Issue #1 Tumesomeka

mema

APR - JUL, 2021

Sauti Huru

Hadija Jabiri

Mama | Mjasiriamali | Mpambanaji

Pemba

Gender | Healthy Lifestyles | Livelihood | Citizenship | Edutainment

YALIYOMO

MTEMBEZI

6 Fahamu Pemba maisha na tamaduni zake

ISHI KIJANJA

8 Tubonge na ukatili wa kijinsia

10 Hedhi salama

14 Simulizi ya Linda

GENGE

16 **Hadija Jabir**

Jasiri, mpambanaji na mjasiriamali kilimo biashara

KIZAZI KIPYA

19 Sport Fursa

Fursa mpya kwa wanawake

21 Mseto wa kazi, talanta na muziki

23 Mpangilio wa vyakula kwa mwanamazoezi

JIONGEZE

30 Masoko ya kidigitali

34 Taka ni dili

36 Jinsi ya kutoboa kwenye usaili

38 Hatua za kuanzisha biashara

RISE

29 Story ya Cooogi

KOLEZO

27 Mchanga unaotembea

SIKIKA CHUKUA HATUA

49 Kujitolea kwa malengo

52 Sauti za mtaa

La Memans

TUFUATE

Mema Swahili Magazine ni jarida linalotoka kila baada ya miezi mitatu. Nakala ngumu chache zinasambazwa kwa makundi yaliyo chini ya Mema Tanzania. Jarida hili limejikita kusambazwa kwa njia za kidijitali kupitia nakala mtandaoni na mitandao ya kijamii kufikia hadhira ya wengi.

www.mematz.org/magazine

MAWASILIANO

S.L.P 36397, Dar Es Salaam
Barua Pepe: hello@mematanzania.com
SMS/WhatsApp: +255 743 813972
Simu: +255 783 765953

Mema Tanzania
Mema Tanzania
Mema Tanzania
Mema Tanzania
Mema Tanzania
Mema Tanzania
www.mematz.org

MUHIMU

Yaliyomo humu ndani ni jukumu la Mema Tanzania na hayawakilishi maoni au mitazamo ya wafadhili na wadhamini.

Chief Executive Officer
Hassan Kiyungi
Media Director
Nasibu Mahinya
Chief Editor
Hassan Bumbuli
Assitant Editor
Elias Maeda
Creative Director
Sajad Sergio Sadick
Photographer
Abdillah Abdallah
Monitoring & Evaluation
Nice Mlay
Cartoon
Mwenda Art
Printing
Mema Tanzania

Contributors

Ritha Mtega
Mohammed Abdallah
Maria Sulla
Abby Msangi
Peter Lazaro
Arizona Vocational Training Centre
Phaustine Yohana
Jenifer Shigoli
Sylvia Ruambo
Rajab Samatta
Eva Mkane
Dawati la Jinsia - Temeke
Hussein Kiyungi
Hellen White
Tom Hilbourne
Taji Liundi & Empower Limited

Associate Photographers

Francis Mtalima
J Kimodo

Tumesomeka!
Salaam kutoka kwa mkurugenzi

Mpendwa msomaji!

Mema Tanzania kama taasisi ya vijana tumedhamiria kufanya mageuzi ya kimaudhui kuwafikia vijana kwa namna tofauti. Tangu yalipotokea mabadiliko makubwa ya kiutandawazi vijana wengi ambao ndio kundi letu lengwa wamekuwa wakitumia kwa kiasi kikubwa simu janja na kompyuta hasa mpakato kama njia kuu ya kujifunza na kupata taarifa.

Kama taasisi tuliona vyombo vya kupashana taarifa kidijitali kama mitandao ya kijamii ni eneo zuri la kuwafikia vijana kupitia agenda zetu kwa haraka na upana mkubwa, hivyo tumeamua kuwasogezea jarida la Mema kwa lugha ya kiswahili na kwa muundo wa kimtandao.

Mafanikio na dhamira yetu yanategemea zaidi maoni yako wewe msomaji, eneo gani tunapaswa tuboreshe na nini tuongeze yatasaidia matoleo yajayo kuwa bora zaidi. Usisite kutuandikia kupitia njia tofauti zilizoorodheshwa katika kurasa ya mawasiliano.

Kusoma na kuyafanyia kazi maudhui yaliyomo humu unaingia katika kundi la vijana wawajibikaji na waleta mabadiliko. Nikutakie usomaji mwema na usiache kumshirikisha rafiki au ndugu yako jarida hili.

Karibu katika familia ya Mema 'La Memans'.

Mkurugenzi Mtendaji
Hassan Thabit Kiyungi
@hassankiyungi

Fahamu Mema Academy

Mema Academy ni jukwaa salama kwa ajili ya vijana kukutana, kujadiliana, kufurahi na kuchukua hatua dhidi ya chagamoto zinazowakabili wao na jamii yao. Licha ya vijana kuwa na mchango mkubwa katika maendeleo ya taifa bado hawana majukwaa ya kuwakutanisha na kupaza sauti zao, hivyo Mema Academy inakupa jukwaa salama na kujifunza ujuzi tofauti.

Nani anastahili kuwa mwanachama wa Mema Academy?

Vijana wote wa jinsia ya kike na kiume wenye umri kati ya miaka 18 mpaka 35 wanaruhusiwa kuwa wanachama.

Nitaipata wapi Mema Academy?

Mema Academy zinapatikana maeneo ya vyuoni na kwenye jamii tunazotoka. Kwa sasa Mema Academy zinapatiakana Dar Es Salaam katika wilaya za Ilala, Kinondoni na Temeke.

Mema Academy wanahusika na nini?

- Kuanzisha na kuendesha miradi yake ya kiuchumi.
- Kuanzisha na kutekeleza miradi ya huduma za kijamii.
- Kuandaa matukio ya kimtandao na kukusanya fedha kwa ajili ya miradi yao.
- Kukutana na kufurahi.

Nawezaje kuwa mwanachama wa Mema Academy?

Ukitaka kujiunga na Mema Academy, wasiliana nasi kwa kutupigia, ujumbe au barua pepe kupitia mawasiliano yaliyoorodheshwa katika kurasa ya mawasiliano.

MTEMBEZI

Story za Mtembezi

Pemba inanukia, marashi ya karafuu!

Mohammed Abdallah

Ndala Kasheba hakika hakukosea alipovipamba visiwa vya Pemba kwa uzuri wake. Pepo zinazovuma kutoka baharini, uzuri wa fukwe, vyakula na ukarimu wa watu wake ni raha tupu. Zanzibar ina visiwa vikubwa viwili ambavyo ni Pemba na Unguja. Pemba ndipo leo mtembezi nakudondoshea story zake. Ni kisiwa kinachoundwa na mikoa miwili ya Pemba Kusini na Pemba Kaskazini, wilaya nne kubwa za Wete, Mkoani, Micheweni na Chakechake ambapo ndipo penye makao makuu ya kisiwa hiki.

Pia Pemba imezungukwa na visiwa vidogo vidogo vya Kiojani, Misali, Panza, Uvinje, Fundo n.k. Kwa nyakati tofauti Pemba na Zanzibar kwa ujumla ilitawaliwa na Sultan wa Oman baadae ikawekwa chini ya utawala wa kiingereza mpaka Januari 12 ya mwaka 1964 ilipopata uhuru wake rasmi kwa njia ya mapinduzi.

Wajua kucheza Kidumbaki Weyee?

Pemba imejengwa na tamaduni na muundo wa maisha tofauti na maeneo mengine. Utamaduni wake ni wenye kustaajabisha na kuvutia vile vile. Moja ya utamaduni wenye kuvutia ni mchezo wa ng'ombe kama ule tumezoea kuuona nchi za Latini ya Amerika mfano Mexico. Kuna ngoma za asili kama Kirungu Mpweke, Msewe, Kidumbaki na Dufu ambazo ni marufu wakati wa sherehe za harusi au hafla za siku kuu za kislam.

Michezo ya kukumbiza ngalawa na baiskeli maarufu 'resi' hupendwa na watu wengi visiwani humu. Vyakula pendwa katika visiwa hivi ni mboga za majani, mihogo, maharage, nyama, mtori, ugali wa muhogo na vyakula vya baharini hasa samaki na pweza ndiyo mahala pake yakhe! Gahawa (kahawa), tangawizi na chai ni vinywaji maarufu. Alqasusu mujarabu ipo pia. Muziki wa taarabu ndio muziki pendwa, japo Bongo Fleva si haba.

Miundombinu mwake mwake.

Usafiri maarufu katika visiwa hivi ni ngalawa ambazo husafirisha watu toka kisiwa kimoja mpaka kingine. Meli pia zipo zinazofanya masafa ya mbali kuelekea Visiwa vya Mombasa, Comoro na Unguja.

Safari, biashara na uingizaji na utoaji wa mizigo imerahisishwa kutokana na uwepo wa bandari ya Wete. Kama waogopa bahari, usijali tuna kiwanja cha ndege kwa wageni wanaotaka kuja Pemba.

Shughuli za kiuchumi hatupo nyuma.

Kilimo ni shughuli kuu ya kiuchumi kisiwani Pemba. Kilimo cha karafuu, minazi, mpunga, mihogo, migomba pamoja na mananasi ndiyo mpango mzima.

Wafanyabiashara ndogo ndogo kama mama ntilie, wachuuzi wa bidhaa za kilimo, mifugo hasa nyama, maziwa na vyakula vya baharini wapo. Bahari imeajiri vijana wengi katika uvuvi. Kuna viwanda vidogo, vya kati na vikubwa kama vya chumvi, unga, makonyo, fenicha n.k.

Utalii ndiyo mahala pake

Pemba kuna vivutio mbalimbali vya watalii kama vile fukwe za mantarifu, kisiwa cha Misali, fukwe za Vumamawimbi, fukwe za Mkarafuu mmoja, fukwe za Tundauwa. Fukwe hizi zimepambwa na minazi na hoteli mashuhuri The Manta Resort. Msitu wa Ngezi ni moja ya misitu maarufu na yenye kuvutia watalii wengi.

Majengo ya kale kwa ukanda wa Pwani huvutia wageni wengi. Pemba kuna maghofu yenye hsitoria ya kuvutia kama vile Mkamandume, Mkumbuu, makaburi ya watu mashuhuri n.k.

Watu maarufu tunao kibao!

Kisiwa hiki kina watu mashuhuri sana ambao wengine wapo kisiwani Pemba na nje ya Pemba. Tuna wanamichezo, watangazaji, wafanyabiashara na wanasiasa wanaokitangaza vyema kisiwa cha Pemba akiwemo rais wa sasa mhe. Dokta Hussein Mwinyi, aliyekuwa makamu wa kwanza wa rais Zanzibar marehemu Seif Shariff Hamad, Makame Mbarawa, mtangazaji Meena Ally, Salama Jabir na mfanyabiashara maarufu Said Bopar.

Ukimya dhidi ya ukatili wa kijinsia kwenye mahusiano.

- Elias Maeda
@eliasmaeda

Unakumbuka Shishi Baby alivyopindua meza kibabe baada ya kuanika katika akaunti ya Instagram ukatili wa kijinsia aliokuwa akipitia katika ndoa yake?. Pengine yeye amekuwa ni sehemu ya kundi kubwa ambalo linapitia aina tofauti za ukatili wa kijinsia dhidi ya wenza ikiwemo ubakaji, vipigo, maneno ya udhalilishaji n.k. Waathirika wakubwa wa aina hii ya ukatili huwa ni wanawake, japo pia wapo wanaume tumesikia wakipitia aina tofauti za ukatili wa kijinsia.

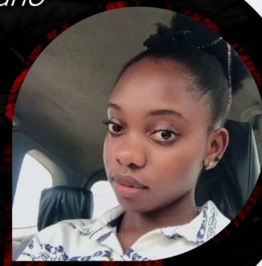
Licha ya athari kubwa za ukatili wanaopitia, wengi wao huamua kukaa kimya, na kuonekana mahusiano yao yapo fresh, sababu ni nini? Tulibonga na washikaji kutoka maeneo tofauti nchini, kila mmoja alitoa sababu zake, wewe pia unaweza kututumia mtazamo wako kwa ujumbe mfupi kupitia namba tajwa katika sehemu ya mawasiliano.

Taswira ya ukatili wa kijinsia inaonekana kama jambo la kawaida linalochagizwa na mila za baadhi ya makundi. Mfano baadhi ya makabila kutoka kanda ya ziwa yana imani potofu juu ya mwanamke kupigwa na mwenza wake huchukuliwa kama ishara ya upendo. Hivyo huendelea kuwa kwenye mahusiano licha ya ukatili tofauti wanaopitia. Pia utegemezi wa kiuchumi kwa baadhi ya wenza wa kike huchangia kuendelea kubaki katika mahusiano licha ya ukatili wanaopitia. - Subira Bashir, Temeke, Dar Es Salaam

Kuna mambo kadhaa yanayochangia ikiwemo mapenzi ya dhati ya upande mmoja, utegemezi wa kiuchumi na matarajio ya kuwa mwenza wako atabadilika. Pia kwa ambao tayari wameshapata watoto huendelea kuwa katika mahusiano ya aina hii wakihofia watoto kupata taabu pindi atakapoamua kutengana na mwenza wake.

- Ramadhan Hamis, Shinyanga

Kuna sababu nyingi zinazomfanya mtu aendelee kukaa katika mahusiano yenye ukatili wa kijinsia. Moja ya sababu kubwa ni mazoea ya penzi walilokuwa nalo hapo mwanzoni mwa mahusiano yao, hupelekea wengi kutokuwa tayari kuanza upya! Wana msemo wanapenda kuutumia usemao, "Bora shetani uliyemzoea kuliko jini mpya."
Hii hupelekea kuendelea kukaa katika mahusiano licha ya ukatili wa kijinsia. Kwa wanandoa, msukumo wa familia na jamii pia huchangia kuendelea kuwa katika mahusiano ya aina hii.
– Flora Clement, Kinondoni, Dar Es Salaam.



Kutokuwa na maamuzi na pia kuwafikiria wale watu wanaowazunguka, mfano wazazi. Pia ukosefu wa elimu ya ukatili wa kijinsia huchangia kwa kiasi kikubwa wenza kutokujua hatua gani wachukue pindi wanapopitia hali hii. Kwa wanaume, mara nyingi uona aibu kusema ukatili wa kijinsia wanaopitia wakihofia kuonekana dhaifu

- Augustino Dickson, Morogoro

Kumbuka:

Unapozidi kukaa kimya kwa ukatili wa kijinsia unaopitia dhidi ya mwenza wako, unazidi kumpa zaidi nguvu anayetenda. Hivyo ni vyema ukapata ushauri/usaidizi kutoka kwa watu wa karibu kama wazazi, viongozi wa dini au dawati la jinsia lillilo karibu nawe. Ukatili wa kijinsia dhidi ya wenza una athiri nyingi kama vile;

- Kilema cha maisha.
- Kifo
- Sonona (Msongo mkali wa mawazo)
- Msukumo wa matumizi ya madawa ya kulevya na ulevi
- Hupelekea muathirika kutojiamini

KUTANA NA SHUJAA WA HEDHI SALAMA

LAMECK KIULA

Na Mema Tanzania Team

Umewahi kutana na kijana wa kiume akishiriki katika kampeni za kuhamasisha hedhi salama? Yes, dunia inazidi kupiga hatua katika usawa wa kijinsia siku hizi changamoto za wanawake na mabinti ni za jamii nzima. Lameck Kiula ni mfano halisi Kupitia kampeni yake ya #MimiNaKagera amekuwa akielimisha jamii hasa wanaume kushiriki katika kutatua changamoto za hedhi “#MimiNaKagera ni kampeni yenye lengo la kuhamasisha vijana na watu wanaotoka Kagera kushiriki katika maendeleo ya mkoa wao."

"Wazo la kuendesha kampeni hii ya hedhi salama lilitokana na ushiriki wangu katika mradi wa Water, Sanitation and Hygiene na taasisi ya Raleigh Tanzania mwaka 2015. Nilichobaini katika miradi ya WASH bado suala la hedhi halijumuishwi ukilinganisha na issue kama maji, kunawa mikono, utengenezaji vibuyu mchirizi na mengine.” Anaendelea kusema “kwa takwimu msichana 1 kati ya 3 wanapitia changamoto za hedhi kama ukosefu wa taulo za kike, maji, vyoo visivyo bora na hii ni takwimu ya Dar es Salaam sehemu tunayo amini imepiga sana hatua za kimaendeleo kiuchumi na kijamii. Vipi kuhusu mikoani? Hapo nikaamua kuchukua hatua za kuanzisha kampeni hii”.

Kwa mila za kiafrika bado suala la hedhi linachukuliwa la wanawake, wanaume mara nyingi huona aibu kushiriki. Kwa Lameck hali ni tofauti kama anvyosema “Hizi mila potofu zinatokana na namna jamii ilivyoamua chukulia, wanaume tunaposhiriki katika kutoa elimu ya hedhi jamii inaondoa dhana zote potofu. Mimi binafsi niliamua kutumia mbinu ya kuwa mimi katika hii kampeni, hivyo watu na jamii wakaanza chukulia kawaida na kuanza kunipa support.” Mbinu tofauti zikitumika kuelimisha mambo ya hedhi ni rahisi kwa jamii kujifunza hasa watoto. Michezo ya watoto kama kukimbia kwa kijiti na kumkinga malkia, Lameck na taasisi anayofanya kazi ya Jambo Bukoba wanazitumia kutoa elimu ya hedhi kwa watoto wa shule za msingi.

Mpaka sasa kampeni ya #MimiNaKagera imewafikia zaidi ya watu 30,000 katika mitandao ya kijamii, wanafunzi zaidi ya 150 wamepatiwa taulo za kike kutoka shule 6 za msingi zilizopo Kagera vijijni na kupewa elimu ya hedhi. Kiula ni mwenye ndoto kubwa katika mkoa wake wa Kagera na jamii kwa ujumla kama anvyo tanabaisha “Bado hii kampeni nahitaji iwafikie watu wengi katika mitandao ya kijamii na hasa vijana wenzangu wa kiume. Jinsi wanaume watakavyozidi kuelimika juu ya hedhi salama ndivyo tutakuwa na uwezo mkubwa wa kutatua changamoto za hedhi kwa mabinti na kumaliza mila potofu zilizopo. ”Kila kijana anaweza kuleta mabadiliko katika jamii, hapo ulipo tambua aina gani ya changamoto za hedhi mabinti wanakabiliana nazo na ibuka na njia ya kutatua tatizo.

