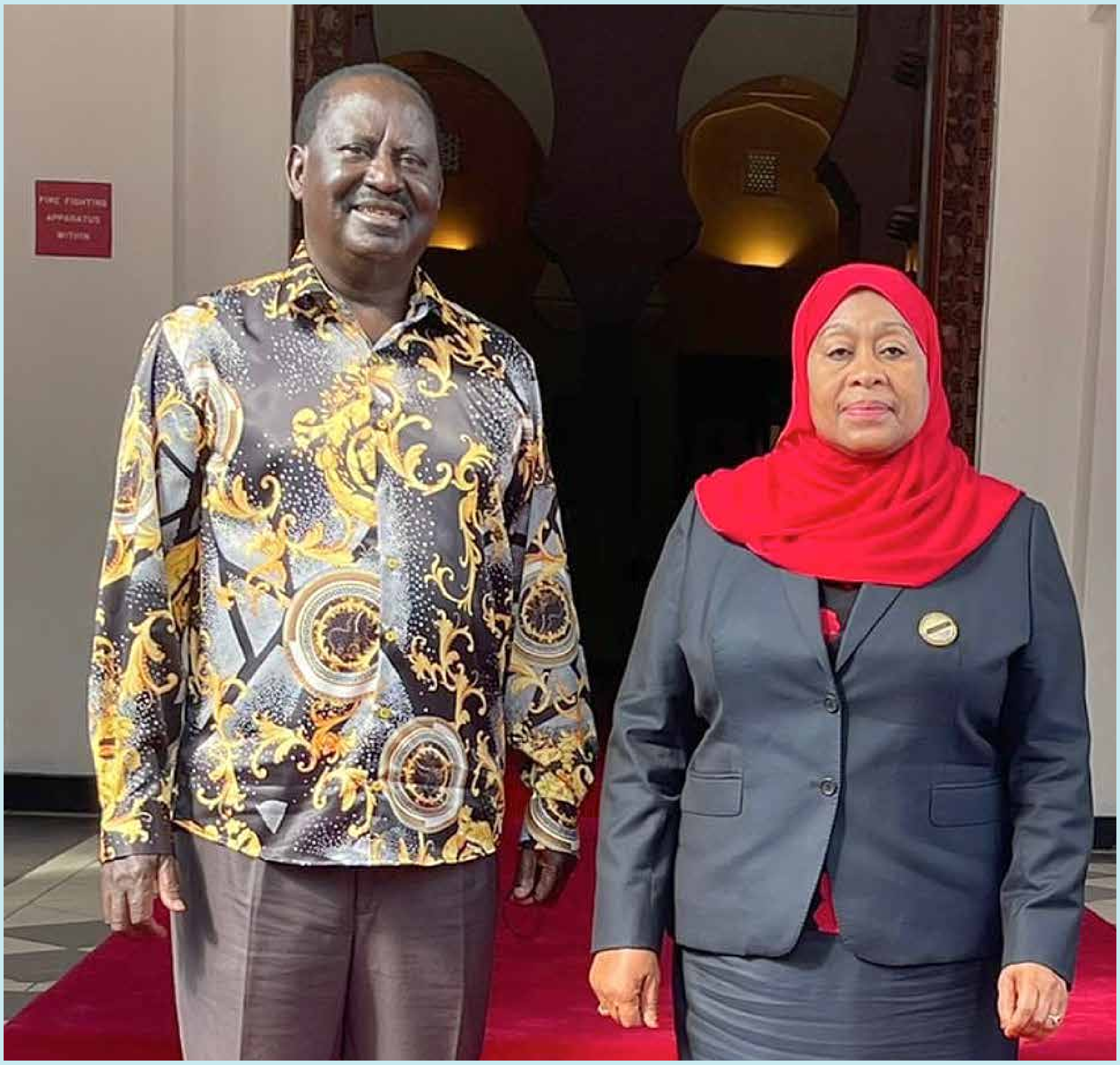
nina jumla ya watoto watano na wote nimejifungua katika hospitali hii hii , nadhani nitakuwa nimemaliza, kwa kweli inatosha," alisema Liya huku akicheka kwa nguvu.

Daktari Bingwa wa watoto wa Regency, Dk. Rahim alisema wamekuwa wakimhudumia Liya tangu uzao wake wa kwanza ambapo alipata mtoto wa kike hospitalini hapo na ujauzito wa pili ambapo alifanikiwa kupata watoto wa kiume mapacha.

"Na huu ni ujauzito wake wa tatu ambapo amefanikiwa kupata mapacha watatu wote wa kiume na uzuri ni kwamba ana imani na sisi kwa muda mrefu kwani kila anapotaka kujifungua, hufika hapa na tunashukuru watoto wake wote wanaendelea vizuri ," alisema na kuongeza:

"Tumekuwa tukihudumia wanawake wengi wanaojifungua, lakini hii ni mara ya kwanza hapa Regency kuhudumia mwanamke kupata watoto watatu. Hii ni habari njema kwetu sote," alisema.

# Samia: Odinga anatosha, achaguliwe



Rais Dk. Samia Suluhu Hassan na Raila Odinga

**Na Mwandishi Wetu**

RAIS Dk. Samia Suluhu Hassan, amesema Serikali ya Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, imeidhinisha jina la Raila Omolo Odinga, kuwa mgombea wa nafasi ya Uenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika (AU).

"Tunaihakikishia Serikali ya Kenya kwamba Tanzania inamuunga mkono Odinga kama mgombea wa nafasi ya Mwenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika na Tanzania inasema: 'Baba anatosha na achaguliwe.'

Rais Dk. Samia alisema hayo katika hafla ya uzinduzi wa Kampeni ya Odinga kugombea nafasi hiyo iliyofanyika Ikulu ya Nairobi, Kenya jana.

Uzinduzi huo ulihudhuriwa na wakuu wa nchi mbalimbali.

Kwa upande wao, Mwenyekiti wa Jumuiya ya Afrika Mashariki (EAC), Rais Salva Kiir wa Sudan Kusini na Yoweri Kaguta Museveni wa Uganda, waliunga mkono jina la Odinga kugombea nafasi hiyo.

Alisema Tanzania inamtambua Odinga kama mmoja wa kiongozi wa Pan Africanism (mwanaharakati anayelenga kuunganisha watu wote duniani walio Waafrika au wenye asili ya Afrika) anayeamini katika mtangamano wa Afrika na katika utendaji wake.

Alisema Mhandisi Odinga anajua kikamilifu mahitaji ya Umoja wa Afrika na kuweka kando mapengo ya kimaendeleo katika kimiundombinu na kuondoa vikwazo Afrika.

Odinga, kiongozi wa upinzani nchini Kenya na Waziri Mkuu mstaafu, amejaribu mara tano kugombea urais na kushindwa.

Katika kinyang'anyiro cha kuwania nafasi ya Mwenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika, Odinga yupo na wagombea wengine kutoka Djibouti, Mauritania na Madagascar.

Jumuiya ya Afrika Mashariki (EAC), imepewa nafasi ya kutoa mrithi wa Mwenyekiti wa sasa Mousa Faki, raia wa Chad ambaye amekuwa akishikilia wadhifa huo tangu mwaka wa 2017.

Odinga amewahi kusema wakati akiwasilisha hati zake za kuwania kugombea nafasi hiyo kuwa ana uwezo wa kutatua changamoto zinazokabili umoja huo na kufanikisha malengo yake kama Mwenyekiti wa Kamisheni ya AU, iwapo atashinda kinyang'anyiro hicho.

Uchaguzi wa AUC umepangwa kufanyika Februari, mwakani wakati wa Mkutano wa AU.

# ...kufungua kikao cha Wakuu wa taasisi za umma Arusha

**Na Mwandishi Wetu, Arusha**

RAIS Dk. Samia Suluhu Hassan, leo anatarajiwa kufungua kikao kazi cha wakuu wa taasisi za umma nchini.

Mwaka mwaka jana, kikao kama hicho kilifanyika kwa lengo la kujadili maendeleo na changamoto zinazokabili taasisi za umma, kuboresha utendaji na huduma kwa wananchi na kupanga mikakati ya maendeleo ya muda mrefu.

Baadhi ya mada na majadiliano ambayo yalikuwa sehemu ya mkutano wa wakuu wa taasisi za umma nchini Tanzania mwaka jana zilihusu:

1. Mikakati ya kuboresha utendaji

Kuweka mikakati ya kuongeza ufanisi na uhalisia katika taasisi za umma. Hii ni pamoja na kuboresha taratibu, kupunguza urasimu na kuongeza uwazi.

2. Huduma kwa wananchi

Mkutano huo ulijadili jinsi ya kuboresha huduma zinazotolewa kwa wananchi, ikiwa ni pamoja na afya, elimu na miundombinu.

**Uendeshaji wa fedha**

Kupitia mipango ya matumizi ya fedha za umma na kuhakikisha kuwa kuna uwazi na uwajibikaji katika matumizi ya fedha hizo.

**Teknolojia na uboreshaji wa mfumo**

Kujadili jinsi ya kutumia teknolojia kuboresha mifumo ya utendaji na huduma za umma na kuimarisha uwezo wa taasisi katika kutumia teknolojia ya kisasa.

**Hali ya maendeleo ya jamii**

Kutathmini hali ya maendeleo ya jamii na kujadili changamoto zinazokabili maendeleo katika maeneo mbalimbali.

**Baadhi ya vipengele na matukio muhimu yaliyojiri:**

1. Lengo na maudhui

Mkutano huu ulilenga kutathmini hali ya taasisi za umma, kubaini changamoto na fursa na kupanga mikakati ya kuboresha utendaji. Maudhui ya mkutano yalikuwa na msisitizo kwenye:

• Uimarishaji wa utendaji wa taasisi za umma

Kuboresha ufanisi, kuongeza uwajibikaji na kupunguza urasimu.

• Huduma bora kwa wananchi

Kuangalia jinsi huduma zinazotolewa kwa wananchi zinavyohitajika kuboreshwa.

**2. Mada na majadiliano**

Mkutano ulikuwa na majadiliano ya kina kuhusu masuala mbalimbali muhimu, ikiwa ni pamoja na:

• Mikakati ya utendaji

• Kuimarisha mifumo ya kazi na kuboresha utendaji wa taasisi, kwa lengo la kuharakisha huduma na kuboresha matokeo.

• Rasilimali Watu: Kuboresha usimamizi wa rasilimali watu, kutoa mafunzo na kuimarisha ujuzi wa wafanyakazi wa umma.

•Teknolojia: Kuanzisha na kuboresha mifumo ya teknolojia ili kuongeza ufanisi na uwazi katika utendaji wa taasisi za umma.

**3. Changamoto zilizojitokeza**

• Uendeshaji wa fedha

Changamoto katika usimamizi wa fedha, matumizi yasiyo ya tija na ukosefu wa uwazi kwenye matumizi ya fedha za umma.

• Ukosefu wa vifaa na miundombinu

Baadhi ya taasisi zilikabiliwa na changamoto za ukosefu wa vifaa vya kutosha na miundombinu bora.

• Ushirikiano na mshikamano

Uhitaji wa kuboresha ushirikiano kati ya taasisi na sekta binafsi pamoja na kuongeza mshikamano kati ya vitengo vya serikali.

**4. Maazimio na mikakati**

•Kuweka mfumo wa kielektroniki: Kuanzisha mifumo ya usimamizi wa kielektroniki ili kuimarisha uwazi na kupunguza urasimu.

• Kuwajengea uwezo watumishi

Kuendeleza mafunzo kwa watumishi wa umma ili kuwa na timu yenye ujuzi na ufanisi.

• Kuweka miundombinu imara

Kuwekeza katika miundombinu bora ili kuhakikisha taasisi zinaweza kutoa huduma kwa ufanisi.

**5. Matokeo na hatua zilizochukuliwa**

• Ripoti na Mapendekezo

Kutolewa kwa ripoti rasmi yenye mapendekezo ya hatua zitakazochukuliwa ili kuboresha hali ya taasisi za umma.

• Mikakati ya Utekelezaji

Kuanzishwa kwa mikakati ya utekelezaji na mipango ya muda mrefu ili kufuatilia maendeleo na kuhakikisha maazimio yanatekelezwa kwa ufanisi.

**UFUFUAJI** wa mradi wa Kawe ni hatua muhimu katika kushughulikia changamoto za makazi zinazowakabili wakazi wa Kawe na Dar es Salaam kwa ujumla. Baada ya kusimama kwa takriban miaka sita, mradi huu muhimu sasa unaendelea kutokana na dhamira thabiti ya Shirika la Nyumba la Taifa (NHC) na uongozi madhubuti wa Rais Samia Suluhu Hassan.

Juhudi za NHC zinaelekea kubadilisha mandhari ya makazi, kutoa nafuu na fursa kwa maelfu ya wakazi, na kuboresha hadhi ya wakazi watakaopata fursa ya kuishi kwenye makazi hayo.

### Maendeleo na Uwekezaji

Mradi wa Kawe unaendelea kwa kasi na unaahidi kutoa suluhisho la kisasa na nafuu la makazi, hivyo kuboresha hali ya maisha kwa wakazi wake. Utasaidia kupunguza upungufu wa nyumba, kupunguza msongamano, na kuchangia katika maendeleo ya kiuchumi na kijamii ya eneo hili.

Umma utapata manufaa makubwa kutoka kwa miundombinu iliyoboreshwa, hali bora za kuishi, na ongezeko la thamani ya mali ambalo mradi huu utaleta.

Lengo kuu la NHC ni kuhakikisha upatikanaji wa makazi bora kwa Watanzania. Majukumu ya NHC ni pamoja na kujenga nyumba za makazi na majengo mengine kwa ajili ya kuuza, kujenga majengo kwa ajili ya miradi rasmi, kutoa vifaa vya ujenzi, kusimamia biashara ya nyumba na majengo, na shughuli nyingine zilizoidhinishwa na Serikali.

Makazi ni hitaji muhimu kwa binadamu na huleta upendo, tumaini, na ndoto zinazotimia.

Nyumba za makazi zinaweza kuwa za kupanga au za kujenga, ambapo mhusika ana mamlaka kamili.

### Changamoto na Suluhisho

Watanzania wengi wanaishi katika nyumba za kupanga kutokana na tofauti za kipato na hali ya maisha. Hata hivyo, baadhi ya nyumba hizi za kupanga zimekuwa na changamoto, ikiwemo kutokaa kwa muda mrefu na kuhama kutoka sehemu moja kwenda nyingine. NHC imekuwa suluhisho kwa upatikanaji wa nyumba bora za kupanga kwa haraka, rahisi, na gharama nafuu.

### Mradi wa 711 Kawe Residence

Tanzania imepiga hatua kubwa katika sekta ya ujenzi, hasa katika Jiji la Dar es Salaam, ambalo lina majengo makubwa na ya kisasa. Miongoni mwa miradi inayojenga sura mpya ya Tanzania ni Mradi wa 711 Kawe Residence, unaomilikiwa na NHC. Mradi huu wa makazi, unaojulikana kama "Seven Eleven Kawe Residence," unajumuisha nyumba 422 za kuuzwa zilizopo kwenye majengo nane yenye ghorofa 18 kila moja, zikiwa katika eneo la Kawe, Dar es Salaam.

### Asili ya Jina "Seven Eleven"

Jina la mradi huu, "Kawe Residence," limetokana na viwanja vya awali vya NHC vilivyokuwa vinamilikiwa kama namba 711 na 712. Rais wa Jamhuri ya Muungano waTanzania, Mhe. Dkt. Samia Suluhu Hassan, ameendeleza kwa kasi mradi huu wenye thamani ya bilioni 169.9.

### Maendeleo ya Ujenzi

Mradi ulianza rasmi Novemba 2014, lakini ulisimama mwaka 2018. Hata hivyo, kutokana na jitihada za Rais Samia, NHC ilipewa ruhusa ya kukopa ili kuendeleza mradi huu. Ujenzi, unaoendelea kwa sasa, unatarajiwa kukamilika mwezi Aprili 2026 kwa gharama ya shilingi bilioni 169.9.

### Huduma na Vifaa vya Kisasa

Mradi huu unajumuisha nyumba za aina nne:

1. Vyumba viwili kawaida (24)
2. Vyumba vitatu kawaida (254)
3. Vyumba vitatu vya kifahari (128)

**4. Vyumba vinne vya kifahari (16)**

Kila nyumba inajitosheleza kwa huduma muhimu kama sebule, eneo la kulia chakula, maliwatya wageni, na jiko kubwa la kisasa. Pia, kuna maegesho ya magari, sehemu za michezo, maeneo ya mbio za riadha na baiskeli, Club House, na eneo maalum la kukusanyia taka.

### Fursa za Uwekezaji

NHC imekusanya shilingi bilioni 2.9 kutokana na mauzo ya nyumba katika mradi huu. Mauzo yanaendelea kwa kasi, na wateja kutoka ndani na nje ya nchi wana hamu kubwa ya kuwekeza.

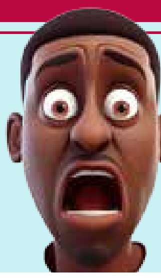
NHC inahamasisha Watanzania wote, wakiwemo waishio nje ya nchi (Diaspora), kuchangamkia fursa hii kwa kuwasiliana na ofisi za Shirika, au kupitia tovuti yao ya www.nhctz.com.

### Hitimisho

Mradi wa 711 Kawe Residence ni kielelezo cha uwekezaji mkubwa na maendeleo ya kisasa yanayotekelezwa na NHC. Ujenzi huu uatarajiwa kubadilisha kabisa mandhari ya Dar es Salaam na kutoa makazi bora kwa Watanzania. Huu ni mfano wa jinsi Tanzania inavyoendelea mbele kwa kasi katika kuboresha miundombinu na kuboresha maisha ya wananchi wake.

# Maoni ya Mhariri & Uchambuzi

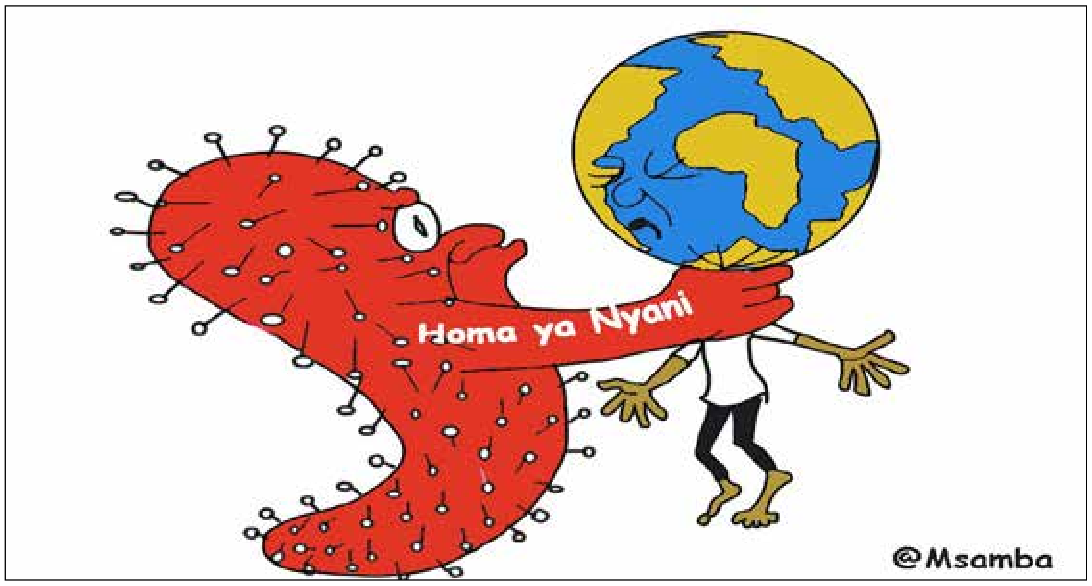
HII NI KERO



## Uvaaji mavazi yasiyo na maadili

KUNA baadhi ya watu hususan vijana wana tabia ya kuvaa mavazi yasiyo na maadili katika jamii. Utakuta binti wa kike anavaa nguo fupi na zinazobana, huku vijana wa kiume wakivaa nguo chini ya makalio kuonesha nguo za ndani. Hayo si maadili yetu sisi Watanzania wenye kujali mila na desturi zetu.

