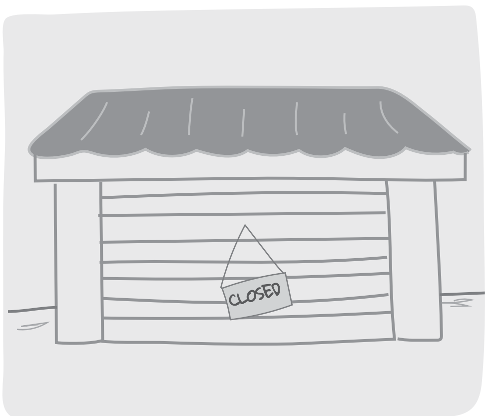
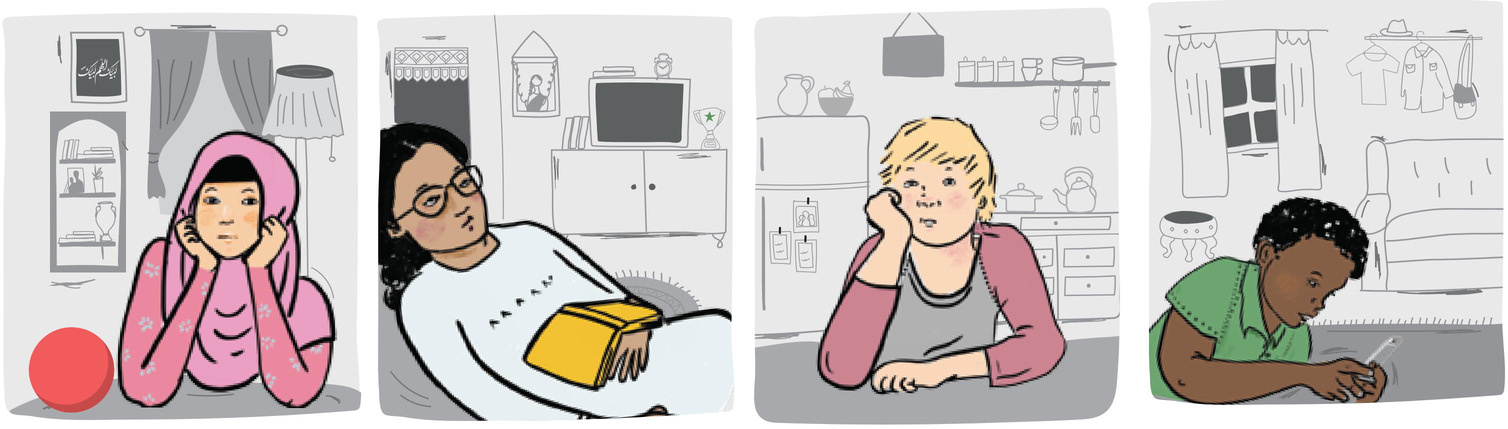
HAKUNA NAFASI YA VIRUSI VYA CORONA

Jinsi watoto wanaweza kusaidia kupigana na virusi hivi

Ni siku angavu yenye jua. Hali ya jiji ni tulivu. Ukimya umetawala kila mahali.

