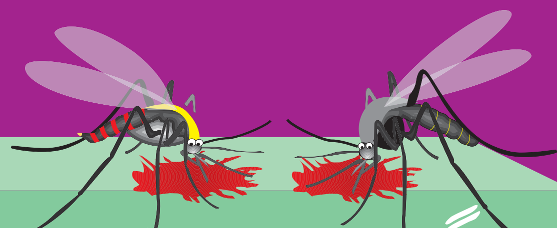
شمارہ نمبر 14 اپریل 2011

کھیل ہی کھیل میں

آؤ کھیل کھیل میں سیکھیں

پیارے بچو! آج ہم ایک نئے بُخار کے بارے میں پڑھیں گے جو کہ ڈینگی کے نام سے جانا جاتا ہے اور ایک خاص قسم کے مچھر کے کاٹنے سے ہوتا ہے۔ تو آیئے دیکھتے ہیں کہ دو خطرناک مچھر 'ڈینگو' اور 'ڈینگس' کیا منصوبہ بنا رہے ہیں اور ہمیں ان کے حملے سے بچاؤ کے لیے کیا کرنا چاہیے۔



ڈینگی کے خلاف جنگ

بچوں! ہمارے علاقے کو ایک نئے جان لیوا دشمن کا سامنا ہے۔ دشمن بھی ایسا جو بے رحمی سے ہماری زندگیاں تباہ کر سکتا ہے۔ اس بدترین دشمن کا نام ڈینگی ہے۔ ڈینگی بخار نہایت مہلک اور مضر بیماری ہے۔ ڈینگی مچھر اپنا ڈنگ مار کر اس بخار کو پھیلاتا ہے۔ ڈینگی پھیلانے والے مچھر، ٹھہرے ہوئے پانی میں نشو و نما پاتے ہیں۔ ڈینگی میں مبتلا شخص کو بخار، سر کا درد، جوڑوں کا درد، پٹھوں کا درد اور جلد میں خراش کی شکایات ہو سکتی ہیں۔ آیئے جانتے ہیں کہ اس مہلک بیماری سے کیسے بچا جا سکتا ہے۔

اس شمارے میں پڑھیے!!

کہانی: آؤ ڈینگی کا مقابلہ کریں۔

سرگرمیاں:

- ڈینگی پھیلانے والا مچھر کہاں رہتا ہے؟
- اپنے گھر کو مچھروں سے محفوظ کیسے بنائیں!
- رنگ بھریے۔
- مچھروں کی روک تھام۔

آپ کی معلومات کے لیے:

- احتیاطی تدابیر
- صحت یابی کی علامات

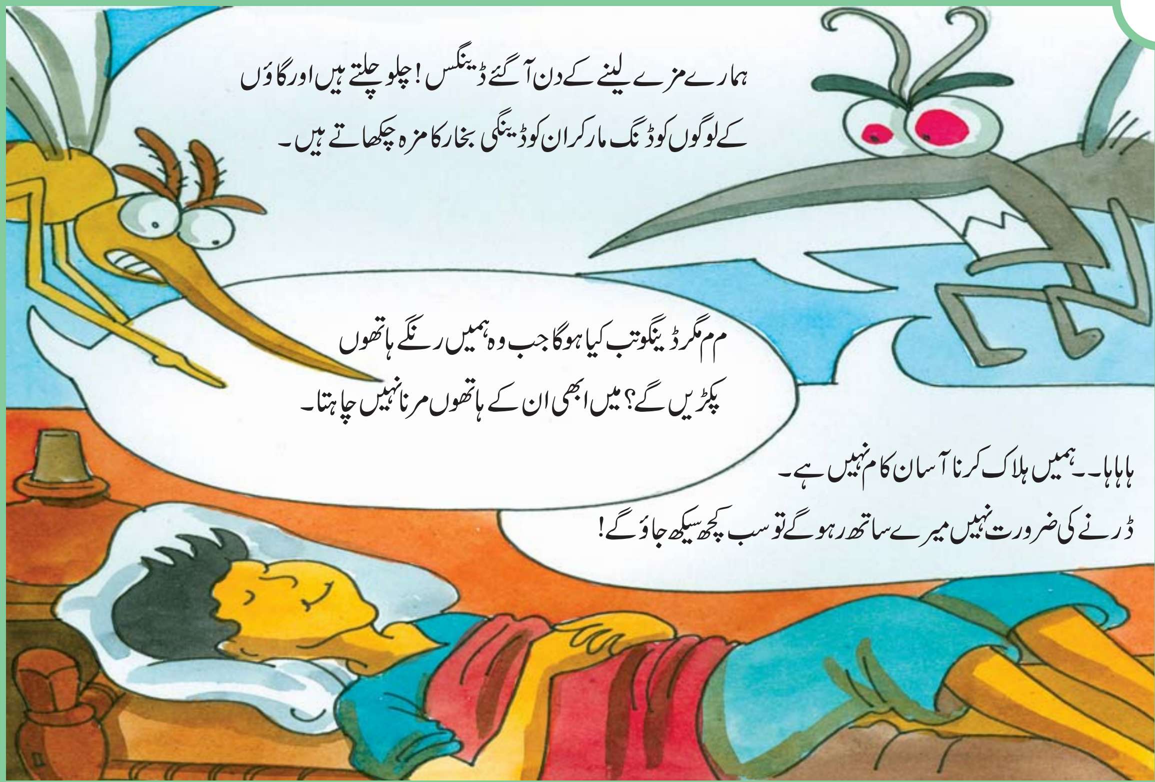
نوٹ: اس شمارے میں بیشتر معلومات چھوٹے بچوں اور ناخواندہ والدین کی آسانی کے لیے تصاویر کے ذریعے سمجھائی گئی ہیں۔ البتہ کچھ معلومات کو سمجھنے کے لیے بچوں کو اساتذہ کی مدد اور رہنمائی کی ضرورت پڑے گی۔