Ushauri wangu kwenu ni muhimu kuvaa nguo zenye staha ili kulinda heshima na thamani ya utu wako kwani utakuwa kielelezo kizuri kwa jamii inayokuzunguka.




MAONI YA MHARIRI

# Hakika Odinga anatosha M/kiti Kamisheni ya AU

JANA, Rais Dk. Samia Suluhu Hassan, alikuwa ni mmoja wa Wakuu wa Nchi waliohudhuria hafla ya uzinduzi wa Kampeni ya Odinga kugombea nafasi ya Mwenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika (AU).

Hafla hiyo ilifanyika Ikulu jijini Nairobi, nchini Kenya.

Rais Dk. Samia alitamka bayana kwamba Serikali ya Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, imeidhinisha jina la Raila Omolo Odinga, kuwa mgombea wa nafasi ya Uenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika (AU).

"Tunaihakikishia Serikali ya Kenya kwamba Tanzania inamuunga mkono Odinga kama mgombea wa nafasi ya Mwenyekiti wa Kamisheni ya Umoja wa Afrika na Tanzania inasema: 'Baba anatosha na achaguliwe,' alisisitiza Rais Dk. Samia.

Tuunaamini kwamba Ondinga akishika nafasi hiyo, ataitendea haki na ndivyo hivyo hivyo, Mwenyekiti wa Jumuiya ya Afrika Mashariki (EAC), Rais Salva Kiir wa Sudan Kusini na Yoweri Kaguta Museveni wa Uganda, waliunga mkono jina la Odinga kugombea nafasi hiyo.

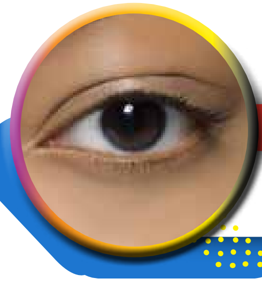
Rais Dk. Samia alisema Tanzania inamtambua Odinga kama mmoja wa kiongozi wa Pan Africanism (mwanaharakati anayelenga kuunganisha watu wote duniani walio Waafrika au wenye asili ya Afrika) anayeamini katika mtangamano wa Afrika na katika utendaji wake.

Kadhalika, alisema Mhandisi Odinga anajua kikamilifu mahitaji ya Umoja wa Afrika na kuweka kando mapengo ya kimaendeleo katika kimiundombinu na kuondoa vikwazo Afrika.

Tumuunge mkono Odinga, hakika anafaa

## Wasiliana nasi

**Mhariri Mkuu:** +255713263775 / +255748115000
**Mhariri wa Habari:** +255768411003
**Mhariri Michezo:** +255784122020
**Meneja Masoko/Biashara:** + 255718480406 / + 255733768825
**S. L. P:** 15110, Dar es Salaam
**Makao Makuu Mtaa:** Barabara ya Morogoro
**Jengo la:** Aura Mall
**Chumba Cha Habari:** +255 (0)222151532
**Email:** uelekeohabari@gmail.com



Hamid Yassin

JICHO LANGU

0768 888 787

# Tujihadhari mapema na Mpox

UGONJWA mwingine hatari na tishio wa Mpox (homa ya nyani) umeingia duniani na hivi sasa upo Barani Afrika tena nchi jirani za Congo DR, Kenya na Burundi wameshathibitisha kufikwa na balaa hilo.

Ingawa Serikali imethibitisha kwamba hapa Tanzania ugonjwa huu wa Mpox bado haujafika, lakini kwa kutangazwa kwa visa kadhaa vya ugonjwa huu kwa majirani zetu lazima tuanze kuchukua tahadhari.

Kuna mwingiliano mkubwa kwa raia wa nchi hizi hususani kule mipakani, hususani kwenye biashara ndogo ndogo hadi zile kubwa kama vile usafirishaji wa bidhaa kutoka taifa moja kwenda lingine.

Madereva wa wetu na wale wa hizi nchi jirani zilizokumbwa na ugonjwa huu kila siku wanavuka mipaka ya mataifa haya kusafirisha bidhaa mbalimbali, hivyo hapo unaweza kuona uwezekano wa kuweka ugonjwa huu kuingia nchini mwetu.

Serikali imesema tayari wameweka tahadhari kubwa kwenye mipaka yetu kwa mabangi ikiwemo kuwapima washukiwa wanaoingia nchini na kuweka mazingira wezeshi ya matibabu ya awali.

Lakini sisi binadamu ni watu ajabu sana, kila siku tunasikia zile njia za 'panya' wanazovukia wafanyabiashara ili kukwepa kodi kwenye njia halali za mipakani, hawa nao ni watu wa kuchungwa na kuogopwa kama ukoma.

> **Hatari zaidi ugonjwa huu unaoenezwa na virusi unaambukizwa kirahisi zaidi kwa njia kadhaa kama vile kugusana, kupiga chafya mbele ya watu, kujamiiana, kukumbatiana, kuvaliana nguo, kushirikiana katika kutumia mashuka, magodoro na kugusa vitu vilivyoguswa na mwaathirika wa ugonjwa huu!**

Hatari zaidi ugonjwa huu unaoenezwa na virusi unaambukizwa kirahisi zaidi kwa njia kadhaa kama vile kugusana, kupiga chafya mbele ya watu, kujamiiana, kukumbatiana, kuvaliana nguo, kushirikiana katika kutumia mashuka, magodoro na kugusa vitu vilivyoguswa na mwaathirika wa ugonjwa huu!

Na kama inavyojulikana kuwa, magonjwa yanayoambukiza kwa njia ya virusi mengi huwa sugu, kama tunavyofahamishwa na wataalamu wa afya kwamba virusi ya Mpox navyo ni sugu sana na vinaweza kuishi zaidi ya miaka 50!

Yaani hivi virusi vya ugonjwa huu Mpox unaotajwa kusababishwa na wanyama, ni sugu kuliko vile vya Corona (Covid 19). Wataalamu wanasema shughuli za kibinadamu kwa wanyama ndizo zilizosababisha kuhamia kwa binadamu.

Ieleweke kama yallivyo magonjwa yanayosababishwa na virusi ukiwemo Ukimwi hayana dawa, hata Mpox mpaka sasa hauna dawa; hivyo tahadhari zinatakiwa kuchukuliwa mapema ili kama utaingia nchini tujue jinsi ya kuukabili.

Kama wataalamu wa afya wanavyosema kila siku kuwa, kinga ni bora kuliko tiba! Tujiandae kujikinga kwa ugonjwa huu, kwani ukiingia hapa nchini utasambaa kwa kasi kubwa kutokana na jinsi unavyoambukizwa.

Tutaepuka vipi kugusana humu kwenye mikusanyiko ya watu kama ile ya kwenye usafiri wa daladala, masokoni, tutazikwepaje zile chafya zinazopigwa kwenye mikusanyiko ya watu?

Tujihadhari mapema kuzuia ugonjwa huu usiingie nchini na ikitokea umeingia basi tuwaandae wananchi kisaikolojia juu ya nini cha kufanya huku Serikali ikitafuta njia ya mwafaka ya kuukabili kama vile kuandaa dawa za kuufubaza ambazo inasemwa tayari zipo huko mataifa ya ughaibuni.

# Zijue athari za unywaji pombe kwa mjamzito

Kinababa wanywaji wa pombe, pia huchangia athari za afya kwa watoto wanaozaliwa

KWA zaidi ya miaka 50, wanasayansi wameonya juu ya hatari za kunywa pombe wakati wa ujauzito.

Utafiti wa hivi karibuni umegundua kuwa unywaji pombe hata mara moja kwa wiki, unaweza kuathiri ukuaji wa ubongo wa mtoto, ufahamu na tabia zake na sura ya uso.

Wataalamu wanasema hakuna kiwango salama cha pombe kwa mwanamke kunywa wakati wa ujauzito.

Pia kuna madhara ya kuharibika kwa mfumo wa neva, mtoto kuwa na uwezo mdogo wa kujifunza na kuchelewa kusema.

Kadiri hatari za unywaji pombe kwa mama zinavyoweza kumwathiri mtoto tumboni, athari za unywaji pombe kwa baba zinapuuzwa.

“Kwa miaka sasa, tumekuwa tukisikia hadithi kutoka kwa wanawake ambao husema, ‘sikuwahi kunywa wakati wa ujauzito, lakini sasa nina mtoto mwenye matatizo na mpenzi wangu wa kiume alikuwa mnywaji wa pombe kwa muda mrefu’,” anasema Michael Golding, mwanafiziolojia katika Chuo Kikuu cha Texas, A&M ambaye anatafiti juu ya pombe kwa mjamzito.

> Utafiti mmoja wa 2021 ulichunguza zaidi ya wanandoa nusu milioni nchini China, uligundua hatari ya mtoto kuzaliwa na mdomo uliopasuka, ugonjwa wa moyo wa kuzaliwa na matatizo ya njia ya utumbo ni kubwa ikiwa baba atakunywa pombe kabla ya mimba, hata kama mama hakunywa.

**Tatifi zinasemaje?**

Taarifa kama hizo kutoka kwa wanawake mara nyingi hupuuzwa.

Lakini tafiti za hivi karibuni zimegundua kuwa watoto ambao baba zao hunywa pombe, wako kwenye hatari kubwa ya kupata matatizo ya kiafya.

Utafiti mmoja wa 2021 ulichunguza zaidi ya wanandoa nusu milioni nchini China, uligundua hatari ya mtoto kuzaliwa na mdomo uliopasuka, ugonjwa wa moyo wa kuzaliwa na matatizo ya njia ya utumbo ni kubwa ikiwa baba atakunywa pombe kabla ya mimba, hata kama mama hakunywa.

Utafiti mwingine kutoka China uliangazia watoto 5,000 wenye matatizo ya moyo ya kuzaliwa na wengine 5,000 wasio na matatizo.

Iligundulika kuwa watoto walikuwa na hatari mara tatu zaidi ya kuwa na matatizo ya moyo ya kuzaliwa ikiwa baba ni mnywaji katika kipindi cha miezi mitatu kabla ya ujauzito kuliko

Inaendelea uk. 8

# Zijue athari za unywaji pombe kwa mjamzito

Inatoka uk. 7

ikiwa baba si mnywaji.

“Utafiti wetu unapendekeza kwamba kina baba wanapaswa kurekebisha unywaji wao wa pombe kabla ya kushika mimba kwa mama ili kupunguza hatari ya mtoto kuzaliwa na matatizo, kwa kuzingatia kuwa kiwango cha unywaji wa baba cha asilimia 31.0, huongeza hatari ya mtoto kuzaliwa na kasoro,” watafiti waliandika.

Watu wenye matatizo yaliyotokana na mzazi kunywa pombe, hulazwa mara nyingi hospitalini kuliko wale wasio kuwa na matatizo hayo na wana umri wa kuishi ambao ni asilimia 42 ya idadi ya watu kwa ujumla.

Unywaji pombe kwa wanaume, hautakuwa na athari ya ndiyo/hapana kwa watoto; lakini kadiri unavyokunywa, ndivyo unavyoongeza hatari kwa mtoto na matokeo yanavyozidi kuwa mabaya.

Kama ilivyo kwa sigara, kuna uthibitisho mzuri kuwa kuvuta sigara, kunatoa athari kwenye chembe za urithi.

Watoto wa kina baba wanaovuta sigara, wana uwezekano mkubwa wa kuwa na kasoro za kuzaliwa, kupata saratani ya damu na kuwa na mafuta mengi mwilini.

Licha ya unywaji pombe wa wanaume unaonekana pia kuathiri watoto, watafiti wengi wanakubali unywaji pombe wa mama, huathiri zaidi katika ukuaji wa mtoto kuliko unywaji pombe wa baba.

Pombe katika damu ya mwanamke, hupitishwa moja kwa moja kwenye kondo (plasenta) hadi kwenye kijusi, kwa hivyo, hiyo ni athari ya moja kwa moja katika ukuaji.

## Athari zaidi zaelezwa

Daktari wa Watoto na Profesa wa Afya ya Watoto na Vijana katika Chuo Kikuu cha Sydney, Australia, Elizabeth Elliott, ametafiti kwa muda mrefu athari za pombe kwa vijusi na anasema:

“Pombe inaathiri ubongo na sehemu ya ubongo ambayo huamua maendeleo ya uso na inaathiri maendeleo ya mifumo yote ya viungo kama mapafu, moyo, masikio na macho na kadhalika.”

Profesa Elliott na wengine wanasema, ni wakati wa kampeni za afya ya umma kushughulikia suala la unywaji pombe kwa kina baba moja kwa moja.

Na anajibu ikiwa kuna kiasi cha pombe salama ambacho baba anaweza kunywa.

“Hatuna data za hilo. Kuna mambo mengi ambayo tunajua yanaweza kuboresha afya kwa watoto, kama vile kufanya mazoezi na kula vizuri. Kama wangekuwa wanangu, ningewaambia waache kabisa pombe,” anasema.

“Kuna mzigo mkubwa ambao hutwishwa wanawake. Lakini afya ya mwanaume ni muhimu kwa ukuaji wa kijusi. Kuna jukumu la pande zote mbili hapa kusaidia na kutoa afya ya mtoto.”

*Leo ndiyo, kesho yetu*

Uelekeo

JARIDA

# Jungu Kuu

| Jumatano Agosti 28 - Septemba 3, 2024 |

UTALII

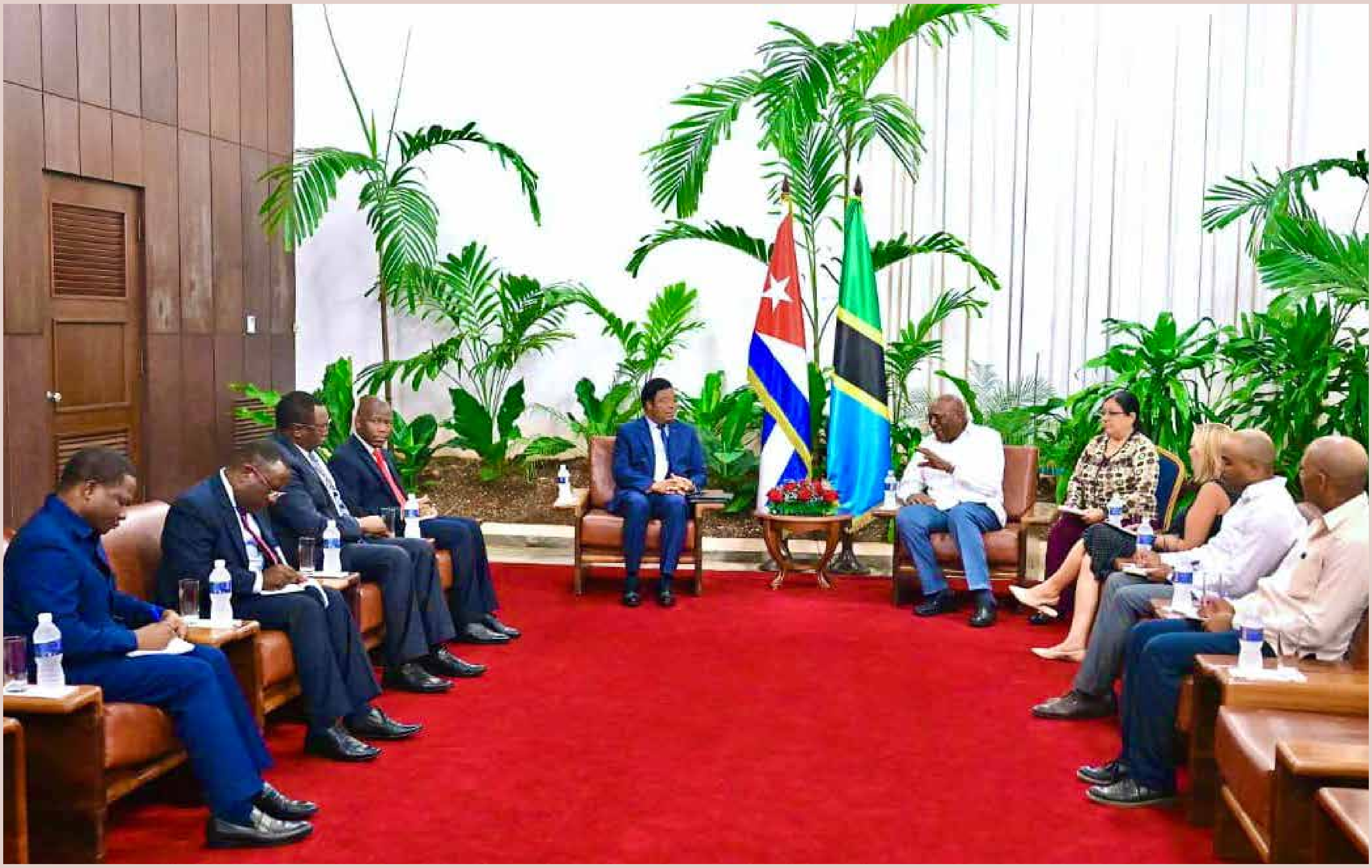
AFYA

JAMII

Jarida hili haliuzwi

UK. 12 & 13

# Lema anapotambua kukimbia nchi si dawa!



# Tusijivute kushirikiana na Cuba utafiti wa mimea tiba

**Na Mwandishi Wetu**

Waziri Mkuu, Kassim Majaliwa hivi karibuni alifanya ziara nchini Cuba iliyolenga kuimarisha uhusiano baina yetu na nchi hiyo.

Akiwa huko, alitembelea viwanda kadhaa ikiwa ni pamoja na cha kutengeneza dawa kwa kutumia mimea tiba cha Cardenas kilichopo katika Jimbo la Matanzas.

Majaliwa pia alitembelea kituo cha Utafiti cha Labiofam ambacho kinazalisha bidhaa mbalimbali za binadamu, kilimo na mifugo.

Kutokana na yale aliyojionea akiwa ameandamana na Balozi wetu nchini humo, Humphrey Polepole, Waziri Mkuu amesema kuna muhimu kwa Tanzania na Cuba kuimarisha ushirikiano katika eneo la utafiti na matumizi ya mimea tiba kwa ajili ya kutengeneza dawa za magonjwa mbalimbali ya binadamu hapa nchini.

Anafafanua kwamba ipo haja kwa watafiti wa mimea tiba kutoka nchini Cuba kuja Tanzania na kufanya utafiti wa mimea dawa inayofanana na ile wanayotumia nchini kwao ili kuona kama itafaa kutengeneza dawa.

"Kama leo Cuba wanasema ugonjwa wa Ukimwi umepungua kwa zaidi ya asilimia 98, haya ni mafanikio makubwa yaliyopatikana kwa kutumia dawa ambazo wao wenyewe wanazitengeneza. Wacuba wanasema tatizo la magonjwa kama ya moyo, saratani na kisukari yamepungua pia kwa kiasi kikubwa, hayo ni mafanikio makubwa," anasema Waziri Mkuu.

