

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۔

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

- کھیل کا میدان اور ہماری ذمے داریاں
- گوشی 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۔۔۔

نوت: اس شمارے میں بیشتر 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 ہنماں کی ضرورت پڑے گی۔

یہ جریدہ: آری سی۔ ای سی ڈی پر ڈرام کے تحت، بے تعاون آغا خان فاؤنڈیشن (پاکستان) اور ایک پیسی آف دی نگ ڈم آف دی نیدر لینڈز تیار کیا گیا ہے۔

ط

با

ع

ت

و

ا

ش

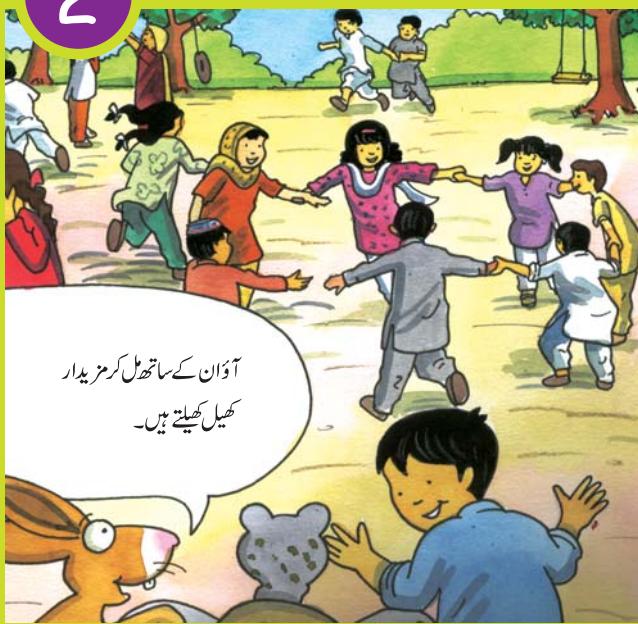
اع

ت

و

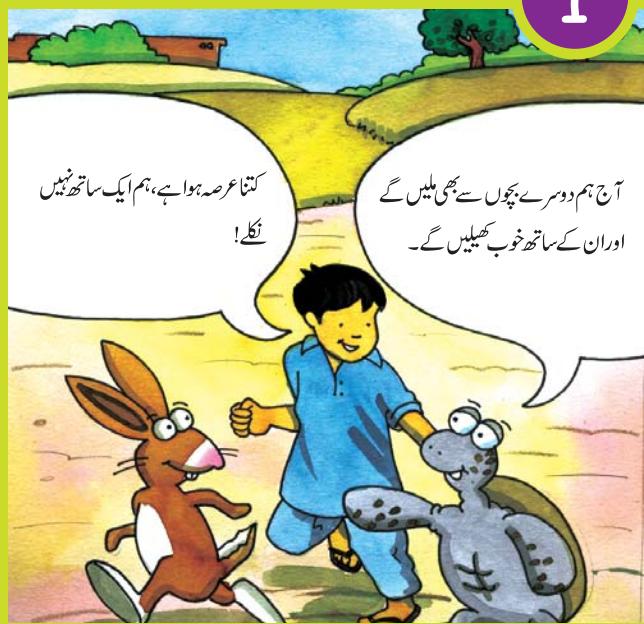
کھیل کامیدان اور ہماری ذمے داریاں

2



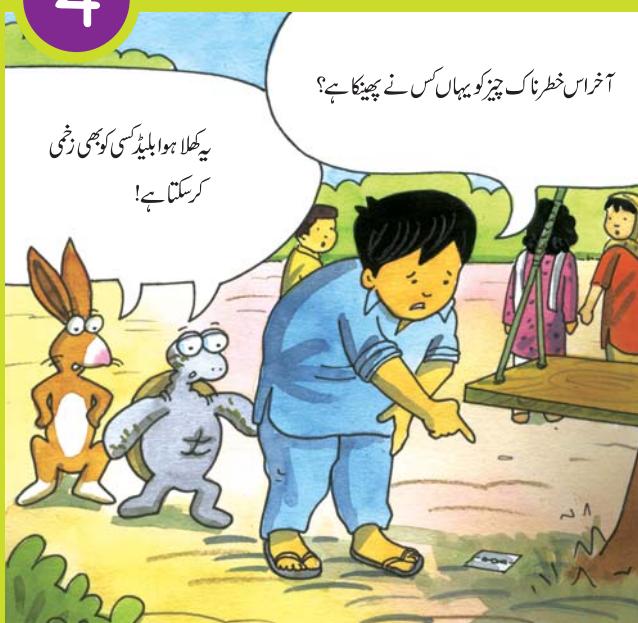
جب وہ میدان پہنچ تو ان کے دوستوں نے ان کو دیکھ کر خوشی کا اظہار کیا۔ چنٹو کے کئی دوست شوروں غل اور کھیل کوڈ میں مصروف تھے۔