یہ جریدہ آر سی سی۔ ای سی ڈی پروگرام کے تحت، بہ تعاون آغا خان فاؤنڈیشن (پاکستان) اور ایمبیسی آف دی کنگ ڈم آف دی نیدرلینڈز تیار کیا گیا ہے۔

طباعت و اشاعت: سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن۔

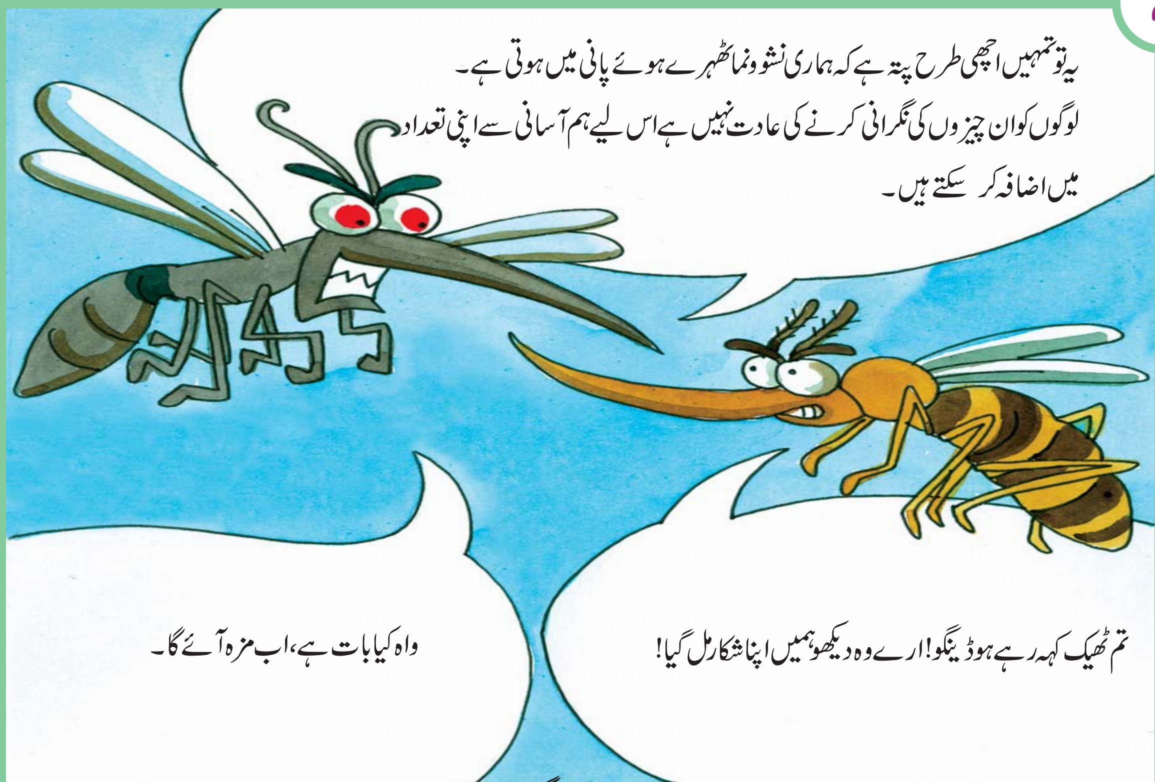
RCC Releasing Confidence & Creativity — AN EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT PROGRAM

