شمارو پنجون   آگسٽ 2009

راند روند ۾

اچو تہ راند روند ۾ سکون

راند ۾ حفاظت

پيارا ٻارو گهر ۽ اُن کان ٻاهر يا ميدان اندر کيڏڻ ۾ تمام گهڻو مزو ملندو آهي، تازي هوا ۽ ڪسرت جو ماحول مهيا ٿيندو آهي، پر اُن سان گڏ اُتي پنهنجي حفاظت جا مسئلا پڻ سامهون اچن ٿا. مثلاً ميدان ۽ باغ ۾ موجود گسڪٽين جي مٿاهين سطح بهتر ناهي هوندي، اتي ڪيترين ئي نقصان ڏيندڙ شيون مثلاً: استعمال ٿيل سرنج، ڪُليل بليڊ، ڀڳل شيشاوغيره هوندا آهن ۽ محتاط نہ رهڻ جا رويا نقصان پهچائيندا آهن. انهن سيني مسئلن تي اسين راند روند جي هن شماري ۾ ڳالهائينداسين.

ٻارو! راند دوران لاپرواهي اوهان کي نقصان پهچائي سگهي ٿي. توهان پنهنجي کيڏڻ واري ميدان، پارڪ وغيره کي تفريحي ۽ حفاظت وارو بڻائڻ لاءِ ڇا ٿا ڪري سگهو؟ اچو تہ اڳتي پڙهون ۽ ڄاڻيون تہ احتياطي تدبيرن ۽ ذميوارانہ روّين کي اپنائڻ سان اوهان پنهنجو پاڻ ۽ پنهنجي دوستن کي ڪيئن محفوظ رکي سگهو ٿا تہ پوءِ اچو راند روند جو هي شمارو پڙهون.

نوٽ: هن شماري ۾ گهٽي قدر معلومات ننڍن ٻارن ۽ ناخوانده والدين جي آسانيءَ لاءِ تصويرن جي ذريعي سمجهائي وئي آهي. پر ڪجهہ معلومات سمجهڻ لاءِ ٻارن کي استادن جي مدد ۽ رهنمائيءَ جي ضرورت پوندي.

هن شماري ۾ موجود مواد

- ميدان جو سير
- گوشي کي رستي ڳولهڻ ۾ مدد ڪريو
- اوهان جي ڄاڻ لاءِ
  - ٻارن جي حفاظت لاءِ ڄاڻ
  - حفاظتي تدبيرون
- ٻيون ڪوڙ ساريون سرگرميون...

هي شمارو آر سي سي — اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيندر ليند ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.
طباعت ۽ اشاعت: سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن

ميدان جي سير

1

آچر واري ڏينهن تي صبح جو سوير گوشي، ڪاڇو ۽ چنٽو پنهنجي گهرن جي ويجهو واري ميدان ۾ سير سفر ڪرڻ جو سوچي نڪتا، جتي شام جو پاڙي جا اڪثر ٻار راند روند ڪرڻ ايندا آهن.

2

تنهين ڪي ميدان طرف ايندي ڏسي ڪجهہ ٻارن خوشيءَ جو اظهار ڪيو جڏهن تہ باقي ٻار ميدان ۾ ڪُڏندي ڪيڏندي ۽ ڪچهريون ڪري رهيا هئا.