1



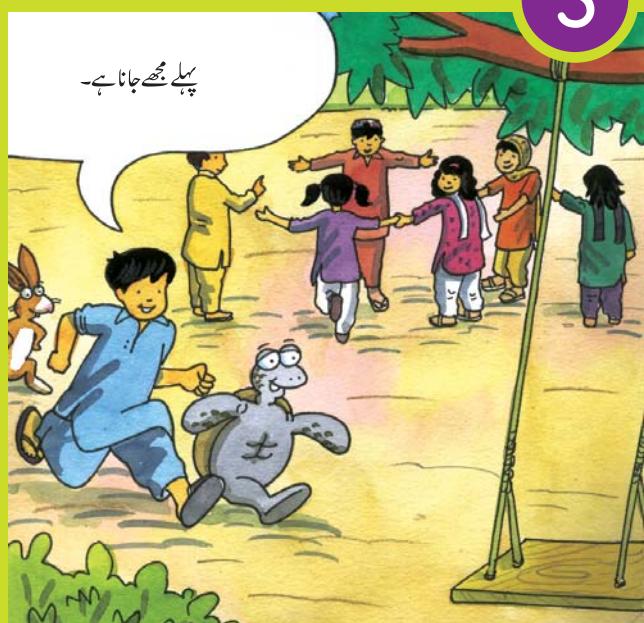
اتوar کے دن گوشی، کاچھوا اور چنٹو اپنے گھر کے قریب والے میدان میں چہل قدمی کا ارادہ کر کے نکل جہاں محلے کے بچے ہر شام جمع ہوتے اور کھیلتے تھے۔

4



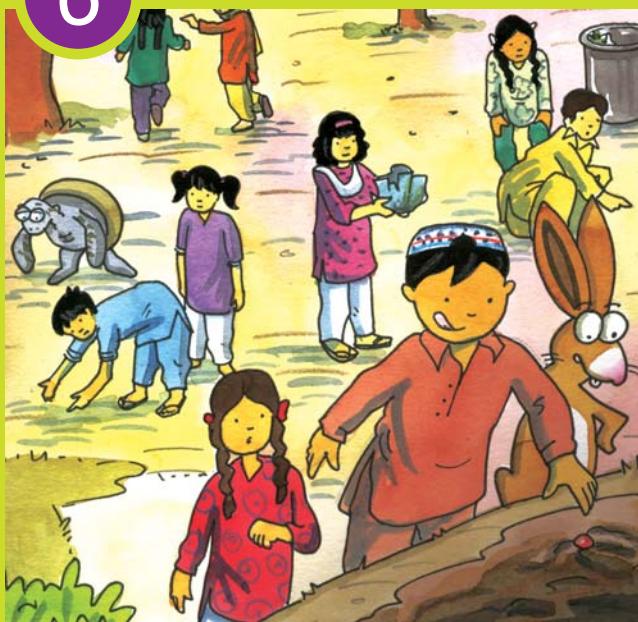
جیسے ہی کاچھونے دوڑنا شروع کیا تو چنٹو نے بھی اپنی رفتار تیز کر دی، مگر اچاک کھلے بلیڈ کو دیکھ کر رک گیا جو جھولے کے پاس ہی پڑا ہوا تھا۔

3



گوشی کے کہنے پر کاچھوا اور چنٹو جھولے کی طرف لپکے۔

6



اسی دوران احمد نے مٹی سے ایک ٹانی یہ سمجھ کر اٹھا کی کہ یہ نقصان دہ نہیں ہو گی۔
گوشی نے احمد کو اسی وقت روکا۔