1



دو مچھر ڈینگو اور ڈینگس گاؤں بھر میں ڈینگی بخار پھیلانے کا خطرناک منصوبہ بناتے ہیں۔

2

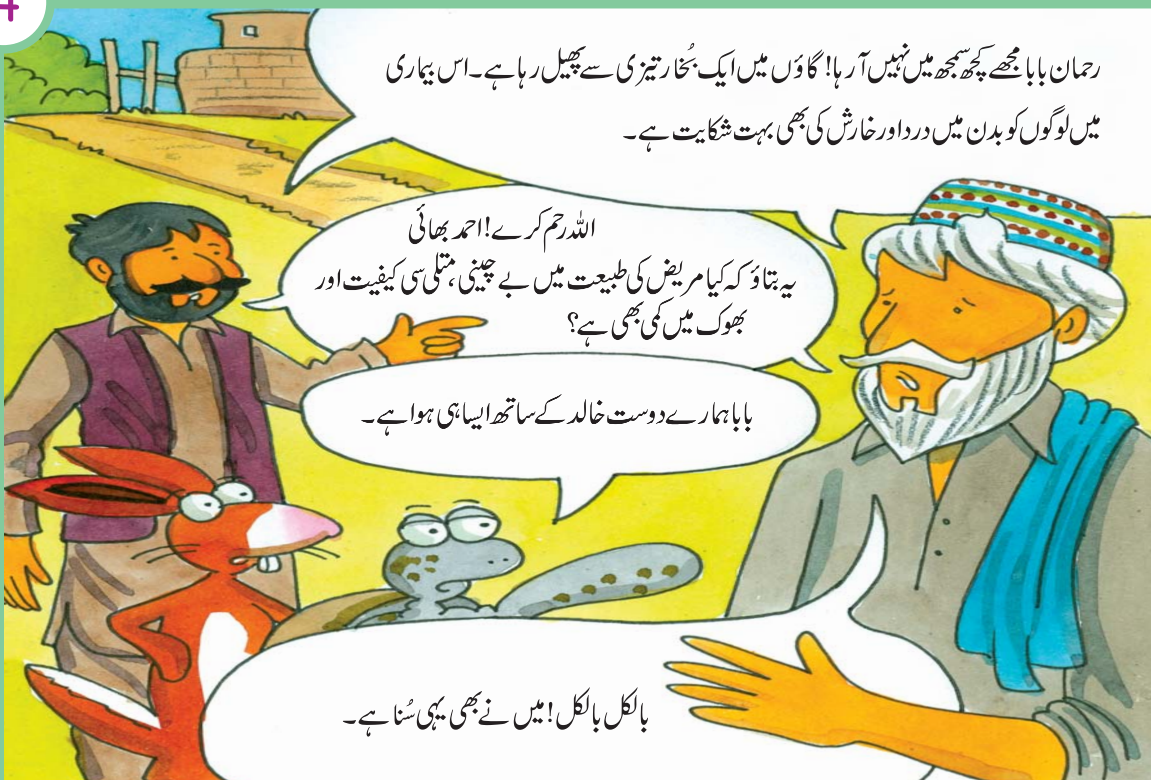


اِدھر ڈینگو نے گاؤں میں حملہ کرنے کا منصوبہ بنایا اور اُدھر ڈینگس نے اپنے لیے شکار تلاش کر لیا۔ دونوں مچھر خالد کے کمرے میں گھس گئے جو اسکول سے آ کر آرام کر رہا تھا۔

