

**MWONGOZO WA KUADHIMISHA WIKI  
YA UNYONYESHAJI DUNIANI  
MWAKA 2021 NCHINI TANZANIA**



*Jukumu Letu Sote*

**" KULINDA UNYONYESHAJI WA MAZIWA YA MAMA:  
NI JUKUMU LETU SOTE "**



Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania

# Mwongozo wa Kuadhimisha Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kwa Mwaka 2021 Nchini Tanzania

**'KULINDA UNYONYESHAJI WA MAZIWA YA MAMA: NI JUKUMU LETU SOTE'**

**Wasiliana Nasi Kupitia:**

Mkurugenzi Mtendaji

Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania Food

22 Barabara ya Barack Obama

S.L.P 977

Dar es Salaam

Tanzania

Simu: +255 222116713

Tovuti: [tfnc.go.tz](http://tfnc.go.tz)

Barua Pepe: [info@tfnc.go.tz](mailto:info@tfnc.go.tz)

**Taarifa ya TFNC No.**

**Julai 2021**

**Hakimiliki © 2021 Julai TFNC**

Mwongozo wa Kuadhimisha Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kwa Mwaka 2021 nchini Tanzania umeandaliwa na Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania. Haki zote zimehifadhiwa. Hairuhusiwi kunakili, au kusambaza kwa njia yeyote ikiwemo njia ya kielektroniki au kwa kutoa nakala, kurekodi sehemu yeyote ya andiko hili kwa ajili ya kuuza au kujipatia faida. Hayo yote yanaweza kufanyika kwa lengo la kutoa huduma kwa jamii bila malipo au kuzalisha faida ya kibiashara, kwa kutoa shukrani kwa Taasisi ya Chakula.

**Nukuu:**

Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Wizara ya Afya, Maendeleo ya Jamii, Jinsia, Wazee na Watoto (2021). Mwongozo wa Kuadhimisha Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kwa Mwaka 2021 nchini Tanzania. Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania.

## Yaliyomo

<b>1.0 UTANGULIZI .....</b>	<b>- 1 -</b>
1.1 UNYONYESHAJI NA LISHE YA MAMA NA MTOTO .....	- 1 -
1.2 UMUHIMU WA MWONGOZO HUU .....	- 3 -
1.3 WALENGWA .....	- 3 -
<b>2.0 CHIMBUKO LA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI .....</b>	<b>- 4 -</b>
2.1 KUANZISHWA KWA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI .....	- 4 -
2.2 FAIDA ZA MAADHIMISHO YA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI .....	- 6 -
2.3 KAULI MBIU NA MALENGO YA WIKI YA UNYONYESHAJI 2021 .....	- 6 -
<b>3.0 HALI YA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO NCHINI TANZANIA .....</b>	<b>- 6 -</b>
3.1 HALI YA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO .....	- 6 -
3.2 FAIDA ZA UNYONYESHAJI .....	- 7 -
3.3 CHANGAMOTO ZA UNYONYESHAJI .....	- 9 -
3.3.1 Changamoto katika familia na jamii .....	- 9 -
3.3.2 Changamoto za ushawishi wa wafanyabiashara wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga na wadogo. ....	- 9 -
3.3.3 Changamoto zinazohusu likizo ya uzazi .....	- 10 -
3.3.4 Changamoto ya kukosekana kwa likizo ya uzazi katika Sekta Isiyo Rasmi.....	- 10 -
3.4 SULUHISHO LA CHANGAMOTO ZA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO .....	- 11 -
3.5 MAJUKUMU YA WADAU KATIKA NGAZI MBALIMBALI .....	- 12 -
3.5.1 Serikali na watendaji wa ngazi ya Taifa .....	- 12 -
3.5.2 Majukumu ya Jamii, Vyombo vya habari, Sekta Binafsi na Asasi za Kiraia.....	- 12 -
<b>4.0 MIKAKATI YA KUADHIMISHA WIKI YA UNYONYESHAJI INAYOPENDEKEZWA KATIKA NGAZI YA TAIFA, MKOA NA HALMASHAURI.....</b>	<b>- 15 -</b>
4.1 WALENGWA WA MAADHIMISHO YA WIKI YA UNYONYESHAJI .....	- 15 -
4.2 SHUGHULI MBALIMBALI ZINAZOTARAJIWA KUFANYIKA KATIKA WIKI YA UNYONYESHAJI MWAKA 2021 -	15 -
4.2.1 Ngazi ya Taifa .....	- 16 -
4.2.2 Ngazi ya Mkoa, Halmashauri na Jamii .....	- 18 -
4.3 UTUNZAJI WA KUMBUKUMBU NA TATHIMINI .....	- 19 -

## 1.0 UTANGULIZI

### 1.1 UNYONYESHAJI NA LISHE YA MAMA NA MTOTO

Janga la UVIKO-19 linasababisha changamoto kubwa kwa jumuiya ya kimataifa. Kuwa na uhakika wa kuishi, afya na ustawi kwa wote ni muhimu zaidi kuliko jambo lolote katika maisha. Unyonyeshaji wa maziwa ya mama ni msingi wa maisha na huchangia kuboresha, lishe bora na uhakika wa chakula kwa mtoto katika hali ya kawaida na hali ya dharura.

**Unyonyeshaji wa maziwa ya mama ni miongoni mwa haki za msingi za binadamu ambayo inapaswa kuheshimiwa, kulindwa na kutekelezwa kikamilifu**

Mpango Jumuishi wa Taifa wa Lishe unalenga kuweka mazingira rafiki yanayomwezesha mwanamke kunyonyesha ili kulinda na kuendeleza unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Kupitia mpango huo serikali na wadau wengine hufanya kazi pamoja kuendeleza, kuhamasisha na kulinda unyonyeshaji watoto maziwa ya mama ili kuimarisha afya ya jamii. Mpango Jumuishi wa taifa wa Lishe unatambua kuwa unyonyeshaji wa maziwa ya mama ni jukumu la pamoja linaloenda sanjari na utekelezaji wa sera mbalimbali za nchi zinazosaidia kuboresha afya ya mtoto na jamii kwa ujumla. Mabadiliko sahihi ya kiseru na kiutendaji yanaleta matokeo chanya kwa maisha ya kila siku ya wazazi wanaonyonyesha.

Afua muhimu zinazosaidia kuimarisha unyonyeshaji ni pamoja na uwekezaji katika huduma za afya, Utoaji wa mafunzo kwa watoa huduma mbalimbali ili kuwajengea uwezo utakaowawezesha kutumia utaalumu wao katika kutoa huduma na matunzo bora kwa walengwa. Pia ili kulinda na kuendeleza unyonyeshaji Tanzania imeweza kutunga na kusimamia utekelezaji wa sheria zinazolenga kuwalinda wanawake wanaonyonyesha na wenzi wao. Mojawapo ya sheria hizo ni sheria ya Ajira na Mahusiano Kazini ya Mwaka 2004 inayolinda haki ya likizo ya uzazi; Kanuni ya Kitaifa inayosimamia uuzaji na usambazaji wa maziwa na vyakula vya watoto, ambayo inalenga kutekeleza Kanuni ya Kimataifa ya Uuzaji na usambazaji wa maziwa mbadala na maazimio ya Baraza la Afya Duniani (WHA) yanayohusu utekelezaji wa Kanuni hii. Ushahidi unaonyesha kuwa kupitia utekelezaji wa Mpango Jumuishi wa Kitaifa wa Lishe, sekta mbalimbali zimeweza kushirikiana na kuboresha unyonyeshaji.

Wakati wa janga la UVIKO-19, unyonyeshaji umeathiriwa kwa njia chanya na hasi. Kutokana na vizuizi vya kusafiri, kutembeleana na watu kukaa ndani vilivyowekwa na Serikali za nchi nyingi, wazazi walilazimika kuwa nyumbani muda mwingi na kuzingatia suala la kuwatunza na kuwalea watoto wao. Kwa upande mwingine katika nchi kadhaa kulikuwa na utengano wa wanawake wanaonyonyesha na watoto wao kwa hofu ya hatari ya maambukizi ya virusi vya corona kutoka kwa mama kwenda kwa watoto. Shirika la Afya Duniani (WHO) linashauri mama anayonyonyesha na

mtoto wake wakae pamoja kwa sababu unyonyeshaji ni salama na husaidia kuzuia vifo vya watoto wachanga.

