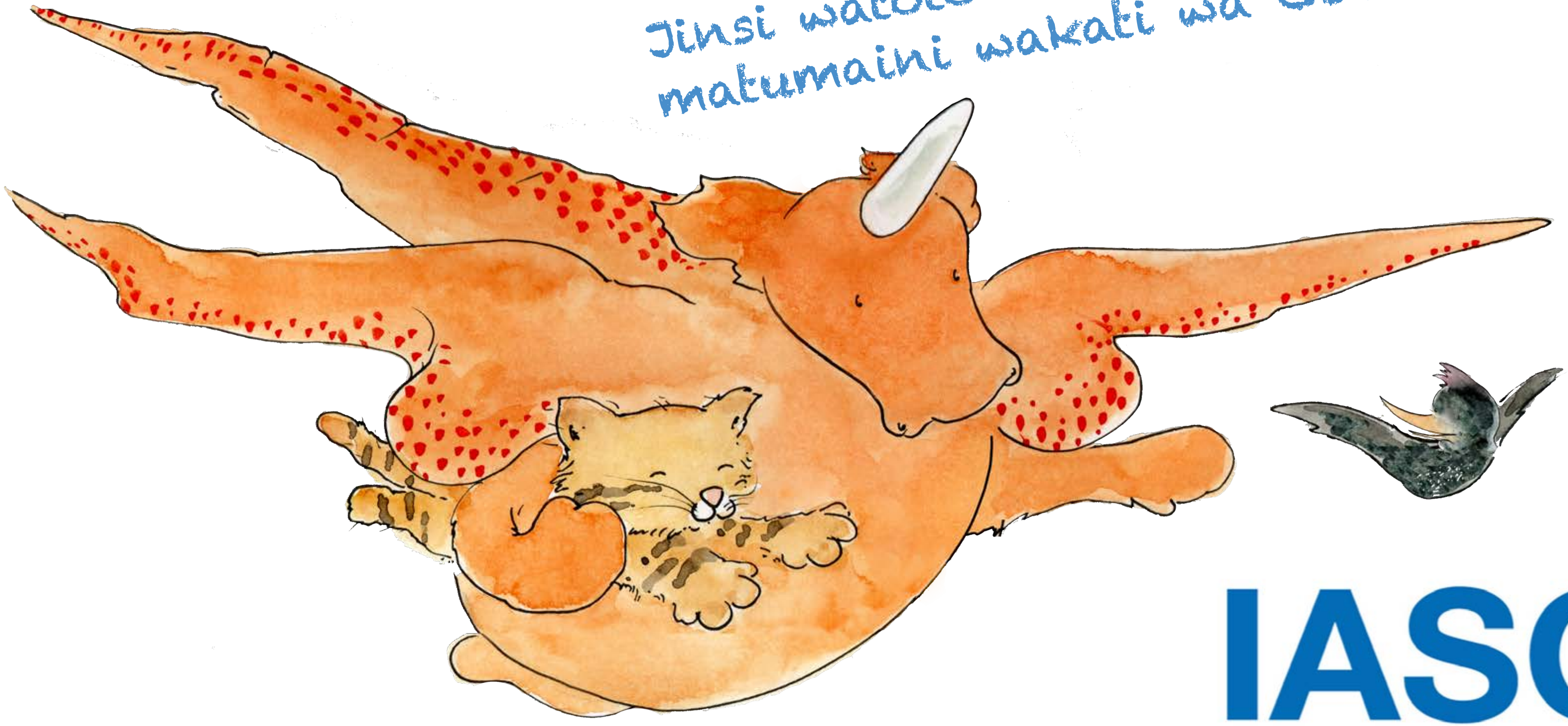
Shujaa Wangu ni Wewe 2021

Jinsi watoto wanavyoweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!



IASC

Inter-Agency Standing Committee

Uandaaji wa "Shujaa Wangu ni Wewe 2021: Jinsi watoto wanavyoweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!"

Kitabu hiki ni toleo la pili katika msururu wa Shujaa Wangu ni Wewe, lililoandaliwa na Kikundi cha Rufaa cha Kamati ya Kudumu ya Mashirika Mbalimbali kuhusu Afya ya Kiakili na Msaada wa Kisaikolojia katika Mazingira ya Dharura (IASC MHPSS RG). Mradi huu ulisaidiwa na wataalamu kutoka ulimwenguni, maeneo na wa kitaifa kutoka Mashirika Wanachama wa IASC MHPSS RG, pamoja na wazazi, walezi, walimu na watoto kutoka kote ulimwenguni.

Mwanzoni mwa janga la COVID-19, zaidi ya watoto 1700 kutoka nchi 104 walisaidia kubuni kitabu cha hadithi cha watoto kuhusu COVID-19 kilichowafikia mamia ya maelfu ya watoto kote ulimwenguni. Hadithi hii ilikuwa kisa cha mafanikio sana ulimwenguni kote katika kuwafikia watoto, ikiwa na zaidi ya tafsiri 140 na orodha kubwa ya marekebisho ya picha. Leo hii, watoto wengi bado wanaishi na mabadiliko katika mazoea yao ya kila siku kwa sababu ya janga hili na wanakabiliana na masuala yanayoathiri ustawi wao wa kiakili. Matatizo mengi yaliyoko kwa sasa sio sawa na jinsi yalivyokuwa mwanzoni mwa janga hili.

Hivyo, ISAC MHPSS RG, ikiongozwa kwa pamoja na Shirika la Afya Duniani na Shirikisho la Kimataifa la Vyama vya Msalaba Mwekundu, imebuni "Shujaa Wangu ni Wewe 2021: Jinsi watoto wanavyoweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!".

Ili kuhahikikisha kuwa kitabu hiki kinaangazia matumaini na mahangaiko ya watoto katika kipindi hiki cha janga hili, tuliwauliza watoto na wazazi wao, walezi na walimu kutupa maoni, hofu na mazoea yao kuhusu jinsi maisha yao yalivyobadilika. Tafiti zilisambazwa katika lugha za Kiarabu, Kichina, Kiingereza, Kifaransa, Kihindi, Kiitaliano, Kirusi, Kireno na Kihispania ili kukadiria mahitaji ya afya ya kiakili na kisaikolojia ya watoto katika kipindi hiki kirefu cha janga la COVID- 19. Mpangilio wa mada zinazopaswa kuangaziwa kupitia hadithi hii uliundwa kupitia matokeo ya utafiti. Watoto kutoka ulimwenguni kote walisoma na kurekebisha matoleo mengi ya hadithi hii na kisha maoni yao yakatumika kusasisha toleo hili ulilonalo kwa sasa.

