Rais Samia amewasha umeme vijiji vyote Arusha
HABARI UK. 5

Mchengerwa ajipanga kutetea jimbo Rufiji
HABARI-UK. 3

@taifa_tanzania_ TaifaTz TaifaTz Gmail: taifatznews@gmail.com 0735 555 744

TaifaTanzania

UZALENDO KWANZA

Bei 1,000-

ISSN: 2953-2701 | Tovuti: www.taifatanzania.co.tz | Toleo Na. 1139 | IJUMAA AGOSTI 29, 2025 | Bei Tsh.1000

Marufuku Hospitali kuzuia Maiti

- **Ni** ahadi ya Dk. Samia ndani ya siku 100 za mwanzo akipewa ridhaa kuongoza nchi
- **JK** atema nyongo na kumuita Dk. Samia ni Komandoo aliyeendesha nchi katika nyakati ngumu

HABARI UK...2

Hakuna pingamizi kwa wagombea urais

HABARI UK ...2

SOMA NDANI

Shehena ya magari yaongezeka Bandari ya Tanga

HABARI-UK. 3

Kamishna Jenerali wa DCEA aongoza ujumbe IDEC XXXIX

Nashville, Marekani

KAMISHNA Jenerali wa Mamlaka ya Kudhibiti na Kupambana na Dawa za Kulevya (DCEA), Aretas Lyimo, ameongoza ujumbe wa Tanzania kushiriki Mkutano wa 39 wa Kimataifa wa Mapambano Dhidi ya Dawa za Kulevya (IDEC XXXIX) ulioandaliwa na Mamlaka ya Kudhibiti Dawa za Kulevya ya Marekani (DEA).

INAENDELEA-UK. 3

rifaly
Furahia magazeti, majarida, vitabu, makala na hadithi za sauti katika programu moja
www.rifaly.com
Scan to download Rifaly

Marufuku Hospitali kuzuia Maiti

Na Hafidh Kido, Dar

MGOMBEA urais Serikali ya Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, kwa tiketi ya Chama Cha Mapindzi (CCM), Dk. Samia Suluhu Hassan ametaja vipaumbele atakavyoanza navyo katika siku 100 za mwanzo atakapopata ridhaa ya Watanzania kumchagua kuwa rais Oktoba 29, 2025

Akizungumza na maelfu ya wakazi wa Dar es Salaam waliofurika jana katika viwanja vya Tanganyika Packers, Kawe alisema moja ya mambo atakayoanza nayo ni kuhakikisha maiti hawazuiwi hospitalini kwa kigezo cha ndugu wa marehemu kukosa fedha wanazodaiwa wakati wa matibabu.

"Tutapiga marufuku hospitali yoyote nchini kuzuia miili ya marehemu kuchukuliwa hata kama gharama za matibabu hazijalipwa. Tutakuja na mfumo mwengine kuhakikisha jamaa wa marehemu wanalipa gharama lakini si kuzuia miili ya watu waliotangulia," alisema Dk. Samia.

Alibainisha kuwa kitu kingine muhimu atakachoanza nacho ndani ya siku 100 baada ya kupewa ridhaa ya kuongoza nchi kwa mara nyingine ni bima ya afya kwa wote.

Ambapo alibainisha kuwa atahakikisha anaanza kwa majaribio kwa makundi maalum ikiwemo wazee, Watoto na wajawazito. Lakini pia alibainisha kuwa Serikali itagharamia kwa asilimia 100 magonjwa yasiyo ya kuambukizwa ikiwemo magonjwa ya Figo, Moyo, Kisukari, Saratani na magonjwa ya Mifupa.

"Serikali itaajiri wahudumu wa afya 5,000 wakiwemo wauguzi na wakunga ili kulinda afya ya mama na mtoto," alibainisha Dk. Samia akizungumzia sekta ya afya katika siku 100 za mwanzo.

Kuhusu elimu, alisema serikali yake itahakikisha kila mtoto wa darasa la tatu anajua kusoma na kuandika, kwa sababu upo mpango wa kuajiri waalimu 7,000 wakiwemo waalimu wa Sayansi.

Dk. Samia aligeukia mitaji kwa wajasiriamali wadogo ambapo alisema Serikali ya Awamu ya Sita katika kipindi chake cha pili itatenga jula ya Shilingi Bilioni 200 ili kutoa mitaji kwa ajili ya kampuni changa zitakazoanzishwa ili kuwa na vyanzo vya mitaji, itagusa pia wajasiriamali wadogo wakiwemo Mama lishe na waendesha Bodaboda ambao watarasimishwa ili kutambulika na mifumo ya serikali.

Vilevile alitaja kuanzishwa programu maalum ya mitaa ya viwanda wilayani ili kuongeza thamani ya mazao ya kilimo, mifugo, uvuvi na misitu.

Kwa upande wa uwajibikaji kwa viongozi, Dk. Samia alisema kutakuwa na utaratibu maalum wa kupima utendaji kazi wa wateule wake ikiwemo mawaziri, wakuu wa wilaya na mikoa ambapo watakuwa na utaratibu wa kujibu maswali ya wananchi kwa mfumo wa kidijitali na ujumbe mfupi wa bure, ambapo alibainisha hicho kitakuwa kipimo cha mawaziri wamesikiliza na kutatua kero ngapi.

Awali mgombea mwenza Dk. Emmanuel Nchimbi alipopewa nafasi ya kuzungumza alisema yupo tayari na yupo timamu kutekeleza maelekezo ya Dk. Samia na CCM.

"Nimeridhishwa na namna mwitiko ulivyo mkubwa katika siku hii ya uzinduzi wakampeni, hii ni kudhihirisha chama kipo imara na nipo tayari kumsaidia mgombea ili kutafuta ushindi wa chama chetu ili kushika Dola na kutekeleza maelekezo ya ilani ya chama chetu kwa mwaka 2025-2030," alisema Dk. Nchimbi.

Katika hatua nyingine Rais Mstaafu wa Serikali ya Awamu ya Nne, Jakaya Kikwete amemzungumzia mgombea urais Dk. Samia kama kiongozi mwenye ustahamilivu ambaye alikabidhiwa nchi akiwa hajajiandaa.

Alisema, Machi 19, 2021 wakati alipokabidhiwa nchi Dk. Samia akiwa ametoka kuwa Makamu wa Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania hakuwa amejiandaa kuwa rais. Kwa sababu ni kwa mara ya kwanza taifa lilipoteza rais aliye madarakani kwa kufariki.

"Samia Suluhu Hassan amekuwa kama Komandoo aliyetua kwa parachuti kwenye eneo la vita huku akiliga risasi. Kamq inavyofahamika.marais wengi hujiandaa kwa mipango kabla ya kuapishwa, lakini Dk. Samia hakuwa na mipango yoyote alikabidhiwa nchi kwa ghafla lakini ameibuka shujaa kwa kutekeleza yote yaliyoachwa na mtangulizi wake," alisema Kikwete.

Awali akizungumzia utaratibu uliomchagua kuwa mgombea wa urais kwa tiketi ya CCM, alisema anashangaa kuona watu wanalalamika kwa sababu huo ndio utamaduni wa chama hicho.

"Hata mimi nimelaumiwa kuwa nimevunja utaratibu, lakini hao watu wanatakiwa watambue kuwa tangu kuanza kwa mfumo wa vyama vingi CCM utaratibu wake ni kiwa rais aliye madarakani anapomaliza kipindi cha kwanza anapewa nafasi peke yake.

"Hivi ndivyo ilivyokuwa kwa Mzee Benjamin Mkapa, kwangu (Jakaya Kikwete) na Dk. John Magufuli. Kwanini leo kwa Dk. Samia kuna kelele, sababu yake nini. Ajabu baadhi ya wanaopiga kelele na kimbembele hata wao walikuwepo," alisema Kikwete.

Akifungua mkutano Katibu Mkuu wa CCM, Dk. Asharose Migiro alisema jana ilikuwa siku muhimu kwa chama hicho katika Viwanja vya Tanganyika Packers kwa sababu ni maandalizi ya kushika dola kama ulivyo utamaduni wake.

"Tunakuahidi ndugu mgombea huu moto tuliouwasha leo tutauendeleza. Hatutapumzika na hasa ikizingatiwa umetuasa tufanye siasa za kistaarabu, amani na staha. Tumefanya maandalizi ya kutosha katika mikoa yote," alisema Dk. Migiro.

Wakati akinadi ilani ya CCM katika kampeni za mwaka huu Dk. Samia alisema uchaguzi huu ni wa kuendeleza hali ya maisha na kustawisha ustawi wa jamii, kuendeleza maono ya Tanzania imara yenye ustawi.

"CCM tunakuja tena kuomba ridhaa kuongoza nchi kwa sababu mbili, moja tumefanya vyema na tumefanikiwa kutekeleza ilani ya mwaka 2020-2025, pili tupo timamu kutumikia taifa letu, nchi yetu imepata mafanikio makubwa katika kipindi hiki cha miaka mitano," alisema Dk. Samia na kuongeza:

"Nilikabidhiwa nchi ambayo ilihitaji mwafaka wa kitaifa na kimataifa kuiongoza, wanaharakati, wafanyabiashara na jumuiya za kimataifa na wananchi kwa ujumla, leo miaka minne na miezi mitano siwezi kusema nimefanya kila kitu katika ilani, lakini kwa ujasiri ninaweza kusema tumefanya makubwa na taifa linarejea kwenye utulivu tuliouzoea."

Alisisitiza kuwa kupitia falsafa ya R4 alihakikisha anatunza amani, hata Global Peace Index inaonyesha Tanzania inaongoza kwa amani katika ukanda huu wa Afrika Mashariki.

"Tulikuwa na changamoto kubwa ya uhuru wa habari nchini, tulihakikisha uhuru unaimarika na kufanya mabadiliko ya sheria ya Habari, tuliondoa kifungo kwa magazeti yaliyofungiwa kama Mawio, Mwanahalisi na Tanzania Daima," alieleza Dk. Samia.

Dk. Samia alisema kwa sasa Tanzania inajitosheleza kwa chakula kwa asilimia 128. Maana yake chakula kinachozalishwa kinaweza kutumika na kuuzwa nje, ambapo kwa sasa ndicho kinachoendelea, awali ilikuwa mazao yanayouzwa nje ni ya biashara pekee lakini kwa sasa hadi ya chakula yanauzwa ikiwemo Mahindi, Mbaazi, Mchele hadi Vitunguu.

Kwamafanikio hayoimesabisha ndani ya miaka minne ya uongozi wake biashara ya mazao nje ya nchi imeongezeka kutoka Dola za Kimarekani Bilioni 3.54 sawa na Shilingi Trilioni 9.2 kutoka Dola Bilioni 1.2 sawa na Shilingi Trilioni 3 mwaka 2020.

Kwa upande wa usafirishaji, Dk. Samia alisema ujenzi wa reli ya kisasa (SGR) kuingia maeneo ya Bandari umefikia asilimia 90,lengo ni kuhakikisha ubebaji mizigo bandarini unarahisishwa.

Vilevile tayari jiwe la msingi limeshawekwa nchini Burundi kwa ajili ya ujenzi wa SGR utakaogharimu jumla ya Shilingi Trilioni 16, ambapo itachechemua uchumi wa Tanzania, Burundi na Jamhuri ya Kidemokrasia ya Kongo (DRC).

MKURUGENZI wa Uchaguzi wa Tume Huru ya Taifa ya Uchaguzi, Ramadhani Kailima akiongoza timu ya watumishi wa tume hiyo kuondoa fomu za wagombea urais wa Jamhuri ya muungano wa Tanzania baada ya kujiridhisha kuwa hakuna pingamizi.

Hakuna pingamizi kwa wagombea urais

Na Mwandishi Wetu, ***DODOMA***

MKURUGENZI wa Uchaguzi wa Tume Huru ya Taifa ya Uchaguzi, Ramadhani Kailima (pichani) amethibitisha hakuna pingamizi kwa wagombea urais baada ya kupita saa 24 tangu kubandikwa fomu zao za kugombea.

Akiwa na watumishi wa Tume hiyo wakati wa kuondoa fomu za uteuzi wa wagombea wa kiti cha Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania katika ubao wa matangazo wa Tume, Kailima alibainisha kuwa wamejiridhisha kilakitu kipo sawa baada ya kupita saa 24 za kubandikwa fomu hizo ikiwa ni utekelezaji wa masharti ya sheria.

Aidha, fomu hizo za wagombea wa kiti cha Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania zilibandikwa ili kutoa fursa ya kuweka pingamizi dhidi ya uteuzi wa mgombea wa kiti cha Rais na Makamu wa Rais ambapo pingamizi hilo linaweza kuwekwa na mgombea mwingine, Msajili wa Vyama vya Siasa au Mwanasheria Mkuu wa Serikali.

Fomu hizo zilibandikwa na Tume Saa 10:00 jioni ya Agosti 27, 2025 ambayo ilikuwa ni siku ya uteuzi na kuondolewa jana Agosti 28, 2025 Saa 10: 00 jioni.

Utendaji kaz katika Bandari ya Tanga umeongezeka kutokana na ufuatiliaji wa kila hatua wakati wa upakiaji na upakuaji mizigo kila siku.

Kamishna Jenerali wa DCEA aongoza ujumbe IDEC XXXIX

Nashville, Marekani

KAMISHNA Jenerali wa Mamlaka ya Kudhibiti na Kupambana na Dawa za Kulevya (DCEA), Aretas Lyimo, ameongoza ujumbe wa Tanzania kushiriki Mkutano wa 39 wa Kimataifa wa Mapambano Dhidi ya Dawa za Kulevya (IDEC XXXIX) ulioandaliwa na Mamlaka ya Kudhibiti Dawa za Kulevya ya Marekani (DEA).

Mkutano huo uliofanyika kwa siku mbili ambao ulikamilika jana katika Hoteli ya Renaissance Nashville, jijini Nashville, Tennessee nchini Marekani.

Tukio hili muhimu limewakutanisha viongozi wakuu wa Mamlaka za uthibiti wa dawa za kulevya kutoka mataifa mbalimbali Duniani, likiwa na lengo kuu la kuimarisha mshikamano wa kimataifa katika kupambana na uhalifu wa kimataifa unaohusisha dawa za kulevya.

Mada kuu ya mkutano huu imejikita katika Ushirikiano wa Dunia kwa Mustakabali salama katika kuzibaini changamoto mpya za biashara haramu ya dawa za kulevya, uhalifu wa kimataifa na mbinu za utakatishaji fedha.

Mkutano huo ulienda sambamba na vikao mahususi na warsha maalum za teknolojia ya kisasa ya kukabiliana na dawa za kulevya Duniani.

Tukio hili limeendeleza historia ya IDEC kama jukwaa kuu la kujenga ushirikiano na kubadilishana mbinu kwa vyombo vya kudhibiti dawa za kulevya duniani kote, katika jitihada za kudhibiti mitandao ya kihalifu inafanya biashara na uzalishaji wa dawa za kulevya.

Kupitia ushiriki huu, Tanzania imenufaika kwa kiwango kikubwa, jambo linaloonesha matunda ya jitihada za*Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Mhe. Dkt. Samia Suluhu Hassan katika kuimarisha mahusiano ya kidiplomasia.

Moja ya mafanikio makubwa yaliyopatikana ni makubaliano yaliyofikiwa kati ya Tanzania na nchi zinazozalisha kwa wingi kemikali bashirifu ili kudhibiti kemikali hatari zinazotumika katika utengenezaji wa dawa za kulevya.