Kuwatenganisha mama na mtoto, huathiri kuanza kwa unyonyeshaji ndani ya saa moja baada ya mama kujifungua. Pia huathiri taratibu za unyonyeshaji katika miezi sita ya Mwanzo na kuendelea. Ugonjwa wa UVIKO-19 umeathiri upatikanaji wa huduma ya unasih wa unyonyeshaji watoto maziwa ya mama na huduma nyingine za afya. Hii ni kwa sababu vituo vya kutolewa huduma za afya vilipata changamoto ya kuweka uwiano sahihi wa idadi ya wateja wanaohitaji huduma na hitaji la watu kutokaribiana ili kuzuia maambukizi. Wakati ambapo taifa letu lipo katika mchakato wa utoaji wa chanjo ya UVIKO-19 kwa walengwa, tunahitaji kuwalinda na kuepuka ubaguzi katika utoaji wa chanjo. Pia ni muhimu kutoa kipaumbele kwa wanawake wanaonyonyesha wanaohitaji chanjo hiyo. Haya yote yafanyike sanjari na kufanya tafiti zitakazotoa majibu yatakayotumika kuboresha sera au kubuni mikakati sahihi ya kudhibiti ugonjwa huo, na kuzingatia miongozo ya Shirika la Afya Duniani (WHO), Wizara ya Afya, Maendeleo ya Jamii, Jinsia, Wazee na Watoto na Taasisi ya Utafiti wa Magonjwa ya Binadamu (NIMRI).

Hivi sasa kuna ongezeko la matumizi ya vyombo vya habari na biashara zinazoendeshwa kwa njia ya mtandao. Matumizi ya vyombo vya habari yanaweza kuathiri unyonyeshaji watoto maziwa ya mama. Hii ni kutokana na baadhi ya wafanyabiashara kukikuka sheria inayodhibiti uzalishaji, uuzaji, na usambazaji wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga na wadogo. Wafanyabiashara hao wamekuwa wakitoa matangazo ya kuhamasishwa wazazi watumie bidhaa hizo na kutumia mbinu nyingine za uhamasishaji na usambazaji bidhaa ambazo zinakiuka sheria ya nchi na maadili yanayosimamia biashara ya uuzaji wa bidhaa hizo. Kimsingi uuzaji na usambazaji wa vyakula vya watoto unapaswa kuzingatia Kanuni na sheria za kitaifa. Mwaka huu Dunia inaadhimisha miaka 40 ya Kanuni ya Uuzaji na Usambazaji wa Maziwa na Vyakula vya Watoto Wachanga na Wadogo. Ingawa matumizi ya kanuni hii yamehimizwa na kutungiwa sheria hapa nchini jitihada za kufuatilia na kuhimiza utekelezaji wake zinapaswa kuimarishwa hasa katika kipindi hiki.

**Mpango Jumuishi wa Taifa wa Lishe umezingatia umuhimu wa kuunganisha juhudi za wadau kutoka sekta mbalimbali ili kulinda na kuendeleza unyonyeshaji wa maziwa ya mama katika vituo vya utoaji huduma za afya vya ngazi zote na katika ngazi ya jamii.**

Kampeni inayotekelezwa na Mtandao wa Wadau wa Unyonyeshaji wa Maziwa ya Mama Duniani (WABA) inawatambua wazazi kuwa ni wadau wakuu wa kuendeleza unyonyeshaji watoto maziwa ya mama hasa katika siku 1,000 za mwanzo za Maisha ya mtoto. WABA inaunganisha watendaji katika ngazi mbalimbali ili kutoa huduma endelevu zenye uratibu mzuri. Kila mtendaji katika kampeni hii anaweza kuwa sehemu ya mipango iliyopo kama vile Mpango wa Hospitali Rafiki wa Mtoto (BFHI) au Mpango wa huduma za afya kwa jamii.

Wazazi wanaume na wanawake wanahitaji kupatiwa huduma endelevu ya unasishi wa unyonyeshaji wa maziwa ya mama, kupokea taarifa na ujumbe unaofanana kuhusu unyonyeshaji katika ngazi zote na huduma za rufaa. Huduma hizi zikipatikana kwa watu wote jamii itakuwa na mazingira wezeshi yatakayosaidia kulinda na kuendeleza unyonyeshaji na hivyo kuwalinda wazazi na familia dhidi ya ushawishi unaofanywa na wafanyabiashara wanaojihusisha na uuzaji na usambazaji wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga na wadogo.

## **1.2 UMUHIMU WA MWONGOZO HUU**

Taratibu zisizo sahihi za unyonyeshaji bado ni tatizo katika jamii yetu. Katika Wiki hii ya Unyonyeshaji Duniani, kila mwanajamii anakumbushwa kwamba anao wajibu wa kulinda unyonyeshaji. Iwapo jamii yote itaungana kulinda na kusaidia unyonyeshaji ufanikiwe, Taifa letu litaweza kupunguza vifo na kuboresha ustawi wa watoto na familia zao na hivyo kufikia Malengo ya Maendeleo Endelevu bila kuacha mtu yeyote nyuma.

Mwongozo huu wa Maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kwa Mwaka 2021 Nchini Tanzania inatoa mikakati inayoweza kutumiwa na wadau wa lishe na afya ya watoto kujumuisha huduma za kutetea, kulinda na kuendeleza unyonyeshaji na taratibu sahihi za ulishaji watoto nchini Tanzania. Pia Mwongozo huu unabainisha changamoto mbalimbali za unyonyeshaji na ulishaji watoto zinazowakabili wanawake, familia na jamii. Pia una ainisha mikakati ya kukabiliana na changamoto hizo katika ngazi mbalimbali na hatua mahsusi zinazopaswa kuchukuliwa na jamii ili kulinda na kusaidia unyonyeshaji watoto maziwa ya mama.

## **1.3 WALENGWA**

Walengwa wa Mwongozo huu ni Wadau wote wanaohusika na suala ya lishe katika jamii ikiwa ni pamoja na:

- Waganga Wakuu wa Mikoa na Wilaya
- Maafisa Lishe wa Mikoa na Wilaya
- Wajumbe wa Kamati Jumuishi za Sekta Mbalimbali zinazoratibu na Kusimamia Huduma za Lishe katika Mikoa na Halmashauri
- Asasi za Kiraia zikiwemo Taasisi zisizo za Kiserikali, Taasisi za Kijamii na Taasisi za Dini
- Wanataaluma ya Habari na Mawasiliano
- Wamiliki wa Vyombo vya Habari
- Watoa Huduma za Afya
- Maafisa Rasilimali Watu
- Waajiri
- Maafisa Ugani Kilimo, Mifugo na Uvuvi
- Taasisi za Elimu na Vyuho Vikuu

## 2.0 CHIMBUKO LA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI

### 2.1 KUENZISHWA KWA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI

Kabla na baada ya miaka ya 1980 dunia ilishuhudia tatizo la vifo vingi vya watoto wachanga na wadogo. Pamoja na juhudi za kuboresha huduma za afya, chanjo na matibabu ya magonjwa ya watoto bado hali ilibaki au kuzidi kuwa mbaya. Tafiti mbalimbali zilifanyika ili kubaini visababishi vya vifo vya watoto. Tafiti zilibaini uhusiano kati ya matumizi ya maziwa mbadala na vifo vya watoto kutokana na uthibitisho kuwa:

- Maziwa mbadala hayana viini vya kingamwili vilivyomo kwenye maziwa ya mama (Mfano Immunoglobulin A) hivyo Watoto wasionyonya wanashambuliwa na maradhi kwa urahisi.
- Matumizi yasiyo salama ya maziwa mbadala kutokana na elimu duni ya walezi; maji yasiyo salama; uchafu wa vyombo; udhibiti duni wa bidhaa za maziwa mbadala na matumizi ya chupa za kulishia Watoto n.k.