Takriban watoto, wazazi, walezi na walimu 5000 kutoka sehemu mbalimbali ulimwenguni walichukua muda wao kutueleza jinsi wanavyokabiliana na janga hili. Shukurani zetu za dhati kwa watoto hawa na wazazi wao pamoja na walezi na walimu kwa kuwa sehemu ya hadithi hii. Ario na timu yetu ulimwenguni kote wanashukuru.

Shujaa Wangu ni Wewe ni msururu imetayarishiwa wewe na watoto ulimwenguni kote.

IASC MHPSS RG inamtambua Helen Patuck kwa kuandika hadithi na kuchora picha zilizoko katika kitabu hiki. ©IASC, 2021.

Chapisho hili lilichapishwa chini ya leseni ya Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO licence (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo). Chini ya masharti ya leseni hii, unaweza kuzalisha tena, kutafsiri na kurekebisha kazi hii kwa sababu zisizo za kibiashara, mradi tu kazi hii itatajwa ipasavyo.

Utangulizi

"Shujaa Wangu ni Wewe 2021: Jinsi watoto wanaweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!" ni kitabu kilichoandikwa kwa watoto wote ulimwenguni walioathirika na janga la COVID-19; kinafuata kitabu cha hadithi cha " Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanaweza kupambana na COVID-19!", kilichotolewa katika mwaka wa 2020. Vitabu vyote viwili vinaweza kusomwa kama hadithi zinazojisimamia. "Shujaa Wangu ni Wewe 2021: Jinsi watoto wanaweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!" kinapaswa kusomwa na mzazi, mlezi au mwalimu akiwa na mtoto au kundi dogo la watoto. Haipendekezwi kuwa watoto wasome kitabu hiki wenyewe bila kusaidiwa na mzazi, mlezi au mwalimu.

Mwongozo wa ziada "Vitendo kwa Mashujaa" unatoa msaada unaozungumzia mada zinazohusiana na COVID-19, kuwasaidia watoto kudhibiti hisia, pamoja na shughuli za ziada ambazo watoto wanaweza kufanya kulingana na vitabu hiki.

Unaweza kupata mwongozo huu wa ziada hapa: https://interagencystandingcommittee.org/actions-for-heroes

Ili kusoma kitabu cha kwanza cha msururu wa Shujaa Wangu ni Wewe, tafadhali tembelea: https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you

Tafsiri

Kikundi cha Rufaa cha IASC kuhusu Afya ya Kiakili na Msaada wa Kisaikolojia (IASC MHPSS RG) kivyake kinaratibisha tafsiri kwa Kiarabu, Kibangla, Kichina, Kifaransa, Kireno, Kirusi, Kihispania na Kiswahili. Tafadhali wasiliana na Kikundi hiki cha Rufaa (mhpss.refgroup@gmail.com) ili kupanga tafsiri za lugha zingine na miundo. Tafsiri zote zilizokamilika zitachapishwa kwenye tovuti ya IASC MHPSS RG.

Ikiwa utaunda tafsiri au marekebisho ya kazi hii, tafadhali kumbuka kuwa:

- Huruhusiwi kuweka nembo yako (au ya shirika la kufadhili) kwenye kazi.
- Katika marekebisho yatakayofanyika (yaani mabadiliko kwenye maandishi au picha), matumizi ya nembo ya IASC hayaruhusiwi. Kwa matumizi yoyote ya kazi hii, kusiwepo na kiashiria kwamba IASC inaunga mkono shirika, bidhaa au huduma yoyote ile.
- Unapaswa kuweka leseni ya tafsiri au marekebisho yako kuwa sawa au inayolingana na leseni ya Creative Commons: Leseni ya CC BY-NC-SA 4.0 au 3.0 inapendekezwa. Orodha ya leseni zinazolingana inapatikana hapa: https://creativecommons.org/share-your-work/licensing-considerations/compatible-licenses
- Ni sharti uweke kanusho lifuatalo, katika lugha unayotafsiria: "Tafsiri/marekebisho haya hayakufanywa na Kamati ya Kudumu ya Asasi Mbalimbali (IASC). IASC haihusiki na yaliyomo au usahihi wa tafsiri hii. Toleo la kwanza la Kiingereza 'Kamati ya Kudumu ya Asasi Mbalimbali, 'Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanavyoweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!' Leseni: CC BY-NC-SA 3.0 IGO litakuwa toleo la msingi na halali."

Ili kupata muhtasari wa tafsiri zote zilizokamilika na miundo ya "Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanavyoweza kuwa na matumaini wakati wa COVID-19!", tafadhali tembelea: https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you-2021

Kwa vile Ario ni kiumbe cha kiajabu, ambaye alitoka kwenye mioyo ya watoto, kila mara aliwasikia watoto wakiota, wakicheza na hata walipofikiria hakuna mtu anawasikiliza.

Mwaka mmoja ulikuwa umepita tangu Ario na rafiki zake waliposafiri ulimwenguni kote wakiwaeleza watoto jinsi ya kujikinga dhidi ya COVID-19.

Walikuwa wamejifunza mengi na kupata njia mpya za kucheza na kuwasiliana na marafiki na familia. Lakini baadhi ya wasiwasi wao ulizidi kuongezeka na hofu zao kuzidi. Virusi walivyokuwa wanahofia vilizidi kubadilika kila wakati.

Ario alipokuwa akipaa juu ya ulimwengu, alisikia setelaiti pia zikinasa wasiwasi, hasira na huzuni za watoto kila mahali.

Watoto walikuwa wamesahau kuwa Ario alikuwa mioyoni mwao, hivyo Ario alikaa mawinguni, akisubiri mtu amwite aje ardhini.

Ario aliwakosa sana rafiki zake Sara, Sasha, Salem, Leila na Kim. Hasa alikuwa amemkosa sana Sara, aliyekuwa shuja wake kila mara.

Lakini mwito ulipokuwa wakati huu, ulikuwa kutoka kwa rafikiye mdogo sana anayeitwa Tiger.