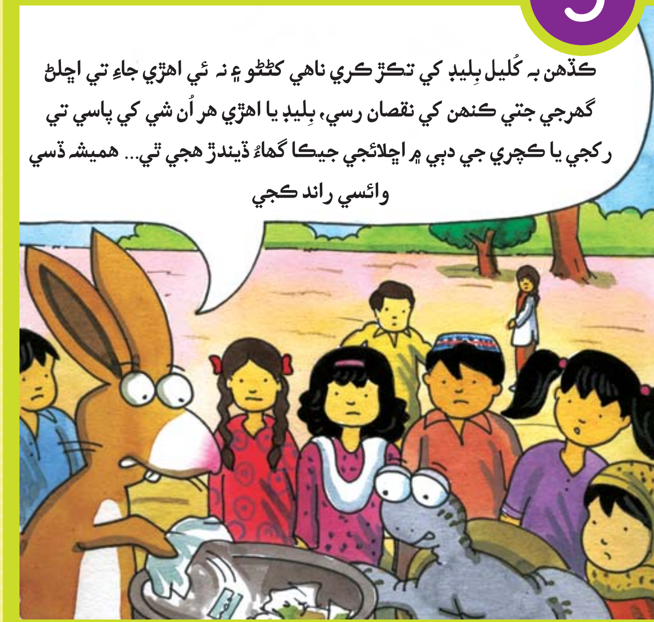
3

گوشيءَ جي چوندي ئي ڪاڇو ۽ چنٽو پينگهہ طرف ڊوڙيا.

4

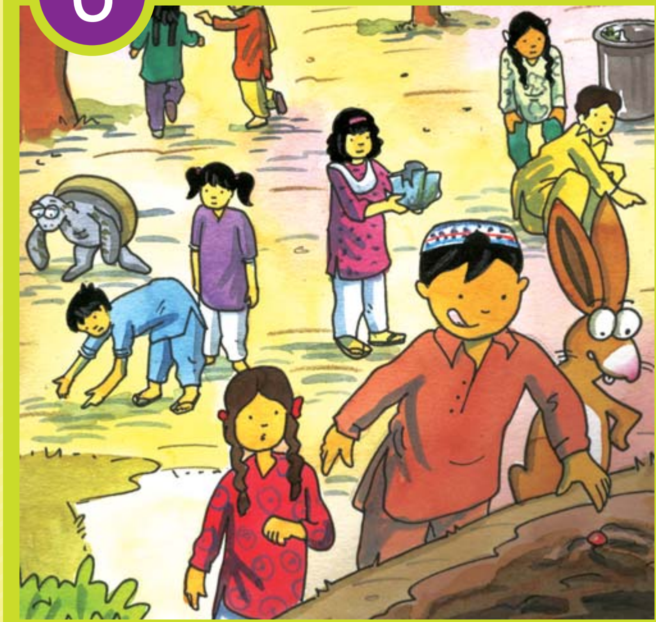
ٻين ٻارن جيئن ئي پينگهہ طرف ڊوڙ ڪئي چنٽوءَ ۾ تيزي اچي وئي ۽ هو اُن طرف ڊوڙيو پر وري هڪدم بيهجي ويو، سندس نظر هڪ تيز چمڪندڙ بِليڊ تي پئي جيڪو پينگهہ جي هيٺان پيو هو.

5



گوشيءَ تڪڙ ۾ زمين تي پيل بِليڊ کي رهڙي هڪ ڪپڙي سان ڪٽي ڪچري جي دبي ۾ وجهي ڇڏيو، اُن وقت اُتي بيا ٻار بہ گڏ ٿي ويا، جن کي گوشيءَ چيو.