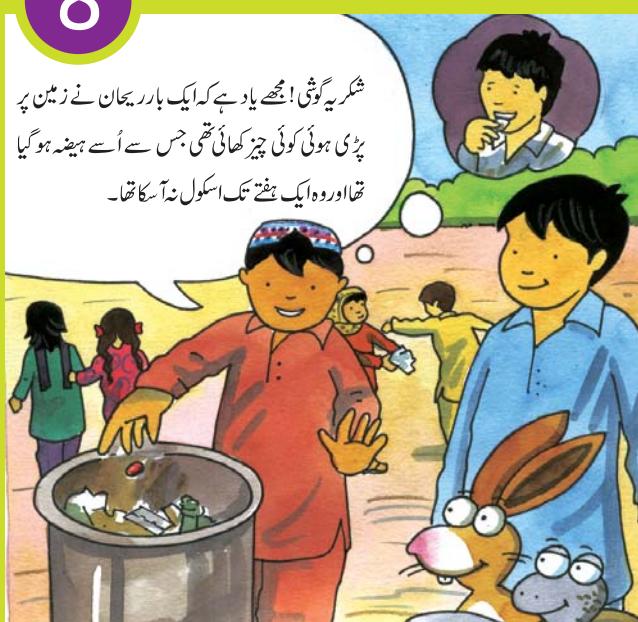
5

کبھی بھی زمین سے کھلا ہوا بلیڈ نہ اٹھا کوئی بڑے کو بلکہ اسے کوڑے دان میں پھینکوا دو۔ بچوں ہمیشہ کھلے سے پہلے اپنے اردو گرد کی جگہ کو اچھی طرح دیکھ لیا کرو۔ کیوں کہ میدان میں پڑی ملیٹیا دوسروی نوک دار چیزیں بچوں کو آسانی سے زخمی کر سکتی ہیں۔



بچوں نے خور سے گوشی 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 گوشی! مجھے یاد ہے کہ ایک بار بیجان نے زمین پر پڑی ہوئی کوئی چیز کھائی تھی جس سے اسے ہیضہ ہو گیا تھا اور وہ ایک ہفتے تک اسکوں نہ آسکا تھا۔



یہ سننے کے بعد احمد نے ٹانی کو حسرت سے دیکھا اور پھر کوڑے دان میں ڈال دیا۔ گوشی، کا چھو، چھو اور سب بچے اس سے خوش ہوئے۔

7

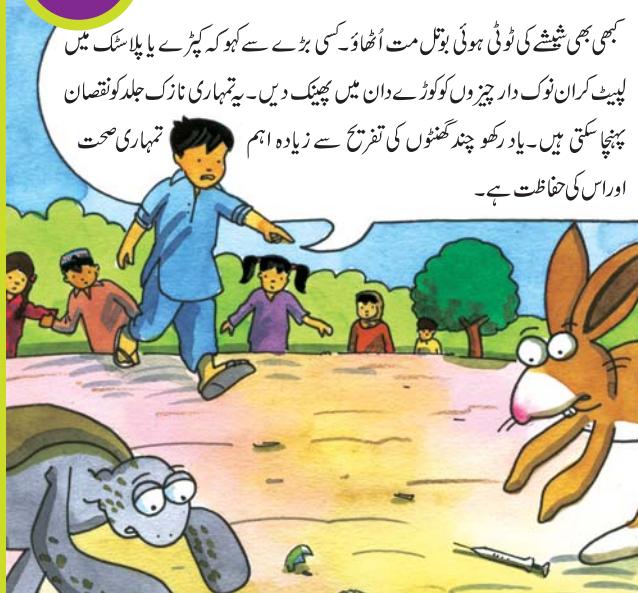
رک جاؤ احمد سے مت کھاؤ!