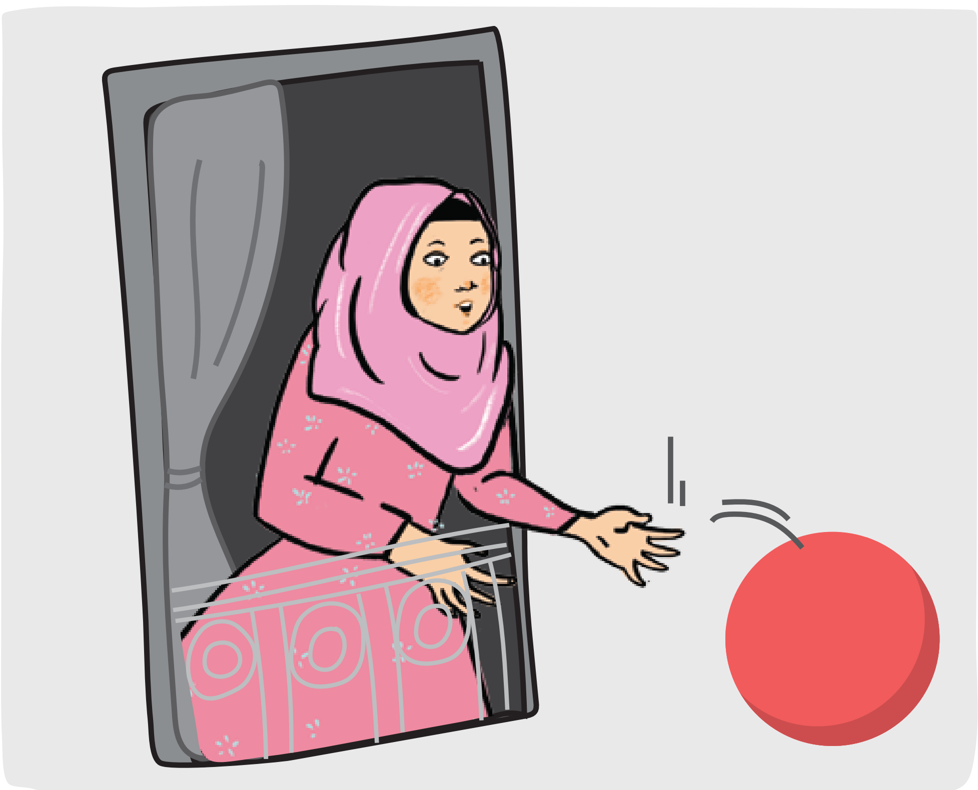


Mitaa haina watu maduka makubwa ya kujihudumia ya vyakula na vifaa yako wazi, na huku kabati za kutunzia bidhaa takriban zikiwa tupu. Milango ya shule yamefungwa na hakuna hata mtu mmoja mitaani.



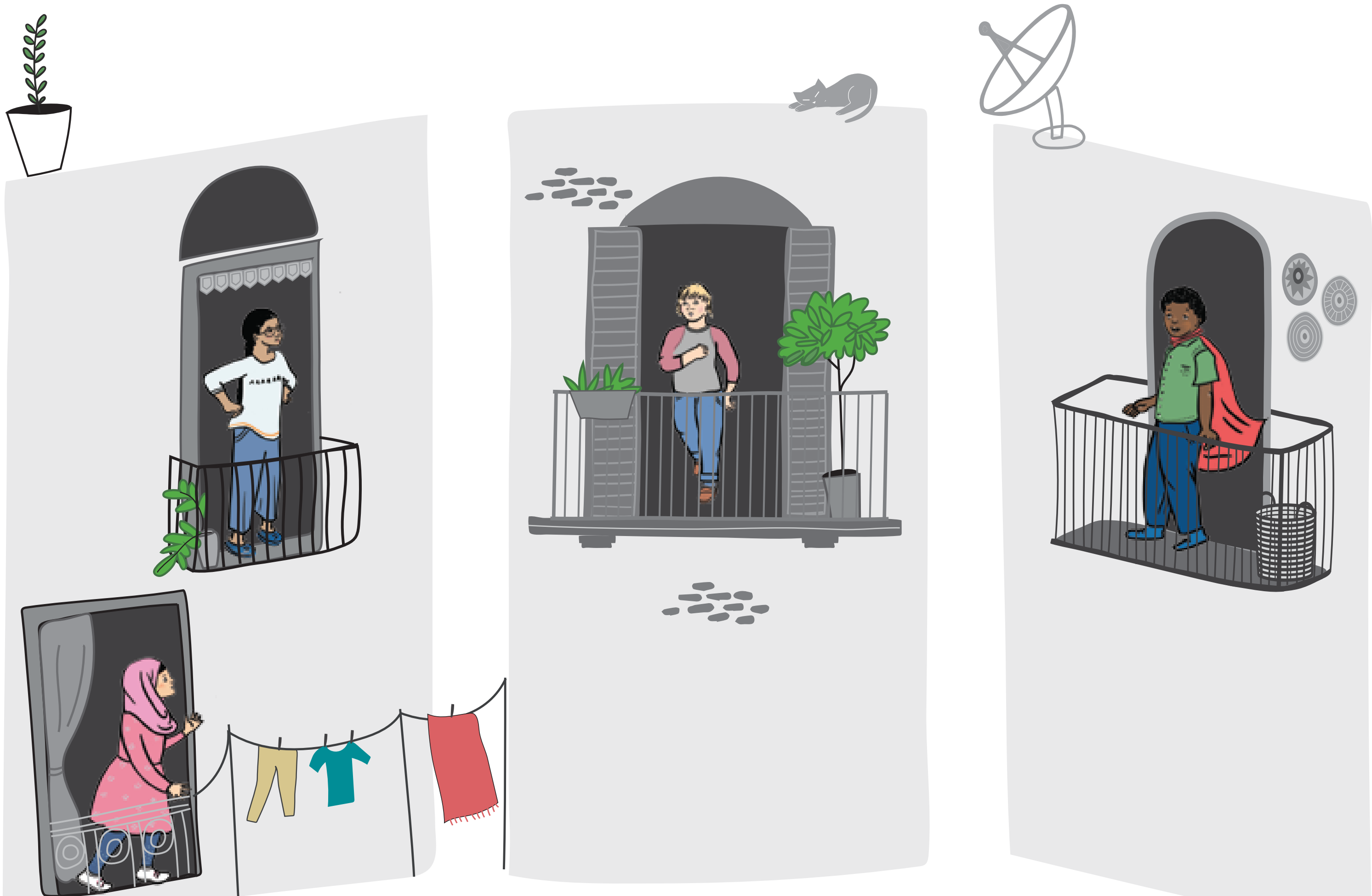
Shule zimefungwa. Amina, Oliver, Tara na Akachi wote wamekwama ndani ya nyumba zao. Hawana furaha kwa vile hawaruhusiwi kutoka nje ya nyumba.