6

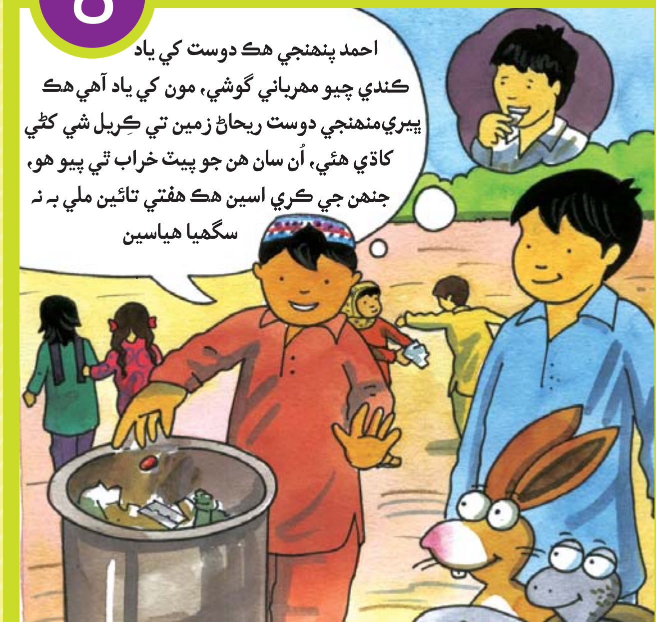


ٻارن وڏي غور سان گوشيءَ کي ٻڌو ۽ پنهنجي آس پاس جو جائزو وٺڻ شروع ڪيو متان ڪٽي ڪا ٻي نقصان ڏيندڙ شي موجود هجي، هڪ ٻار زمين تان هڪ ڪٽمنڙو اهوسمجهي ڪٽي ورتو تہ اهو هاڃيڪار نہ هوندو.

7

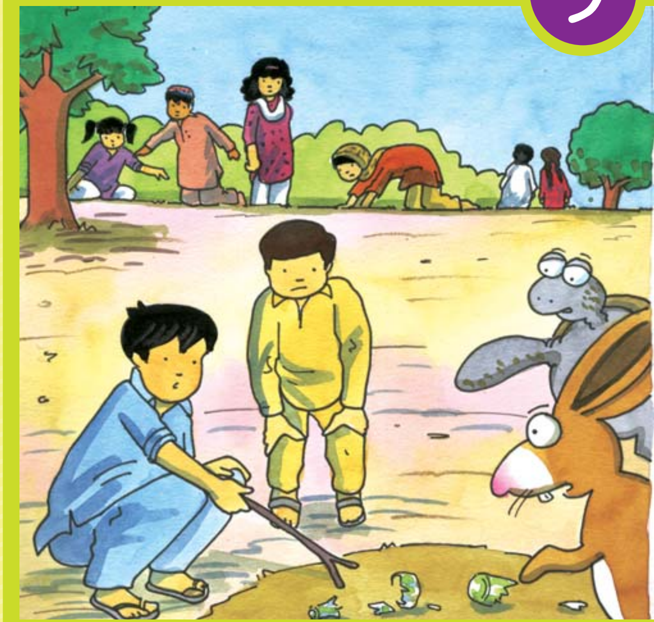
گوشيءَ هڪدم کيس روڪيندي چيو:

8



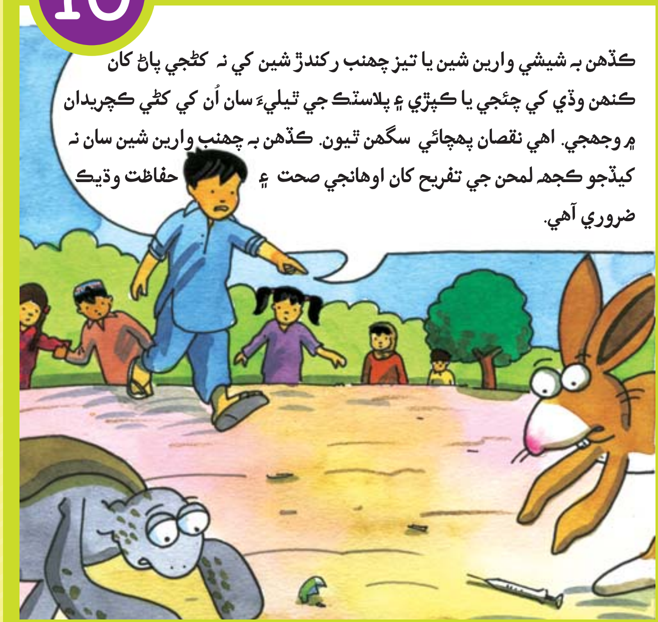
اهو ٻڌي احمد ڪٽمنڙي کي حقارت سان ڏسي ڪچري جي دبي ۾ اڇلائي ڇڏيو . گوشي، ڪاڇو، چنتو ۽ ٻيا ٻار اُهو ڏسي ڏاڍو سُرها ٿيا.