Pia Tafiti zilibaini kuwepo kwa ushawishi wa wasindikaji wa maziwa mbadala kwa wanawake ili waache kunyonyesha Watoto na badala yake watumie maziwa mbadala. Mbinu za ushawishi zilikuwa ni Pamoja na:

- Matumizi ya vyombo vya Habari, wafanyakazi wa vituo vya kutolea huduma za afya wakiwemo wauguzi, wakunga na madaktari.
- Promosheni katika jamii ambapo mawakala wa kampuni za wasindikaji maziwa walifanya kampeni za uhamasishaji kwa wananchi.
- Utoaji wa maziwa ya bure, maziwa ya msaada usio endelevu ili baadaye wazazi waanze kununua, ufadhili wenye malengo ya kuimarisha biashara na kadhalika.

Aidha changamoto nyingine zilizogundulika katika tafiti hizo zilihusu wanawake walioajiriwa katika maeneo ya kazi. Ilionekana kuwa wanawake walio ajiriwa wanashindwa kunyonyesha Watoto wao ipasavyo kwa sababu ya kukosa likizo ya uzazi ya kutosheleza kutimiza wajibu wao wa uzazi na jukumu lao la kufanya kazi kwa ajili ya kujipatia kipato na kukabiliana na changamoto za usawa wa kijinsia katika ajira na utumishi.

***Iwapo Watoto watanyonyeshwa ipasavyo maziwa ya mama, vifo vitapungua kwa kiwango cha asilimia 13 ambayo ni kiwango kikubwa kuliko afua zote za kupunguza vifo vya Watoto.***

**UNYONYESHAJI WATOTO MAZIWA YA MAMA ILIONEKANA KUWA NI AFUA  
INAYOONGOZA KATIKA KUPUNGUZA VIFO VYA WATOTO DUNIANI**

Mnamo mwaka 1990, mkutano wa wataalamu ulifanyika huko Innocenti katika mji wa Florence nchini Italia ili kujadili changamoto hizi na kutoa mwelekeo wa kisera kuhusu suala la kulinda, kuhimiza na kuendeleza unyonyeshaji Watoto maziwa ya mama kama njia kuu ya kulinda uhai na maendeleo ya Watoto.

Mkutano huo uliohisaniwa na mashirika ya Umoja wa Mataifa ya WHO (Shirika la Afya Duniani) na UNICEF (Shirika la Umoja wa Mataifa la kuhudumia watoto) ulifanyika tarehe 30 Julai na Tarehe 1 Agosti mwaka 1990. Wajumbe wa Mkutano waliafiki na kutoa azimio la Innocenti lililozitaka nchi wanachama kuweka mazingira wezeshi kwa wanawake kuweza kunyonyesha watoto wao maziwa ya mama pekee katika kipindi cha miezi 6 ya mwanzo baada ya kujifungua, na kuendelea kuwanyonyesha watoto wao hadi watimize umri wa miaka miwili au zaidi. Wajumbe waliofikia Maafikiano hayo walikuwa ni wawakilishi wa nchi mbalimbali ikiwemo Tanzania, Mashirika ya Umoja wa Mataifa hususan Shirika la Afya Duniani na Shirika la Umoja wa Mataifa la kuhudumia watoto, na wadau wengine wa maendeleo.

Wajumbe waliridhia na kusaini hati ya kulinda, kuendeleza na kusaidia unyonyeshaji maziwa ya mama kama njia pekee yenye ubora zaidi ya ulishaji watoto. Pamoja na mambo mengine Azimio la Innocenti liliagiza nchi wanachama:

- Kulinda, Kuhimiza na Kuendeleza unyonyesha watoto maziwa ya mama.
- Kutunga na kutekeleza sheria na kanuni za kudhibiti uuzaji na usambazaji holela wa maziwa mbadala na vyakula vya Watoto wachanga na wadogo ili kulinda uhai na maendeleo yao.
- Zahanati, vituo vya afya, hospitali na taasisi zinazotoa huduma za tiba na ukunga zitoa huduma Rafiki za kulinda unyonyeshaji.
- Wafanyakazi wa sekta ya afya wasitumike kuhamasisha matumizi ya maziwa mbadala na vyakula vya Watoto.
- Kutunga na kutekeleza sheria za ajira na kazi zinazolinda haki ya uzazi ikiwemo haki ya wanawake wafanyakazi kunyonyesha Watoto bila kuathiri haki zao za ajira na kipato.

Aidha iliazimiwa kuanzisha maadhimisho endelevu ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani inayoadhimishwa ulimwenguni kote kila mwaka kuanzia tarehe 1 hadi 7 Agosti. Wiki hii ya hamasa inalenga kuikumbusha jamii umuhimu wa unyonyeshaji watoto maziwa ya mama katika kujenga msingi imara wa afya na uhai wa watoto ambao ni taifa la kesho. Tangu kipindi hicho, Dunia imekuwa ikiadhimisha Wiki ya Unyonyeshaji Duniani.



## 2.2 FAIDA ZA MAADHIMISHO YA WIKI YA UNYONYESHAJI DUNIANI

Kupitia maadhimisho haya jamii inapata jukwaa la kukumbushana kuhusu umuhimu wa maziwa ya mama na jinsi yanavyosaidia kuboresha afya ya watoto wachanga, kuimarisha kinga ya mwili na ukuaji kimwili na kiakili.

Ni wajibu wetu kwa Pamoja kutumia jukwaa la maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kuendelea kisisitiza suala la kulinda, kuhimiza na kuendeleza unyonyeshaji Watoto maziwa ya mama ili kuboresha Lishe na Afya ya Watanzania wa kizazi kijacho watakaochangia Zaidi juhudi za kulijenga taifa letu kuelekea uchumi mkubwa Zaidi UNAOCHAGIZWA NA MAENDELEO YA VIWANDA.

## 2.3 KAULI MBIU NA MALENGO YA WIKI YA UNYONYESHAJI 2021

Katika kila mwaka, Maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani yanaenda sanjari na kauli mbiu na malengo mahususi. Katika mwaka huu wa 2021, kauli mbiu ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani ni **'KULINDA UNYONYESHAJI WA MAZIWA YA MAMA NI JUKUMU LETU SOTE'**. Kauli mbiu hii inabeba ujumbe unaoonesha umuhimu wa uwajibikaji wa pamoja wa wadau wote katika ngazi zote ili kutetea, kulinda na kuendeleza taratibu sahihi za unyonyeshaji watoto maziwa ya mama, na kujenga mazingira wezeshi kwa wanawake ili waweze kuwanyonyesha watoto wao kwa ufanisi. Malengo ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani kwa mwaka 2021 ni:

- Kuongeza uelewa wa jamii kuhusu umuhimu wa kulinda unyonyeshaji
- Kuhimiza jukumu la jamii la kulinda, kutetea na kuendeleza unyonyeshaji ili kulinda afya ya mama na mtoto.
- Kuhimiza ushirikiano wa wadau ikiwemo sekta binafsi na Asasi za Kiraia ili kuleta matokeo chanya.
- Kuhamasisha jamii ichukue hatua za kulinda unyonyeshaji ili kuboresha afya ya umma.

## 3.0 HALI YA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO NCHINI TANZANIA

### 3.1 HALI YA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO

Tanzania imepiga hatua katika unyonyeshaji wa maziwa ya mama. Nchini Tanzania idadi kubwa ya wanawake (98%) wanachagua kuwanyonyesha watoto wao. Pia asilimia 53.5 ya watoto wanaanzishiwa kunyonya maziwa ya mama ndani ya saa moja baada ya kuzaliwa. Takwimu pia zinaonesha asilimia 58 ya watoto wananyonyeshwa maziwa ya mama pekee ndani ya miezi sita ya Mwanzo. Watoto wanaoendelea kunyonyeshwa hadi kufikia umri wa mwaka mmoja ni asilimia 92.2. Watoto wanaoendelea kunyonyeshwa hadi kufikia miaka miwili ni asilimia 43. Asilimia ya watoto wanao anzishiwa vyakula vya nyongeza katika umri sahihi ni 87.