Pia, Tanzania imepata nafasi ya kujadiliana na nchi zinazozalisha mmea wa Kratom unaotengeneza dawa mpya ya kulevya aina ya Mitragyna Speciosa na kuridhiana njia bora ya kushirikiana kudhibiti dawa hiyo ambayo ambayo hata katika nchi hizo imeorodheshwa kama dawa hatari ya kulevya inayodhibitiwa.

Vilevile, ujumbe wa Tanzania umepata uzoefu kutoka Kwa nchi zinazotengeneza vifaa vya kisasa vya kubaini dawa za kulevya, jambo litakalosaidia kuimarisha udhibiti na usalama katika mipaka.

Pia, mkutano huu umeonesha umuhimu wa kuongeza nguvu katika kudhibiti biashara ya dawa za kulevya inayoendelea kuhamia katika majukwaa ya kidijitali, kwa kushirikisha sekta binafsi.

Pamoja na hayo, nchi washiriki wamejifunza na kukumbushwa umuhimu wa kuwekeza katika upelelezi wa kisayansi kupitia forensic intelligence. Dunia kwa sasa inashuhudia mbinu mpya za kutengeneza dawa za kulevya, ambazo zinapita nje ya mifumo ya kawaida, hali inayotishia ufanisi wa mbinu za zamani za udhibiti. Hii ina maana kwamba, uwekezaji katika teknolojia na sayansi ni muhimu zaidi ili kuendelea kufanikisha vita hii.

Kupitia mkutano huu, Tanzania imepata ushirikiano mpya na nchi mbalimbali pamoja na mashirika ya kimataifa.

Mojawapo ya mafanikio ni makubaliano na shirika kubwa la kimataifa la INL, ambalo limeahidi kushirikiana na DCEA kupambana na biashara ya dawa za kulevya kwa kutumia vifaa vya kisasa hususani kuimarisha Forensic Intelligence.

Pia, kikao muhimu kimefanyika kati ya Kamishna Jenerali Aretas Lyimo na Kamishna Jenerali wa Mamlaka ya Kudhibiti Dawa za Kulevya Nigeria (NDLEA), Brigedia Jenerali Maro, ambapo wamekubaliana kuharakisha makubaliano ya ushirikiano kati ya Tanzania na Nigeria katika vita dhidi ya dawa za kulevya.

Ushiriki wa Tanzania katika mkutano huu unaakisi dhamira ya Taifa katika kulinda usalama wa wananchi na kuimarisha uchumi kupitia mapambano thabiti dhidi ya biashara haramu ya dawa za kulevya kwa kujali UTU na kulinda AFYA za watanzania.

Hatua hii ni mwendelezo wa juhudi za kuhakikisha vijana wa Tanzania wanalindwa dhidi ya athari za dawa za kulevya ili waweze kushiriki kikamilifu katika maendeleo ya Taifa na kufanikisha malengo ya Dira ya Taifa ya Maendeleo 2050.

Mchengerwa ajipanga kutetea jimbo Rufiji

Na Mwandishi Wetu

MGOMBEA wa Nafasi ya Ubunge wa Jimbo la Rufiji kupitia Chama cha Mapinduzi (CCM)na MNEC kupitia Mkoa wa Pwani, Mohamed Omary Mchengerwa amewaongoza maelefu ya wanaCCM wa Mkoa wa Pwani kuhudhuria uzinduzi wakihistoria wa kampeni ya mgombea wa urais kwa CCM Dk. Samia Suluhu Hassan.

Uzinduzi huu umefanyika jana katika viwanja vya kawe jijini Dar es Salaam huku maelfu ya wananchi na wana CCM kutoka katika mikoa mbalimbali nchini wakifurika kushuhudia uzinduzi huu.

Aidha, uzinduzi huu imepambwa na wasanii mbalimbali ambao wameburidisha umati wa maelfu ya wananchi waliohudhuria.

Tayari Ofisi za Tume Huru ya Taifa ya Uchaguzi (INEC), imempitisha Mchengerwa kugombea Ubunge jimbo la Rufiji baada ya kurejesha Fomu za ubunge Utete wilayani Rufiji mkoani Pwani.

Shehena ya magari yaongezeka Bandari ya Tanga

Na Mwandishi Wetu, *TANGA*

MAMLAKA ya Usimamizi wa Bandari Tanzania (TPA) Bandari ya Tanga imesema kwamba wanatumia umakini mkubwa na ufanisi katika kuhudumia shehena mbalimbali zinazopita kwenye Bandari hiyo ikiwemo ya magari ambayo imekuwa ikiongezeka.

Hayo yalisemwa na Kaimu Meneja wa Bandari ya Tanga, Peter Millanzi alipokuwa akitoa ufafanuzi juu ya taarifa zilizosambaa kwa baadhi ya mitandao kuwa uwepo wa wizi wa baadhi ya vifaa kwenye magari ambayo yanapitia katika Bandari hiyo jambo ambalo limewashangaza kutokana na umakini wao katika kuhudumia shehena hiyo.

Millanzi alisema kwamba , shehena ya mzigo unaopita wanaouchukulia kwa umakini zaidi ambayo watu wengi wana masilahi yao binafsi ambapo wametengeneza utaratibu wa kuhakikisha mizigo yote inayoingia na kutoka bandarini hapo ipo salama na inafika kwa wateja ikiwa salama.

"Kwa hiyo katika kuhudumia shehena hizo ikiwemo magari kwa tunatengeneza utaratibu ambapo meli inapotia nanga bandarini lazima kuwepo na taasisi mbalimbali ikiwemo Wakala wa Meli (TASAC),Survey, na TPA kwa hiyo magari yanapoteremka yanakaguliwa na kurekodiwa taarifa zake kwenye fomu maalumu inayoitwa "VDITT"inaonyesha hali halisi ya gari lilivyopokelewa bandari hapo na kuna maeneo mbalimbali yanawekwa alama ya vema kuonyesha vifaa ambavyo vilivyoanishwa havijanyofolewa," aliongeza Millanzi.

katika hatua nyingine Milanzi alisema kwamba hivi sasa wameongeza ufanisi mkubwa katika kuhudumia shehena hususani Magari kutokana na uwepo wa maboresho makubwa yaliyofanywa na Serikali kwa kutumia kiasi cha Shilingi Bilioni 429.1 na hivyo tokea walipoanza kuhudumia magari imepita mwaka mmoja

Millanzi alisema kwamba, kutokana na uwekezaji huo shehena ya Magari imekuwa ikiongezeka mwezi hadi mwezi kutokana kuongezeka kwa ufanisi katika kuhudumia shehena mbalimbali na hivyo wenye meli na wateja wameamua kupitisha mizigo yao katika Bandari ya Tanga na magari yalianza kupitia bandari hiyo Agosti, 2024.

Alisema kwamba na takwimu zilizopo zinaonyesha kuwa kuanzia mwezi Agosti, 2024 hadi Julai , 2025 wameweza kuhudumia meli 45 zilizokuwa zimebeba shehena ya magari na magari yaliyohudumiwa ni magari 9,665 na wamepata bahati ya kupata wateja na mawakala mbalimbali ambao wameamua kupitisha shehena ya magari katika bandari hiyo.

"Shehena hizo za magari yanapita hapa nchini na mengine nje ya nchi kama unavyojua Tanzania imepakana na nchi nyingi ambazo hazipakani na bahari kama vile Rwanda,Burundi,Kongo,Uganda ,Malawi,Zambia na nchi nyengine iliyopo mbali zaidi lakini kutokana na kuwepo huduma bora imeamua kupitisha mizigo yake ni Zimbambwe " Alisema Millanzi

Dk. Biteko azindua teknolojia ya kuondoa uvimbe mwilini bila upasuaji

Na Pamela Chilongola

NAIBU Waziri Mkuu na Waziri wa Nishati, Dk. Doto Biteko ameziindua teknolojia ya kuondoa uvimbe mwilini bila upasuaji inayofahamika kama High-Intensity Focused Ultrasound (HIFU), katika Hospitali ya Kairuki ikiwa ni mara ya kwanza kwa huduma hiyo kuzinduliwa katika nchi za Afrika Mashariki na Kati.

Akizindua huduma hiyo, hivi karibuni jijini Dar es Salaam, Dk. Biteko aliwapongeza watendaji wa hospitali ya Kairuki kwa uthubutu wao katika masuala mbalimbali ikiwemo utoaji wa huduma hiyo ya HIFU ambayo imeiweka Tanzania katika rekodi ya kutoa uvimbe bila kufanya upasuaji barani Afrika suala ambalo pia litaongezea nchi mapato.

Alisema awali huduma ya HIFU barani Afrika likuwa ikipatikana katika nchi tatu tu ambazo ni Misri, Nigeria na Afrika Kusini.

Aidha, ameipongeza Hospitali ya Kairuki kwa kutoa punguzo la asilimia 50 la gharama za matibabu ya utoaji uvimbe bila upasuaji kwa wagonjwa 50 wa kwanza ndani ya kipindi cha mwezi mmoja kuanzia Agosti 27 mwaka huu.

"Ikiwa ni kielelezo cha Watendaji wa hospitali hiyo kuonesha utu kwa watanzania, kuacha alama njema na kuunga mkono dhamira ya Serikali ya kutoa huduma kwa watanzania kwa gharama nafuu,"alisema Dk.Biteko

Dk. Biteko alisema kufanyika kwa tukio hilo ni kielelezo cha serikali ya rais, Dk. Samia Suluhu Hassan kuipa msukumo sekta binafsi na kuikuza ili kutoa huduma za matibabu kwa wananchi kwa ufanisi na kusogeza karibu huduma ambazo hapo awali zilikuwa hazipatikani ndani ya nchi hivyo Serikali itaendelea kuunga mkono sekta binafsi.

Pia ameipongeza hospitali hiyo kwa kuanzisha Idara ya huduma za dharura ambayo ina uwezo wa kuhudumia wagonjwa zaidi ya 9,000 kwa mwaka.

Katika hatua, nyingine, Dk. Biteko amewataka Watendaji katika Wizara ya Afya kutoogopa kujifunza kutoka Sekta binafsi pale inapofanya vizuri na wawape ushirikiano wakati wote siyo nyakati za ukaguzi kwani lengo ni kufikisha huduma bora kwa wananchi kwa ushirikiano wa serikali na sekta hiyo.

Kwa upande wa kujengewa barabara ya lami mita 300 kuelekea kwenye hospitali hiyo ili kurahisisha utoaji huduma kwa wananchi Dkt.Biteko ameelekeza manispaa ya Kinondoni kulifanyia kazi suala hilo.

Dk. Mwinyikondo Amir, kutoka Wizara ya Afya akimwakilisha Waziri wa Afya, alisema tukio hilo ni ishara ya ushirikiano uliopo kati ya sekta binafsi na serikali katika kutoa huduma bora kwa wananchi.

Alisema wizara ya Afya imekuwa na ushirikiano na hospitali ya Kairuki ikiwemo matumizi ya bima ya afya na kwamba pande zote mbili zinatambua kuwa zina wajibu wa kutekeleza dira ya maendeleo ya 2050 inayoelekeza uwepo wa jamii yenye afya bora.

Mwenyekiti wa Bodi ya Shirika la Afya na Elimu wa hospitsli hiyo, Kokushubila Kairuki ameishukuru Serikali kwa kutambua mchango wa sekta binafsi katika kuboresha huduma za afya nchini.

Alisema sekta ya afya imekuwa na maendeleo makubwa chini ya uongozi wa Rais, Dk. Samia Suluhu Hassan na kwamba hospitali hiyo itaendelea kuunga mkono juhudi hizo hasa ikiwa ni utekelezaji wa Dira 2050 inayolenga kujenga Taifa lenye uchumi imara na afya bora.

Alisema gharama za kuweka teknolojia hiyo ya HIFU imegharimu zaidi ya bilioni 12.3 hadi sasa wananchi 300 wamepatiwa huduma za uchunguzi huku 298 wakipata matibabu. Awali, Kaimu Mkurugenzi Mkuu wa Hospitali ya Kairuki,

Dk. Onesmo Kaganda alisema uzinduzi wa HIFU ni tukio la kihistoria kwa kuwa ni mara ya kwanza kwa huduma hiyo kuzinduliwa katika nchi za Ukanda wa Afrika Mashariki na Kati.

Alisema HIFU ni Teknolojia ya kisasa inayotumia mawimbi Sauti (Sound Waves) kutibu aina mbalimbali za uvimbe mwilini bila upasuaji, ikiwemo uvimbe wa saratani na usiokuwa wa saratani katika maeneo kama Matiti, Kongosho, Kizazi kwa Wanawake, na Tezi Dume kwa wanaume.

Benki ya Maendeleo ya TIB imepokea cheti cha shukrani kutoka Ofisi ya Msajili wa Hazina, ikiwa ni kutambua mchango wake wa kudhamini na kushiriki katika Mkutano wa Wenyeviti wa Bodi na Wakurugenzi Wakuu wa Taasisi za Umma (CEOs Forum 2025). Cheti hicho kimekabidhiwa kwa Mwenyekiti wa Bodi ya Wakurugenzi wa TIB, Sosthenes Kewe, pamoja na Mkurugenzi Mtendaji, Deogratius Kwiyukwa. Hafla ya kukabidhi cheti hicho imefanyika jana katika Ukumbi wa Kimataifa wa AICC, jijini Arusha na ikiongozwa na Naibu Waziri Mkuu na Waziri wa Nishati, Dk. Doto Mashaka Biteko.

Tanzania yashiriki Mkutano wa 39 wa IDEC XXXIX Marekani

Nashville, Marekani

KAMISHNA Jenerali wa Mamlaka ya Kudhibiti na Kupambana na Dawa za Kulevya (DCEA), Aretas Lyimo, ameongoza ujumbe wa Tanzania kushiriki Mkutano wa 39 wa Kimataifa wa Mapambano Dhidi ya Dawa za Kulevya (IDEC XXXIX) ulioandaliwa na Mamlaka ya Kudhibiti Dawa za Kulevya ya Marekani (DEA).

Mkutano huo ulifanyika kuanzia tarehe 26 hadi jana (28 Agosti 2025), katika Hoteli ya Renaissance Nashville, jijini Nashville, Tennessee nchini Marekani.

Tukio hili muhimu limewakutanisha viongozi wakuu wa Mamlaka za uthibiti wa dawa za kulevya kutoka mataifa mbalimbali Duniani, likiwa na lengo kuu la kuimarisha mshikamano wa kimataifa katika kupambana na uhalifu wa kimataifa unaohusisha dawa za kulevya.

Mada kuu ya mkutano huu imejikita katika Ushirikiano wa Dunia kwa Mustakabali salama katika kuzibaini changamoto mpya za biashara haramu ya dawa za kulevya, uhalifu wa kimataifa na mbinu za utakatishaji fedha.

Mkutano huo uliienda sambamba na vikao mahusus na warsha maalum za teknolojia ya kisasa ya kukabiliana na dawa za kulevya Duniani.

Tukio hili limeendeleza historia ya IDEC kama jukwaa kuu la kujenga ushirikiano na kubadilishana mbinu kwa vyombo vya kudhibiti dawa za kulevya duniani kote, katika jitihada za kudhibiti mitandao ya kihalifu inafanya biashara na uzalishaji wa dawa za kulevya.

Kupitia ushiriki huu, Tanzania imenufaika kwa kiwango kikubwa, jambo linaloonesha matunda ya jitihada zaRais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Dk. Samia Suluhu Hassan katika kuimarisha mahusiano ya kidiplomasia.

Moja ya mafanikio makubwa yaliyopatikana ni makubaliano yaliyofikiwa kati ya Tanzania na nchi zinazozalisha kwa wingi kemikali bashirifu ili kudhibiti kemikali hatari zinazotumika katika utengenezaji wa dawa za kulevya.

