

کھیل ہی کھیل میں

آؤ کھیل کھیل میں سیکھیں



پیارے بچوں!
اسکول کی چھٹیاں مکمل کر کے ہم ایک بار پھر کھیل ہی کھیل
کے اس شمارے میں آپ کے ساتھ ہیں۔ اس بار ہم اپنی
حفاظت کے بارے میں کچھ اہم باتیں جانیں گے۔

کھیل اور حفاظت

پیارے بچوں! گھر اور گھر سے

باہر یا کھیل کے میدان میں کھیلنے میں بہت مزہ آتا ہے۔ تازی ہوا اور
ورزش کا موقع بھی ملتا ہے۔ مگر اس کے ساتھ ساتھ ہمارے لیے اپنی
حفاظت کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے۔ مثلاً باغ یا میدان میں
موجود پھسلنی کی سطح خراب ہو سکتی ہے، کئی نقصان دہ چیزیں ایسی ہوتی
ہیں جن سے ہمیں نقصان پہنچ سکتا ہے جیسے کہ ٹوٹی ہوئی شیشے کی بوتل،
استعمال شدہ سرنج یا کھلا بلیڈ وغیرہ۔

اس شمارے میں پڑھیے

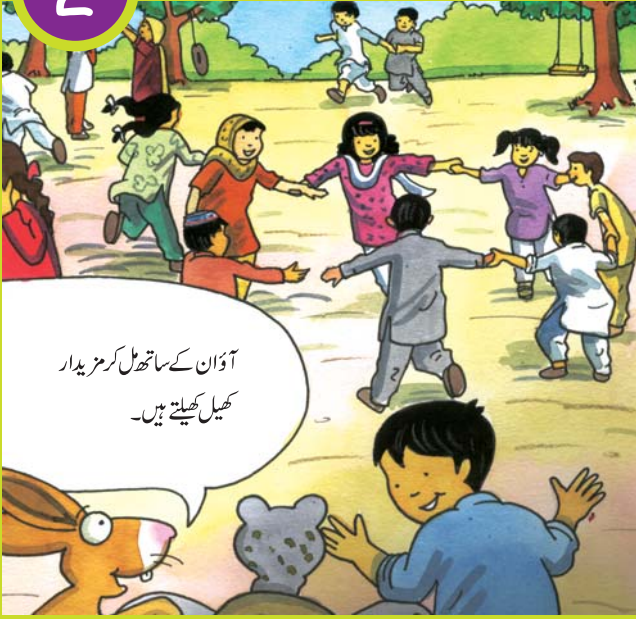
- کھیل کا میدان اور ہماری ذمہ داریاں
- گوشتی کو راستہ تلاش کرنے میں مدد کریں
- آپ کی معلومات کے لیے
- بچوں کی حفاظت کے بارے میں معلومات
- حفاظتی تدابیر
- اور بہت سی سرگرمیاں۔۔۔

ہم اس شمارے میں ان نقصانات سے بچاؤ کے بارے میں بات
کریں گے اور جانیں گے کہ احتیاتی تدابیر اور ذمہ دارانہ رویہ
اپنا کر خود کو اور اپنے دوستوں کو اور کھیل کے میدان یا پارک وغیرہ کو ہم
کیسے محفوظ بنا سکتے ہیں۔ تو پھر آئیے اس شمارے کو پڑھیں۔

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

کھیل کا میدان اور ہماری ذمہ داریاں

2



آؤ ان کے ساتھ مل کر مزیدار
کھیل کھیلتے ہیں۔

جب وہ میدان پہنچے تو ان کے دوستوں نے ان کو دیکھ کر خوشی کا اظہار کیا۔ چنٹو کے کئی دوست شور و غل اور کھیل کود میں مصروف تھے۔