Pia asilimia 35 tu ya watoto hupatiwa mlo kamili wenye mchanganyiko sahihi wa makundi ya vyakula, asilimia 58 ya watoto wenye umri wa miezi 6 – 23 wanapewa idadi sahihi ya milo kwa siku kulingana na umri wao. Kwa ujumla, watoto wenye umri wa miezi 6 – 23 wanaopewa milo yenye ubora wa kukidhi mahitaji yao kilishe ni asilimia 30 tu.

#### KUMBUKA

Wizara ya Afya, Maendeleo ya Jamii, Jinsia, Wazee na Watoto inapendekeza Watoto wenye umri wa MIEZI 0 – 23:

- Waanzishiwe kunyonya maziwa ya mama mara tu baada ya kuzaliwa katika kipindi kisichozidi saa moja baada ya mama kujifungua.
- Wapewe maziwa ya mama pekee katika kipindi cha miezi sita ya Mwanzo baada ya kuzaliwa. Hii inamaanisha kuwa hawapaswi kupewa maji, vinywaji, juisi, chai, mchuzi au vyakula vingine vyovyote katika kipindi hicho. Wanaweza kupewa dawa au kitu kingine chochote iwapo tu itashauriwa na mtaalamu wa afya.
- Waanzishiwe vyakula vya nyongeza mara tu wanapotimiza umri wa miezi sita.
- Kuanzia umri wa miezi sita wapewe vyakula vya nyongeza vyenye mchanganyiko wa makundi yote ya vyakula (kundi la nafaka, mizizi na ndizi za kupika; kundi la vyakula vya asili ya wanyama na samaki na mikundekunde; kundi la mbogamboga; kundi la matunda; kundi la mafuta na sukari).
- Waendeleo kunyonyeshwa maziwa ya mama hadi wafikie umri wa miaka miwili (au Zaidi kwa kadiri ya mama au wazazi watakavyoona inafaa).

### 3.2 FAIDA ZA UNYONYESHAJI

Umasikini unachangiwa na masuala mbalimbali ikiwemo njaa na utapiamlo. Njaa husababisha uchumi wa familia masikini kuporomoka, hivyo kuzisababishia familia hizo kushindwa kuvunja mzunguko wa umasikini. Dunia endelevu inaanza kwa kutokomeza umasikini wa kila aina na mahali popote. Kulingana na mtafiti aitwaye Pinstrup-Andersen “siyo kila mtu masikini anatatizo la njaa, lakini karibu kila mtu mwenye njaa ni masikini “Mamilioni ya watu wanaishi katika hali ya njaa na utapiamlo kwa sababu tu hawana uwezo wa kununua chakula cha kutosha, kupata chakula ambacho kina virutubishi vya kutosha au hawana uwezo wa kupata pembejeo wanazohitaji kwa ajili ya kulima chakula cha kutosheleza mahitaji yao wenyewe.”

Tatizo la njaa na umasikini vinaenda pamoja na mzunguko ambao unawafanya watu kushindwa kufikia katika maendeleo ya kweli. Unyonyeshaji ni suluhisho la jumla linalompatia kila mtoto fursa sawa ambayo inampa msingi wa afya bora na ustawi.

Unyonyeshaji wa maziwa ya mama unawawezesha mamilioni ya watoto wachanga na wadogo kuishi na kuwa na maendeleo mazuri ya ukuaji. Pia unyonyeshaji huweza kuwajengea afya njema ambayo itawafanya wawe wenye mafanikio katika maisha yao.

Maziwa ya mama ni chanzo bora cha virutubishi na kinga ya mwili kwa ajili ya watoto wachanga na wadogo, pia ni chakula kinachoupatia ubongo wa mtoto nishati lishe kwa ajili ya maendeleo na ukuaji wake kuliko chanzo kingine chochote.

Unyonyeshaji wa maziwa ya mama unaupatia nguvu mfumo wa ukuaji na maendeleo ya ufahamu na utambuzi (IQ) wa mtoto, hivyo kwa kiasi kikubwa husaidia katika kuimarisha mafanikio ya elimu, ushiriki katika nguvu kazi na kuongeza kipato katika maisha ya baadaye ya mtoto. Pale inapokosekana hatua hii muhimu ya ukuaji wa ubongo wakati wa utoto, kunaweza kukasababisha upungufu mkubwa katika mfumo wa ukuaji na maendeleo ya ufahamu na utambuzi (IQ) wa mtoto na katika nyanja ya uchumi.

Kunyonyesha maziwa ya mama kunaimarisha afya na ustawi wa wanawake na watoto na ni msingi wa maendeleo ya nchi na mustakabali wake wa baadaye pia ni njia ambayo inaleta usawa mkubwa katika kuvunja mzunguko wa umaskini nchini.

Unyonyeshaji watoto maziwa ya mama huzuia aina zote za utapiamlo, huhakikisha uhakika wa chakula kwa watoto wachanga na wadogo. Kwa hiyo unyonyeshaji ni msingi wa maisha. Kulinda, kuendeleza na kuimalisha unyonyeshaji wa maziwa ya mama ni jambo lenye umuhimu katika kujenga dunia na Tanzania endelevu

**Unyonyeshaji watoto maziwa ya mama ukifanyika ipasavyo Familia, Jamii na Taifa kwa ujumla watapata faida zifuatazo:**

- Watoto wachanga watakuwa na hali nzuri ya lishe itakayo boresha ukuaji na maendeleo yao kimwili na kiakili.
- Kasi ya watoto kupata magonjwa hatari ya kuambukizwa itapungua na hivyo kupunguza vifo vya watoto nchini.
- Hali ya lishe na afya ya wanawake itaboreka kwa kupunguza uwezekano wa kupata saratani ya matiti na via vya uzazi; pamoja na kuepuka kupata mimba nyingine katika kipindi cha miezi michache baada ya kujifungua.
- Gharama za matibabu zitapungua kutokana na kuimarika kwa kingamwili kwa watoto hali itakayosababisha kupungua kwa kasi ya watoto kuugua mara kwa mara.
- Tija katika shughuli za uzalishaji mali itaongezeka kutokana na Wazazi kutumia muda mwingi katika kufanya kazi za kuongeza pato la familia badala ya kutumia muda huo kuuguza watoto.
- Wanawake wanaonyonyesha watazidi kujiamini kuwa wanaweza kuwanyonyesha watoto wao vizuri kutokana na kutambua kuwa jamii ipo tayari kuwasaidia ili waweze kufanikisha unyonyeshaji inavyopaswa.

Wataalamu wameonyesha kuwa kutonyonyesha watoto maziwa ya mama kunaleta athari za muda mfupi na mrefu katika jamii yote kama ifuatavyo:

- Watoto wasionyonyeshwa maziwa ya mama wanaweza kudumaa kimwili na kiakili na hivyo kupunguza kiwango chao cha kujifunza na kutambua mambo mbalimbali, na hatimaye kuwapunguzia fursa ya kupata elimu bora, na fursa ya kupata kipato kikubwa katika siku za usoni maishani mwao.
- Viwango duni vya unyonyeshaji huchangia kuongeza kasi ya magonjwa miongoni mwa watoto wachanga na wadogo, hivyo kuongeza gharama za matibabu na huduma za afya. Pia hupunguza muda wa wazazi au walezi kufanya kazi nyingine za kujipatia kipato na kujikimu kimaisha.
- Uzalishaji, ufungashaji, uhifadhi, usambazaji na utayarishaji wa maziwa mbadala ya kulishia watoto wachanga na wadogo unachangia katika uharibifu wa mazingira.
- Muda mfupi wa kipindi cha unyonyeshaji wa maziwa ya mama huwa unaendana na kupungua kwa alama za utambuzi na kwa kiasi cha 2.6 (IQ scores)

### **3.3 CHANGAMOTO ZA UNYONYESHAJI**

#### **3.3.1 Changamoto katika familia na jamii**

Nchini Tanzania idadi kubwa ya wanawake (98%) wanachagua kuwanyonyesha watoto wao, lakini wengi miongoni mwao wanashindwa kutekeleza taratibu sahihi za unyonyeshaji. Hii ni kutokana na kukabiliwa na vikwazo mbalimbali vinavyofanya mazingira ya unyonyeshaji yasiwe rafiki. Ukosefu wa utashi wa kijamii, kazi nyingi zinazomkabili mwanamke katika jamii, ushawishi, ushiriki mdogo wa wanaume katika masuala ya afya na ulishaji watoto, mila na Imani potofu kuhusu ulishaji watoto, ni kati ya vikwazo vya unyonyeshaji.