HEDHI SALAMA FAHARI YA BINTI

Issa Mbaga

Inapofika kipindi cha hedhi mabinti wengi hupitia changamoto kadhaa zinazopelekea kutoshiriki vyema katika shughuli za kiuchumi na kijamii ikiwemo kuhudhuria masomo. Tatizo la maumivu wakati wa hedhi (Period Pains) au kitaalamu dismenorrhea, ni changamoto ambayo imekuwa ikiwasumbua wanawake wengi wakati wa hedhi.

Maumivu makali hutokea unapoingia katika siku zako, unapokuwa au kutoka katika siku zako. Kuna sababu kadhaa zinazopelekea kupata maumivu yaliyopitiliza ikiwemo matumizi ya madawa ya uzazi wa mpango pasipo kufuata taratibu za kitabibu na matumizi ya vyakula vya kiwandani vyenye kemikali zinazokwenda kuathiri moja kwa moja mfumo wa uzazi.

Unaweza kufanya mambo yafutayo kupunguza kupunguza au kumaliza maumivu makali;

- *Matumizi ya vyakula vyenye asili ya zink kwa wingi kama mdalasini, tangawizi, maharage meusi na ulezi ambavyo huenda kuratibu mfumo wa tindikali na kuwezesha mfumo wa uzazi kuwa na uwiano wenyewe na kupunguza mamumivu.*
- *Kuepuka matumizi ya vinywaji vyenye caffeine kama kahawa katika kipindi cha hedhi.*
- *Kufanya mazoezi kama kegel amabyo husaidia kuimarisha misuli ya mfumo wa uzazi. Pia pata muda wa kutosha wa kupumzika*
- *Kunywa maji mengi husaidia kuongeza mzunguko wa damu mwilini na kupumzisha misuli iliyokakamaa au kula vyakula vyenye maji kama saladi, matikiti maji na matango hupunguza maumivu ya hedhi.*

- *Kutumia maji ya moto/uvuguvugu kwa kulowanisha kitambaa safi kwenye maji ya moto na kasha kukanda sehemu ya chini ya tumbo au kuvingirisha chupa yenye maji ya moto tumboni.*
- *Kupunguza msongo wa mawazo wakati wa hedhi.*

!

Njia tulizotaja hapo juu ni za asili. Maumivu yakizidi vyema kumuona daktari akushauri taratibu za kitabibu. Una changamoto yoyote ya hedhi au afya ya uzazi wasiliana nasi kwa kututumia ujumbe. Usisahau kuandika jina na mahali unapotoka.

Kwa mujibu wa ripoti ya TAWASANET 2015, zaidi ya asilimia 85 ya mabinti hawana elimu na taarifa sahihi juu ya afya ya uzazi hususani hedhi. Hii inapelekea mabinti wengi wanapokabiliana na changamoto za hedhi kushindwa kuzikakbili na kuathiri maendeleo yao hasa ya kitaaluma. Zaidi ya asilimia 60 ya mabinti hushindwa hudhuria masomo wanapokuwa katika hedhi.

MAISHA YALIMNYIMA ANACHOSTAHILI

~

na **Phaustine Yohana**
@PhaustineYohana

Wiki mbili zilizopita nilipokea simu kutoka kwa rafiki yangu, hii ilikuwa ya tofauti kidogo kutokana na muda mrefu bila kuwasiliana. Ni rafiki yangu niliyesoma naye hadi kidato cha nne, jina lake aliitwa Linda Mabula wote tulikuwa tunatokea mtaa mmoja wa Nyamikoma. Alikuwa ni binti mrembo hali iliyopelekea waalimu wenye tamaa za kimwili kumtolea macho tangu kidato cha kwanza.

Ingawa darasani hakuwa anafanya vyema haikumzuia kupenda shule na hata alipoacha basi ilinilazimu nipite nyumbani kwao kujua kipi kimemsibu. Tukiwa kidato cha tatu kuna wakati hakuja shule takribani wiki tatu, Niliamua kwenda mitaa yao pia sikumkuta, ikanilazimu kumuuliza mdogo wake Minza, nilipomuuliza hakunipa majibu. Sikufuatilia sana sababu nisingeweza kwenda kumuuliza mzee Mabula, naanzaje na mzee mtata mtaa mzima anafahamika.

Baada ya wiki tatu alikuja shule akiwa amekonda sana na hakuwa mwenye furaha. Kwa kuwa alikuwa rafiki niliamua kumuuliza vyema na akaniambia ukweli. Kumbe alipata mimba akaenda itoa kienyeji huko mtaani. Alifanikiwa lakini akawa mgonjwa taabani, aliponea chupuchupu na hakuwa tayari kumsema aliyempa mimba. Nikamkumbusha kuhusu Eliza, mtoto wa mchungaji alifariki tukiwa kidato cha kwanza. Alitoa mimba kama tetesi zinavyosema, akafariki tukaenda mzika.

Baada ya kumaliza kidato cha nne tulipotezana mimi nikaenda zangu kidato cha tano yeye akaenda zake mtani kwani hakufanya vyema matokeo ya kidato cha nne. Dunia duara akaanza kuzunguka nayo. Baada ya muda aliolewa na mtu kutoka pale mtaani kwetu. Jamaa alikuwa vyema mfukoni tatizo hakuna aliyekuwa anajua anafanya biashara gani. Stori mtaani zilisambaa taratibu jamaa anafanya matukio ya ujambazi mjini, analeta mpunga kijijini kwetu. Mwaka 2018 alifariki kwa ajali ambayo inadhaniwa ilisababishwa na kundi lake la majambazi baada ya kutofautiana.

Alimuacha Linda mjane na watoto wawili wadogo maisha yalibadilika ghafla akaamua kupambana kivyake.

Kabla mme wake hajafariki ndoa ilikuwa imeshaingia doa kwa tabia zake za ufuska na hata alipofariki alimuacha ameathirika na virusi vya UKIMWI. Kwa maelezo yake mwenyewe aliniambia "Yule baradhuli kaniletea magonjwa".

Baada ya kugundulika ni muathirika hakuendelea kukaa na jamaa, vipigo ilikuwa ni sehemu ya mateso ya ndoa yake. Alichoka mateso akaamua kuondoka zake, sasa anapambana na mambo mawili, ugonjwa na kuhudumia wanae wawili. Alianza kufanya biashara ya vitenge kwa mtaji wa milioni moja, pesa alizokuwa akipewa kulea watoto na mmewe akiwa hai. Si unajua ule msemo baniani mbaya kiatu chake dawa.

Huyu jamaa na mizengwe yake yote hakuacha kujua thamani ya watoto wake. Linda akawa anafuata vitenge Kongo nakuja wakopesha kina mama. Sikuacha mkumbusha kutumia dozi ya ARV japo kuna siku aliniambia amechoka kumeza madawa, tamaa ya kuishi ilimfika ukingoni. Aliamini mtaji aliokusanya unatosha kuwatunza watoto ambao walikuwa wanaishi kwa babu yao. Mali zote aliandikisha majina ya watoto wake na kuwafungulia akaunti za benki. Aliacha mwili wake ushambuliwe na virusi.

Siku moja alinifungukia sababu za kuacha kutumia dawa za kufubaza virusi vya UKIMWI. "Fau sio kwamba nilipenda kuwaacha wanangu ila wakati nipo Kongo alikuja kijana ambaye alinitaka kimapenzi, siku hiyo alikuja chumbani na vijana wawili. Walinibaka na kutokomea na mzigo wangu. Nilishi kwa maumivu makali muda wote. Fikiria walionibaka wataenda ambukiza wangapi?

Jinsi nilivyo hakuna atakaye amini ni muathirika nikiwa natumia dawa. Fau nipo katika kiza cha maumivu mpaka kuna muda nafikiria maisha hayanipi nachostahili".

UBUNIFU

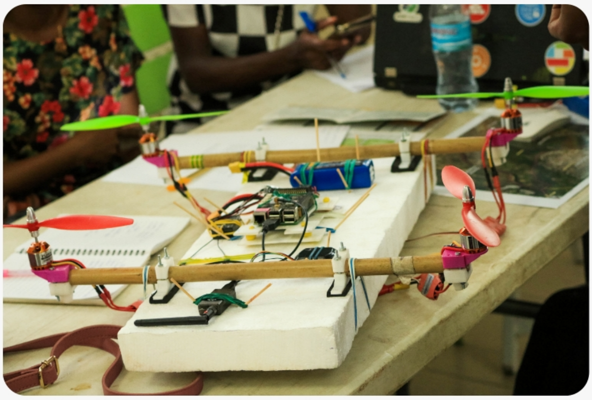
BUNI HUB INAVYONG'ARISHA NDOTO ZA VIJANA WABUNIFU

Sekta ya ubunifu inazidi kukua kwa kasi nchini Tanzania. Vijana wengi ambao wana vipaji kutoka katika fani mbali mbali za sayansi na teknolojia wameendelea kuibuka na bunifu mbali mbali ambazo zinasaidia kutatua changamoto na kutoa huduma kadhaa ikiwemo afya, elimu, fedha na hata kuendesha mifumo ya usambazaji maji. Mfano wa bidhaa hizo ni kama Soma App wa kijana Isaya Yunge umesaidia kuingiza fursa za vijana kusoma nje ya nchi. Zipo 'apps' na 'softwares' nyingi zinazotumika katika simu na kompyuta zilizo tengenezwa na vijana wa ki-Tanzania zinazoturahisishia maisha yetu.

Tanzania kwa upande wa ubunifu kwa sasa inashikiria nafasi ya 88 ikiwa ni ongezeko la nafasi 35 kutoka nafasi ya 123 mwaka 2013 kwa mujibu wa Creating WHO's Innovation Index ya mwaka 2020. Kwa upande wa nchi zilizo kusini mwa jangwa la Sahara tunashikiria nafasi ya 4 nyuma ya Afrika ya Kusini, Mauritania na Kenya.

Mafanikio makubwa yamejitokeza tangu mwaka 2011 pale kituo cha kwanza cha ubunifu nchini Tanzania cha Buni Innovation Hub kilipofunguliwa. Kimefungua fursa kwa vijana wenye mawazo na talanta mbali mbali za ubunifu kupata nafasi ya kutimiza ndoto zao za ubunifu. Kutokana na Buni Hub vituo vingi vimeanzishwa vya ubunifu zaidi ya 43. Zaidi ya asilimia 50 vipo katika vyuo vya elimu ya juu na vyuo vya maendeleo ya jamii vilivyopo chini ya wizara ya afya, maendeleo ya jamii, jinsia, wazee na watoto. Katika kila kanda walau kuna kituo kimoja cha ubunifu na kuondoa kasumba ya vituo vingi kuwepo katika miji mikubwa tu. Baadhi ya vituo vipo Uyole, Buhare, Bungemba, Mabughai n.k.

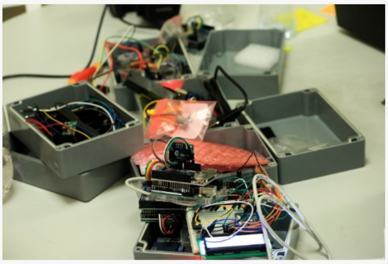
BUNI HUB



Buni Iinovation Hub imebeba dhamana ya kujenga mfumo wa ikolojia ya ubunifu nchini. Buni Hub ni mfano na kielelezo cha vituo vingine vya ubunifu maarufu Innovation Hubs. Buni ina ratibu na kuwezesha mifumo ya ubunifu kwa namna zifuatazo;

- *Kuwajengea uwezo mameneja wa vituo vya ubunifu.*
- *Kushauri na kuwezesha uanzishwaji wa vituo vya ubunifu katika vyuo vya elimu ya juu, vyuo vya utafiti na maendeleo na wakala wa serikali za mitaa.*
- *Kuwezesha wabunifu wachanga katika hatua za awali kwa kuwatengenezea programu za kukuza talanta zao.*
- *Kuwa kiunganishi baina ya vituo vya ubunifu na serikali na kuishauri tume ya sayansi na teknolojia (COSTECH) katika masuala yanayohusu ikolojia ya ubunifu nchini.*

Kwa sasa Buni ina ratibu na kusaidia mazingira ya ubunifu nchini Tanzania ikiwa ni sehemu ya utekelezaji wa agizo la COSTECH.



Tangu mwaka 2011 Buni Hub imepokea maombi vijana zaidi ya 5000 kuwa wanachama wake. Zaidi ya asilimia 60 ya wanachama wake ni vijana waliopo vyuo vikuu mbali mbali nchini Tanzania.

MAMA, MJASIRIAMALI NA MPAMBANAJI

"Unaweza kuanza na chochote ulichonacho katika biashara, uaminifu ni mtaji wa kwanza"

UNANIJUA, UNANISIKIA?

"Ninaamini unaweza kuanza na chochote ulicho nacho, kinaweza kuwa kikubwa au kidogo. Ulichonacho si kila wakati lazima kiwe pesa, mtaji wako unaweza kuwa watu, uaminifu wako, muda au hata 'ideas' ulizonazo ndizo zikaleta pesa."

Naam ndivyo tunavyoanza kupiga stori na Hadija Jabir, kijana, mama, mjasiriamali wa kilimo biashara na kijana mwenye ushawishi kwa vijana wenzie. Pengine jina lake si geni kwa walio wengi hasa wakazi wa Iringa wanaojihusisha na kilimo. Ni mshindi wa tuzo ya Malkia Wa Nguvu mwaka 2018 inayotolewa na Clouds Media Group kutambua mchango wa wanawake katika maendeleo nchini. Tangu akiwa chuo cha Mtakatifu Augustine, Mwanza, Hadija alianza kujihusisha na ujasiriamali kwa kuhudhuria semina na warsha tofauti zinazohusu ujasiriamali. Ni moja ya wajasiriamali wakubwa hasa katika sekta ya kilimo cha mboga mboga ambacho husafirisha katika masoko ya nje.

PENYE NIA, PANA NJIA

Hadija ni muanzilishi wa kampuni ya BGRI Business Solutions Limited wanao miliki chapa ya Eat Fresh. Eat Fresh huzalisha bidhaa za mboga mboga na kuzisafirisha mataifa ya Ulaya kama vile Uholanzi. Kikwazo kikubwa kwa vijana wengi kuanzisha biashara huwa ni mtaji. Kwa Hadija mpaka kufikia hapo haikuwa rahisi, anasema;-

"tulianza na pesa kidogo tuliyokuwa nayo kama akiba na kwa kuizungusha hiyo hiyo kwenye biashara baadaye tuliweza kupata "support" toka kwa taasisi mbali mbali na kukuza mtaji". Kuna msemo kwenye kila mafanikio ya mwanaume, kuna mwanamke nyuma yake. Tamaduni za Ki-Afrika ni mara chache mume kum-support mke katika michongo ya kibiashara na kazi. Kwa Hadija hali ni tofauti, anasema *"wanaume wamekuwa na mchango mkubwa sana kwenye maisha yangu kwanza baba yangu mzazi, baba yangu mlezi ambaye amekuwa mentor wangu kwa muda sasa na pia mume wangu. Hawa wote wamekuwa wakinitia moyo na kuniongoza na kuniunganisha na fursa mbalimbali".*

KOMAA MPAKA KILELEWEKE

Wakati yupo mwaka wa mwisho chuo alipata ujauzito. Si kitu rahisi kulea familia huku unasoma na unafanya biashara pia. *"Kwanza nisingependa kumshauri msichana yoyote apate ujauzito akiwa mwanafunzi, nadhani ni vyema kufocus na masomo mpaka mwisho kabla ya kuanza majukumu mengine ya familia na ninashauri hili kutokana na ugumu ambao mtu anaupata hasa kwenye kugawanya muda wa kujisomea, kuhudhuria vipindi na kulea mtoto mdogo".*
Familia yake ilichukua jukumu la kumsaidia kulea mtoto na yeye kuendelea na masomo. Hadija anaamini pia ukiwa na commitment hakuna linaloshindikana, bado unaweza kuwa na familia na ukafanikiwa kwenye mambo mengine hasa kama unajua kugawanya muda wako vizuri.

Kilimo ni moja ya biashara zenye changamoto kibao kama mabadiliko ya hali ya hewa, gharama za pembejeo, masoko n.k. Hadija na kampuni yake wanakabiliana vipi na changamoto hizi?
"Kampuni yetu hufanya utafiti wa masoko (Market Research) mara kwa mara kwa lengo la kufahamu soko linataka nini, wateja wetu, misimu, bei kwenye misimu husika nk. Kwa sasa tunawauzia mazao wateja tuliosaini nao mikataba na kukubaliana bei kabla ya kulima, sisi pia hufanya hivyo hivyo kwa wakulima ambao wanalima na kuuza mazao yao kwenye kampuni yetu".
Kwenye upande wa pembejeo hununua mbegu kutoka kwa watengenezaji moja kwa moja, hivyo husaidia kuepuka changamoto ya pembejeo. Ili kukabiliana na mabadiliko ya hali ya hewa, kampuni hutumia njia za kisasa zinazotunza mazingira kama umwagiliaji wa matone.