1

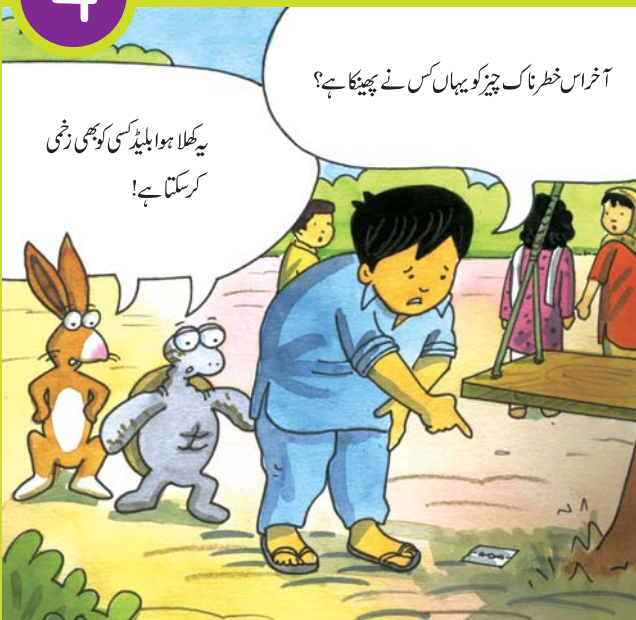


کتنا عرصہ ہوا ہے، ہم ایک ساتھ نہیں
نکلے!

آج ہم دوسرے بچوں سے بھی ملیں گے
اور ان کے ساتھ خوب کھیلیں گے۔

اتوار کے دن گوشتی، کاجھو اور چنٹو اپنے گھر کے قریب والے میدان میں چہل قدمی کا ارادہ کر کے نکلے جہاں محلے کے بچے ہر شام جمع ہوتے اور کھیلتے تھے۔

4



یہ کھلا ہوا بلینڈ کسی کو بھی زخمی
کر سکتا ہے!

آخر اس خطرناک چیز کو یہاں کس نے پھینکا ہے؟

جیسے ہی کاجھو نے دوڑنا شروع کیا تو چنٹو نے بھی اپنی رفتار تیز کر دی، مگر چاکل کھلے بلینڈ کو دیکھ کر رک گیا جو جھو لے کے پاس ہی پڑا ہوا تھا۔

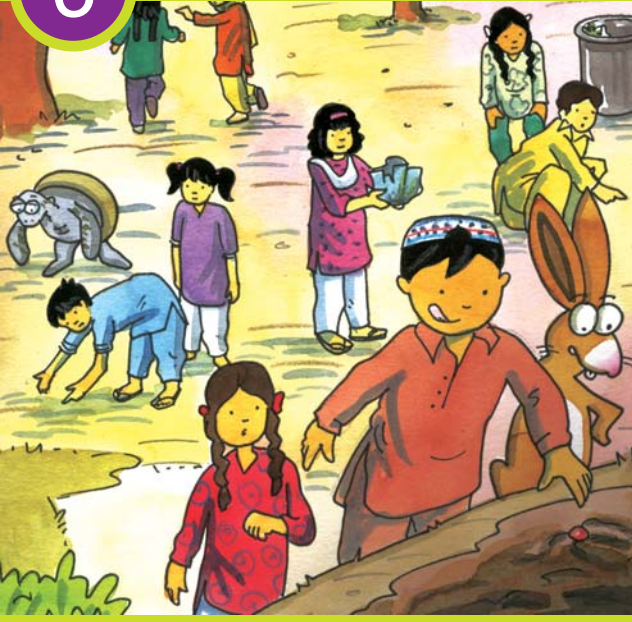
3



پہلے مجھے جانا ہے۔

گوشتی کے کہنے پر کاجھو اور چنٹو جھو لے کی طرف لپکے۔

6



اسی دوران احمد نے مٹی سے ایک ٹافی یہ سمجھ کر اٹھالی کہ یہ نقصان دہ نہیں ہوگی۔
گوشی نے احمد کو اسی وقت روکا۔