Anasema Tanzania tunayo sera ya matumizi ya dawa za asili ambazo zinatambulika na Wizara ya Afya na wale wote wanaojishughulisha na tiba asili wamesajiliwa na serikali.

Ni katika muktadha huo anasema kuna umuhimu wa kuendeleza mahusiano mazuri kati ya Tanzania na Cuba kwenye sekta ya afya ili kuruhusu aina hizi za dawa kutumika nchini.

Kisha anaiagiza Wizara ya Afya kupanua wigo wa mazungumzo kwa ajili ya utekelezaji wa suala hilo. Waziri Mkuu anasema kwamba Cuba ina viwanda zaidi ya 72 vinavyotumia malighafi ya mimea tiba na kwamba dawa hizo zinatambulika na Serikali na zimeisaidia nchi hiyo kupunguza bajeti ya kuagiza dawa kutoka nje ya nchi kwa asilimia 60.

Waziri Mkuu pia anasema nchi yetu iko tayari kushirikiana na Cuba kujenga kiwanda kikubwa cha kuzalisha chanjo mbalimbali ikiwemo chanjo ya ini. Hatua hii ya Waziri Mkuu ni muhimu sana ambapo Wizara ya Afya inapaswa kufanya haraka katika kufanyia kazi maagizo hayo kwa kuwasiliana na wenzetu wa Cuba ili waje nchini na kisha tuanze kutumia miti dawa inayopatikana Tanzania katika kutengeneza dawa mbalimbali hapahapa nchini na hivyo kupunguza kuagiza dawa.

Ikumbuke kwamba, mbali na dawa zinazotokana na miti dawa inayopatikana kwa wingi nchini, Bohari Kuu la Dawa (MSD) limekuwa likihimiza sana wawekezaji wa ndani kujenga viwanda kwa wingi ili kupunguza fedha nyingi za kigeni ambazo nchi inatumia kuagiza dawa na vifaa tiba nje ya nchi. Sina hakika na hatua ambayo tumepiga leo lakini ninakumbuka hadi mwaka 2018, bado tulikuwa tukiagiza hata maji ya dripu ambayo asilimia zaidi ya 90 ni maji ya kawaida tunayokunywa na pia tukiagiza vifaa tiba vinavyotokana na pamba kama gozi wakati Tanzania ni miongoni mwa nchi zinazozalisha pamba kwa wingi!

Miaka kadhaa iliyopita ninakumbuka, serikali pia ilitangaza rasmi kuzitambua dawa tano zilizotengenezwa kiasili baada ya kuzikagua. Wakati huo, ninadhani ni taribani miaka sita iliyopita, Msajili wa Baraza la Tiba za Asili na Mbadala alizitaja dawa hizo kuwa ni pamoja na Dawa ya Ujana iliyoaminika kusaidia wenye tatizo la upungufu wa nguvu za kiume.

**Kama leo Cuba wanasema ugonjwa wa Ukimwi umepungua kwa zaidi ya asilimia 98, haya ni mafanikio makubwa yaliyopatikana kwa kutumia dawa ambazo wao wenyewe wanazitengeneza.**

*Inaendelea uk. 18*

# Ugonjwa wa Mpox usichukuliwe poa

**Na Hamisi Kibari**

Hivi karibuni, habari inayohusu ugonjwa hatari wa Mpox (zamani ukijulikana kama homa ya nyani) ilitangazwa na TBC Digital kwenye mtandao wake wa Facebook. Habari hiyo ilieleza jinsi ambavyo si rahisi kuzuia kusambaa kwa ugonjwa huu kwa kufunga mipaka. Msemaji wa Shirika la Afya Duniani (WHO), Tarik Jasarevic, alikaririwa akisema kuwa kufunga mipaka hakutazuia kusambaa kwa virusi vya Mpox, akitoa mfano wa uzoefu uliopatikana wakati wa janga la UVIKO-19.

Mtaalamu huyo alisisitiza umuhimu wa kutambua waathirika mapema ili kuzuia maambukizi zaidi, huku akitoa wito wa upimaji wa mara kwa mara na kujichunguza kwa dalili za Mpox. Pia aliomba mataifa kuimarisha mifumo ya afya katika kufuatilia maambukizi ya maradhi hayo.

Huu ni ugonjwa ambao WHO tayari imeutangaza kuwa "Dharura ya Kiafya inayoikabili Dunia". Ugonjwa huu ulianzia katika Jamhuri ya Kidemokrasia ya Congo (DRC) na tayari umesambaa katika nchi jirani, na hadi hivi karibuni, takwimu zinaonyesha kuwa umesababisha vifo vya zaidi ya watu 450.

## UCHAMBUZI WA MAONI YA WANANCHI

Nilishtushwa na maoni yaliyotolewa chini ya habari hiyo, ambapo badala ya kujadili hatua za kuchukua, wengi walionekana wakitupa lawama kwa Wazungu bila ushahidi wowote!

Hii ilinifanya nijiulize maswali mengi na kuona kuwa elimu zaidi inahitajika ili Watanzania wawe makini, hasa baada ya taarifa za kuwepo kwa wagonjwa wa Mpox kwa majirani zetu wa Kenya mwishoni mwa wiki.

Baadhi ya maoni ya wananchi kwenye mitandao ya kijamii kama yafuatayo:

- "Wahuni hawa wazungu, wanataka tuambukizane. Tanzania nawaamuru fungeni mipaka."
- "Hizo biashara za watu. Wanataka watuuzie chanjo."
- "Wazungu wanatengeneza magonjwa na kisha wanajifanya hawayajui. Hii si haki. Ina maana Mungu hawaoni ama adhabu ni kwa watu weusi?"
- "Wazungu wanatumia silaha za kibaolojia kupambana na Waafrika na kuvuna pesa zaidi. Wanatengeneza wadudu wanaosababisha magonjwa na kuwasambaza DRC ili Kongo iwe bize kutibu, wao wazungu waendelee kuchukua madini."

Ingawa hisia hizi zinaweza kuwa na ukweli fulani, mjadala huo haukujielekeza kwenye hatua za kukabiliana na tatizo, kuelimishana, au kuhimizana kuhusu tahadhari za kuchukua endapo ugonjwa huo utaingia nchini.

Wakati Watanzania walikuwa wakijadili kwa namna hiyo, kulikuwa na taarifa kwamba ugonjwa huo umeingia kwa majirani zetu wa Kenya.

Ndiyo, Ijumaa ya Agosti 23, 2024, Kenya ilithibitisha kuwa na mgonjwa wa pili wa Mpox, ambaye ni dereva wa lori linalosafiri kati ya Uganda na Kenya.

## TANZANIA NA HATUA MUHIMU

Ingawa Tanzania, hadi wakati wakati makala haya yanaandikwa hakukuwa na taarifa zozote za uwepo wa mgonjwa Mpox au mshukiwa, nafurahia hatua ambazo Wizara ya Afya imechukua.

Kwa mfano, Ijumaa iliyopita, Waziri wa Afya, Jenista Mhagama, alifanya ziara ya kushtukiza kwenye Kituo cha Forodha cha Mpaka wa Namanga, Halmashauri ya Wilaya ya Longido, mkoani Arusha, ili kuona utayari wa kukabiliana na ugonjwa wa Mpox.

Waziri alisisitiza umuhimu wa kuongeza kasi ya utoaji wa elimu kwa wananchi kuhusu dalili za ugonjwa huu na kuhimiza uwekaji wa mabango na vipeperushi vyenye taarifa sahihi. Alitoa wito kwa wananchi kutoa taarifa kwa wataalamu wa afya wanapohisi dalili za Mpox ili kuhakikisha nchi inabaki salama.

Wizara ya Afya, kupitia Kitengo cha Elimu ya Afya, Jumamosi Agosti 24, 2024, ilitoa elimu kuhusu ugonjwa wa Mpox kwa wananchi na abiria katika kituo cha mabasi cha Mbezi, Dar es Salaam. Mkurugenzi Msaidizi wa Sehemu ya Elimu ya Afya kwa Umma, Dkt. Jonas Norman, alisisitiza kuwa Wizara inaendelea kushirikiana na wadau mbalimbali katika kutoa elimu, hususani kwenye maeneo yenye mikusanyiko ya watu.

*Inaendelea uk. 18*

# Lema anapotambua kukimbia nchi si dawa!

Na Hamid Yassin

MARA baada ya Waziri wa Tawala za Mikoa na Serikali za Mitaa (TAMISEMI), Mohamedi Mchengerwa Agosti 15, 2024 kuwatangazia Watanzania na vyama vyote vya siasa vyenye usajili wa kudumu kuwa Novemba 27, 2024 itakuwa ni siku ya Uchaguzi wa Serikali za Mitaa Tanzania Bara, Mwanasiasa Godbless Lema amesema safari hii hatakimbia nchi na atashiriki uchaguzi huo kikamilifu!

Mchengerwa alisema kuwa, siku hiyo upigaji wa kura utaanza saa mbili kamili asubuhi na kumalizika saa kumi kamili jioni ambapo kwa mujibu wa kanuni kampeni za uchaguzi zitafanyika siku saba kabla ya siku ya uchaguzi.

“Kanuni zinaelekeza, kila chama cha siasa kinachoshiriki uchaguzi kitawasilisha ratiba yake ya mikutano ya kampeni ya uchaguzi kwa msimamizi wa uchaguzi si chini ya siku saba kabla ya kuanza kwa kampeni,” alifafanua Mchengerwa.

Waziri huyo wa Tamisemi aliwatakia wananchi na vyama vyote vya siasa uchaguzi mwema, amani na utulivu katika kipindi chote cha uandikishaji, uteuzi wa wagombea, kampeni, upigaji kura, wakati wa kutangaza na kupokea matokeo ya uchaguzi.

“Kwa tangazo hili wananchi wote wanaombwa kujitokeza kwa wingi kujiandikisha, kupiga kura, kugombea na kushiriki katika uchaguzi huu ili kupata viongozi bora wa Serikali za Mitaa kwa maendeleo ya nchi yetu,” alimaliza Waziri Mchengerwa.

**LEMA NA KAULI ZAKE**

Kama kawaida, siku chache baada ya tangazo lile la Serikali ndipo Mwenyekiti huyo wa Chadema Kanda ya Kaskazini, Godbless Lema alipoibuka na kuutangazia umma wa Watanzania kuwa, safari hii hatakimbia tena nchi kwenye uchaguzi ujao wa Serikali za mitaa na hata ule Uchaguzi Mkuu wa mwakani 2025.

Lema aliyewahi kuwa mbunge wa Arusha Mjini, alikimbilia nchini Canada mwaka 2020 baada ya uchaguzi mkuu wa madiwani, wabunge na Rais kwa kile alichodai kuhofia maisha yake kabla ya kurejea Februari mwaka 2023.

Akizungumza Jumamosi Agosti 24, 2024 jijini Arusha kwenye mkutano wa hadhara wa uzinduzi wa ‘Operesheni Kucha’ inayolenga kuhamasisha

wananchi kukataa dhuluma za uchaguzi ujao wa wenyeviti wa vijiji, mitaa na vitongoji, Lema alisisitiza msimu huu hatakimbia nchi tena kama alivyofanya awali.

Amesema uonevu wowote utakaofanyika msimu huu kwenye uchaguzi atakuwa tayari kukabiliana nao, bila kuogopa kudhurika.

Mbali na hilo, Lema amewataka wananchi kutoa ushirikiano wanapokuwa wanapambania haki zao kwa kuwa wanaporudi nyuma na kuwaacha viongozi wao wenyewe wanawakatisha tamaa.

“Hakuna watu wanakatisha tamaa nchi hii kama ninyi wananchi, hapa tunaongea mikakati ya uchaguzi lakini baada ya muda mnarudi nyuma wote na kutuacha wenyewe tunapopata shida,” Lema alisikika akitaka kuwaingiza ‘mkenge’ Wana Arusha.

“Mnasababisha hadi baadhi ya viongozi wenye mioyo midogo wanahama chama kwa sababu yenu, ndiyo maana siwalaumu, hata akina David Silinde na Mchungaji Peter Msigwa waliokimbia kwa sababu ya hatma ya maisha yao,” amedai Lema.

**ARUSHA KUWENI MAKINI**

Naona Lema anataka kuwaingiza ‘mkenge’ kwa mara nyingine wakazi wa Arusha kwa masilahi yake binafsi ya kutaka kuwania tena Ubunge kwenye Jimbo la Arusha mjini.

Naamini wakazi wa Arusha bado wanakumbuka yale mabomu ya Juni 18 mwaka 2013 katika kampeni za uchaguzi mdogo wa udiwani Kata ya Arusha Mjini ambapo bomu lililipuka na kusababisha vifo vya watu kadhaa wakati Chadema walipokuwa wanahitimisha siku ya mwisho ya kampeni zao kwenye Uwanja wa Soweto.

Katika hali ya kutoeleweka nani hasa alihusika na bomu lile la Arusha, Jeshi la Polisi liliwashukia viongozi wa vyama vya siasa ambao walikuwa wakitupiana lawama kuhusu nani alihusika na shambulizi lile la bomu.

Nakumbuka Jeshi la Polisi lilitishia kuwakamata Mwenyekiti wa Chadema, Freeman Mbowe na aliyekuwa Mbunge wa Arusha Mjini wakati huo, Godbless Lema sambamba kumhoji aliyekuwa Katibu Mwenezi wa CCM, Nape Nnauye baada ya wanasiasa hao kudai kufahamu watu waliohusika na tukio la kurushwa bomu lile!

Akizungumza na waandishi wa habari mjini Arusha aliyekuwa Mkuu wa Operesheni wa Polisi, Kamishna Paul Chagonja aliwataka wanasiasa hao kwasilisha ushahidi wa kile wanachofahamu kuhusu kulipuliwa kwa bomu lile.

**MADAI WALIOSHINDWA KUTHIBITISHA**

Mbowe akiwa na Lema, waliibuka na kudai walikuwa wana ushahidi wa picha za video zilizohusisha polisi na kulipuliwa kwa bomu hilo katika Uwanja wa Soweto wakati wa mkutano wa kuhitimisha kampeni za udiwani kwa Chadema kwenye uchaguzi ule.

Kamishna Chagonja aliwataka Mbowe na Lema kupeleka ushahidi huo ili kusaidia uchunguzi wa tukio hilo.

“Tunataka Mbowe na Lema kutoa ushahidi wa askari wetu kuhusika na tukio la bomu pale Soweto. Wasipofanya hivyo tutatumia sheria kuwalazimisha kufanya hivyo kwani yeyote mwenye ushahidi unaoweza kusaidia upelelezi wa kosa la jinai akikataa kuuwasilisha kwa vyombo husika anaweza kuchukuliwa hatua,” alisema Kamishna Chagonja.

**LEMA NA MAMBO YA NKASI**

Lema huyuhuyu mwezi Machi mwaka huu alikuwa anazunguka mitaani kule Nkasi mkoani Rukwa na kujitwisha majukumu ya kusikiliza na kutatua kile alichoita kero na unyanyasaji wanaofanyiwa wananchi na serikali yao!

Zipo klipu za video zilimwonyesha Lema akizunguka mitaani na kundi kubwa la watoto na akina mama kisha akiingia kwenye baadhi ya nyumba za wakazi hao wa Nkasi ambao walikuwa wanalia huku wamejifunika gubigubi wasionekane sura zao.

Kilichonishangaza akina mama wale waliokuwa wakilia na kuficha sura zao walikuwa hawasemi hayo masahibu yaliyowafika zaidi ya kulia huku kada mmoja mwanamke wa Chadema akiongea mambo yasiyoeleweka vizuri kwa niaba yao!

Huu ndiyo uhuru waliokuwa wanalilia wapinzani? Yaani chama kinajengwa kwa kugombanisha wananchi na serikali yao! Wapinzani wapo tayari yao yatimie hata kama itagharimu kupoteza amani na utulivu wetu tulioujenga na kuulinda kwa miaka mingi sasa!

**TULINDE AMANI YETU**

Tanzania neno amani linaeleweka na kada zote. Kwa Watanzania halihitaji elimu kwani wanalielewa kwa mapana yake. Jambo la amani halihitaji tafsiri bali kila mtu anaihitaji amani; kila kitu kitafanyika chini ya amani kubwa katika maisha ya mwanadamu ni maendeleo na kumcha Mungu.

Kitu cha ajabu ni kwamba, amani yetu tumeanza kuichezea na wala hatuna shaka ya kutaka kuweka maisha yetu hatarini. Tunataka kufikishana mahali ambapo tusiwe na uhakika na leo yetu kwa kuhofia ni tukio gani litatokea baada ya muda mfupi ujao!

Na wala hatujali kuwa kama leo yetu haipo salama hata kesho yetu imepungukiwa. Haya yote yanafanyika kwa sababu ya wanadamu ambao kwa utaifa wetu baadhi yetu wameamua kufuta historia na uhalisia tulioachiwa au kukulia na kulelewa kwayo.

Amani ni mtaji unaotafutwa na nchi nyingi duniani lakini kwa bahati nzuri, amani ipo katika nchi ambazo zimetambua mapema na kulea watu wake katika misingi hiyo ya utulivu na amani.

Katika kipindi chake hiki kifupi madarakani, Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania Dk. Samia suluhu Hassan, ameonya na anaendelea kukemea mara zote wale wanaotaka kuichezea amani, usalama na utulivu uliopo nchini kwetu.

Rais ananasihi mara kwa mara; “Amani yetu ndiyo karaha kwa watu wengine, nawaomba sana Watanzania tusiichezee amani yetu ikipotea tutajuta.”

Rais Dk. Samia anatambua amani hupandwa na kuchipuka katika jamii yeyote ambayo imetambua thamani yake, hivyo amani ipo ndani ya uhalisia wa watu. Hata hivyo, kuna baadhi ya watu ambao ni tofauti na makuzi ya amani kutokana na sababu zao binafsi ikiwa ni pamoja na umimi, asili ya jamii husika, mila na desturi na utashi wa mtu mwenyewe.

Usemi wa Rais unaakisi hali halisi ya watu wachache waliopo ulimwenguni ambao hawapendi nchi yetu iwe na amani, kwao jambo lolote baya linalojitokeza hulifanya mtaji ili kupenyeza yale waliyokusudia.

Lakini unapolitambua hili kama nchi haisumbui, tatizo ni kwa wale wasiochambua na kuelewa mambo, wao hulichukua kama lilivyo na kuliamini.

Hata hivyo, wapo baadhi ya wachache katika jamii zetu kwao kukosekana kwa amani ni mtaji au ofisi ya kumuwezesha kuyumbisha jamii kwa maslahi binafsi.

Pia ni watu ambao wanaombea serikali ikosee, ikwame mahala ili wapate cha kusema na kukifanya kuwa mtaji wao wa kisiasa.

Dk. Samia ameendelea kutuasa kwenye baadhi ya hotuba zake kuwa eneo lolote ambalo halina amani hamna nafasi ya kumcha Mungu. Tukumbuke tunapata nafasi ya kuabudu kwa kuwa kuna amani.

Kutapokuwa hakuna amani kila mmoja atatetea nafsi yake, uhai wake, uwepo wake, maslahi yake, matarajio yake sambamba na nafasi yake katika jamii.

Pasipo na amani mtu hana nafasi ya kukumbuka familia yake ingawa wakina mama mara zote huwajibika kutetea maisha yao na watoto wao.