Akiwa amekatishwa tamaa, Akachi anaamua kutafuta jibu. Anampigia simu mjomba wake ambaye ni daktari maarufu na anafanya kazi pale jijini.

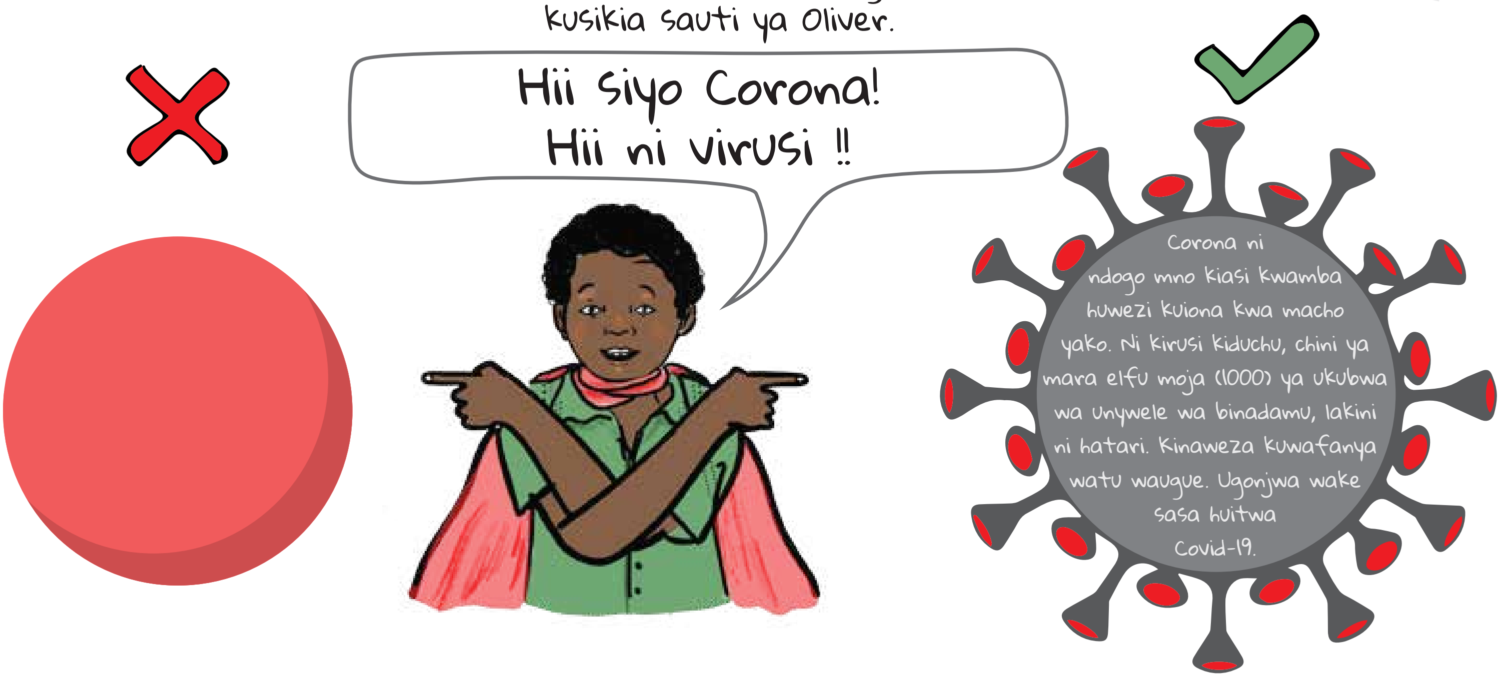