Ukatili wa kijinsia pia ni moja ya changamoto wanakumbana nayo wajasiriamali na wafanyabiashara wa kike. Kwa Hadija si kikwazo, bado ameendelea kukomaa kwa kukabiliana nazo. Anakili ukatili wa kijinsia kwa wanawake upo *"Mfano sisi ambao tuko kwenye biashara mara kadhaa tunanyimwa fursa kama hatuko tayari kufanya baadhi ya mambo na wakati mwingine jinsia yako inafanya watu waone hauna uwezo wa kufanya baadhi ya mambo ila kikubwa ni kuendelea kuwa na mawazo chanya na kuonyesha inawezekana".*

JIFUNZE MSHIKAJI + NENO KWA WAZAZI

Kwenye maisha Hadija amejifunza elimu ni muhimu katika kufanya mambo tofauti maishani. *"Pamoja na kwamba tuna mifano ya wengi ambao hawajasoma au walioacha vyuo na kujikita na ghughuli nyingine na zikafanikiwa lakini wengi wao wamezungukwa na wasomi ambao wanasimamia biashara zao au kuwashauri kwenye mambo ya kitaalamu. Hivyo mtu anaweza akawekeza nguvu kwenye mambo mengine lakini kikubwa aendelee kujiendeleza na kupata ujuzi au atafute namna ya kutumia wasomi. Pia kwa upande wa wazazi wanapaswa kufahamu si watoto wote wana uwezo au vipaji sawa, ni vyema kujua watoto wetu wana vipaji gani na kuviendeleza".* Kwa vijana ambao wanatarajia kuingia katika kilimo biashara Hadija alitupa neon la kuzingatia *"Kikubwa afanye utafiti wa soko, ajifunze juu ya zao analotaka kulilima (afahamu magonjwa,wadudu, mbegu nzuri, matunzo ya zao kwa ujumla nk) na mwisho alime huku akiwa na mtazamo wa kibiashara"*

FURSA KIBAO MIKOANI

Vijana wengi hukimbilia Dar wakiamini ni rahisi kutoboa. Washikaji wanaomaliza chuo pia mmmhh! tupo nao kibao mjini. Kama Hadija angesema akomae mjini pengine asingekuwa hapa alipo. Anasema *"Fursa mikoani zipo nyingi hivyo nawasihi vijana waache kukimbilia kwenye majiji na wabaki mkoani, mfano mimi naona kilimo ni fursa kwa vijana karibu kwenye mikoa yote ya Tanzania kwani Tanzania tumebarikiwa ardhi yenye rotuba, vyanzo vya maji na hali ya hewa nzuri."*

ANZA HAPO ULIPO UNAWEZA

Unafahamu Hadija Jabiri mteja wao wa kwanza nje ya nchi walimpata kupitia mtandao? Wanatumia njia ya mtandao kama tovuti na mitandao ya kijamii kama vile Facebook kutafuta wateja kutoka mataifa ya nje na kuhudhuria maonyesho ya biashara. Licha ya changamoto za COVID19, Hadija Jabir wameendelea kuuza bidhaa za Eat Fresh katika mataifa ya Ulaya ambayo mengi yapo/yalipitia "lockdown". Hadija ni kielelezo na mfano wa kuigwa kwa vijana kuamini unaweza fanya jambo kwa rasilimali ulizonazo hasa ukizitumia vizuri. Tumia muda wako vizuri kujifunza na kujichanganya katika fursa tofauti hasa kwa vijana ambao bado wapo vyuoni au wanatafuta kazi.

WANAWAKE NA FURSA MPYA YA SOKA

na Hassan Bumbuli hassanbumbuli

Mchezo wa mpira wa miguu maarufu kama soka ni moja ya michezo inayopendwa sana Duniani. Kwa sasa kuna michuano mbalimbali ya soka kwa wanawake kuanzia ngazi za vilabu hadi mataifa. Juu kabisa kuna kombe la Dunia la Wanawake, Afrika kuna kombe la Mataifa ya Afrika kwa Wanawake na michuano yote hii imepata umaarufu mkubwa mkubwa sana. Kwa Tanzania, kwa sasa soka la wanawake linatiliwa mkazo, Shirikisho la Soka Tanzania (TFF), limeanzisha ligi Kuu ya soka ya Wanawake ambayo inahusisha klabu mbalimbali, zikiwemo klabu kongwe za Yanga na Simba ambazo zina timu zao za Yanga Princess na Simba Queen.

Kitaifa ipo timu ya taifa ya Wanawake, Twiga Stars pia ipo ya vijana chini ya miaka 20 ambayo hivi karibuni ilitwaa ubingwa wa michuano ya wanawake kusini Afrika (COSAFA). Kwa hakika mchezo wa soka kwa sasa umefungua njia mpya kwa wasichana wenye vipaji hapa Tanzania kwani si mchezo wa kujifurahisha tena bali ni ajira tosha. Soka la wasichana sasa linaanzia shuleni, kuanzia ngazi ya msingi, sekondari na vyuoni. Wasichana wenye vipaji kwenye mchezo wa soka ni wakati wao kuchangamkia fursa hii ya kucheza soka kama ajira. Zipo timu kadhaa zinazokuza vipaji vya wanawake kwenye soka, Alliance Academy ya Mwanza inatoa nafasi ya kuendeleza vipaji na kuwaendeleza wasichana kielimu, Evergreen ya Dar es Salaam pia ni moja ya timu zinazokuza vipaji vya wasichana kwenye mchezo wa soka.

Mafanikio ya timu ya soka ya wanawake chini ya miaka 20, kule nchini Afrika Kusini yanaonyesha wazi kwamba soka kwa Wanawake hapa Tanzania limepiga hatua. Muhimu kuwepo na mikakati imara ya kuibua na kuendelea vipaji vya wasichama kwenye mchezo wa soka kama ilivyokuwa hapo awali.

"Miaka kadhaa iliyopita kulikuwa na mashindano ya kuibua vipaji Airtel Rising Star na Copa Coca Cola, haya yaliwapa nafasi nzuri sana wasichana kuendeleza vipaji vyao kwenye soka, natamani sana TFF warudishe mashindano haya kwani yalikuwa na manufaa makubwa sana kwa vipaji vya wasichana kwenye soka,"

Anasema Edna Lema maarufu kama Mourinho. Edna ambaye aliiongoza Tanzanite kutwaa Ubingwa wa COSAFA anasema, kwa sasa soka ni ajira kwa wasichana, hivyo ni muhimu sana kwa wazazi kuangalia vipaji vya watoto wao.

MWANANGU

Maria Sulla *mariasulla*

Shukrani kwa maulana, mkuu na mtukuka,
Kwa kunipa hii dhamana, ya moyoni kuandika,
Kwako wewe muungwana, mwanangu ulo pevuka,
Nanena nawe leo, ni sheria ya Jalia.

Mwanangu utakapokua, napenda uwe hodari,
Sio wa kujikwatua, laa!, kushinda daktari,
Mshinde hadi Joshua, yule mwana wa Bakari,
Nanena nawe leo, ni sheria jalia.

Zuri ni zuri sikia, vichaa wako mijini,
Kutwa kiguu na njia, sura zisizo na soni,
Wana vitambi vya bia, wazidisha matamani,
Nanena nawe leo, ni sheria jalia.

Watakuja na motokaa, nacho kingi kiingereza,
Wakuvue kama kaa, uanikwe juu ya meza,
Uwe mweusi mkaa, tubaki kuomboleza,
Nanena nawe leo. Ni sheria ya Jalia.

Mche Mungu maishani, alo mkuu wa yote,
Ndani yake wewe shani, hatokugusa yeyote,
Kuwa wake muumini, u mrithi wa vyoote,
Nanena nawe leo, ni sheria ya Jalia.

Wewe ni wangu shujaa, tunu ya taifa zima,
Akili zimekujaa, badili zetu hatima,
Usitangulize njaa, fikiria kwa hekima,
Nanena nawe leo, ni sheria jalia.

Asikutishe yeyote, wewe wangu malkia,
Fursa zote kakamate, usije shika mkia,
Umaskini tukate, mafanikio nakutakia,
Nanena nawe leo, ni sheria ya Jalia.

Sinayo mengi kwa sasa, leo haya yakutosha,
Usikimbize usasa, utakuja kukuwasha,
Maisha haya ya sasa, hayafai kujikosha,
Nanena nawe leo, ni sheria ya Jalia.

MSETO WA KAZI NA MUZIKI

MEMA TEAM

Naitwa Nasibu Saidi, nina umri wa miaka 27 na elimu ya chuo kikuu, nimebobea kwenye tasnia ya mawasiliano ya umma na habari. Najishughulisha na utengenezaji wa maudhui na kazi za sanaa hususani muziki, utunzi na uongozaji wa video pamoja na kuibua vipaji. Nimeanza kufanya muziki mwaka 2012 na muziki wa rap ndio mahadhi yangu pendwa. Kilichonivutia kufanya muziki ni upenzi wa kusikiliza muziki na mara ya kwanza nilivyopelekwa studio na rafiki yangu Hance 77 ambaye sasa ni marehemu nilirekodiwa na nilipenda ile hali ya kusikia sauti yangu kwenye spika na tangu siku hiyo ndio ikawa kitu napenda.

Nilivutiwa kufanya muziki na wasanii wengi sana lakini heshima kubwa sana ziende kwa Mkuu wetu wa Chuo cha Hip-hop, Mh. Professor Jay. Mpaka sasa nina album moja inayoitwa Swaghili Stories iliyotoka mwaka 2018. Muziki umeniongezea ambacho sikuwa nacho, muziki umenipa marafiki na fursa za kibiashara licha ya mafanikio, muziki wetu una chagamato kubwa ya hakimiliki. Kwa vile muziki ni ajira rasmi kwa sasa, inapaswa elimu ya hakimiliki ianze kutolewa shuleni, ingawa nafanya kazi katika kampuni ya Hookit ambayo ni muanzilishi mwenza hainizui kufanya kazi za muziki. Nagawa muda wangu kwa mwaka. Mwaka 2021 ni mwaka wangu wa kujikita zaidi katika muziki ukilinganisha na miaka iliyopita ambayo nilijikita zaidi katika kazi za kampuni yetu. Kampuni yetu inahusika na ushauri na usimamizi wa maudhui ya kidijitali ikiwemo masoko ya mtandaoni, utengenezaji wa tovuti, usimamizi wa mitandao ya kijamii ya kampuni na taasisi tofauti, uzalishaji wa vipindi n.k.

Nasibu maarufu kama Nasibu The Vibe albamu yake ina mchanganyiko wa nyimbo zenye mahadhi tofauti yaliyojengwa ndani ya miondoko ya Rap. Albamu inaitwa Swaghili Stories yenye jumla ya nyimbo saba zikiwemo;

1. KARIBU
2. MIZUKA
3. BUGATTI
4. LONGTIME
5. MZEE BABA FEAT BENNYSOFAR
6. MPAKA LINI FEAT NAJIM
7. MUNGU AKUPE NINI FEAT ALDO

Kwa mujibu wa mtandao wa Clutch, kampuni ya Hookit Company Limited ilitajwa kama moja ya Top Digital Strategy Agencies in Tanzania.

MPIRA WA MAGONGO NI ZAIDI YA MCHEZO

na Twende Hockey

Twende Hockey ilianzishwa kama timu ya mpira wa magongo mwaka 2012 katika viwanja vya jeshi Lugalo na wachezaji wawili wa mchezo wa magongo wa kimataifa Valentina Quaranta ambaye wakati huo alikuwa nchini akijitolea katika taaisi isiyo ya kiserikali ya ki-Italiano na Mr. Mnonda Magan ambaye alikuwa pia ni Katibu Msaidizi wa Chama ch Mpira wa Magongo nchini Tanzania. Bi. Valentina aliporudi kwa mara ya pili nchini Februari 2013 aliambatana na mipira na magongo ya kuchezea na kuanza kuwafundisha watoto wa shule karibu na maeneo ya kambi ya jeshi la Lugalo. Wakati timu inaanzishwa hakuwa na wasichana wakati huo, Valentina alipoungana na timu alikuwa chachu ya mabinti kuanza kujiunga na mchezo huo.

Wakiwa na mabinti 15, walianzisha timu ya mpira wa magongo inayofahamika kama TWENDE (Tanzanian Women Development and Empowerment) Hockey. Mwaka huo huo 2013 TWENDE walishiriki katika kufuzu michuano ya dunia iliyofanyika jijini Nairobi, Kenya kisha mwaka 2014 na 2015 kushiriki kufuzu kwa michuano ya Olimpiki ya Afrika nchini Afrika ya Kusini na Kombe la Mataifa ya Afrika nchini Zimbabwe. Wasichana wengi katika timu walikuwa wanapitia changamoto za kiuchumi na mwaka 2015 Valentina alikuja na wazo la kusajili TWENDE kama taasis isiyo ya kiserikali yenye lengo la kuinua hali ya uchumi kwa vijana na mabinti kupitia mchezo wa mpira wa magongo.

Shule zaidi ya 50 kutoka mikoa sita nchini zina timu ya mpira wa magongo zinazosimamiwa na taasisi ya TWENDE Hockey. Kupitia hizi timu zinazoanzishwa shuleni na nje ya shule vijana hupata nafasi ya kupewa mafunzo tofauti ikiwemo ufundi stadi kama kushona nguo, mapambo, upishi na mikopo ya kuanzisha biashara. Mwaka 2019 zaidi ya makocha 10 wa kike walihudhuria mafunzo ya ufundi stadi yaliyofadhiliwa na TWENDE Hockey. Kwa ushirikiano na kituo cha michezo cha Jakaya Mrisho Kikwete Park kilichopo Kidongo Chekundu, Dar es Salaam wanafunzi wa shule za msingi na sekondari walio katika klabu za TWENDE Hockey hushiriki katika michezo mbali mbali ndani ya kituo na kuwapatia elimu ya afya ya uzazi, hedhi salama na stadi za maisha.

TWENDE Hockey inazidi kuvutia vijana wengi kwani aina ya mchezo wake ni mgeni kwa vijana wengi wa ki Tanzania na kuwapa fursa ya kujifunza maarifa tofauti kupitia michezo.

Kwetu Hockey ni zaidi ya mchezo.

JINSI YA KUPUNGUZA

DR. KALEGAMYE HINYUYE MLONDO

Mfumo wa maisha umeshabadilika. Wakati fulani nipo kwenye daladala naelekea Kawe nilikutana na mshikaji anagombana na konda. "Utanipa hela ya siti, vinginevyo shuka ukapande gari nyingine" eeh bwana yalikuwa maneno ya shombo baada ya jamaa kuvimba kwenye siti mbili sababu ya unene uliopitiliza. Sio yeye tu pengine hata wewe kijana unayesoma jarida hili, unene unakutesa na ushakata tamaa jinsi ya kuupunguza. Kiukweli unene unatesa sana kimwili na kisaikolojia yaani uchovu mara kwa mara, jamii inakuona tofauti sana na huenda hata kupata mpenzi ikawa ngumu kidogo, kukosa baadhi ya kazi na kushindwa kuvaa baadhi ya nguo. Hebu tuyaache hayo tuongelee mada kuu.

Formula ya unene ni ndogo sana, ukila sana kuliko shughuli au mazoezi unayofanya unaongezeka uzito, ukila kidogo na kufanya mazoezi sana unapungua uzito, kiasi unachokula kikilingana na shughuli na mazoezi unayofanya unabaki kwenye uzito ule ule. Kitaalamu chakula huchangia asilimia 70% kupungua uzito wakati mazoezi huchangia asilimia 30% na kazi ya mazoezi sio kukupunguza tu bali kukurudisha kwenye shepu. Kwa maana nyingine kufanya mazoezi tu bila kuzingazia chakula hakuwezi kukusaidia kabisa, kwa mtu anayefanya mazoezi ili kupunguza uzito anatakiwa kubadili mfumo wake wa maisha kabisa kama ifuatavyo.

EPUKA VYAKULA VYA WANGA NA KUKAANGA

Vyakula vinavyo nenepesha ni wanga na mafuta kama ugali, wali, mihogo, viazi, chapati na ngano zote, nyama ya mafuta, chips na kadhalika. Vyakula hivi vinatakiwa kuliwa na wanaofanya kazi ngumu mfano wanaolima, kupasua mbao, kubeba mizigo na nyingine. Kama kazi sio ngumu unatakiwa kula kiwango kidogo badala ya kula ugali mkubwa au wali mwingi na mboga kidogo kula ugali kidogo na mboga nyingi kama maharage, mchicha, njegere, samaki, nyama ya kuku na kadhalika.

KUNYWA MAJI MENGI

Hakikisha unakunywa maji ya kutosha, nusu lita au lita moja dakika thelathini kabla na baada ya chakula hii itakufanya tumbo kujaa maji na kuhisi shibe. Zingatia kunywa maji lita tatu kwa siku itasaidia mfumo wa mmeng'enyo, kuchoma mafuta na kuondoa sumu mwilini.

KULA UKIHISI NJAA

Epuka kula kwa sababu muda umefika, kula ukihisi njaa na ukiona njaa imekubana usiku kula vyakula ambavyo ni laini sana mfano matunda na mboga za majani.

KULA MILO MIDOGO MIDOGO

Tafiti imeonyesha milo mikubwa inayojaza tumbo ndio yenye kunenepesha na milo midogo midogo hata mara nne kwa siku inaongeza kasi ya mwili kuchoma mafuta. Hivyo epuka kula na kulijaza tumbo, kula kiasi ukihisi umeshiba acha sio lazima chakula kiishe.

EPUKA KUSHINDA NJAA

Watu wengi hushinda njaa wakidhani watapungua uzito, unaposhinda njaa mwili hudhani upo katika shida ya chakula hivyo ukila baadae mwili uhifadhi mafuta zaidi kwa matumizi ya baadae na watu wengi wanaoshinda njaa hula chakula kingi jioni na kuleta shida. Hata hivyo huwezi kushinda njaa maisha yote hivyo kinachotakiwa ni kupata mfumo mpya wa maisha na kuzoea.

EPUKA KULA SAHANI MOJA MJUMUIKO

Ukila na watu huwezi kufahamu kiasi gani unakula ni rahisi kula kiasi kikubwa bila kujua, hivyo pakua kwenye sahani yako ndogo achana na sahani kubwa itakufanya upakue kupita kiwango.

A UZITO NA KITAMBI

ZINGATIA MAZOEZI

Japokuwa mtu anaweza kupungua kwa chakula tu, mazoezi husaidia kupungua uzito. Kufanya mazoezi kwa baadhi ni kama adhabu. Endapo kazini unaenda kwa mguu, baiskeli au kazi zako ni za nguvu hii inaweza kuwa zoezi tosha. Kulingana na hali ya maisha kubana, kukosa muda wa kwenda gym au kukimbia barabarani sababu ya pikipiki nyingi tumia zoezi la kuruka kamba, fanya hili zoezi nusu saa kila siku. Shida ya mazoezi sio kuanza bali kuendelea, wengi wenu mtaanza kwa fujo na mtaacha. Fanya mazoezi kama sehemu ya maisha yako, ukifanya kidogo kila siku ni bora sana kuliko kufanya kwa fujo siku moja na kuacha.

USIKATE TAMAA

Mishipa ya fahamu inachukua muda wa dakika 20 kutambua umeshiba baada ya kula, ukila ndani ya dakika tano utajikuta hujashiba kwa sababu mishipa ya fahamu haikutoa taarifa kwenye ubongo. Ukila kwa dakika ishirini taratibu chakula kilekile unachokula kila siku utajikuta umebakiza. Kula taratibu inaweza kuwa changamoto kidogo kikubwa hakikisha unajipa muda wa kutosha wa kula. Kama umezoea kula haraka utapata shida kula taratibu hivyo jaribu kufanya mambo mengine wakati unakula kama kutumia simu, kuangalia TV au kuongea na mtu huku ukiangalia saa yako.

