Benki ya Afrika yamwagia sifa Rais Samia

Kisima Cha Maarifa

FIKRA PEVU

fikrapevu @fikrapevu @fikrapevu

Tovuti: www.fikrapevu.co.tz | ISSN 3456-1679 Toleo Na.12 Fikra Pevu Jumatano Januari 29, 2025 Bei Tsh. 1,000 | Ksh. 100

Rais Samia aweka rekodi ya kibabe

- Aimbiwa wimbo wakuzaliwa na Marais 23
- Kaya Milioni 8.3 kuunganishwa umeme 2030

Mapokezi makubwa yamsubiri Lissu

Mwenyekiti wake mpya Tundu Lissu, ambaye anatarajia kupokewa rasmi katika ofisi zao zilizopo Mikocheni Jijini Dar es Salaam.

LHRC yamkemea RC Chalamila

Rais Samia aweka rekodi ya kibabe

NA HUSNA NASORRO

RAIS wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania,Dkt.Samia Suluhu Hassan amefunga Mkutano wa Nishati Afrika kibabe kwa kuimbiwa wimbo wa kuzaliwa na Marais 23 tukio ambalo halijawahi kufanyika kwa Mkuu wa nchi yoyote duniani.

Tukio la Rais Samia kuimbiwa wimbo lilitokea jana katika Ukumbi wa Kimataifa wa Mikutano wa Julius Nyerere wakati Rais wa Benki ya Maendeleo Afrika,(AfDB) Dk.Akinumwi Adesina,alipokua anahutubia ndipo alipowaomba Marais na washiriki wa mkutano huo kunyanyuka na kumuimbia wimbo wa siku ya kuzaliwa kwa Rais Samia ambaye Januari 27 alikuwa akisherehekea.

Kabla ya tukio hilo Rais huyo wa benki ya Afrika,alikua akitoa pongezi kwa Rais Samia kwa Tanzania kufikisha nishati ya umeme hadi ngazi ya vijiji hali inayoendelea kuchochea maendeleo na ustawi kwa wananchi vijijini.

Dkt.Akinumwi alisema,Tanzania ni mfano wa kuigwa na nchi nyingine za Afrika kwa kufanya vizuri katika uwekezaji wa miundombinu na miradi ya usambazaji iliyoiwezesha nchi hiyo kusambaza umeme katika vijiji vyote 12,318.

"Naomba nitumie fursa hii kumpongeza Rais wa Tanzania,Dkt. Samia Suluhu Hassan kwa kuwezesha wananchi wa Tanzania kufikiwa na nishati ya umeme katika vijiji vyote, jambo hili linastahili kupongezwa kutokana na umuhimu wa nishati hii katika maendeleo"

Akifunga mkutano huo Rais Samia, alisema,Mpango Mahsusi wa Kitaifa kuhusu Nishati unalenga kuiwezesha Tanzania kuunganisha umeme kwa kaya milioni 8.3 zaidi ifikapo mwaka 2030.

Tanzania ilikuwa mwenyeji wa mkutano huo uliohudhuriwa na Wakuu wa Nchi na Serikalikutoka Burundi, Botswana, Congo, Comoros, Djibouti, Ethiopia, Gabon, Ghana, GuineaBissau, Kenya, Lesotho, Liberia, Libya, Madagascar, Malawi, Mauritania, Nigeria, Sierra Leone, Somalia na Zambia.

Vile vile, mkutano huo umehudhuriwa pia na Wawakilishi wa Wakuu wa Nchi na Serikali,Wakuu wa Mashirika ya Fedha ya Kimataifa, Mashirika ya Kimataifa, Sekta Binafsi na Asasi za Kiraia kwa lengo la kuongeza kasi ya usambazaji umeme barani Afrika ili kuwaunganisha watu milioni 300 na umeme katika kipindi cha miaka mitano ijayo.

Rais Dkt. Samia alisema,kwa kutoa kipaumbele katika upatikanaji wa nishati ya umeme, mkutano huo ulioandaliwa kwa ushirikiano na Benki ya Dunia na Benki ya Maendeleo ya Afrika utawezesha kuleta mageuzi ya kiuchumi, kukua kwa viwanda, kupunguza umaskini na kuimarisha ustawi wa watu.

Mkutano huo umefanikiwa kupata ahadi za ufadhili wa Dola za Marekani Bilioni 40 kutoka Benki ya Dunia na Benki ya Maendeleo ya Afrika kwa ajili ya kuwezesha usambazaji wa umeme barani Afrika.

Aidha, jumla ya nchi za Afrika 12 zimeingia kwenye Mipango Mahsusi wa Kitaifa kuhusu Nishati.

Rais Samia alisema,kupitia Mpango Mahsusi kuhusu Nishati,Tanzania inakusudia kuvutia mitaji na uwekezaji zaidi itakayowezesha kuongeza uzalishaji wa umeme nchini na kukukamilisha kuunganisha Mtandao wa Umeme wa Tanzania na nchi jirani ili kuwezesha biashara ya kuuza na kununua nishati hiyo.

Mpango huo utawezesha Serikali kukamilisha usambazaji umeme katika Vitongoji vyote 64,359 nchini ifikapo 2030. Vilevile, Mpango huo utapandisha kiwango cha uunganishaji wa umeme kutoka 46% ya sasa hadi kufikia 75%.

Vilevile, Rais Samia ambaye amekuwa kinara wa matumizi ya nishati safi ya kupikia ameweka bayana kuwa Mpango huo wa Nishati pia utasaidia kuongeza upatikanaji wa nishati safi ya kupikia, ikiwemo gesi asilia na majiko banifu.

Tanzania ni moja ya Nchi 12 zitakazozindua mpango mahsusi wa kitaifa kuhusu nishati, kupitia mpango wetu tunatarajia kuongeza kasi ya kuunganisha umeme nchini hadi kufikia 72% ifikapo mwaka 2030, ili kufanikisha azma hiyo ndani ya muda wa miaka mitano ijayo, tutahitaji uwekezaji wenye thamani ya dola za kimarekani bilioni 13, ambapo dola bilioni 5 zitapatikana kutoka sekta binafsi hapa nchini."

"Kupitia mpango huu tumepanga kuongeza uzalishaji wa umeme kutokana na nishati mchanganyiko, Tanzania ni kiungo muhimu katika kuunganisha umeme Afrika Mashariki na Kusini mwa Afrika na hivyo kuwezesha biashara ya umeme kutoka Afrika Kusini hadi Misri, tayari tumeunganisha miundombinu ya umeme na Nchi za Burundi, Kenya na Rwanda na sasa tunaendelea kuunganisha miundombinu ya umeme na Nchi ya Zambia na Uganda"

"Kuwepo kwa miundombinu hiyo kutawezesha biashara ya nishati kati ya Nchi za Jumuiya ya Afrika Mashariki na SADC, Tanzania inayo nafasi ya kuuza umeme ikizingatiwa kuwa hadi Novembar 2024 mahitaji ya umeme Tanzania yalikuwa megawati 1888 wakati uzalishaji wetu ni megawati 3431"

"Muelekeo wetu ni kufikisha umeme katika vitongoji vyote 64359 baada ya kufanikiwa katika vijiji vyote vya Tanzania, hadi sasa tumevifikia vitongoji 32827 na kazi inaendelea katika vitongoji vilivyobakia , la nne ambalo mpango huu utafanya ni kusambaza nishati safi ya kupikia"Rais Samia

Mapokezi makubwa yamsubiri Lissu

NA MWANDISHI WETU

KATIKA kuonyesha kuwa Chama Cha Demokrasia na Maendeleo (CHADEMA) kinatamani kujipima ubavu dhidi ya chama Tawala CCM, nao wameandaa mapokezi ya Mwenyekiti wake mpya Tundu Lissu, ambaye anatarajia kupokewa rasmi katika ofisi zao zilizopo Mikocheni Jijini Dar es Salaam.

Imeelezwa kuwa kuchelewa kwa kupokewa kwa kiongozi wao huyo aliyechaguliwa tangu Januari 21, 2025, akimbwaga mtangulizi wake Freeman Mbowe kulitokana na kupisha shamra shamra za mapokezi ya viongozi wa CCM, akiwemo Makamu Mwenyekiti Bara Mzee Steven Wassira na Dkt Hussein Mwinyi aliyepokewa mjini Zanzibar.

Awali ilidaiwa kuwa Lisu alitakiwa kuripoti ofisini siku tatu baada ya uchaguzi ule, lakini bahati mbaya mbele yao kukawa na matukio makubwa ya CCM ukiwemo mkutano Mkuu uliofanyika Dodoma na kisha mapokezi ya Wassira Jijini Dar na Dk Mwinyi Zanzibar.

Kuona hivyo Chadema wakaahirisha sherehe zao zote ili kupisha zile za CCM na leo ndiyo siku waliyoona inafaa kufanya tukio lao hilo, ambapo pia imezingatia kumalizika kwa Mkutano Mkuu wa Nishati uliofanyika juzi na jana Jijini Dar es Salaam na kushirikisha viongozi wakuu wa Afrika.

LHRC, Bawacha wamkemea RC Chalamila

NA HUSNA NASORRO

KITUO cha Sheria na Haki za Binadamu (LHRC) kimekemea vikali kauli ilizozitaja kuwa za udhalilishaji na zinazotweza utu wa mwanamke zinazodaiwa kutolewa na Mkuu wa Mkoa wa Dar es Salaam, Albert Chalamila, wakati wa hafla ya hadhara iliyofanyika wilayani Temeke, Dar es Salaam.