Watanzania tusichezee amani tuliyonayo, mauaji ya Kimbari nchini Rwanda, yalichochewa na baadhi ya wanasiasa na vyombo vya habari, ambavyo vilidhani vinatimiza wajibu wake wa kutoa habari za kuhamaisha mauaji ili kuwakomoa watu fulani kumbe ikawa ndio sehemu ya kuwasha moto wa mauaji.

Kukosekana kwa amani sio wimbo au pambio ambalo huvutia kusikiliza katika masikio, ni vigumu sana kwa baadhi ya watu kugundua alilolitenda au kusema ndio mwanzo wa kupotea kwa amani.

Amani ndio chanzo cha tafsiri pana inayobeba maisha ya wanadamu na mustakabali wa kutumia kila kitu kilichopo duniani kwa ustawi na kujiletea maendeleo.

Lema tumekusikia, nasi tunakuunga mkono safari hii isikimbie tena nchi, lakini acha mara moja uchochezi wako kwa wananchi na serikali yao! Wewe unaweza kugeuka kama kinyonga ukakimbia tena nchi; Je, hawa Watanzania wenzangu na mimi watakimbilia wapi? Tafaakari!

*Kwa maoni na ushauri; 0768 888 787 ama 0784 122 020.*

# Kutana na "matron" wa kiume na kitabu cha Shangwe

**Na Mwandishi Wetu**

IJUMAA Agosti 30 kutakuwa na tukio adhimu la kugawa pedi kwa wasichana wa Shule ya Sekondari Kibasila iliyoko Temeke, sambamba na uzinduzi wa Kitabu cha Shangwe, kinachoeleza mkasa kuhusu changamoto za hedhi kwa wasichana wadogo.

Hivi karibuni wakati za matukio hayo zikielezwa kwenye mitandao ya kijamii, alijitokeza Mwalimu Edgar Mwinuka na kuandika andiko hili ambalo limesababisha watu wengi kuguswa ikiwa ni pamoja na kumunulia kwa wingi vitabu hivyo ili kutoa elimu ya kutosha kwa wanafunzi wake. Mwalimu Mwinuka aliandika.

**SABABU ZA KUWA 'MATRONI' MWANAUME**

Shule yangu ina walimu 16 ila mwalimu pekee wa kike ni mkuu wa shule ambaye anakuwepo kazini kwa muda mfupi mno kutokana na msongamano wa majukumu. Isivyo bahati shule hii ipo eneo la kijijini ambako mwamko na ufahamu kuhusu suala la hedhi salama ni duni mno.

Sababu hizo zilinifanya nijichague kuwa 'matron' wa shule licha ya jinsi yangu kukinzana na dhana ya "matron".

Ningefanyaje sasa wakati kila siku Jumatatu mpaka Ijumaa nashuhudia watoto wakifedheheka kwa kushindwa kupata stara wakati wa siku zao za heshima?

Ningekaa kimya eti tu kisa ni mwalimu wa kiume niwaache binti zangu wadogo wakiathiri taaluma zao na kuzika ndoto zao kwa kukosa elimu na msaada wa hedhi salama?

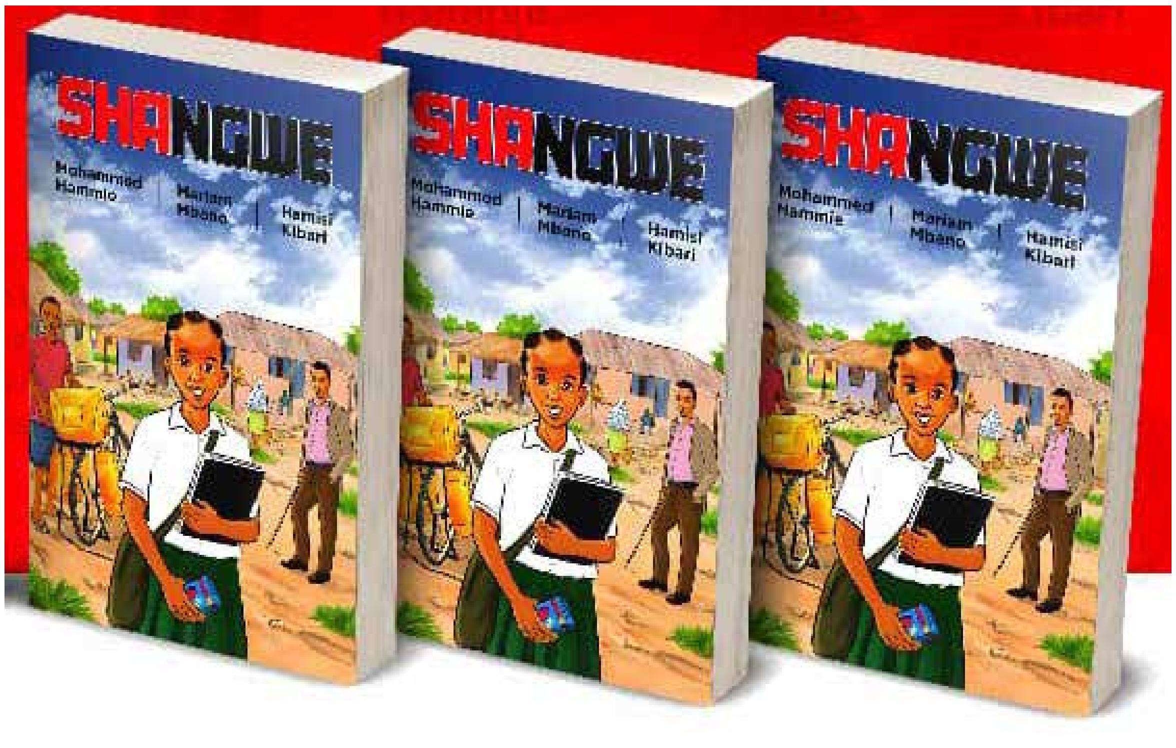
Kwa ushahidi, nafahamu wasichana wengi wengine wenye uwezo mzuri tu kitaaluma ambao waliacha shule kutokana na fedheha za hedhi isiyo salama achilia mbali wengi wanaofeli kwa kukosa masomo kwa sababu ya bugudha za kukosa elimu ya hedhi salama.

Sikuwa tayari kuona hedhi ikigeuka kuwa jinamizi la kumeza ndoto njema za binti zangu hawa wadogo, nikajitoma kuwa mlezi, mshauri na mwelimishaji wao kuhusu namna ya kukabiliana na changamoto ya hedhi.

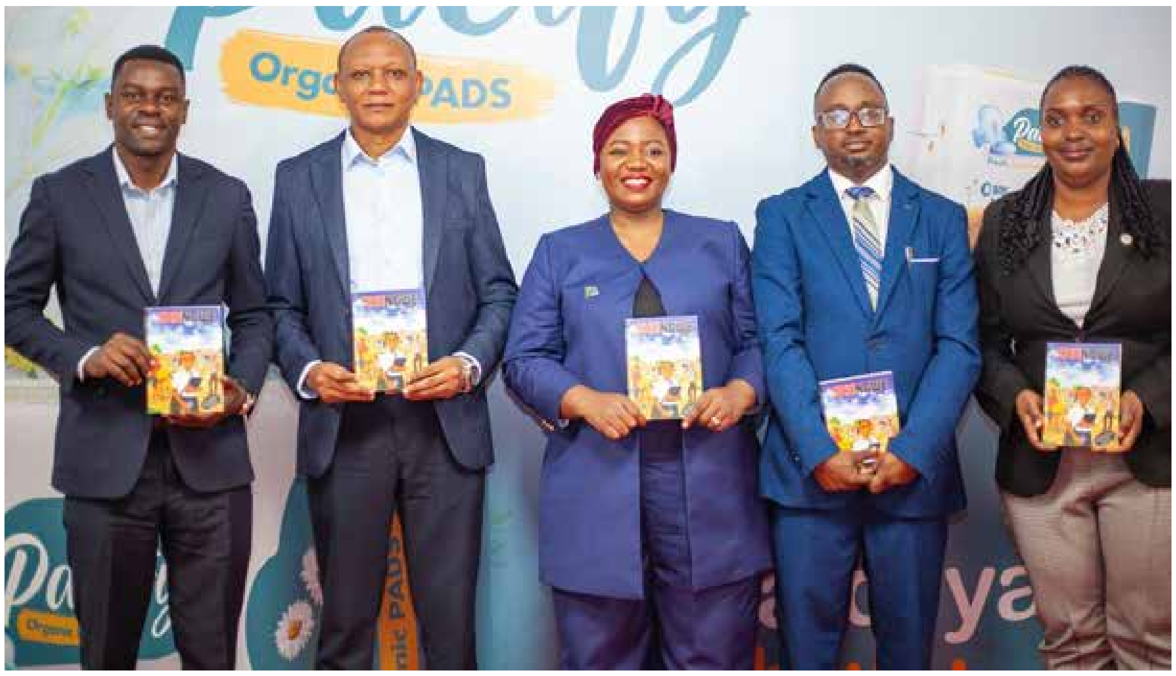
Kwa njia ya semina nimeokoa taaluma ya watoto wengi wa kike ila kwa kuwa kila mwaka tunapokea wanafunzi wapya hivyo jitihada zetu zinabaki kuwa endelevu.

Naamini Shangwe itafanyika ukombozi kwa binti zangu hapa shuleni kwa kuwajaza taarifa sahihi kuhusu hedhi na namna ya kukabiliana nayo, jambo litakalookoa hali ya taaluma zao na kuwasogeza hatua moja karibu na ndoto zao

Hivyo ndivyo ameandika 'Matron' Mwalimu Edgar Mwinuka ambaye baada ya kuandika hivyo kwenye mitandao ya kijamii watu kadhaa wameguswa na kusababisha watu wengi kujitokeza




kumnunulia vitabu vingi vya Shangwe kwa ajili ya wanafunzi na watu wengine kijijini. Sehemu kubwa ya manunuzi ya vitabu hivyo itakwenda kununua pedi kwa ajili ya wasichana wadogo shuleni.



**UCHAMBUZI WA KITABU CHA SHANGWE**

Shangwe ni simulizi iliyoandikwa kwa ushirikiano wa waandishi watatu; Mohammed Hammie, Mariam Mbano na Hamisi Kibari wote wakiwa washindi wa tuzo mbalimbali za kitaifa na kimataifa. Hii ni simulizi inayomhusu msichana anayeanzisha harakati za hedhi salama shuleni baada ya kupitia magumu kadhaa.

Wazo la kuandika simulizi hii limetokana na binti aitwaye Johan Hoppness. Msichana huyu aliwahi kuanzisha harakati za hedhi salama katika Shule ya Sekondari ya Ilkiding'a iliyopo mkoani Arusha mwaka 2021 hadi 2023 alipohitimu Kidato cha Nne. Johan ni zao la mradi wa kitabu kilichoandikwa na Mohammed Hammie cha Maji Mandiga.

Kwenye kitabu hiki mhusika mkuu ni msichana aliyepewa jina la Shangwe. Shangwe anawakilisha kundi kubwa la wasichana ambao wanapitia changamoto za kupata hedhi salama kutokana na kukosa maarifa ya suala hili la asili ya imani za mila na tamaduni zetu.

Tofauti na imani iliyopo kuwa wasichana hawawezi kujipambania dhidi ya matatizo yao, Shangwe anathubutu na kuwaonesha upande wa pili kuwa inawezekana msichana kupaza sauti na kupigania anachokiamini hadi kujikomboa.

Kwa sababu hali ya hedhi iliyomtokea ilikuwa ngeni maishani mwake, Shangwe alianza harakati za kusaka ukweli. Alipoujua ukweli, ndipo alipoanza kuyasaka maarifa sahihi. Misukosuko, fedheha, vitisho na hatari alizokutana nazo havikuwa kikwazo kuleta Shangwe kwa wasichana wanzake waliopitia changamoto ya hedhi salama.

Mapito yake kwenye simulizi hii yanatoa nafasi ya kuwafanya wasichana wengine kujijengea ujasiri wa kujiamini, kuthubutu na kuchukua hatua hasa wanapokuwa kwenye mazingira yaliyo na kiza. Lengo ni kuhakikisha wakati wa hedhi wanakuwa salama na kuhudhuria masomo yao kwa mustakabali wa ustawi wao wa baadaye kimaendeleo.

Waandishi wa kitabu hiki wanaamini kuwa ikiwa simulizi hii itawafikia wasichana wengi nchini, waalimu na hata wazazi Tanzania basi itakuwa ni ukombozi mkubwa kwao na jamii kwa ujunka katika kujitambua hasa linapokuja suala la hedhi na hedhi salama.

Kitabu cha Shangwe kimekuja wakati mwafaka ambapo utafiti uliofanywa na Taasisi ya Utafiti wa Magonjwa ya Binadamu (NIMR) ulionesha ukosefu wa vyumba vya kujisitiri kwa wanafunzi wa kike wakati wa hedhi shuleni, umefanya baadhi yao kutumia vichaka.

Pia umebaini asilimia 60 ya wasichana kushindwa kumudu gharama za ununuzi wa taulo za kike, hivyo kutumia vifaa visivyo salama kiafya.

Utafiti huo uliofanyika mwaka 2021, uliwahusisha wasichana takribani 10,516,801 katika shule 294 kwenye mikioa 16 kote nchini.

Pia kwa mujibu wa Wizara ya Afya Tanzania, takwimu zinaonesha kuwa hapa nchini wanawake na wasichana zaidi ya milioni 13, wenye umri kati ya miaka 15 hadi 49 hupata hedhi kila mwaka. Na idadi hii ni kubwa, hivyo jamii ina kila sababu ya kuhakikisha kuwa kundi hili linapata huduma bora wakati wa hedhi ikiwemo kuhakikisha uwepo wa maji, sabuni na taulo za kike ili kufanya hedhi iwe salama kwao.

Huu ni msukumo mwingine uliofanya muunganiko wa waandishi wa kitabu cha Shangwe wakae chini na kuandika simulizi inayounga mkono jitihada za serikali kwa kutumia fasihi andishi ili kuhakikisha jamii inapata elimu ya hedhi salama.

"Hedhi sio balaa, sio siri, sio ugonjwa na wala sio laana bali ni mabadiliko ya hali ya kawaida yanayomtokea mwanamke au msichana mara baada ya kupevuka" aliwahi kusema aliyekuwa Waziri wa Afya, Ummy Mwalimu.

Kitabu cha Shangwe kimethibitishwa lugha na Baraza la Kiswahili Taifa (BAKITA) hivyo kinaweza kusomwa na watu wa kila rika. Kitabu kimetunukiwa cheti nambari BKT/ITH/25/24.

Jalada ya kitabu cha Shangwe limechorwa na Chris Katembo ambaye ni mchoraji wa siku nyingi wa kujitegemea. Ni mchoraji wa katuni na vielelezo vya vitabu kwa takribani miaka 25 sasa.

Kimehaririwa na Ndugu Jonathan Ngua, yeye ni afisa elimu katika Kaunti ya Kilifi nchini Kenya. Ana shahada ya ualimu (BAED) katika Chuo Kikuu cha Mount Kenya. Pia ni mwalimu, mtunzi na mhariri wa kazi za fasihi ya Kiswahili.

Waandishi wa kitabu cha Shangwe wanatabaruku kitabu hiki kwa wasichana na wanawake wote ulimwenguni ambao wanapitia madhila na misukosuko ya kukosa hedhi salama na pia kugubikwa na maisha ya mila na utamaduni uliopitwa na wakati katika jamii zao kuhusu hedhi, hasa wasichana wadogo shuleni ambao mara nyingi wamenyimwa fursa kuijua elimu ya hedhi.

# Vyakula 8 vya kuepuka kupunguza mafuta tumboni na 9 vinavyofaa

Mambo yanayozungumzwa katika makala haya si mapya. Yameshasemwa sana na watalaamu wa lishe na hata madaktari kama Profesa Mohamed Janabi na hivyo makala haya yanalenga kukumbushana jambo muhimu sana la lishe. Hii ni kutokana na ukweli kwamba ulaji wetu wa siku hizi unachangia sana mtu kuwa na uzito mkubwa na wakati mwingine kuwa chanzo cha magonjwa yasiyoambukiza (presha, kisukari, tezi dume, kiharusi, saratani nk).

Vyakula vinavyoandaliwa mitaani kwa mafuta mengi, mathalani chipsi au ndizi mzuzu za kukaanga na vyenye sukari nyingi kama pipi na chokoleti pamoja na nyama zilizosindikwa, inashauriwa kuviepuka kadri inavyowezekana kwa wale wanaotaka kuepuka mafuta ya tumbo, kulingana na wataalamu wa afya.

Kuna wengine wanaweza kufanikiwa kupunguza mafuta kutokana na mazoezi, dawa au kupangilia vyakula lakini wanarudia kunenepa, hususani kwa kuwa na mafuta ya tumbo, kutokana na kula vyakula hivi.

Mambo kadhaa yanaweza kuathiri malengo yako ya kupunguza mafuta ya tumbo, ikiwemo kiwango cha mazoezi, viwango vya msongo wa mawazo, matumizi ya pombe, na tabia za jumla za ulaji. Kuepuka au kupunguza baadhi ya vyakula vinavyoweza kusababisha mafuta ya tumbo kunaweza kusaidia kudumisha afya yako.

Makala hii pia inakuletea vyakula takribani 9 vinavyosaidia kupunguza mafuta ya tumbo na unene.

### 1. BISI

Bisi mara nyingi hutayarishwa kwa mafuta (trans fat) ambayo yanahusishwa na matatizo ya kiafya kama vile magonjwa ya moyo na kiharusi kutokana na kuongeza mafuta ya tumbo. Badala ya kula bisi kwa wingi (popcorn) pendelea kuburudika na vitu vyenye afya kama vile kunywa mtindi, kula matunda au kutafuna karanga.

### 2. TAMBI

Ingawa zinaweza kuwa na ladha na bei rahisi, tambi mara nyingi huandaliwa kwa mafuta na sukari ya ziada.

Hivyo zinaweza kuchangia kuongezeka kwa uzito na mafuta mwilini mwako. Unaweza kutengeneza tambi nyumbani kwa kutumia unga wa ngano kamili au unga wa mchele wa rangi ya kahawia ili kupunguza wingi wa mafuta.

### 3. VITAFUNWA VILIVYOJAA SUKARI

Acha kutumia nafaka zilizotiwa sukari nyingi kama keki na maandazi kwani zinaongeza kalori tupu, zikichangia kuongezeka kwa mafuta ya tumbo. Nafaka hizi mara nyingi zinakosa protini na nyuzi lishe na hivyo zikisababisha njaa ya haraka.

### 4. VYAKULA VYA KUKAANGA VYA HARAKA

Vyakula hivi, mathalani chipsi, vinaweza kuongeza mafuta ya tumbo ikiwa vinaliwa mara kwa mara. Vyakula hivi pia ni vya kupikwa kwa viwandani na vinahusishwa na kuongezeka kwa mafuta ya ndani ya viungo.

### 5. ICE CREAM:

Kula ice cream mara kwa mara kunaweza kusababisha kuongezeka kwa uzito usiokuwa wa kawaida. Ice cream kwa kawaida ina sukari nyingi na mafuta yaliyojaa, na ladha zake zinazoweza kusababisha kula sehemu nyingi kwa wakati mmoja.