Pia, Tanzania imepata nafasi ya kujadiliana na nchi zinazozalisha mmea wa Kratom unaotengeneza dawa mpya ya kulevya aina ya Mitragyna Speciosa na kuridhiana njia bora ya kushirikiana kudhibiti dawa hiyo ambayo ambayo hata katika nchi hizo imeorodheshwa kama dawa hatari ya kulevya inayodhibitiwa.

Vilevile, ujumbe wa Tanzania umepata uzoefu kutoka Kwa nchi zinazotengeneza vifaa vya kisasa vya kubaini dawa za kulevya, jambo litakalosaidia kuimarisha udhibiti na usalama katika mipaka.

Pia, mkutano huu umeonesha umuhimu wa kuongeza nguvu katika kudhibiti biashara ya dawa za kulevya inayoendelea kuhamia katika majukwaa ya kidijitali, kwa kushirikisha sekta binafsi.

Pamoja na hayo, nchi washiriki wamejifunza na kukumbushwa umuhimu wa kuwekeza katika upelelezi wa kisayansi kupitia forensic intelligence. Dunia kwa sasa inashuhudia mbinu mpya za kutengeneza dawa za kulevya, ambazo zinapita nje ya mifumo ya kawaida, hali inayotishia ufanisi wa mbinu za zamani za udhibiti. Hii ina maana kwamba, uwekezaji katika teknolojia na sayansi ni muhimu zaidi ili kuendelea kufanikisha vita hii.

Kupitia mkutano huu, Tanzania imepata ushirikiano mpya na nchi mbalimbali pamoja na mashirika ya kimataifa.

Mojawapo ya mafanikio ni makubaliano na shirika kubwa la kimataifa la INL, ambalo limeahidi kushirikiana na DCEA kupambana na biashara ya dawa za kulevya kwa kutumia vifaa vya kisasa hususani kuimarisha Forensic Intelligence. Pia, kikao muhimu kimefanyika kati ya Kamishna Jenerali Aretas Lyimo na Kamishna Jenerali wa Mamlaka ya Kudhibiti Dawa za Kulevya Nigeria (NDLEA), Brigedia Jenerali Maro, ambapo wamekubaliana kuharakisha makubaliano ya ushirikiano kati ya Tanzania na Nigeria katika vita dhidi ya dawa za kulevya.

Ushiriki wa Tanzania katika mkutano huu unaakisi dhamira ya Taifa katika kulinda usalama wa wananchi na kuimarisha uchumi kupitia mapambano thabiti dhidi ya biashara haramu ya dawa za kulevya kwa kujali UTU na kulinda AFYA za watanzania.

Hatua hii ni mwendelezo wa juhudi za kuhakikisha vijana wa Tanzania wanalindwa dhidi ya athari za dawa za kulevya ili waweze kushiriki kikamilifu katika maendeleo ya Taifa na kufanikisha malengo ya Dira ya Taifa ya Maendeleo 2050.

DK.BITEKO AZINDUA TEKNOLOJIA YA KUONDOA UVIMBE MWILINI BILA UPASUAJI

Na Mwandishi Wetu,
DAR ES SALAAM

NAIBU Waziri Mkuu na Waziri wa Nishati, Dkt. Doto Biteko ameziindua teknolojia ya kuondoa uvimbe mwilini bila upasuaji inayofahamika kama High-Intensity Focused Ultrasound (HIFU) katika Hospitali ya Kairuki ikiwa ni mara ya kwanza kwa huduma hiyo kuzinduliwa katika nchi za Afrika Mashariki na Kati.

Akizindua huduma hiyo juzi jijini Dar es Salaam, Dkt. Biteko amepongeza Watendaji wa hospitali ya Kairuki pamoja na muasisi wake Hubert Kairuki na Mkewe kwa uthubutu wao katika masuala mbalimbali ikiwemo utoaji wa huduma hiyo ya HIFU ambayo imeiweka Tanzania katika rekodi ya kutoa uvimbe bila kufanya upasuaji barani Afrika suala ambalo pia litaongezea nchi mapato.

Ameeleza kuwa awali huduma ya HIFU barani Afrika likuwa ikipatikana katika nchi tatu tu ambazo ni Misri, Nigeria na Afrika Kusini.

Aidha, ameipongeza Hospitali ya Kairuki kwa kutoa punguzo la asilimia 50 la gharama za matibabu ya utoaji uvimbe bila upasuaji kwa wagonjwa 50 wa kwanza ndani ya kipindi cha mwezi mmoja kuanzia leo ikiwa ni kielelezo cha Watendaji wa hospitali hiyo kuonesha utu kwa Watanzania, kuacha alama njema na kuunga mkono dhamira ya Serikali ya kutoa huduma kwa watanzania kwa gharama nafuu.

Dkt. Biteko amesema kuwa kufanyika kwa tukio hilo muhimu ni kielelezo cha Serikali ya Rais, Dkt. Samia Suluhu Hassan kuipa msukumo sekta binafsi na kuikuza ili kutoa huduma za matibabu kwa wananchi kwa ufanisi na kusogeza karibu huduma ambazo hapo awali zilikuwa hazipatikani ndani ya nchi hivyo ameahidi kuwa Serikali itaendelea kuunga mkono Sekta binafsi.

·Aidha, ameipongeza Hospitali ya Kairuki kwa kuanzisha Idara ya huduma za dharura ambayo ina uwezo wa kuhudumia wagonjwa zaidi ya 9,000 kwa mwaka.

Katika hatua, nyingine, Dkt. Biteko amewataka Watendaji katika Wizara ya Afya kutoogopa kujifunza kutoka Sekta binafsi pale inapofanya vizuri na wawape ushirikiano wakati wote siyo nyakati za ukaguzi tu kwani lengo la Serikali ni kufikisha huduma bora kwa wananchi kwa ushirikiano wa Serikali na sekta hiyo.

Kuhusu ombi la Hospitali ya Kairuki la kujengewa barabara ya lami ya mita 300 kuelekea kwenye hospitali hiyo ili kurahisisha utoaji huduma kwa wananchi ameelekeza Manispaa ya Kinondoni kufanyia kazi ombi hilo..

Dkt. Mwinyikondo Amir, kutoka Wizara ya Afya akimwakilisha Waziri wa Afya, amesema kuwa tukio hilo ni ishara ya ushirikiano uliopo kati ya sekta binafsi na Serikali katika kutoa huduma bora kwa wananchi.

Amesema Wizara ya Afya imekuwa na ushirikiano mkubwa na Hospitali ya Kairuki katika masuala mengi ikiwemo matumizi ya Bima ya Afya na kwamba pande zote mbili zinatambua kuwa zina wajibu wa kutekeleza dira ya maendeleo ya 2050 inayoelekeza uwepo wa jamii yenye afya bora.

Mwenyekiti wa Bodi ya Shirika la Afya na Elimu Kairuki, Kokushubila Kairuki ameishukuru Serikali kwa kutambua mchango wa sekta binafsi katika kuboresha huduma za afya nchini.

Amesema sekta ya afya imekuwa na maendeleo makubwa chini ya uongozi wa Rais, Dkt. Samia Suluhu Hassan na kwamba hospitali hiyo itaendelea kuunga mkono juhudi hizo hasa ikiwa ni utekelezaji wa Dira 2050 inayolenga kujenga Taifa lenye uchumi imara na afya bora.

Amesema gharama za kuweka teknolojia hiyo ya HIFU ni shilingi Bilioni 12 na milioni 300.

Aidha amesema kutoka huduma ya HIFU ianze kutolewa tayari wananchi 300 wamepata huduma za uchunguzi huku 298 wakipata matibabu.

Awali, Kaimu Mkurugenzi Mkuu wa Hospitali ya Kairuki, Dk. Onesmo Kaganda alisema uzinduzi wa HIFU ni tukio la kihistoria kwakuwa ni mara ya kwanza kwa huduma hiyo kuzinduliwa katika nchi za Ukanda wa Afrika Mashariki na Kati.

Amesema teknolojia hiyo barani Afrika imeanzishwa katika nchi tatu tu ambazo ni Misri, Nigeria na Afrika Kusini.

Ameeleza kuwa HIFU ni Teknolojia ya kisasa inayotumia Mawimbi Sauti (Sound Waves) b kutibu aina mbalimbali za uvimbe mwilini bila upasuaji, ikiwemo uvimbe wa saratani na usiokuwa wa saratani katika maeneo kama Matiti, Kongosho, Kizazi kwa Wanawake, na Tezi Dume kwa wanaume.

Ameeleza faida za huduma hiyo kuwa ni pamoja na kutokuwa na kovu kwa kuwa hakuna upasuaji, mgonjwa hawekewi nusu kaputi na mgonjwa hupona kwa muda mfupi na kurejea katika shughuli zake, matibabu hayahitaji kumwongezea damu mgonjwa hata kwa wagonjwa wenye upungufu wa damu, pia kupunguza gharama za kwenda nje ya nchi kutafuta matibabu.

Ameongeza kuwa, faida nyingine ya HIFU ni pamoja na tiba shufaa ambayo husaidia dawa za saratani kufanyakazi vizuri mwilini, kufubaza kukua kwa saratani mwilini (slowdown disease progression) na kupunguza maumivu kwa wagonjwa wa saratani.

Amesema mtambo huo ulianza kufanya kazi desemba 2023 ambapo mpaka sasa wagonjwa 303 wamefanyiwa uchunguzi na 298 kupatiwa matibabu na kumekuwa na matokeo chanya ya wagonjwa hao.

Amesema kuwepo kwa teknolojia hiyo ni sehemu ya kuunga mkono juhudi za Serikali ya Tanzania kupitia Wizara ya Afya za kuifanya Tanzania kuwa kitovu cha utalii Tiba Kusini mwa jangwa la Sahara.

Pia, amemshukuru Rais, Dkt. Samia Suluhu Hassan kuweka mazingira wezeshi ya ushirikiano kati ya Serikali na Taasisi Binafsi.

Kuhusu Idara ya Huduma za Dharura iliyozinduliwa katika Hospitali ya Kairuki amesema itakuwa na uwezo wa kuhudumia wagonjwa zaidi ya 9000 kwa mwaka na pia imejizatiti kwa magonjwa ya dharura pindi yatakapotokea.

Waziri wa Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki Mhe. Balozi Mahmoud Thabit Kombo na Waziri wa Mambo ya Nje wa Singapore Mhe. Dkt.Vivian Balakrishnan wakiwa katika mazungumzo yaliyofanyika jijini Singapore Agosti 28, 2025.

RAIS SAMIA AMEWASHA UMEME VIJIJI VYOTE ARUSHA

Na Mwandishi Wetu,
ARUSHA

IMEELEZWA kuwa, Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Mhe. Dkt. Samia Suluhu Hassan, kupitia Wakala wa Nishati Vijijini (REA), amewezesha kuwasha umeme vijiji vyote 368 sawa na asilimia 100 na sasa utekelezaji unaendelea kwa kasi ya kupeleka huduma ya umeme kwenye vitongoji vyote ambavyo havijafikiwa na huduma hiyo jijini Arusha.

Hayo yamebaibishwa jana na Mwenyekiti wa Bodi ya Nishati Vijijini (REB), Mhe. Balozi Meja Jenerali Mstaafu Jacob Kingu, wakati wa ziara ya kutembelea utekelezaji wa miradi ya umeme vijijini, sambamba na kuzungumza na Wakandarasi wanaotekeleza miradi ya REA ambapo ameweza kushuhudia wananchi wakiunganishiwa huduma ya umeme Wilaya ya Arumeru, Kitongoji cha Kisongo Juu jijini humo.

Aliongeza kuwa, mradi wa kupeleka umeme kwenye vitongoji unaendelea vizuri ambapo vitongoji 936 kati ya vitongoji 1,505 hadi sasa tayari vimeunganishwa na nishati ya umeme na kazi hiyo inaendelea kwa kasi ili kumaliza kwa wakati na wananchi waweze kunufaika na uwepo wa nishati ya umeme katika maeneo yao.

“Tumshukuru sana Mhe. Rais Samia kwa namna mbavyo anaendelea kuwezesha sisi REA kuweza kutekeleza miradi ya kupeleka umeme kwenye vitongoji kwa kasi kubwa kama mnavyoiona katika mkoa huu wa Arusha na wananchi wengi wanaendelea kuunganishiwa umeme, “ Amesema Mhe. Balozi Kingu.

Vilevile, Wakala wa Nishati Vijijini (REA) imeendelea kutekeleza miradi mbalimbali katika mkoa huu inayolenga kuwapatia huduma za uhakika za nishati ili kuboresha huduma za kijamii na kiuchumi katika maeneo yote ya vijijini.

Katika hatua nyingine, Mhe. Balozi Kingu amehaidi kuwa, REA itaendelea kuwafikishia huduma ya umeme wananchi kwenye vitongoji na maeneo ya pembezoni ya miji ili kuwawezesha kuwa na umeme wa uhakika katika maeneo hayo na kuwezesha kukuza uchumi.

Kwa upande wake, Mwenyekiti wa Kitongoji cha Kisongo Juu Adam William, amesema mradi huo wa umeme katika eneo hilo ni fursa kwao kuweza kufanya shughuli mbalimbali za kiuchumi ikiwemo kusaga mahindi na mpunga kwa kutumia mashine ya umeme, kuchaji simu na fursa nyingine za kiuchumi zinazotokana na uwepo wa nishati ya umeme.

CAG Kichere azungumza na maofisa wa Mamlaka ya Ngorongoro

Na Mwandishi Wetu

MDHIBITI na Mkaguzi Mkuu wa Hesabu za Serikali, Charles Kichere ametoa wito kwa watumishi wa Mamlaka ya Hifadhi ya Ngorongoro kuendelea kufanya kazi kwa kuzingatia sheria, taratibu, kanuni na kushirikiana ili kulinda matumizi sahihi ya rasilimali za umma.

Akizungumza na menejimenti ya Ngorongoro, Kichere amesema njia pekee ya taasisi kufanya vizuri pale zinapokaguliwa ni kuzingatia sheria,Kanuni na taratibu zilizowekwa.

“Siku zote mnapotimiza majukumu yenu ya kila siku ni muhimu kuzingatia sheria, weledi na kukumbuka kuwa mpo ili kuwatumikia watanzania kupitia rasilimali mnazosimamia”,alisema bwana Kichere.

Kamishna wa Uhifadhi Mamlaka ya Hifadhi ya Ngorongoro Bw. Abdul-Razaq Badru alimpongeza CAG kwa ziara hiyo na kusema kuwa mamlaka itaendelea kuboresha mifumo utendaji kazi hususan kusimamia kikamilifu shughuli za uhifadhi, utalii na maendeleo ya jamii ili kuendelea kuongeza tija kwa Taifa.

Mdhibiti na Mkaguzi Mkuu wa Hesabu za Serikali yupo katika ziara ya kikazi ya siku mbili kukagua shughuli mbalimbali za mamlaka hiyo.

WATALAAM WA UFUATILIAJI NA TATHMINI WIZARA YA MALIASILI WAHIMIZWA KUWA KIDIGITALI

Na Sixmund Begashe, *DODOMA*

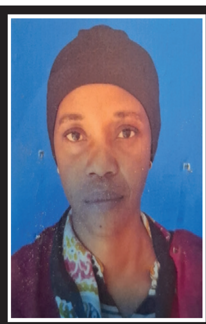
WATAALAMU wa Ufuatiliaji na Tathmini wa Wizara ya Maliasili na Utalii wametakiwa kuzingatia matumizi ya mifumo ya kidijitali katika utekelezaji wa majukumu yao ili kuongeza ufanisi katika uchakataji, uhifadhi na upatikanaji wa taarifa kwa wakati.