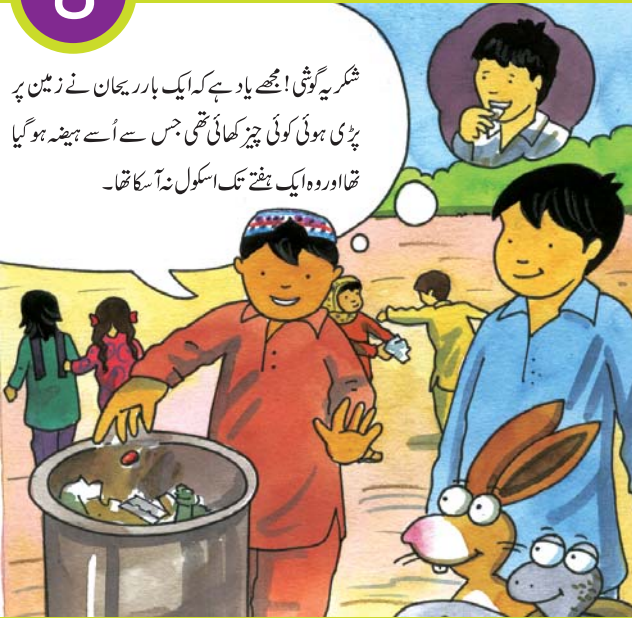
5

کبھی بھی زمین سے کھلا ہوا بلیڈ نہ اٹھاؤ کسی بڑے کو بلا کر اسے کوڑے دان میں پھینکوا دو۔ بچوں ہمیشہ کھیلنے سے پہلے اپنے ارد گرد کی جگہ کو اچھی طرح دیکھ لیا کرو۔ کیوں کہ میدان میں پڑی بلیڈ یا دوسری نوک دار چیزیں بچوں کو آسانی سے زخمی کر سکتی ہیں۔



بچوں نے غور سے گوش کی بات سنی اور اپنے اطراف کا جائزہ لینا شروع کیا کہ میدان میں مزید کوئی ایسی چیز تو نہیں جو انہیں نقصان پہنچا سکے۔

8



شکر یہ گوش! مجھے یاد ہے کہ ایک بار ریحان نے زمین پر پڑی ہوئی کوئی چیز کھائی تھی جس سے اُسے ہیضہ ہو گیا تھا اور وہ ایک ہفتے تک اسکول نہ آ سکا تھا۔

یہ سننے کے بعد احمد نے ٹافی کو حسرت سے دیکھا اور پھر کوڑے دان میں ڈال دیا۔ گوش،
کاچھو، چنٹو اور سب بچے اس سے خوش ہوئے۔

7



رک جاؤ احمد اسے مت کھاؤ!
ارے کیوں یہ تو مجھے ملی ہے اور
میں اسے صاف کر کے ہی
کھاؤں گا۔

پیشک یہ تمہیں ملی ہے مگر یہ مٹی میں پڑی
ہوئی تھی اور یہ تمہارے لیے نقصان دہ
ہے۔ اس کو پانی میں دھونے سے بھی اس پر
لگی گندگی اور جراثیم صاف نہیں ہونگے۔