Katika hafla hiyo, iliripotiwa kuwa Chalamila alimjibu mama aliyelalamikia huduma duni hospitalini kwa maneno ya kejeli, akisema,

"Toka nje chukua bajaji, nenda zako nyumbani kamwambie mumeo achukue visu na mikasi akusaidie kujifungua."

Katika hatua nyingine Baraza la Wanawake CHADEMA (BAWACHA) taifa limeeleza masikitiko yake makubwa juu ya kauli iliyotolewa na Chalamila, aliyesema kuwa, "Wajawazito wasiotaka kununua glavu wakajifungulie nyumbani."

Kwa mujibu wa taarifa ya BAWACHA, Sigrada Wilhem Mligo, Mratibu wa Uenezi BAWACHA Taifa, kauli ya Chalamila inaenda kinyume na Sera ya Afya ya Taifa na Mpango Mkakati wa Sekta ya Afya (HSSP-V) wa mwaka 2021-2026 unaolenga kuboresha huduma za afya ya uzazi.

"Kujifungulia nyumbani ni hatari kwa afya ya mama na mtoto, kwani kunaongeza uwezekano wa maambukizi ya vimelea vya magonjwa (sepsis) na kukosa huduma ya dharura endapo matatizo yatatokea", imesisitiza BAWACHA.

Baraza hilo limeeleza wasiwasi kwamba kauli ya Chalamila inaweza kufungua mianya ya rushwa kwa watoa huduma wasiokuwa waaminifu, ambao wanaweza kuwataka wajawazito kulipia huduma ambazo zinapaswa kuwa bure.

BAWACHA imesema, "Kauli hii inahamasisha vitendo vya rushwa na inaweza kuchochea ukosefu wa uwajibikaji miongoni mwa watoa huduma za afya."

BAWACHA pia imetaka Wizara ya Afya kutoa ufafanuzi wa wazi juu ya huduma za afya ya mama na mtoto. Baraza hilo limesema kwamba kuna mkanganyiko mkubwa kuhusu iwapo huduma hizi ni bure kama inavyodaiwa na sera, au kama zinahitaji gharama ambazo wananchi hawajui waziwazi.

Katika taarifa yake, BAWACHA imetoa wito kwa Rais Samia Suluhu Hassan, kuchukua hatua dhidi ya Mkuu wa Mkoa wa Dar es Salaam kwa kauli hiyo, ikisema, "Ni muhimu viongozi wa umma wawe na staha wanapozungumza na wananchi, hasa wanaposhughulikia masuala nyeti kama afya ya mama na mtoto."

Baraza hilo limewasihi watoa huduma wa sekta ya afya kuendelea kufanya kazi kwa kuzingatia maadili yao ya taaluma na utu, bila kujali changamoto zinazotokana na kauli au matendo ya baadhi ya wanasiasa

Benki ya Dunia yasifu Uongozi wa Dkt Samia

NA MWANDISHI WETU

RAIS wa Benki ya Maendeleo ya Afrika (AfDB), Dkt. Akinwumi Adesina, akiwa ni mmoja wa wajumbe waliohudhuria Mkutano Mkuu wa Nishati uliofanyika kwa siku mbili mfululizo katika ukumbi wa mikutano wa Kimataifa Mwalimu Julius Nyerere Jijini Dar es salaam, alishindwa kuficha hisia zake na kumtamka wazi kwamba Tanzania ni nchi inayopiga hatua za haraka za kimaendeleo na akausifu uongozi wa Rais wa Awamu ya Sita Dk.Samia Suluhu Hassan.

Alimtaja kiongozi huyo kuwa ni mfano wa kiongozi anayeonekana akifanya kila juhudi kuhakikisha taifa analoliongoza linapiga hatua za haraka, ikiwemo miakati yake ya kusambaza umeme Vijijini ili kuwaondoa Watanzania katika unyonge na umasikini.

Katika mkutano huo ulihudhuriwa na Marais wa nchi 25, Mawaziri wa Kisekta pamoja washirika wa maendeleo kutoka duniani kote, Rais huyo (AfDB), nchi nyingi zimekuwa zikishuhudia idadi kuwa ya wananchi wake hawapati nishati hiyo na juhudi zake zimekuwa za taratibu sana lakini Tanzania inaonekana inapiga kasi huku rais wake akisimamia kila eneo linalohitaji maendeleo.

Vilevile alimshukuru Rais Ghazouani wa Mauritania ambaye ndiye Mwenyekiti wa Umoja wa Afrika, kwa kushirikiana katika kufanikisha mkutano huo muhimu, akisisitiza kwamba ushirikiano huo ulitokana na dhamira yake ya kuona waafrika wanakuwa kitu kimoja hasa wanapojali masuala yanayohusu nchi zao.

Mkuu huyo alisema,mkutano huo ni muhimu kwa vile unajadili jambo muhimu kwa vile umeme unaopigiwa kelele kwa dunia ya sasa si anasa, bali ni maisha na ndiyo msingi wa maendeleo ya kiuchumi barani Afrika.

Alitoa mfano jinsi Afr ika ilivyoweza kuingia hasara ikipoteza Pato lake (GDP) Afrika kwa asilimia 2 hadi 4 kwa mwaka.

Mafanikio ya Dk. Samia Suluhu ni uthibitisho wa uwezo wa mwanamke

NA MWANDISHI MAALUMU

DK.SAMIA Suluhu ndiye mgombea Urais wa CCM mwaka huu.Ni yeye baada ya Mkutano Mkuu wa CCM kumpitisha kupeperusha bendera ya chama hicho kwenye uchaguzi Mkuu wa Rais,Wabunge na Mdiwani utakaofanyika Oktoba mwaka huu.

Jahazi la CCM litaongozwa na yeye Dk.Samia kwa kusaidiana na Dk.Emmanuel Nchimbi.Kupitishwa kwa Dk.Samia ni ishara ya kukubalika kwake katika katika kutekeleza ilani ya CCM na kuiongoza vyema serikali yake katika kuwaletea maendeleo Watanzania.Hili halina ubishi.

Nani anasema anaweza kuthubutu kusema wanawake hawawezi? Mimi ninasema wanawake wanaweza, tena wanaweza kile ambacho wanaume wanaweza hata kuzidi.Kupitishwa kwa Dk.Samia ni salaam kubwa kwa watu wenye kuamini katika mfumo dume.

Ndiyo, Wanawake wamejaaliwa uwezo mkubwa katika kutekeleza majukumu mazito kabisa katika jamii. Mtazamo hasi wa jamii juu ya uwezo wa wanawake umewadunisha wanawake kwa karne nyingi na hata kuonekana kuwa hawawezi.

Jamii husasani jamii ya kiafrika,kwa karne nyingi imeaminishwa kuwa wanawake ni wasaidizi tu tena ni wasadizi wa shughuli za nyumbani na kwenye nafasi ndogo ndogo za uongozi. Kama nilivyotanguliza hapo juu hali hiyo imetokana na mtazamo hasi wa jamii juu ya uwezo wa mwanamke katika nyanza za uchumi na uongozi.

Mtazamo huo hasi ungalipo miongoni mwetu hata sasa. Namna nzuri ya kuondoa mtazamo huo hasi na kuachana na fikra hizo mgando, ni kuwatazama viongozi wanawake na namna walivyoweza kufanya makubwa yaliyoigusa jamii na kuiondoa katika kero ikiwemo umaskini wa kipato.

Tanzania tumepiga hatua kubwa katika kuthibitisha kuwa wanawake wanaweza tena wanaweza sawa sawa na hata kuzidi wanaume. Tunao viongozi wengi wanawake ambao wanafanya vizuri katika sekta za uongozi na uchumi.

Makala hii kipekee itaangazia utawala wa Rais wa awamu ya sita wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania, Samia Suluhu Hassan, Mwanamama shupavu na namna alivyobadili mtazamo hasi wa jamii juu ya kile jamii ilichokuwa inakiamini kuwa wanawake hawawezi.

Nafasi ya urais sio ya mchezo mchezo, ni nafasi kubwa ambayo kwa hapa nchini Rais ndiye Amiri jeshi Mkuu wa majeshi ya Ulinzi na usalama. Rais ni muhimili wa nchi na ndiye mwenye dhima kubwa ya kuhakikisha nchi inakuwa salama na wananchi si tu wanashiriki katika shughuli za ujenzi wa Taifa, bali shughuli hizo zinakuwa na tija na zinawainua watu hao kiuchumi na kuwaondoa kwenye lindi la umaskini.

Makala hii itaangazia mazuri aliyoyafanya Rais Samia Suluhu Hassan, kwa kipindi cha miaka minne madarakani ambayo yanathibitisha uwezo mkubwa aliokuwa nao mwanamke katika nyanza za uongozi.

Machi 19 mwaka huu, Rais wa Jamuhuri ya Muungano wa Tanzania, Samia Suluhu Hassan alitimiza miaka minne ashike hatamu za kuiongoza Tanzania. Hatamu hiyo ya uongozi aliyoichukua kutokana na kifo cha Rais wa awamu ya tano, John Pombe Magufuli, kilichotokea Machi 17, 2021.