Ario alishuka huku akipepeta mbawa zake, na jioni moja kutokea nje ya dirisha la Tiger.

"Umeniita?" Ario akasema, huku akiketi kwa makalio yake makubwa.

"Meeeow!" Tiger akatoa mlio huku nyoya zake zikiruka kama maelfu ya mikono iliyoinuliwa. Kisha kwa utaratibu, akamkaribia Ario na kumnusa.

"Ni wewe kweli?" akauliza huku akitazama mchoro wa mtoto uliokuwa kwenye ukuta, Ario mfupi mwenye rangi ya machungwa aliyekuwa na tumbo mduara la kupendeza.

"Ulikuwa unamsubiri mtu mwingine?" Ario akatabasamu.

"Sijui... Huwa sipatani na watu wapya kamwe. Nahisi haya." Tiger akasema.

"Vyema, basi acha tuwe marafiki wapya," Ario akasema. "Nitakuuliza kile huwa nawaauliza marafiki zangu wote wakihisi haya au huzuni. Ni nini unahitaji, sasa hivi?"

"Ah, hapana," Tiger alisema, huku akijikunja kama mpira. "Ninahitaji kitu kikubwa..."

"Kikubwa kuliko urafiki?" Ario akauliza.

Tiger akatabasamu kwa muda, lakini akajificha nyuma ya mkia wake tena.

"Kitu kikubwa hata zaidi," akasema kwa sauti ya chini.

"Mimi ni mkubwa!" Ario alisema akicheka. "Je, unahitaji kitu kikubwa zaidi kuniliko?"

"Ninahitaji matumaini," Tiger alisema akiwa nyuma ya mkia wake. "Baada ya COVID-19 na siku hizi ndefu, zenye upweke, ninahitaji matumaini ya siku za usoni."

Vyema, hilo si jambo kubwa," Ario alisema. "Matumaini yanaweza kuanza kidogo. Lakini ukiyashikilia, yanaweza kukua na kukua hata zaidi. Matumaini yametuzingira kwote. Unahitaji tu kupata kipande kidogo ili kuanza."

Ario akavaa miwani yake na kutazama kwa karibu picha zilizokuwa kwenye kuta, zilizochorwa familia changamfu, na kisha mvulana mdogo aliyekuwa amelala kitandani mwake.

"Ni nani aliyechora picha hizi?" Ario aliuliza.

"Baba ndio huchora picha hizi akiwa na mwanangu wa kiume ." Tiger alisema. "Wao hupika sana pamoja na kusoma hadithi usiku mara nyingi zaidi kuliko hapo awali. Baba humfunza akiwa nyumbani asipoweza kuenda shuleni."

"Je, hilo linakupa tumaini?" Ario alimuuliza Tiger.

"Naam, wakati mwingine ndio, kwa vile ni vyema wakiwa pamoja wote," Tiger alisema. "Lakini COVID-19 ipo hapa, wakati wote. Hakuna anayefahamu ni lini itatuondokea..."

“Niwie radhi,” sauti laini ilitoka upande wa nje wa dirisha. Ario na Tiger wakaruka kwa mshtuko na kisha wakageukia dirisha, pale ambapo mti uliokuwa umenawiri ulikuwa ukiwapungia matawi yake.

“Nimesikia mkizungumza na ningependa kukuambia kile kinachonipa matumaini,” alisema.

Ario akamchukua Tiger na kumuweka mgongoni mwake na wakashuka kwa utaratibu hadi kwenye tawi moja la mti huo na kuketi chini yake. Mti huo ulifurahia sana, maua yake yalipaa hewani.

“Kila mwaka, maua yangu huchanua mara moja, na kushiriki maua yangu na njia hii,” mti ulisema. “Kwa muda mrefu, hakuna aliyenitambua, lakini katika miaka iliyopita, watu wakaja kunitazama. Walinusa maua yangu na kulisha ndege wangu! Ninahisi kutazamwa, na kupendwa.”

“Unapendwa,” Ario alisema. “Huku kila kitu kikibadilika, wewe unasalia vilevile. Asante kwa ajili ya hilo.”

"Majani yangu hubadilika kila mwaka," mti ukasema. "Misimu hubadilika, anga hubadilika nami nazidi kua mkubwa. Wakati mwingine mabadiliko yanaweza kuhofisha, lakini pia yanaweza kuleta matunda na maua."