### 6. NYAMA ZILIZOTAYARISHWA

Nyama kama vile pepperoni, soseji, nyama za deli, na bacon zinaweza kuchangia kuongezeka kwa uzito. Pia, zinaweza kuwa na hatari ya kukusababishia saratani ya utumbo mpana (koloni) kama utakuwa na matumizi ya mara kwa mara ya nyama hizi.

### 7. MKATE MWEUPE

Mkate mweupe (white bread) unakosa nyuzi lishe na virutubisho muhimu ikilinganishwa na mkate unaookwa kwa unga ambao haujakobolewa. Matumizi mengi ya nafaka zilizokobolewa zinahusishwa na kuongezeka kwa mafuta ya tumbo.

### 8. PIPI NA CHOKOLETi

Vyakula vyenye sukari nyingi kama pipi au chokoleti vinaweza kusababisha kuongezeka kwa mafuta ya tumbo kama matumizi yake yatakuwa makubwa. Hii ni kwa sababu zina sukari nyingi, nyuzi lishe chache, na protini kiduchu.

## VYAKULA 9 VINAVYOSAIDIA KUEPUKA KUONGEZA UZITO

Vyakula hivi vinavyopatikana katika mazingira yetu vinasaidia sana katika kukata uzito kama utakuwa unavitumia kwa wingi. Baadhi ya vyakula hivyo pamoja ni pilipili, spinachi, broccoli, uyoga na matango. Ni vyakula vyenye nyuzi lishe nyingi na husaidia kupunguza mafuta mwilini.

Kama tulivyokwishaeleza hapo juu, wale wanaotaka kuondoa mafuta ya ziada wanahitaji kufanya mazoezi na kudumisha tabia za lishe sahihi. Madaktari na wataalamu wa lishe wanapendekeza vyakula uivi5 vinavyoweza kusaidia kudumisha afya yako na uzito wako.

### 1. VYAKULA VYENYE PROBIOTICS

Probiotics ni bakteria wanaopatikana kwenye vyakula fulani fulani kama maziwa hususani mtindi. Bakteria hawa wanasaidia kudhibiti uzito wako, ikiwa ni pamoja na kupunguza mafuta ya tumbo. Probiotics zilizoonyesha kupunguza mafuta ya tumbo ni zile zinazojulikana kitaalamu kama Lactobacillus fermentum, Lactobacillus amylovorus, na hasa Lactobacillus gasseri. Pia zina faida nyingine nyingi za kiafya kama kuboresha afya ya tumbo na mfumo wa kinga.

### 2. SPINACH NA AINA NYINGINE YA MBOGAMBOGA:

Spinach na mboga nyingine kama kama lettuce ni nzuri kwa kuchoma mafuta ya tumbo. Unaweza kuanza mazoea ya kuongeza spinachi kwenye kifungua kinywa au chakula chako ili kusaidia mwili wako kutokomeza mafuta huku pia ukipunguza vyakula vya wanga kama maandazi, mikate, ubwabwa, ugali wa sembe na kadhalika.

### 3. UYOGA

Uyoga ni chakula kinachosaidia kupunguza uzito na kuchoma mafuta kwa kudhibiti kiwango cha glucose kwenye damu. Aidha, uyoga umejaa protini na kwa jinsi unavyofanya kazi mwilini unasaidia kupunguza mafuta.

### 4. CAULIFLOWER NA BROCCOLI

Mboga hizi zina nyuzilishe bora, madini mbalimbali, na vitamini muhimu. Mboga aina ya broccoli ina vitu vinavyoitwa phytochemicals vinavyojulikana kwa kupunguza mafuta ya tumbo. Cauliflower pia inasaidia kuepuka gesi tumboni mbali na kuwa na vitamini C.

### 5. PILIPILI

Pilipili ina faida nyingi za kiafya, ikiwa ni pamoja na kuchoma mafuta. Joto linalotokana na pilipili pia husaidia mwili kuchoma kalori zaidi na oksidi mafuta yaliyomo ndani ya mwili. Ikiwa hupendi pilipili kali, matunda yenye 'capsaicin' pia yanaweza kuchoma mafuta.

### 6. BOGA

Boga lina kalori chache na lina nyuzi lishe nyingi, na ni moja ya chakula bora kwa lishe inayolenga kupunguza uzito. Unaweza kuongeza boga kwenye saladi au unga wa boga kwenye vyakula vyako. Boga inaweza kusaidia mwili kupunguza mafuta haraka.

### 7. KAROTI

Karoti ni mboga bora yenye kalori chache lakini iliyojaa nyuzi lishe zinazoyeyushwa na zisizo na maji. Unaweza kuchanganya karoti na matunda na mboga nyingine ili kutengeneza mlo wenye afya na virutubishi au kuipika na nyama.

### 8. MAHARAGE

Badala ya kula nyama kupata protini, hasa nyama nyekundu, pendelea kula maharage kwa kuwa ni chakula chenye afya huku pia kikiwa na nyuzi lishe nyingi zinazoyeyushwa vyema mwilini na ambazo zinaweza kupunguza mafuta, kuzuia uchochezi unaosababisha kuongezeka kwa mafuta ya tumbo, na kupunguza hatari ya kuongezeka uzito.

### 9. TANGO

Tango husaidia kusafisha mwili kwa sababu lina maji mengi na nyuzi lishe. Ni chachu ya kalori na pia linachoma mafuta. Ni muhimu katika kila mlo wako kuwa na tango.

Lakini kumbuka, mbali na kuzingatia lishe bora kwa kula vyakula muhimu na kuepuka vingii, kila mtu anahitaji kudumisha mazoezi na kupata muda wa kutosha wa kulala ili kuwa na afya njema.

Kurunzi

Na Dk. Reubeni Lumbagala | 0620 800 462

# Kampeni ya 'Tutunzane' chachu ya amani na maendeleo

NI sahihi kabisa kusema kwamba hakuna mwanadamu aliyekamilika, iwe kitabia na kimahitaji. Kwamba huyo ana tabia zote nzuri asilimia 100. Vilevile hakuna anayeweza kujitosheleza mwenyewe kimahitaji bila msaada wa binadamu wenzake.

Hata mtu awe bilionea namba moja duniani, anawahitaji watu wengine wa ngazi za chini kuweza kumkamilisha kimahitaji na kimafanikio. Hata mlinzi wake nyumbani anaweza kuwa hitaji muhimu sana kwake mbali na daktari wake, mwanasheria wake, mshauri wake na wengine. Kiufupi tunahitajiana na hivyo hata mtumishi wa ndani au mlinzi, usimadharau. Ni hitaji muhimu. Ngoja tuone mifano minne katika dhana hii ili unielewe vizuri ndugu msomaji wangu.

Mosi, gari la tajiri likipata pancha, anaenda kuliziba kwa watu wa kawaida kabisa kwa sababu hawezi kuziba pancha mwenyewe. Pili, tajiri anayemiliki viwanda, wafanyakazi wake ni watu wa kawaida ambao kupitia nguvu na akili zao wanamwongezea uzalishaji viwandani na hivyo anaendelea kuwa tajiri kupitia maendeleo ya viwanda yatokanayo na jasho la wafanyakazi wake wa chini.

Tatu, tajiri au tuseme mfanyabiashara anayemiliki kiwanda vya kuzalisha unga wa ngano, wateja wake ni watu wa kawaida kabisa kama vile mamalishe na babalishe wanaouza maandazi na chapati. Wanaponunua unga wa kukandia maandazi na chapati zao, ndipo tajiri anayemiliki kiwanda cha unga wa ngano anavyozidi kuwa bilionea. Hawa wakikosekana kiwanda kinakufa.

Nne, mwanasiasa, mathalani mbunge, ukifika wakati wa uchaguzi na kulazimika kuzunguka kuomba kura kwa wananchi, hata awe na makeke kiasi gani lakini atalazimika kuwa mpole, atajishusha, atacheza na wananchi wenzake ngoma za asili na wakati mwingine hadi kupiga magoti akiomba kura kwa wananchi maskini kwani anajua ni wao pekee kumfanya aitwe mbunge na si vinginevyo.

Hivyo, tunategemeana katika haya maisha ndugu yangu. Acha kupandisha mabega ukidhani wewe ni bora kuliko wengine kwa sababu ya pesa, kutoka ukoo bora, madaraka ulio nayo au chochote kile. Kimsingi huwezi kusimama, kuendelea na kupiga hatua za maendeleo bila mchango wa watu wengine. Nimeanza na utangulizi na mifano hiyo ili kuunga mkono kampeni ya 'Tutunzane Mvomero'

Hii ni kampeni yenye kaulimbiu; "Mfugaji Mtunze Mkulima na Mkulima Mtunze Mfugaji ili Kulinda Mazingira Yetu." Ni kampeni inayosimamiwa kikamilifu na Mkuu wa Wilaya ya Mvomero Judith Nguli ambayo ilizinduliwa Agosti 3, 2024 na Rais Dk. Samia Suluhu Hassan akiwa katika ziara ya kikazi mkoani Morogoro.

Kimsingi, kampeni hii ni muhimu katika jitihada za kumaliza migogoro ya wakulima na wafugaji wilayani humo kupitia utoaji wa elimu kwa makundi haya mawili ili kuondoa uadui dhidi yao kwani kila mmoja anamtegemea mwenzie katika maisha yake.

Mvomero ni sehemu ndogo ya Tanzania yetu ambayo imekuwa ikikumbwa na migogoro ya mara kwa mara baina ya wakulima na wafugaji.

Yapo maeneo mengi yenye migogoro ya ardhi inayosababisha magomvi baina ya wakulima na wafugaji na pengine kuhatarisha maisha. Hivyo kampeni ya Tutunzane inapaswa kuvuka mipaka ya Mvomero na kwenda nchi nzima ili kuhakikisha amani inakuwepo kwa kumaliza ugomvi kati ya wakulima na wafugaji na kuchangia maendeleo kwani sekta hizi mbili; kilimo na ufugaji ni muhimu sana katika maendeleo.

Wakulima na wafugaji wanategemeana. Kwa mfano, mfugaji hawezi kuishi kwa kutegemea kula mazao ya mifugo yake pekee kama vile nyama na maziwa, vilevile mkulima hawezi kuishi kwa kutegemea kula mazao kutoka shambani kwake tu, kwani kuna wakati anahitaji kula nyama na kunywa maziwa kutoka kwa mfugaji ili aweze kujenga afya bora kupitia mlo kamili kama tunavyoshauriwa na wataalamu wa afya na lishe.

Lakini hata katika maisha ya kawaida, wakulima na wafugaji wanapaswa kuishi kwa amani kwani kwa miaka mingi, makundi haya mawili wamekuwa ni ndugu wanaoishi pamoja, wanaosali katika nyuma za ibada pamoja, watoto wao wakisoma shule moja na kufanya mambo mengi pamoja ya karaha na furaha kama vifo, misiba na harusi. Hakuna aliye bora zaidi ya mwenzake, wanahitajiana na wanategemeana pia.

Kutokana na ukweli kuwa ardhi ni nyenzo muhimu ya maendeleo, ni lazima ardhi ya kijiji ipimwe na kujua mipaka na kisha kuwa na matumizi bora ya ardhi ili kuondoa migogoro ya mara kwa mara inayohatarisha amani na ustawi wa maendeleo.

Ni muhimu vijiji kutenga eneo kwa ajili ya malisho, eneo kwa ajili ya mashamba, eneo la msitu wa kijiji, eneo la makazi, eneo la miradi ya kijamii na maendeleo kama shule, soko, kituo cha afya, ofisi mbalimbali, viwanda na kadhalika.

Kupitia sheria ndogo za kijiji (by-laws) zingeeleza adhabu hususani za faini kwa mtu anayekiuka matumizi bora ya ardhi ikiwemo kulisha mashamba, kukata miti kwenye msitu bila kibali, kuharibu vyanzo vya maji na kadhalika.

Kampeni ya Tutunzane imelenga kuhamasisha wakulima na wafugaji kurasimisha ardhi zao kwa gharama nafuu ili waweze kupata hati miliki za mashamba yao ili wapewe mbegu za malisho na ufuta kwa ajili ya kupanda.

Katika ardhi zao zilizopimwa, wafugaji watakuwa na uwezo wa kupanda malisho mazuri kwa ajili ya chakula cha mifugo yao na kuepukana na kadhia ya kwenda kulisha mifugo kwenye mashamba ya wakulima ambapo inaleta ugomvi, uhasama na kuwatia hasara wakulima kwa kupoteza mazao yao na hivyo kuendelea kuishi maisha duni.

Kampeni inasisitiza ufugaji wa kisasa ikiwemo kuwa na maeneo yao ya kulima malisho ili kuondokana na migogoro kati yao na wakulima na watumiaji wengine wa ardhi. "Kampeni hii ni muhimu kwa sababu inakwenda kuleta amani, kuleta ongezeko la malisho, tija na wafugaji waweze kukopesheka" anasema Rais Samia katika uzinduzi wa kampeni hiyo.

Aidha, kampeni hii pia inachochea maendeleo kwa kuweka mkazo wa kuwa na eneo dogo lakini lenye uzalishaji mkubwa kwa kufuata mbinu za kisasa za uzalishaji kwani utaalamu unaonesha kuwa ili kuwa na tija kubwa kwenye kilimo, hakuna haja ya kulima eneo kubwa au ili kuzalisha nyama na maziwa mengi si lazima kuwa na mifugo mingi, bali ni kufuata mbinu za kisasa. Kwa mfano, huwa inaelezwa kwamba kufunga ng'ombea watatu, uzito wa kilo zake na maziwa wanayotoa ni sawa na ng'ombe mmoja aina ya Boran ambayo ni ng'ombe wa kienyeji walioboreshwa.

"Lazima tuwe wabunifu wa kuja na mbinu zitakazofanya ardhi tuliyonayo izalishe zaidi. Kama ni mkulima azalishe zaidi kwa kipande cha ardhi alichonacho, vivyo hivyo kwa mfugaji," anasema Rais Samia.

**TUTUNZANE NA 4R ZA RAIS SAMIA**

Rais Samia anaongoza nchi kwa kutumia falsafa yake ya R nne, yaani Reconciliation (Maridhiano), Resilience (Ustahimilivu), Reform (Mabadiliko) na Rebuilding (Kujenga Upya).

Kutokana na uwepo wa uhasama kati ya wakulima na wafugaji, kuna haja kubwa ya kuwa na maridhiano baina yao kwa kuweka mikakati madhubuti ikiwemo Kampeni ya Tutunzane ili kuleta amani na ndio maana ninasisitiza kwamba hii inapaswa kuwa kampeni ya kitaifa. Kumbuka ni kampeni pia inayosisitiza umuhimu wa kuleta mabadiliko kwa kulima na kufuga kisasa.

Vilevile, kampeni hii inalenga kujenga upya mahusiano mazuri baina ya wakulima na wakugaji kwani makundi haya yanahitajiana katika mahitaji na maisha ya kila siku kama ambavyo tumeona.

Katika uzinduzi wa kampeni hii, Rais Samia aliwaita mbele wawakilishi kutoka upande na wakulima na wafugaji akawapatanisha kwa kuwaambia washikane mikono kama ishara ya kumaliza tofauti zao na kuanza ukurasa mpya wa maisha, kila mmoja akimtunza mwenzie kwani wanategemeana. "Mlime, wanaolima na mfuge wanaofuga na kwamba tunategemeana wote. Ninyi ndiyo mnaotupa sisi uhai, mnatupa vitoweo, mnatupa na chakula, hakuna haja ya kugombana, hakuna haja ya kuuwana, wote ninyi ni wanadamu" anasisitiza Rais Samia.

Nimalizie kwa kusisitiza tena maeneo mengine ya nchi yetu kujifunza kwa Mvomero kwa kuwa na Kampeni ya Tutunzane na ikiwezekana ibebwe na Wizara ya Mifugo na Uvuvi na kufanywa kuwa kampeni ya kitaifa, ikaboreshwa na kuwekewa muda maalumu kwani ina manufaa mengi sana na imegusa maeneo mengi ya kimaendeleo.

*Mwandishi ni Mwalimu wa Shule ya Sekondari Mlali iliyoko wilaya ya Kongwa mkoani Dodoma.*

Paul Mng'ong'o

KLINIKI YA FIKRA

Simu: 0676055444 Email: mngongopaul@yahoo.com

WEWORK CONSULT

# Maeneo makuu ya uwekezaji wa maana kwenye maisha

1. Uwekezaji kwa Mungu," ni dhana inayohusiana na kumtumikia Mungu kwa njia mbalimbali kama vile kutumia rasilimali zako,

wakati, vipaji na juhudi zako kwa ajili ya kazi ya Mungu na kuwasaidia wengine. Inaweza kuhusisha kutoa sadaka, kutoa msaada kwa wahitaji, kujitolea katika huduma za kanisa au

kufanya kazi yoyote yenye malengo ya kumtukuza Mungu na kuleta manufaa kwa jamii. Dhana hii ina misingi ya kiimani

kwamba kile unachowekeza kwa Mungu, iwe ni wakati, fedha au juhudi, kinarudi kwa baraka, mafanikio au utimilifu wa maisha kwa namna ya kiroho. Mara nyingi inahusishwa na imani kwamba Mungu atalipa kwa njia fulani kwa juhudi hizo, ingawa malipo hayo hayazungumziwi daima kwa maana ya faida za kidunia, bali mara nyingi ni faida za kiroho au za milele.

2. Uwekezaji kwenye afya ni juhudi, rasilimali, na hatua zinazochukuliwa ili kuboresha na kudumisha hali ya afya ya mtu binafsi, familia, au jamii. Hii inaweza kujumuisha mambo

mbalimbali kama:

1. Chakula bora: Kula vyakula vyenye lishe bora ili kuimarisha mwili na kuzuia magonjwa.

2. Mazoezi: Kufanya mazoezi ya mara kwa mara ili kuimarisha misuli, mifupa na mfumo wa moyo na mishipa.

3. Huduma za afya: Kupata huduma za kiafya kama vile uchunguzi wa mara kwa mara, chanjo na matibabu wakati wa ugonjwa.

4. Afya ya Akili: Kuhakikisha afya ya akili inatunzwa kwa kuepuka msongo wa mawazo, kupata usingizi wa kutosha na kushiriki katika shughuli zinazoboresha afya ya akili kama vile kutafakari au kuzungumza na mtaalamu wa afya ya akili.

5. Mazingira Safi: Kuhakikisha mazingira unayoishi ni safi na salama ili kuepuka magonjwa yanayotokana na uchafu au

vichocheo vya magonjwa.

6. Elimu na uhamasishaji: Kuwekeza katika elimu na uhamasishaji kuhusu afya ili kuimarisha uelewa wa watu juu ya umuhimu wa kufanya maamuzi sahihi kuhusu afya yao.

2. Uwekezaji kwenye afya husaidia kuzuia magonjwa, kuongeza muda wa kuishi na kuboresha ubora wa maisha. Pia, huweza

kupunguza gharama za matibabu na kuleta faida kubwa kwa jamii kwa ujumla kwa kuwa na watu wenye afya bora zaidi.

3. Uwekezaji kwenye maarifa, ni mchakato wa kutumia muda, rasilimali na juhudi ili kupata, kuimarisha na kutumia maarifa kwa ajili ya maendeleo binafsi, kitaaluma na kijamii. Hii inaweza kufanyika kwa njia mbalimbali, zikiwemo:

1. Elimu rasmi: Kuwekeza katika masomo rasmi kama vile shule, vyuo na taasisi za elimu ya juu ili kupata vyeti, shahada au ujuzi maalum.