#### **3.3.2 Changamoto za ushawishi wa wafanyabiashara wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga na wadogo.**

Uuzaji na usambazaji wa maziwa mbadala wa maziwa ya mama na vyakula vingine vya watoto bila kuzingatia sheria na kanuni za nchi ni mojawapo ya changamoto zinazochangia baadhi ya wanawake kushindwa kuwanyonyesha watoto wao ipasavyo.

Tanzania ni mojawapo ya nchi 25 za dunia zinazotekeleza Kanuni Inayosimamia Uuzaji na Usambazaji wa Maziwa Mbadala na Vyakula vya Watoto Wachanga na Wadogo kikamilifu. Kupitia utekelezaji wa kanuni hii Tanzania imeweza kusimamia viwango vya ubora wa bidhaa za vyakula vya watoto wachanga na wadogo ikiwemo maelezo ya bidhaa hizo, uwekaji wa lebo, maelezo ya afya, maelezo ya uuzaji na maelezo ya uhamasishaji. Hata hivyo, utekelezaji kikamilifu wa Kanuni hii unahitajika Zaidi katika kipindi hiki cha ugonjwa wa UVIKO-19 kutokana na kuibuka kwa mbinu mbadala za uuzaji na usambazaji bidhaa majumbani, kupitia mitandao ya kijamii na mbinu nyingine za mawasiliano.

Kufuatia mlipuko wa ugonjwa wa UVIKO-19:

- Makampuni yanayotengeneza Maziwa na vyakula vya watoto wachanga na wadogo yanatumia masoko ya kidijitali kutangaza bidhaa zao kwa wanawake hivyo kukiuka utekelezaji wa kanuni za kitaifa.
- Misaada na matumizi mabaya ya maziwa na vyakula vya watoto wachanga na wadogo wakati wa mlipuko wa UVIKO-19 imeripotiwa kutoka nchi mbalimbali duniani.
- Baadhi ya makampuni ya maziwa na vyakula vya watoto wachanga na wadogo duniani yanatumia mbinu ya kuwajengea kutojamini wazazi wapya, walio katika mazingira magumu, wazazi wanaofanya kazi uelewa potofu kuhusu unyonyeshaji, lishe na afya ya mtoto, kwa kutoa matangazo na kuwapelekea bidhaa mbalimbali za maziwa na vyakula vya watoto wachanga na wadogo na hivyo kujiongezea mauzo.

### **3.3.3 Changamoto zinazohusu likizo ya uzazi**

Pamoja na kuwa na majukumu yanayohusiana na uzazi na malezi ya watoto, wanawake pia wana majukumu ya kiuchumi hususani katika ajira na utafutaji wa kipato. Mgongano wa majukumu haya mara nyingi unaweza kuchangia wanawake kubaguliwa na kukosa fursa za ajira kutokana na kutekeleza jukumu lao la uzazi na malezi ambalo kimsingi ni jukumu kubwa linalosaidia kuendeleza uhai si tu wa familia na ukoo, bali pia uhai wa Taifa na Ulimwengu kwa ujumla. Hivyo, ili kuwalinda wanawake wasibaguliwe katika ajira, na kuwawezesha kutekeleza kwa ufanisi jukumu la uzazi na malezi, Serikali ya Tanzania inatekeleza kikamilifu Mkataba wa Shirika la Kazi Duniani wa kutoa haki za uzazi kwa wanawake walioajiriwa.

Haki za uzazi zinalindwa kupitia Sheria ya Ajira na Mahusiano Kazini ya mwaka 2004 na kanuni zake za mwaka 2017 inampa mwanamke aliyeajiriwa katika sekta rasmi haki ya kupewa likizo ya uzazi yenye malipo ya siku 84 akijifungua mtoto mmoja, au likizo ya uzazi ya siku 100 kama atajifungua watoto mapacha. Pia kifungu cha 33(10) cha sheria hiyo kinampa mwanamke anayerudi kazini baada ya kumaliza likizo ya uzazi haki ya kupata ruhusa ya masaa mawili kwa siku kwa ajili ya kumnyonyesha mtoto. Ruhusa hiyo ya masaa mawili atakubaliana na mwajiri muda unaomfaa. Sheria hii pia humpa baba likizo ya siku 5 ndani ya wiki moja kufuatia mwenza wake kujifungua.

### **3.3.4 Changamoto ya kukosekana kwa likizo ya uzazi katika Sekta Isiyo Rasmi**

Hata hivyo, jamii nyingi za Tanzania hazina utaratibu wa kutoa likizo ya uzazi kwa wanawake waliojifungua hasa kwa wanawake ambao hawajaajiriwa katika sekta rasmi na wanaofanya kazi za kiuchumi za familia.

Changamoto hii inasababisha wanawake waliojifungua kurudia majukumu ya uzalishaji mali mapema baada ya kujifungua na hivyo kushindwa kuwanyonyesha watoto wao ipasavyo kutokana na kuzidiwa na majukumu mengi ya kijamii na kifamilia.

Kuna umuhimu wa kuendela kuimarisha utekelezaji wa Mpango wa Kujenga Jamii Rafiki wa Mama na Mtoto na kukabiliana na Imani zisizo sahihi kuhusu madhara ya UVIKO-19 kwa mtoto anayenyonyeshwa maziwa ya mama. Jamii pia zinahimizwa kuangalia kwa makini suala la kuwapa wanawake waliojifungua ambao hawajaajiriwa kwenye sekta rasmi, likizo ya uzazi ya kijamii angalao kwa kipindi cha siku 84 za Mwanzo baada ya kujifungua ili kulinda, na kuendeleza taratibu sahihi za unyonyeshaji.

### **3.4 SULUHISHO LA CHANGAMOTO ZA UNYONYESHAJI NA ULISHAJI WATOTO**

Changamoto za lishe duni miongoni mwa watoto zinaweza kutatuliwa iwapo jamii italipa kipaumbele suala la unyonyeshaji watoto maziwa ya mama, pamoja na kuboresha lishe na afya ya mama. Mikakati iliyothibitishwa kitafiti inaweza kuleta mabadiliko makubwa katika taratibu na viwango ya unyonyeshaji. Uwekezaji katika maswala ya unyonyeshaji wa maziwa ya mama lazima uwe endelevu na wa muda mrefu, unaoungwa mkono na utashi wa jamii wakiwemo wanaume, viongozi wa kisiasa na kidini, vyombo vya habari, sekta binafsi, wasanii, asasi za kiraia na taasisi za elimu. Kuna ushahidi wa kutosha juu ya faida za kiafya na kijamii za unyonyeshaji wa maziwa ya mama na jinsi ya kulinda, kuendeleza na kusaidia unyonyeshaji.