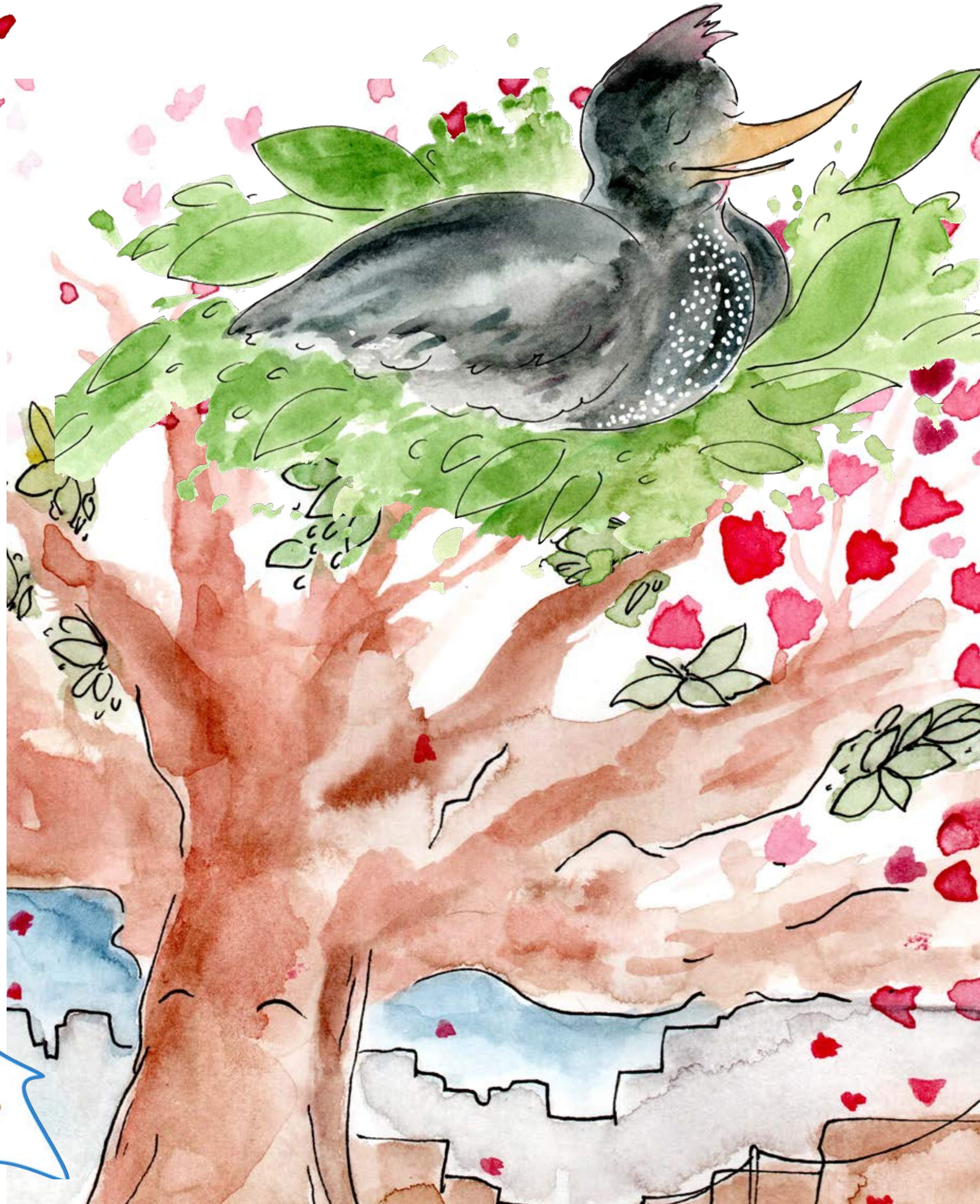
Mkoromo mkubwa ulisikika kutoka juu na wote wakatazama kumuangalia ndege mweusi aliyemetameta akipiga miayo akiwa mtini.

"Rafiki yangu Zoozie hunitembelea kila mwaka," mti ulisema. "Yeye ni ndege ya aina ya kwezi na amefika hapa kutoka mbali."

Zoozie alikuwa kwezi anayependa kununa, aliyekuwa akijaribu kulala. Akatikisa mabawa yake huku mti ukimtikisa kwa polepole.

"Kuna ukimya zaidi kwa sababu watoto hawaendi shuleni sana," Zoozie akasema huku akipiga miayo. "Lakini ninakosa sana kicheko chao kwenye uwanja wa michezo. Kila ninapopaa kutoka kusini hadi kaskazini, ninawaona watu wakifanya mambo tofauti na hapo awali. Watu wengine wanavaa barakoa, wengine hawavai. Watoto wengine wanaenda shuleni, wengine hawaendi - kama vile hapa."

"Watoto wanaenda shuleni!" Tiger alilia. "Hilo linaweza kunipa mimi na mwanangu matumaini ya siku za usoni. Mwanangu amekosa sana kuenda shuleni!"



“Je, tunaweza kuenda kutafuta matumaini ya siku za usoni?” Ario aliwauliza. “Tunaweza kupaa!”

“Vyema, nimeamka sasa,” kwezi alisema huku akitandaza mabawa yake. “Twendeni!”

Ario akamchukua Tiger huku Zoozie akiwa kando yao, na kwa pamoja wakapaa angani. Mti ukawapungia matawi yake ili kuwatakia mema katika safari yao.

“Tiger ni jina lisilo la kawaida kwa kiumbe kidogo hivi,” Zoozie alisema wakipaa juu na juu zaidi ya dunia.

“Baba alinipa jina hilo mwaka uliopita,” Tiger alisema. “Ni kwa sababu huwa namkumbatia mwanangu na kumkumbusha kuwa anahitaji kuwa jasiri, kama vile Tiger. Lakini sihisi nikiwa jasiri sana. Tumekuwa nyumbani kwetu kwa muda mrefu.”

“Inachukua ujasiri mwingi kukaa mahali pamoja, Tiger,” Ario alisema. “Hasa kukiwafanya wengine kuwa salama.”

Tiger akahisi furaha aliposikia hivyo na akajisongesha kwenye manyoya ya Ario yenye joto.

Hata hivyo, walipofika mawinguni, giza ilitanda na kukawa na ukungu, na Tiger akaanza kuwa na woga sana. Akaanza kujihisi akitetemeka.

“Ni nini mbaya, Tiger?” Ario akamuuliza.

“Giza hii inanihuzunisha,” Tiger akasema. “Hali ilikuwa hivi wakati babu alikuwa mgonjwa, na hatimaye aliaga. Ilikuwa ni kama kwamba taa zilizimwa na tulifikiri kuwa hazingewaka tena.”

“Je, ni nini hukufanya kuhisi vyema unapohisi hivi?” Ario akauliza.

“Kumbatio kubwa, kutoka kwa mwanangu,” Tiger akasema.

“Mimi ninahitaji tu kulala,” Zoozie akasema. “Mimi huchoka sana nikiwa na huzuni.”

“Usingizi una umuhimu sana... ni vigumu kuwa na matumaini ikiwa halali.”

“Ndio, sisi sote ni tofauti sana,” Ario akasema. “Wakati siwezi kupata kumbatio, na siwezi kulala, mimi huvuta pumzi nyingi ndani. Kisha wakati mwingine nakasirika sana!”

Ario akapuliza kiasi kidogo cha mwangaza kwenye giza, na kuwapa joto kwa muda kidogo.

“Pia, mimi hufikiria kuhusu kwezi ambao ni marafiki zangu,” Zoozie akasema. “Tazama! Ndio wale!”

Ghafla, mawinguni kukawa na kundi la kwezi waliokuwa wakipaa kwa pamoja na kupiga densi kwenye upepo.

“Tazama tena! Wote wanakaa umbali wa angalau mita moja kutoka kwa wenzao!” Ario akasema. “Unaona?”

Ario akapitia chini yao, huku akimzungusha Tiger mikononi mwake.

“Tiger, nikitandaza mabawa yangu na kupiga densi na marafiki zangu, mimi hujihisi vyema,” Zoozie akasema.