2. Mafunzo na semina: Kushiriki katika mafunzo ya muda mfupi, warsha au semina zinazohusiana na taaluma yako au eneo la maslahi ili kuongeza ujuzi wako.

3. Kujisomea: Kusoma vitabu, makala na vyanzo vingine vya maarifa ili kuongeza uelewa wako na kujifunza mambo mapya.

Hii pia inaweza kujumuisha kujifunza mtandaoni kupitia kozi za mtandaoni, video na makala.

4. Uzoefu wa Kazi: Kuwekeza muda katika kazi au miradi ambayo inakupa ujuzi mpya na maarifa ya kiutendaji. Uzoefu wa kazi unaweza kuwa muhimu sana katika kujifunza mambo ambayo hayawezi kufundishwa darasani.

5. Mitandao ya Kijamii na Kitaaluma: Kujihusisha na mitandao ya kijamii na kitaaluma ambayo inakusaidia kubadilishana maarifa na wengine na kupanua ufahamu wako katika maeneo mbalimbali.

6. Kujifunza kutoka kwa watu wengine: Kutafuta ushauri kutoka kwa wataalamu, walimu na watu wenye uzoefu ili kupata maarifa kutoka kwa wale walio kutangulia katika maeneo unayotaka kuyafahamu.

Uwekezaji kwenye maarifa ni muhimu kwa sababu maarifa nin msingi wa maamuzi bora, ubunifu, na maendeleo endelevu.

Maarifa yanasaidia mtu kuboresha maisha yake, kufanikisha malengo yake na kuchangia kikamilifu katika maendeleo ya jamii.

Your Partner in Growth.

*ITAENDELEA WIKI IJAYO……*

# Tusijivute utafiti wa mimea tiba

*Inatoka uk. 10*

Dawa zingine zilizotajwa wakati huo zilikuwa zinazotibu magonjwa mbalimbali kama IH Moon, Coloidal Silver, Sudhi na Vatari. Baraza lilisema kwamba katika kufikia hatua ya kuzikubali dawa hizo kuwa halali kwa matumizi walikitumia kitengo cha Boring cha Chuo Kikuu cha Dar es Salaam pamoja na Mkemia Mkuu wa Serikali.

Iliielezwa kwamba dawa hizo ziliidhinishwa kutumika baada ya kubaini kwamba hazikuwa na madhara kwa afya ya binadamu.

Hata hivyo, kulikuwa na maelezo ya kukatisha tamaa kidogo kwani mmoja wa wasemaji walioshiriki kupitisha dawa hizo alisema haya: "Jambo ambalo tumeliangalia zaidi ni usalama wa mtumiaji, lakini katika upande wa kuthibitisha kuwa dawa hizo zinaponyesha au la, linabaki kwa mnunuaji na mtumiaji wa dawa hizo mwenyewe."

Ingawa kulikuwa na upungufu huo wa kutothibitisha uwezo wa dawa hizo katika kutibu

hatua iliyofikiwa ya angalau kutambua dawa tano za asili ilikuwa ya kupongeza ingawa hakukuwa na uhakika pia kama zote asili yake ilikuwa ni Tanzania ama la kwani zingine zilikuwa majina yake yalikuwa lafudhi kama ya Kihindi!

Licha ya asilimia nyingi ya wauza dawa za asili nchini kuwa matapeli, lakini zipo dawa lukuki za asili ambazo zinatibu magonjwa mbalimbali na watu wanapona, yakiwemo magonjwa haya yasiyo ya kuambukiza kama tezi dume, kisukari, pumu, presha na kadhalika. Kinachokosekana ni kuzifanyia tafiti kitaalamu, kuzisajili na kuzizalisha kitaalamu.

Pale jirani kabisa na Soko la Kariakoo, Dar es Salaam, kuna maduka zaidi ya 20 makubwa kabisa ambayo yanauza dawa hizi za asili.

Bila haka watu wanapona na ndio maana maduka yale yapo na hakuna asiyejua kwamba gharama za kukodi fremu eneo kama lile ni kubwa. Ukweli ni kwamba dawa za asili zikiwemo maarufu kama dawa za Wamasai, kwa miongo mingi, zimekuwa zikitegemewa na Watanzania kuwatibu maradhi yao mbalimbali zikisaidiana na hizi za mahospitalini.

Mimi ninaamini kwamba ukichukua Watanzania 100 watu wazima ukawauliza swali hili: "Ni nani kati yenu hajawahi kutumia dawa za mitishamba? Unaweza ukapata chini ya watano ambao watasema hawajawahi kabisa kuzitumia au usikute kabisa!" Lakini ukiuliza ni nani alipona ugonjwa wake baada ya kutumia dawa za asili na hakwenda kabisa hospitali, idadi, inaweza kupungua lakini pengine ikawa nusu kwa nusu.

Inawezekana nikawa nyuma ya taarifa lakini sijawahi kusikia kama dawa nyingine zaidi zikitangazwa na Baraza hilo na pia maendeleo ya hizo zilizotangazwa. Mbali na Cuba, wenzetu katika nchi nyingi ikiwemo India, China, Malaysia na kadhalika, kwa miongo mingi walisharasimisha dawa zao nyingi zinazotokana na mitishamba baada ya kuzifanyia tafiti na kugundua kwamba hazina madhara na zina tibu pia.

Miaka kadhaa iliyopita Rwanda iliamua kutenga fungu kubwa la pesa ili kufanyia utafiti dawa zake za asili, jambo ambalo Tanzania, tulipaswa kuliiga pia.

Hatua hiyo ya Rwanda ilikuwa ni sehemu ya mipango yake ya kuifanya nchi hiyo ndogo ya Afrika Mashariki na Kati kuwa nchi inayotegemea uchumi wa viwanda. Wakati huo, zaidi ya miaka saba iliyopita, Rwanda ilisema imedhamiria kuzalisha idadi ya kutosha ya dawa za binadamu kwa kutumia miti dawa ili kupunguza kuagiza dawa nje na hivyo kuchangia katika kuleta uwiano wa biashara (trade balance) baina yake na mataifa ya ughaibuni.

Nilichoelewa wakati huo ni kwamba, Rwanda ilikuwa haishii katika kuangalia usalama wa dawa pekee kwa maana ya kupima kama kuna sumu ama la bali kuangalia pia suala zima la tiba. Taarifa katika vyombo vya habari kutoka nchini humo nakumbuka ilisema wahusika pia walitakiwa inaagalia suala zima dozi, mchanganyiko (ingredients), ufungashaji, muda wa matumizi na mengine muhimu yanayofaa kwa dawa kuuzwa dukani. Wakati ule nilijiuliza kwamba, baada ya dawa tano za asili za Tanzania kuthibitishwa kwamba hazina madhara, wahusika walishindwa nini kutafuta wagonjwa wenye matatizo husika na kuwapa dawa hizo na kufuatilia uponyaji wake?

Lakini wakati huohuo nilijijibu swali hilo kwamba pengine Baraza hilo la dawa za asili na mbadala halikuwa na fedha na vitendea kazi muhimu ambavyo vingeweza kutufikisha waliokuwa wanaelekea Rwanda. Sijafuatilia Rwanda walikofika na mkakati wao huo lakini Rwanda, wakati ule katika azma yao ya kuona wanazalisha dawa zao kwa kutumia miti dawa na hatimaye kuziuza hata nje ya nchi, walikuwa wanashirikiana pia na vyuo kadhaa mashuhuri kwa utafiti wa miti dawa vya nje.

Ninakumbuka pia walianza kwa kuunda taasisi maalumu kwa ajili hiyo na kuwakusanya waganga takribani wote wa jadi ili kupeleka dawa zao na kwamba hati miliki zao zingelindwa kwa wale ambao dawa zao zingeonesha uwezo mkubwa wa kutibu. Ninakumbuka baadaye Rwanda walipiga marufuku waganga wa jadi kujitangaza kwa mabango, vipindi vya redio, televisheni au kwa njia ya mitandao. Wakati Rwanda wanaanzisha mkakati wao, bado Tanzania iliaminika kuwa na idadi kubwa ya miti dawa kulinganisha na nchi hiyo ndogo lakini hatujawahi kuwa na mpango kama huo.

Mimi ninadhani, tumechelewa sana. Ni vyema tukimbie katika kushirikiana na Cuba kama alivyoagiza Waziri Mkuu katika kuhakikisha kwamba tunakuwa na viwanda kadhaa vya dawa zinazotokana na miti dawa inayopatikana Tanzania. Wenzetu Cuba tumeelezwa wana viwanda 72 basi angalau sisi tujiwekee malengo kila mwaka tuwe na kiwanda kimoja cha kutengeneza aina fulani ya dawa inayotokana na miti dawa inayopatikana nchini.

# Ugonjwa wa Mpox

*Inatoka uk. 11*

**DALILI ZA MPOX**

Kila Mtanzania anapaswa kufahamu dalili za Mpox ambazo ni pamoja na homa, kutokwa na vipele vyenye maji, uchovu, maumivu ya mgongo, kuvimba mitoki, maumivu ya misuli, na kuumwa kichwa.

Mara baada ya kupata homa, upele unaweza kutokea, mara nyingi huanza kwenye uso kisha kuenea kwenye sehemu nyingine za mwili, viganja vya mikono, na nyayo za miguu.

**UGONJWA UNAVYOAMBUKIZWA**

Mpox huambukizwa kutoka kwa mtu mmoja kwenda mwingine kupitia kujamiiana, kushikana mikono, kupiga busu, au kukumbatiana na mtu mwenye ugonjwa. Pia unaweza kuambukizwa kwa kugusana kawaida, kwa mfano, kugusa mtoto aliyeambukizwa.

**HALI ILIVYO NA HATUA ZA KIMATAIFA**

Virusi vya Mpox vinaendelea kuenea kwa kasi katika DRC, na wataalamu wanatahadharisha kuwa ni aina hatari zaidi ya virusi.

Kesi zimekuwa zikiongezeka katika sehemu za Magharibi na Kati mwa Afrika, na mwaka huu, Mpox imeripotiwa katika nchi 16 za Afrika.

Aina ya virusi vya Clade 2, vinavyopatikana Afrika Magharibi, husababisha kiwango cha chini cha vifo (asilimia 1), lakini Clade 1, inayopatikana DRC, ina kiwango cha juu cha vifo (asilimia 1-10).

Michael Marks, Profesa wa Afya ya Binadamu kutoka London School of Hygiene & Tropical Medicine (LSHTM), amesema kuwa mlipuko huo unaweza kusababisha maambukizi ya kimataifa na ni muhimu kwa mwitikio wa kimataifa kusaidia nchi kama DRC.

**MPOX NI NINI?**

Mpox husababishwa na virusi vya nyani (monkeypox), kutoka familia ya virusi vya smallpox.

Awali maambukizi yalitokea kutoka kwa wanyama hadi kwa wanadamu, hasa katika nchi zilizo karibu na misitu ya mvua ya kitropiki. Hali mbaya zaidi ya mlipuko wa kimataifa ilikuwa mwaka 2022, ambapo ugonjwa huu ulienea katika karibu nchi 100 ambazo hazikuwa na historia ya virusi hivyo.

**DHIMA YA CHANJO NA ELIMU**

Profesa Marks amesisitiza kuwa changamoto kuu katika kukabiliana na mlipuko huu ni usambazaji wa chanjo, hasa barani Afrika.

Dk. Adeola Fowotade, Daktari Bingwa wa elimu ya virusi kutoka Nigeria, anasema kuwa Jamhuri ya Kidemokrasia ya Congo na Nigeria ziko tayari kutoa leseni ya chanjo muhimu. Hata hivyo, Profesa Marks anabainisha kuwa changamoto kuu ni taarifa potofu ambazo zinaweza kuathiri kampeni za chanjo.

Katika kuhitimisha, ugonjwa wa Mpox ni tishio si tu kwa Afrika bali pia kwa dunia nzima. Serikali na wadau wa afya wanapaswa kuchukua hatua thabiti katika kuelimisha na kuchanja watu ili kudhibiti kuenea kwa ugonjwa huu hatari.

Elimu zaidi inapaswa kutolewa ili watu wasichukulie poa ugonjwa huu.

# Ujerumani yaahidi kutoa dozi 100,000 za mpox kwa Afrika

**BERLIN, Ujerumani**

UJERUMANI itatoa dozi 100,000 za chanjo ya mpox kutoka kwa hisa zake za kijeshi kusaidia kudhibiti mlipuko katika Bara la Afrika katika kipindi cha muda mfupi na pia kutoa msaada kwa nchi zilizoathiriwa, Msemaji wa Serikali amesema.

Juzi Jumatatu, msemaji huyo alisema

Serikali italipatia Shirika la Afya Duniani (WHO), rasilimali za kifedha kupitia vyombo mbalimbali vya kupambana na mpox na pia kusaidia washirika wake barani Afrika kupitia muungano wa chanjo ya GAVI.

Ujerumani ina dozi takribani 117,000 za Jynneos, ambazo zinahifadhiwa na Jeshi lake baada ya kununua mwaka 2022.

WHO imetangaza mpox kuwa dharura ya afya ya umma duniani baada ya mlipuko katika Jamhuri ya Kidemokrasi ya Congo (DRC) kuenea katika nchi jirani na aina mpya ya virusi, clade Ib, ilisababisha wasiwasi kuhusu kasi ya maambukizi.

Serikali ilikuwa inaangalia njia ya haraka zaidi ya kupata chanjo hizo kwa nchi zilizoathirika, hasa DRC, lakini pia Burundi na nchi jirani za Afrika Mashariki, kulingana na Msemaji wa Wizara ya Mambo ya Nje. BBC.

# Madaktari wagoma baada ya mwenzao kutekwa nyara

**ABUJA, Nigeria**

MADAKTARI katika hospitali za umma nchini Nigeria, wameanza mgomo wa siku saba nchini kote wakitaka mwenzao, Dk. Ganiyat Popoola, anayeshikiliwa na watekaji nyara kwa miezi minane.

Daktari huyo mwanamke mwenye watoto watano, alichukuliwa kutoka nyumbani kwake katikati ya usiku wa Desemba 27, mwaka jana pamoja na mumewe na mpwa wake.

Hata hivyo, mumewe aliachiliwa Machi, mwaka huu baada ya fidia kuripotiwa kulipwa, lakini watekaji nyara walimshikilia daktari wa macho na jamaa yake.

Madaktari hao wanasema hawatatoa huduma ya dharura wakati wa mgomo huo.

Dk. Popoola anafanya kazi katika hospitali ya Kituo cha Kitaifa cha Macho huko Kaduna, Kaskazini-Magharibi mwa Nigeria na anaishi katika sehemu rasmi zinazotolewa na hospitali hiyo.

Hospitali hiyo ni moja ya hospitali kubwa za macho nchini Nigeria.

Wataalamu wanasema eneo la hospitali hiyo nje kidogo ya Jiji la Kaduna, linaifanya kuwa shabaha rahisi kwa watekaji nyara.

Mwaka 2021, wanafunzi kadhaa walichukuliwa kutoka chuo cha karibu cha misitu.

Dk. Taiwo Shittu wa Hospitali ya Kufundisha ya Chuo Kikuu cha Lagos, alisema kilichompata Dk. Popoola, kinaweza kumpata mtu yeyote.

"Tunataka mamlaka kuchukua hatua haraka, hii imeendelea kwa muda mrefu sana," alisema kwenye video ya mtandao wa kijamii.

Madaktari wanahisi vyombo vya usalama havifanyi vya kutosha kuhakikisha aachiliwe.

Watekaji nyara wanaomba Naira milioni 40 (sawa na Dola 25,000) kwa ajili ya uhuru wao.

Ingawa sheria tata inayoharamisha malipo ya fidia ilianza kutumika mwaka wa 2022, bado mara nyingi hulipwa na watu wa ukoo wanaotamani kuwaachilia wapendwa wao.

Sheria ina adhabu ya kifungo jela cha takribani miaka 15 kwa yeyote atakayelipa fidia, ingawa hakuna mtu ambaye amehukumiwa.

BBC.

# 15 wauawa mashambulizi ya ndege zisizo na rubani

**BAMACO, Mali**

TAKRIBAN watu 15, wakiwemo watoto, wameuawa kufuatia mashambulizi ya ndege zisizo na rubani Jumapili iliyopita katika mji wa Tinzaouaten Kaskazini mwa Mali, karibu na mahali ambapo jeshi lilipata pigo kubwa mwezi uliopita, waasi wa Tuareg wamesema.

Mali ilikuwa tayari imefanya mashambulizi ya anga dhidi ya waasi ndani na karibu na Tinzaouaten muda mfupi baada ya wapiganaji wa Tuareg na wapiganaji wenye msimamo mkali kuwauwa wanajeshi wengi wa Mali na mamluki wa Wagner wa Russia karibu na mji huo Julai, mwaka huu.

Mji huo uliopo karibu na mpaka wa Algeria, ulishambuliwa tena na ndege zisizo na rubani Jumapili iliyopita, Msemaji wa Muungano wa Waasi wa CSP alisema.

Mashambulizi yalipiga nyumba ya raia, duka la dawa na maeneo mengine ya mji, Mohamed Elmaouloud Ramadane, alisema kwa njia ya simu.

Takriban watu 15 wamethibitishwa kufariki dunia wakiwemo watoto na idadi ya vifo huenda ikaongezeka, aliongeza.

Jeshi la Mali halikujibu maombi ya kuthibitisha taarifa hizi.

Mapigano karibu na Tinzaouaten mwishoni mwa Julai, mwaka huu yanaweza kuwa kipigo kikubwa zaidi cha Wagner tangu ilipoingia miaka miwili iliyopita kusaidia wanaharakati wa Mali kupambana na makundi ya waasi.

Waasi wa Tuareg walisema wameuwa takriban mamluki 84 wa Wagner na wanajeshi 47 wa Mali.

Tawi tanzu la al Qaida, lilisema limewauwa mamluki 50 wa Wagner na wanajeshi 10 wa Mali.

Si Mali wala Wagner, walioweka wazi idadi ya wanajeshi waliofariki dunia, ingawa Wagner ilisema imepata hasara kubwa. VOA.

# Urusi yaanzisha mashambulizi makubwa ya anga Ukraine

**MOSCOW, Urusi**

URUSI imeanzisha moja ya mashambulizi yake makubwa zaidi ya anga dhidi ya Ukraine katika vita vinavyoendelea nchini humo kufikia sasa, Mkuu wa Jeshi la Anga la Ukraine amesema.

Takriban watu saba waliuawa na wengine kadhaa kujeruhiwa huku makombora na ndege zisizo na rubani, zikirushwa zaidi ya nusu ya mikoa ya Ukraine Jumatatu iliyopita.

Miundombinu ya umeme iliathiriwa na kusababisha kukatika kwa umeme katika sehemu nyingi, huku nchi nzima ikiwekwa chini ya tahadhari ya uvamizi wa anga na watu wakashauriwa kujificha.

Urusi ilithibitisha kuwa ilianzisha mashambulizi dhidi ya miundombinu ya nishati ya Ukraine moja ya mbinu zake za muda mrefu na kusema malengo yake yote yalifikiwa.

Misururu ya mashambulizi ya makombora na ndege zisizo na rubani, ilianza kote nchini humo usiku wa juzi Jumatatu na kuendelea hadi asubuhi.

Na baadaye siku hiyo mchana, jengo la kiraia lilishambuliwa na kombora la Urusi katika mji wa Mashariki wa Kryvyi Rih, na kusababisha mwanamke mmoja kupoteza maisha huku wengine watano wakidhaniwa kutoweka, Mkuu wa Utawala wa Kijeshi wa eneo hilo, Oleksandr Vilkul, alisema kwenye jukwaa la Telegram.