Samia alikuwa makamu wa Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania kwa muda wa miaka mitano ambapo alionesha uwezo mkubwa wa kiongozi.

Kutokana na umadhubuti na uthabiti wa utendaji wa Samia, akiwa makamu wa Rais, Rais Magufuli alimpendekeza tena kuwa mgombea mwenza wake kwa nafasi ya Urais kwenye uchaguzi mkuu wa mwaka 2020 na hatimaye kuwa makamu wa Rais mpaka pale Rais Magufuli alipofariki dunia.

Samia aliapishwa kuwa Rais wa Jamhuri ya Muungano akiwa ni mwanamke wa kwanza kushika wadhfa huo hapa nchini kwetu na katika ukanda huu wa Afrika Mashariki. Rais Samia anaingia kwenye historia ya Tanzania kwa kuwa Makamu wa kwanza wa Rais mwanamke na Rais wa kwanza mwanamke.

Ukweli ni kwamba Rais Samia licha ya kuwa ni mwanamke, ameimudu vyema nafasi hiyo ambayo aliipokea katika kipindi ambacho hakuwa amefanya maandalizi ya kuchukua dhamana hiyo kubwa. Kipindi ambacho Taifa lilikuwa linabubujikwa na machozi na kutawaliwa na hali ya sintofahamu iliyotokana na huzuni ya kuondokewa na Rais aliyekuwa madarakani.

Lakini kwa ushupavu mkubwa Rais Samia aliweza kulituliza Ta file:///C:/Users/WANANCHI%20SPOTI/Desktop/16.jpeg ifa na kuondoa sintofahamu zote ambazo watanzania walikuwa nazo juu ya hatma ya uongozi wa nchi yao.

Rais Samia ameonesha uwezo mkubwa wa kiuongozi unaojali misingi ya utu na usawa,uongozi usio na upendeleo wa kikanda wala wa kitabaka. Kubwa zaidi ameweza kulituliza Taifa na kulibakiza kwenye reli ya amani na utulivu ambazo ndizo tunu zetu za Taifa.

Ukweli ni kwamba uongozi wa Rais Samia umetegua kitendawili cha mwanamke kutoka kwenye kuonekana kuwa hawezi na kuidhihirishia jamii kuwa mwanamke anaweza sawasawa na mwanaume.

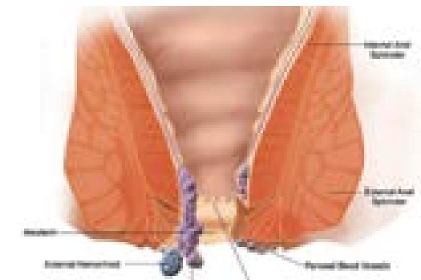
Rais Samia amedhihirisha kuwa mwanamke anaweza kushika nafasi yoyote ya uongozi kwenye jamii na akakata kiu ya wanajamii hao, kiu ya maendeleo na pakawepo na amani na utulivu.

Uongozi wa Rais Samia katika kipindi hiki cha miaka minne umeonesha umahiri mkubwa katika kuwahudumia watanzania na kuwareshea matumaini makubwa katika kutatua kero zilizokuwa zinawakabili. Kero kama vile upatikanaji wa huduma bora za elimu, afya, miundombinu, maji, siasa, na uongozi.

Ni ukweli usiopingika kuwa Rais Samia kwa muda alikokaa madarakani amezigusa nyanza hizo kwa namna ambayo inawatia matumaini watanzania wa hali ya chini na kuona kuwa wamepata mkombozi wa kweli wa masahibu yaliyokuwa yakiwasibu kwa miaka nenda rudi.

Ugonjwa wa Bawasiri chanzo, dalili na tiba yake

BAWASIRI ni uvimbe wa mishipa iliyo ndani na karibu na sehemu ya kutolea haja kubwa au kwenye puru ya chini. Bawasiri huasiri mfumo wa mmeng'enyo hasa utumbo mkubwa chini mwishoni. Karibu asilimia 50 ya watu wazima hupata dalili za bawasiri na umri wa kawaida na hadi miaka 50 na zaidi.



AINA KUU MBILI ZA BAWASIRI*

Bawasiri inaweza kuwa ya ndani au nje. Bawasiri za ndani hua ndani ya sehemu ya haja kubwa au puru. Bawasiri ya nje huendelea nje ya sehemu ya kutolea haja kubwa. Bawasiri pia hujulikana kama Marundo.

Bawasiri ya nje ni ya kawaida na yenye shida zaidi. Bawasiri husababisha maumivu, kuwasha hasa sehemu ya haja kubwa, na ugumu wa kukaa. Kwa bahati nzuri, zinatibika.

CHANZO CHA UGONJWA WA BAWASIRI.

Bawasiri hutokea pindi mishipa inayozunguka sehemu ya kutolea haja kubwa kwa ndani kwenye kuta zake kuumia au kukandamizwa kwa kushuka chini na kuvimba.

Bawasiri inaweza kukuza kutoka kwa shinikizo lililoongezeka kwenye puru ya chini kwa sababu ya:

1. Kuwa na Kinyesi kigumu (Constipation)
2. Kuketi kwa muda mrefu kwenye choo
3. Kuharisha (Kuhara) mara kwa mara
4. Kuvimbiwa
5. Kuwa mnene au mzito
6. Kuwa mjamzito
7. Kuingiliwa nyuma kimaumbile
8. Kutokula vyakula vyenye nyuzinyuzi
9. Kuinua/Kunyanyua vitu vizito mara kwa mara
10. Kunyoosha wakati wa haja kubwa.

DALILI ZA UGONJWA WA BAWASIRI

Ishara na dalili za bawasiri kawaida hutegemea aina ya Bawasiri Kama ni ya nje ama ya ndani.

BAWASIRI YA NJE

Hizi ziko chini na nje ya ngozi karibu na sehemu ya kutolea haja kubwa. Ishara na dalili zinaweza kujumuisha:

1. Kuwasha katika maeneo yaliyozunguka sehemu ya haja kubwa
2. Maumivu au usumbufu
3. Kuvimba kuzunguka sehemu ya kutolea haja kubwa
4. Mara nyingine yaweza Kuvujadamu au kama michubuko.
5. Kutokwa na kinyama baada ya kwenda haja.

BAWASIRI YA NDANI

Bawasiri ya ndani iko ndani ya sehemu ya kutolea haja. Kawaida huwezi kuziona au kuzihisi, na mara chache husababisha usumbufu. Lakini kukaza au kuwasha wakati wa kupitisha kinyesi kunaweza kusababisha:

1. Kutoa haja/kinyesi chenye damu na maumivu yasiyo makali. Unaweza kuona kiasi kidogo cha damu nyekundu kwenye haja yako.
2. Maumivu na muwasho sehemu ya haja.

HATARI/MATOKEA YANAYOTOKANA NA BAWASIRI

Shida za bawasiri ni nadra lakini ni pamoja na:

Upungufu wa damu. Mara chache, upotezaji wa damu sugu kutoka kwa bawasiri unaweza kusababisha upungufu wa damu, ambayo hauna seli nyekundu za kutosha za damu kubeba oksijeni kwenye seli zako.

Bawasiri sugu /iliyoshonwa. Ambayo inaweza kusababisha maumivu makali.

JINSI YA KUEPUKANA NA UGONJWA WA BAWASIRI

Njia bora ya kuepuka/kuzuia bawasiri ni kuweka kinyesi chako laini, kwa hivyo hupita kwa urahisi. Ili kuzuia bawasiri na kupunguza dalili za bawasiri, fuata vidokezo hivi:

1. Kula vyakula Asilia kwa wingi. Kula matunda zaidi, mboga mboga na nafaka nzima(zisizokobolewa). Kufanya hivyo kunalainisha kinyesi na kuongeza wingi wake, ambayo itakusaidia kuepukana na shida inayoweza kusababisha bawasiri.

2. Kunywa maji mengi. Kunywa glasi sita hadi nane za maji (au lita 2~3) na vimiminika vingine kama chai au juisi za matunda halisi (sio pombe) kila siku kusaidia kuweka kinyesi laini.

3. Kula virutubisho vya nyuzi. Watu wengi hawapati kiwango cha nyuzi kilichopendekezwa – gramu 20 hadi 30 kwa siku – katika lishe yao. Uchunguzi umeonyesha kuwa virutubisho vya nyuzinyuzi, kama vile psyllium (Metamucil) au methylcellulose (Citrucel), huboresha dalili za jumla na kutokwa na damu kutoka kwa bawasiri.

4. Vuta pumzi kisha shikilia pumzi yako wakati wa kujaribu kupitisha kinyesi kutengeneza shinikizo kubwa kwenye mishipa kwenye shimo la kutolea kinyesi puru ya chini.

5. Nenda haja mara tu unapohisi hamu. Ikiwa unasubiri na hamu inakwenda, kinyesi chako kinaweza kukauka na kuwa kigumu kupitisha.

6. Fanya mazoezi. Kua imara kunasaidia kuzuia kuvimbiwa na kupunguza shinikizo kwenye mishipa, ambayo inaweza kutokea kwa muda mrefu wa kusimama au kukaa. Mazoezi pia yanaweza kukusaidia kupoteza uzito kupita kiasi ambao unaweza kuchangia Bawasiri.