گوشی نے بروقت بچے کو روکا۔

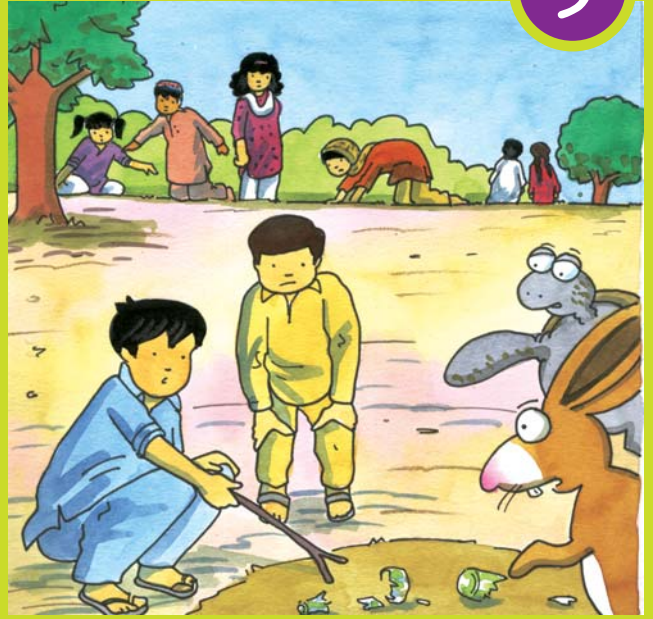
10

کبھی بھی شیشے کی ٹوٹی ہوئی بوتل مت اٹھاؤ۔ کسی بڑے سے کہو کہ کپڑے یا پلاسٹک میں لپیٹ کر ان نوک دار چیزوں کو کوڑے دان میں پھینک دیں۔ یہ تمہاری نازک جلد کو نقصان پہنچا سکتی ہیں۔ یاد رکھو چند گھنٹوں کی تفریح سے زیادہ اہم اور اس کی حفاظت ہے۔



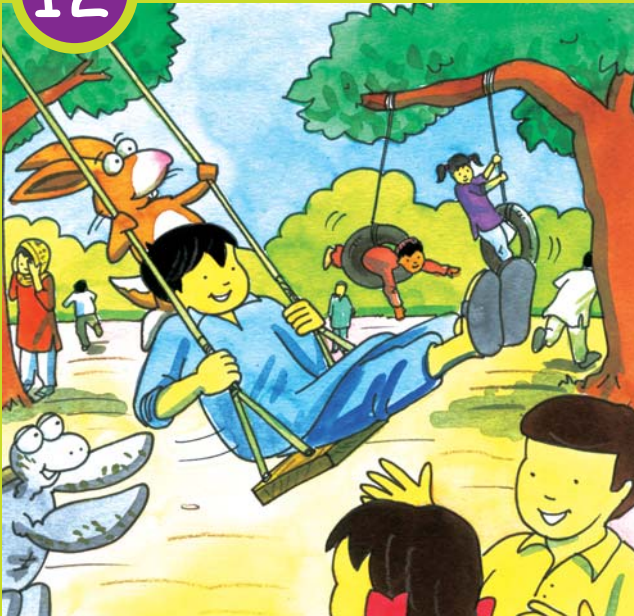
صفائی کی مہم کے دوران کاچھو کو ایک شیشے کی بوتل جبکہ گوشہ کو ایک استعمال شدہ سرخ ملی یہ نقصان دہ چیزیں دیکھ کر چنٹو نے بچوں کو ایک بار پھر سمجھایا۔

9



گوشہ، کاچھو اور چنٹو نے یہ طے کیا کہ وہ میدان اور اس کے اطراف کو نقصان دہ چیزوں سے صاف کر کے اس کو ایک محفوظ جگہ بنائیں گے۔ تمام بچوں نے ان کے ساتھ اتفاق کیا اور ان کی مدد کرنے لگے۔

12



میدان کی صفائی کے بعد گوشہ، کاچھو اور چنٹو تمام بچوں کے ساتھ ایک بار پھر کھیل میں مشغول ہو گئے۔

11

بچوں! استعمال شدہ سرخ کی سوئی بہت خطرناک ہوتی ہے۔ یہ نہ صرف شدید بیماریوں کا سبب بن سکتی ہے بلکہ اکثر جان لیوا بھی ثابت ہوتی ہے لہذا اسے ہاتھ نہیں لگانا چاہیے۔