Wito huo umetolewa jijini Dodoma na Mkurugenzi wa Kitengo cha Ufuatiliaji na Tathmini wa Wizara hiyo, Bure Nassibu, alipokuwa akifunga kikao kazi cha siku mbili kilicholenga kujadili na kupanga mikakati ya utekelezaji wa shughuli za ufuatiliaji na Tathmini ya Sera, Mipango, Mpango Mkakati na Ilani ya Uchaguzi ya mwaka 2025-2030.

Amesema pamoja na matumizi ya mifumo ya kidijitali, watumishi hao wanapaswa kufanya kazi kwa uadilifu huku wakizingatia kanuni na taratibu za Utumishi wa Umma kwa kuwa Wizara inawategemea katika kusukuma mbele mafanikio ya utekelezaji wa majukumu yake.

Aidha, amewasisitizia kushirikiana kikamilifu na viongozi pamoja na watumishi wa idara, vitengo na taasisi zao ili kuimarisha uelewa wa pamoja juu ya umuhimu wa Ufuatiliaji na Tathmini katika majukumu ya kila siku.

“Ufuatiliaji na Tathmini ni nyenzo muhimu ya kuhakikisha kuwa malengo na shughuli zote zilizopangwa ndani ya taasisi zinakamilishwa kwa wakati, kama ilivyopangwa, ili kuleta maendeleo ya Wizara na Taifa kwa ujumla,” amesema.



SALHA SHOMARI SULTANI

Mhusika hapo juu anatafutwa na Jeshi la Polisi Tanzania kwa kosa la kushiriki mapenzi ya jinsia moja kinyume cha sheria.

Alifanya makosa hayo Dar es Salaam mnamo **Aprili 15, 2020**. Yeyote atakayemuona atoe taarifa kituo cha polisi kilicho karibu naye.

Taarifa imetolewa Polisi na kupewa ***RB No.*** **RB/KM/1532/2020**

Mdhibiti na Mkaguzi Mkuu wa Hesabu za Serikali, Charles Kichere akiwa na watumishi wa Mamlaka ya Hifadhi ya Ngorongoro alipowapa somo la kuendelea kufanya kazi kwa kuzingatia sheria, taratibu, kanuni na kushirikiana ili kulinda matumizi sahihi ya rasilimali za umma.

Singapore na Tanzania zakubaliana kuimarisha ushirikiano wa kiuchumi

Na Mwandishi Wetu

SERIKALI ya Singapore na Tanzania zimekubaliana kuimarisha ushirikiano wa kimaendeleo na kiuchumi kupitia sekta mbalimbali ikiwemo uendeshaji wa bandari, utalii, sekta ya fedha, usafirishaji, biashara na uwekezaji, elimu na kilimo ili kuchochea kasi ya maendeleo ya Taifa na wananchi wake.

Makubaliano hayo ambayo yatatekelezwa kupitia Programu ya Ushirikiano wa Singapore (Singapore Cooperation Program), yamefikiwa wakati wa mazungumzo yaliyofanyika jana, kati ya Waziri wa Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki Mhe. Balozi Mahmoud Thabit Kombo na Waziri wa Mambo ya Nje wa Singapore Dk.Vivian Balakrishnan jijini Singapore.

Katika hatua ya awali ya utekelezaji wa makubaliano hayo Tanzania na Singapore zimeazimia kukamilisha na kutia saini Mkataba wa Kulinda Uwekezaji wa Kutotoza Kodi mara mbili ikiwa ni hatua muhimu za kuvutia uwekezaji na biashara kati ya nchi hizo mbili.

“Singapore na Tanzania zote zipo katika maeneo la kijiografia ambayo ni lango la biashara na uwekezaji. Hivyo ushirikiano wa nchi zetu mbili unaweza kufungua masoko ya nchi zaidi ya 30 za Afrika na Asia” Alieleza Waziri Balakrishnan.

Kwa upande wake, Waziri Kombo alieleza kuwa, Serikali ya Tanzania itaendelea kuweka mazingira salama na rafiki kwa biashara na uwekezaji huku akisisitiza kuhusu umuhimu wa kuongeza ushirikiano katika sekta zinazogusa maisha ya wananchi ya kila siku ikiwemo maji, nishati, nyumba na makazi, bidhaa za chakula, sekta ya fedha, elimu na uzalishaji wa bidhaa za kiteknolojia.

Vilevile katika mazungumzo hayo Waziri Balakrishnan ameahidi kuongeza wigo wa fursa za ufadhili wa elimu na mafunzo kwa watanzania hususan vijana, katika nyanja mbalimbali ikiwemo teknolojia na ubunifu ili kuwaongezea uwezo utakao wawezesha kumudu ushindani wa soko la ajira na kujiajiri.

Aidha, Waziri Balakrishnan amaebainisha kuwa kupitia Programu ya Ushirikiano wa Singapore, serikali ya nchi hiyo itaongeza wigo wa fursa za ufadhili wa elimu na masomo kwa vijana wa Tanzania ili kuwajengea uwezo wa kumudu ushindani wa soko la ajira na kujiajiri.

Aliendelea kufafanua kuwa mkakati huo utajumuisha mafunzo ya muda mrefu na mfupi, mafunzo ya ufundi, pamoja na programu za ubadilishanaji wa uzoefu ambao utawawezesha vijana wa kitanzania kupata ujuzi na maarifa ya kisasa ya kuendesha sekta za kimkakati ikiwemo uchumi wa kidijitali, usimamizi wa miradi, nishati mbadala na ujasiriamali.

Katika kipindi cha miongo miwili ya hivi karibuni Tanzania imesajili wawekezaji 32 kutoka nchini Singapore wakiwa na uwekezaji wenye thamani zaidi ya Dola za Marekani milioni 500 huku wakitoa ajira kwa zaidi ya watu 3000.

TAHARIRI

Kampeni zimeanza wananchi tusikilize

HUU ni mwaka wa uchaguzi kwa nafasi za urais, ubunge na udiwani. Kwa Zanzibar ni Wawakilishi vilevile. Kampeni zimeanza rasmi jana kwa nchi nzima ambapo Chama Cha Mapinduzi (CCM), kimefungua njia jijini Dar es Salaam.

Ishara ya kupeperishwa bendera kwa vyama vyote 18 Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Mhe. Dkt. Samia Suluhu Hassan amekutana na kuzungumza na Rais wa Chama cha Wanasheria Tanganyika (TLS), Boniface Mwabukusi, Ikulu Chamwino mkoani Dodoma, tarehe 27 Agosti, 2025. nia kusimamisha wagombea kwenye maeneo mbalimbali ya nchi.

Wagombea watazunguka kwenye maeneo yetu kunadi sera zao. Masuala mbalimbali watakayowatendea wananchi kwa kipindi cha miaka mitano ijayo.

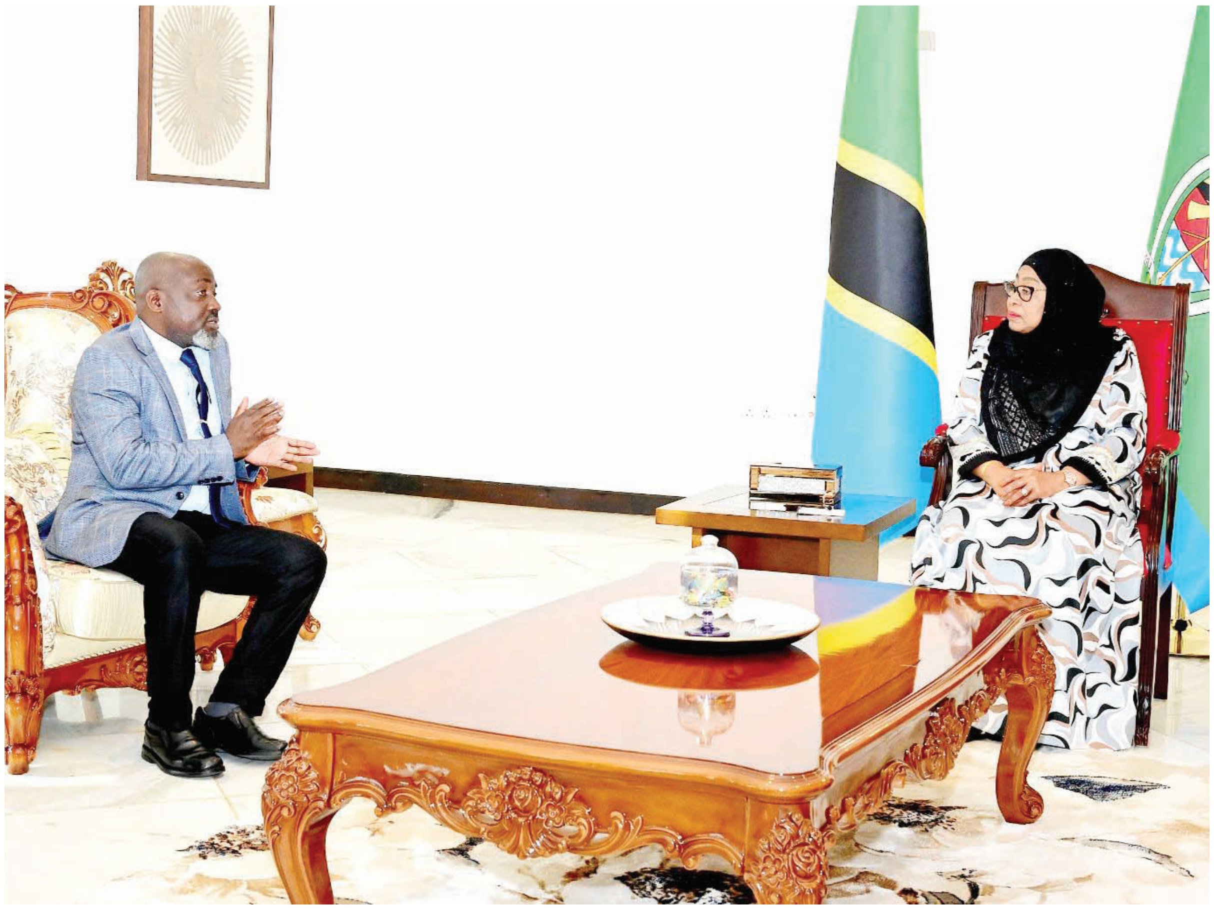
Hivyo, Taifa Tanzania tunawaeleza wananchi kusikiliza na kuchambua kabla ya kufanya maamuzi sahihi.

Maamuzi yao wakumbuke yatadumu kwa miaka mitano, ikiwa watamchagua mtu asiyefaa kwa sababu tu ametoa rushwa, basi wajiandae kuumia kwa miaka mitano.

Ikiwa watamchagua mtu sahihi basi wajiandae kwa ufanisi wake kwa miaka mitano ijayo.

Wajibu wa mwananchi ni kuangali mahali sahihi pa kuweka kura yake, kwa sababu maamuzi yoyote yatabadili maisha yake kuwa mabaya au mazuri zaidi.

Huu ndio ushauri tunaoutoa Taifa Tanzania katika kipindi hiki cha siku 60 za kampeni. Mengi yatazungumzwa, ahadi nyingi zitatolewa, lakini mgombea mkweli atachujwa kwa maneno yake.



Rais Dk. Samia Suluhu Hassan amekutana na kuzungumza na Rais wa Chama cha Wanasheria Tanganyika (TLS), Boniface Mwabukusi, Ikulu Chamwino mkoani Dodoma, juzi.

MITIHANI YA UTIMILIFU: JE, NI NJIA YA KUWAJENGA AU KUWAVUNJA MOYO WANAFUNZI WA MADARAJA YOTE?

Na Mwalimu Maholangumbi - Chale

MITIHANI ya utimilifu ni sehemu muhimu sana ya maandalizi katika mfumo wa elimu nchini Tanzania. Yanaandaliwa kwa lengo la kuwapa wanafunzi mazoezi ya mtihani wa taifa ili kujiandaa kisaikolojia na kitaaluma. Hata hivyo, mitihani hii inazua mjadala mkubwa kuhusu kama ni njia ya kuwajenga wanafunzi au kuwavunja moyo.

Mitihani ya utimilifu huwajengea wanafunzi ujasiri kwa kuwapa nafasi ya kuzoea mazingira na hali halisi ya mtihani. Wanafunzi hupata fursa ya kujifunza kupanga muda na namna ya kujibu maswali kwa haraka na kwa usahihi. Walimu pia hupata picha kamili ya uwezo wa wanafunzi na kubaini maeneo wanayohitaji msaada zaidi. Hii huwasaidia kuandaa mipango bora ya kufundisha kabla ya mtihani mkuu. Pia, matokeo ya mitihani ya utimilifu huongeza ari ya kujifunza kwa wanafunzi wengi. Wanafunzi ambao wanapata matokeo duni huwa na motisha ya kufanya bidii zaidi, wakitumia makosa yao kama changamoto ya kujirekebisha. Kwa namna hii, mitihani ya mock inaweza kuwa chombo chenye manufaa makubwa katika mchakato wa mafanikio ya kitaaluma.

Hata hivyo, mitihani ya utimilifu pia huleta changamoto kubwa. Wanafunzi wengi hupatwa na msongo wa mawazo baada ya kuona matokeo mabaya, jambo linaloweza kuwakatisha tamaa. Hali hii ni hatari hasa kwa wanafunzi waliopo madarasa ya chini au wale waliokuwa na matokeo mabaya mara kwa mara. Msongo huu unaweza kuathiri kwa kiasi kikubwa hali yao ya kisaikolojia na uwezo wa kuendelea na masomo.

Changamoto nyingine ni ugumu wa mitihani ya utimilifu. Baadhi ya shule huandaa mitihani migumu mno, isiyoendana na viwango vya mtihani wa taifa. Hali hii huwafanya wanafunzi wajisikie hawana uwezo na kuathiri motisha yao. Aidha, matatizo ya usahihishaji ni changamoto kubwa. Walimu wasahihishaji hulipwa posho ndogo, hali inayowaathiri na kuwafanya kusahihisha kwa haraka na bila umakini wa kutosha. Matokeo yake ni makosa katika usahihishaji, kutolewa kwa matokeo yasiyo sahihi na kupoteza fursa ya wanafunzi kujifunza kutokana na makosa yao.

Pia, tofauti kubwa katika viwango vya usahihishaji kati ya shule na mikoa huleta mchanganyiko wa matokeo yasiyo halisi. Wakati mwingine, mwanafunzi hupata alama nzuri kwenye mock lakini akashindwa mtihani rasmi, au kinyume chake. Utoaji wa matokeo kwa wakati usiofaa pia huathiri juhudi za marekebisho kabla ya mtihani wa mwisho.

Changamoto nyingine muhimu ni malipo madogo kwa walimu wasahihishaji. Malipo haya madogo huathiri morali ya walimu na mara nyingine husababisha usahihishaji kufanyika kwa haraka na bila umakini wa kutosha. Ili kuboresha ubora wa usahihishaji, walimu wasahihishaji wanapaswa kupewa malipo stahiki na mazingira mazuri ya kazi.

Kwa ujumla, mitihani ya utimilifu ni chombo muhimu kinachoweza kusaidia wanafunzi wa madarasa yote kufanikisha mtihani wa taifa, iwapo itatumiwa kwa busara. Walimu, wazazi na wadau wa elimu wanapaswa kushirikiana kuhakikisha mitihani hii inakuwa sehemu ya kujenga na kuhamasisha, si chanzo cha kuwakatisha tamaa wanafunzi wetu.

Mitihani ya utimilifu ni sehemu muhimu ya safari ya elimu. Tunapaswa kuhakikisha inatumika kama daraja la mafanikio kwa wanafunzi wetu, si kama kikwazo kinachowavunja moyo.