Kwa mujibu wa Mykola Oleshchuk, Kamanda wa Jeshi la Anga la Ukraine, Urusi ilirusha makombora 127 na ndege zisizo na rubani 109 usiku kucha hadi juzi Jumatatu asubuhi.

Kati yao, Ukraine ilirusha makombora 102 na ndege zisizo na rubani 99, alisema kwenye Telegram.

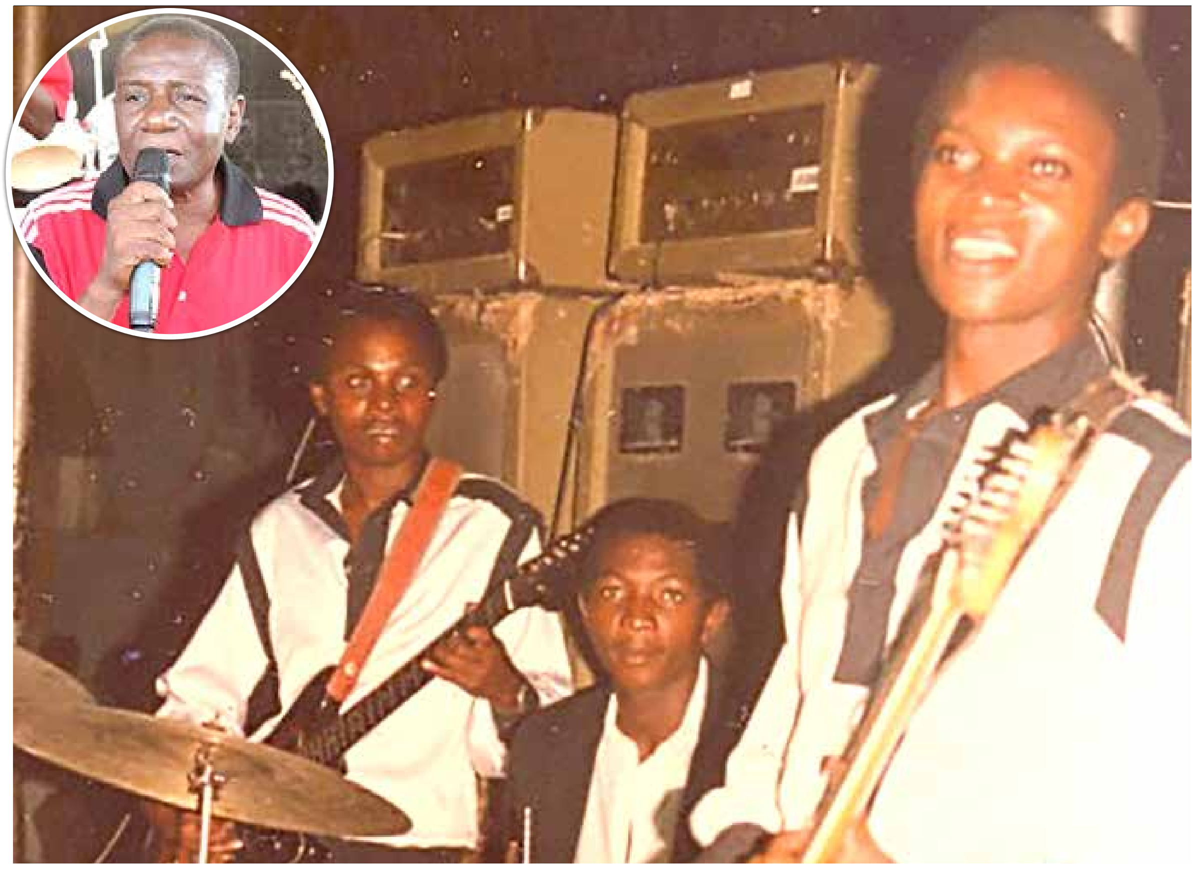
Oleshchuk aliita shambulizi hilo la pamoja kuwa ni kubwa zaidi la angani.

Ujumbe kutoka Moscow haukuwa na makosa hata kidogo, Urusi bado inaweza kusababisha madhara kwa watu wa Ukraine wakati wowote inapoamua kufanya hivyo.

BBC.

# Muziki wa dansi unahitaji mageuzi

**Muziki wa dansi umekuwa ukisuasua sana katika miaka ya hivi karibuni, Mwandishi wetu, Hamid Yassin amezungumza na wadau kadhaa wa muziki huu na kwa pamoja wanalijadili hali hii.**



"MUZIKI wa dansi tunahitaji mageuzi ya hali ya juu. Aina ya muziki wetu inastahiki ubadilike kabisa, tufute mawazo yale ya miaka ya 70/80 hadi 90, tufanye muziki wa dansi wa enzi hii," anazungumza mwanamuziki mkongwe, Abdallah Gama.

Mwanamuziki huyo anataka miundo ya tungo ibadilike, anadai kuwa, siku hizi baadhi ya bendi au wasanii mmoja mmoja wanajitahidi kuingia Studio na kutoa nyimbo mpya, bahati mbaya kwao nyimbo au tungo hizi zinapita njia zile zile za miaka ya 80.

Pia mashabiki nao hawakuwekwa nyuma katika lawama hizi za kuupoteza muziki wa dansi kwa maelezo kuwa, wanashabikia muziki bila kufanya tafiti kuhusu miundo ya tungo na kadhalika.

Ukiingia kwenye dansi hususani kwenye hizi bendi maarufu bado utakuta nyimbo za zamani za akina Cosmas Thobias Chidumule, Marijan Rajab, Hemedi Maneti, Hassan Bitchuka, Max Bushoke, Tx Moshi na wakali wengine, ndizo zinazotamba hadi leo hii na zina nguvu kuliko hizi tungo mpya.

Tofauti na zamani, nyimbo nyingi mpya zinakuwa chini ya kiwango huku zikikosa ujumbe maridhawa utakaoweza kudumu muda huku ukiteka hisia za mashabiki muziki huo pendwa.

Tatizo jingine ambalo ndiyo limekuwa kama ugonjwa wa kansa kwenye muziki wa dansi ni baadhi ya bendi na wanamuziki kubweteka na kujisahau sana kwa kutegemea nyimbo za kukopi.

Unaingia kwenye dansi lakini utakachokutana nacho unabaki unashangaa, unakuta programu yote ya muziki mwanzo hadi mwisho ni nyimbo za kukopi.

Bendi haina wimbo wake hata mmoja! Ikiisha nyimbo ya 'Rangi ya chungwa' inakuja 'Georgina', 'Sina Makosa', 'Kitambaa cheupe', 'Masafa Marefu' na kadhalika. Hizi zote ni nyimbo za zamani zilizopigwa na bendi ambazo hata hazipo kwenye ulimwengu huu wa muziki.

Ukisema siendi tena kwenye kumbi za burudani unakopigwa muziki mubashara, lakini hata kwenye Baa za mitaani hali ni hiyo hiyo, zinatamba nyimbo za zamani tu!

Kwa kweli hali hii inachosha sana kiasi ambacho kinatia uvivu baadhi ya wapenzi kutembelea baadhi ya hizi bendi. tunahitaji mageuzi makubwa ili angalau muziki huu upige hatua kadhaa mbele, kama ni bendi mpya ipige muziki wa aina mpya au tungo za aina tofauti na siyo zile zile zilipendwa, kunakuwa hakuna jipya.

Naye mdau mkongwe wa muziki wa dansi, Said Mdoe anasema muziki wa huu umepigwa lile dua la balaa la 'Kurujuani'!

Mdoe anasema bado kuna vilio kutoka kwa baadhi ya wanamuziki kuwa vyombo vya habari vimeutenga muziki wa dansi. Jambo ambalo baadhi ya wanamuziki wanaichukulia kama moja ya sababu zao muhimu za kukaa muda mrefu bila kuachia nyimbo mpya.

Lakini Mdoe anakataa madai haya kwa maelezo kuwa, ukifanya utafiti utagundua kuwa yapo magazeti mengi yanaandika kuhusu muziki wa dansi, vipo vituo vya radio na televisheni vinacheza muziki wa dansi, ingawa ni kwa vipindi maalum lakini si haba.

Sasa tuje kwenye suala la msingi; Je, bendi zetu na wanamuziki wanasapoti vyombo vya habari vinavyoukumbatia muziki wa dansi?

Ukweli ni kwamba wanamuziki wengi wanavichukulia poa vyombo vya habari vinavyoujali muziki wa dansi.

Bendi na wanamuziki wengi bado wanasumbuka na vyombo vya habari vilivyoufungia vioo muziki wa dansi na kusahau kwamba wanapaswa kuweka nguvu kwenye vile vinavyothamini kazi zao.

Wanamuziki wanapaswa kutambua kuwa ni bora 'Makande kuliko pilau ya masimango.'

Unadharau vituo vya radio na televisheni vinavyocheza muziki wa dansi, kisha unasubiri mbeleko ya vituo ambavyo havina muda kabisa na dansi.

Mwisho wa siku mbeleko hizo zinakuja na masimango, vituo hivyo vitakuambia muziki wa dansi umekufa na hata wakiita wanamuziki kufanya nao mahojiano, basi asilimia 90 ya gumzo haitahusiana na kazi za msanii bali ni maisha binafsi na udaku kwa kwenda mbele.

Kuna hoja nyingine ya wanamuziki kuwa bendi zao hazishirikishwi kwenye matamasha makubwa ya muziki yanayoandaliwa na vituo vya radio na kwamba hata wakipewa hizo kazi basi wanapangiwa muda mbaya kibiashara na kwa malipo kiduchu.

Lakini bendi hizo hizo zinapoandaliwa maonyesho ya pamoja na mapromota wa kawaida, zitaleta nyodo na kalenda nyingi sambamba na bei kubwa zisizoendana na soko la sasa. Yale yale ya kudharau makande kwa pilau la masimango.

Mtafute mwandaaji yeyote aliyefanya tukio la pamoja la bendi zaidi ya mbili, atakusimulia namna alivyosumbuliwa kuanzia bei hadi kwenye ushirikiano katika promosheni ya onyesho.

Ni kweli kuna haja ya kuupigania muziki wa dansi kupigwa na radio zote na katika kila kipindi, lakini nguvu ianze kwanza kwa vipindi vya dansi vilivyopo, tuvipe thamani inayostahili kabla ya kusonga mbele. Siku zote tunaambiwa upendo na mshikamano unapaswa kuanzia nyumbani.

Mwanamuziki wa dansi hana mzuka na kipindi cha dansi redioni, hata akiitwa kwenye mahojiano anaweza asiende na haoni haja kutoa taarifa ya udhuru.

Mwanamuziki anawaza zaidi vipindi ambavyo havisumbuki na dansi na wala watangazaji wake hawana chochote wanachojua kuhusu muziki wa dansi dansi. Inafika wakati unajisemea mwenyewe kuwa si bure, kuna 'Kurujuan' limepigwa kwa muziki dansi.

Wengine wanasema kuna umuhimu wa kurejeshwa Baraza la Muziki la Taifa ( BAMUTA) lililofutwa mwaka 1984 na kuunganishwa na Baraza la Sanaa la Taifa (BASATA).

BAMUTA lilianzishwa na serikali ya Tanzania mwaka 1974. Lengo lake lilikuwa ni kusimamia biashara ya muziki nchini, katika muktadha mpana zaidi uliokusudia kutengeneza utambulisho imara wa Taifa.

Wakati BASATA wazo kuu lilikuwa kutengeneza utamaduni mpya kwa wafanyakazi na wakulima wa nchi huru kutoka kwa urithi wa ukoloni na utamaduni wa ubepari.

Ilikuwa na jukumu la kuweka sera za muziki za taifa, zilizolenga kudhibiti uagizaji wa muziki na ilitoa leseni za disko na klabu. Pia ilitaka serikali iweke mipango madhubuti pamoja na kudhibiti muziki holela hapa Tanzania.

Kwa mfano, kuagiza muziki wa kigeni kwa ujumla ilipigwa marufuku isipokua muziki kutoka Zaire.

Chini ya vizuizi kama hivyo, na sababu ya serikali kukuza ubunifu wa muziki, bendi nyingi ziliundwa na mitindo mipya ya muziki wa Kiafrika iliibuka, hasa ndani ya biashara ya muziki wa dansi (dance music).

Lakini hivi sasa baada ya kutangulia mbele ya haki kwa wanamuziki wengi wa kizazi kile cha miaka ya 70, 80 hadi 90, hali imekuwa tete na wamebaki kupiga nyimbo za wenzao bila wao kuumiza vichwa na kuja na tungo zao wenyewe mpya!

# Wafahamu wapinzani wa Simba Shirikisho

**Na Hamid Yassin**

**WAWAKILISHI** wa Tanzania katika michuano ya Kombe la Shirikisho Afrika (CAF), Simba itaanza rasmi michuano mzunguko huu wa pili kwa kukabiliana na timu ya Al Ahly Tripoli ya Libya.

Simba itacheza hatua hii moja kwa moja kutokana na viwango wa juu iliyojiwekea katika michuano mikubwa ya Afrika wakati Al Ahly Tripoli wao walianzia hatua ya awali ambapo ilifanikiwa kuitoa timu ya Uhamiaji ya Zanzibar kwa jumla bao 5-1.

Al-Ahly Tripoli hii ndiyo klabu yenye mafanikio zaidi kuliko zote nchini Libya, pia ndio klabu ya Libya iliyofanya vizuri zaidi kwenye michuano ya (CAF) ambapo mwaka 1984 ilifika fainali lakini ikajitoa kwa sababu ya migogoro | matatizo ya kisiasa.

Klabu hii ilianzishwa rasmi Septemba 19 mwaka 1950, yaani miaka 73 iliyopita. Ni klabu yenye mashabiki wengi zaidi nchini Libya.

Katika michuano ya kimataifa ya CAF huwa wanatumia Uwanja wa Tripoli. Rangi rasmi za Al-Ahly Tripoli ni Kijani. Ubingwa wao wa kwanza wa ligi kuu walitwaa mwaka 1964.

Msimu uliopita 23/24 walikuwa vinara wa kundi (B) katika ligi kuu ya Libya ambayo huchezwa kwa makundi mawili. Ambapo walicheza michezo 20, kati ya hiyo walishinda mechi 15, wakatoka sare michezo 3 na kupoteza mechi 2.

Baada ya hatua ya makundi ligi hiyo ya Libya hukutanisha timu zilizofanya vizuri katika kila kundi kupata Bingwa ambapo Al-Ahly Tripoli walishika nafasi ya (3) na kuiwakilisha nchi yao kwenye michuano ya hii ya Kombe la Shirikisho Afrika.

### USAJILI

Katika dirisha kubwa lililopita wamesajili wachezaji wafuatao kwenye kikosi chao, mshambuliaji Agostinho Cristovao 'Mabululu' kutoka Al-Ittihad, winga Hamdou El Houni kutoka Wydad Cassablanca, kiungo mchezeshaji, Al Gozoli ambaye alikuwa hana timu, beki wa kati, Soufian Bendao na winga mwingine Tarek Bshara.

### MAFANIKIO YAO MAKUBWA

Mafanikio makubwa ya Al Ahly Tripoli ni pamoja na kutwaa ubingwa wa Ligi Kuu ya Libya mara 13. Walitwaa katika miaka ya 1964, 1971, 1973, 1974, 1978, 1984, 1993, 1994, 1995, 2000, 2014, 2016 na 2023.

Pia miamba hiyo ya Libya imefanikiwa kutwaa ubingwa wa Kombe la Shirikisho la Libya mara 7 katika miaka ya 1976, 1994, 2000, 2000, 2006, 2016 na 2023.

### KLABU BINGWA AFRIKA

Wapinzani hawa wa Simba si wageni kwenye michuano hii mikubwa kabisa kwa ngazi ya klabu Afrika, ingawa rekodi yao si ya juu ukilinganisha na ile ya Wekundu wa Msimbazi kwenye mashindano haya ya kimataifa.

Mwaka 2000 waliposhirikia kwa mara ya kwanza waliishia mzunguko wa kwanza, mwaka 2009 walijivuta hadi mzunguko wa pili, mwaka 2015 waling'olewa mashindanoni hatua ya awali, 2016 walitolewa tena mzunguko wa pili na hatimaye mwaka 2017 walifanya vizuri kwa kufika hatua robo fainali ya Klabu Bingwa Afrika.

### KOMBE LA SHIRIKISHO

Huku wameshiriki mara sita ambapo hatua kubwa zaidi ya kujivunia ni kucheza nusu fainali ya Kombe hili la Shirikisho mwaka 2022. Mwaka 2007 walitolewa hatua ya awali ya michuano hii ngazi ya pili kwa ukubwa kwa klabu.

Miaka miwili (2009) baadaye walirudi tena kwenye michuano hii lakini waliambulia kuishia mzunguko wa kwanza. Wakarejea tena mwaka 2010 lakini wakaishia tena mzunguko huo huo wa kwanza.

Mwaka 2014 walitolewa hatua ya awali na mwaka 2016 walijitahidi hadi kufika hatua ya makundi.

### KOMBE LA WASHINDI

Kabla ya michuano ya Kombe la Washindi kufutwa rasmi, Al Ahly Tripoli waliwahi kufika hatua ya fainali ya kombe hili lakini hawakucheza fainali hiyo baada ya kujitoa kufuatia kuzuka kwa machafuko ya kisiasa kwenye nchi yao ya Libya.

Pia mwaka 2002 Al Ahly Tripoli ilicheza michuano hii ya Kombe la Washindi Afrika na kuishia mzunguko wa pili.

Hivyo Simba wanaweza kuchanga karata zao kupitia historia hii ya Al Ahly Tripoli kwenye michuano hii ya Afrika ambapo ukiangalia kwa haraka utabaini kuwa, Simba ina rekodi za juu kuliko miamba hii ya Libya.

Hata hivyo soka haliko hivyo, Simba wanatakiwa kudili zaidi na takwimu za sasa za timu hii kuliko kuangalia hizi rekodi za huko nyuma. Hii historia itawasaidia Wekundu hao wa Msimbazi kwamba hawachezi na timu ngeni kwenye michuano hii ya ngazi ya klabu Afrika.

**Kwa maoni na ushauri; 0768 888 787 ama 0784 122 020.**

# Kwa nini nyota wengi wanakimbilia ligi ya Saudia?

**RIYADH, Saudi Arabia**

MSIMU wa 2024-25 wa ligi ya Saudi Pro League ulianza Agosti 22. Mwaka mmoja uliopita, ilionekana kuna mchezaji nyota aliyewasili Riyadh, Jeddah na kwingineko nchini hapa kila siku.

Kwa jumla, zaidi ya pauni milioni 700 zilitumika kuwanunua wachezaji kama Neymar, Karim Benzema na Riyad Mahrez miongoni mwa wengine waliojiunga na Cristiano Ronaldo hapa Mashariki ya Kati.

"Yamekuwa majira tulivu katika soka la kimataifa," Simon Chadwick, profesa wa michezo na uchumi wa kijiografia katika Shule ya Biashara ya Skema mjini Paris, amenena.

Chadwick anajihusisha na "mchanganyiko wa hali mbaya ya kiuchumi, kuchelewa kukamilika kwa mashindano ya timu ya taifa ya bara na vilabu katika maeneo mbalimbali kujaribu kutumia kanuni za fedha za ndani".