Afua muhimu zinazoweza kuleta matokeo chanya katika kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama ni pamoja na:

- Utoaji wa elimu kwa umma na uhamasishaji jamii ili ibadili tabia na mtazamo kuhusu lishe na unyonyeshaji watoto maziwa ya mama.
- Kutekeleza vipengele/vidokezo kumi vya kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji
- Kuendesha kampeni za kuhimiza mabadiliko chanya ya tabia za ulishaji watoto ikiwemo unyonyeshaji.
- Kuratibu na kusimamia kanuni za kitaifa za kudhibiti uzazi na usambazaji wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto ikiwemo kudhibiti ushawishi na matangazo ya bidhaa hizo kwenye vyombo vya habari na mitandao ya kijamii.
- Kuimarisha utekelezaji wa sera na sheria zinazolinda haki za uzazi ikiwemo sheria inayosimamia likizo ya uzazi.
- Kuhamasisha jamii zijawekee utaratibu wa likizo ya uzazi kwa wanawake wanaojifungua hususani ambao hawajaajiriwa katika sekta rasmi.
- Kutoa huduma ya unasahi wa unyonyeshaji kwa wazazi na wanawake wanaokabiliwa na changamoto za unyonyeshaji ikiwemo matatizo ya matiti, watoto wenye matatizo ya kiafya

ikiwemo midomo iliyopasuka, ulimi wenye udata, uzito pungufu wa kuzaliwa na wanaoshindwa kunyonya ipasavyo kutokana na matatizo mbalimbali ya kiafya.

- Kuweka mazingira wezeshi katika sehemu za kazi kwenye sekta rasmi na zisizo rasmi ikiwemo vyumba vya kunyonyeshea ili wafanyakazi wanaokuja na watoto wao kazini waweze kupata faragha ma mazingira bora ya kutekeleza tendo la unyonyeshaji.

### **3.5 MAJUKUMU YA WADAU KATIKA NGAZI MBALIMBALI**

#### **3.5.1 Serikali na watendaji wa ngazi ya Taifa**

Ili kuimarisha na kuendeleza juhudi za kulinda afya ya watoto kupitia unyonyeshaji maziwa ya mama Serikali itaendelea:

- Kuimarisha ulinzi wa unyonyeshaji watoto maziwa ya mama kwa kufuatilia na kutekeleza, Sheria, Kanuni na miongozo iliyopo.
- Kuendelea kutenga fedha za kutekeleza afua za kuboresha ulishaji wa watoto ikiwemo elimu ya afya na lishe na huduma za msingi kwa wanawake wajawazito na wanaonyonyesha
- Kuimarisha mifumo ya ufuatiliaji wa taratibu sahihi za ulishaji watoto ikiwemo unyonyeshaji.
- Kufuatilia na kudhibiti mbinu zinazokiuka sheria zinazosimamia uuzaji na usambazaji maziwa mbadala na vyakula vya watoto hususani kwa kutumia biashara za kimitandao na biashara za kupeleka bidhaa nyumbani zilizoimarika katika kipindi hiki cha ugonjwa wa UVIKO-19
- Kutoa miongozo na taarifa sahihi kuhusu unyonyeshaji na magonjwa ya mlipuko ikiwemo ugonjwa wa UVIKO-19.

#### **3.5.2 Majukumu ya Jamii, Vyombo vya habari, Sekta Binafsi na Asasi za Kiraia**

Wadau mbalimbali walio katika ngazi ya jamii wana wajibu wa kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama na afya ya watoto. Miongoni mwa wadau muhimu ni Asasi Za Kiraia (AZAKI), zikiwemo Mashirika yasiyo ya Kiserikali na Taasisi za Dini. Wadau wengine ni familia, wazazi, watu maarufu wenye ushawishi katika jamii, viongozi wa vijiji na mitaa, vikundi mbalimbali vya kijamii, vyombo vya habari, wasanii, wanamichezo, wanataaluma na kadhalika. Afua zinazopaswa kutekelezwa na jamii ili kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama ni pamoja na:

### ***i. Jamii***

- Jamii ijiwekee utaratibu wa kuwapatia wanawake waliojifungua likizo ya uzazi (kipindi mahususi cha kupumzika baada ya kujifungua), cha angalao siku 84 kama wanavyopewa wanawake wanaofanya kazi katika sekta rasmi.
- Watu wa karibu wa mama aliyejifungua wakiwemo wanafamilia, ndugu, marafiki na majirani wana nafasi muhimu na ya pekee ya kumsaidia na kumpunguzia mlengwa kazi mbalimbali zinazomkabili ili aweze kutekeleza kwa ufanisi taratibu sahihi za unyonyeshaji.
- Wanajamii wengine wanapaswa kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama kwa kutafuta na kusambaza taarifa sahihi zinazohusu unyonyeshaji na lishe na kuepuka kusambaza taarifa au Imani potofu zinazoathiri unyonyeshaji.
- Jamii inapaswa kuwa macho na kufuatilia matangazo na mbinu shawishi za kuchochea mauzo ya maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga na wadogo zinazotekelezwa na makampuni mbalimbali yanayosindika vyakula hivyo au mawakala wao. Jambo la muhimu katika hili ni kukumbuka kwamba uuzaji na usambazaji wa vyakula hivyo, siyo kosa kisheria, ila vyakula hivyo havipaswi kutangazwa kwenye vyombo vya habari au kufanyiwa promosheni ya aina yeyote katika maeneo yote. Pia mawakala au wafanyabiashara wa vyakula hivyo hawapaswi kukutana moja kwa moja na wanawake wenye watoto, wateja wao ili kuwapa mafunzo au maelezo yeyote yanayohusu vyakula hivyo.

### ***ii. Sekta ya Habari na Mawasiliano***

- Waelimishaji rika na wanataaluma ya habari na mawasiliano wanapaswa kujielimisha kuhusu unyonyeshaji na lishe ya mtoto ili waweze kupeleka ujumbe sahihi utakaosaidia kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama katika jamii.
- Waelimishaji rika na wanataaluma ya habari na mawasiliano wanapaswa kuongeza ubunifu wa jumbe za kimkakati zinazolenga kubadilisha tabia na kuwalenga watu wote, wanafamilia na jamii ili kuimarisha msaada kwa familia zenye mtoto mchanga anayenyonya.
- Mawasiliano thabiti yanayozingatia taratibu sahihi za kiasili za ulishaji watoto hususani unyonyeshaji yatolewe kupitia majukwaa yote ya mawasiliano kama vile magazeti, radio na mitandao ya kijamii.



### **iii. Waajiri**

- Waajiri wanapaswa kuwapatia wanawake waliojifungua likizo ya uzazi (kipindi mahususi cha kupumzika baada ya kujifungua), cha siku 84 kama ilivyoainishwa kwenye Sheria ya Ajira na Mahusiano Kazini namba 6 ya mwaka 2004.

### **iv. Sekta binafsi, Wasindikaji, Wasambazaji na Wauzaji wa maziwa mbadala na vyakula vya watoto**

- Sekta binafsi, wasindikaji, wasambazaji na wauzaji wa bidhaa za maziwa mbadala na vyakula vya watoto wanapaswa kuzingatia Sheria na Kanuni ya Kuthibiti Uuzaji na Usambazaji wa Maziwa na Vyakula vya Watoto wachanga na wadogo kwa kuepuka utoaji wa matangazo, ushawishi na kufanya promosheni ya maziwa mbadala na vyakula vya watoto wachanga kwenye vyombo vya habari au katika maeneo yoyote. Pia mawakala au wafanyabiashara wa vyakula hivyo hawapaswi kukutana moja kwa moja na wanawake wenye watoto wateja wao ili kuwapa mafunzo au maelezo yeyote yanayohusu vyakula hivyo, au kufadhili vituo na taasisi zinazotoa huduma za afya au watoa huduma za afya.

### **v. Viongozi wa Kijamii**

- Viongozi wa jamii wakiwemo viongozi wa dini na siasa, watu maarufu wenye ushawishi katika jamii, wasanii na wanamichezo wana wajibu wa kuhamasisha jamii kuhusu taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama, kutafuta na kusambaza taarifa sahihi zinazohusu unyonyeshaji na lishe na kuepuka kusambaza taarifa au Imani potofu zinazoathiri unyonyeshaji.

### **vi. Sekta ya Viwango na Uthibiti Ubora wa Vyakula**

- Wanataaluma na Taasisi zinazosimamia sheria zinazohusu vyakula vya watoto wafanye tafiti na ufuatiliaji wa kina wa taratibu za uuzaji na usambazaji wa maziwa na vyakula vya watoto wachanga na wadogo zilizoibuka kufuatia mlipuko wa ugonjwa wa UVIKO-19 ikiwemo biashara za mtandaoni na usambazaji wa bidhaa moja kwa moja kwa walengwa majumbani ili kubaini iwapo kuna kanuni zinazokiukwa na kuchukua hatua stahiki za uthibiti. Hii itasaidia kuwalinda watoto dhidi ya athari wanazoweza kuzipata kutokana na kutumia bidhaa zisizokuwa na ubora, na pia kulinda na kuendeleza unyonyeshaji watoto maziwa ya mama.