Mwandishi ni Mwl. Maholangumbi Chale, mwalimu na mtaalamu wa masuala ya elimu kutoka shule ya sekondari Chumbageni.

TAIFA Tanzania

Barua Pepe; taifatznews@gmail.com

Mkurugenzi Uendeshaji: **+255 735 555 744.**
Mhariri Mkuu: +255 713 593 894
Mhariri wa Habari: +255 782 203 877
Mhariri wa Makala: +255 659 555 744
Mhariri wa Michezo: +255 754 808 092
Idara Ya Usambazaji: +255 747 555 744

IDARA YA MATANGAZO: 0747 555 744 /0784 088 743.

Ugonjwa wa tezi la koo (Thyroid disease), kwenye androgenic alopecia mwanamume au mwanamke hunyonyoka nywele pamoja na kupungua kwa mstari wa nywele kwenye paji la uso na pia nywele hizi huwa kuwa nyembamba.

NA MWANDISHI MAALUM

Alopecia (Tatizo la Kunyonyoka Nywele)

USHAHIDI wa matumizi ya chanjo aina nne dhidi ya ugonjwa wa Marburg. umepitishwa na kamati inayohusika na masuala ya chanjo iliyo chini ya Shirika la Afya Duniani {WHO}.

Kulingana na WHO maandalizi ya majaribio yamekamilika, Mkurugenzi Mkuu wa Shirika hilo, Dkt. Tedros Ghebreyesus amesema hayo katika kikao chake na wanahabari.

Alikuwa akitoa muhtasari wa mwelekeo wa masuala ya afya duniani, akiwa Geneva, Uswisi.

Amenukuliwa akisema "Itifaki za majaribio zimekamilika na wadau wa WHO wako tayari kusaidia majaribio ya chanjo hizo dhidi ya ugonjwa huo ambao hivi karibuni umeripotiwa Equatorial Guinea na Tanzania.

"Tunategemea kushirikiana na serikali hizi mbili ili kuanza majaribio na kusaidia kuzuia maambukizi zaidi na vifo, halikadhalika kuzuia milipuko zaidi katika siku za usoni," amesema Dkt. Tedros.

Ameongeza "Huko Equatorial Guinea WHO na wadau wake wanasaidia Wizara ya Afya kukabili mlipuko wa Marburg hasa katika kusaidia kubaini wagonjwa, kutoa tiba na kushirikisha jamii.

"Tumesaidia pia kuanzisha vituo vya matibabu kwenye maeneo yaliyoathirika. Idadi ya wagonjwa inasalia ile ile 9 ambapo kati yao 7 wamefariki dunia katika majimbo matatu," amesema Dkt. Tedros.

Amebainisha kwamba hata hivyo majimbo hayo yanatenganishwa na umbali wa kilometa 150 jambo linalodokeza kuwa ugonjwa umesambaa eneo kubwa.

WHO ina taarifa ya kuweko kwa wagonjwa wengine hivyo imeomba serikali ya Equatorial Guinea kuwasilisha rasmi WHO taarifa hizo.

Kwa upande wa Tanzania amenukuliwa akisema idadi ya wagonjwa waliothibishwa ni wale wale 8 na waliokufa ni 5 na waliosalia watatu wanapatiwa matibabu katika kituo cha afya.

> Dalili nyingine ni kucha za kwenye vidole vya mikononi na miguuni kuwa nyekundu, zilizochongoka, nyembamba na huvunjika kwa urahisi, ngumu, zenye matundu na zilizopoteza

"Hadi sasa wagonjwa hao wote wako katika mkoa mmoja wa Kagera, kaskazini magharibi mwa Tanzania," amesema.

Kwa mujibu wa Dkt. Tedros tayari WHO na wadau kama vile UNICEF, kituo cha udhibiti magonjwa cha Marekani CDC na madaktari bila mipaka, MSF wanasaidia serikali kuziba pengo la hatua za kukabili mlipuko huo.

"Mlipuko wa ugonjwa wa virusi vya Marburg ni kumbusho lingine ya kwamba, tunaweza kulinda afya ya binadamu.

"… iwapo tutalinda pia afya ya wanyama na sayari yetu ambayo inaendeleza uhai wote. Tunaita hii mfumo wa Afya Moja," amesisitiza Dkt. Tedros.

MARBURG NI NINI?

Si ugonjwa mpya duniani, kwa mara ya kwanza ulizuka ndani ya Mji wa Marburg na katika Mji mwingine wa Frankfurt iliyopo huko nchini Ujerumani mnamo mwaka 1967.

Mji wa Belgrade - Serbia nako kuliripotiwa kuwapo mlipuko ndani ya mwaka huo huo lakini, ripoti za ki-sayansi zinaeleza Mji wa Marburg ndiyo uliripoti visa vingi zaidi.

Kulingana na Shirika la Afya Duniani {WHO}, ndiyo maana asili ya jina la ugonjwa huo ni Marburg.

Pamoja na hayo, Mtandao wa Taasisi ya Kimataifa ya kuzuia na kudhibiti magonjwa – CDC inaeleza mlipuko huo ulihusishwa na wanyama aina ya ngedere.

CDC inaeleza ngedere hao walichukuliwa kutoka Barani Afrika nchini Uganda, ambao walipelekwa na kuhifadhiwa katika kituo kimoja cha masuala ya utafiti.

Wanasayansi wanaeleza kwamba bado hakuna chanjo yoyote iliyogundulika inayoweza kumsaidia binadamu kujikinga dhidi ya maambukizi ya kirusi hicho.

Aidha, bado hamna tiba ya moja kwa moja dhidi ya ugonjwa huo, isipokuwa tu mtu hupatiwa matibabu kulingana na aina ya dalili anayopata.

HUENEA KWA KASI

Ugonjwa huo ni wa kuambukiza na huenea kwa kasi, ripoti za kisayansi zinaeleza husababishwa na virusi {Marburg Viral Diseases – MVD}.

Ni ugonjwa hatari wa mlipuko na unaoambukiza haraka, virusi hawa husababisha kutoka kwa damu katika mwili wa binadamu.

Wanasayansi wanasema virusi hawa huishi kwa wanyama kama Tumbili, Sokwe, Popo na Swala ambao ndiyo ndiyo wanaweza kusababisha muingiliano wa virusi hivi kutoka kwa wanyama kuja kwa binadamu.

Huitwa pia homa ya Marburg unaweza kuambukiza kutoka kwa mtu mmoja kwenda kwa mwengine kwa haraka sana.

Dkt. Helman Nyingo ni Mtaalamu na Mtafiti wa Magonjwa yatokanayo na Wanyama ndani ya Wizara ya Afya anafafanua zaidi namna ugonjwa huo unavyoenea kutoka kwa wanyama kwenda kwa binadamu.

"Virusi vya Marburg wanaishi kwa wanyama hao lakini sana sana popo ndiyo wanaweza kukaa na hawa virusi kwa muda mrefu," anasema.

Anaongeza "{Popo hao} ni aina ile aina ambayo hupatikana zaidi Barani Afrika {African Fruit Bat} kitaalamu wanaitwa 'Rousettus aegyptiacus' ndiyo haswa wanabeba virusi hivi.

"Popo hao kwa kawaida huishi kwenye mapango na kwa sababu wameenea maeneo mengi ya Bara la Afrika wanafanya liwe kwenye hatari ya kupata ugonjwa huu.

".., inasadikika {njia kuu ya} hawa virusi kutoka kwa wanyama kama popo kwenda kwa binadamu ni kupitia kwenye vinyesi.

Dkt. Helman anafafanua zaidi {Tunajua mahala {popo hao} wanapokaa hutoa vinyesi na {huwa} kuna muingiliano na watu kwenye mapango, watu wakigusa vile vinyesi wanaweza kuambukizwa.

Matukio mbalimbali yakimuonyesha mgombea urais kwa tiketi ya Chama Cha Mapinduzi (CCM), Dk. Samia Suluhu Hassan na Viongozi mbalimbali, wasanii pamoja na wananchi waliohudhuria uzinduzi wa Kampeni za Uchaguzi Mkuu kwa Chama cha Mapinduzi (CCM) katika viwanja vya Tanganyika Packers Jijini Dar es Salaam, jana.

Hifadhi ya Taifaya Bonde la Kidepo ya nchini Uganda, Hifadhi ya Taifa ya Kruger ya nchini Afrika Kusini and Hifadhi ya Masai Mara ya nchini Kenya. Serengeti pia kwa mwaka 2025 imeingia tena.

NA MWANDISHI WETU

‘Diplomatic Safari And Tour’ yaandika historia, kumbukumbu ya kipekee

KWA mara ya kwanza katika historia ya diplomasia ya Tanzania, Wizara ya Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki imezindua rasmi Diplomatic Safari and Tour — mpango wa kipekee unaolenga kuimarisha diplomasia ya umma na kutangaza utalii wa Tanzania kwa mataifa mbalimbali kupitia wanadiplomasia wanaowakilisha nchi zao nchini.

Kuanzia tarehe 11 hadi 15 Aprili 2025, takriban wanadiplomasia 25 kutoka nchi na mashirika ya kimataifa waliopata fursa ya kushiriki katika ziara hii maalum walitembelea vivutio vya utalii vya Hifadhi ya Taifa ya Serengeti, Eneo la Hifadhi ya Ngorongoro, na fukwe maridadi za Zanzibar.

Ziara hii imeratibiwa na Wizara kwa kushirikiana na wadau wa sekta binafsi wakiwemo Benki ya NMB, Bodi ya Utalii Tanzania (TTB), Kamisheni ya Utalii Zanzibar, pamoja na mawakala wa utalii wa ndani. Ushirikiano huu unaakisi dira ya Sera ya Mambo ya Nje inayotoa kipaumbele kwa Diplomasia ya Uchumi kwa lengo la kuongeza idadi ya watalii wa kimataifa na mapato ya taifa kupitia sekta ya utalii.

Mratibu wa ziara hiyo Balozi na Mkurugenzi wa Mawasiliano na Diplomasia ya Umma wa Wizara hiyo alieleza kuwa, “Ziara hii siyo tu fursa ya kuonyesha urithi wetu wa asili na utamaduni, bali pia ni njia ya kuimarisha taswira ya Tanzania kimataifa kwa lengo la kuchochea Diplomasia ya Kiuchumi kwa kuvutia uwekezaji kupitia sekta ya utalii, kuongeza idadi ya watalii na kuongeza mazao ya utalii kwa kuongeza eneo hili la wanadiplomasia.”

Wanadiplomasia hao 25 wanatarajiwa kuwa mabalozi wa hiari wa Tanzania kwa kuitangaza nchi kwenye mataifa yao kwa kutumia uzoefu walioupata, hatua ambayo inatarajiwa kuongeza idadi ya watalii na kuvutia wawekezaji zaidi. Wizara imethibitisha kuwa Diplomatic Safari and Tour itakuwa tukio la kila mwaka, likiwa ni jukwaa la kukuza ushirikiano kati ya serikali na sekta binafsi katika kuendeleza utalii, na kuiweka Tanzania kwenye ramani ya dunia kama kitovu bora cha utalii barani Afrika na duniani kwa ujumla.

Kupitia hatua hii ya ubunifu, Tanzania imedhihirisha dhamira yake ya kuukaribisha ulimwengu na kuwa na wanadiplomasia kama mabalozi wake wa kwanza katika kutangaza hazina ya vivutio iliyonayo.

Naibu Katibu Mkuu Wizara ya Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki, Balozi Said Shaib Mussa (kushoto) akiwa katika picha ya pamoja na Wanadiplomasia waliohudhuria katika Maonesho ya Siku 5 ya Kidiplomasia ya Safari and Tour 2025 baada ya kutua salama kutoka kwa Puto la Hewa katika Hifadhi ya Serengeti tarehe 12 Aprili 2025.

WANADIPLOMASIA WAVUTIWA NA UPEKEE WA SERENGETI, UHIFADHI NDANI YA NGORONGORO NA UTALII WA ZANZIBAR; WAPONGEZA JITIHADA ZA TANZANIA KUTANGAZA UTALII

Wanadiplomasia zaidi ya 25 kutoka nchi mbalimbali na mashirika ya kimataifa waliopata nafasi ya kushiriki katika ziara ya kipekee ya Diplomatic Safari and Tour 2025, wameeleza kufurahishwa kwao na uzuri wa vivutio vya utalii vya Tanzania, huku wakisifu juhudi za Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Mhe. Dkt. Samia Suluhu Hassan katika kutangaza utalii wa nchi kupitia diplomasia ya umma.

Kabla ya kuanza siku yao ya kipekee ya kutalii kwa kutumia Puto la Hewani (Hot Air Balloon), wanadiplomasia hao walilazwa katika hoteli ya kifahari ya Serengeti Explorer, mojawapo ya maajabu ya malazi ya kifahari ndani ya hifadhi ya Serengeti. Hoteli hiyo iliyojengwa kwa ufanisi wa hali ya juu huku ikiendana na mazingira ya asili, iliwapatia wanadiplomasia hao utulivu na faraja ya kipekee katikati ya pori. Mandhari ya jua kuzama, tambarare zisizokuwa na mwisho, sauti za wanyama wa mwituni usiku, na huduma ya hali ya juu iliyotolewa na wahudumu waliobobea, iliifanya hoteli hiyo kuwa sehemu ya kukumbukwa katika ziara yao.

Mapema alfajiri, wakiwa bado na msisimko wa uzuri wa malazi yao ndani ya Hifadhi ya Serengeti, wanadiplomasia hao walielekea kushuhudia uzuri wa jua likichomoza wakiwa angani ndani ya Puto la Moto, huduma iliyotolewa na Miracle Experience Tanzania huku wakielea juu ya tambarare za Serengeti. Pia walipata fursa ya kuona Wanyama, mimea pamoja na ndege, na kusikia simulizi mbalimbali kutoka kwa marubani wa Maputo hayo.

Balozi wa Burundi nchini Tanzania, Mhe. Léontine Nzeyimana, alielezea hisia zake baada ya kushiriki utalii wa anga kwa kutumia ‘Hot Air Balloon’ ndani ya hifadhi hiyo, akisema hakuwahi kufikiria kuwa atаweza kupata uzoefu huo wa kipekee. “Naipongeza Wizara ya Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki kwa kutuandalia ziara hii. Nimejionea uzuri wa Tanzania ambao hauwezi kuelezeka kwa maneno pekee,” alisema.

Aidha, wanadiplomasia hao walionesha mshangao na furaha kwa kushuhudia kwa macho moja ya maajabu ya urithi wa dunia – uhamaji mkubwa wa Nyumbu zaidi ya milioni 1.5 wakiongozana na Pundamilia ‘The Great Migration”, jambo ambalo awali wengi wao walikuwa wakilisikia tu kupitia taarifa za vyombo vya habari.

Hifadhi ya Taifa ya Serengeti imeendelea kuwa ya kipekee ambapo imekuwa ikishinda tuzo ya ‘Africa’s Leading National Park ya World Travel Awards’ mara sita mfululizo kwa mwaka 2019, 2020, 2021, 2022, 2023 na 2024 ambapo imefanikiwa kupata ushindi dhidi ya hifadhi maarufu kama hifadhi ya Central Kalahari ya nchini Botswana; Hifadhi ya Taifa ya Etosha ya nchini Namibia; Hifadhi ya Taifaya Bonde la Kidepo ya nchini Uganda, Hifadhi ya Taifa ya Kruger ya nchini Afrika Kusini and Hifadhi ya Masai Mara ya nchini Kenya. Serengeti pia kwa mwaka 2025 imeingia tena katika ushindani wa tuzo hizo.