3

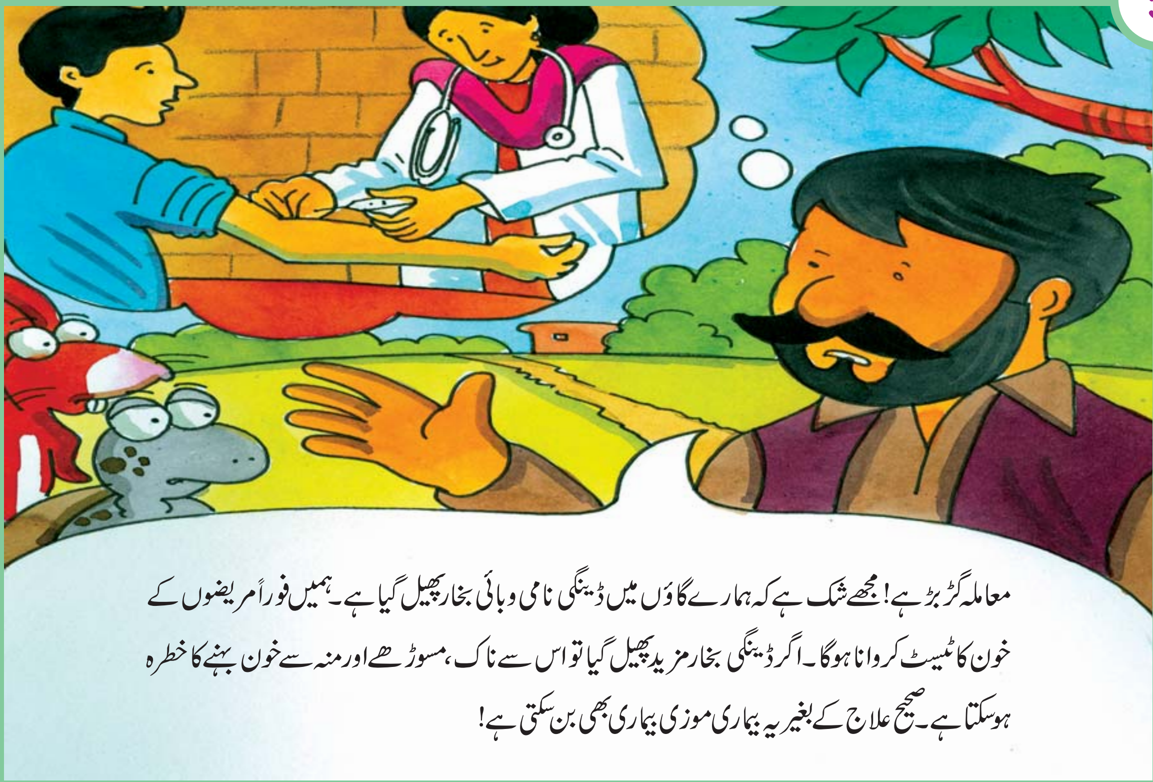
ڈینگو اپنی ساتھی ڈینگس کو انجان شکار پر حملہ کرنے کا طریقہ بتا تا ہے۔ شکار پر حملہ کرتے ہی دونوں بھاگ نکلتے ہیں۔

4



دوسری طرف کا چھو اور گوشی، رحمان بابا اور احمد بھائی سے گاؤں میں پھیلنے والی نئی بیماری کے بارے میں بات چیت کر رہے ہیں۔