Ingawa kumekuwa na mawasiliano na mshambuliaji wa Liverpool, Mohamed Salah na mshambuliaji wa Real Madrid, Vinicius Jr, bado hakuna dili la uhamisho wa kuhamia Saudi Arabia msimu huu.

Mshambuliaji wa Brentford na England, Ivan Toney ndilo jina la hivi punde linalomvutia, huku The Bees wakikataa dau la pauni milioni 35 kwa mchezaji huyo mwenye umri wa miaka 28 kutoka Al-Ahli wiki iliyopita.

"Tatizo la kutumia pesa nyingi kwenye vipaji ghali kutoka nje ni kwamba kuviendeleza kunamaanisha kuendelea kufanya hivyo daima," aliongeza Chadwick.

"Hii ni ghali, haitoi hakikisho la mafanikio, inaweza kusababisha kukosekana kwa utulivu, na kudhoofisha utendaji wa timu ya kitaifa.

"Ndani ya soka ya Saudi Arabia kuna uwezekano wa kuwa na fikra za kimkakati zaidi sasa hivi, ikilinganishwa na miaka miwili iliyopita."

Kuna nguvu nyingi za nyota zilizopo hapa nchini hata hivyo, na majina mengi makubwa bado yapo. Ligi hii ilipeleka wachezaji 14 kwenye

Ubingwa wa Uropa msimu huu wa joto, akiwemo Merih Demiral, beki wa kati wa Al-Ahli wa Uturuki.

"Tulidhihirisha kwa kila mtu kwamba Saudi Pro League sio ligi rahisi," Demiral amesisitiza.

"Tunafanya kazi kwa bidii sana hapa, mazoezi yetu na michezo yetu sio rahisi kama watu wengi wanavyofikiria."

**TIMU NNE KUBWA**

Al-Ahli ni mojawapo ya klabu nne kubwa, zinazomilikiwa na Mfuko wa Uwekezaji wa Umma wa nchi hii (PIF) ambao unaunga mkono Newcastle United ya England na walimaliza wa tatu kwenye Ligi ya Saudia msimu uliopita.

Al Hilal walitawala mchezo na kufanikiwa kushinda taji la 19 la ligi , ikimaliza alama 14 mbele ya al -Nasser hatua iliovunja rekodi yao ya mechi 34 bila kushindwa Aleksandar Mitrovic na Ruben Neves waliwasili kutoka Fulham na Wolverhampton Wanderers. Mshambuliaji huyo wa Serbia alizidiwa tu na Ronaldo, na Neves alisaidiwa tu na Mahrez, huku safu ya ulinzi iliyojumuisha Kalidou Koulibaly ikiwa mbaya.

Swali kubwa ni lini Neymar, ambaye alicheza mechi tano pekee kabla ya kuumiza kifundo cha mguu mwezi Oktoba, atarejea.

Wapinzani wa Riyadh Al-Nassr walimaliza msimu wakiwa mikono mitupu licha ya kufunga mabao 100 na kumaliza na alama 17 juu ya Al-Ahli katika nafasi ya tatu.

Ronaldo kwa mara nyingine tena atagonga vichwa vya habari, ijapokuwa inasalia kuonekana iwapo ataweza kupitisha au kusawazisha idadi ya magoli 35 aliyofunga msimu uliopita.

Mchezaji huyo mwenye umri wa miaka 39 anashirikiana na wachezaji kama vile Sadio Mane, Aymeric Laporte na Marcelo Brozovic.

Al-Ittihad ya Jeddah walistahili kuwa mabingwa msimu wa 2022/23, lakini walimaliza wa tano mwaka jana licha ya kuwasajili N'Golo Kante, Benzema na Fabinho. Meneja Nuno Espirito Santo hakudumu kwa muda mrefu, na pia mrithi wake Marcelo Gallardo.

Nafasi yake imechukuliwa na Laurent Blanc. Huku kukiwa hakuna ahadi ya kushiriki katika Ligi ya mabingwa barani Asia, kusainiwa kwa Moussa Diaby kutoka Aston Villa kwa takribani pauni milioni 50 katika mkataba mkubwa zaidi wa msimu huu wa kiangazi hadi sasa, mashabiki wana matumaini.

Majirani wa Al-Ahli pia wana utajiri wa kushambulia kupitia Mahrez, Roberto Firmino na Firas Al-Buraikan, mfungaji bora wa ligi ya Saudi.

Allan Saint-Maximin ameondoka kuelekea Fenerbahce nchini Uturuki, lakini kuna dalili katika mechi za kabla ya msimu mpya kwamba mshambuliaji wa zamani wa Liverpool, Firmino, ambaye hakuwa katika ubora wake msimu uliopita, anaonekana mkali.

Jeshi maarufu la klabu hiyo la mashabiki waliovalia mavazi ya kijani litataka kumaliza katika nafasi ya tatu chini ya kocha Mjerumani Matthias Jaissle mwenye umri wa miaka 36 kuwa jukwaa la kupigania ubingwa wakati huu.

"Mashabiki wetu wanashangaza sana kwa sababu, tunapokwenda kwenye mechi za ugenini, wanajitokeza kwa wingi, kama watu 20,000 kila mchezo," alisema Demiral.

"Hii ni hatua nzuri sana kwetu, haswa kama wachezaji, kwa sababu tunahisi ushabiki wao wakati wote. Katika Saudi Pro League hakuna mashabiki kama wetu, ndiyo maana tuna bahati."

Kwa jumla hata hivyo, ligi itakuwa na matumaini ya kuimarika katika wastani wa mahudhurio ya msimu uliopita ya zaidi ya 8,000. Timu nne kubwa Wanne wakubwa ndizo zinazoungwa mkono zaidi, na kuboresha idadi katika ligi iliyosalia ni jambo la kupewa kipaumbele.

## Kona ya Urembo

# Urembo wa hereni kwa mwanamke na matashititi yake

**Na Unosye Atufigwege**

UREMBO wa hereni kwa mwanamke ni kipande muhimu cha mapambo kinachoshikilia nafasi yenye hadhi katika mitindo ya mavazi na tamaduni.

Hereni ni sehemu ya mapambo ambayo imekuwa na umuhimu mkubwa katika historia na utamaduni wa binadamu, na ina uwezo wa kuakisi mtindo wa kibinafsi, hadhi, na maadili ya jamii.

Katika makala hii, tutaangalia jinsi urembo wa hereni kwa mwanamke ni wa kipekee, na athari zake kwa mwanamke mwenyewe na jamii kwa ujumla.

### UREMBO WA HERINI KWA MWANAMKE

Herini kwa mwanamke mara nyingi hutumika kama kipande cha mapambo kinachozidi kuonyesha urembo wa asili wa mwanamke. Katika tamaduni nyingi, hereni zimekuwa na nafasi ya kipekee, zikihusishwa na hadhi na utambulisho wa kijamii.

Katika kipindi cha kale, hereni zilizokuwa na vito vya thamani au za dhahabu zilikuwa alama ya utajiri na nafasi ya juu. Hereni hizi zilipatikana mara nyingi kwa wale walio na uwezo wa kifedha, na mara nyingi zilikuwa na maumbo ya kuvutia na mapambo maalum.

Katika dunia ya kisasa, hereni zimeendelea kubadilika, zikijumuisha mitindo na maumbo mbalimbali ili kuendana na mitindo ya sasa. Hereni ndogo za dhahabu au fedha zinaweza kuonekana kama uchaguzi wa kisasa huku zile kubwa zenye vito vya thamani zikionyesha mtindo wa kifahari.

Kwa mfano, hereni zenye maumbo ya kimataifa, kama vile za mviringo au za kati, zinaweza kuongeza mvuto wa jumla wa mavazi ya mwanamke. Hereni zinazovaa vito vya kuvutia kama vile almasi, rubi, au safiri zinaweza kutoa mwangaza wa kipekee na kuonyesha mtindo wa hali ya juu.

### KIPYA KUTOKA KWENYE UREMBO WA HERINI

Kwanza; kipya kinachotokana na urembo wa hereni kwa mwanamke kinaweza kuonekana katika nyanja kadhaa. Kama vile kutoa nafasi kwa mwanamke kujieleza kwa mtindo wa kibinafsi.

Kila mwanamke ana ladha na mapendeleo yake mwenyewe, na hereni zinaweza kuchaguliwa kulingana na maoni hayo. Hii inaruhusu mwanamke kuonyesha urembo wake wa kipekee na kujivunia kuwa na mtindo wa kuvutia.

Urembo wa hereni huongeza hali ya kujithamini na kujitambua kwa mwanamke, na hivyo kuimarisha hali yake ya kisaikolojia na kiakili.

Pili; hereni zinaweza kuwa alama ya hadhi na hali ya jamii. Katika baadhi ya tamaduni, hereni zinazovaa vito vya thamani au zile kubwa zinazotumiwa katika matukio maalum zinaweza kuashiria hadhi ya juu na mafanikio ya kifedha.

Hii inachangia katika kuimarisha mtindo wa maisha wa mwanamke na kuonyesha nafasi yake katika jamii. Kwa hivyo, hereni zinaweza kuwa kipande muhimu katika kuonyesha nafasi ya mwanamke na mafanikio yake katika muktadha wa jamii.

### ATHARI KWA JAMII

Urembo wa hereni kwa mwanamke una athari kubwa kwa jamii kwa jumla. Kwanza, zinaweza kuhamasisha na kukuza mitindo ya mavazi na mapambo.

Kwa mfano, mwanamke anayevai hereni za kipekee au za kisasa anaweza kuunda mtindo wa kisasa na kuhamasisha wengine kujaribu mitindo mpya. Hii inachangia katika mabadiliko ya mitindo na inakuza ubunifu katika sekta ya mapambo.

> Hereni zinaweza kuwa alama ya hadhi na hali ya jamii. Katika baadhi ya tamaduni, hereni zinazovoa vito vya thamani au zile kubwa zinazotumiwa katika matukio maalum zinaweza kuashiria hadhi ya juu na mafanikio ya kifedha.

Pili; Hereni zinaweza kuimarisha maadili ya kijamii na kitamaduni. Katika baadhi ya jamii, hereni zinaweza kuwa na maana maalum katika maadhimisho na sherehe za kitamaduni.

Kwa mfano, hereni zinazovaliwa kwenye harusi au sherehe za familia zinaweza kuwa na umuhimu mkubwa wa kihistoria na kitamaduni. Hii inachangia katika kuimarisha maadili ya familia na urithi wa kitamaduni, na kuleta mshikamano wa kijamii.

Mwisho, hereni zinaweza kuwa kipande muhimu cha kujitambua na kujivunia kwa mwanamke. Hii ni kwa sababu hereni zinaweza kuimarisha hali ya kujithamini na kujivunia kwa mwanamke anayevaa, na hivyo kuimarisha hali yake ya kisaikolojia na kiakili.

Kwa hivyo, hereni ni zaidi ya kipande cha mapambo; ni alama ya mtindo wa kibinafsi, hadhi, na urithi wa kitamaduni, ambayo inaathiri maisha ya mwanamke na jamii kwa jumla.

Kwa hivyo, urembo wa hereni kwa mwanamke sio tu kipande cha mapambo bali pia ni kipande cha hadhi na maadili, kinachochangia katika mtindo wa maisha na utambulisho wa jamii.

Hereni zinaweza kuwa na athari kubwa kwa mwanamke anayevaa na kwa jamii kwa ujumla, na kuonyesha jinsi urembo wa hereni ni wa kipekee na muhimu katika maisha ya kila siku.

Leo yetu ndiyo kesho yetu
Uelekeo Spoti
| Jumatano Agosti 28-Septemba 3, 2024 |

# Mess akataa Trilioni 3 za Al Hilal ya Saudia

**BUENOS AIRES, Argentina**

JARIDA la Fox Sports la nchini Argentina limefichua kuwa, nyota wa soka wa taifa hili, Lionel Messi alikataa mshahara wa Euro Bilioni 1 (zaidi ya Tsh. Trilioni 3) kwa mwaka alioahidiwa na wamiliki wa Al Hilal ya hapa Saudi Arabia endapo angejiunga na timu hiyo mwaka 2023.

Endapo Messi angekubali ofa hiyo angekuwa anaweka mfukoni shilingi za Kitanzania 95 kwa sekunde, zaidi ya Tsh 95,000 kwa dakika, zaidi ya Tsh. milioni 5 kwa saa, zaidi ya Tsh. milioni 345 kwa siku, zaidi ya Tsh. bilioni 8.2 kwa wiki, zaidi ya Tsh. bilioni 159 kwa mwezi na zaidi ya Tsh. Trilioni 3 kwa mwaka.

# Mastaa Yanga haoo timu za taifa

## ● Pacome bado 'anaminyiwa' Ivory Coast

**Na Mwandishi Wetu**

KOCHA Mkuu wa timu ya Taifa ya Zimbabwe, Michael Nees amemwita mshambuliaji mpya wa Yanga SC, Prince Dube katika kikosi chake kinachojiandaa kucheza mechi zake dhidi ya Mataifa ya Kenya, Cameroon.

Kocha Michael ameita jumla ya wachezaji 27 na jina la Dube likiwa moja wapo na kikosi hicho kinatarajiwa kuingia kambini Septemba Mosi.

Michezo hiyo miwili ni kwa ajili ya kutafuta nafasi ya kufuzu Mataifa Afrika 2025 itakayofanyika nchini Morocco.

Prince Dube amekua na kiwango bora tangu ajiunge Yanga, kwani katika michezo 7 aliyocheza msimu huu, amefunga mabao matano na kutoa 'asisti' 2.

Nyota wengine wa kigeni toka Yanga waliotwa timu zao za taifa ni pamoja na kiungu wa ulinzi, Khalid Aucho ambaye ameitwa kwenye kikosi cha timu ya taifa ya Uganda 'The Cranes' kitakachocheza michezo ya kuwania kufuzu fainali za mataifa ya Afrika 'Afcon 2025' dhidi ya Afrika Kusini na Congo.

Pia kiungo mpya Duke Abuya naye ameorodheshwa kwenye kikosi cha cha timu ya taifa ya Kenya 'Harambee Stars', huku kama kawaida kipa Djigui Diara naye ameitwa kule kwenye kikosi cha taifa cha Mali.

Pia MVP na mfungaji bora wa Ligi Kuu ya NBC, Aziz Ki naye kama kawaida ameitwa kwenye kikosi cha timu ya taifa ya Burkina Faso.

Bado Zambia haijatangaza kikosi chake ili ijulikane hatima ya wachezaji Clatous Chama na Kennedy Musonda haijatangaza kikosi chao.

Yanga pia imetoa wachezaji saba (7) kwenye kikosi cha timu ya taifa ya Tanzania 'Taifa Stars' ambao ni Abutwalib Mshery, Dickson Job, Bakari Nondo Mwamnyeto, Clement Mzize, Nickson Kibabage, Ibrahim Bacca na Mudathir Yahaya.

Katika hatua nyingne, kiungo na mchezaji anayetegemewa katika kikosi cha Yanga, Pacome Zouzua hajajumuishwa katika kikosi cha timu ya taifa ya Ivory Coast kitakachoingia kambini kujiandaa na mechi za kuwania kufuzu AFCON 2025 dhidi ya Zambia na Chad.

Pacome aliwahi kuwa mchezaji bora wa msimu katika ligi kuu ya Ivory Coast kabla ya kusajiliwa na Yanga Sc, lakini katika siku za hivi karibuni amekuwa haitwi kwenye timu yake ya taifa.

# "Watu wana chuki na Samatta"

**Na Mwandishi Wetu**

MZEE Ally Samatta, Baba mzazi wa nyota wa Tanzana, Mbwana Ally Samatta amedai kuwa, mtoto wake anapendwa na Watanzania wengi lakini wapo wachache wenye chuki na mwanaye.

"Siwezi kuzungumza kishabiki au kumpendelea mtoto wangu, lakini kuna chuki dhidi ya Samatta. Watanzania wanampenda Samatta, lakini kuna baadhi ya watu wanambeza, ingawa ana mchango mkubwa kwenye soka la nchi hii," amedai Mzee Ally Samatta.

Mzee Samatta ameongeza kuwa,

alisikia juzi kocha Hemed Morocco akitangaza majina ya wachezaji wa timu ya taifa lakini alishangaa kutokuwepo kwa Simon Msuva na Samatta.

"Hawa ni wachezaji muhimu, Samatta ni kama hirizi ya Taifa Stars. Siwezi kumwambia astaafu, lakini nasikia alipeleka barua, lakini hajanishauri na angenishauri ningemwambia asipeleke barua hiyo. Morocco amefanya makosa kutowaita Samatta na Msuva," Mzee Ally Samatta.

# Ahmed Ally apiga 'dongo' gizani

## ● Wachezaji Simba wamkubali Fadlu

**Na Mwandishi Wetu**

AFISA HABARI wa Klabu ya Simba amenena kuwa, mpaka kufikia mzunguko wa pili wa Ligi Kuu ya NBC hakuna zengwe lolote lililoripotiwa kwa sababu baadhi ya timu za ligi hiyo bado hazijaanza kucheza.

Ahmed amepsha kuwa, Kamati ya saa 72 imetoa taarifa ya Mwenendo wa ligi hiyo kwa mzunguko wa kwanza, lakini hakuna onyo kwa Waamuzi, kufungiwa au kuondolewa kwenye ligi yaani kila kitu kimeenda vizuri.

"Mambo yameenda vizuri kwa sababu kuna timu bado hazijacheza ligi. Wakishaanza wao ndio utaona makosa mengi ya 'kibinadamu' yenye kuwanufaisha wao, lakini mwaka huu ni 'Ubaya Ubwela'. Walipo tupo, unyama unyama, Ng'adu kwa Ng'adu tunataka haki itendeke ili bingwa apatikane kihalali," amedai Ahmed bila kuzitaja timu hizo.

Lakini hadi kufikia mzunguko wa pili timu tatu za Azam FC, Coastal Union na Yanga SC ndizo ambazo hazijacheza mechi yoyote kutokana na majukumu yaliyowakabili ya kucheza mechi za kimataifa za Klabu Bingwa Afrika na Kombe la Shirikisho.

Katika hatua nyingine, baada ya mechi dhidi ya Fountain Gate, mastaa wa Simba wamefichua kuwa, kocha wao, Fadlu David ni zaidi ya kocha kwa namna anavyowafundisha na kuishi nao kambini, hivyo wataendelea kufanya vizuri mechi nyingi watakazocheza.

Simba ilianza msimu mpya wa ligi hiyo kwa ushindi wa mabao 3-0 dhidi ya Tabora United, ikiwa ni mechi ya kwanza kwa Fadlu katika Ligi Kuu ya NBC, akichukua nafasi ya Abdelhak Benchikha wa Algeria aliyetimka Aprili mwaka huu.

Kocha huyo ameiongoza Simba kucheza jumla ya mechi saba, zikiwamo nne za kirafiki na tatu za mashindano, mbili za Ngao ya Jamii na moja ya Ligi Kuu, huku kikosi hicho kikipoteza mara moja tu kwa kuchapwa na Yanga bao 1-0, huku ikishinda michezo sita ikifunga jumla ya mabao 15 na yenyewe kufungwa mabao manne tu.

Lakini siri ya mafanikio ya timu hiyo iliyoundwa upya kwa sasa chini ya Fadlu baada ya kusajili wachezaji wapya 13 na kutema mastaa kadhaa wa msimu uliopita, imefichuliwa na wachezaji wa timu hiyo waliosema kwamba, kazi kubwa imefanywa na kocha huyo Msauzi.