KUWA MVUMILIVU

Katika mafanikio yoyote ya binadamu yanahitaji uvumilivu wa hali ya juu. kama umeamua kufanya kitu usifanye nusu nusu, fanya kwa kujitoa na utafanikiwa. Mambo niliyotaja mwanzo kuhusu chakula na mazoezi yataonekana magumu mwanzoni baada ya muda mwili utazoea na wewe utapata kilevi au addiction mwisho itakua ndio maisha yako mapya na vitambi utavisikia redioni.

EPUKA MATUMIZI YA VILEVI

Utumiaji wa vilevi hasa pombe huchochea kuongezeka kwa uzito na kuongeza uwajibikaji wa maini katika kuondosha pombe na kushindwa kuhimili hali ya uchomaji mafuta. Kiasi cha ngano, mtama na shayiri katika vilevi ni kichocheo cha uzito usiostahili.

PUNGUZA ULAJI WA CHUMVI

Tumia chumvi kidogo sana kwenye chakula, chumvi huzuia maji yasitoke ndani ya mwili, kumbuka 60% ya binadamu ni maji tu.

PIMA UZITO MARA KWA MARA

Kama hujui maendeleo yako na unataka ufikishe kilo ngapi bila mzani basi unapoteza muda, mzani utakufanya upate moyo wa kuendelea na mfumo wako wa maisha hata ukipima mwisho wa wiki na kugundua hujapungua usife moyo endelea tu.

EPUKA VYAKULA VYENYE SUKARI

Epuka kula biskuti, soda, keki, pipi, jojo, chai yenye sukari nyingi na mengine mengi ambayo hayana msaada kwenye mwili kwani sukari ni moja ya chanzo kikuu cha unene na vyakula hivyo havina msaada mwilini zaidi ya kuongeza sumu. Sukari hulazimisha mwili kutengeneza homoni kwa jina la insulini ambayo kazi yake sio kuvunja sukari tu bali na kuhifadhi mafuta pia.

FUNGA BAADHI YA VYAKULA

Simaanishi kushinda njaa hapana! unaweza kutenga siku moja au mbili kwa wiki, siku hizi kula matunda, mboga za majani na maji bila kula chakula kingine chochote, hii huupa mwili muda wa kujisafisha sumu zote na kupungua uzito kirahisi zaidi.

na Hassan Kiyungi x Taji Liundi

Safari ya Bongo Flava

"Emcee shika mic mkononi / watu nyoosha mikono hewani / booongo flava" vijana hasa wakulungwa na mabloo watakua washasanuka ni michano kutoka nyimbo gani. Sikia mpwa, hizo ni lines za Sugu katika nyimbo inaitwa Bongo Flava, eeh Sugu huyu huyu unaye mjua. Wakati ule muite Mr. II au 2 Proud. Bongo Flava imetoka mbali album zama za kina Sugu miaka ya 1990 mkwanja mrefu umeingiza laki moja, leo watu wanaingiza mamilioni kupitia shows na matangazo.

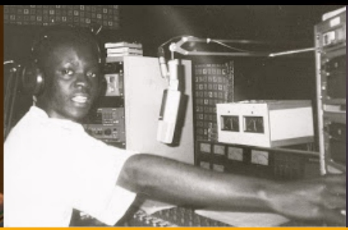
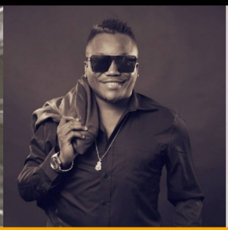
ASILI YAKE WAPI?

Kwa mujibu wa Taji Liundi a.k.a Master T neno Bongo Flava lilitamkwa kwa mara ya kwanza katika redio mwaka 1996 na Radio One 99.6 FM katika kipindi cha Dj Show (kumbuka Radio One ni moja ya vituo vya kwanza kumilikiwa na watu binafsi) na Dj wa redio Mike Mhagama. Lengo ilikuwa ni kutofautisha muziki wa Tanzania na Marekani hasa RnB na Hip Hop, alisema "baada ya kusikiliza kibao cha RnB Flava kilichoitwa No Diggity kutoka Marekani, sasa inakuja Bongo Flava kutoka kwa Unique Sisters kutoka hapa nyumbani". Baada ya kusema hivyo katika kipindi neno Bongo Flava likanasa mpaka leo. Enzi hizo Dj Show ndio kilikuwa kipindi cha kwanza redioni kupiga nyimbo za vijana wa kitanzania ambao walikuwa waki-rap kimamtoni. Ujanja ilikuwa kuchana kiingereza tu na wasanii vijana walikuwa wakichukuliwa wahuni, Taarab, dansi na rhumba zilikuwa zimekamata ile kinoma noma nakumbuka tukiwa wadogo ilikuwa kawaida siku za wikiendi kukusanyika kwenye kibaraza mnashindana kucheza dansi, ingawa wakati ule Bongo Flava ilikuwa imeanza kupenya.

MAPINDUZI YA UANDISHI

Hata kabla ya kuanza kurekodi video na audio, Bongo Flava ilianza kushika hatamu kupitia matamasha ya ufukweni ambayo vijana wa Dar es Salaam walikuwa wakishindana ku-rap. Joseph Kusaga na marehemu Ruge Mutahaba waliandaa matamasha yaliyokuwa chini ya Mawingu Discotheque, baadae Mawingu Studios na sasa Clouds Media. Tamasha la Yo!Rap Bonanza chini ya Dj Kim Magomelo "And the Boyz" lilichangamsha game. Vijana wakaanza kujipanga, majina tofauti ya kibabe wakaanza jiita. Majina kama Nigger One, GWM, Saleh Jabir, Kwanza Unit n.k yakaanza chomoza. Adili au Nigger One aliwakimbiza haswa katika mashindano yaku-rap miaka ya 1990. Saleh Jabir alikuja pindua meza kwa kugeuza mdundo wa ngoma ya Vanilla Ice "Ice Ice Baby" kwa lugha ya Kiswahili. Ngoma ikatikisa na kuvunja rekodi na kuweza kupigwa katika Radio ya Taifa Dar Es Salaam.

Taratibu wasanii wakaanza badili fikra kutoka kuchana kiingereza na kuanza kutengeneza nyimbo zenye maudhui ya Kiswahili. Bendi ya Mawingu kundi ambalo lilitamba sana mwanzo wa miaka ya 1994 wakawa wa kwanza kurekodi CD na kuipeleka Radio One, walirekodi katika studio za Mawingu baadhi ya wanachama wake walikuwa Othman Njaidi, Eliud Pemba, Boniface Kilosa maarufu Dj Boni Love. Kibao cha Oya Msela ni wimbo wa kwanza wenye mahadhi ya RnB/Hip Hop ndani alisikika mwanadada Pamela kilivunja rekodi kwa mahadhi yake. Dar Young Mob wakaibuka kama kundi la kwanza la Hip Hop kurekodi Mawingu Studio chini ya Dj Boni Love. Hashim Dogo wasanii wengi wa Hip Hop wanamchukulia kama "Rap Godfather" alibuni mitindo ya kughani kwa muundo wa rap ya kisasa ambayo ilifuatwa na wasanii wengi kama 2 Proud, Kwanza Unit n.k.

GAME ITAMBAE

Mwaka 1995 Mr 2 aliachia album ya kwanza 'Ni Mimi' iliyokuwa na nyimbo 9 ambazo ni Bloodshed, Kama Hivi, Kesho Kwa Mungu, Ni Wapi Tunakwenda, Shout Out, Siku (ambazo kulikuwa na extended version na original version), Yanatisha na Ni Mimi. Album ya Ni Mimi ilitambulisha muziki rasmi wa Bongo Flava katika jamii ya wa-Tanzania na taratibu muziki ukaanza kushika hatamu. Makundi kama Kwanza Unit, GWM, Xplastaz, Hardblasters yakawa yanakiwasha haswa katika matamasha na majukwaa tofauti. Miaka ya 1990 mwishoni Prof Jay alijiunga Hardblasters katika kundi ambalo yeye lilikuwa ndio role model kwake na kuachia Chemsha bongo. Prof Jay alibadili mtazamo rasmi wa jamii juu ya wasanii na muziki wa Bongo Flava kutoka kuonekana uhuni mpaka muziki wenye kuelimisha jamii. Maudhui ya Bongo Flava yalilenga maisha ya jamii kama madawa ya kulevya, umaskini, haki, uongozi mbovu, mapenzi japo ilikuwa nadra sababu wakati ule wasanii walikuwa wagumu haswa. Prof Jay alifungua milango ya wasanii wengi wakati huo kama kina Mwana FA, AY, Mangwair, Juma Nature, Lady Jay Dee, Fid Q,Afande Sele n.k. Maproduza wa mwanzo kama Boni Love, Master Jay, P-Funk, Ludigo, Mika Mwamba walichangia kunyanyua Bongo Flava. Maudhui yenye kujenga jamii yalipendwa na mashabiki, ukisikiliza nyimbo kama Malaria ya Afande Sele (inayotoa elimu ya ugonjwa wa malaria), Ndiyo Mzee ya Prof Jay (propaganda za wanasiasa) na nyingine ni ushahidi tosha.

MAMBO YAANZA KU-CHANGE

Unakumbuka nyimbo ya Oya Msela? Mahadhi ya ile nyimbo yalianza kufungua njia kwa wasanii wanaoimba kama Mr. Paul, Stara Thomas, Pauline Zongo kuingia kwenye game la Bongo Flava ambalo lilitawaliwa zaidi na wasanii wa ku-rap. Wasanii kama Lady Jay Dee, Dully Sykes ambao walikuwa waki rap wakaanza kuimba. Miaka ya 2003-2005 kulijitokeza zao la kina MB Dog, Suma Lee, Ali Kiba n.k. kukatokea mkanganyiko wa mambo mengi, kwanza makundi mengi yalianza kuvunjika na wasanii wengi wakawa solo. Muziki kabla ya miaka ya 2005 wengi walikuwa wakiimba kwa umaarufu huku maisha yao yakiwa magumu. Ili kupata kipato cha mmoja mmoja, makundi ambayo yaliunganisha wasanii wengi hayakuwa dili tena, pili kuingia kwa wasanii wa kuimba ambao walijiita wa Bongo Flava, ikaanza leta ukinzani na wasanii wa rap ambao waliona ni wabana pua na wameiba soko lao. Wasanii wa kuimba wakashika kila mahali, kizazi kipya kikawa kinawasikiliza zaidi wao na nyimbo zenye maudhui ya mapenzi zikateka rasmi soko. Wasanii wa Hip Hop wa zamani, wengi wakaanza kujimega na neno Bongo Flava. Fid Q alipotoa ngoma ya Bongo Hip Hop ikaingiza msamiati mpya katika muziki na kuweka daraja baina ya Bongo Flava na Hip Hop

HAPA TULIPO

Game ndio limeshatekwa sasa inakuaje? Taratibu kukaanza kujengwa kwa mahusiano ya Bongo Flava na Bongo Hip Hop, wasanii wakaanza shirikiana ili kutengeneza pesa kupitia collabo, eeh acha kuzubaa muziki ulishakuwa biashara. Maudhui ya wasanii wengi wa Hip Hop si kama ya kale, mashairi yamelainika.
AY aka Mzee wa Commercial alibadili fikra kuanzia kughani mpaka biashara. Siku hizi hakuna kutoa album, japo wachache wanaendelea kupitia mauzo ya kidijitali. Shows na dili za matangazo zinawaingizia mkwanja tofauti na nyuma. Tasnia ya Bongo Flava imekuwa ajira rasmi na inachangia pato la taifa kwa kiasi kikubwa.

Jogoo la shamba usizubae, karibu mjini.

WAJUA MCHANGA UNAOTEMBEA?

Mambo vipi? Pengine ulishawahi kusikia mambo kadhaa yanayohusu maisha yetu ya kila siku, kazi yetu ni kukukaribisha mjini tuongeze ujuzi. Dunia yetu imejaa vitu kibao vya kufurahisha, kushangaza na vyote hutupa maarifa tofauti, karibu ukoleze ujuzi kwa mambo haya matano;-

1. PIPLANTRI NA UTAMADUNI WA KUPANDA MITI

Kijiji cha Piplantri nchini India wakazi wake wana utamaduni wa kupanda miti kila mtoto anapozaliwa. Miti 11 hupandwa kwa heshima ya kila mtoto mmoja. India ni moja ya mataifa ambayo wanawake wapo mstari wa mbele katika kupanda miti kukabiliana na mabadiliko ya tabia nchi hasa ukame na njaa.

2. JAKARTA KUTOWEKA KUTOKANA NA MABADILIKO YA HALI YA HEWA

Jakarta ni makao makuu ya Indonesia, mji unaokadiriwa kuwa na raia zaidi ya milioni 10. Kutokana na kuongezeka kwa joto duniani baadhi ya maeneo yameanza kumezwa na bahari kwa wastani wa sentimita 25 kwa mwaka, hali hii inachagizwa na ongezeko na kina cha maji ya bahari. Ongezeko la joto limepelekea maeneo ya ukanda wa barafu kama Antaktika na Greenland kuanza kuyeyusha barafu na kuwa maji. Kwa karne moja iliyopita visiwa 8 vimekwisha toweka katika bahari ya Pasifiki. Popote ulipo ni wakati wa kuchukua hatua za kupambana na mabadiliko ya hali ya hew.

3. MCHANGA UNAOTEMBEA BONDE LA NGORONGORO

Utakuwa umesikia vivutio vingi vya utalii nchini. Katika bonde la Ngorongoro kuna udongo mweusi wenye mchanganyiko wa mabaki ya majivu ya mlipuko wa volcano unaotembea taratibu kutoka milima ya Oldonyo Lengai kupitia Ngorongoro kwa wastani wa mita 15 mpaka 20 kwa mwaka. Kiwango cha udongo unaotembea huwa na urefu (kutoka chini mpaka juu) wa wastani wa mita 8, upana wa mita 30 na urefu kutoka mbele mpaka nyuma mita 20. Jichange siku moja ukajionee maajabu yaliyopo Ngorongoro.

4. MSITU YA AMAZON, MAPAFU YA ULIMWENGU

Misitu ya Amazon ndio misitu mikubwa zaidi duniani, ikichukua ukubwa wa eneo la hekari bilioni 1.4 duniani. Wastani wa jamii ya mimea zaidi ya 16,000 na miti zaidi ya bilioni 390. Misitu ya Amazon inatambulika kama mapafu ya dunia sababu inachangia zaidi ya asilimia 20 ya hewa Oksijeni tunayovuta.

5. TAI HUZALIWA UPYA

Tai (Eagle) ni ndege hodari katika kuwinda ukilinganisha na ndege wengine. Iko hivi tai akifikisha miaka 40 mdomo na kucha zinazomsaidia kuwinda hupoteza makali na manyoya humpukutika. Huelekea juu ya mlima kwa takribani siku 150 ambazo hutumia kujinyonyoa manyoya ili kuota upya, kupalaza mdomo na kucha kupata makali yake. Baada ya hapo hurudi katika mishe zake za kawaida na huweza kuishi kwa miaka mingine 30. Mema Tanzania ni moja ya asasi inayotumia alama ya tai kama alama ya kuhamasisha mabadiliko kwa vijana kuleta maendeleo.

MEMA TEAM

COOOGI, R!S

Naitwa Bryan John maarufu Cooogi moja ya vijana waliobarikiwa talanta nyingi. Ni mchoraji, mpiga picha, muandishi na muimbaji mwenye swagga za miondoko ya kisasa ya Hip Hop, RnB na Chill pop. Cooogi ni kijana mwenye umri wa miaka 23 na mhitimu wa Diploma ya Usafiri na Utalii kutoka chuo cha fedha IFM 2019.

COOOGI NI MWENYE VIPAJI VIWILI VIKUBWA, UCHORAJI NA UIMBAJI. JE, KUCHORA ALIANZA LINI NA KIPI KILIMVUTIA KATIKA SANAA HII?

Nilianza kuchora nikiwa mdogo shule ya msingi, nilihamasishwa na zawadi ya rangi nilizopewa na baba yangu, taratibu nikaanza kujifunza bila kuchoka na kuongeza utaalamu kwa kiwango kikubwa niliegemea kwenye uchoraji wa katuni. Licha ya kuchora michoro aina mbalimbali, katuni ni michoro napenda kutumia katika kuwasilisha mawazo, hisia na simulizi. Binafsi haikuwa rahisi kujifunza uchoraji, nimekuwa nikichora kwa miaka mingi sana na sikuwahi kuonekana popote, ilipelekea kipaji cha kuchora kuwa shughuli ninayoipenda tu na sio ajira, baada ya muda njia zikaanza kufunguka kupitia marafiki waliogundua kipaji changu. Nikaanza kutumia uchoraji kama njia ya kujipatia kipato.

NI WATEJA GANI HASA ULIONZA NAO KATIKA KAZI YAKO YA UCHORAJI?

Wakati nasoma chuo IFM wanafunzi ndio walikuwa wateja wangu. Walinipatia picha zao kisha nilichora kwa kutumia penseli. Baada ya kumaliza chuo wateja wangu ni watu tofauti.

JE, KUNA KAMPUNI ZIMEKUAJIRIA KUWACHOREA MICHORO YA KATUNI?

Kwa sasa nafanya kazi na majarida mawili, yamekua ni amsha amsha kwangu sababu yamenipa nafasi kazi za michoro yangu kuweza kufahamika.

IPI NDOTO YAKO KATIKA TASNIA YA UCHORAJI?

Ndoto yangu ni kuwa mchoraji mkubwa kazi zangu jamii itaweza kupata ujumbe na kuchukua hatua zenye kuleta mabadiliko chanya katika jamii.

Katika muziki Cooogi hutumia zaidi lugha ya kiingereza katika nyimbo zake, tofauti na wasanii wengine. Si jambo la kawaida ukizingatia hadhira kwa maana ya mashabiki ni wa nyumbani wenye kutumia lugha ya Kiswahili.

SING STAR

KWANINI ULIAMUA KUTUMIA LUGHA YA KIINGEREZA KATIKA KAZI ZAKO ZA SANAA?

Niliamua kutumia kiingereza sababu tangu mdogo nimekuwa nikisilkiliza zaidi wanamuziki wanaotumia lugha ya kiingereza, na mimi nikavutiwa. Ukitazama muziki wangu umelenga zaidi soko la kimataifa sababu ya aina ya soko letu linalotegemea zaidi shows kwa msanii ambaye si maarufu inakuwa ngumu kupata hizo shows. Hata hivyo muziki utakavyoanza kupenya nchini Tanzania nitaanza kutoa kazi zenye maudhui ya Kiswahili kukamata soko vyema.