7. Epuka kukaa kwa muda mrefu. Kukaa muda mrefu sana, haswa kwenye choo, kunaweza kuongeza shinikizo kwenye mishipa kwenye sehemu ya haja kubwa.

TIBA YA UGONJWA WA BAWASIRI

Ugonjwa wa Bawasiri unatibika vizuri ili mradi uwe unaweza kuzingatia, pia kufuatana na mda wa tatizo, ni Ugonjwa unao nyima raha kwa watu wengi japo mgonjwa anaendelea kufanya shuguli zake hii hufanya wengi kuto fanya uamzi wa haraka kutibu mapema.

DAWA YA UGONJWA WA BAWASIRI

Nina dawa ya kutibu kabisa Ugonjwa wa Bawasiri ambayo ni ya asili isiyo na kemikali ambayo hufanya mtu kupona na kuimarika kabisa. Dawa hiyo hutibu kulingana na mda wa tatizo na ukubwa wa tatizo, ukianza kutumia baada ya wiki moja MTU huanza kupona na kuonesha mabadiliko makubwa kabisa lakini matibabu haya huendelea mpaka upone kabisa pasinashaka.

By Mr.Kisena
0717381820

CHADEMA hawajajipanga njia pekee kukwepa aibu ni kugomea uchaguzi

NA MWANDISHI WETU

KWA hali ilivyo ni wazi kuwa CHADEMA hawajajipanga. Hizi kelele za 'No Reform, No Election'ni kama wanaweweseka.Ni kama watu ambao hawajajipanga kushiriki uchaguzi Mkuu wa Rais,Wabunge na Madiwani utakaofanyika Oktoba mwaka huu.

Ni ngumu kuwaelewa. Kauli ya Mwenyekiti wao Tundu Lissu kuwa bila mabadiliko ya sheria hawataruhusu uchaguzi Mkuu kufanyika.Ni kauli yenye viashiria vya uvunjifu wa amani. Ni kama watu ambao mpumzi imekata kisiasa. Muda uliosalia kabla ya uchaguzi kufanyika hauwatoshi kujipanga kukikabili Chama cha Mapinduzi(CCM).

Inaelezwa hali ya kiuchumi ya chama ni tete.Akaunti zimekauka fedha.Mwenyekiti aliyeondolewa madarakani Freeman Mbowe ndiye aliyekuwa mfadhili wa chama hicho katika nyakati tofauti.Kwa sasa yupo kando anatizama picha linaloendelea.

Chama kimeanza kutembeza bakuli kimyakimya kujaribu kujinusuru na mkwamo wa kiuchumi japo inaonekana ni ngumu kufanikisha azma hiyo. Ni kichekesho sana na mwanzo wa kufeli kwa uongozi wa Lissu.

Unahimiza watu wanunue kadi za uanachama! Hivi wapi duniani kuna chama cha siasa kinaweza kujiendesha kwa kutegemea ada za wanachama? Yaani Mtanzania gani anayeweza kujitoa ufahamu na kununua kadi ya uanachama kwa 500,000/= TZS.

Hili haliwezekani.Ni ngumu kumpata mtu wa namna hiyo kwa sababu katika nyakati za sasa kwani CHADEMA ni kama pumzi ya sera za ushawishi kwa wananchi imekata.

Huna hela huwezi kufanya siasa wala kuongoza na kuendesha chama na kukiingiza kwenye uchaguzi.

Kauli ya Lissu kuwa " No Reform No Election" ni kauli isiyokubalika.Mwanasiasa mwenye kujitambu hawezi kuruhusu kinywa chake kitoe kauli hatarishi namna hii.

Hivi Lissu hajui kama kuna sheria za uchaguzi zilishabadilishwa na bunge likajadili kwa kina sana na zikapitishwa na sasa ni sheria ndiyo maana hata tume ya uchaguzi ilibadilishwa muundo wake na kadhalika. kwa hiyo mtu anaposema sijui sheria mpya itungwe ni ngumu kumuelewa.

Mwisho kabisa ni kuwa Tanzania ina vyama vya siasa vingi kufikia 18 na hivyo wengine wakisusa basi kuna vyama vitashiriki na uchaguzi utafanyika na viongozi watapatikana. Kwani 2019 Chadema si walisusia uchaguzi wa serikali za mitaa kwani kulitokea nini? Mambo si yaliendelea kama kawaida au? kwa hiyo wakisusa uchaguzi wa mwaka huu itaturahisishia sana kazi ya kumalizana nao kwenye uwanja wa kisiasa.

Matunda ya Rais Samia Suluhu kupitia Africa Energy Summit

NA MWANDISHI WETU

TANZANIA tuna Kila sababu ya kushukuru kuwa mwenyeji wa Mkutano wa Nishati wa Wakuu wa Nchi za Afrika (Mission 300 AFRICA ENERGY SUMMIT) uliofikia kilele jana jijini Dar es Salaam katika Ukumbi wa Mikutano wa kimataifa wa Julius Nyerere.

Mkutano huu umekuja wakati muafaka ambao Tanzania ikiwa imepiga hatua kubwa katika Suala zima la Upatikanaji Wa nishati.Hii imechangiwa na Uongozi thabiti wa Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania Dkt, Samia Suluhu Hassan ambaye amekuwa kinara wa masuala haya.

Ni Rais ambaye ametekeleza kwa vitendo azma yake ya Kuona jitihada kubwa inawekwa kwenye Uzalishaji na usambazaji wa umeme.Waswahili husema UKIONA KIVULI KIMENYOOKA BASI NA MTI UTAKUWA UMENYOOKA, Hapa tunazungumzia namna Shirika la umeme Tanzania (TANESCO) na wakala wa umeme Vijijini (REA) kwa pamoja wameishi maono ya Rais Samia Suluhu Hassan ya kuhakikisha Nchi inatoka kwenye Giza kupitia Kasi ya usambazaji umeme Vijijini.

Licha ya kuwa na vyanzo mbalimbali vya nishati, Kwa Sasa Tanzania inajivunia kukamilisha kwa Asilimia 99.6 Mradi wa Ujenzi wa Bwawa la kufua umeme la Julius Nyerere JNHPP, Bwawa la nne kwa ukubwa Afrika lenye uwezo wa kuzalisha Megawatt 2,115.

Bwawa hili linawezesha Nchi kuwa na Umeme wa kutosheleza Matumizi ya Ndani na pia kuuza umeme kwa Nchi jirani.Hata Ile kero ya kukatika katika kwa umeme au mgao Sasa imebaki historia, Wananchi wanafurahia Upatikanaji Wa umeme wa uhakika, hata Upande wa Viwanda kumeshuhudiwa ongezeko kubwa la wawekezaji nchini.

Sio Umeme pekee, Tanzania pia imepiga hatua kubwa katika Suala Zima la Matumizi ya Nishati safi ya kupikia hususani matumizi ya Gas.Hapa tumeshuhudia mwamko mkubwa wa Wananchi kuanza kutumia nishati ya Gas kupikia majumbani na Maeneo ya biashara.Tumeshuhudia familia nyingi zikiachana na Matumizi ya Kuni ambayo yalikuwa chanzo cha uharibifu wa mazingira na pia kuathiri Afya za kinamama.

Kama Nchi tumejipanga, tumejidhatiti na tutazidi kusimamia Ajenda ya kupeleka umeme kwa wananchi milioni 300 barani Afrika ifikapo 2030 kati ya watu milioni 685 ambao bado hawana umeme. Nasi kama Tanzania tunasema MABADILIKO ENDELEVU YA SEKTA YA NISHATI NI MUHIMU KWA MAENDELEO YA AFRIKA.

Kuwasha Umeme kwa Waafrika Milioni 300 inawezekana

NA MWANDISHI WETU

KWANZA nimpongeze Rais Dk.Samia Suluhu Hassan kwakuwa mwenyeji wa Mkutano wa Nishati wa Afrika wa Mission 300,uliofanyika jijini Dar es Salaam kuanzia Januari 27 mwaka huu na jana kuhitimishwa.

Mkutano huu wa kihistoria, uliandaliwa na Serikali ya Jamhuri ya Muungano wa Tanzania kwa ushirikiano na Umoja wa Afrika, Benki ya Maendeleo ya Afrika, na Benki ya Dunia.

Lengo likiwa ni kuongeza upatikanaji wa nishati Afrika.Ni mkutano uliowaleta pamoja serikali, viongozi wa sekta binafsi, washirika wa maendeleo, na jamii ya kiraia ili kufanikisha lengo la kutoa huduma ya umeme kwa Waafrika milioni 300 ifikapo mwaka 2030

Ni mpango unaojulikana kama Mission 300,ulioanzishwa na Benki ya Maendeleo ya Afrika na Benki ya Dunia mnamo Aprili 2024.Kwa kuwa zaidi ya Waafrika milioni 700 bado hawana umeme, mkutano huu ni jukwaa muhimu la kuunda mbinu bunifu, kushughulikia mahitaji ya fedha, na kutumia rasilimali za nishati za Afrika kwa ajili ya maendeleo endelevu.

Uongozi wa Tanzania katika kuandaa tukio hili unaonyesha nafasi yake muhimu katika kuunda mustakabali wa nishati Afrika.Umuhimu wa nishati ya jua Afrika ni wa kipekee, ikiwa na maeneo makubwa yenye mwanga wa jua ambayo yana uwezo wa kuzalisha umeme mwingi na kuchochea ukuaji wa uchumi.