5

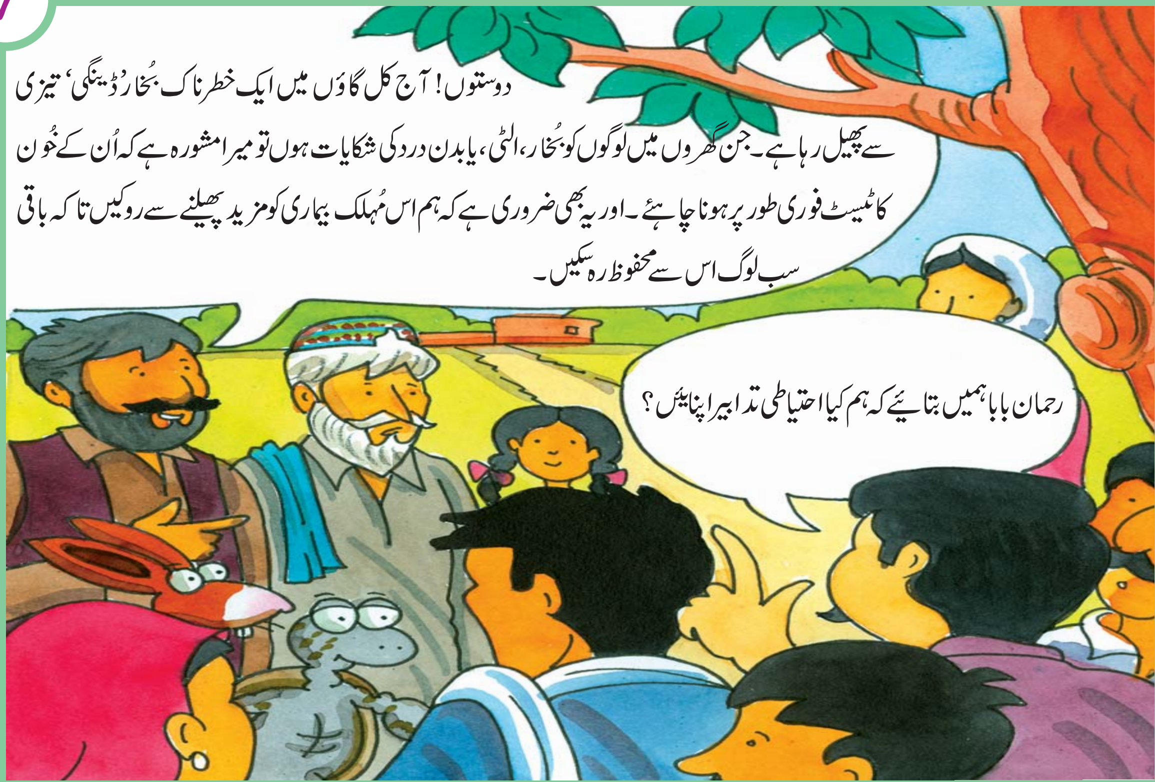


رحمان بابا ایک سماجی کارکن ہونے کے ناطے، گاؤں کے لوگوں کی مدد کرنے کے لیے اُٹھ کھڑے ہوتے ہیں۔

6

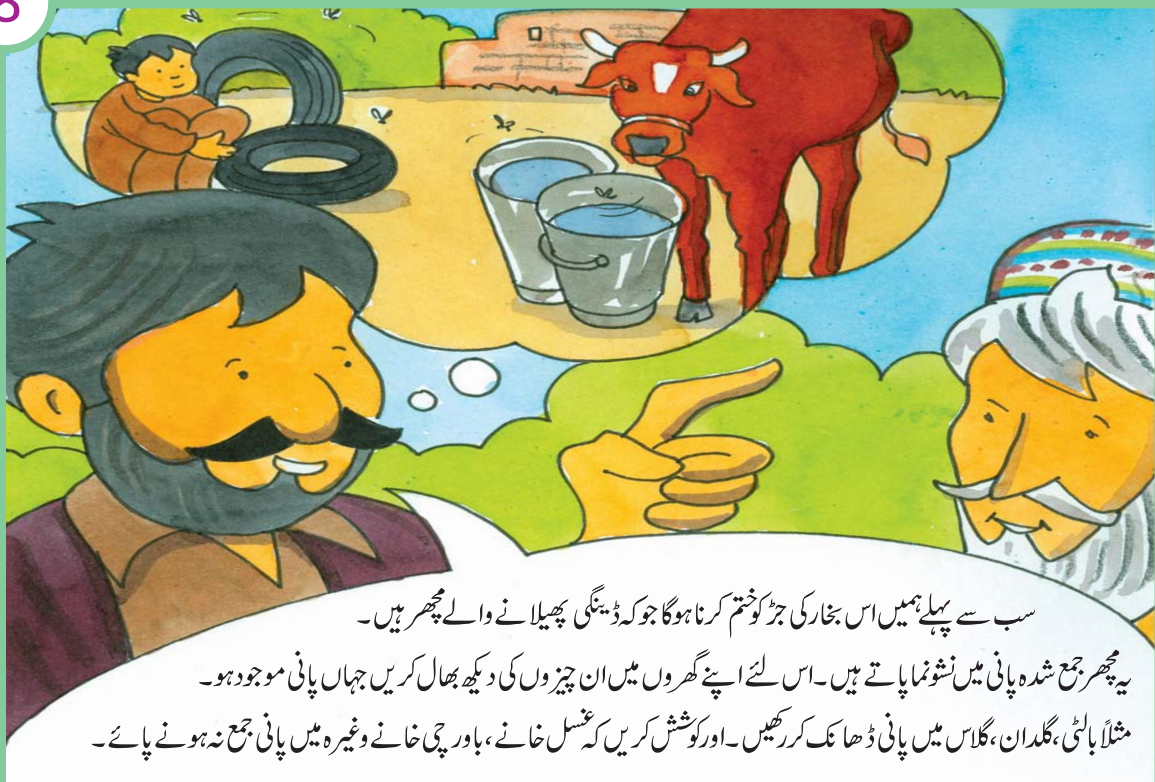
جیسے ہی کاچھو اور گوشی کو پتہ چلتا ہے کہ ڈینگی بخار کوئی مذاق نہیں تو ڈینگی کے خلاف مہم میں شامل ہونے کے لیے تیار ہو جاتے ہیں۔