Baada ya kukamilisha ziara yao katika Hifadhi ya Taifa ya Serengeti, msafara wa wanadiplomasia hao uliendelea kwa barabara kuelekea Eneo la Hifadhi ya Ngorongoro. Safari hiyo iliwapa fursa ya kushuhudia uzuri wa mandhari ya asili na wanyama wa porini waliokuwa wakivuka kwa uhuru, huku magari ya kitalii yakitii sheria za kukaa kwenye Barabara husika bila kuingia kwenye maeneo ya nje ya Barabara ili kulinda mazingira.

Walipowasili katika hifadhi hiyo maarufu duniani, walivutiwa na umahiri wa usimamizi wauhifadhi kwenye eneo hilo ambalo limefanikiwa kwa kiwango kikubwa kuhifadhi bioanuwai ya kipekee, wakiwemo wanyama wakubwa watano duniani. Ngorongoro ni mojawapo ya maeneo machache duniani yenye uwanda wa volkeno uliojaa wanyama, na hutambulika na UNESCO kama Urithi wa Dunia kutokana na uzuri wake wa kiasili na mchango wake mkubwa katika uhifadhi wa mazingira ya porini.

Kwa upande wake, Balozi wa Saudi Arabia nchini Tanzania, Mhe. Yahya Okeish, alieleza kuguswa na mandhari ya kuvutia ya Bonde la Ngorongoro, akisema: “Hakika Tanzania ni nchi yenye vivutio vya kipekee. Nitarudi hivi karibuni nikiwa na ndugu jamaa na marafiki kutoka nyumbani, pamoja na familia yangu; ili nao waone uzuri wa nchi hii.

Zanzibar ilikuwa kituo cha mwisho katika ratiba ya ziara ya wanadiplomasia hao, ambapo walipata fursa ya kushuhudia urithi wa kihistoria na uzuri wa kipekee wa visiwa hivyo. Baada ya kupata mapokezi ya nderemo na vifijo kwenye uwanja wa ndege wa Unguja, yaliyoongozwa na Mhe. Mudrik Soragha, Waziri wa Utalii na Malikale; ziara ya wanadiplomasia ilianza katika Mji Mkongwe (Stone Town), eneo lililojaa historia ya karne nyingi na linalotambulika na UNESCO kama Urithi wa Dunia. Hapa walitembelea majumba ya makumbusho yenye kumbukumbu ya historia ya utawala wa Kisultani, ikiwa ni pamoja na makaburi ya Masultani waliowahi kuiongoza Zanzibar, na kuelezewa mchango wa visiwa hivyo katika historia ya Afrika Mashariki.

Katika mwendelezo wa ziara yao, walifika kwenye Makumbusho ya Tanzanite ambapo walipata fursa ya kutazama filamu fupi inayoelezea historia ya uvumbuzi wa jiwe hilo la thamani linalopatikana Tanzania tu. Jiwe hilo, lenye mvuto wa kipekee, linaaminika kuwa nadra mara 1,000 zaidi ya almasi, jambo lililowaacha mabalozi hao na mshangao mkubwa. Kwenye jumba hilo walipita kwenye handaki linalofanana na mgodi wa machimbo ya jiwe hilo na kuelezea hatua mbalimbali za uchimbaji wake, hadi kufikia hatua ya mwisho ya

INAENDELEA UKURASA. 11

The Royal Tour na Amazing Tanzania, ambazo zimekuwa kichocheo kikubwa cha ongezeko la watalii nchini. Alibainisha kuwa kati ya mwaka 2023 na 2024 idadi ya watalii imeongezeka kutoka milioni 1.8 hadi milioni 2.1..

NA MWANDISHI WETU

‘Diplomatic Safari And Tour’ yaandika historia, kumbukumbu ya kipekee

INATOKA UKURASA. 10

kuliuza. Hapa wanadiplomasia waliingia kwenye duka maalum la jiwe hilo ndani ya makumbusho hayo na kufanya manunuzi ya bidhaa mbalimbali zilizopambwa na jiwe la tanzanite.

Ili kukamilisha uzoefu wao wa utalii wa visiwani, mabalozi walishiriki katika utalii wa baharini kwa kutumia manowari maalum ya ‘Semi-Submarine’ iliyowapeleka hadi karibu na kisiwa cha Bawe. Huko walijionea mandhari ya kuvutia ya miamba ya matumbawe ya “Classic Reef” na maisha ya ajabu ya viumbe wa baharini chini ya maji ya Bahari ya Hindi. Kabla ya kuhitimisha ziara yao kwenye Mji Mkongwe, mabalozi hao walipokelewa kwa shangwe na Vijana wa Makachu Divers katika eneo la Forodhani, waliowaonesha ustadi wao wa kipekee wa kurukia maji, ikiwa ni sehemu ya utamaduni wa ukarimu wa Zanzibar.

Hafla ya kufunga ziara nzima ya siku nne, ilifanyika Kizimkazi, kwenye mahali alipozaliwa na kukulia Mhe. Rais Dkt. Samia, ikiwa ni hitimisho la safari hiyo kabla ya kurejea Dar es Salaam, ambapo baadhi walisafiri na ndege na wengine walichagua kutumia usafiri wa boti ya kisasa ya Azam VIII.

Balozi wa Somalia nchini Tanzania, Mhe. Ilyas Ali Hassan, alitoa shukrani kwa niaba ya wanadiplomasia wenzake akisema: “Utalii wa Tanzania ni fahari ya Afrika. Ukarimu wa Watanzania na ubora wa huduma zao umetugusa mno. Hakika hii ilikuwa ni ziara ya kihistoria isiyoweza kusahaulika.”

Diplomatic Safari and Tour ni mpango wa Wizara ya Mambo ya Nje unaotekelezwa kwa kushirikiana na wadau wa sekta binafsi wakiwemo Benki ya NMB, Jukwaa la TANTOUR, Bodi ya Utalii Tanzania (TTB), na Kamisheni ya Utalii Zanzibar. Lengo ni kuitumia diplomasia ya kiuchumi kuhamasisha utalii wa kimataifa na kuifanya Tanzania kuwa chaguo namba moja kwa watalii duniani.

Kupitia ziara hii, wanadiplomasia wamekuwa mabalozi wa hiari wa kuitangaza Tanzania nje ya mipaka yake, kwa kutumia majukwaa ya kidiplomasia, mitandao ya kijamii, vyombo vya habari na ushawishi wao katika nchi wanazotoka, hivyo kusaidia kuongeza idadi ya watalii na kuimarisha mahusiano ya kimataifa kwa njia ya utalii.

TANZANIA YATUMIA DIPLOMATIC SAFARI AND TOUR 2025 KUTANGAZA UTALII WAKE KWA DUNIA – RAIS DKT. MWINYI AFUNGA RASMI ZIARA ZANZIBAR

Serikali ya Jamhuri ya Muungano wa Tanzania kupitia Wizara ya Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki imehitimisha kwa mafanikio makubwa ziara ya Diplomatic Safari and Tour 2025, iliyowakutanisha mabalozi na wakuu wa mashirika ya kimataifa walioko nchini Tanzania kwa lengo mahsusi la kutumia diplomasia kama daraja la kuutangaza utalii wa Tanzania kimataifa.

Rais wa Zanzibar na Mwenyekiti wa Baraza la Mapinduzi, Mheshimiwa Dkt. Hussein Ali Mwinyi, alifunga rasmi ziara hiyo katika hafla ya kihistoria iliyowakutanisha jumuiya ya wanadiplomasia iliyopo Zanzibar na waliokuwa kwenye ziara pamoja na wadau mbalimbali wa sekta ya utalii; iliyofanyika usiku wa Aprili 14, 2025 katika Hoteli ya Aldiana, Kizimkazi, Zanzibar. Akizungumza mbele ya mabalozi zaidi ya 25 kutoka mabara mbalimbali, Mheshimiwa Rais Mwinyi alieleza kuwa ziara hii ni jukwaa muhimu la kuonesha sura halisi ya Tanzania yenye utajiri mkubwa wa vivutio vya kipekee vya utalii na urithi wa kihistoria.

Katika hotuba yake, Dkt. Mwinyi aliwashukuru mabalozi kwa kushiriki kikamilifu katika ziara hiyo na akawataka kuwa mabalozi wa kuitangaza Tanzania kama kitovu cha utalii barani Afrika. “Tumewakaribisha kama wageni, lakini tunawaaga kama mabalozi wa hiyari wa vivutio vyetu,” alisema Dkt. Mwinyi.

Aidha, Rais Mwinyi alieleza hatua kubwa zilizofikiwa Zanzibar katika kukuza sekta ya utalii ikiwa ni pamoja na upanuzi wa Terminal 3 katika Uwanja wa Ndege wa Kimataifa wa Abeid Amani Karume, hatua iliyowezesha visiwa hivyo kupokea ndege kutoka zaidi ya kampuni 34 za kimataifa kwa safari za moja kwa moja kila mwaka. Alisisitiza kuwa mafanikio hayo yanaonesha dhamira ya Zanzibar ya kujenga sekta ya utalii jumuishi, endelevu na yenye matokeo chanya kwa uchumi na jamii.

Zanzibar pia imeendelea kutambulika kimataifa ambapo mwaka huu ilitunukiwa tuzo ya Africa’s Leading Festival and Event Destination 2024 na World Travel Awards, ikiwa ni uthibitisho wa hadhi ya Zanzibar kama kivutio cha kipekee barani Afrika.

Kwa upande wake, Waziri wa Utalii na Mambo ya Kale, Mheshimiwa Mudrik Ramadhan Soraga, alipongeza Wizara ya Mambo ya Nje kwa ubunifu wa kuutangaza utalii kwa kutumia wanadiplomasia kama mawakala wa ushawishi katika nchi zao. Alipendekeza kuongeza muda wa ziara zijazo ili wageni wapate nafasi ya kugundua maeneo mengi zaidi ya utalii wa visiwani Zanzibar.

Naye Mkuu wa Mabalozi walioko nchini Tanzania na Balozi wa Umoja wa Visiwa vya Comoro, Mheshimiwa Ahmada El Badaoui Mohammed Fakhi, alitoa shukrani kwa Waziri wa Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki, Mhe. Mahmoud Thabit Kombo (Mb.), kwa uratibu mzuri wa ziara hiyo. Alisisitiza kuwa “hakuna diplomasia bila urithi,” akihimiza umuhimu wa kulinda na kuendeleza utajiri wa kiutamaduni na kihistoria wa Tanzania.

Ziara ya mwaka huu ya Diplomatic Safari and Tour 2025 imebeba dhamira ya kuunganisha diplomasia na uchumi kwa vitendo, kwa kuonesha uwezo mkubwa wa Tanzania katika sekta ya utalii, ikiwa ni moja ya maeneo makuu ya vipaumbele vya diplomasia ya kiuchumi inayotekelezwa chini ya Serikali ya Awamu ya Sita. Mabalozi wamepata nafasi ya kutembelea vivutio vya kipekee vya Hifadhi ya Serengeti, Bonde la Ngorongoro, na Mji Mkongwe wa Zanzibar – vyote vikiwa sehemu ya urithi wa dunia unaotambuliwa na UNESCO.

Diplomatic Safari and Tour imeibuka kuwa nyenzo madhubuti ya kuendeleza uhusiano wa kidiplomasia, kukuza ushawishi wa kimataifa wa Tanzania na kufungua milango zaidi ya uwekezaji na utalii.

ZIARA YA KIHISTORIA: Serikali Yazindua Diplomatic Safari and Tour 2025 kwa Lengo la Kutangaza Utalii wa Tanzania Duniani

Naibu Waziri Mkuu na Waziri wa Nishati, Mheshimiwa Doto Mashaka Biteko (Mb.) alizindua rasmi Diplomatic Safari and Tour 2025 katika uwanja wa ndege wa kimataifa wa Julius Nyerere (JNIA), jijini Dar es Salaam tarehe 11 Aprili 2025, ikiwa ni dakika chache kabla ya wanadiplomasia zaidi ya 25 kupanda ndege kuelekea uwanja wa ndege wa Seronera ulioko ndani ya Hifadhi ya Taifa ya Serengeti.

Akizungumza na wanadiplomasia hao wakati wa uzinduzi, Mheshimiwa Biteko alieleza kuwa ziara hiyo ni sehemu ya utekelezaji wa Sera ya Mambo ya Nje yenye mwelekeo wa Diplomasia ya Uchumi, inayolenga kuimarisha mahusiano ya kimataifa kupitia utalii na uwekezaji. Alisisitiza kuwa Serikali ya Awamu ya Sita, inayoongozwa na Mheshimiwa Dkt. Samia Suluhu Hassan, Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, imepiga hatua kubwa katika kuitangaza Tanzania duniani kupitia mikakati mbalimbali ya kidiplomasia.

Mheshimiwa Biteko alitaja baadhi ya juhudi hizo kuwa ni pamoja na utayarishaji wa filamu maarufu za Tanzania: The Royal Tour na Amazing Tanzania, ambazo zimekuwa kichocheo kikubwa cha ongezeko la watalii nchini. Alibainisha kuwa kati ya mwaka 2023 na 2024 idadi ya watalii imeongezeka kutoka milioni 1.8 hadi milioni 2.1, huku mapato yanayotokana na utalii yakipanda kutoka dola bilioni 3.4 hadi bilioni 3.9 za Kimarekani, jambo linalothibitisha mafanikio ya jitihada za kuipeleka Tanzania mbele katika anga ya kimataifa.

Uzinduzi huo ulihudhuriwa pia na viongozi wengine waandamizi wa Serikali wakiwemo Waziri wa Maliasili na Utalii, Mheshimiwa Balozi Pindi Chana, Naibu Waziri wa Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki, Mheshimiwa Cosato Chumi, pamoja na Naibu Katibu Mkuu wa Wizara ya Mambo ya Nje na Ushirikiano wa Afrika Mashariki, Balozi Said Shaib Mussa.

Ziara hii ya kihistoria inatarajiwa kufanyika kila mwaka kwa kushirikiana na wadau wa sekta binafsi, ikiwa ni jukwaa la kukuza utalii, kuongeza wawekezaji na kuimarisha jina la Tanzania katika uso wa dunia kupitia diplomasia ya umma.

Muonekano wa Hifadhi ya Taifa ya Serengeti wakati wa Safari ya Kidiplomasia na Ziara ya 2025, katika picha ya wanadiplomasia wakiangalia wanyama watano wakubwa duniani na mwisho wa msimu mkubwa wa uhamiaji.

Hii inaweza kuwa kutokana na kushuka kwa viwango vya homoni, pamoja na ukosefu wa usingizi, mafadhaiko, upungufu wa maji mwilini, na mambo mengine ya mazingira yanayohusiana na kumtunza mtoto.

NA MWANDISHI WETU

Kwa nini ugonjwa wa kipandauso au migraine huwaathiri wanawake zaidi kuliko wanaume?

KWA wanawake wenye umri wa kati ya miaka 18 na 49, migraine ndio chanzo kikuu cha ulemavu duniani. Migraine ni zaidi ya maumivu ya kichwa, ni tatizo linalokudhoofisha ya mfumo wa neva.

Watu ambao wana migraines huwa na maumivu ya upande mmoja wa kichwa na wakati mwingine kuhisi kana kwamba kuna kifaa kinachogonwa kichwani hasa upande wa paji la uso.

Maumivu haya mara nyingi huambatana na kichefuchefu, kutapika na macho huhisi kuathiriwa na mwanga.

Shambulio linaweza kudumu kwa masaa au siku, na watu wengine hutumia muda wa kupatwa na maumivu haya kujitenga katika vyumba vya giza. Karibu watu milioni 800 duniani kote wana migraines. Nchini Marekani pekee, karibu watu milioni 39, takriban asilimia 12 ya idadi ya watu, wanateseka mara kwa mara na hali hii.