Mashamba makubwa ya jua na mifumo ya umeme wa jua ya kidijitali ni muhimu ili kufikia maeneo ya vijijini na ya mbali. Tanzania imetekeleza hatua muhimu, ikiwa na miradi katika mikoa kama Singida na Dodoma inayotoa nishati safi na nafuu. Kuongeza uwekezaji katika miundombinu ya nishati ya jua kutaleta umeme kwa mamilioni ya watu, na kusaidia elimu, huduma za afya, na viwanda vya maeneo husika.

Nishati ya upepo ni rasilimali nyingine yenye uwezo wa mabadiliko, hasa kwa maeneo ya pwani na milima. Nchi kama Kenya na Morocco zimepata mafanikio makubwa kwa kutumia nishati ya upepo, na Tanzania inaendelea kwa kujenga mashamba ya upepo huko Makambako na Singida.

Kupanuwa miundombinu ya nishati ya upepo kutasaidia kuanzisha mifumo ya nishati mchanganyiko, kuimarisha mitandao ya umeme, na kufanya umeme upatikane kwa watu wa maeneo yasiyo na huduma za nishati.

Nishati ya Umeme wa Maji imekuwa sehemu muhimu katika usanifu wa nishati ya Afrika. Mito mikubwa kama Nile, Congo, na Zambezi ina uwezo mkubwa wa kuzalisha umeme. Mradi wa Umeme wa Maji Julius Nyerere, pamoja na miradi midogo kama Kihansi na Pangani, ni ushahidi wa umuhimu wa umeme wa maji katika kuhamasisha viwanda na ukuaji wa uchumi. Miradi ya nishati ya maji inaweza kutoa nishati ya kuaminika huku ikizalisha ajira na kuchochea maendeleo katika maeneo ya jirani.

Nishati ya Joto Ardhi, ambayo inapatikana kwa wingi katika Bonde la Ufa la Afrika Mashariki, inatoa chanzo cha nishati kilicho thabiti na endelevu. Nchi kama Kenya na Ethiopia zimeonyesha jinsi nishati ya Joto Ardhi inavyoweza kusaidia umeme wa kiwango kikubwa.

Tanzania inachunguza maeneo ya Jito Ardhi huko Mbeya, Songwe, na Ziwa Natron, na kujikita kama kiongozi katika kutumia rasilimali hii isiyotumika. Kuongeza kasi ya miradi ya Joto Ardhi kutaimarisha usalama wa nishati na kujenga uimara dhidi ya mabadiliko ya tabianchi.

Gesi asilia, ingawa si chanzo cha nishati kinachoweza kurejeshwa, inachukua nafasi muhimu kama chanzo cha nishati cha mpito. Hifadhi kubwa za gesi za Tanzania zimewezesha ujenzi wa vituo vya kuzalisha umeme kama Kinyerezi na Ubungo, ambavyo vinachangia kukidhi mahitaji ya nishati katika miji na kuimarisha gridi ya taifa.

Wakati wa kuelekea kwenye nishati endelevu, gesi ya asili itaendelea kuwa sehemu muhimu ya mchanganyiko wa nishati wa Afrika, kuhakikisha upatikanaji wa umeme wa kudumu.

Miradi ya biomasi na taka kuwa nishati inatoa suluhisho endelevu kwa maeneo ya vijijini na miji ya pembezoni. Mabaki ya kilimo na taka, kama vile bagase la miwa kutoka Kilombero na Mtibwa, wameonyesha jinsi rasilimali za hapa za ndani zinavyoweza kuzalisha umeme huku kupunguza athari kwa mazingira.

Kuongeza kasi ya miradi hii kutaleta fursa mpya za kiuchumi na kuboresha upatikanaji wa nishati katika maeneo yasiyo na huduma za umeme.Nishati ya baharini, ikiwa ni pamoja na nguvu za mawimbi na maporomoko ya maji, inawakilisha fursa isiyotumika kwa mataifa ya pwani.

Utafiti wa awali katika Zanzibar na Bagamoyo unaonyesha uwezo wa Tanzania kutumia fukwe zake kwa kuzalisha nishati endelevu. Kwa utafiti zaidi na uwekezaji, nishati ya baharini inaweza kuwa sehemu muhimu ya mchanganyiko wa nishati wa kitaifa.

Kuunganisha vyanzo hivi mbalimbali vya nishati na gridi ya taifa ni muhimu ili kufikia upatikanaji wa umeme kwa wote. Tanzania imetekeza uwekezaji mkubwa katika kupanua mitandao yake ya usambazaji wa umeme, kama vile Mradi wa Msingi wa Usambazaji Umeme.

Ushirikiano wa kikanda kupitia mipango kama ya Mshikamano wa Nishati ya Kusini mwa Afrika (SAPP) utasaidia kuimarisha usalama wa gridi, na kuruhusu nishati ziada kutoka nchi moja kusaidia nyingine, kuhakikisha usambazaji wa umeme wa haki kote bara.

Ili kufikia lengo la kutoa umeme kwa Waafrika milioni 300 ifikapo mwaka 2030, kupata fedha za kutosha ni muhimu. Ushirikiano wa umma na sekta binafsi (PPPs) utakuwa na jukumu muhimu katika kufungua rasilimali zinazohitajika.

Serikali zinaweza kushirikiana na washirika wa kimataifa wa maendeleo, taasisi za kifedha kama Benki ya Maendeleo ya Afrika, Benki ya Dunia, na wafadhili wa kimataifa ili kupata mikopo ya masharti nafuu, ruzuku, na msaada wa kiufundi.

Aidha, kuunda sera na mifumo ya kanuni zinazovutia uwekezaji kutoka sekta binafsi katika miundombinu ya nishati kutasaidia kuvutia wawekezaji kwenye miradi ya nishati endelevu huku kuhakikisha upatikanaji wa umeme kwa wateja. Kuimarisha ushirikiano wa kikanda na kimataifa pia kutasaidia kuhamasisha fedha, hasa kwa miradi mikubwa ya miundombinu ya kuvuka mipaka.

Zaidi ya kupata fedha, ni muhimu kuhakikisha kuwa suluhisho za nishati zinazotekelezwa ni zinazoweza kupanuka na endelevu. Kuendeleza na kutekeleza mifumo ya nishati ya gharama nafuu, kama vile minigridi ya jua ya kidijitali na teknolojia za nje ya gridi, zitakuwa muhimu kwa kufikia jamii zilizozungukwa na kutokuwa na huduma za nishati.

Aidha, kuboresha ufanisi wa nishati kupitia gridi za kisasa, usimamizi wa mahitaji, na teknolojia za hifadhi ya nishati kutasaidia kuongeza matumizi ya rasilimali za nishati endelevu.

Tanzania, kwa mfano, inaweza kuendelea kupanua miundombinu yake ya gridi kupitia miradi kama ya Uunganisho wa Umeme wa Tanzania–Kenya, huku ikiendeleza mifumo midogo ya nishati ya kidijitali katika maeneo ya vijijini kuhakikisha kuwa hakuna atakayekosa.

Kuhakikisha kuwa suluhisho za nishati zinatengenezwa kulingana na mahitaji na muktadha wa kila jamii kutakuwa muhimu kwa ustawi wa muda mrefu. Mwisho kabisa, mbinu inayojumuisha wadau mbalimbali, ikiwa ni pamoja na serikali, sekta binafsi, taasisi za kifedha za kimataifa, na jamii za ndani, ni muhimu ili kufikia lengo hili.

Wadau hawa lazima washirikiane ili kuandaa mpango wa utekelezaji wa kina, ukiweka wazi majukumu, wajibu, na ratiba ya kufikia malengo ya umeme.

Serikali zinaweza kutoa kipaumbele katika upatikanaji wa nishati kwa kuingiza mipango ya nishati katika mikakati ya maendeleo ya kitaifa na mipango ya hatua dhidi ya mabadiliko ya tabia nchi, wakati sekta binafsi inaweza kuchangia kupitia mbinu bunifu za kifedha, kama vile hati za kijani, uwekezaji wa athari, na fedha zinazohusiana na matokeo.

Jamii za ndani zinapaswa kushirikishwa kikamilifu katika mchakato ili kuhakikisha miradi ya nishati inalingana na mahitaji yao, kuimarisha umiliki wa ndani, na kuunda ajira. Ni kwa kupitia hatua za pamoja na kujitolea tu ambapo tutafanikiwa kufikia upatikanaji wa umeme kwa wote barani Afrika ifikapo 2030.

Mheshimiwa Rais, Mkutano wa Nishati wa Mission 300 Afrika ni zaidi ya mkutano ni wito wa hatua. Kwa kutumia kikamilifu rasilimali za nishati za Afrika, kukumbatia ubunifu, na kuhamasisha ushirikiano, tunaweza kuleta umeme kwa watu milioni 300, kubadilisha maisha na kuendesha maendeleo endelevu.

Uongozi wa Tanzania katika kuandaa mkutano huu unaonyesha dhamira yake ya kuangaza Afrika na kuweka njia kwa mustakabali angavu na unaounganisha kwa wote.