BADO COOOGI HAJAPATA UMAARUFU MKUBWA NCHINI, JE SOKO LAKE LA MUZIKI ANALISUKUMA VIPI?

Natumia zaidi mifumo ya kidijitali ambayo mtu anaweza kusikiliza mtandaoni na kuzipakua pia. Hivyo nikitoa nyimbo nazipandisha katika platforms kubwa duniani kama Spotify, Audiomark, Deezer, YouTube n.k. Kupitia application ya Amuse inasaidia kujua watu wangapi wamesikiliza na wengi wametoka nchi gani.

TANGU UMEANZA TUMIA MIFUMO YA MUZIKI KIDIJITALI NCHI GANI MUZIKI WAKO UNASIKILIZWA ZAIDI?

Mashabiki wengi wanatoka Uholanzi, Ujerumani na Marekani. Navyozidi kutanuka zaidi na kupata uwezo wa kifedha nitaanza kuwekeza katika soko la ndani sababu hisani huanzia nyumbani. Ni mbinu ambayo baadhi ya wasanii wakubwa nchini walianza nayo na wengine kama Wakazi, AY, Mayunga na Vanessa Mdee walipitia njia hii pia.

MPAKA SASA UNA JUMLA YA NYIMBO NGAPI?

Mpaka sasa nimeachia nyimbo nne ambazo ni Cool Up, Space, Levels na Karma unaweza kuzitazama na kusikiliza kupitia mitandao ya kidijitali Spotify, Youtube, Audiomark, Deezer, Apple Music n.k.

Cooogi amebarikiwa vipaji viwili adimu ambavyo vyote anataka kwenda navyo kwa pamoja.

UNA MKAKATI WOWOTE WA KUUNGANISHA VIPAJI YAKO KWA PAMOJA KATIKA KUWASILISHA KAZI ZAKO?

Ndiyo, ninao mpango wa kuunganisha vipaji vyangu kuimba na kuchora kwa kuanza kuchora story trips aina ya comics nitazipost zikiwa na background soundtracks ambazo zitakuwa ni nyimbo zangu. Ndoto yangu ni kuhakikisha nafanikiwa kwenye tasnia ya muziki na uchoraji ili siku moja niweze saidia familia yangu. Mitandao ya kijamii imekuwa ikinipa nguvu katika kazi zangu za sanaa. Akaunti yangu ya Instagram ina wafuasi zaidi ya 10,000 ambao kazi zangu zinaweza wafikia kiurahisi. Unaweza mfuatilia Cooogi katika mitandao ya kijamii, Facebook na Instagram @Cooogi na Youtube ni Cooogi Africa.

VITU VYA KUZINGATIA KABLA YA

Hii dunia ina mambo mengi kila siku mambo mapya yanaibuka. Mshikaji wangu alikutana na tangazo dhaminiwa (Sponsored Ad) katika mtandao wa Facebook likionyesha simu janja ikiuzwa kwa shilingi za ki-Tanzania 29,000 tu. Akili ikamruka, moyo ukamwenda mbio mithili ya magari ya Formula One, alidhani kaokota dodo kwenye mkorosho haraka akabofya sehemu ya tovuti na kuendelea na taratibu za malipo. Kumbe kanunua kasha la simu 'cover'. Siku hizi malalamiko yamekuwa mengi juu ya manunuzi mtandaoni hebu tujiulize visa vyote hivi chanzo ni sisi wanunuzi au masoko tunayonunulia bidhaa?

Kuna tovuti nyingi zinauza bidhaa mtandaoni kama Amazon, eBay, Alibaba, Kikuu na mitandao ya kijamii yenye kurasa nyingi zinazoweza tangaza bidhaa tofauti, ikiwa umeipenda unawasiliana nae moja kwa moja na kufanya manunuzi. Janga la COVID-19 lilipanua wigo na ongezeko la mahitaji ya bidhaa mtandaoni hasa kipindi cha lockdown. Swali la kujiuliza shida ni masoko tunayonunulia au ni sisi wateja hatuna ufahamu wa kutosha? Kuna mambo mengi ya kuzingatia kabla hujafanya manunuzi mtandaoni, na walau nikuelezee kwa uchache;

TAARIFA JUU YA BEI NA USAFIRISHAJI

Fanya tafiti juu ya bei ya bidhaa husika, bidhaa zinazouzwa kwa bei ya chini tambua kutakuwa na tatizo hasa ukizingatia pengine bidhaa hiyo umeshazoea haiuzwi kwa bei hiyo. Wakati fulani bei za bidhaa hupanda hivyo kama bidhaa uliichagua na kuiweka sehemu ya kitorori (Cart) kisha ukaja fanya malipo baada ya muda mrefu bidhaa husika unaweza kuta imepanda bei. Katika mitandao ya kijamii unaweza penda bidhaa fulani iliyo tangazwa, ukiuliza bei muuzaji atakuambia umtumie ujumbe moja kwa moja. Unapaswa kujiuliza kwanini hajaweka bei kuiweka hadharani ilhali bdhaa katangaza hadharani? Pia unapotaka kununua bidhaa tazama gharama za usafirishaji, wengine husafirisha bure na zingatia pia inachukua muda gani kukufikia.

UAMINIFU WA MUUZAJI

Kuna tovuti nyingi fake zinazofunguliwa na kufanana kiasi kikubwa na tovuti halisi. Unapotafuta soko la bidhaa chunguza kwa umakini huku ukizingatia vitu kama mawasiliano ya muuzaji hasa barua pepe iliyoambatanishwa, namba za simu, maoni juu ya muuzaji. Unaweza pia kuuliza watu wachache ambao walishawahi kuagiza bidhaa mtandaoni wakakupa ushauri.

A KUNUNUA BIDHAA MTANDAONI

TAARIFA ZA BIDHAA UNAYOTAKA KUNUNUA

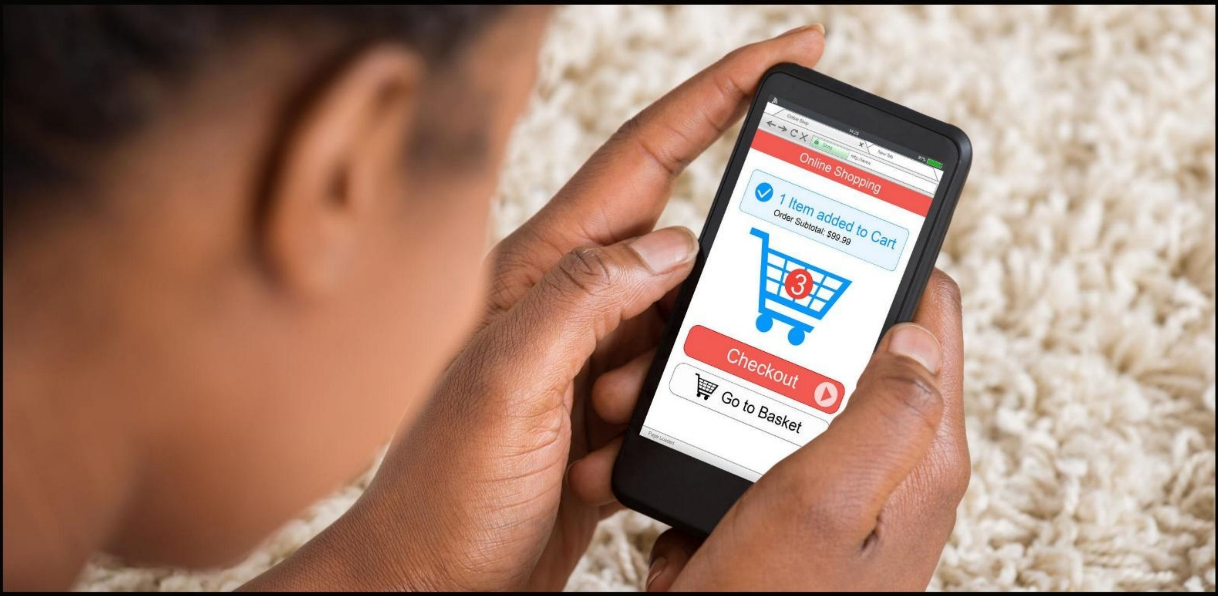
Tazama picha ya bidhaa muonekano wake kama ni halisi. Tafiti kwa undani taarifa nyingine za ziada na muhimu mfano, unataka kununua shati nenda sehemu ya taarifa ya bidhaa "product description" kisha chunguza vipimo, malighafi zilizotumika, inatoka nchi gani mambo yatakayo kusaidia kufanya maamuzi sahihi. Usikimbilie kununua bidhaa bila kuchunguza taarifa zake.

HUDUMA KWA WATEJA MTANDAONI

Utafiti unaonyesha zaidi ya asilimia 74 ya watu wanaonunua bidhaa mtandaoni huitaji kujua namna gani wataweza wasiliana na watoa huduma. Unaweza kuwa unataka kununua bidhaa lakini kuna taarifa za ziada ukawa bado unazihitaji, kama soko husika wana huduma kwa wateja itakupa urahisi kuzipata taarifa hizo.

SERA ZA MANUNUZI YA SOKO HUSIKA

Pitia sera za manunuzi kabla hujafanya mamuzi ya kununua bidhaa. Wengi hatuna utaratibu huu wa kuzisoma na shida huja pale inapotokea umepata shida flani wakati wa manunuzi. Mambo kadhaa inapaswa walau kuyafahamu kama makato ya pesa ikiwa ulikosea kununua bidhaa, urejeshwaji wa bidhaa, njia za kufanya malipo n.k.



Manunuzi ya mtandaoni ni sawa na kununua bidhaa katika masoko ya kawaida. Utofauti wake masoko ya kawaida unaonana na mtu anayekuuzia moja kwa moja lakini masoko ya mtandaoni humuoni anayekuhudumia. Siku hizi kukua kwa mifumo ya kidijitali kumeibuka wimbi kubwa la utapeli, fanya utafiti wa kutosha kabla hujafanya manunuzi mtandaoni.

JIONGEZE na MEMA TEAM

UCHAGUZI SAHIHI WA MITANDAO

Nchini Tanzania kuna watumiaji wa mitandao ya kijamii takribani milioni 23 na zaidi ya milioni 44 wameunganishwa na huduma ya intaneti (kwa mfumo wa simu au kompyuta). Ukuaji wa matumizi ya mitandao ya kijamii unafungua fursa mpya ya wajasiriamali na wafanyabiashara wadogo, kati na wakubwa kuchangamkia fursa ya kutangaza huduma na bidhaa zao. Kabla hujachagua mtandao upi utumie kutangaza biashara/huduma yako vyema kuzingatia;

1. Tambua hadhira unayoilenga

Kila mtandao wa kijamii una aina tofauti za watumiaji. Vyema ukatafiti umri na jinsia gani unailenga. Fanya utafiti kujua washindani wako wamejikita eneo gani na tathmini kama wanaitumia vyema.

2. Kuwa na mkakati

Ukishajua hadhira yako unayoilenga, tengeneza mpango mkakati. Chagua mtandao gani wa kuanza nao. Ni vyema kuanza na mitandao isiyozidi miwili, tengeneza ratiba ya kuchapisha (posting schedule) na mpangilio wa maudhui.

3. Tambua mipaka

Ni vizuri kuwekeza nguvu, muda na maarifa kuhakikisha chapa na jina la biashara yako vinatambulika kwa haraka. Lakini usitumie muda mwingi kujaribu kufanya kila kitu kwa wakati mmoja, tenga muda wa kuanda maudhui, muda wa kujibu “comments” n.k.

Tuangazie walau mitandao michache ya kijamii na tabia zake kuweza kufahamu mtandao upi unaweza kukufaa kwa biashara au huduma yako.

YA KIJAMII KWA BIASHARA YAKO

Facebook

Mtandao maarufu duniani na moja ya mitandao bora ya kijamii unaoweza kutumia kutangaza biashara ya aina yoyote. Facebook unaweza kuwalenga wateja wako kwa umri, jinsia, vitu wanavyopenda na tabia zao za jumla. Facebook inawatumiaji takribani milioni 4.3 nchini, 63% ya watumiaji wakiwa ni wanaume na 37% ni wanawake. Watumiaji wengi zaidi ni umri kati ya miaka 24 mpaka 34. Katika Facebook unaweza kupanga na kutangaza tukio lako kama muziki au ufunguzi wa biashara na kuwafikia watu wengi. Unaweza pia kupandisha video, picha na kuweka maudhui yenye maelezo marefu

Twitter

Ni mtandao mzuri kwa kuhabarisha hadhira kwa haraka, ni jukwaa zuri kwa watoa huduma za habari, wanasiasa na mada zinazo shika kasi (Trending Topics). Twitter ilianzishwa kushirikisha habari kwa haraka na fikra pevu. Tofauti na mitandao mingine, unapoandika Tweet kuna ukomo wa maneno 280 tu. Matumizi ya hashtag husaidia kuiweka bidhaa au huduma yako katika mtandao huu kwa muda mrefu. Inawatumiaji takribani 139,000, wanaume wakiwa ni asilimia 78 na wanawake 22%. Hadhira huku huvutiwa na maudhui kuliko picha

Instagram

Mtandao rafiki kwa kupandisha video ndefu na matumizi ya picha ndio mahali pake. Bidhaa kama za vipodozi, urembo n.k. huvutia hadhira ya walio wengi kwa sababu ya muonekano. Tofauti na mitandao mingine, huku picha zenye ubora ndio mpango mzima. Kama picha au video zako za bidhaa au huduma zikibamba, utapata wafuasi wengi. Muonekano katika Instagram ni wa kuzingatia, maudhui hufuatia. Kuna watumiaji takribani milioni 2.4 Instagram, 40% ni wanawake na 60% ni wanaume.

Fahamu! mtu anapotembelea ukurasa wako wa mtandao wa kijamii hutumia wastani wa sekunde 8 tu kuamua asome au asisome maudhui yako. Vyema ukajikita kuandaa maudhui ya biashara au huduma yenye mashiko yatakayo shawishi hadhira yako kupiga kambi kwa muda mrefu. Hakikisha pia una mkakati wa kufanya biashara mtandaoni ikiwemo bajeti ya kutekeleza mkakati husika.

Kumbuka

Matumizi ya simu shuleni hayaruhusiwi. Kwa wanachama wa Mema Club na wanafunzi kwa ujumla wanaotaka kufanya biashara mtandaoni unaweza pata usaidizi kutoka kwa mzazi au mwalimu wako. Kama Mema Club inataka kutangaza biashara yake mtandaoni, wasiliana na guardian afungue kupitia simu janja na yeye aweze kuwapatia mrejesho siku mnazokutana katika kazi klabu.

Matumizi ya simu shuleni hayaruhusiwi kwa namna yoyote. Kwa upande wa Mema Academy kama mmeanzisha biashara, tengenezeni mkakati wa kuuza bidhaa zenu kwa njia ya mtandao na muwe mnafanya tathmini mara kwa mara.

Namna ya kutengeneza mshumaa

ARIZONA VTC

ARIZONA VOCATIONAL TRAINING

Mshumaa ni bidhaa maarufu duniani, sifa yake kubwa ni kutupatia mwanga wakati wa giza. Mmmmh pia mshumaa hutumika katika nyumba za ibada na nyakati za huzuni hasa maombolezo pindi mtu anapofariki. Unafahamu pia mshumaa ni moja ya bidhaa zinazouzwa zaidi katika maduka yetu? Hii inamaanisha mshumaa unaweza kuwa chanzo kizuri kwa mjasiriamali kutengeneza na kuuza kwa mtaji mdogo tu! EEh ndio nimekusanua hivyo. Ili kutengeneza mshumaa hatua zifuatazo ni muhimu kuzipitia;

MALIGHAFI

Unahitaji Paraffin wax, Borie acid, Stearic acid, Stearing acid, Utambi na Hadna wax.

Stearic Acid - Huufanya mshumaa ushikamane
Borie Acid - Huufanya utambi uwake uwake pasipo kutoa moshi
Hadna Wax - Huufanya mshumaa uwe mgumu kuisha

UWIANO WA MALIGHAFI

- Paraffin Wax 2kg
- Stearic Acid vijiko 5 vya chakula
- Borie Acid vijiko 3 vya chakula
- Hadna Wax vijiko 4 vya chakula

Unaweza kuweka rangi mshumaa wako kutengeneza muonekano wa kuvutia na kuangalia hitaji la soko. Unaweza kuweka pafyumu kama ukipendelea, kikubwa zingatia mahitaji ya soko lako husika.

JINSI YA KUTENGENEZA

Bandika sufuria jikoni ikipata moto kidogo weka stearing vijiko 6 vya chakula kisha weka hadna wax vijiko 4 vya chakula. Weka Paraffin wax 2kg kwenye hiyo stearing pamoja na hadna wax. Acha iyeyuke kuwa maji maji. Chukua borie na kuiweka kwenye chombo kingine, kata utambi weka kwenye borie dakika tatu baada ya hapo toa na kuanike dakika 5.

Chukua mchanganyiko wa paraffin wax, uache upoe, andaa maumbo (Mould) na weka utambi.

Anza kwa kuweka mchanganyiko kwa awamu mbili tofauti ukianza kidogo kidogo kuziba matundu. Kisha maliza kwa kujazia mould za mshumaa baada ya kujaza acha mshumaa upoe kabisa.

Baada ya kupoa ondoa kwenye mould, acha ukomae vizuri na utakuwa tayari kwa kuuza. Kama mshumaa umeng'ang'ania kwenye maumbo (Mould) tumbukiza kwenye maji ya moto.

Kumbuka

Kumbuka viwango vya malighafi vinategemea na idadi ya mishumaa unayotaka tengeneza. Kama kuna swali tuulize kwa kupiga simu kupitia namba iliyo katika mawasiliano kwa maelekezo na mafunzo ya ziada.

GENERATION EMPOWER
FURSA MPYA KWA WAHITIMU WA ELIMU YA JUU

'Nimehitimu chuo kikuu tangu mwaka 2017 katika fani ya rasilimali watu (Human Resource). Tangu nimehitimu nimeitwa katika usaili wa kazi zaidi ya mara 20 na kote sikufanikiwa kupata kazi' - Tunu Mrisho, Dar Es Salaam. Tunu ni kijana wa miaka 26 na bado yupo kwenye kiza kujua hatima yake itakuaje katika soko la ajira ambalo zaidi ya watu 800,000 wanaingia kama nguvu kazi kila mwaka nchini Tanzania kwa mujibu wa Benki ya Dunia. 'Sehemu ya mwisho niliyofanya usaili niliambiwa sina ujuzi wanaohitaji katika kampuni yao ingawa nina ufaulu mzuri'.