7



گوشی اور کاچھو نے گاؤں کے لوگوں کو جمع کیا اور رحمان بابا سب کو ڈینگی بیماری کے بارے میں بتانے لگے۔

8



رحمان بابا گاؤں والوں کو سمجھاتے ہیں کہ ڈینگی بخار سے نجات کے لیے ضروری ہے کہ ڈینگی مچھر کا خاتمہ کیا جائے۔

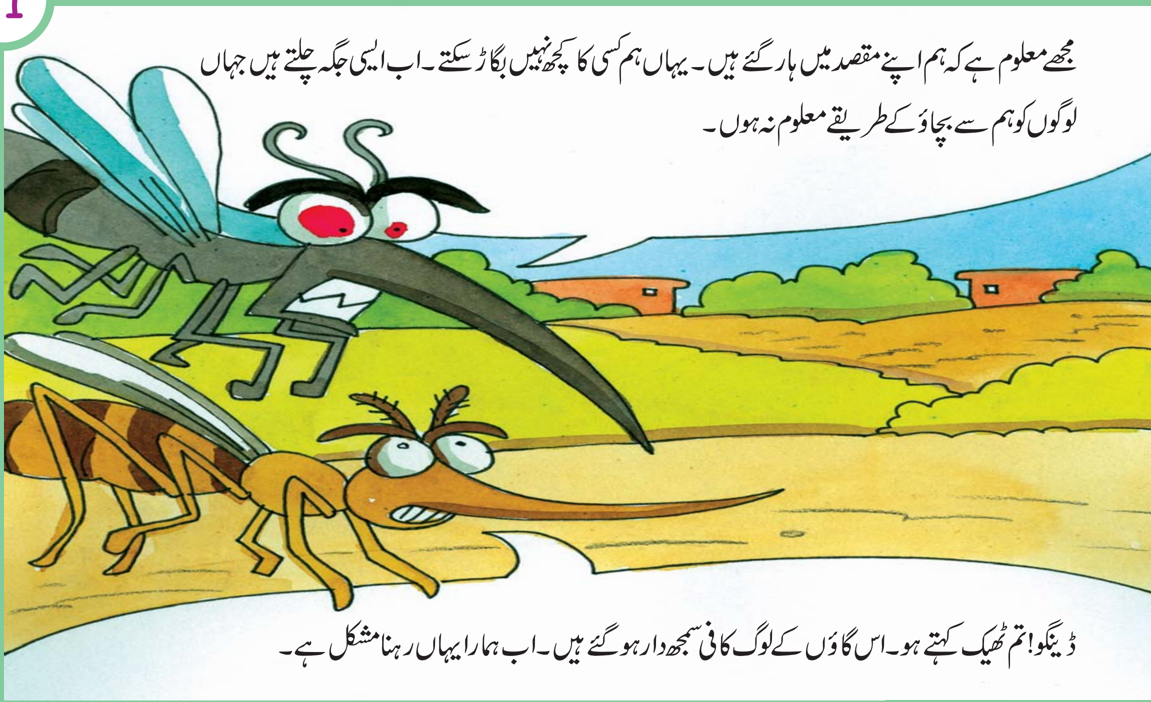
9

سب لوگ رحمان بابا کے مشورے غور سے سنتے ہیں جو انہیں ڈینگی بخار کی علامات نظر آنے پر ڈاکٹر سے رجوع کرنے کی تاکید کرتے ہیں۔