Tunaona mpira ukianguka nje ya dirisha la akina Oliver.

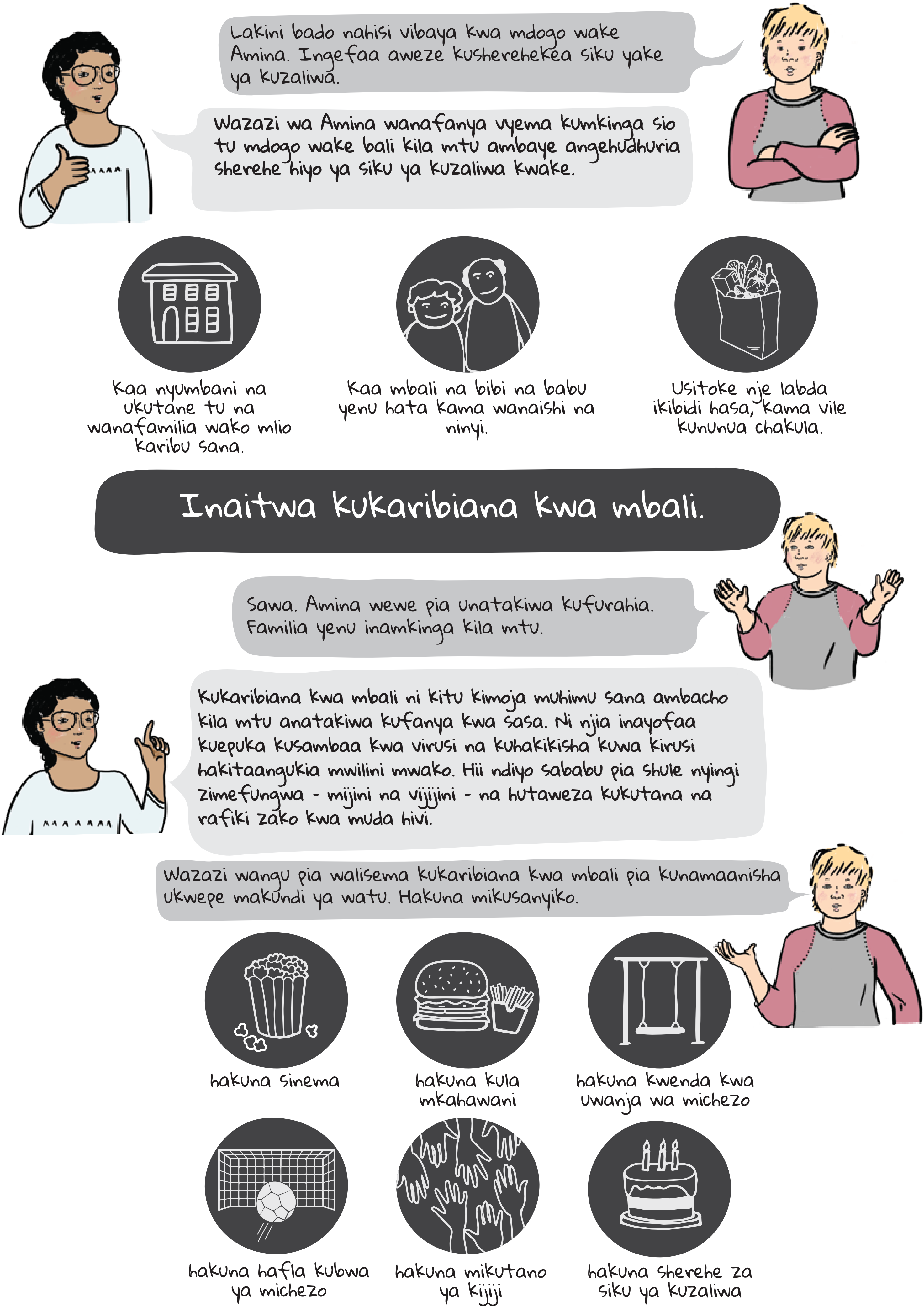
Anapiga mayowe na kukimbia



Kila mtu anakimbilia vibaraza vya maghorofani baada ya kusikia sauti ya Oliver.