Wakazidi kupaa wakiwa kimya, kwa sababu wakati kuzungumza sio muhimu kama kuwa tu pamoja. Zoozie na Ario walimjali Tiger na alifahamu fika jambo hilo.

Walipaa kwa muda uliosikika kuwa masiku hadi walipopata kilele kizuri cha mlima kilichotulia katika sehemu nyeupe ya mawingu.

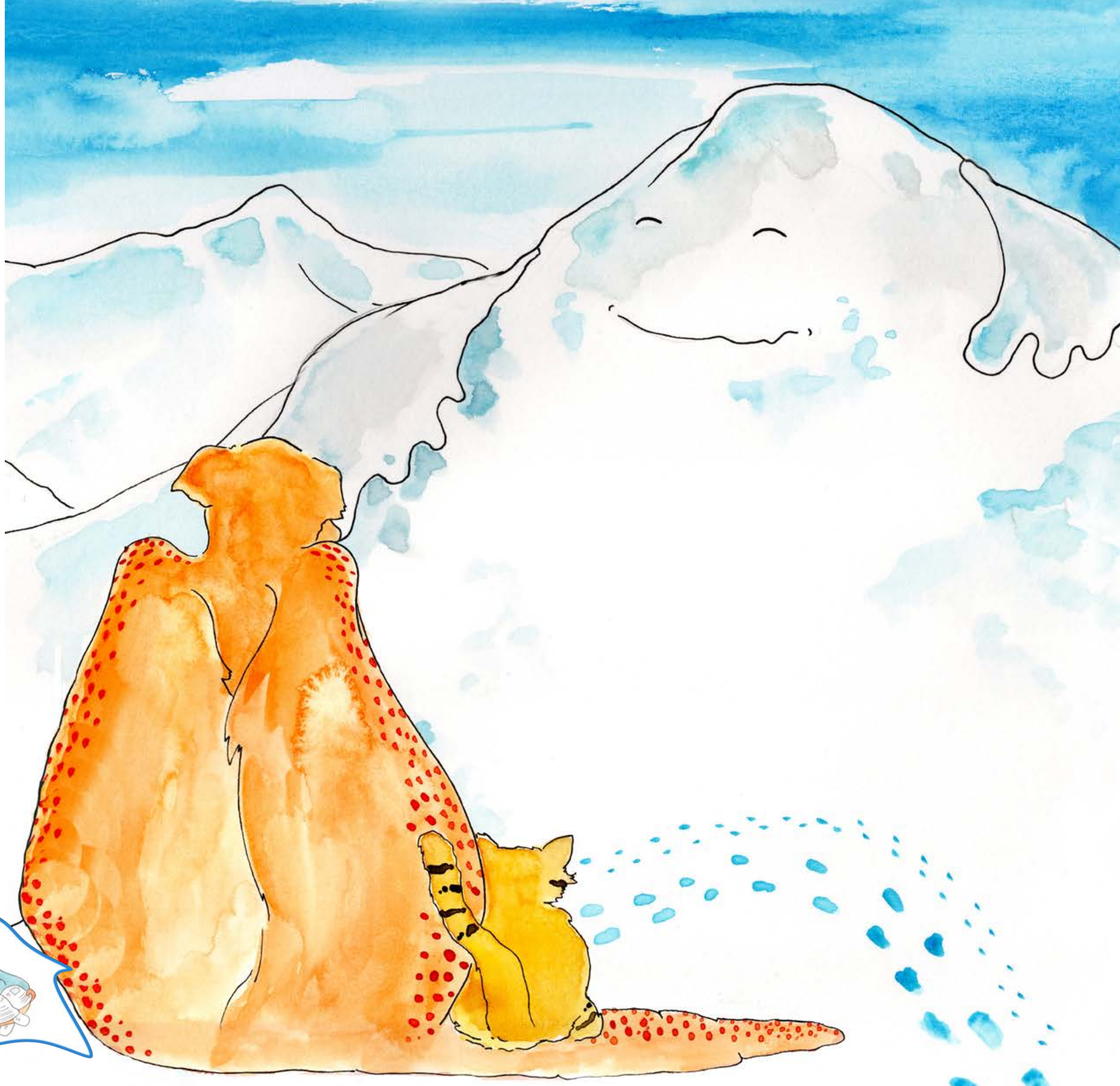
Ario, Tiger na Zoozie wakatua kwenye theluji yake laini ili kupata michirizi ya barafu na kusikiliza kile ambacho kilele hiki cha mlima kimekuwa kikisikia.

"Vyema, nikiwa hapa juu, mara nyingi mimi husikia utulivu," akasema. "Lakini wakati kuna upepo mwingi, mimi pia huwasikia watoto wakiwasiliana na marafiki na familia zao. Mimi husikia wasiwasi walio pia. Tangu COVID-19 ilipoanza, wasiwasi wao umekuwa mwingi sana. Mimi hujaribu tu kusikiliza, kwa sababu wakati mwingine watu wanapozungumza kuhusu wasiwasi walio nao, huwa wanaanza kujihisi vyema."

"Je, kuna jambo lolote ambalo wewe unahofia?" Ario akauliza.

"Nina hofu kuwa theluji yangu inayeyuka kwa haraka zaidi," mlima akasema huku akiangalia miteremko yake kwa macho ya huzuni.

"Je, unawezaje kuishi na matumaini ya siku za usoni ukiwa hapa juu pekee yako?" Tiger akauliza.



“Mimi hujaribu kutokuwa na wasiwasi kuhusu siku za usoni,” mlima ukasema. “Ninafurahishwa na kila ndege, chembe ya theluji na rafiki anayekuja hapa kila siku, na wakati hakuna anayekuja, mimi huwachora kwenye theluji kama vile kuweka kumbukumbu kwenye theluji.”

“Hivyo ndivyo mwanangu hufanya!” Tiger akacheka, huku akicheza kwenye theluji na kuchora Ario mdogo kutumia theluji.

“Subiri... huyu ni nani?” Ario akauliza huku akitazama picha zile za theluji. Mchoro mdogo ulionyesha msichana aliyesuka vizuri nywele yake nyeusi. “Huyo ni...?”

“Sara?” mlima ukauliza.

“Je, alifika aje hapa?” Ario akauliza. Alishangazwa na mara moja akahisi kumkosa rafiki yake sana.