10

گاؤں والے اور بچے گوشی اور کاچھو کے ساتھ طے کر کے نکلتے ہیں کہ ان تمام چیزوں کو ڈھکا نے لگائیں گے جن کے باعث ڈینگی مچھر نشوونما پاتے ہیں۔ دیکھتے ہی دیکھتے سارا گاؤں ڈینگی کے خلاف مہم میں شامل ہو جاتا ہے۔

11



گاؤں والوں کا عزم دیکھ کر ڈینگی اور ڈینگس سمجھ گئے کہ اب اس گاؤں میں اُن کا گزارہ مشکل ہے۔

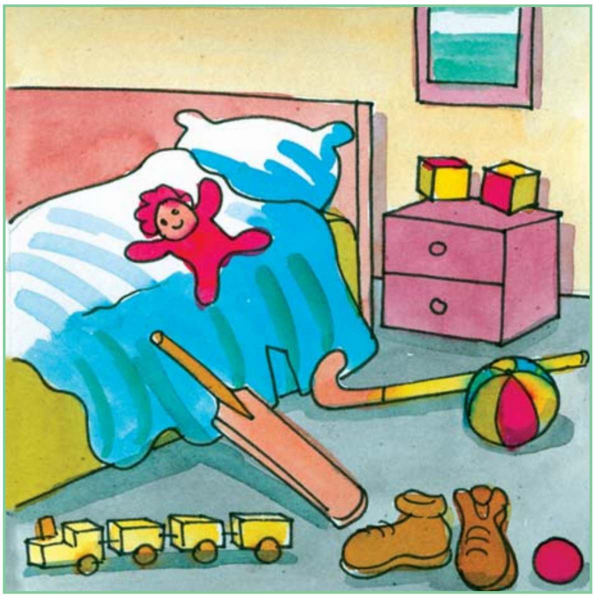
12

گاؤں والوں نے رحمان بابا کا شکریہ ادا کیا اور سب نے اس بات پر اتفاق کیا کہ بڑی سے بڑی مشکل کا مقابلہ ہم ایک دوسرے کے ساتھ مل کر بخوبی کر سکتے ہیں۔

بچوں! ان تمام باتوں پر عمل کر کے ہم اپنے علاقے کو ڈینگی مچھر سے پاک کر سکتے ہیں اور اپنے گھر والوں کو اس جان لیوا مرض سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

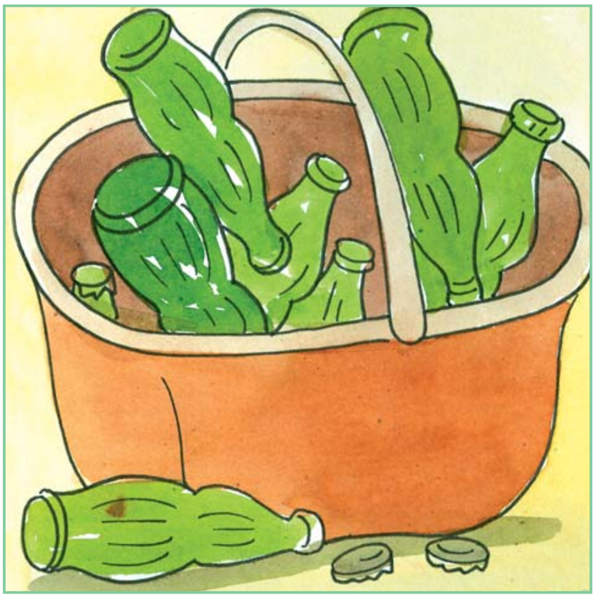
سرگرمی ۱

وہ مچھر جو ڈینگی بخار پھیلاتے ہیں، کھڑے ہوئے پانی میں رہتے اور نشو ونما پاتے ہیں۔ اس کے علاوہ کچرے کے ڈھیر بھی ان کا ٹھکانہ ہوتے ہیں۔ اُن تصاویر پر نشان لگایئے جہاں ڈینگی پھیلانے والا مچھر رہتا ہے۔



☐ کھلونوں سے پھیلا ہوا کمرہ

☐ غسل خانے کے فرش اور ٹب میں جمع پانی



☐ پانی کی کھلی بوتلیں

☐ الماری میں بکھرے ہوئے کپڑے

سرگرمی ۲

اپنی حفاظت آپ کیجیے: آپ اپنے گھر کو مچھروں سے کیسے بچائیں گے؟

اسکول سے واپس آ کر آپ اپنا یونیفارم:

- ☐ دھوپ میں پھیلائیں گے
- ☐ بستر پر ڈال دیں گے

جگ سے پانی انڈیلنے کے بعد آپ:

- ☐ اس کو ڈھک دیں گے
- ☐ اس کو کھلا چھوڑ دیں گے

نہانے کے بعد غسل خانے کے فرش سے:

- ☐ پانی خشک کر دیں گے
- ☐ پانی کھڑا چھوڑ دیں گے

دن کے وقت آپ:

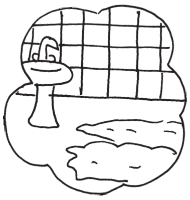
- ☐ لمبی آستینوں والی قمیض اور پتلون پہنیں گے
- ☐ آدھی آستینوں والی قمیض پہنیں گے

سرگرمی ۳

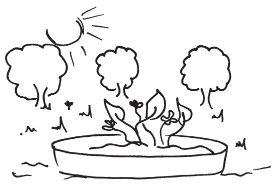
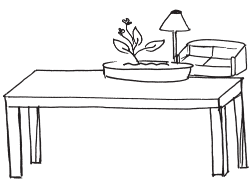
تصویر میں رنگ بھریئے اور گوشی اور کاچھو کے ساتھ صفائی مہم میں حصہ لیجیے۔

سرگرمی ۴

ڈینگی پھیلانے والے مچھروں کی روک تھام کیسے کی جاسکتی ہے؟ اُن تصاویر میں رنگ بھریئے جن میں مچھروں کی روک تھام کی جارہی ہے۔

☐ ☐ 

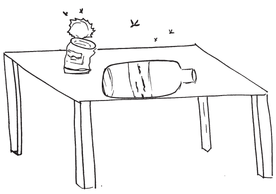
نہانے کے بعد فرش پر سے پانی خشک کردیں۔

☐  ☐ 

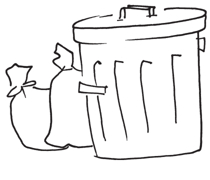
کُھلے برتن جو استعمال میں نہ ہوں اور جن میں پانی بھرا رہتا ہو اپنے گھر میں نہ رکھیں۔

☐ ☐

استعمال کے پانی کا مرتبان ہمیشہ ڈھک کر رکھیں۔

☐  ☐

فالتو بوتلیں اور ٹِن وغیرہ گھر میں جمع نہ کریں۔

☐  ☐

کچرے کو ہمیشہ کُوڑے دان میں ڈالیں۔

آپ کی معلومات کے لیے

ڈینگی بخار کے ظاہر ہونے کی صورت میں احتیاطی تدابیر

- ★ ڈینگی بخار ہونے کی صورت میں ایسپرین یا بروفن لینے سے گریز کریں۔
- ★ ڈرپ یا انجکشن ڈاکٹر کی ہدایت کے بغیر نہ لگوائیں۔
- ★ ڈینگی بخار کی صورت میں خون کی ڈرپ ڈاکٹر کی ہدایت کے مطابق لگوائیں۔
- ★ مریض کو اینٹی بائیٹک دینے سے گریز کریں۔

ڈینگی بخار سے بحالی کے آثار

- ★ دھڑکن، بلڈ پریشر اور سانس کی درست رفتار۔
- ★ نارمل درجہ حرارت۔
- ★ بیرونی اور اندرونی جسم میں خون کا نہ رِسنا۔
- ★ بھوک لگنا۔
- ★ اُلٹی اور متلی رُک جانا۔
- ★ پیشاب صحیح لگنا۔

اپنی رائے سے آگاہ کریں

ہم اس شمارے کے پڑھنے والوں کی آراء کے منتظر ہیں خاص کر ننھے منے بچوں کے خیالات اور تحریروں کے۔
آپ اپنی آراء مندرجہ ذیل پتہ پر ارسال کریں۔

سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن
پلاٹ 9، بلاک 7، کہکشاں کلفٹن 5، کراچی 75600 پاکستان
Phone : (92-21) 111-424-111 Fax: (92-21) 99251652
ای میل: info@ecdpak.com

یہ جریدہ آر سی سی۔ ای سی ڈی پروگرام کے تحت، بہ تعاون آغا خان فاؤنڈیشن (پاکستان) اور ایمبیسی آف دی کنگ ڈم آف دی نیدرلینڈز تیار کیا گیا ہے۔
طباعت واشاعت: سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن۔