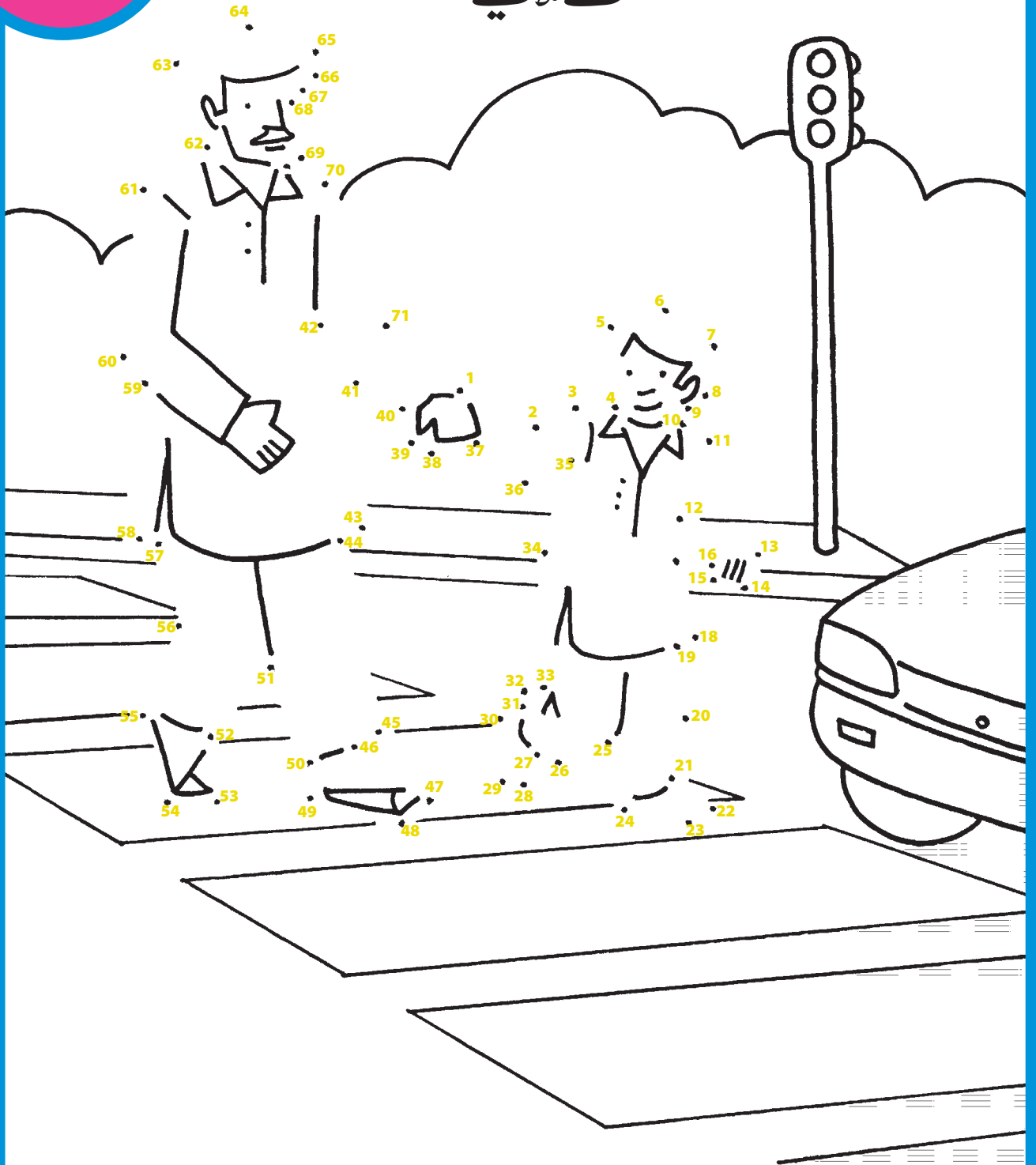


گوشہ نے بچوں کو استعمال شدہ سرخ دکھائی اور اس کے نقصانات کے بارے میں اچھی طرح سمجھایا۔