Wako katika ujenzi wa Taifa,

Tanapa ilivyojinadi mkutano wa Nishati Afrika 2025

NA MWANDISHI WETU

SHIRIKA la Hifadhi za Taifa Tanzania (TANAPA) limeutumia Mkutano wa Nishati kwa Bara la Afrika uliomalizika jana jijini Dar es Salaam kwa mafanikio.Mkutano huo ulifunguliwa Januari 27 mwaka huu na Naibu Waziri Mkuu na Waziri wa Nishati,Dkt.Doto Biteko katika Ukumbi wa JNICC jijini Dar es Salaam.

TANAPA imetumia jukwaa la Mkutano huo wa siku mbili kunadi vivutio vyake vyenye sifa tofauti za kuvutia kwa ugeni mzito uliohudhuria ukiwakutanisha wakuu wa nchi zaidi ya 25 barani Afrika chini ya mwenyeji wao Dkt. Samia Suluhu Hassan, Rais wa Jamhuri ya Muungano wa Tanzania.

Mkutano ulijikita kujadili na kuimarisha sekta ya nishati, hususan katika suala la kupanua upatikanaji wa umeme, kuboresha miundombinu ya nishati, na kutafuta suluhu za changamoto zinazokwamisha maendeleo ya sekta hiyo.

Aidha, Mkutano huo pia ulilenga kuvutia wawekezaji kutoka ndani na nje ya nchi katika sekta ya nishati, vyanzo mbadala kama vile jua, upepo, na gesi asilia. Hivyo, jukwaa hilo ni fursa kwa wadau mbalimbali, wakiwemo serikali, sekta binafsi, na mashirika ya kimataifa, kubadilishana uzoefu na mikakati ya kukuza matumizi ya nishati endelevu.

Ushiriki wa TANAPA katika mkutano huo ulilenga la kutangaza vivutio vya utalii vinavyopatikana katika Hifadhi za Taifa,pamoja na fursa za uwekezaji katika sekta ya utalii na uhifadhi nchini.

TANAPA ilitumia jukwaa hilo kutoa mwaliko kwa Jumuiya za kimataifa zilizoshiriki katika mkutano huo kutembelea Hifadhi za Taifa,ili kujionea vivutio vya utalii vinavyopatikana nchini Tanzania kama Mlima mrefu zaidi barani Afrika (Mlima Kilimanjaro), Kivutio cha Nyumbu wahamao katika Hifadhi ya Taifa Serengeti na Hifadhi nyingine zilizotawanyika kote nchini.

Afrika inaweza kutatua matatizo ya Nishati

TUNAPOZUNGUMZIA mifumo ya nishati ya kesho,ni wazi kuwa utofauti na ubunifu lazima viwe katikati ya juhudi zetu. Kupanua uwezo wa kuzalisha nishati ya jua na upepo, pamoja na kuunganisha vyanzo hivi katika gridi za taifa, ni muhimu katika kutumia rasilimali kubwa za nishati mbadala zinazopatikana Afrika.

Grid hizi za taifa, zitakapojengwa vizuri, zina uwezo wa kutoa nishati safi na nafuu kwa maeneo ya mbali na ambayo hayana huduma za nishati, jambo ambalo ni muhimu katika kuwezesha jamii, kuboresha maisha, na kukuza uchumi endelevu kote barani Afrika.

Aidha, maendeleo ya magari ya umeme (EVs) na ujenzi wa miundombinu ya magari haya yatakuwa ya msingi katika kupunguza uzalishaji wa hewa chafu katika miji inayokua haraka Afrika.

Ili kusaidia mpito wa matumizi ya magari ya umeme, ni muhimu kuwekeza katika uchimbaji wa madini ya kutengeneza betri, kama vile lithiamu, kobalti, na nikeli, pamoja na maendeleo ya teknolojia za kisasa za hifadhi ya nishati.

Afrika ina nafasi ya kipekee ya kuchangia katika sekta ya magari ya umeme duniani, kutokana na rasilimali zake za madini muhimu kama vile kobalti, lithiamu, na nikeli, ambayo ni muhimu kwa uzalishaji wa magari ya umeme. Kwa kuzingatia uchimbaji, usindikaji, na usafishaji wa madini haya, Afrika inaweza si tu kutatua mahitaji ya nishati na usafiri, bali pia kuwa kiongozi muhimu katika mabadiliko ya kimataifa ya magari ya umeme.

Hii itakuza ajira, kukuza uchumi, na kutoa fursa kubwa za ukuaji endelevu wa kiuchumi, hivyo kuiwezesha kuwa mchezaji mkuu katika mnyororo wa usambazaji wa magari ya umeme duniani.

Pia ni muhimu kuzingatia utafiti na maendeleo ya suluhisho za hifadhi ya nishati zinazozidi kuwa bora, ikiwa ni pamoja na betri za lithiamu-ion za kisasa na teknolojia mpya za solid-state, ili kuhakikisha kuwa nishati mbadala inahifadhiwa kwa usalama na kwa ufanisi kwa matumizi ya kudumu.

Mbali na juhudi hizi, kuchunguza uwezo wa matumizi ya hidrojeni kama nishati safi ni fursa inayovutia kwa Afrika kuwa kiongozi duniani katika uzalishaji wa hidrojeni ya kijani.

Kwa kutumia vyanzo vya nishati mbadala, Afrika inaweza kuzalisha hidrojeni inayoweza kutumika katika usafiri, viwanda vikubwa, na maeneo mengine. Hii inaweza kufungua masoko mapya ya usafirishaji wa nishati kutoka Afrika na kuendana na juhudi za kimataifa za kupunguza uzalishaji wa gesi chafu, huku ikiipa Afrika fursa kubwa za ukuaji wa uchumi.

Eneo muhimu linalohitaji umakini wa haraka ni suluhisho ya nishati safi ya kupikia. Barani Afrika, mamilioni ya kaya bado zinategemea nishati ya kuni na mkaa, ambayo inachangia uharibifu wa misitu, uchafuzi wa hewa, na matatizo ya kiafya.

Ueneaji wa teknolojia za nishati safi za kupikia, hasa mifumo ya LPG (Liquefied Petroleum Gas) Pay-as-You-Go, ni mbadala endelevu na wa bei nafuu kwa mazingira haya hatarishi.

Mfumo wa Pay-as-You-Go (Lipia Kadri Unavyotumia) unawawezesha kaya maskini kupata nishati safi ya kupikia bila ya kuhitaji uwekezaji mkubwa wa awali, na kufanya nishati safi ya kupikia kupatikana kwa mamilioni ya waafrika.

Hii si tu inaboresha afya na usalama wa kaya, bali pia inapunguza athari za kimazingira za mbinu za kupikia za jadi, na kuchangia malengo ya Afrika ya kufikia maendeleo endelevu na kupambana na mabadiliko ya tabia nchi.

Ili kuendeleza juhudi hizi, ushirikiano kati ya serikali, taasisi za utafiti, sekta binafsi, na jamii utaendelea kuwa muhimu.Kwa kushirikiana, tunaweza kufungua ufadhili wa kutosha ili kuongeza matumizi ya teknolojia hizi, kuhakikisha kuwa zinajumuisha watu wote, na kuharakisha utekelezaji wao kote Afrika.

Hii itahitaji juhudi za pamoja katika kukuza ubunifu, kushirikiana maarifa, na kuunda mifumo ya sera zitakazosaidia mpito kwenda mifumo ya nishati safi na endelevu.Nakutakia mafanikio katika kazi zako zote, na jitihada zako za kuleta maendeleo kwa taifa letu.

Wako katika ujenzi wa Taifa,
0687746471

CHADEMA ya Lissu ijikite kuangazia kero za wananchi

KATIKA vitu ambavyo vimeifanya CCM isurvive, au kupata ahueni ya kisiasa ni kwa sababu CHADEMA ya uongozi uliopita haikuchagua kuisagia kunguni CCM kisawasawa kwa wananchi juu ya kero zinazowasumbua wananchi.

Wao walibaki kuongelea vitu secondary kama vile demokrasia na kuacha mambo ya maana yanayohusu uhai wao. Ninatambua kuwa Demokrasia ni muhimu lakini siyo kipaumbele kwa wananchi kama vile msosi mezani, maji etc.

Mimi naamini, kama CHADEMA itageuza KERO za WANANCHI kuwa ndiyo TALKING POINTS ZAO kila viongozi wao waongeapo na vyombo vya habari, na kila waongeapo na wananchi , basi uungwaji wao mkono utakuwa mkubwa sana. Kuna haya mambo lazima CHADEMA husus an Mwenyekiti wa sasa wa CHADEMA lazima ajikite kuyazungumzia.

1. MAJI

Amini usiamini shida ya Maji Dar es salaam ni kubwa mno. Tena miezi hii ya karibuni mpaka leo kuna mgao mkali mno na wa kutisha wa maji. Cha kushangaza hii hali hujitokeza kila mwaka lakini hakuna chama cha siasa kilichotokea na kuibeba hii kuwa ni Agenda ya kuitandikia CCM.

Yaani kwa jinsi wananchi wanavyoteseka, wanavyoumia,iwapo CHADEMA itawaonyesha wananchi kuwa inajua hilo tatizo, na kwamba CCM imefeli, na kwamba wananchi waiunge Mkono CHADEMA katika kudemand reforms za msingi ili huko mbeleni tuweze kupata serikali zilizo accountable kwa wananchi, basi wananchi wataiunga mkono CHADEMA kwa kasi na kwa wingi mno.