9



ميدان ۾ ڪيڏندڙ سيئي ٻار محتاط تي گوشي، ڪاچو ۽ چنتوءَ سان مدد ڪرڻ ۾ جنبي ويا جن اهو عزم ڪيو هو تہ هو ميدان کي هاجيڪار شين کان پاڪ ۽ محفوظ بڻائيندا.

10

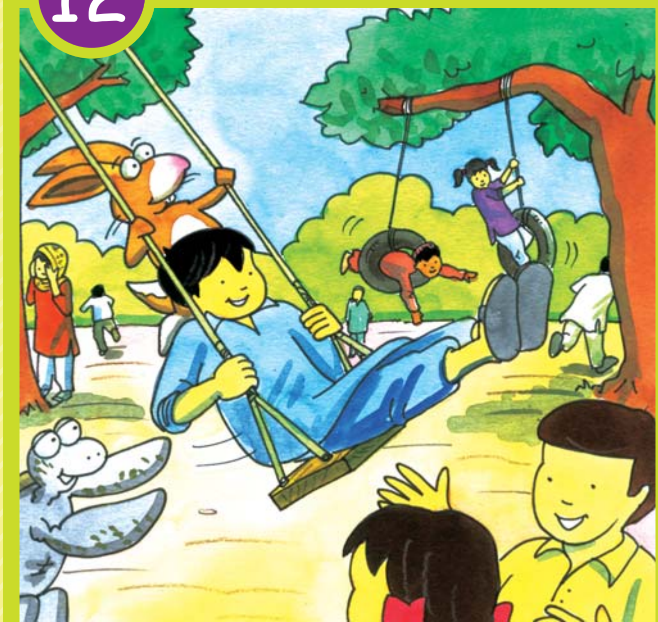


صفائيءَ جي مهم دوران ڪاچوءَ کي هڪ شيشي جي ڀڳل بوتل ملي جڏهن تہ گوشيءَ کي هڪ استعمال ڪيل سرنج جنهن کي ڏسي چنتوءَ ٻارن کي پريشان ٿيندي چيو تہ :

11

گوشيءَ ٻارن کي استعمال ٿيل سرنج ڏيکاري ۽ سمجهائيندي چيو

12



ائين گوشي، ڪاچو ۽ چنتو اِن يقين سان اچي پينگهہ تي وينا تہ هنن راند جي ميدان کي هاجيڪار شين کان محفوظ بڻائي ڇڏيو آهي ۽ ٻارن کي اها پڻ ڄاڻ ڏني تہ هو پنهنجي ۽ ٻين جي حفاظت ڪهڙي طرح ڪري سگهن ٿا ۽ محفوظ ڪيئن رهي سگهن ٿا.

ان ڏينهن پاڙي جي ٻارن راند روند ۾ گوشيءَ ۽ ڪاچوءَ جي ڳالهين مان پنهنجي حفاظت ۽ محفوظ رهڻ جو سبق پرايو ۽ اهو سڪي سپ ڏاڍا خوش ٿيا.