“Yeye na rafiki yake Sasha walikuja hapa wakiwa wamebebwa na lama huku wamebeba barakoa zao – kutoka kule,” mlima ukasema huku akinyoshea mteremko mkali uliokuwa hapo karibu.

“Ninafahamu haswa pale tunapoweza kupata matumaini ya siku za usoni,” Ario akasema, huku akiinuka kwa miguu yake kwa haraka hadi mlima ukatikisika chini yao!

“Kwaheri mpenzi mlima!” akasema huku akimchukua Tiger kwa mkono mmoja na Zoozie kwa mkono mwingine. Akateleza kwa tumbo lake na wakaharakisha kuelekea upande wa chini wa mlima. Theluji ilinyunyiza kila mahali hadi ikapotelea na wakapaa kwa hewa iliyokuwa na joto jingi.

Ario alifahamu haswa pale alipokuwa akipaa na punde alipoona nyumba ile, alitua kwa kishindo kikuu na kuwaweka Zoozie na Tiger polepole chini ardhini.

Sara akatoka nje kupitia mlango wa mbele akiwa na tabasamu kubwa kama bahari kwamba Ario na marafiki zake walikuwa wamepaa.

Akauliza ikiwa angemkumbatia Ario, swali ambalo lilijibiwa na mikono ya Ario iliyofunguliwa tayari kumkumbatia.

Ario akacheka kwa furaha.

Kwa vile ilikuwa ni mara ya kwanza baada ya muda mrefu, rafiki hawa wawili walikumbatiana kwa muda mrefu. Ilikuwa ni muda mrefu tangu wawili hawa kuonana.

“Nilikuwa nimekosa sana kukukumbatia,” akanong’ona Sara.

mamake Sara akitoka nje huku akisukuma Sasha kutumia kiti chake cha magurudumu.

"Mama!" Sara akalia. "Tazama ni nani amerejea!"

"Lazima wewe ndiwe Ario," Mamake Sara akasema akitabasamu.

"Na lazima wewe ndiwe mwanasayansi bora zaidi ulimwenguni," Ario akasema. Mamake Sara akacheka.

"Wakati mwingine," akasema.

"Lakini sasa nina muda zaidi wa kukaa na shujaa wangu mchanga."

"Kama babake mwanangu!" Tiger akasema. "Ana muda zaidi wa kuwa nyumbani sasa. Lakini wakati mwingine, yeye hukasirika au kuonekana kuwa na huzuni..."

"Jambo hilo hunifanyikia pia," mamake Sara akasema. "Hasa nikiwa na mambo mengi ya kufanya. Sisi sote tunapitia kipindi chenye changamoto nyingi sana. Tunapaswa kujitunza wenyewe na kuambia wenzetu kuwa tunawajali – na kupendana."

"Hawa ni marafiki zangu Tiger na Zoozie," Ario akasema kabla ya kutandaza mabawa yake ili kumkumbatia Sasha.

"Tunajaribu kutafuta matumaini ya siku za usoni," Tiger akawaambia wote waliokuwa hapo.

"Kuwa na matumaini ni jambo muhimu," Sara akasema. "Ario na marafiki zangu walinipa matumaini katika ziara zetu za mwaka uliopita! Tuliwaambia watu wote kuwa tunahitaji kujiweka salama kwa kunawa mikono yetu, kukaa umbali wa angalau mita moja kutoka kwa mtu mwingine na kuvaa barakoa. Na mama yangu amekuwa akisaidia katika kuunda chanjo!"

"Sara pia anafanya kazi muhimu sana," mamake Sara akasema huku akimbusu mwanawe. "Ni muhimu kusaidia katika kuunda chanjo na pia ni muhimu kuhakikisha kuwa hakuna mtu anayehisi kuwa pweke."

"Je, wewe ndiye mwanasayansi bora zaidi ulimwenguni?" Tiger akamuuliza mamake Sara.

"Hakuna mwanasayansi mmoja aliye bora zaidi," mamake Sara akasema huku akitabasamu. "Sisi hufanya kazi kwa pamoja, na hilo ndilo linalowafanya watu kujihisi bora. Mtu anayefungasha chanjo au anayeipeleka hospitalini, au hata anayemchanja mtu ana umuhimu wake. Sisi sote ni kama vile miamba midogo inayotengeneza milima yenye nguvu zaidi."

"Ni kwamba..." Tiger akasema huku akihisi haya kwa ghafla. "Unawezaje kuwa na matumaini ya siku za usoni, kama mwanasayansi bora zaidi ulimwenguni?"

"Hilo ni rahisi," mamake Sara akasema huku akitabasamu: "Ninamtazama tu Sara."

Sara alikuwa akimtazama Ario.

"Uliniambia kuwa ulitoka moyoni mwangu Ario," Sara akasema. "Na wakati uliondoka, jambo lingine lilitoka moyoni mwangu. Wakati nilianza kuwaambia watu kuhusu safari yetu ya mwaka uliopita, kila mtu alitaka kuzungumza nami kuihusu kutumia lugha tofauti tofauti na kwa njia nyingi mbalimbali."

"Unamaanisha nini?" Ario akauliza.
"Acha nikuonyeshe!" Sara akasema.

Huku akiushika mkono wa Ario, akamuongoza hadi chumbani pale ambapo kulikuwa na tarakilishi dogo iliyokuwa ikitoa sauti. Kwenye skrini ya tarakilishi hiyo kulikuwa na nyuso za watoto wengi na Ario alifahamu baadhi yao.

"Sisi ni sehemu ya Timu ya Ario," Sara akasema kwa kujigamba. "Marafiki zetu wako mioyoni mwetu, mtandaoni au hata uandike barua! Sisi huzungumza na watu ulimwenguni kote kuhusu jinsi ya kujiweka salama na kuwasiliana pia. Baadhi ya watu hufikiria kuwa sio kila mtu anaweza kupata COVID-19. Lakini kila mtu anaweza kuipata, au sivyo Ario?"

"Wanaweza," Ario akasema akiwa na huzuni. "Haijalishi rangi ya ngozi yako au hata unakoishi."

“Au ukiweza kutembea au kubingirika,” Sasha akasema, akisukuma kiti chake cha magurudumu kuingia chumbani, Tiger akiwa amejikunyata mapajani mwake, akikoroma kwa sauti.