Wengi wa watu hawa ni wanawake. Wanawake hupata migrane mara tatu zaidi ya idadi ya wanaume waliyonayo.

Kwa wanawake wenye umri wa kati ya miaka 18 na 49, migraine ndio chanzo kikuu cha ulemavu duniani. Zaidi ya hayo, utafiti unaonyesha kuwa migraine huwapata wanawake na kuwaathiri mara kwa mara, na hudumu kwa muda mrefu kwao kuliko wanaume.

Wanawake wana uwezekano mkubwa kuliko wanaume kutafuta matibabu na dawa za kutibu migrain, na wanawake wenye migraine huwa na matatizo zaidi ya afya ya akili, ikiwa ni pamoja na wasiwasi na msongo wa mawazo. Kama mtaalamu wa neva wa kichwa aliyethibitishwa na bodi, ninaona tofauti za kijinsia katika maumivu ya kichwa ya migraine. Baadhi ya sababu za tofauti hizi zinaweza kukushangaza.

MIGRAINE NA HOMONI

Kuna sababu kadhaa ambazo zinaelezea ni kwanini wanaume na wanawake hupata mashambulizi ya migraine tofauti. Homoni zina jukumu muhimu katika maendeleo ya kichwa cha migraine.

Hizi ni pamoja na homoni, maumbile na jinsi jeni fulani zinavyowashwa au kuzima - eneo la utafiti linaloitwa epigenetics - na mazingira. Sababu hizi zote zina jukumu katika kuunda muundo wa ubongo, kazi, na kubadilika inapokuja katika suala la migraine.

Homoni za estrogen na progesterone, kupitia njia tofauti, zina jukumu katika udhibiti wa kazi nyingi za kibiolojia.

Hizi huathiri kemikali mbalimbali katika ubongo na zinaweza kuchangia tofauti za kazi na miundo katika maeneo maalum ya ubongo ambayo yanahusika katika mtu kupata migraine. Pia, homoni za ngono zinaweza kubadilisha haraka ukubwa wa mishipa ya damu, ambayo inaweza kusababisha watu kupata mashambulizi ya migraine.

Katika utoto, wavulana na wasichana wana uwezekano sawa wa kupata migraine . Inakadiriwa kuwa karibu 10% ya watoto wote huwa na migraine wakati fulani.

Lakini wakati wasichana wanapofikia umri wa balehe, nafasi ya kupata migraines kuongezeka.

Hiyo ni kwa sababu ya kushuka kwa viwango vya homoni za ngono, hasa estrojeni, inayohusishwa na kubalehe, ingawa homoni zingine, pamoja na progesterone, zinaweza pia kuhusika.

Baadhi ya wasichana wana migraine yao ya kwanza karibu na mzunguko wao wa kwanza wa hedhi.

Lakini migraines huwa mara kwa mara na makali wakati wa mzunguko wa hedhi wa mwanamke na wakati wa miaka ya kuzaa.

Watafiti wanakadiria kuwa asilimia 50 hadi 60 ya wanawake wenye migraine hupata migraine ya hedhi.

Migraine hizi kawaida hutokea katika siku za mwanzo za hedhi au wakati wa kipindi chenyewe, wakati viwango vya estrojeni vilivyopungua vinaweza kusababisha migraine.

Migraine ya hedhi inaweza kuwa kali zaidi na ya kudumu kwa muda mrefu kuliko migraine wakati mwingine wa mwezi.

Kundi la madawa ya kulevya ambayo yalikuja kwenye soko katika miaka ya 1990 - triptans - kwa ujumla hutumiwa kutibu migraines. Baadhi ya triptans inaweza kutumika hasa kutibu migraine ya hedhi.

Aina nyingine ya dawa inayoitwa dawa zisizo za kuzuia uchochezi, pia zimekuwa na ufanisi katika kupunguza usumbufu na muda wa migraine ya hedhi. Vilevile baadhi ya njia za uzazi wa mpango, husaidia kuweka viwango vya homoni imara.

Migraine inayosumbuliwa na wanawake wajawazito inaweza kuwa mbaya zaidi baada ya kujifungua.

Kwa wanawake ambao ni wajawazito, migraine inaweza kuwa hasa kudhoofisha wakati wa robo ya kwanza, wakati ugonjwa wa asubuhi ni kawaida, na kufanya kuwa vigumu kula, kulala au kukosa maji. Mbaya zaidi, kuruka yoyote ya mambo haya kunaweza kufanya migraines uwezekano zaidi.

Habari njema ni kwamba migraine kwa ujumla huwa na kuwa chini kali na mara kwa mara wakati wa ujauzito wote. Kwa baadhi ya wanawake hutoweka, hasa wakati mimba inapoendelea.

Lakini, kwa wale wanaoteseka wakati wa ujauzito, migraines huwa na kuongezeka baada ya kuzaa.

Hii inaweza kuwa kutokana na kushuka kwa viwango vya homoni, pamoja na ukosefu wa usingizi, mafadhaiko, upungufu wa maji mwilini, na mambo mengine ya mazingira yanayohusiana na kumtunza mtoto.

Mashambulizi ya Migraine pia yanaweza kuongezeka wakati wa kipindi cha kabla ya ukomo wa uzazi, awamu ya mpito kuelekea kumaliza.

Tena, ni kushuka kwa viwango vya homoni, hasa homoni ya estrojeni, ambayo husababisha, pamoja na maumivu sugu, msongo wa mawazi, na matatizo ya usingizi ambayo yanaweza kutokea wakati huu.

Hata hivyo, wakati wa kumaliza hedhi, migraine huwa na kupungua. Katika baadhi ya matukio, wao kutoweka kabisa.

Wakati huo huo, kuna matibabu ambayo yanaweza kupunguza mzunguko na ukali wa migraines wakati wa kumaliza, ikiwa ni pamoja na tiba ya uingizwaji wa homoni.

Tiba ya uingizwaji wa homoni ina homoni za na hutumiwa kuchukua nafasi ya zile ambazo mwili hutoa kwa kiasi kidogo wakati wa mpito au baada ya kumaliza.

MIGRAINE KATIKA WANAUME

Mzunguko na ukali wa migraines huongezeka kidogo kwa wanaume baada ya umri wa miaka 20. Wanafikia umri wa miaka 50, kisha hugonga au kutoweka kabisa.

Haijulikani hasa kwa nini hutokea kwa njia hii, lakini mchanganyiko wa sababu za maumbile, ushawishi wa mazingira, na mtindo wa maisha unaweza kuchangia kuongezeka.

Watafiti bado wana mengi ya kujifunza kuhusu kwa nini wanawake na wanaume hupata migraines.

Kuziba pengo la kijinsia katika utafiti wa migraine sio tu kuwawezesha wanawake, lakini pia kuendeleza uelewa wa hali hiyo kwa ujumla na huunda siku zijazo ambazo migraines inaweza kusimamiwa vizuri.

"Tunakula vyakula vilivyosindikwa zaidi, vitu vingi ambavyo ni vibaya kwa afya yetu. Na hivyo uwiano kati ya bakteria wazuri na bakteria nyemelezi hukosekana", anasema Dkt . Alecsandru.

NA MWANDISHI WETU

Uvimbe wa kudumu: Hali ya inayoweza kuathiri vibaya afya yako

KWA kawaida wakati maambukizi, jeraha au sumu huonekana, kwa ujumla kitu hatari kinachoweza kudhuru mwili wako, uchochezi hutokea kama mchakato mwilini mwako wa kupigana na magonjwa haya, kama njia ya mwili kujiponya yenyewe.

Katika mchakato huu, mwili hutoa kemikali kama vile kingamwili au protini na kuongezeka kwa mtiririko wa damu kwenye eneo lililoharibiwa, jambo ambalo huchochea mwitikio wa utendaji wa mfumo wako wa kinga ya mwili.

"Ni pale ambapo mwitikio mzima wa kinga unapofanya kazi vyema, ambapo kiumbe huweza kuelewa wazi kuwa kuna uvimbe," anasema Mario López Hoyos, rais wa Chama cha Kinga cha Kihispania.

Hivi ndivyo inavyotokea tunapojikata, kwa mfano. Eneo lililoathiriwa mara moja huwashwa, hugeika rangi nyeundu na tunahisi uchungu, na kisha hatua kwa hatua huchukuliwa na mwili wetu mpaka unapojiponya wenyewe.

Na mwitikio huu wa mwili wa haraka na wa muda mfupi katika kujiponya, ni mfano wa uvimbe (Inflammation) usio na madhara makubwa mwilini

Kusudi ni kuulinda mwili, kuondoa vijidudu vinavyovamia ambavyo vinaweza kuwa na madhara, anaeleza Dk. Diana Alecsandru, mkurugenzi wa Kinga na Kushindwa kwa Uzazi katika IVI (Taasisi ya Infertility, Hispania). Kwa hiyo, kwa ushirikiano kati ya vipengele mbalimbali vya seli, mfumo wetu unatahadharishwa, kwa mfano na homa ya mafua, na sababu inayofanya uharibifu huondolewa.

Lakini, kama ilivyo kwa inzi, ziada ya majibu haya kutoka kwa mfumo wetu wa kinga inaweza kuwa mbaya.

Kuvimba, hivyo manufaa kwa mwili, yanaweza kuwa na athari hasi Wakati mwili wako uko katika tahadhari ya mara kwa mara Lakini inaweza kutokea kwamba mfumo wetu wa kinga ukaendelea kutoa tahadhari na, kwa hiyo, majibu kwa kile unachokiona kuwa ya ajabu. Ni kana kwamba unaendelea kugundua uwepo wa mvamizi ambaye hayupo tena. "Unaendelea kuangazia mfumo wa kinga na unaendelea kufanya kazi dhidi ya mwili. Inaweza kutokea kwetu, kwa mfano, katika moyo , "anasema Alecsandru.

Ikiwa tuna uvimbe mwilini (inflammation) kwa muda mrefu , inaweza kuwa hatari, kwa sababu uvimbe huu unahusishwa na kupoteza kazi ya michakato mingi ya kisaikolojia na kiakili.

Uvimbe wa muda mrefu usiodhibitiwa utakuza aina zote za magonjwa, maambukizo sugu kama saratani, mizio na magonjwa mengine kama vile pumu na ukosefu wa kinga ya mwili," anasema López Hoyos. Pia, wataalam wote wawili wanatoa maoni, magonjwa kama vile kuharibika kwa mimba, kuathiriwa kwa mfuko wa uzazi au kuharibika kwa kiinitete. Mnamo mwaka wa 2018, jar

ida la Nature lilichapisha utafiti ambao ulionyesha kuwa zaidi ya 50% ya vifo vyote ulimwenguni vinatokana na magonjwa yanayohusiana na uchochezi: kuanzia ugonjwa wa moyo wa ischemic, ambo hutokea wakati mishipa inayosambaza damu kwenye misuli ya moyo inakuwa imeziba, saratani, kisukari, na magonjwa mengine ya ukosefu wa kinga mwilini. Kwa nini kuvimba mwilini (Inflammation) hutokea kwa muda mrefu? Kuvimba kunaweza kuendelea kwa sababu maambukizi au jeraha halijapona vizuri, kwa mfano.

Jambo jingine ambalo linaweza kusababisha uvimbe ni wakati una ugonjwa wa autoimmune, ambapo mfumo wa kinga hushambulia vibaya tishu zenye afya au mfumo wam wili kwa ujumla.

Huweza pia kusababishwa na hewa chafu au kemikali za viwandani. Na kwa mabadiliko ya maisha ya ubinadamu katika miaka 50 iliyopita.

''Tunakula vyakula vilivyosindikwa zaidi, vitu vingi ambavyo ni vibaya kwa afya yetu. Na hivyo uwiano kati ya bakteria wazuri na bakteria nyemelezi hukosekana", anasema Dkt . Alecsandru.

''Kulala muda mfupi , kuwa na mafadhaiko, mkubwa pia hupunguza sana mwitikio wa kinga, kuvuta sigara, kunywa pombe, kula vibaya na mafuta yaliyojaa, na ukosefu wa vitamini D itokanayo na jua huathiri utendaji mzima wa mwili na kusababisha uvimbe mwilini (inflammation)", anasema.

Kwa hiyo, maambukizi yanaonekana kwenye kiwango cha pelvic, na mkojo. Na hii hatimaye ina athari kwa afya yetu kwa ujumla: "Inaathiri damu yetu, kwa kiwango cha neva ... Kila kitu," anasema Alecsandru.

JE NI DALILI ZIPI?

López Hoyos anadokeza kuwa uvimbe wote, kulingana na vigezo vya kitabibu vya kawaida, hugunduliwa kwa njia nne: maumivu, uvimbe, kutokwa na maji, na kushindwa kufanya kazi. Kwa Dk Alescsandru, dalili za kuvimba kwa muda mrefu kwa kiwango cha chini cha uvimbe ni jambo la kawaida sana kiasi kwamba mara nyingine hata hatujui , "tumezoea kuhisi: kuwa na hali ya uchovu wa muda mrefu, udhaifu, maambukizi ya mara kwa mara, baridi ya mara kwa mara ".

Njia nyingine ya kuona kwamba kuna kuvimba ni wakati tunapokuwa na matatizo ya ngozi ya mara kwa mara kama vile eczema au psoriasis hutokea. "Ngozi ni kiungo kikubwa zaidi, kuna seli nyingi za kinga chini ya ngozi na hii ni kiashiria cha kwanza cha kuwa tatizo mwilini," anasema.

Mfumo wetu wa utumbo kwa ujumla unaweza pia kutuambia kuhusu iwapo kuvimba. Iwapo kuna vidonda mdomoni, mmeng'enyo mzito wa chakula, matatizo ya kumeza chakula vizuri, kujaa gesi tumboni, kupata haja kubwa zaidi au kupata shida kuwa nayo, tumbo kulegea hata baada ya kula kitu kidogo , au maumivu ya tumbo inaweza kuwa dalili nyingine ya uvimbe (Inflammation) mwilini.

Dalili zingine zinaweza kuwa shida ya kulala au wasiwasi.

Lakini bila shaka, Alecsandru anasisitiza, maambukizo ya mara kwa mara ni kiashiria wazi kwamba kuna kuvimba kwa muda mrefu.

"Mfumo wa kinga unafanya kazi ya kurekebisha, lakini ikiwa haufanyi chochote isipokuwa kurekebisha na kurekebisha kila wakati, unachoka na haufanyi kazi vizuri .

Jinsi ya kuepuka

Ni rahisi. Ikiwa kinachoweza kusababisha uvimbe huu wa muda mrefu ni tabia mbaya ya maisha, njia ya kuzuia ni kuacha kabisa tabia hizi.

Hii ni pamoja na kupata usingizi mzuri wa usiku, kutokuwa na msongo wa mawazo, na kufanya mazoezi.

Lakini, katika kisa cha mwisho, wataalam walishauriana kuzungumza juu ya kufanya mazoezi ya wastani na ya kuendelea, kwa sababu ikiwa yatakuwa makali sana pia yanaweza kusababisha uvimbe (inflammation)

Na Alecsandru anaonyesha kuwa ni bora ikiwa tunaweza kufanya shughuli fulani katika mazingira ya asili na sio katika jiji, ambapo kuna mazingira mazingira ambayo huweza kusababisha uvimbe.

Inahitajika pia kuzuia athari za mawakala wa mazingira wa nje ambazo huamsha utendaji wa kinga ya mwili kwa urahisi, kama vile uvutaji wa tumbaku.

Lakini ikiwa tayari una kuvimba kwa muda mrefu, kuna njia ya kuzuia?