Licha ya kundi kubwa kuingia katika soko la ajira ni wachache wanaofanikiwa kupata kazi na vijana ni kundi athirika zaidi. Kiini cha tatizo ni nini? Moja ya sababu kubwa ni vijana wengi kukosa ujuzi hitajika wa karne ya 21. Zipo taasisi na makampuni kadhaa wameanza kuchukua hatua kukabiliana na tatizo hili.

Generation Empower ni moja ya program zinazowesha wanafunzi waliopo mwaka wa mwisho kujifunza ujuzi tofauti kuendana na mahitaji ya soko la ajira nchini na duniani kwa ujumla. Ni programu ya ushirikiano baina ya Empower Limited na Chuo Kikuu cha Dar Es Salaam kwa kipindi cha miaka 5.

'Dhamira yetu ni kuleta ushirikiano kati ya taasisi za kitaaluma na ulimwengu wa ushirika kupata uratibu mzuri na utekelezaji wa mpango wa ujuzi nchini kote' anasema Miranda Naiman, mkurugenzi wa Empower Limited. Walengwa wa programu hii ni vijana waliopo mwaka wa mwisho katika Chuo Kikuu cha Dar Es Salaam.

Programu hii imegawanyika kwa awamu mbili; awamu ya kwanza (1st Semister) hujifunza ujuzi wa karne ya 21 ikiwemo Team Work & Collaboration, Commercial Mindset, Public Speaking n.k na awamu ya pili (2nd Semister) inajumuisha maarifa maalum ya tasnia kwa nyanja zifuatazo; Financial Services, Telecom & Fintech, Energy and Logistic n.k. Mbali ya mafunzo, wanafunzi watajihusisha na mashirika kupitia shughuli na matukio tofauti yatakayo wakutanisha na wataalamu na viongozi kutoka sekta mbali mbali ili kuwapa fursa ya kujifunza na kukuza taaluma zao.

Kundi la kwanza lenye jumla ya wanafunzi 250 linatarajia kuhitimu mwezi Agosti, 2021. Kwa vijana waliopo mlimani ni wakati wa kuchangamkia fursa hii adhimu itakayokusaidia kutoboa katika soko la ajira nchini baada ya kuhitimu.

TAKA NI DILI!

Ulishawahi sikia namna taka zinavyoweza kukuingizia mkwanja? Kila siku tunakutana na taka za aina tofauti mtaani au karibu na maeneo tunayoishi pasipo kujua namna gani taka hizo tunaweza zipatia tena thamani na kutuingizia kipato. Jacqueline Mpupa ni moja ya vijana wanaofanya ujasiriamali jamii kwa kugeuza taka kama chupa za mvinyo na kuwa mapambo ya aina tofauti. Katika maskani tulisongesha mpaka Morogoro kupiga story na Jacq ambaye kwa wakati huo alikuwa anamaliza masomo yake katika chuo kikuu cha Mzumbe.

Mema Tanzania:
Kwa watu wasiokufahamu Jacqueline ni nani?

Jacqueline:
Ah Jacqueline ni kijana mjasiriamali mdogo anaye jishughulisha na biashara ya kubadili taka na kuipatia thamani. Taka kama chupa za mvinyo, whisky huzigeuza kuwa urembo wa ofisini, nyumbani, hotelini na hata bar kwa dhumuni la kupunguza taka maeneo tunayoishi na mazalia ya mbu.

Mema Tanzania:
Ujasirimali jamii bado ni mgeni kwa wa-Tanzania wengi. Wengi tumezoea fanya biashara kama uuzaji chakula, bidhaa za kilimo n.k, wewe huu ujuzi ulijifunzia wapi?

Jacqueline:
Application inaitwa Pininterest ndio nilianza kujifunza kutengeneza chupa. Baadae nikapata mwalimu kutoka Dodoma maarufu Oggah Décor ndio alinisaidia kuongeza ujuzi zaidi na umakini wa kazi.

Mema Tanzania:
Duuh bando lako unalitumia bomba ile mbaya.

Jacqueline:
Ha ha ha! Si unajua simu zina mambo mengi, ni kujiongeza tu.

Mema Tanzania:
Eeh Bidhaa zako unapozizalisha unalenga masoko yapi?

Jacqueline:
Nalenga wateja wa aina tofauti kama watalii, hoteli n.k. Bidhaa zangu huwa nazipeleka katika maonyeshe tofauti kama Saba Saba kwa nia ya kujitangaza na kutafuta masoko ya watu tofauti. Napokea oda kutoka makampuni na taasisi tofauti kuwatengeneza bidhaa za chupa zenye chapa zao. Taasisi na makapmuni kadhaa yamekuwa ni wateja wangu ikiwemo vyombo vya habari kama IPP Media, Clouds Tv, De Javu Studios, SIDO, Kiona Youth Coordinates n.k.

Mema Tanzania:
Wakati unaanza hii biashara ulikuwa bado ni mwanafunzi wa chuo,uliweza vipi kugawa muda wako?

Jacqueline:
Niliweza kugawa kirahisi kutokana na malengo yangu. Wakati wa likizo nilijikita zaidi katika biashara, na kipindi cha masomo nilikuwa naendelea kuifanya pindi ratiba isipokuwa ngumu.

Mema Tanzania:
Vijana wengi wa chuo hufanya biashara kama njia ya kuwaongezea kipato ili ku-shine wakiwa chuo. Wengine huchukulia serious na huendelea kama ajira rasmi hata wanapomaliza kitu ambacho nakiona kwako pia. Kipi kilisukuma kufanya biashara hii?

Jacqueline:
Wingi wa chupa za wine nyumbani ndio zilinisababisha kuanza ubunifu wa utengenezaji wa chupa. Suala la fursa mwanzo yalikuwa mapenzi ya urembo lakini baada ya kutengeneza kwa ubora ndio nilipo ona umuhimu wa hii kazi maana nilianza jipatia kiasi cha pesa. Naweza kusema mkwanja nilionza kuingiza ulifungua milango rasmi ya mimi kujikita katika biashara hii.

Mema Tanzania:
Kiasi gani biashara yako imekupatia mafanikio?

Jacqueline:
Nashukuru Mungu biashara yangu imenikutanisha na watu wengi wenye wadhifa tofauti. Watu wote niliokutana nao wamenifungulia fursa zaidi za kutanua biashara yangu.

Mema Tanzania:
Ndio kwanza umetoka kumaliza chuo, nini ushauri wako kwa vijana ambao bado wanaendelea na wengine wanatarajia kujiunga na chuo?

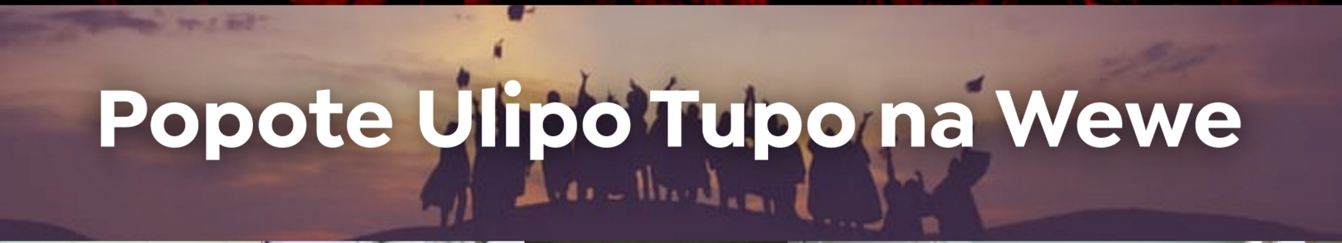
Jacqueline:
Kiukweli wajichanganye na watu ili waweze kupata fursa, kwani fursa zipo ni vile tu mtu kufanya maamuzi unachagua kipi cha kufanya.

Mema Tanzania:
Umetisha sana Jacq, tumefurahi kutukaribisha maskani kwako. Natumai kwa washikaji waliopo chuo, wataanza kujichanganya mapema, wakimaliza chuo haina kuzubaa. Mema Tanzania tunaomba ututengenezee chupa moja.

Jacqueline:
Haina noma na shukrani kwa kuwa nanyi. Chupa nitawatengenezea.

Mema Tanzania:
Tupo pamoja

Popote Ulipo Tupo na Wewe



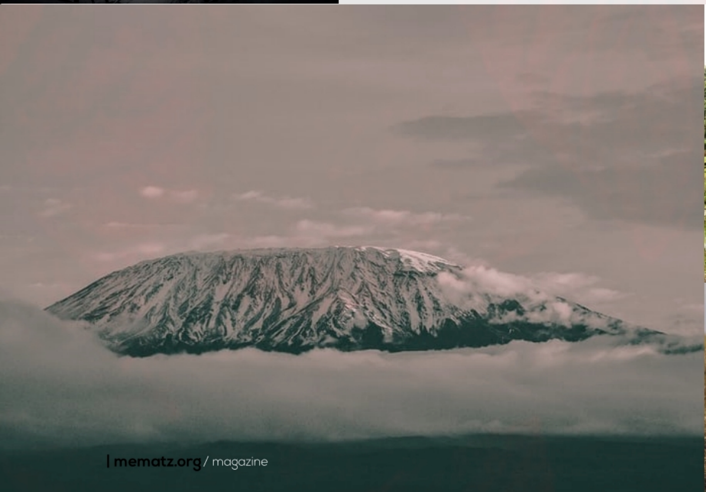
Mema Magazine | Mema Tanzania

@memamagazine @mematanzania

www.mematz.org/magazine

www.yumpu.com/memamagazine

www. issuu.com/memamagazine



JINSI YA KUTOBOA KATIKA USAILI

Abby Msangi / Abbymexahnk

Hivi karibuni Kumekuwa na wimbi kubwa sana la vijana wanaomaliza elimu ya juu na kufika mtaani na kukosa ajira, pamoja na idadi kubwa pia ya waliopo kazini wanaoacha na kuachishwa kazi. Kwa mujibu wa shirika la kazi duniani, wastani wa watu laki 8 mpaka milioni moja wanaingia katika soko la ajira nchini, huku kazi zenye staha zinazozalishwa ni kati ya 50,000 mpaka 60,000 kwa mwaka. Kwa haraka haraka ni wimbi kubwa sana la watu ambalo lipo mtaani halina ajira, na nafasi za kazi zikizidi kuwa chache siku hadi siku.

Ili uweze kupata ajira itakulazimu kupitia michakato tofauti mfano, Usaili wa wahojiano wa kimaandishi (written Interview) au Usahili wa mahojiano wa matamshi (Oral Interview). Kumekua na wimbi kubwa sana linashindwa kupita kwenye usahili huu kwa sababu tofauti na kubwa ikiwemo kukosa taarifa sahihi za nini cha kufanya.

Kuna mambo mengi ambayo unapaswa kufanya yanayoweza kukusaidia kutoboa katika usaili, hapo tutagusia machache.

Kumuomba Mungu

Kwa imani yako jambo la kwanza unapaswa kumuomba Mungu akupe nguvu, maarifa na imani ya kuwa unacho kwenda kukifanya utakishinda. Msingi wa imani kutupa nguvu kwa kila jambo lililopo mbele yetu tuweze kulishinda.

Kuwa na mtandao

Watoto wa mjini wanaita "connection", nani anakujua pale unapoenda kufanya usaili wa kazi. Ndiyo inaweza kuonekana ni wazo ambalo wengi wetu tumekuwa mashahidi katika mfumo wa soko letu la ajira, hapa nakuchana ukweli connection ni muhimu kwenye usaili mpaka kwenye maisha kwa ujumla. Unaweza kwenda kwenye usaili ukiwa na nguvu ya maarifa ya kutosha lakini mahusiano ni jambo la muhimu, waswahili wa ughaibuni hunena "knowledge may be power, but relationships are the fuel". Niwape ushauri ambao wamemaliza chuo, usikae kizembe. Hudhuria katika matukio ambayo yanakutanisha watu wenye professional tofauti na wenye uzoefu kazini, jitambulishe na tengeneza mahusiano nao, waombe msaada wa namna ya kukuza taaluma yako, hudhuria maonyesho ya kazi. Ukijenga tabia hii taratibu utajikuta umetengeneza mtandao wako ambao ukifika katika usaili ndio utakao kusaidia kufanikisha adhima yako. Mfano umejuana na meneja wa benki X n awewe unaenda kufanya usaili katika benki Y, meneja wa benki X walau atakupa dondoo muhimu za namna ya kutoboa sababu wote wapo katika sekta inayotoa huduma inayofanana. Wakati mwingine tutajuzana namna gani unaweza kukuza mtandao wako "network". Kumbuka pia kujuana na watu wengi haimanishi una mtandao mkubwa.

Vaa vyema kwa muonekano wa kazi husika

Usiende umevaa kama unaenda kufanya usaili wa mgambo wakati usaili wako ni kazi inayokutaka kukaa ofisini kama afisa wa benki, afisa mipango n.k. Kabla hujaenda katika usaili fanya zoezi la majaribio ya kucheki nguo gani ni sahihi za kuvaa. Muonekano unaweza kuwatambulisha kwa urahisi wale wanaokufanyia usaili wewe ni mtu wa namna gani. Kwa mwanamke, usivae nguo zenye kuonyesha mauongo yako kama kifua na mapaja. Kwa wanaume siku hizi kumeibuka mitindo kibao ya mavazi kama suruali zilizochanwa, tisheti zenye kuonyesha kifua, kuvaa mlegezo, ndugu kazi za ofisini sio bendi ya dansi au taarab. Vaa mavazi ya staha na yaliyo rafiki na hali ya hewa ya siku hiyo. Mfano kwa majira ya joto kali usivae nguo nzito sana kwani unaweza jikuta wakati wa usaili ukatokwa na jasho litakalo kutoa katika hali ya kujiamini.

Wahi kwenye usaili

Kwa imani yako jambo la kwanza unapaswa kumuomba Mungu akupe nguvu, maarifa na imani ya kuwa unacho kwenda kukifanya utakishinda. Fika mapema eneo la usaili walau saa moja kabla ya muda wa usaili. Hii itakusaidia kusoma mazingira na kuyazoea mapema. Lakini pia kwa muajiri inaonekana ni namna gani mtu ambaye upo makini na mambo yako. Usipuuzie vitu vidogo, vina tafsiri kubwa sana katika maisha yetu ya kila siku, hivyo si jambo la kuchukulia poa.

Kaa kirafiki

Kuhakikisha upo kirafiki kwa kusalimia wahusika wa hapo ofisini kabla ya kuingia kwenye usaili. Onyesha hali ya uchangamfu kama vile kutabasamu, usivae uso wa mbuzi siku hiyo, kunjua roho na nafsi haswa. Ni rahisi baada ya usaili watu kuendelea kukujadili na kukumbuka kama uliwaacha na mvuto wa kirafiki. Ukiwa na sura ya bashasha inawaonyesha wanaokufanyia usaili ni namna gani ulivyo na shauku na kazi unayoomba wakupatie. Na hii ndiyo inatukumbusha kanuni ya msingi omba kazi ambayo una hamasa nayo itafanya usaili wako kuwa rahisi. Huwezi kuwa na bashasha kama unaomba kazi ya ualimu ilihali hamasa yako ni uhandisi.

Jiandae vyema kwa maswali ya mtego

Sifa kuu ya usaili kuna maswali hujitokeza mara kwa mara, jipange kuyajibu vyema. Maswali mepesi huwa na sifa ya kutuangusha siku zote sababu huwa tunaya dharau na kujipanga na mambo magumu ambayo tusipokutana nayo inatukata stimu. Mfano wa maswali yanayojitokeza mara kwa mara;

1. Tell us about yourself (Tuelezee wewe ni nani)- hizi taarifa zipo kwenye CV yako sema wanataka kusikia kutoka kwako. Hapa ukisema jina lako na umesoma wapi ni tatizo. Waambie jina lako, unapoishi (japo si lazima) na taarifa za elimu yako. Mfano naitwa Mkulungwa, naishi Dar na shahada ya ICT. Nina zoefu wa miaka mitatu katika kutengeneza software katika kampuni X na niliwasaidia kuboresha mifumo yao ya makusanyo ya mapato kwa softwares nilizowatengenezea. Hapa jimwambafai ila sifa zisizidi, weka kikomo.

2. Where do you see yourself in 5 years? (Unajiona nani miaka mitano ijayo) mtego mkubwa huu. Hapa ni sawa na kukuuliza nini mpango wako wa muda mrefu kwenye kampuni yao. Je wewe ni mkaaji au mpita njia tu? Wanataka kujua una malengo gani hasa na kampuni. Pangilia majibu vyema.

3. Job experience (uzoefu wa kazi) hapa sasa ndio ushuke pointi zako zote na mafanikio katika uzoefu wa kazi zako na kufanikisha malengo ya kazi kwenye kampuni/taasisi ulizofanya nazo kazi. Gusia zaidi namna ulivyotatua changamoto.

4. Hobbies (vitu gani unapenda) hapa mwaga vitu unavyopenda vyenye manufaa, kumbuka unawavutia ili wakuchukue. Mfano hauwezi kuwa unaomba kazi ya uandishi wa habari za siasa halafu ukajikita zaidi kuelezea unapenda mpira, kuongelea na blah blah nyingine. Waelezee unapenda kusoma vitabu na majarida ya siasa, kuangalia vipindi vya siasa, kuhudhuria mikutano na makongamano ya siasa. Kifupi hobbies zishabihiane na kazi unayoomba. Kuongelea unaomba kazi ya uokaji?

Haya ni machache tu nimejaribu kugusia. Kama una maswali, maoni au ushauri wa ziada usisite kutupigia au kututumia ujumbe katika namba orodheshwa katika ukurasa wa mawasiliano.

HATUA ZA KUANZISHA BIASHARA

Kuanzisha biashara kunahitaji kupanga mipango, kufanya maamuzi ya kifedha na kutimiza taratibu kadhaa za kisheria. Wakati flani sio lazima kuzifanya hatua zote kwa wakati mmoja lakini kadri biashara inavyozidi kuimarika basi ni lazima uzitimize hizi hatua muhimu. Kumbuka kuna baadhi ya hatua lazima uzifanye mwanzoni kabisa mwa biashara yako, vinginevyo biashara yako itakufa angali bado changa au itakumbana na mkono wa kisheria. Leo tunakupa mchongo wa haraka wa hatua muhimu zinazoweza kukusaidia kupanga, kujiandaa na kuiongoza biashara yako kwa ufanisi mkubwa zaidi;

ANDAA MWONGOZO WA BIASHARA (BUSINESS PLAN)

Mwongozo huu utakusaidia kukupa dira ya namna ya kuanza na kuendesha biashara yako kwa ufanisi. Mwongozo wa biashara ni andiko la namna ambavyo biashara yako unavyotaka iwe. Inajumuisha utafiti, huduma/bidhaa unayotaka peleka sokoni, mkakakati wa mauzo na masoko, muundo wa utendaji na utawala na mpango wa fedha.