“Wakati ninahisi upweke, mimi hupenda kuzungumza na marafiki zangu mtandaoni,” akasema. “Sisi huzungumzia mambo ambayo hutufanya kucheka na michezo tunayopenda kucheza!”

“Ninapenda kubuni nyimbo mpya na kuwachezea marafiki zangu!” Juan akasema, rafiki mpya kupitia tarakilishi.

“Baadhi ya watu hawawezi kufanya mambo nje ya nyumba zao, kwa kuwa bado si salama,” Kim akasema kupitia tarakilishi.

“Wanawajibika na kujikinga wenyewe na wengine,” Leila akasema kupitia tarakilishi. “Tunajaribu kuzungumzia kinachotusaidia, sote, kwa njia zetu wenyewe.”

“Kuishi na COVID-19 ni tofauti kwa kila mtu,” Salem akasema. “Wakati mwingine nina wasiwasi kuhusu Leila, kwa sababu anaishi katika kambi.”

“Wakati mwingine ni vigumu sana,” Leila akasema. “Lakini inasaidia kuimba na kujifunza mambo mapya na kucheza na marafiki zangu.”

“Mambo ni tofauti hapa,” Kim akasema. “Ni lazima mama yangu aende kuuza matunda sokoni na nina wasiwasi kuwa anaweza kupata ugonjwa.”

“Haijalishi unapoishi, au jinsi unavyoishi, enyi shujaa wachanga,” Ario akasema. “Kila mtu hupata hofu wakati mwingine.”

“Hata tiger?” Tiger akauliza.

“Hata tiger!” Sasha akasema huku akipapasa manyoya ya Tiger. “Ninapoteza matumaini, nayapata tena katika sehemu yangu salama.”

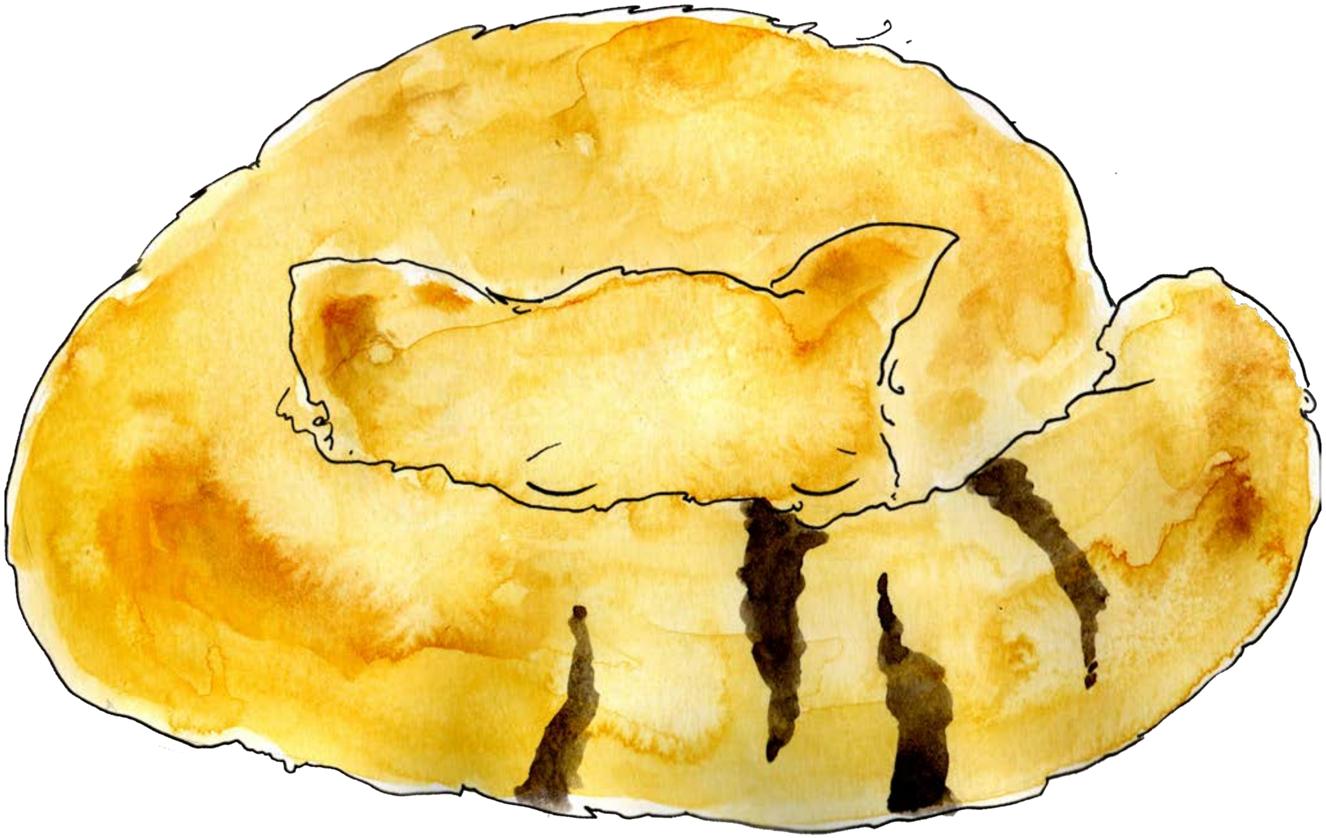
“Ninapoenda katika sehemu yangu salama, ni wewe ndiwe huwa nami,” Sara akamwambia Ario huku akiegemea bawa lake.

“Ni nini maana ya sehemu salama?” Tiger akauliza.

“Ni mahali ambapo unaweza kuenda katika akili yako, unapoweza kuenda wewe pekee yako, na unaweza kumualika yeyote unayetaka kuenda naye,” Sasha akasema.

“Je, ninaweza kuenda hapo nikiwa sihisi matumaini ya siku za usoni?” Tiger akauliza huku akiukunja mkia wake kichwani mwake.

“Unaweza kuenda pale wakati wowote unahitaji,” Ario akasema. “Je, ungependa kujaribu?”



Kwa hivyo Ario akawaelekeza hadi kwenye sehemu zao salama, kwa kuambia wajiweke starehe, wafunge macho yao na kuvuta pumzi nyingi. Watoto wale wengine kwenye skrini wangeweza kujiunga nao pia.