Kesho ni siku ya kuzaliwa ya mdogo wangu. Tuliandaa sherehe kwa ajili yake, lakini wazazi wangu wameahirisha. Sasa analia, na ninajisikia vibaya kwa ajili yake.
Sifikirii kama ni haki kumweleza msichana mdogo asisherehekee. Hakuna hata mmoja miongoni mwetu mwenye kirusi hicho kwahivyo inamaanisha tupo salama.
Jamani, hii ni kwa ajili ya kujikinga. Kujikinga ni muhimu kwa sasa.
Corona haiheshimu mipaka ya nchi, inaweza kujitokeza kokote, iwe Africa, Asia, Amerika, Ulaya...kwenye miji mikubwa na midogo na hata vijijini.
Haswaa, haijalishi kama tunaishi mjini au kijijini/mashambani - kirusi hicho kinaweza kufika. Miji inaonekana kuathirika zaidi sababu ya msongamano mkubwa ulioko.
Ndiyo, na kama kuna mtu mwenye corona akipiga chafya, kukohoa au kushikana mkono na mtu mwingine, Corona inaenea na kuwafikia watu wengine, wenye afya. Corona itaingia miilini mwao kupitia mdomo, macho au pua.
Lakini tutajuaje kama tunaugua kwa sababu ya Corona? Mama yangu alipiga chafya mara moja leo asubuhi. Unadhani amepatwa na virusi vya Corona? Atakufa?
Chafya moja haina maana kuna lolote. Lakini unaweza kuwa na Covid-19 hata kama hujisikii kuugua na bado ukawaambukiza watu wengine. Hii ndio sababu corona inasambaa kirahisi zaidi ya mafua ya mwaka.
Endapo Corona ikiingia ndani ya miili yetu, inaweza kuzaliana. Mfumo wetu wa kinga ya maradhi utapambana na kirusi, kutokana na hilo tutakuwa na joto kali na kikohozi. Watu wenye matatizo ya kiafya na watu wenye umri zaidi ya miaka 50-60, kama bibi/nyanya na babu, wanaweza kuwa wagonjwa mahututi. Wakati mwingine inabidi waende kutibiwa hospitalini ili kuokoa maisha yao.


Lakini bado nahisi vibaya kwa mdogo wake Amina. Ingefaa aweze kusherehekea siku yake ya kuzaliwa.
Wazazi wa Amina wanafanya vyema kumkinga sio tu mdogo wake bali kila mtu ambaye angehudhuria sherehe hiyo ya siku ya kuzaliwa kwake.
Kaa nyumbani na ukutane tu na wanafamilia wako mlio karibu sana.
Kaa mbali na bibi na babu yenu hata kama wanaishi na ninyi.
Usitoke nje labda ikibidi hasa, kama vile kununua chakula.
Inaitwa kukaribiana kwa mbali.
Sawa. Amina wewe pia unatakiwa kufurahia. Familia yenu inamkinga kila mtu.
Kukaribiana kwa mbali ni kitu kimoja muhimu sana ambacho kila mtu anatakiwa kufanya kwa sasa. Ni njia inayofaa kuepuka kusambaa kwa virusi na kuhakikisha kuwa kirusi hakitaangukia mwilini mwako. Hii ndiyo sababu pia shule nyingi zimefungwa - mijini na vijijini - na hutaweza kukutana na rafiki zako kwa muda hivi.
Wazazi wangu pia walisema kukaribiana kwa mbali pia kunamaanisha ukwepe makundi ya watu. Hakuna mikusanyiko.
hakuna sinema
hakuna kula mkahawani
hakuna kwenda kwa uwanja wa michezo
hakuna hafla kubwa ya michezo
hakuna mikutano ya kijiji
hakuna sherehe za siku ya kuzaliwa