TAFUTA MSAADA NA MAFUNZO YA KIBIASHARA

Tumia fursa za bure za kujifunza zinazopatikana mitandaoni, miradi ya taasisi tofauti au fursa za bei rahisi zinazotolewa katika makongamano ya ujasiriamali na uwekezaji hapa nchini. Ujuzi na elimu ni hatua muhimu za kukupa mwanga wa kuanzisha, kusimamia na kuendesha biashara yako. Kamwe usianzishe biashara ikiwa hauna elimu au uzoefu nayo wa kutosha. Ikiwa una ujuzi wa upishi unaweza kufanya vyema zaidi kama ukafungua biashara ya mgahawa au mama nt'ilie na kuendesha katika namna ya kisasa.

CHAGUA ENEO SAHIHI LA KUIWEKA BIASHARA YAKO

Fanya utafiti na tafuta ushauri wa namna ya kuchagua eneo ambalo ni rafiki kwa aina ya biashara unayotaka kufungua na pia ni rafiki kwa wateja watarajiwa. Unaweza tumia mitandao ya kijamii kwa kuuliza swali juu ya biashara unayotaka kufungua na ukakusanya maoni ya watu wanafikiria ni eneo gani sahihi kuanzisha biashara yako. Mara nyingi mitandao ya kijamii imekusanya watu wanaotoka maeneo tofauti, hivyo inaweza kukupa urahisi wa kupata majawabu yaliyo sahihi.

TAFUTA MTAJI KWA AJILI YA BIASHARA YAKO

Mtaji unajumuisha rasilimali fedha na watu pia. Kama mtaji wako unategemea kuomba mkopo, tafuta mkopo wenye masharti nafuu kutoka katika tofauti za kifedha.Njia mbadala ya kupata mtaji ni kujiunga na kuchangia nguvu na wajasiriamali wenzako na kuomba mkopo kutoka katika halmashauri unayoishi. Kila halmashauri hutenga asilimia 4 ya mapato yake ya robo mwaka kwa ajili ya mikopo kwa vikundi vya vijana. Tofauti na mkopo binafsi ambao mara nyingi hukuhitaji kuwa na dhamana kama kiwanja, mikopo wanayopewa vikundi dhamana yao ni kikundi chenyewe. Kumbuka mtaji wa kwanza ni wazo bora ulilonalo. Kuna biashara nyingine hazihitaji mtaji maana ya fedha mfano biashara ya kuandaa na kusimamia matukio.

AMUA MFUMO WA KISHERIA WA UMILIKI AMBAO UTAIFAA BIASHARA YAKO

Umiliki unaweza kuwa binafsi, biashara ya ushirikiano, kampuni au chama cha ushirika. Kila aina ya umiliki ina changamoto na faida zake. Ingawa kwa biashara inayoanza vyema ukashirikisha kijana/vijana ambao mnafanana maono kuliko kuamua kutembea kwa miguu yako mwenyewe. Kwenda mwenyewe utafika haraka, lakini safari yako itakumbana na vikwazo vingi kuliko ukiamua kuunganisha nguvu na vijana wengine.

SAJILI JINA LA BIASHARA YAKO

Sajiri biashara yako ili kulinda hakimiliki katika mamlaka husika ambayo kwa Tanzania ni BRELA.

JISAJILI KWENYE MAMLAKA ZA KODI

Sajili biashara yako mamlaka ya mapato (TRA) au kwa mjasiriamali mdogo unaweza wasiliana na serikali yako ya mtaa ili kupata kitambulisho cha mjasiriamali mdogo maarufu “Vitambulisho vya Magufuli”. Pia jisajili katika mamlaka za jiji au mji ili kupata kibali cha kufanya biashara eneo husika.

JIFUNZE HAKI NA WAJIBU WA MWAJIRI NA MWAJIRIWA

Katika uhai wa biashara yako utahitaji kuajiri wasaidizi na ili kukwepa kufikishwa katika vyombo vya kisheria ni vyema ukajifunza haki zako (mwajiri) na haki za mwajiriwa kwa mujibu wa sharia za nchi mapema ili wakati utakapofika uweze kuzitimiza kikamilifu.

MUHIMU

Kwa wanafunzi wa Mema Club tengenezeni wazo la biashara kwa kusaidiana na mwalimu wenu mlezi (Guardian). Kisha wazo lenu la biashara mlitekeleze kwa kipindi kisichozidi miezi mitatu. Mtakapokuwa mnatuma taarifa yenu muambatanishe wazo lenu la biashara pamoja na taarifa ya biashara yenu kwa ujumla. Biashara itakayotokelezea tutaiweka katika toleo lijalo la jarida letu na kujipatia nafasi ya kujishindia zawadi tofauti mwisho wa mwaka.

INSIDE MEMA

Binti Salama! Pedi 3000 kwa mabinti 3000

Secilia Basilio basilio_secilia966

Ni umbali wa takribani kilomita thelathini kutokea mjini kati Dar Es Salaam mpaka wilaya ya Mkuranga, mkoani Pwani. Vikindu sekondari ni moja ya shule ambazo zipo katika lango la kuingia wilaya ya Mkuranga na imepakana na shule ya sekondari Mwandege. Mwezi wa Septemba, 2020 tulikuwa na jambo letu pale. Eeeh mabibi na mabwana! Kiguu chetu na njia kilianzia katika kampeni tuliyoendesha mtandaoni pamoja na taasisi ya vijana isiyo ya kiserikali inayoitwa IPA Community Initiative ambao ni wazalishaji pia wa visodo/taulo za kike zinazotumika zaidi ya mara moja, Flowee. Kampeni yetu ya #BintiSalama inalengo la kuwezesha mabinti wa kike 3000 nchini kupata taulo za kike ili kuongeza mahudhurio yao shuleni.

Kwa kipindi cha mwezi Agosti mpaka Septemba, 2020 wadau kibao wakatuunga mkono na kuweza kukusanya taulo za kike zaidi ya 280. Tukaweka mipango sawa, na shule ya sekondari Vikindu ikawa ni wanufaika wa kwanza wa kampeni hii. Siku tunawatimbia vibe kama lote, wanafunzi wamechangamka na walimu ni wenye ushirikiano wa kutosha. Tukawapiga msasa walimu wapate kuelewa maana ya hedhi salama kabla ya wanafunzi. Si unajua bado wengi wanaona aibu kujadili, mkuu wa shule akakusanya wanafunzi wote, wa kike na wa kiume. Maswali na majibu, utani wa hapa na pale ukatawala. Hedhi inatuhusu sote ikawa kauli mbiu ya mjadala. Boys na girls wakafunguka, aibu ikatoweka. Kwa pamoja tukajadili changamoto anazopitia mtoto wa kike wakati wa hedhi na umuhimu wa wavulana na wanaume kupata elimu hii. Mema Club ikaanzishwa, Madam Ashrafa na Elizaberth Mwambo wakajitolea kuwa walezi. Mabinti 283 kutoka kidato cha kwanza na pili wakapewa taulo za kike.

Kuna wakati inatokea tunakosa pesa ya pedi na shule hazipo za kutosha hivyo inabidi ukae nyumbani na kukosa baadhi ya vipindi. Kuwa na hizi pedi nilizopewa zitanihakikishia mahudhurio shuleni wakati wa hedhi kila mwezi-Nairat Mfaume, Mwanafunzi,Vikindu Sekondari.

Nimefurahi sana kuja shuleni kwetu. Tuna changamoto kadhaa hasa suala la tabia kwa watoto. Wengi wao wanajiunga na makundi mabovu yanayo athiri taaluma zao. Kuanzishwa kwa Mema Club kutatusaidia sana kuwajenga hawa vijana kitabia na taaluma zao.- Fedastus Mbilinyi, Mkuu wa shule, Vikindu Sekondari.

Wapi #BintiSalama atatua? Inaweza kuwa shuleni kwako kwani safari ndio kwanza imeanza. Jipange!

JIONGEZE! KUNA MAISHA BAADA YA COVID-19

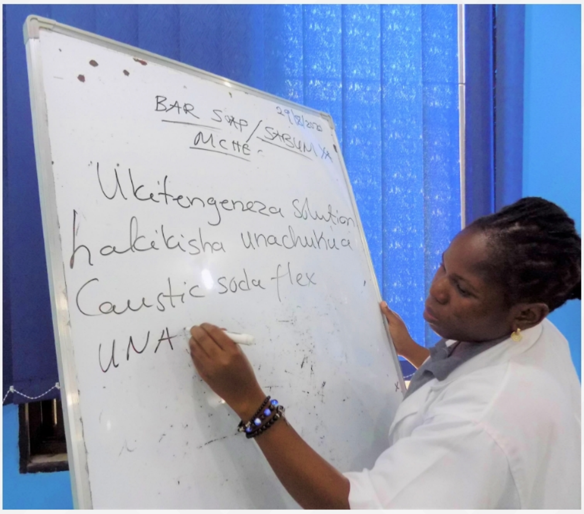
Nice Mlay | nic_ignas

Naitwa Josephine Nduka na umri wa miaka 26, ni mkazi wa Dar Es Salaam na Mwanza. Msomi mwenye shahada ya Health System Management kutoka chuo kikuu cha Mzumbe, Morogoro. Kama mjasiriamali kijana naamini kwenye kujifunza fursa tofauti ili niweze kupiga mkwanja. Janga la COVID19 licha ya kuathiri baadhi ya biashara, ilifungua fursa ya biashara mpya hasa barakoa, vitakasa mikono na sabuni. Tangu zamani nilikuwa nikitamani kuanzisha bidhaa yangu ya sabuni na kuiuza katika maeneo tofauti jijini Mwanza na Dar Es Salaam. Mama yangu ni mjasiriamali pia wa sabuni, kutokana na kuwa busy hajawahi pata nafasi ya kunifundisha ujuzi huu.

Wakati nipo Dar Es Salaam mwezi Agosti 2020 niliona tangazo la mafunzo ya ujasiriamali ya nadharia na vitendo katika akaunti ya Instagram ya Arizona VTC. Ni mafunzo yaliyoandaliwa na Mema Tanzania wakishirikiana na Arizona, HookIT na Jielimishe Kwanza. Nilipoona wanatoa mafunzo ya kutengeneza sabuni, haraka nikajisajili kushiriki. Tulijifunza vitu vingi ikiwemo namna ya kufanya biashara mtandaoni, jinsi ya kutatua migogoro ya kibiashara, uwekaji chapa katika bidhaa (branding) na kutengeneza sabuni. Ni mafunzo yaliniongezea ujuzi ambao umenifungulia fursa mpya za biashara na kuboresha biashara yangu. Awali sikuwa nafahamu namna ya kuendesha biashara mtandaoni. Wajasiriamali wengi wadogo huwa tunadharau mitandao ya kijamii katika kukuza biashara, hudhani inahusu wenye biashara kubwa.

Baada ya mafunzo biashara nilizokuwa nafanya awali hasa nguo na kuuza biriani nilianza kuzitangaza katika mitandao ya kijamii na WhatsApp pia. Kwa sasa napokea oda za nguo kutoka maeneo tofauti nchini na nawatumia baada ya kufanya malipo. Wakati wa COVID19 sabuni zilikuwa dili na zimeendelea kuwa bidhaa muhimu. Nashukuru mafunzo niliyoyapata yamenisaidia kutimiza ndoto yangu ya kutengeneza sabuni. Soko langu ambalo nimeanza nalo kwa uchache ni wanawake ambao tunaishi mtaa mmoja wa Mahina uliopo Nyamagana mkoani Mwanza na Mikocheni napokuwa Dar Es Salaam.

Nawashukuru Mema Tanzania kwa mafunzo ya ujasiriamali waliyotupatia. Naongea na baadhi ya washiriki wenzangu wa mafunzo, tayari pia wengine wameanzisha biashara tofauti ambazo mafunzo yaliyotolewa yalikuwa chachu kubwa kwao kwani yaliwapa msingi wa ujuzi. Fursa za mafunzo ya ujasiriamali zinapojitokeza tuzichangamkie, kwani mtaani kuna michongo kibao ya kupiga mkwanja.



SOCIAL HITS

MEMA TEAM

Mambo vipi mdau wetu wa nguvu? Karibu katika Social hits na hapa tunakusogezea ishu za muhimu vijana walizoweza kupiga hatua katika jamii. Vijana wengi Tanzania wanafanya mambo makubwa, kazi yetu ni kuwapa thamani kwa kuwatambulisha katika jamii na dunia kwa ujumla.

LEAH MOLLEL NA STARSHINE WA SHINE SHEROSE

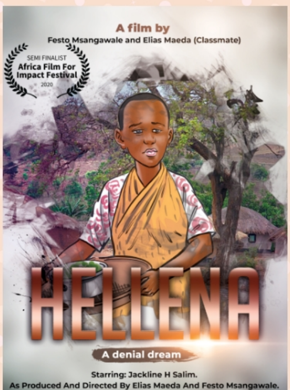
Ni binti wa miaka 23, muanzilishi na mkurugenzi wa TV ya mtandaoni maarufu Star Shine TV ambayo hurusha maudhui yenye lengo la kuibua vipawa vya mabinti na kuzifikia fursa zinazowazunguka. Mwaka 2020 ameorodheshwa katika jarida la SheRose ambalo hutaja mabinti 100 kila mwaka walio na mchango mkubwa katika jamii.

> *Nakumbuka nilipokea ujumbe katika akaunti yangu ya Instagram nikitaarifiwa nimeorodheshwa katika jarida la 100 SHEROSE. Nilifurahi sana. Kwangu mimi kuorodheshwa katika jarida la 100 SHEROSE, nilifurahi sana ilinipa moyo na hamasa kuona sasa dunia imeanza kutambua na kuthamini kile nachofanya. Inanipa changamoto napaswa kufanya zaidi hiki nachofanya. Nimejifunza hisia bora sio kwa kila nachofanya kwa ajili yangu ila kwa ajili ya watu. Wazazi wangu wamekuwa wakinipa support kutimiza ndoto yangu na walifurahishwa sana na habari hii.*

KIUTANI UTANI FILAMU FUPI YA HELLENA YATOBOA KIMATAIFA

Moja ya filamu fupi za kijamii zilizopata mapokezi mazuri mwaka 2020 ni filamu ya Hellena. Filamu ilitayarishwa na vijana wawili, Elias Maeda na Festo Henry. Filamu ilizinduliwa mwezi March, 2020 katika ukumbi wa Century Cinemax, Mlimani City kwa ushirikiano wa Twaweza na Msichana Initiative. Filamu inasimulia kisa cha msichana Hellena ambaye ndoto yake yakuwa rubani ilikatishwa na wazazi wake baada ya kumlazimisha kuolewa akiwa bado mwanafunzi wa kidato cha kwanza. Filamu hii hadi sasa imebahatika kutambulika na mashirika kadhaa ya haki za binadamu na matamasha makubwa ya filamu za kijamii ikiwemo tamasha la Africa Film of Impact, ambapo filamu hii ilifika hadi hatua ya nusu fainali ya tamasha hilo. Usichokijua filamu hii ilitengenezwa kwa bajeti ndogo ya fedha taslimu laki mbili tu. Amini katika ndoto yako, anza hapo ulipo. Watu kadhaa wameipa sifa kede kede filamu hii.

> *"Filamu hii ni kazi nzuri sana, sababu inaibua na kufichua mambo ambayo tunayasikia kila siku ama kuyasoma kwenye magazeti"-Aidan Eyakuze, Mkurugenzi Mtendaji wa shirika la Twaweza kupitia ukurasa wake wa Twitter akielezea filamu hii.*



MEMA YATAMBULISHA MABALOZI WA HIYARI

MEMA TEAM

Mema Tanzania tunazidi kupasua mipaka. Mwezi Octoba, 2020 tulitambulisha mabalozi wa hiyari wapya wa kimataifa kutoka Uingereza na Marekani. Danny Morgan maarufu kama BassJacked ni deejay na mtayarishaji maarufu wa muziki kutoka nchini Uingereza. Ni kijana mwenye shauku la kuibua vipaji vya vijana kutoka nchini Tanzania na bara la Afrika kwa ujumla.

Kuwa naye kama balozi wa hiyari kwetu ni heshima na nafasi kubwa kwa vijana nchini kuweza kutimiza ndoto zao kupitia sanaa ya muziki ambayo ni ajira rasmi kwa sasa. Danny ni mmiliki wa lebo ya LXXIV Records na amefanya kazi na lebo kubwa tofauti zikiwemo NoFace, Brooklyn Fire zote kutoka Marekani, Le Temple Du Son kutoka Ufaransa.

Another social hit inatoka pande za Nashville, nchini Marekani ambapo anapatikana mwimbaji na mwandishi, LyRanda Aalece. Mwezi Oktoba, 2020 aliteuliwa na Mema Tanzania kuwa balozi wa hiyari wa kimataifa. Uandishi na uimbaji wa LyRanda umelenga katika kuinua mabinti duniani, na hiyo ndiyo sababu tupo nae katika familia ya Mema. Mbali ya uimbaji, LyRanda hutumia ushawishi wake katika mitandao ya kijamii kuelezea changamoto wanazopitia mabinti na namna bora ya kukabiliana na changamoto hizo.

"Ni heshima kubwa kwangu kutajwa na Mema Tanzania kama Balozi Mwema kwa Wasichana. Nitajitoa kwa kuonyesha mifano ya hali ya juu inayohitajika katika wadhifa wangu" - anasema LyRanda Aaelece kupitia ukurasa wake wa Instagram baada ya kutambulishwa kama balozi mwema wa Mema Tanzania.

LEGEZA UBONGO

CHALLENGE YETU NAMBARI 1.

Shindana na ushiiiindeeee! Usikaze ubongo, challenge yetu ni rahisi wala hupaswi kutunisha misuli kihiivyo. Katika hizo picha unazo ziona hapo jipange kujibu maswali na uibuke mshindi kwa kujishindia tisheti, kofia, sweta na bracelets kama unavyoziona zinawaka hapo juu.