"Fikiria kuhusu kumbukumbu au muda uliojihisi ukiwa salama," akasema Ario.

Kisha akawauliza walichoweza kuona, walichohisi, na walichoweza kunusa katika maeneo yao salama. Akawauliza kama kuna mtu yeyote muhimu ambaye wangependa kumualika katika maeneo yao salama na kile watakachozungumzia kwa pamoja.

"Unaweza kwenda kwenye sehemu yako salama unapohuzunika au ukiwa na woga," akasema Ario. "Hii ndiyo nguvu yako ya kipekee, na unaweza kuwashirikisha marafiki na familia yako. Na ukumbuke kwamba ninakujali, na watu wengi pia wanakujali. Hili litakusaidia pia."

Walipofungua macho yao, Tiger aligundua kuwa sehemu yake salama ilikuwa ni nyumbani akiwa na mwanawe.

Akapanda kwenye paja la Ario na kumuuliza ikiwa wangerejea nyumbani.

"Je, tumepata matumaini ya siku za usoni?" Ario akamuuliza.

"Kwa kiasi kidogo nafikiri," Tiger akasema kwa sauti ndogo.

"Kumbuka kile nilichokuambia tulipokuwa nyumbani," Ario akasema. "Matumaini yametuzingira kwote. Unahitaji tu kushikilia kipande kidogo tu ya yatakua."

Polepole, na upendo, Ario akaweka mikono yake moyoni mwake na kuvuta pumzi kwa kina.

Kwa sauti ya mvumo, kila kitu kikabadilika!

Kila rafiki aliyekuwa katika hadithi akasafirishwa kutumia setelaiti iliyopaa angani – huku nyota na mwezi zikiwaangazia!

“Marafiki zangu!” Sara akasema kwa sauti, akiwakumbatia Leila, Kim na Salem.

“Shikilieni kwa nguvu, shujaa wachanga!” Ario akasema. “Ningependa kila mmoja wenu aandike kile kinachompa matumaini na aeleze ulimwengu wote. Chukua kipande cha karatasi na uandike kile kilicho moyoni mwako.”

Hivyo, watoto wakaanza kuandika na kuchora kile kilichowapa matumaini huku dunia ikigeuka chini yao.

“Mama yangu akiunda chanjo,” Sara akasema.

“Shule yetu ikifunguliwa!” Juan alilia.

“Maua yakimea kwa rafiki yangu mti,” Zoozie akasema.

“Kutambua kuwa mimi ni jasiri,” Tiger akasema.

“Kuimba nyimbo,” Sasha akasema.

“Babu yangu akiniambia hadithi,” Salem akasema.

“Marafiki zetu wote wapya!” Kim akasema kwa sauti.

“Kwa hakika,” Ario akacheka. “Sasa, kunja karatasi yako kuwa eropleni, au ndege, au nyota – chochote ukipendacho! Na kisha uitume kutoka kwa setelaiti yetu. Tutauliza jua, nyota na mwezi kutusaidia – angalia, wanatazama!”

Na hivyo watoto wakatuma ujumbe wao na walipokuwa wakianguka kutoka angani kuelekea manyumbani mwao, ujumnbe huo uligeuka na kuwa manyunyu ya mvua, na chembe za theluji, na maua yaliyochanua, na nazi zinazoanguka na pinde za mvua zinazotanda juu ya ufuo wa bahari.

Ario akawapeleka na kuwaonyesha watoto walivyokuwa wakirejea shuleni katika nchi tofauti kote ulimwenguni, na Tiger akatazama kwa mshangao.

“Je, unaona Tiger?” Ario akauliza. “Wakati mwingine tunahitaji tu kuwauliza marafiki zetu watusaidie kupata matumaini – wao huwa karibu nasi, kama nilivyo karibu nawe.”

Ario akawageukia marafiki zake wa zamani.

“Ni wakati wa kuwaaga, lakini nitakuwa nikiwasikiliza wote,” Ario akasema.

“Nyinyi nyote ni wa muhimu sana kwangu,” Sara akasema.

“Nanyi pia ni wa muhimu sana kwangu,” Ario akasema. “Tunapaswa kuambiana maneno haya kila wakati.”

Huku akiwachukua Tiger na Zoozie kwa mikono yake, Ario akaondoka na kupaa angani.

“Je, sasa tunaweza kurejea nyumbani kwa mwanangu?” Tiger akauliza.

“Hilo linasikika kama jambo zuri sana,” Ario akatabasamu na wakaondoka kwa pamoja huku wamejawa na urafiki – na matumaini.

Tungependa kusikia ikiwa umependezwa na hadithi hii na jinsi unatumia kitabu hiki; tafadhali wasiliana nasi utujulishe kupitia: mhpss.refgroup@gmail.com au kwa kupitia #myheroisyou (#ShujaaWanguniWewe) kwa mtandao wa kijamii

Kwa habari zaidi kuhusu

"Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanaweza kukabiliana na COVID-19!", katika **lugha 143+**
https://interagencystandingcommittee.org/my-hero-is-you

Marekebisho ya vyombo vya habari na mipango kwa kiwango cha kitaifa ya "Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanaweza kupigana na COVID-19!"
https://interagencystandingcommittee.org/adaptations-my-hero-is-you

"Vitendo kwa Mashujaa: Mwongozo wa mazungumzo ya kutoka moyoni na watoto yatakayoambatana na kusoma hadithi ya Shujaa Wangu ni Wewe, Jinsi watoto iwanaweza kupigana na COVID-19!"
https://interagencystandingcommittee.org/actions-for-heroes

"Ninawasaidia Marafiki Zangu: Mafunzo kwa watoto na vijana kuhusu jinsi wanavyoweza kuwasaidia marafiki zao wanaohitaji msaada"
https://www.unicef.org/documents/i-support-my-friends

Ni nani anasoma kuhusu Ario?

Ramani hii inaonyesha wapi "Shujaa Wangu ni Wewe: Jinsi watoto wanavyoweza kukabiliana na COVID-19!" inapatikana katika lugha rasmi za nchi tofauti kufikia sasa...

- Inapatikana kwa lugha zote rasmi za nchi
- Inapatikana kwa baadhi ya lugha rasmi za nchi.
- Haipatikani kwa lugha yoyote rasmi ya nchi