اس دن محلے کے تمام بچوں نے کھیل اور تفریح کے ساتھ ساتھ اپنی حفاظت کا ایک قیمتی سبق بھی سیکھا اور سورج غروب ہوتے ہی تمام بچے خوشی خوشی اپنے گھر چلے گئے۔

سرگرمی نمبر 1:

نقطے ملائیے



اہم پیغام: بچے بڑوں کا ہاتھ پکڑ کر زیر اگر سنگ سے روڈ پار کریں۔

سرگرمی نمبر 2:

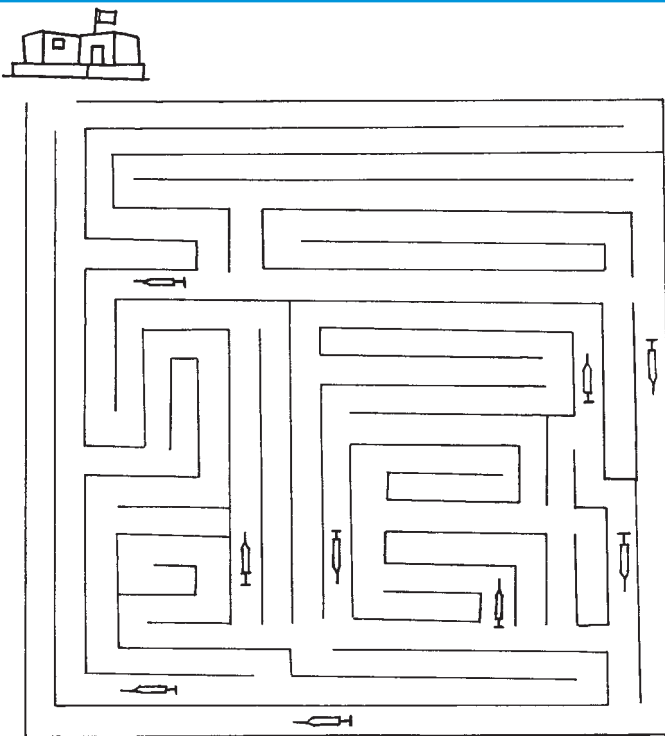
مندرجہ ذیل چیزوں میں سے ان چیزوں پر رنگ بھریں جو آپ کے لیے نقصان دہ نہ ہوں، اس کے بعد اپنے ٹیچر اور دوستوں سے گفتگو کریں کہ آپ نے باقی چیزوں پر رنگ کیوں نہیں بھرے اور آپ کو ان چیزوں سے دور کیوں رہنا چاہیے؟



سرگرمی نمبر 3:

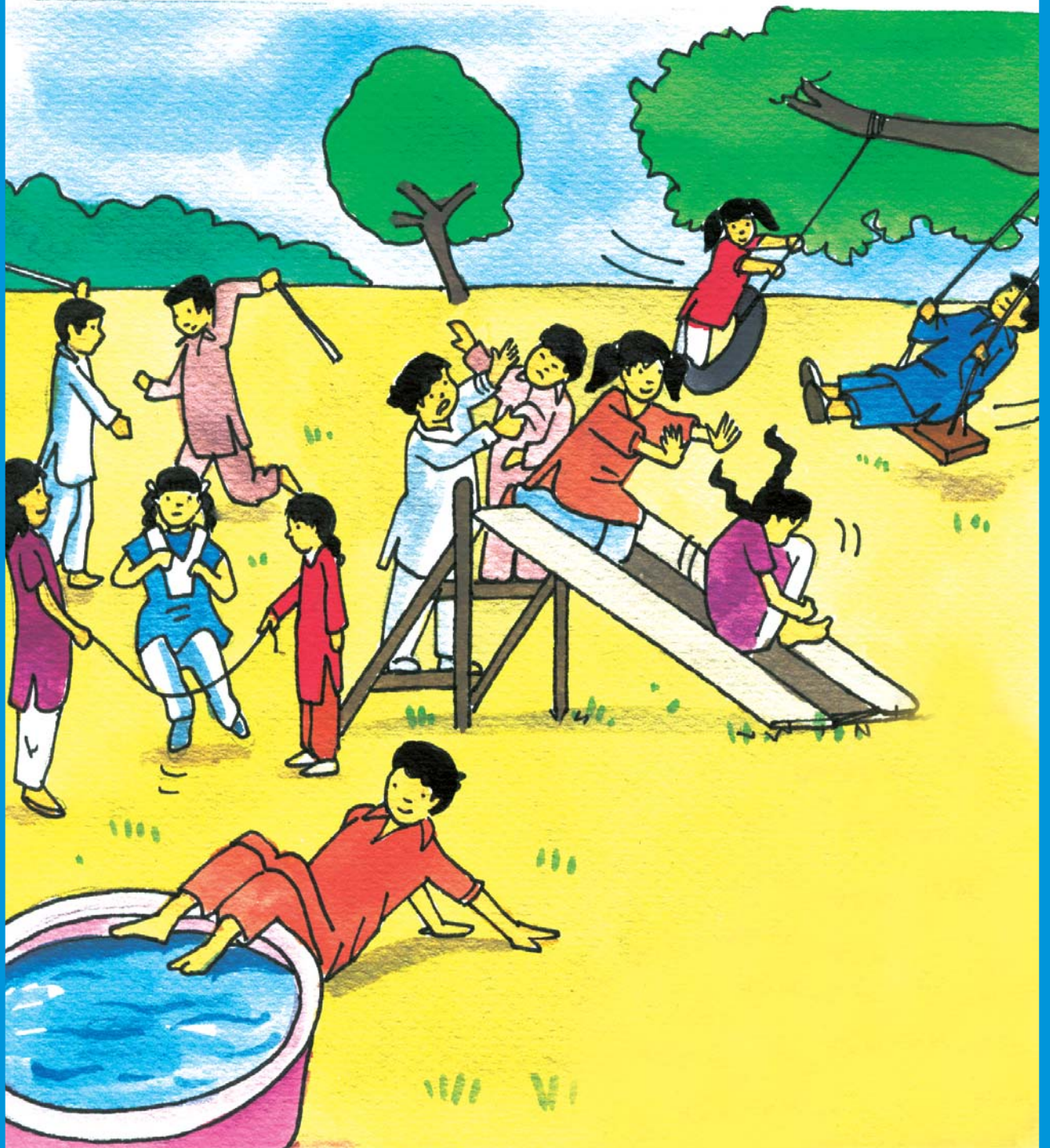
راستہ تلاش کریں:

بچوں! گوشتی کو ایک محفوظ راستے سے اسکول پہنچنے میں آپ کی مدد کی ضرورت ہے۔ آپ گوشتی کو وہ راستہ بتائیے جس کے درمیان کوئی نقصان دہ (نو کدار) چیز نہ ہو۔



سرگرمی نمبر 4:

دی گئی تصویر میں ان سرگرمیوں پر لال نشان (X) لگائیں جو آپ کے لیے نقصان دہ ہیں۔ اور جو کام آپ کو ہرگز نہیں کرنے چاہئیں۔



آپ کی معلومات کے لئے

بچوں!

اپنی حفاظت کے بارے میں ہمیں کون کون سی باتیں معلوم ہونا چاہئیں؟ آئیے جاننے ہیں۔



جھولوں، سلائیڈز اور دوسری کھیلنے والی چیزوں کو استعمال کرنے سے پہلے اچھی طرح دیکھنا چاہیے کہ آیا وہ مضبوطی سے اپنی جگہ پر لگی ہوئی ہیں۔ سلائیڈز کے پسلنے والی جگہ بھی ٹھیک ہونی چاہیے۔



کوڑا کرکٹ یا گندی چیز کچرے کے ڈبے میں ڈالنے کے بعد ہاتھ صابن سے اچھی طرح دھونے چاہیے۔