سرگرمي نمبر 1

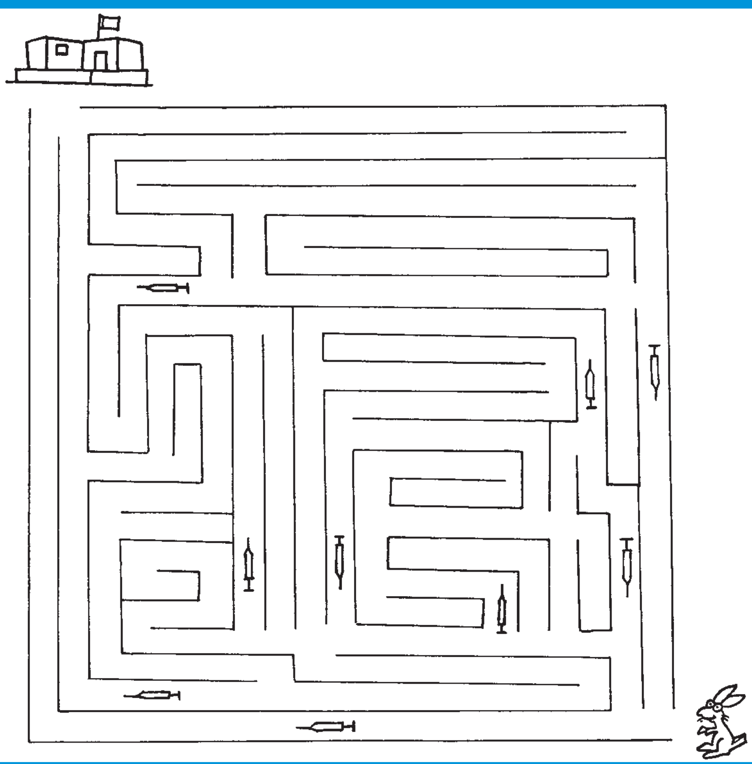
نقطا ملايو

خاص ڳالهہ: ٻارن کي روڊ پار ڪرڻ لاءِ وڏن جو هٿ پڪڙي زيبرا ڪراسنگ تان هلڻ گهرجي

سرگرمي نمبر 2

هيٺ ڏنل شين مان انهن تي رنگ ڀريو جيڪي توهان لاءِ هاڃيڪار نہ هجن. تنهن کانپوءِ توهان پنهنجي استاد ۽ دوستن سان بحث ڪريو تہ توهان ڇو نہ باقي ڏنل شين تي رنگ ڀريو توهان کي انهن شين کان ڇو پري رهڻ گهرجي؟