A

B

C

D

E

F

G

H

MASWALI

1. Katika hizo picha unazoziona taja walau picha tano zimetokelezea katika kurasa/ukurasa gani?
2. Kisha kila picha utakayobaini tueleze walau mistari mitano tu stori yake inahusu nini.
3. Katika hiyo stori uliyotaja tuambie ni jambo gani umejifunza walau isizidi mistari mitano.

NAMNA YA KUSHIRIKI

1. Hili ni shindano la mtu mmoja mmoja na si kikundi, hivyo komaa kivyako.
2. Ukimaliza kujibu, tutumie katika barua pepe yetu au kwa njia ya Whatsapp katika namba iliyoorodheshwa kurasa ya mawasiliano. Kwa wanafunzi hamkuachwa nyuma, ukipata majibu yako mwambie mwalimu/mzazi au mlezi wako akupe simu janja au kompyuta ututumie majibu yako.
3. Unapojibu taja majina yako kamili, shule, chuo au mahali unapotoka. Kama shule yako ina Mema Club taja jina la club, chuo au eneo lako lina Mema Academy taja jina la Academy.
4. Mwisho wa kutuma majibu ni tarehe 1 June, 2021.

WASHINDI WOTE WATATANGAZWA KATIKA JARIDA NAMBARI 2 NA ZAWADI ZAO ZITATUMWA WALIPO.

Dondoo 4

Inachukua siku 5-6 kuanza kubaini dalili za COVID19 na siku 1-14 muda ambao virusi huweza kukaa mwilini, ndiyo maana inashauriwa unapohisi dalili za COVID19 kujitenga na wengine kwa muda wa siku 14.

Dondoo 5

Jinsi ya kujikinga na COVID19

Kila mmoja wetu anapaswa kuendelea kuchukua tahadhali dhidi ya ugonjwa wa COVID19, kwa kujinga yeye na kuwakinga na wengine pia.

Nawa mikono kwa maji safi tiririka na sabuni

Vaa barakoa maeneo yenye mkusanyiko wa watu wengi

Fanya mazoezi kuongeza kinga ya mwili

Kula mlo kamili ikiwemo matunda yenye vitamin C

Epuka kushikana mikono

Epuka maeneo yenye mikusanyiko ya watu wengi

KIPOPO
VIJANA MJIAJIRI
NAANZAJE KUJIAJIRI MIAKA YOTE ELIMU IMENIANDAA KUAJIRIWA?
CHEKA BET

Radhia Malla: Nisingefika hapa bila kujitolea

Mwaka 2015 nilijiunga na taasisi isiyo ya kiserikali ya RALEIGH TANZANIA iliyopo mkoani Morogoro. Niliweza kuhudumu kama "volunteer" na kiongozi katika miradi miwili kwa nyakati tofauti, mradi wa kijamii wa Afya, Maji Safi na Salama (WASH) na mradi wa Ujasiriamali. Kupitia miradi hiyo nilieweza kujumuika na vijana wenzangu kutoka Tanzania na Uingereza. Mwaka 2016 nilipata nafasi ya kuwakilisha nchi yangu na taasisi ya Raleigh Tanzania katika uzinduzi wa mradi wa Girl's Education Forum katika makao makuu ya Raleigh International jijini London.

Lilikuwa ni tukio kubwa maishani mwangu kwani lilihudhuriwa na wadau wakubwa wa malengo ya maendeleo endelevu kutoka katika CSOs, NGOs tofauti na viongozi wa juu wa serikalini. Niliwasilisha waraka unaohusu mabinti, nilipokuwa nashuka katika jukwaa nilikuwa ni mwenye tabasamu na machozi yakinitoka kwa furaha. Makofi na pongezi kutoka kwa watu tofauti vilinisindikiza wakati nashuka. Nisingefika pale kama nisingejitolea katika miradi ya kijamii. Kujitolea kulionyesha uwezo na kipawa changu.

Tangu nikiwa mdogo nasoma nilikuwa napenda kufanya jambo flani katika jamii. Mwaka 2008 nikiwa bado mwanafunzi nilianza kujitolea katika taasis ya UVIKIUTA iliyopo Chamazi, Mbagala, Temeke jijini Dar Es Salaam baada ya kutambulishwa na rafiki yangu. Nilianza kujitolea katika miradi yao ya mazingira, uongozi na huduma za kijamii kwa kuwekwa katika kambi na vijana wengine toka nje ya nchi. Kwa vile nilikuwa bado nasoma nikawa najiunga na kambi fupi nikiwa likizo. Baada ya kumaliza masomo 2011 nilianza rasmi kuhudhuria kambi zao za muda mrefu za South/South na South/North mpaka mwaka 2014. Lengo ilikuwa ni kuitumikia jamii yangu, kujijengea uwezo kwa kujifunza maarifa na ujuzi tofauti ikiwemo tamaduni za watu wengine.

Kuanzia mwaka 2015 mpaka 2108 nilianza kujitolea katika taasisi ya Tanzania Bora Initiative (TBI). Nilishiriki kampeni ya +255 Uchaguzi ya mwaka 2015 kuwahamasisha vijana kujua nafasi zao na kuweza kupiga kura, Mrembo TV Show ilyolenga maswala ya mabinti, Ndoto kubwa TV show iliyokuwa ikihamasisha vijana na uwajibikaji, Thamani ya Binti program na nyingine nyingi. Nikiwa TBI nilipata nafasi taasisi ya YOUNG WOMEN CHRISTIANE ASSOSIA TION (YWCA) kuwakilisha Tanzania sambamba na binti mwingine katika mkutano wa GENDER IS MY AGENDA CAMPAIGN (GIMAC) sambamba na UNECA kisha kushiriki Afrina Union Summit (AU). Mara baada ya ushiriki huo nimeweza kuwa moja ya Active Member wa State of African Women mradi ambao umewaunganisha mabinti "machampion" wote toka nchi 16 za Panafrican tuliohudhuria GIMAC katika mji wa Addis Ababa nchini Ethiopia

Kuanzia mwaka 2018 baada ya kujijengea ujuzi na maarifa kupitia kujitolea nilianza kushiriki katika biashara zangu. Kwa sasa namiliki chapa ya Vitenge Claasic inayozalisha na kuuza vitenge maeneo tofauti nchini. Tunatumia jina la Vitenge Classic katika mitandao ya kijamii. Vijana lazima tuanze kubadili mtazamo. Tuanze kutengeneza kwanza uzoefu wa kazi kwa kujitolea kabla ya kukimbilia kutafuta kazi pasipo kuwa na uzoefu. Ukiwa chuo maisha unadhani yatakuwa ni mteremko, utapata kazi nzuri yenye mshahara mkubwa. Kiuhalisia haipo hivyo. Naitwa Radhia Malla,mjasirimali na kijana mwajibikaji katika jamii.

MEMA YOUTH

KAA TAYARI NA UJIO WA MEMA CLUBS

Mpendwa Kijana!

Mema Tanzania tumejipanga kukufikia karibu zaidi kwa kukupatia maudhui yenye lengo la kukuelimisha, kukuburudisha, kubadili mtazamo na kukupa vitu moto moto ili kukujenga kuwa kijana bora zaidi. Ili kufikia adhima hii ni muhimu vijana kuwa na mazingira salama kwa ajili ya kujadili maudhui yaliyomo katika jarida letu na kuchukua hatua juu ya changamoto zinazowakabili, Mema Club inakupa mazingira haya salama.

Shule itakayokuwa inapokea jarida la Mema itaanzisha Mema Club chini ya usimamizi wa mlezi (Guardian). Mema Club itakuwa inajadili maudhui yaliyomo humu kwa muundo wa makundi ya mjadala, mdahalo na kupitia sanaa za maonyesho kama nyimbo na maigizo. Kila robo mwaka, Mema Club itapaswa kutuma taarifa yake ikiwemo kazi walizo fanya, picha na nini wanatarajia kufanya kwa robo inayofuata. katika matukio mtakayokuwa mnaanda kama bonanza waalikeni shule za jirani kuja kuona namna club yenu inavyo kimbiza.

Mema Tanzania kila mwaka watakuwa wanawapa muongozo kulingana na maudhui yaliyomo katika majarida yetu, namna ya nzima ya kuendesha club mtapanga pamoja na walezi wenu.

VITU GANI VINAHITAJIKA MEMA CLUB KUSAJILIWA

Ili Mema Club iweze kusajiliwa inapaswa kuwa na vitu vifuatavyo;

- **Katiba.**
- **Jumla ya wanachama wasiopungua 50 kutoka vidato vyote.**
- **Mlezi atakayesimamia club yenu.**
- **Jina la Club.**
- **Uongozi.**

Club yenu ikikamilisha taarifa hizi wasiliana nasi kupitia namba iliyotajwa sehemu ya mawasiliano, kisha tutakuja hapo shuleni kwenu kusajiri club na kuwapatia mafunzo hitajika.

SGD: TATHMINI NA MTAZAMO WA VIJANA JUU YA KUTOKOMEZA UMASKINI

Katika mishe mishe zako, ulishawahi kukutana na neno SDG? Inaweza isiwe neno geni kwa vijana wengi kwani tumekuwa tukilisikia katika maeneo tofauti ikiwemo shuleni, katika vyombo vya habari na pengine kwa watu walio karibu yetu. SDG ni kifupi cha maneno Sustainable Development Goals (Malengo ya Maendeleo Endelevu) yaliyoasisiwa mwaka 2015 katika mkutano mkuu wa Umoja wa Mataifa na kupitishwa na mataifa wanachama. Awali tulikuwa na Malengo ya Maendeleo ya Milenia kuanzia mwaka 2000 mpaka 2015. Malengo ya Maendeleo Endelevu utekelezaji wake unakwenda mpaka mwaka 2030 na unajumuisha jumla ya malengo 17.

Malengo yote yanalenga kuhamasisha dunia kuchukua hatua kwa pamoja katika kutatua changamoto za kiuchumi, kijamii, kisiasa, teknolojia n.k. pasipo kuathiri vizazi vijavyo. Lengo nambari moja ni Kutokomeza Umaskini wa Aina Zote Kila Mahali. Umaskini noma, tena haswaa! Ili kuumaliza ni lazima juhudi za pamoja ziunganishwe kuanzia serikali, wadau wa maendeleo kutoka sekta binafsi na raia mmoja mmoja hasa vijana ambao ndio nguvu kazi ya taifa.

Umaskini umepungua kwa asilimia 8% toka mwaka 2007-2018 nchini Tanzania

Watu millioni 14 wanaishi katika umaskini nchini Tanzania

Asilimia 80% ya watu maskini wanaishi vijijini na kilimo ndiyo shughuli kuu ya kiuchumi nchini.

1/2 ya watu wanaishi chini ya dola 1.9 sawa na TZS 4,400 kwa siku

Source: World Bank

Ingawa juhudi kubwa zimeendelea kuchukuliwa katika kukabiliana na umaskini nchini, bado umeendelea kuwepo kuanzia kwa mtu mmoja mmoja mpaka ngazi ya taifa, bado tunakwama wapi? Mpaka ifikapo mwaka 2030 tutakuwa tumetokomeza umaskini uliokithiri? Katika Sauti za Mtaa vijana kadhaa walitoa mtazamo wao juu ya kiwango cha umaskini katika maeneo wanayotoka na nini kifanyike. Wewe pia una nafasi ya kutoa maoni yako kwa kutuandikia ujumbe mfupi, barua pepe au kututembelea katika mitandao ya kijamii.

"Napotoka hali ya umaskini bado ipo kwa kiasi kikubwa. Ingawa serikali imejitahidi kwa kiasi fulani lakini bado hakuna huduma nzuri za afya, idadi ya watoto shuleni ni kubwa sana ukilinganisha na miundombinu iliyopo na walimu pia hawatoshi. Eeno letu lina wakulima wengi ambao wanategemea kilimo cha jembe la mkono na uwezo wa kujenga makazi bora ni mdogo.

Kasi ya maendeleo ukilinganisha na malengo endelevu yaliyoweka bado ni ndogo. Nashauri kuwepo na nguvu ya pamoja kuanzia serikali, wanawake, wanaume na vijana ambao ndio nguvu kazi kushiriki kikamilifu katika kupambana na umaskini. Kila mmoja atimize wajibu wake katika kile anachokifanya. Tusisubiri kufanyiwa na serikali au mashirika"

- Kisare Lutambi, Buchosa, Mwanza

"Ukilinganisha na maeneo mengi hasa vijijini naweza kusema eneo langu umaskini upo kwa kiwango kidogo. Jamii inayonizunguka ni ya wenye kipato cha kati. Ili kukababiliana na umaskini jamii inapaswa kwanza kuachana na dhana potofu ya kusema umaskini ni kwa wale wanaokosa ajira, wengi husema soma usije ukaishia kuwa maskini. Hii dhana jamii inapaswa kuifuta kisha kufanya kazi na kuhakikisha kipato cha mtu mmoja mmoja kinaongezeka hatimaye nchi kwa ujumla. Vijana tunapaswa kuamka na kufuata zilipo na kuwa wavumbuzi wa changamoto zinazotuzunguka. Serikali itengeneze mazingira mazuri kwa makundi maalumu kama walemavu kwani ni kundi linaathirika zaidi na umaskini"

- Chambi Kajiru, Tabata, Dar Es Salaaam

"Bado cha mtu mmoja mmoja ni kidogo sana hasa ukizingatia vijana wengi hatuna ajira. Ukosefu wa kipato unampa mtu ugumu wa kuweza kumudu gharama za maisha kama chakula, malazi, mavazi na huduma za afya. Ukipita usiku baadhi ya maeneo ya Kariakoo utakuta watu kadhaa wamelala kwenye vibaraza vya maduka. Kama tunahitaji kumaliza umaskini serikali inabidi iweke nguvu kubwa katika kuboresha mazingira ya elimu nchini hasa mfumo wa elimu yetu ambayo kwa kiasi kikubwa inamuandaa kijana kuwa tegemezi. Serikali pia iboreshe mazingira ya biashara hasa mikopo ya vijana ambayo imekuwa shida sana kuipata. Vijana pia hasa wa vyuoni waanze kujifunza ujuzi tofauti kwa kujitolea katika mashirika na makampuni tofauti ili kujenga uwezo wa kuajirika na kujiajiri pindi wanapomaliza chuo"

- Stella Mwangosi, Ilala, Dar Es Salaam

"Kama ulivyosema watu takribani milioni 14 wanaishi katika umaskini. Sio kiwango kidogo ambacho kinaweza kuisha kwa haraka ndani ya miaka 9 ijayo. Hiyo takwimu ya watu tunaishi nao humu humu. Uswahilini ndio bado kuna changamoto kubwa sana ya umaskini wa kipato. Wengi wanaishi katika makazi mabovu na huduma za afya kuzimudu kwao ni kikwazo. Kama ambavyo serikali imefanya elimu bora, naomba itengeneze mkakati mzuri wa kutoa huduma za afya bure pia. Naamini huduma za afya zikiwa bora, hata watu watashiriki kikamilifu katika shughuli za ujenzi wa taifa"

- Halima Yasin, Kinondoni, Dar Es Salaam.

SIKIKA CHUKUA HATUA

MITANDAO YA KIJAMII NA MATUMIZI SAHIHI

Peter Lazaro MzeeLazaro

Kuna msemo usemao 'Dunia imekuwa kijiji', unahisi wanamaanisha nini? Na je, umewahi kufikiria ingekuaje bila ya uwepo wa mitandao ya kijamii. Labda tungeweza kuishi vizuri tu; kama mababu na mabibi zetu waliweza, sisi ni nani haswa hadi tushindwe! Lakini kwa ukuaji huu wa teknolojia, pasi na shaka hakuna kijana ambaye anamiliki simu janja anaweza kumaliza siku bila kutembelea mitandao ya kijamii iwe ni Facebook, Twitter, Instagram au WhatsApp na kama wapo agiza soda kwa Mangi upoze joto.

Sio tu Tanzania, duniani kumekuwa na ongezeko kubwa la vijana na mara nyingi tumekuwa tukisema kuwa kundi hilo ndio nguvu kazi ya taifa. Pia vijana ndio watumiaji wakubwa wa mitandao ya kijamii; Je, umewahi kujiuliza mitandao hii ya kijamii imekuwa na hasara na faida gani kwa kijana? Huenda faida zikawa lukuki zaidi, lakini vipi kwenye upande wa hasara. Labda tuanze kwa kuangazia faida za mitandao hii kwa ufupi kiasi.

- *Hutumika kama soko; kwa wafanyabiashara wadogo na wakubwa kutangaza na kuuza bidhaa na huduma zao.*
- *Uwanja wa burudani. Mfano. Muziki, vichekesho, filamu n.k.*
- *Chanzo cha habari na taarifa.*
- *Hurusu muingiliano na muunganiko wa watu.*
- *Chanzo cha mapato.*
- *Kuna baadhi ya vijana wamejiajiri kwenye mitandao kwa namna tofauti kama kusambaza matangazo kwenye kurasa zao, kusambaza vichekesho n.k*

Chenye faida siku zote hakikosi kuwa na hasara. Umewahi kufikiria hasara za mitandao ya kijamii ni zipi? Kamata hizi chache!

- *Kuchafuana:kwa matumizi ya lugha za matusi, taarifa zisizo na ukweli.*
- *Kusambaza taarifa au picha zenye maudhui yanayokinzana na jamii yetu. Mfano picha za ngono.*
- *Hugharimu muda na pesa.*
- *Imeanzisha na kukuza 'kizazi cha maonyesho'. Vijana wengi hupendelea kuonekana kwenye mitandao ya kijamii kwa maisha yasiyo halisi "ku-fake".*

Hizo ni baadhi tu ya faida na hasara za mitandao ya kijamii. Huenda na wewe ukawa na za kwako pia,usisite kutushirikisha kupitia mitandao yetu ya kijamii au kuwasiliana nasi kwa kutupigia simu, ujumbe mfupi na kwa Whatsapp katika namba zilizopo kurasa ya mawasiliano. Wengi wametoboa na tumeshuhudia, wewe ni nani usitoboe? Tusiitumie vibaya, mitandao imekua ni kitambulisho chako na akaunti yako imekua CV yako hata pale unapoomba kazi. –SHTUKA mwanangu.

Kwa mujibu wa ripoti ya TCRA (2018) Tanzania ina watumiaji wa intaneti zaidi ya milioni 40 na watu wanaomiliki laini za mitandao ya simu ni zaidi ya milioni 43 (kumbuka idadi ya wa Tanzania kwa sasa ni takribani milioni 59). Kwa wanafunzi wa shule za msingi na sekondari matumizi ya simu hayaruhusiwi.

r!se
COOOGI
COOL UP, SPACE, LEVELS, KARMA