#### **vii. Wafanyakazi wa Huduma za Ugani**

- Wanataaluma walio katika ngazi ya jamii waelimishwe kuhusu unyonyeshaji ili waweze kutoa ushauri, elimu na msaada sahihi kwa wanawake wanaopata changamoto za unyonyeshaji na ulishaji watoto ikiwemo wanawake wanaopata maambukizi ya matiti, jinsi ya kunyonyesha watoto wenye changamoto ya midomo iliyopasuka, ulimi wenye udata, watoto wenye uzito pungufu wa kuzaliwa, watoto wenye changamoto ya ukuaji na maendeleo hafifu na watoto ambao hawawezi kupata maziwa ya mama kutokana na kufiwa na mama zao au waliotengana na mama zao kwa sababu mbalimbali.

## **4.0 MIKAKATI YA KUADHIMISHA WIKI YA UNYONYESHAJI INAYOPENDEKEZWA KATIKA NGAZI YA TAIFA, MKOA NA HALMASHAURI**

### **4.1 WALENGWA WA MAADHIMISHO YA WIKI YA UNYONYESHAJI**

Maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani huwalenga watu wa aina mbalimbali. Walengwa hao ni pamoja na wadau wakuu wa masuala ya ulishaji wa watoto wachanga na wadogo, watunga sera, vyombo vya habari, wanawake na watoto, familia na jamii kwa ujumla.

### **4.2 SHUGHULI MBALIMBALI ZINAZOTARAJIWA KUFANYIKA KATIKA WIKI YA UNYONYESHAJI MWAKA 2021**

Katika kuadhimisha Wiki ya Unyonyeshaji Maziwa ya Mama (1 – 7, Agosti 2021) Wadau wa Unyonyeshaji wakiwemo Wizara, Idara na Wakala au Taasisi za Serikali, Sekretariati za Mikoa, na Halmashauri; AZAKI, Mashirika yasiyo ya Kiserikali na Taasisi za Dini; Vyombo vya habari, Wasanii, Wanamichezo na Wanataaluma mbalimbali wanaalikwa kutekeleza shughuli mbalimbali zinazolenga kulinda, kuendeleza na kuimarisha taratibu sahihi za unyonyeshaji maziwa ya mama katika jamii. Miongoni mwa shughuli zinazopendekezwa kufanyika ni pamoja na:

- Kujumuisha waelimishaji rika na wataalamu wa afya, lise na unyonyeshaji kwenye mabanda ya maonesho ya nanenane na shughuli za wakulima yanayofanyika kila mwaka kuanzia tarehe 1-8 Agosti.
- Kujumuisha huduma ya unasihi wa unyonyeshaji kwa walengwa kwenye mabanda ya maonesho ya nanenane na shughuli za wakulima. Unasishi unaoweza kutolewa ni pamoja na taratibu sahihi za unyonyeshaji kwa wanawake wanaopata changamoto za unyonyeshaji na ulishaji watoto ikiwemo wanawake wanaopata maambukizi ya matiti, jinsi ya kunyonyesha watoto wenye changamoto ya midomo iliyopasuka, ulimi wenye udata, watoto wenye uzito pungufu wa kuzaliwa, watoto wenye usonji, watoto wenye changamoto ya ukuaji na maendeleo hafifu na watoto ambao hawawezi kupata

maziwa ya mama kutokana na kufiwa na mama zao au waliotengana na mama zao kwa sababu mbalimbali.

- Kuandaa kona za unasahi wa unyonyeshaji kwenye vituo vya afya na hospitali zinazotoa huduma za kujifungua, kliniki ya wanawake wajawazito na ufuatiliaji wa ukuaji na maendeleo ya mtoto.
- Kupima uzito, urefu na mzingo wa mkono ili kutambua hali ya lishe ya watoto wenye umri wa miaka 0 – 8, kutoa huduma na ushauri kwa walengwa watakaogundulika kuwa na hali duni ya lishe.
- Kuandaa semina za waandishi wa habari ili kuwapa taarifa sahihi zinazohusu unyonyeshaji na ulishaji watoto, kukabiliana na Imani na taarifa potofu za kijamii kuhusu unyonyeshaji na kuwahimiza waandae vipindi, Makala na machapisho ya kuhamasisha, kulinda, kutetea na kuendeleza unyonyeshaji watoto maziwa ya mama katika jamii.
- Kuwawezesha wanataaluma ya afya, lishe, maendeleo na ustawi wa jamii ili waweze kushiriki vipindi vya redio na runinga, na kuandaa Makala na machapisho ya kuhamasisha, kulinda, kutetea na kuendeleza unyonyeshaji watoto maziwa ya mama katika jamii.
- Kuandaa matamasha ya Sanaa ikiwemo ngoma, maigizo na muziki ili kupeleka ujumbe wa unyonyeshaji na lishe pamoja na kuhamasisha, kulinda, kutetea na kuendeleza unyonyeshaji watoto maziwa ya mama katika jamii.
- Kufanya maonesho ya vitendo ya majiko darasa ya utayarishaji wa vyakula vya nyongeza vya watoto wenye umri wa miezi 6 na Zaidi.

#### **4.2.1 Ngazi ya Taifa**

Maadhimisho katika ngazi ya Taifa yafanyike kwa kufanya kazi zinazolenga kushawishi na kuongeza utashi wa wadau katika kulinda, kuendeleza na kuhamasisha uwekezaji na huduma za lishe kwa wanawake, watoto na vijana. Shughuli za ngazi ya taifa zinapaswa kujielekeza katika kuimarisha utekelezaji wa Sera ya Afya, Mpango Mkakati wa Taifa wa Afya, Mpango Jumuishi wa Taifa wa Lishe, Sheria ya Ajira na Mahusiano Kazini na Kanuni za Kitaifa za Kuthibiti Uuzaji na Usambazaji wa Maziwa Mbadala na Vyakula vya Watoto. Miongoni mwa shughuli mahususi zinazoweza kufanyika katika ngazi ya Taifa ni pamoja na:

### ***i. Ufunguzi Rasmi wa Wiki ya Unyonyeshaji***

Ufunguzi wa wiki ya unyonyeshaji utawahusisha wadau mbalimbali wa lishe na waandishi wa habari. Ufunguzi huo ufanyike katika tarehe itakayopangwa na kukubaliwa na kiongozi mkuu atakayezindua maadhimisho. Kwa kawaida, uzinduzi hufanyika tarehe 01 Agosti, lakini tarehe hii inaweza kubadilika kulingana na hali halisi itakayokuwepo. Mgeni Rasmi katika tukio hilo anafaa kuwa kiongozi mkuu katika serikali kama vile Waziri, Katibu Mkuu, Makamu wa Rais na kadhalika.

### ***ii. Semina kwa Waandishi wa Habari***

Semina ya waandishi wa habari inalenga katika kuwapa ufahamu kuhusu masuala ya lishe ya watoto wachanga na wadogo na hasa katika kujenga mahusiano na kuimarisha majukumu yao ya utoaji taarifa sahihi kwa jamii juu ya ulishaji sahihi, lishe na afya ya watoto.