سرگرمي نمبر 3

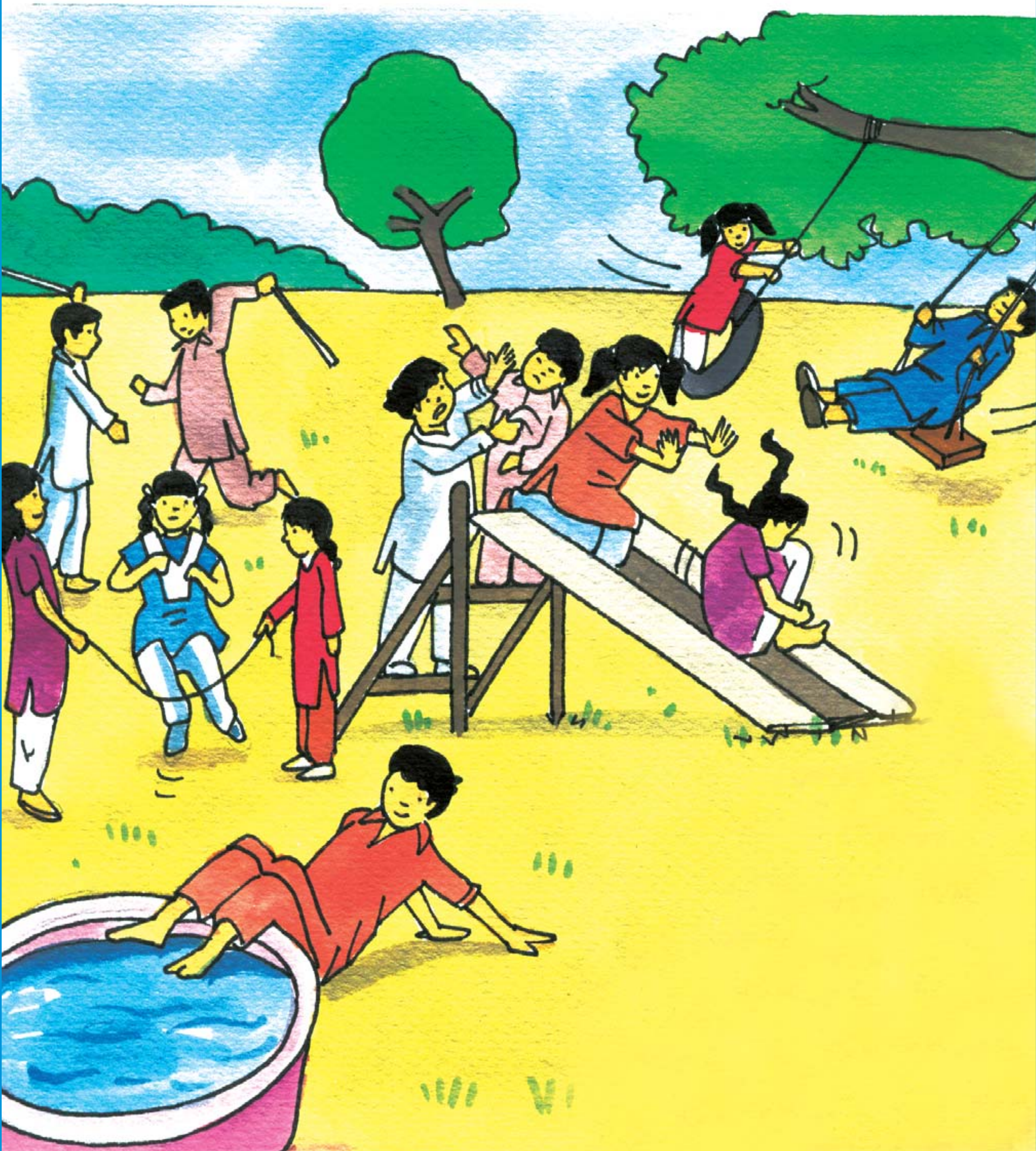


رستو ڳولهيو:

گوشيءَ کي اسڪول جو رستو ڏيکاريو ڪيس جتان ڪا بہ هاڃو رسائيندڙ شئي نہ ملي.

سرگرمي نمبر 4

تصوير ۾ ڏنل انهن سرگرمين تي ڳاڙهو نشان لڳايو جنهن مان اوهان کي خطرو ٿي سگهي ٿو ۽ اهڙيون سرگرميون اوهان کي هرگز نہ ڪرڻ گهرجن..



اوهان جي ڄاڻ لاءِ:

گند ڪچرو يا خراب شيون ڪچري دان ۾ وجهڻ کان پوءِ صابڻ سان چڱيءَ طرح هٿ ڌوئڻ گهرجن.

پينگهہ، ترڪڻيون (سلائيڊس) ۽ ٻين راندين ڪيڏڻ وارين شين کي چڱي طرح جانچجي تہ اهي مضبوطيءَ سان لڳل آهن ۽ انهي جي مٿي سطح (جنهن تان ٻار ترڪندا آهن) اها بلڪل نيڪ آهي.

زخمي ٿيڻ يا ڪا شي ڳيهڻ جي صورت ۾ وڏن (ٻارن) کي گهرجي تہ اهي هڪدم اطلاع ڏين.

استعمال شده سرنج، ڀڳل بوتلون، رستي يا مٽيءَ ۾ پيل شيون خراب هونديون آهن انهن کي نہ ڪٽڻ گهرجي.

ڪڏهن بہ ڪنهن اڻ سڃاتل ماڻهن کان ڪا بہ شي وٺي نہ کائجي.

حفاظتي تدبيرون

ٻارن جي حفاظت لاءِ ڪين خراب /خطرناڪ شين کان پري رکڻ تمام ضروري آهي، جنهن لاءِ صحيح تدبير کان ڪم وٺڻ ضروري آهي، ان لاءِ ڪجهہ تدبيرون هيٺ ڏجن ٿيون:

ضروري فون نمبر جي لسٽ جوهجڻ: ان لسٽ ۾ پنهنجي گهر، مائٽن يا دوستن جو نمبر هجڻ لازمي آهي تہ جيئن توهان ڪنهن ڏڪئي ۽ تڪليف واري صورتحال ۾ هڪدم اها لسٽ استعمال ڪري اطلاع ڏيو. توهان ڪنهن وڏي کي پڻ نمبر ملائڻ لاءِ چئي سگهو ٿا.