2. AJIRA KWA VIJANA

Leo vijana ambao wanamaliza vyuo na ngazi mbalimbali za elimu wanasaga lami, hali ya ajira ni mbaya mno.Haijakuwepo sauti ya kutosha ya

CHADEMA kuwagonganisha vijana na CCM ili waichukie CCM.

CHADEMA inaweza kupata uungwaji mkono kutoka katika kundi la vijana iwapo viongozi wakuu wa CHADEMA watakuwa wanakosoa mara kwa mara kushindwa kwa serikali ya CCM kupunguza hilo tatizo then wao kuonyesha mbadala wa mikakati.

3. UFISADI NA UPIGAJI

Hii ni agenda mama, kamwe CHADEMA wasiitupe agenda hii. Ni lazima kuirudiarudia agenda hii kwenye masikio ya wananchi. Kipindi cha uongozi wa CHADEMA uliopita, hii agenda waliitupa, wakaachana nayo.

Hiyo ilikuwa ni mistake kubwa. Lazima CHADEMA hii ya sasa ya Lissu iendelee kuzodoa mafisadi, kusagia kunguni mbele ya umma. Yaani hakuna kuacha mafisadi wakapumua, na pia hakuna kuacha kuuzungumzia upigaji wa kutisha.

4. ISHU YA HUDUMA ZA AFYA NA GHARAMA ZAKE.

Kipindi cha CHADEMA ya Dr Slaa, huyu mkuu wa mkoa wa Dar aliyewaambia wanawake wasio na hela wakazalie nyumbani isingeweza kupita hivihivi. Kwanza CCM ilikuwa ikiogopa kutoa kauli za hovyo namna hii.

Hata hivyo hoja yangu ni kwamba gharama za huduma za afya zinaongezeka sana huku umasikini wa watu ukiendelea kuongezeka. Hii Agenda, haswa huduma za akina mama wanaojifungua ktk mazingira magumu ktk hospitali za serikali, inapaswa kuzungumziwa pia mara kwa mara. Hii itawavutia wananchi na kujikuta wanasimama upande wa CHADEMA.

5. KUNA ISHU YA MAKATO KIBAO KUPITIA SIMU

Kuna hii kodi ya majengo kupitia malipo ya LUKU, yaani mpangaji analazimishwa kulipa kodi ya jengo linalomilikiwa na mwenye nyumba kila mwezi mpangaji anunuapo umeme.

Kuna kodi serikali inakata kwa mtu pindi amtumiapo let say bibi yake kodi kijijini. Huu ni wizi, hupaswi kukata kodi au ushuru kwenye hela ya mtu anayomtumia bibi yake akanunue dawa au vyovyote vile.CHADEMA waitumie hii agenda kuwasagia kunguni kwa wananchi.

Ninatambua kuwa Sehemu kubwa ya Maongezi ya Viongozi wa CHADEMA yanahusu terms za kisiasa kama vile "Democracy","Katiba mpya","Uchaguzi huru na haki", Nataka niwaeleze tu kuwa japo hayo mambo ni muhimu, Yataeleweka zaidi kwa wananchi iwapo yatafungamanishwa na vitu vya uhai wao kama vile maji safi na salama ya kunywa, kana vile ajira za vijana, kama vile upatikanaji dawa na huduma nzuri hospitalini etc.

Kwa hiyo nategemea sasa kumsikia Lissu na Heche na makada wa CHADEMA wafanye adjustment kwenye maongezi yao pindi waongeapo kuhusu mambo ya nchi na siasa zake, yaani pamoja na mademokrasia yao wayapiganiayo lazima wajustify hayo kwa kugusa na kuisagia kunguni CCM kwa kuefeli kwenye social na economic fronts.

Wanawake wa Sudan wanavyokabiliwa na ubakaji na unyanyasaji Libya

BBC

"Tunaishi kwa hofu,"Layla anasema kwa njia ya simu kwa sauti ya kunong'oneza ili mtu asimsikie .Alitoroka Sudan na mumewe na watoto sita mapema mwaka jana kutafuta usalama na sasa yuko Libya.

Kama ilivyo kwa wanawake wote wa Sudan ambao BBC ilizungumza nao kuhusu uzoefu wao wa kusafirishwa kwenda Libya, jina lake limebadilishwa ili kulinda utambulisho wake.

Kwa sauti ya kutetemeka anaelezea jinsi nyumba yake huko Omdurman ilivyovamiwa wakati wa vita vya wenyewe kwa wenyewe vya Sudan, ambavyo vilizuka mnamo 2023.

Familia hiyo ilikwenda Misri kwanza baada ya kuwalipa wasafirishaji dola 350 (£338) kuwapeleka Libya, ambako waliambiwa maisha yatakuwa bora na wataweza kupata kazi za usafi na hoteli lakini mara baada ya kuvuka mpaka, Layla anasema wasafirishaji waliwashikilia mateka, kuwapiga na kudai pesa zaidi.

Lakini siku moja mume wake aliondoka kwenda kutafuta kazi na hakurudi tena. Kisha binti yake wa miaka 19 alibakwa na mwanamume anayejulikana kwa familia kupitia kazi ya Layla.

Layla anasema kwa sasa wamekwama nchini Libya: hawana pesa za kuwalipa wasafirishaji wa watu kuondoka na hawawezi kurudi katika Sudan iliyokumbwa na vita.

Pande hizo mbili kwa pamoja zilifanya mapinduzi mwaka 2021, lakini mapambano ya kuwania madaraka kati ya makamanda wao yaliitumbukiza nchi hiyo katika vita vya wenyewe kwa wenyewe.

Zaidi ya watu milioni 12 wamelazimika kuyakimbia makaazi yao, wakati njaa imesambaa katika maeneo matano, huku watu milioni 24.6, ikiwa ni karibu nusu ya idadi ya watu - wanahitaji msaada wa haraka wa chakula, wataalamu wanasema.Shirika la Umoja wa Mataifa la kuhudumia wakimbizi UNHCR limesema zaidi ya wakimbizi 210,000 wa Sudan sasa wako nchini Libya.

BBC imezungumza na familia tano za Wasudan ambao awali walikwenda Misri, ambako walisema walikabiliwa na ubaguzi wa rangi na vurugu, kabla ya kuhamia Libya, wakiamini kuwa itakuwa salama na fursa bora za kazi. Tuliwasiliana nao kupitia mtafiti katika masuala ya uhamiaji na kutafuta hifadhi nchini Libya.

Salma ameiambia BBC kuwa tayari alikuwa akiishi mjini Cairo, Misri, akiwa na mume wake na watoto watatu wakati vita vya wenyewe kwa wenyewe vya Sudan vilipozuka, lakini wakati idadi kubwa ya wakimbizi walipoingia nchini humo, hali ya wahamiaji nchini humo ilizidi kuwa mbaya.

Waliamua kuhamia Libya, lakini kilichokuwa kinawasubiri kilikuwa ni "jahanamu halisi", Salma anasema. Anaelezea jinsi, mara tu walipovuka mpaka, walivyowekwa katika ghala linaloendeshwa na wasafirishaji wa binadamu. Wanaume hao walitaka pesa ambazo zilikuwa zimelipwa mapema kwa wasafirishaji wa bidhaa za magendo upande wa Misri wa mpaka, lakini hazikufika.

Familia yake ilikaa karibu miezi miwili katika ghala. Wakati mmoja, Salma alitenganishwa na mumewe na kupelekwa kwenye chumba cha wanawake na watoto. Hapa, anasema yeye na watoto wake wawili wakubwa walifanyiwa ukatili wa aina mbalimbali kwasababu walitaka pesa.

"Walinipeleka kwenye chumba tofauti, 'chumba cha ubakaji' na wanaume tofauti kila wakati," anasema."Nimemzaa mtoto wa mmoja wao."Hatimaye, alikusanya pesa kupitia rafiki yake huko Misri na wasafirishaji wakaiachilia familia yake.

Anasema daktari alimwambia kuwa alikuwa amechelewa sana kutoa mimba, na mumewe alipogundua kuwa alikuwa mjamzito alimuacha yeye na watoto, na kuwaacha wakila mabaki ya chakula kutoka kwenye mapipa ya takataka na kuombaomba mitaani.

Walipata hifadhi katika shamba la mbali kaskazini magharibi mwa Libya kwa muda, wakikaa siku nzima bila kupata chakula. Walikata kiu yao kwa kunywa maji machafu kutoka kwenye kisima kilicho karibu.

Chimbuko la vita vya Mashariki mwa DRC ni nini?

MASHARIKI mwa Jamhuri ya Kidemokrasi ya Congo (DRC) kumeshuhudiwa mzozo na ukosefu wa utulivu …Kwa muda usiokuwa chini ya miongo mitatu. Ila katika muongo mmoja uliopita, mapigano makali yamezuka mara kwa mara.

Japo eneo hilo linalojumuisha majimbo ya Ituri, Kivu kusini na Kivu Kaskazini yana jumla ya makundi ya wapiganaji zaidi ya 129, kundi la waasi la M23, ambalo ndilo kuu lililobuniwa baada ya makubaliano ya Machi 23 ya kutafuta amani imekuwa na historia ya machafuko.

Pamoja na sababu za kihistoria, mashindano ya kikanda, na machafuko ya ndani, hali hiyo kwa mara nyingine tena inavuta hisia za kikanda na za kimataifa.