### ***iii. Vipindi vya Luninga na Redio***

- Vipindi vya televisheni vinaweza kuandaliwa na kurushwa kabla, wakati na baada ya maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani. Vipindi hivyo viandaliwe vikilenga mada mbalimbali za lishe na afya ya watoto ikiwemo umuhimu wa unyonyeshaji kwa ukuaji na maendeleo ya mtoto.
- Timu ya wataalamu ikishirikiana na wadau mbali mbali inaweza kuandaa na kufanya midahalo kupitia luninga na redio ambapo mambo malimbali ya ulishaji wa watoto wachanga na wadogo yatajadiliwa sanjari na dhana ya wiki ya unyonyeshaji kwa mwaka 2021.
- Wataalamu wa afya, lishe, maendeleo ya jamii na ustawi wa jamii wanaweza kutembelea vyombo vya habari ili kupata fursa ya kutoa mada zinazohusu lishe ikiwa ni pamoja na umuhimu wa jamii kuwasaidia wanawake wasio katika sekta rasmi kwa kuwapatia likizo ya uzazi ya kutosha ili kulinda, kuendeleza na kuhamasisha Unyonyeshaji na kulinda haki za uzazi kwa wanawake wote katika jamii.

### ***iv. Kuandaa Jumbe na Machapisho Mbalimbali ya Unyonyeshaji***

- Jumbe na machapisho mbalimbali yanayohusu unyonyeshaji yanaweza kuandaliwa na kusambazwa kwenye jamii kwa kutumia njia mbalimbali za mawasiliano kama vikundi vya utamaduni, simu za mkononi na mabango. Jumbe zitakazoandaliwa zitatumika pia katika kuelimisha jamii kupitia vituo vinavyotoa huduma za afya katika kipindi cha mwaka mzima na siyo Wiki ya Unyonyeshaji Duniani peke yake.

#### **v. Uratibu wa shughuli za Wiki ya Unyonyeshaji**

- Vikao vya maandalizi na tathimini ya utekelezaji wa shughuli mbalimbali za maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani vinategemewa kufanyika katika Wizara, Idara na wakala mbalimbali wa serikali. Mikutano hiyo itakuwa ya wataalamu wa sekta mbalimbali. Ni muhimu pia kuandaa kikao kazi cha kamati ya kitaifa ya Lishe ya Wanawake, Watoto na Vijana katika kipindi cha maandalizi ya maadhimisho ya wiki hii ili waweze kushiriki katika kupanga, kuetekeleza na kutathimini maadhimisho hayo.

#### **4.2.2 Ngazi ya Mkoa, Halmashauri na Jamii**

Maadhimisho katika ngazi ya mkoa na wilaya yanategemea jinsi ambavyo mkoa umejipanga katika kufanikisha maadhimisho hayo. Jambo la kuzingatia ni maadhimisho hayo kufanyika kwa kufanya kazi zinazolenga jamii na zenye muelekeo wa kubadili tabia kwa walengwa wakuu katika jamii husika.

Kuandaa maadhimisho kwenye ngazi ya jamii ikiwa ni pamoja na (Ngazi ya Kata au Kijiji) na vituo vya kutolea huduma za afya hii itasaidia kuhamasisha jamii kuona umuhimu wa mama kunyonyesha mtoto wake na kupewa msaada toka kwa wataalam wa maeneo husika. Miongoni mwa shughuli mahususi zinazoweza kufanyika katika ngazi ya mkoa, halmashauri na jamii ni pamoja na:

##### ***i. Kuandaa mkutano wa wadau***

- Mkoa na Halmashauri ziainishe na kuwatambua wadau mbalimbali wanaojihushisha na masuala ya mama na mtoto, na kukaa nao pamoja na kujadili jinsi watakavyoweza kufanikisha maadhimisho hayo.

##### ***ii. Semina ya Waandishi wa Habari***

- Mikoa na Halmashauri zinaweza kuandaa semina ya siku moja kwa ajili ya waandishi wa habari toka vyombo mbalimbali vilivyomo katika maeneo yao. Lengo kuu la semina hizo ni kuwapa taarifa waandishi wa habari kuhusu masuala ya msingi ya lishe na afya ya watoto ikiwemo unyonyeshaji.

##### ***iii. Mkutano wa Waandishi wa Habari***

- Mkutano huu wa waandishi wa habari unaweza kuandaliwa ikiwa ni sehemu ya uzinduzi rasmi wa wiki ya unyonyeshaji duniani. Wataalamu watumie mwongozo huu na vyanzo vingine vya taarifa ili kuandaa ujumbe muhimu wa wiki ambao utasomwa na mgeni rasmi ambaye atachaguliwa na mkoa au halmashauri husika, rasmi kwa ajili ya ufunguzi wa Maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji Duniani katika ngazi ya Mkoa na Halmashauri.

- Mgeni rasmi katika Ngazi ya Mkoa anaweza kuwa Mkuu wa Mkoa au Katibu Tawala wa Mkoa husika na katika ngazi ya Halmashauri anaweza kuwa Mkuu wa Wilaya au Mkurugenzi Mtendaji wa Halmashauri.

#### **iv. Vipindi vya Televisheni na Radio**

- Kwa kutumia vituo vya Redio na Luninga vya kijamii vilivyopo katika maeneo yao, Mikoa na Halmashauri inaweza kuandaa vipindi mbali mbali vya televisheni na radio na kuvirusha hewani katika kipindi chote cha maadhimisho. Vipindi hivi vilenge kuelimisha jamii kuhusu umuhimu wa maziwa ya mama katika ukuaji na maendeleo ya mtoto.

#### **v. Unasih wa Ulishaji wa watoto wachanga na wadogo**

- Unasih huo unaweza kufanyika katika vituo vyote vinavyotoa huduma ya afya kwa mama na mtoto. Idadi ya watu watakaopewa unasih huo iwekwe katika kumbukumbu kwa ajili ya kuandaa taarifa ya utekelezaji. Unasih huo uwalenge wanawake wajawazito na wanaonyonyesha na wenza wao, bila kuwasahau walezi wanaowatunza watoto.

#### **vi. Kuanzisha na Kusimamia Vikundi vya Kusaidiana**

- Ili kulinda, kuendeleza na kusaidia unyonyeshaji katika jamii ni vema kuunda vikundi vya kusaidiana na kuvisimamia. Uanzishwaji wa vikundi hivi uende sambamba na uhamasishaji wa viongozi ngazi ya kata mitaa, vijiji na vitongoji.

### **4.3 UTUNZAJI WA KUMBUKUMBU NA TATHIMINI**

Wadau wote watakaotekeleza shughuli za maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji 2021 katika ngazi zote za Taifa, mkoa, halmashauri na jamii wanashauriwa kukusanya na kutunza taarifa za shughuli zitakazotekelezwa kwa ajili ya matumizi ya baadae.

Utunzaji wa kumbukumbu ufanyike ikiwemo kukusanya picha za matukio, kuandaa taarifa za utekelezaji wa shughuli mbalimbali na kuziwasilisha au kuzitunza taarifa hizo kwa ajili ya matumizi baadae. Pia taarifa hizo zitasaidia wadau kufanya tathmini ya maadhimisho hayo katika ngazi zote za taifa na mkoa.

Taarifa hizo zitaiwezesha Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania kuandaa taarifa ya kitaifa ya utekelezaji wa maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji 2021. Wadau wanashauriwa kutuma pia takwimu za walengwa waliofikiwa, huduma walizozitoa, changamoto, mafanikio au huduma zilizofanikiwa, mambo ya kujifunza, mapendekezo au ushauri, picha na vielelezo mbalimbali watakavyokusanya kupitia maadhimisho hayo ili vijumuishwe kwenye taarifa husika.

Taarifa zitasaidia wadau kujifunza mambo mbalimbali yaliyosaidia kufanikisha utoaji wa huduma, changamoto zilizojotokeza na mbinu za utatuzi.

Inashauriwa pia kwa wadau wa ngazi zote watakaotekeleza shughuli mbalimbali za maadhimisho ya Wiki ya Unyonyeshaji 2021 watume muhtasari wa taarifa za utekelezaji kwa Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania kwa kupitia anuani ifuatayo:

Mkurugenzi Mtendaji  
Taasisi ya Chakula na Lishe Tanzania Food  
22 Barabara ya Barack Obama  
S.L.P 977  
Dar es Salaam  
Tanzania  
Simu: +255 222116713  
Tovuti: [tfnc.go.tz](http://tfnc.go.tz)  
Barua Pepe: [info@tfnc.go.tz](mailto:info@tfnc.go.tz)