وهندڙ رت کي ڪنترول ڪرڻ : توهان يا توهان جي دوست کي ڪو زخم لڳي جنهن مان رت جاري ٿي وڃي تہ ان صورت ۾ زخم واري جاءِ کي ڪجهہ دير تائين دٻائي رکڻ سان رت وهڻ بند ٿي ويندو.

سڙڻ کان بچڻ: جيڪڏهن توهان جي ڪپڙن کي باهي لڳي وڃي تہ باهہ کي وسائڻ لاءِ هيڏانهن هوڏانهن ڀڄڻ جي بجاءِ زمين تي سمهي ڪري پاسا ورائيندا وڃو جيئن ڪالين کي ويڙهبو آهي.

پاڻي کان محفوظ رهڻ: ڀريل بالٽي يا وهنجڻ وارو ٽب تمام خطرناڪ ثابت ٿي سگهي ٿو، جيڪڏهن اوهان پاڻي سان ڪيڏي رهيا هجو يا تيراڪي ڪري رهيا هجو تہ ان وقت اوهان سان ڪو گهر جو وڏو هجڻ ضروري آهي تہ جيئن اوهان جي حفاظت ٿي سگهي. گڏوگڏ تيراڪي دوران توهان پنهنجي حفاظت لاءِ پاڻ سان اهڙيون شيون رکو جيڪي توهان کي ترڻ ۾ مدد ڏين جيئن وڏا بال جيڪي پاڻي ۾ ترندا آهن يا پلاسٽڪ جا هوا سان ڀريل ڦيٿا جنهن جي وچ ۾ ويهي توهان پاڻي ۾ حفاظت سان تري سگهو.

ڪتي جي چڪ کان بچڻ: هميشہ رولاڪ ڪتن کان بچو ۽ انهن ڏانهن ڪا بہ شئي نہ اڇلايو. جيڪڏهن ڪتو توهان جي ويجهو اچي وڃي تہ ڊوڙ ۽ ڀڄڻ بجاءِ بلڪل آرام سان بنا ڪنهن گوڙ گمسان ڪرڻ جي اتان هليا وڃو.

زهر کان بچڻ : ڪا بہ دوا (ٽڪي يا سيرپ) پنهنجي والدين يا وڏن جي چوڻ کان سواءِ نہ وٺو نہ ئي ڪو ڪيميائي جزو (صابڻ يا سرف وغيره ڳهو. جيڪڏهن گهر ۾ ڪا شڪي دوا جي بوتل ملي تہ پهرين پنهنجي والدين کان ان بابت پڇو ۽ اهو ساڳيو طريقو پنهنجي ڀائرن، ڀينرن ۽ دوستن کي پڻ ڏسيو تہ اهي بہ ائين ڪن.

اسان هن شماري جي پڙهندڙن جي راءِ جو انتظار ڪنداسين ۽ خاص ڪري اسانکي اوسيئڙو رهندو پنهنجن ننڍڙن پڙهندڙن جو. توهان اسانکي نئين ايندڙ شماري لاءِ ڪهاڻيون يا پنهنجي ٺاهيل ڪنهن تصوير کي هيٺ ڏنل ائڊريس تي موڪلي سگهو ٿا:

سنڌ ايجوڪيشن فائونڊيشن
پلاٽ 9، بلاڪ 7، ڪهڪشان ڪلفٽن 5، ڪراچي 75600 پاڪستان
Phone : (92-21) 111-424-111, Fax: (92-21) 99251652
اِي ميل: info@ecdpak.com

پنهنجي راءِ کان اسان کي آگاهہ ڪريو

هي شمارو آر سي سي — اِي سي ڊي پروگرام تحت آغا خان فائونڊيشن ۽ رائل نيدرلينڊ ايمبسي جي تعاون سان تيارڪيو ويو.