Ndiyo, unavunja mnyororo. Kuwa mwangalifu sana na usiruhusu Corona iingie mwilini mwako.
Lakini hatuwezi kukaa ndani muda wote. Tunaweza kuhitaji kutoka nje ya nyumba kununua chakula au kumuona daktari. Tunafanyaje ikiwa hivyo?
Uko sahihi. Lakini zipo njia nyepesi tunaweza kufanya kupunguza hatari pale inapokuwa ni lazima tutoke.
Kwa kuanzia, kamwe usibusu, kukumbatia au kushikana mikono wakati wa kusalimiana.
Tabasamu tu au sema "hi".
Acha umbali wa mita moja na nusu (1.5) kutoka walipo watu wengine.
Na kama utalazimika kupiga chafya au kukohoa, fanya hivyo kwenye kiwiko chako.
Na siku zote osha mikono yako kwa sabuni utakaporejea nyumbani.
SOAP
Ndiyo, osha mikono yako kwa kutumia sabuni na maji angalau kwa sekunde 20 hivi.

1. Palms
2. Back of hands
3. Between fingers
4. Back of fingers
5. Thumbs
6. Fingertips
7. Wrists
Namna hii Corona haiwezi kubaki mikononi mwako.
Kama huna maji na sabuni hapo ulipo hakikisha una itakasa mikono na sanitizer/kitakasa/kieuzi au jitahidi kadri uwezavyo usiguse uso wako kwa mikono yako mpaka pale utakapoweza kuosha mikono yako.
Jamani, kama sisi wote kwa pamoja tukijitunza ili Corona isiambukize miili yetu au kutowaambukiza watu wengine, tutaweza kupunguza kasi ya maambukizi ya kirusi hicho. Mpaka wakati huo tunaweza kucheza michezo ya ndani, kusoma vitabu na kufanya kazi zetu za darasani. Tuwashirikishe wote tunaowafahamu juu ya kila kitu tunachokifahamu. Sisi ni Timu inayoweza kukinga kusambaa kwa kirusi cha Corona.

Nitatuma ujumbe kwa kila mtu ninayemfahamu.
Nitawaomba wazazi wangu waeneze habari hizi kwa marafiki zao wote ...hakika kwa njia ya simu.
Na huku tukifanya hayo, pia tuwashirikishe majirani zetu wote kwa ujumbe huu muhimu!
Kaa
Baki Nyumbani
HAIJALISHI KAMA UNAISHI MJINI AU KIJIJINI - JIKINGE, IKINGE FAMILIA YAKO NA KILA MTU ANAYEKUZUNGUKA!
USITOKE NJE YA NYUMBA ISIPOKUWA KAMA HAIEPUKIKI KABISA KUFANYA HIVYO.
karibiana na watu wa karibu kabisa wa familia yako.
Endapo itabidi utoke nje ya nyumba: Kaa umbali wa mita moja unusu hadi mbili na mtu mwingine.
OSHA MIKONO YAKO KWA SABUNI UTAKA-POREJEA NYUMBA-NI
kesho yake
happy birthday!!!
HAIJALISHI KAMA
FAMILIA YAKO NA KILA MTU ANAYEKUZUN-GUKA!
Kumbuka kujikinga na kuwakinga watu wote wanaokuzunguka.
USITOKE NJE YA NYUMBA ISIPOKUWA KAMA HAIEPUKIKI KABISA KUFANYA HIVYO.
karibiana na watu wa karibu kabisa wa familia yako.
Endapo itabidi utoke nje ya nyumba: Kaa umbali wa mita moja unusu hadi mbili na mtu mwingine.
OSHA MIKONO YAKO KWA SABUNI UTAKA-POREJEA NYUM-BANI

This comic was jointly developed by Deutsche Welthungerhilfe and WASH United.

It can be used, reproduced and disseminated for non-commercial purposes without limitation. Any commercial use is strictly prohibited.

We thank Dr. Rasmus Leistner, MD, PhD (Institute for Hygiene and Environmental Medicine, Charité Universitätsmedizin Berlin) for technical advice in creating the comic.

Creative agency partner: Kaboom Social Impact.
Illustrations: Pooja Dhingra and Ankur Ahuja.

Contact:

www.welthungerhilfe.org

info@welthungerhilfe.de

welt hunger hilfe

a member of

Alliance 2015
towards the eradication of poverty

WASH United