"Kama umeshaanza ni shida, maana tayari umeshawasha moto

ITAENDELEA TOLEO LIJALO

Kama umeshaanza ni shida, maana tayari umeshawasha moto na ulichonacho," anasema López Hoyos, ambaye anabainisha kuwa jambo la kwanza, karibu kila mara, ni kupunguza uzito na kuboresha mtindo wa maisha.

Na ikiwa umegunduliwa, unaweza kuwa tayari unaishi saa za mwisho za maisha yako," anasema Oles, Sajini Mkuu wa kitengo cha upelelezi cha Brigedi ya 5 ya mashambulizi .

NA MWANDISHI WETU MAALUM

Silaha hatari inayotishia vita vya Ukraine-2

KATIKA makazi, nje ya anuwai ya ndege zisizo na rubani, tulikutana na askari kutoka kitengo cha upigaji risasi cha Kikosi cha 5 cha Mashambulizi.

"Unaweza kuhisi ukubwa wa mashambulizi ya Urusi ukiongezeka. Roketi, kombora, ndege zisizo na rubani... wanatumia kila walichonacho kukata njia za usambazaji katika jiji," Serhii anasema.

Kikosi chake kimekuwa kikisubiri kwa muda wa siku tatu kwenda kushika doria wakitumai kuwa kufunikwa na mawingu au upepo mkali utawalinda dhidi ya ndege zisizo na rubani.

Kitengo cha Serhii kililazimika kusubiri siku ili kutumwa kwenye nafasi zake za mstari wa mbele kutokana na tishio la ndege zisizo na rubani.

Urusi inaongoza

Katika mzozo unaoendelea kubadilika, wanajeshi wamelazimika kukabiliana haraka na vitisho vipya vinavyoletwa na teknolojia zinazoibuka.

Na tishio la hivi karibuni zaidi linatokana na droni za fiber-optic. Spool ya kebo yenye urefu wa makumi ya kilomita imeunganishwa chini ya droni, na kebo ya fiber-optic inaunganishwa na kidhibiti kinachoshikiliwa na rubani.

"Video na mawimbi ya udhibiti hupitishwa na kutoka kwa droni kupitia kebo, si masafa ya redio. Hii ina maana kwamba haiwezi kuingiliwa na vipokezi vya kielektroniki," anasema askari aliye na ishara ya simu Moderator, mhandisi wa droni wa kikosi cha brigedi ya 68.

Ndege zisizo na rubani zilipoanza kutumika sana katika vita hivi, majeshi yote mawili yaliweka magari yao mifumo ya kivita ya kielektroniki ambayo inaweza kuyapunguza.

Ulinzi huo hathivyo umeyeyuka kufuatia kuwasili kwa droni za fiber-optic, na Urusi kwa sasa inaongoza katika kupeleka vifaa hivi. Ukraine inajaribu kuongeza uzalishaji.

"Urusi ilianza kutumia ndege zisizo na rubani za fiber-optic muda mrefu kabla yetu, tukiwa bado tunazifanyia majaribio. Ndege hizi zisizo na rubani zinaweza kutumika katika maeneo ambayo tunahitaji kuruka chini chini kuliko ndege zisizo na rubani za kawaida. Tunaweza hata kuingia kwenye nyumba na kutafuta shabaha ndani," anasema Venia, rubani wa ndege zisizo na rubani katika Kikosi cha 68 cha Wanajeshi.

"Tulitania kwamba labda tulete mkasi kukata kebo," anasema Serhii, mshika bunduki.

Ndege zisizo na rubani za Fiber-optic zina vikwazo vyake: zinaruka polepole, na kebo yake inaweza kuchanganyikiwa kwenye miti. Lakini kwa sasa, matumizi yao makubwa na Urusi yanamaanisha kuwa kusafirisha askari kwenda na kutoka katika nafasi zao mara nyingi kunaweza kuwa hatari zaidi kuliko uwanja wa vita wenyewe.

Msimamizi anafanyia kazi droni za Ukraine za fiber-optic kwa matumizi dhidi ya mvamizi Wiki kadhaa katika mahandaki.

"Unapoingia kwenye eneo la kushika doria, huwezi kujua ikiwa umegunduliwa au la. Na ikiwa umegunduliwa, unaweza kuwa tayari unaishi saa za mwisho za maisha yako," anasema Oles, Sajini Mkuu wa kitengo cha upelelezi cha Brigedi ya 5 ya mashambulizi .

Tishio hili lina maana kwamba askari wanatumia muda zaidi na zaidi kwenye vituo vyao.

Oles na watu wake wako katika jeshi la vijana wadogo , wanahudumu kwenye mahandaki, kwenye mstari wa mbele wa utetezi wa Ukraine. Siku hizi, ni nadra kwa waandishi wa habari kuzungumza na wanajeshi wachanga kwani kuingia kwenye mitaro hii imekuwa hatari sana. Tulikutana na Oles na Maksym katika nyumba ya mashambani iliyogeuzwa kuwa kituo cha muda, ambapo askari hupumzika wakati hawajatumwa.

"Muda mrefu zaidi ambao nimekuwa kwenye nafasi hiyo ni siku 31, lakini najua watu ambao wametumia siku 90 au hata 120. Kabla ya ujio wa ndege zisizo na rubani, mzunguko unaweza kuwa kati ya siku 3 na 7," anasema Maksym.

"Vita ni damu, kifo, matope mvua, na baridi ambayo inapita kati yako kutoka kichwa hadi vidole. Na hivyo ndivyo unavyotumia kila siku. Nakumbuka wakati mmoja ambapo hatukulala kwa siku tatu, kwa makali kila dakika. Warusi walitushambulia wimbi baada ya wimbi. Hata uzembe mdogo ungetuua."

.Chanzo cha picha,Getty Images

Maelezo ya picha,Ukraine inataka kuongeza matumizi ya ndege zisizo na rubani za fiber-optic

Matatizo ya wanajeshi

Licha ya hatua za hivi karibuni zilizopigwa na Urusi, haitakuwa rahisi au haraka kuchukua eneo lote la Donetsk, ambapo Pokrovsk iko.

Ukraine imekabiliana vikali, lakini inahitaji silaha na risasi za kutosha ili kuendeleza mapambano.

Na sasa kwamba vita vinaingia majira ya joto ya nne, matatizo ya wanajeshi wa Ukraine mbele ya jeshi kubwa zaidi la Kirusi pia yanaonekana. Wanajeshi wengi tuliokutana nao walijiunga na jeshi baada ya vita kuanza. Walipata mafunzo ya miezi michache, lakini wamelazimika kujifunza mengi wakiwa kazini, katikati ya vita vikali.

Maksym alifanya kazi katika kampuni ya vinywaji kabla ya kujiunga na jeshi. Nilimuuliza jinsi familia yake inaendelea.

"Ni ngumu, ni ngumu sana. Familia yangu inaniunga mkono sana. Lakini nina mtoto wa kiume mwenye umri wa miaka miwili, na sioni sana. Ingawa nafanya naye mazungumzo ya video, kwa hivyo kila kitu ni sawa kulingana na mazingira," anasema, macho yake yakijaa machozi.

Maksym ni mwanajeshi anayepigania nchi yake, lakini pia ni baba anayemkumbuka mtoto wake wa miaka miwili aliyeteketea.

TPLB yafanya maboresho Kanuni zitakazotumika Ligi Kuu

Na Edith Msuya

KUELEKEA msimu mpya wa Ligi Kuu NBC, Bodi ya Ligi Kuu Tanznaia (TPLB) imetoa maboresho ya Kanuni mpya zitakazotumika kuendesha na kusimamia Ligi hiyo kuanzia msimu ujao.

Ikumbukwe baadhi ya Kanuni zilizua taharuki kwenye mchezo wa Yanga na Simba baada ya Simba kudaiwa kususia mchezo bila kufuata kanuni.

Aidha ilielezwa kuwa Simba kipindi hicho walikuwa sahihihi kutokana na kanuni namba 34.

Baadhi ya Kanuni hizo ni kama zifuatavyo:

i. Kanuni ya 17, Taratibu za mchezo;- Timu zinaruhusiwa kutumia vyumba vya kuvalia (Dressing Rooms), saa 8 kabla ya mchezo kuanza na timu ambayo itakwamisha utekelezaji wa kanuni hii itafungiwa kutumia uwanja wake wa nyumbani kwa michezo isiyopungua mitatu.

ii. Kanuni ya 08, Mshindi (Bingwa) inasema;- Endapo timu zitalingana pointi (alama), mshindi itakuwa ni ile timu iliyo na wastani nzuri katika matokeo ya michezo iliyozikutanisha timu hizo (Head to Head).

iii. Kanuni ya 41, Udhibiti wa Wachezaji;- Mchezaji atakayeonywa kwa kadi ya njano katika michezo minne (4) hataruhusiwa kucheza mchezo mmoja unaofuata wa timu yake. Kanuni ya awali ilikuwa inasema mchezaji akionyeshwa kadi michezo mitatu atakosa mechi moja.

Kanuni ya 39, Waamuzi, Kipengele cha 7.1;- Kamati ya Waamuzi ya TFF inaweza kupanga Waamuzi kutoka nje ya Tanzania kwenye michezo ya Ligi Kuu ya NBC.

iv. Kanuni ya 62, Wachezaji wa Kigeni Kipengele cha 1.2;- Klabu hairuhusiwi kusajili zaidi ya golikipa mmoja wa kigeni kwa ajili mashindano yote yaliyo chini ya TFF.

KMC yaachana na nyota wake wa kimataifa Mao

Na Mwandishi Wetu

KLABU ya KMC yenye maskani yake jijini Dar es salaam imeachana na nyota wa kimataifa wa Somalia,Ibrahim Elias Mao. Hatokuwa sehemu ya kikosi cha kocha Marcio Maximo kuelekea msimu 2025/26.

Kiemba: Mimi ningekuwa Bocco au Mkude nisingeenda 'Simba Day'

Na Mwandishi Wetu

MCHEZAJI wa zamani wa Simba na Yanga na Mchambuzi wa soka Amri Kiemba ametoa mawazo yake kuhusiana na suala la Simba SC kutaka kuwaaga Wachezaji wake wa zamani Jonas Mkude na John Bocco katika Simba Day 2025.

Simba SC inaelezwa kuwa na mpango wa kuwaaga Wachezaji hao ambao msimu uliopita Bocco alicheza JKT Tanzania na Mkude alicheza Yanga SC, Kiemba anasema sio sawa na yeye angekuwa Mchezaji asingeenda hiyo siku.

"Mimi ningekuwa Mchezaji ambao miongoni mwa walioalikwa (Simba Day) mimi nisingeenda kwa sababu ni kama timu inataka kunitumia tu kuonesha uungwana kwa Wachezaji wao lakini uungwana wenyewe kiuhalisia haupo"

"Mchezaji kama Manula amekaa Simba kwa muda mrefu ameondoka kwa nini yeye asiagwe kama Simba wana utaratibu wa kuwaaga wachezaji wao, lakini kuna Mohamed Hussein ambaye amekuwa nahodha kwa vipindi tofauti bado ameondoka kwa hiyo wanachagua nani wa kumpa heshima na nani wasimpe"

Klabu ya Simba yathibitisha Seleman Mwalimu ni 'Mnyama'

Na Edith Msuya

KLABU ya Simba Sc imethibitisha kumsajili mshambuliaji Seleman Mwalimu 'Gomez' kwa mkataba wa mkopo wa mwaka mmoja akitokea Wydad Casablanca ya Morocco.

Mwalimu (19), raia wa Tanzania aliyejiunga na Wydad mnamo Januari 2025, akitokea Singida Black Stars baada ya kuonesha kiwango bora wakati akiitumikia Fountain Gate Fc kwa mkopo kutoka Singida Black Stars na kufunga magoli 6 kwenye nusu ya kwanza ya msimu wa 2024/25.

Kocha wa Harambee Stars 'ampotezea' Bajaber

NAIROBI, KENYA

KOCHA mkuu wa timu ya Taifa ya Kenya 'Harambee Stars' Benny Mccarthy amemuacha nje mshambuliaji wa Simba SC Mohammed Bajaber kwenye kikosi kinachoingia kambini kwa ajili ya mechi za kufuzu Kombe la Dunia la FIFA 2026 dhidi ya Gambia na Seychelles!

.Ikumbukwe Bajaber aliikacha Kenya iliyokua kwenye michuano ya CHAN 2024 jambo ambalo liliibua mjadala nchini mwao lakini McCarthy alimkingia kifua nyota huyo!

.Kuachwa kwake kunaibua mhadala upya kwamba huenda Kocha ameamua kumuadhibu kwa kitendo kile ambacho kilitafsiriwa kama ni kukosa uzalendo!

Timu ya Daraja la IV yaibandua Manchester United Carabao

LONDON, UINGEREZA

MANCHESTER United imepata mshtuko mkubwa baada ya kuondolewa katika kombe la EFL kupitia mikwaju ya matuta na timu ya Grimsby ambayo ni kiwango cha chini mara 20 ukilinganisha na Man United- matokeo ambayo yatasalia kumbukumbu miaka ijayo katika historia ya soka duniani.

United walipigwa mikawaju 12 dhidi ya 11 katika awamu ya matuta, baada ya kujizatiti kusawazisha mabao mawili na kuwapa sare na Grimsby.

Lakini hili sio mara ya kwanza kwa United kufungwa katika mechi za nyumbani.

Je, unakumbuka ilivyofungwa mabao 3-0 na New York city katika uwanja wa Trafford miaka 30 iliyopita?

Baada ya Grimsby kuishinda United, BBC Sport inaangazia vipigo 10 visivyosahaulika katika kombe la FA na EFL.

Aidha, Kocha wa Manchester United Ruben Amorim, aliwaomba mashabiki wa klabu hiyo msamaha baada ya kikosi chake kutupwa nje ya mashindano ya kuwania ubingwa wa kombe la Carabao.

United walishindwa na klabu ya Grimsby Town inayoshiriki katika ligi ya daraja la pili.

Baada ya sare ya 2-2 katika muda wa kawaida Grimsby Town waliibuka washindi kwa 12- 11 kupitia mikwaju ya penalti.

Taifa Online TV
Tembelea Youtube Taifa Online Tv Kwa Habari, Matukio na Burudani

IJUMAA
Taifa Tanzania MICHEZO

MSEMOWASIKU

KAMA DUNIA TAMBARA BOVU CHUKUA UDEKIE

ZOTE SOMA NDANI UK. 15

Kiemba: Mimi ningekuwa Bocco au Mkude nisingeenda 'Simba Day'

TPLB yafanya maboresho Kanuni zitakazotumika Ligi Kuu Bara 2025/2026

Msemaji wa TPLB, Karimu Boimbanda

Mwenyekiti wa Simba SC, Murtaza Mangungu

Rais wa Klabu ya Yanga, Hersi Said

Kocha wa Harambee Stars 'ampotezea' Bajaber

KMC yaachana na nyota wake wa kimataifa Mao

Klabu ya Simba yathibitisha Seleman Mwalimu ni 'Mnyama'

Timu ya Daraja la IV yaibandua Manchester United Carabao

DONDOO MICHEZONI

KITAIFA

Kipa Mlandizi Queens atua Yanga Princess

UGAIBHUNI

Kocha wa Nigeria anusa harufu yakutimuliwa

BURUDANI

Baba Levo amtishia nyau Zitto Kabwe "Saa 5:30 nitakuwa Nimeshachukua Jimbo Kigoma

Mhariri wa Michezo: 0754352323
Kwa matangazo wasiliana nasi kwa simu namba: 0747 555 744 AU 0784 088 743 - KARIBUNI WOTE!

Gazeti hili hutolewa na AGMA Publishers & General Enterprises S.L.P 55151 Dar es Salaam.