Kundi la M23 ni nini na lilianza vipi?Huwezi kuzungumzia M23 bila kuangazia historia ya jamii ya Watutsi katika eneo la mashairiki mwa Kongo, na ambao pia wako nchini Rwanda.

Makundi mbalimbali yalibuniwa ili kutetea maslahi ya jamii ya watutsi katika eneo hilo. Mwaka 2006 CNDP (National Congress for the Defence of the People) iliundwa na viongozi wa

Watutsi wa Congo mashariki. Ilikuja kutokana na kuongezeka kwa mvutano wa kikabila kati ya Watutsi na makundi mengine, hasa baada ya Mauaji ya Kimbari ya Rwanda na mgogoro wa wakimbizi nchini Kongo.

Kundi la waasi la RCD, ambalo lilikuwa limedhibiti eneo hilo, lilikatishwa tamaa na mchakato wa amani na serikali ya Kabila, wakihofia kupoteza mamlaka.

Wakiongozwa na Laurent Nkunda, CNDP ililenga kuwalinda raia wa Kitutsi dhidi ya mashambulizi ya makundi ya wanamgambo wa Kihutu na kupata uwakilishi bora wa kisiasa kwa Watutsi katika serikali ya Kongo.

Kuundwa kwa CNDP kwa kiasi kikubwa kulitokana na kushindwa kwa mchakato wa amani na kutozingatiwa kwa mahitaji na usalama wa jamii ya Watutsi.Vita vya Kwanza na vya Pili vya Kongo (1996-2003): Nchi jirani ziliingilia kati mzozo wa DRC, na kuunda mtandao tata wa ushirikiano na ushindani.

Makundi yenye Silaha: Makundi kama vile CNDP (Congress of the National

Chimbuko la M23CNDP, kikiongozwa na Laurent Nkunda, awali kiliundwa ili kulinda jamii za Watutsi lakini lilijulikana kwa ukiukwaji wa haki za binadamu na biashara haramu. Mnamo 2009, makubaliano ya amani yalitaka kuunganisha vikosi vya CNDP katika jeshi la Kongo, lakini mvutano uliendelea, na kusababisha kuundwa kwa M23 mnamo 2012.Kundi hilo lilipewa jina baada ya makubaliano ya amani ya Machi 23, 2009 ambayo yaliahidi kuunganishwa kwa wapiganaji wa CNDP katika jeshi la Kongo na kutambua mrengo wao wa kisiasa.

Hata hivyo, kikundi cha CNDP kilidai kuwa makubaliano hayo hayakutekelezwa vyema na kuzaliwa kwa M23 ili kushinikiza madai yao.M23 inadai kulinda jamii za Watutsi na wanaozungumza Kinyarwanda nchini DRC, ikitaja vitisho kutoka kwa wanamgambo wa Kihutu na kushindwa kwa serikali kulinda usalama wao.

Licha ya madai hayo, kundi hilo limekuwa likishutumiwa kwa ukiukaji mkubwa wa haki za binadamu, ikiwemo mashambulizi dhidi ya raia.

Uwezo wa kijeshi wa M23

Kufikia Januari 2025, makadirio yanaonyesha kuwa vikosi vya M23 vina wapiganaji kati ya 3,000 na 4,000. Zaidi ya hayo, ripoti kutoka Umoja wa mataifa zinaonyesha kuwa wanajeshi wa Rwanda wanaunga mkono operesheni za M23, ingawa Rwanda imekuwa ikikanusha vikali madai ya kuhusika kwake.

Aidhaa Rwanda imeendeleza madai kwamba kundi la wapiganaji la FDRL ambalo lilitajwa kuhusika katika vita vya kimbari vya 1994, lilikimbilia DRC na linatumiwa na taifa hilo kuendeleza muaji ya kimbari ndani ya Mashariki mwa DRC, jambo ambalo Kinshasa imekanusha vikali pia.

‘Pedeshee’Eric Mandala alivyonaswa na dawa za kulevya

KAMA wewe ni mfuatiliaji wa muziki wa Rhumba hasa kutoka nchini Jamhuri ya Kidemokrasia ya Congo, bila shaka utakuwa umewahi kumsikia sana ‘pedeshee’ Eric Mandala.

Lakini je, unamjua huyo Mandala ni nani na ana ushawishi kiasi gani mpaka aimbwe na mastaa wa rhumba na dansi ndani na nje ya DRC?Pedeshee huyo ambaye jina lake kamili ni Eric Mandala Kinzenga, ni mfanyabiashara mkubwa mwenye asili ya DRC ambaye anamiliki mkwanja wa ‘kufa mtu’.

Sasa habari mpya ni kwamba mwamba amekamatwa akiwa na dawa za kulevya, Cocaine kilo 200! Kama hesabu zinakupiga chenga, kilo 200 ni sawa na uzito wa mifuko minne ya cement.

Ilikuwaje? Unaambiwa jamaa alikuwa anasafirisha mzigo huo kutoka Ecuador ambako mzigo ulipakiwa kwenye meli mpaka Bandari ya Algeciras nchini Hispania akiwa na lengo la kuuvusha mpaka Morocco lakini kumbe ‘wazee’ wakawa wameshatonywa.

Mamlaka ya kuzuia dawa za kulevya nchini Hispania (DEA) kwa kushirikiana na Mamlaka ya Kuzuia Uhalifu Hispania (Udyco) wakamuwekea mtego uliofanikisha kumnasa akiwa ameubeba mzigo huo kwenye gari.

Pamoja naye, amekamatwa mwanamke mmoja wa Colombia waliyekuwa pamoja na walipopekuliwa, walikutwa na Cocaine kilo 200 pamoja na fedha taslimu dola 50,000 za Marekani ambazo ni sawa na shilingi milioni 127 za Kibongo.

fikrapevu @fikrapevu @fikrapevu
FIKRAPEVU MICHEZO
Jumatano Januari 29, 2025 Tovuti: www.fikrapevu.co.tz

Tanzania, Uganda wapangwa kundi moja Afcon 2025

MABINGWA watetezi wa Afcon Ivory Coast wamewekwa katika kundi moja na Cameroon katika hatua ya makundi ya fainali za Mataifa ya Afrika (Afcon) 2025 nchini Morocco.Katika hafla iliyosheheni mbwembwe za kila aina mjini Rabat, Tembo walipangiwa Kundi F, ambapo pia watamenyana na timu ya Pierre-Emerick Aubameyang Gabon na Msumbiji.

Kinyang'anyiro hicho cha Afrika kitaaanza 21 Desemba na kuendelea hadi Januari 18 2026. Mechi ya ufunguzi itazikutanisha wenyeji Morocco dhidi ya Comoro.

Nigeria, ambayo ilishindwa na Ivory Coast katika fainali ya Afcon 2023, itakuwa Kundi C pamoja na Tunisia.

Katika kundi moja, Uganda na Tanzania, wawili kati ya waandaji wenza wa Kombe la Mataifa ya Afrika 2027, watachuana.Katika mashindano mengine ya kikanda yenye mvuto, timu tatu za kusini mwa Afrika zitashiriki Kundi B, huku Afrika Kusini, Angola na Zimbabwe zikiwa zimepangwa pamoja na Misri ya Mohamed Salah.

Sudan, ambayo ilifuzu kwa Afcon 2025 licha ya nchi hiyo kukumbwa na vita vya wenyewe kwa wenyewe, itamenyana na Algeria katika Kundi E.Gwiji wa Morocco Mustapha Hadji alikuwa miongoni mwa watu mashuhuri wa kandanda waliokuwepo kusaidia katika droo hiyo.

Aziz K bado yupo sana Yanga

NA MWANDISHI WETU

KLABU ya Yanga imewataka mashabiki wake wapuuze taarifa zinazosambazwa na wabaya wao katika mitandao ya kijamii, zikidai kiungo wao mshambuliaji Aziz Ki, anatarajia kuiacha timu hiyo na kwenda kutafuta changamoto nyingine.

Taarifa hizo zimekuwa zikirudia kusambazwa katika mitandao tofauti, imeleta taharuki kwa mashabiki wa timu hiyo, kwa vile mchezaji huyo ni moja kati ya nyota wanaotumainiwa katika kikosi cha timu hiyo.

Katika taarifa hiyo inadaiwa kuwa, Aziz Ki hakupendezewa na timu yake Yanga, kutolewa katika michuano ya Ligi ya Mabingwa hatua ya 16 Bora, hivyo anatamani kuondoka ili akaitumikie klabu itakayocheza michuano mikubwa ya kimataifa.

Taarifa hizo zimekanusha vikali na klabu hiyo, ikisisitiza kuwa ni za kupuuzwa kwa vile zinalenga kuwasambaratisha mashabiki.

Hata hivyo kiongozi mmoja wa Yanga aliyeongea na gazeti hili kwa masharti ya kutotajwa jina lake alisema, wamechelewa kukanusha kupitia mitandao ya Jamii kutokana na kutokuwepo kwa Meneja wake wa Habari na Mawasiliano Ali Kamwe aliyekwenda nchini Morocco kushiriki Droo ya michuano ya Afcon.

Hata hivyo amewataka Wanayanga wawe watulivu katika kipindi hiki ambacho timu yao inakabiliwa na michuano mbalimbali ikiwemo Ligi Kuu Tanzania bara mzunguko wa pili.