استعمال شدہ سرنج، شیشے کی ٹوٹی ہوئی بوتلیں، راستے یا مٹی میں پڑی چیزیں، خراب ہوتی ہیں انہیں اٹھانا نہیں چاہیے۔



زخمی ہونے یا کسی چیز کے نکلنے کی صورت میں بڑے بچوں کو چاہیے کہ وہ گھر میں فوری اطلاع دیں۔



کبھی بھی کسی اجنبی سے کوئی چیز لے کر نہیں کھانا چاہیے۔

حفاظتی تدابیر:

پانی سے حفاظت: بھری ہوئی بالٹی یا نہانے کا بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ جب آپ پانی کے ساتھ کھیل رہے ہوں یا تیراکی کر رہے ہوں تو آپ کے ساتھ کسی بڑے کا ہونا بہت ضروری ہے۔ تیرنے کے دوران آپ کے ہاتھ میں کوئی ایسی چیز ہونی چاہیے جو پانی میں نہ ڈوبے اور جس کے سہارے آپ حفاظت تیر سکیں۔

کٹے کے کاٹنے سے بچنا: ہمیشہ آوارہ کتوں سے دور رہنا چاہیے اور کوئی بھی چیز ان کی طرف پھینکنے سے گریز کرنا چاہئے۔ اگر کتا آپ کے نزدیک آئے تو دوڑنے کے بجائے اطمینان سے اپنی جگہ تبدیل کر لیں۔

زہر سے بچنا: اپنے والدین اور بڑوں کی مدد کے بغیر کوئی دوا نہ کھائیں۔ کسی بھی طرح کے کیمیائی اجزاء (سرف اور صابن وغیرہ) کو نہ نگلیں۔ اگر گھر میں آپ کو کوئی ٹوٹی ہوئی بوتل یا شیشی پڑی ہوئی ملے تو اس کے بارے میں اپنے والدین سے معلوم کریں کہ کہیں یہ زہریلی یا نقصان دہ تو نہیں۔ اپنے بہن بھائی اور دوستوں کو بھی یہ بات سمجھائیں۔

بچوں کی حفاظت کے لیے انہیں خطرناک چیزوں سے دور رکھنا انتہائی ضروری ہے اور اس کے لیے صحیح تدبیر سے کام لینا اس سے بھی زیادہ ضروری ہے، مندرجہ ذیل میں چند تدابیر دی گئی ہیں:

ضروری فون نمبر کی فہرست کا ہونا: اس فہرست میں اپنے گھر والوں، رشتے داروں اور دوستوں کا نمبر ہونا ضروری ہے تاکہ آپ کسی ناگہانی صورتحال میں اس فہرست کا استعمال کریں اور بروقت انہیں اطلاع دے سکیں۔ آپ کسی بڑے کو نمبر ملانے کو کہہ سکتے ہیں۔

بہتے ہوئے خون کو روکنا: آپ کو یا آپ کے دوست کو اگر کوئی زخم لگ جائے اور خون بہنا شروع ہو جائے تو اس صورت میں متاثرہ حصے کو کچھ دیر بائے رکھنے سے خون بہنا روک جاتا ہے۔

آگ سے بچنا: اگر آپ کے کپڑے آگ پکڑ لیں تو بچاؤ کی بہترین تدبیر یہ ہے کہ بھاگنے کے بجائے زمین پر لیٹ کر اوڑھ اڑھ کر وٹیں بدلیں۔

ہم اس شارے 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، کھٹیاں کلفٹن 5، کراچی 75600 پاکستان

Phone: (92-21) 111-424-111, Fax: (92-21) 99251652

ای میل: info@ecd-pak.com

اپنی رائے سے
آگاہ کریں



یہ جریدہ: آر سی سی۔ ای سی ڈی پروگرام کے تحت، بہ تعاون آغا خان فاؤنڈیشن (پاکستان) اور ایم سی آف دی نیدر لینڈز تیار کیا گیا ہے۔