ارے کیوں یہ تو مجھے ملی ہے اور میں اسے صاف کر کے ہی کھاؤں گا۔



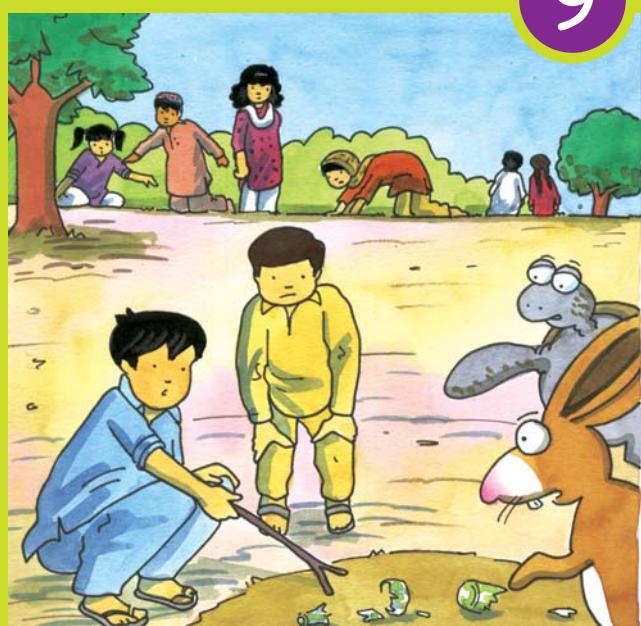
گوشی نے بروقت بچے کو روکا۔

10



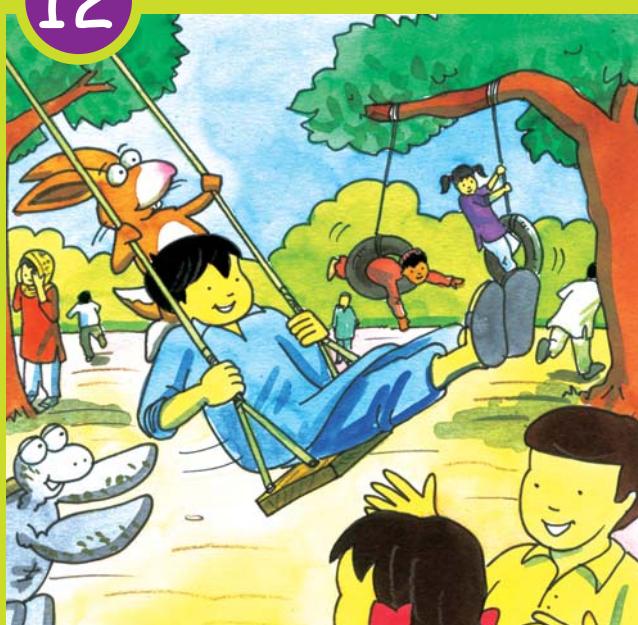
صفائی کی مہم کے دوران کا چھوکوایک شیشے کی بُتل مت اٹھا۔ کسی بڑے سے کہو کہ کپڑے یا پلاسٹک میں لپیٹ کر ان نوک دار چیزوں کو کوڑے دان میں پھینک دیں۔ تمہاری ناڑک جلد کونقصان پہنچا سکتی ہیں۔ یاد رکھو چند گھنٹوں کی تفریخ سے زیادہ اہم تمہاری سمجھت اور اس کی حفاظت ہے۔

9



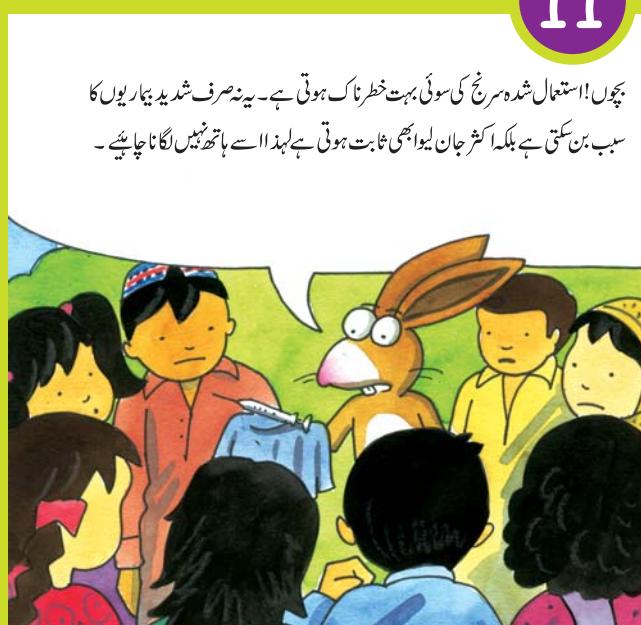
گوشی، کاچھو اور چنٹونے یہ طے کیا کہ وہ میدان اور اس کے اطراف کونقصان دہ چیزوں سے صاف کر کے اس کو ایک محفوظ جگہ بنائیں گے۔ تمام بچوں نے ان کے ساتھ اتفاق کیا اور ان کی مدد کرنے لگا۔

12



میدان کی صفائی کے بعد گوشی، کاچھو اور چنٹوں کا 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 یا ماریوں کا سبب بن سکتی ہے بلکہ اکثر جان لیوا بھی ثابت ہوتی ہے لہذا اسے ہاتھ نہیں لگانا چاہیے۔

گوشی 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 تفریخ کے ساتھ ساتھ اپنی حفاظت کا ایک قیمتی سبق بھی سیکھا اور سورج غروب ہوتے ہی تمام بچے خوشی اپنے گھر چلے گئے۔

سرگرمی نمبر 1:

نقطے ملائیے



اہم پیغام: بچے بڑوں کا ہاتھ پکڑ کر زیر اکر اسنگ سے روٹ پا کریں۔

سرگرمی نمبر 2:

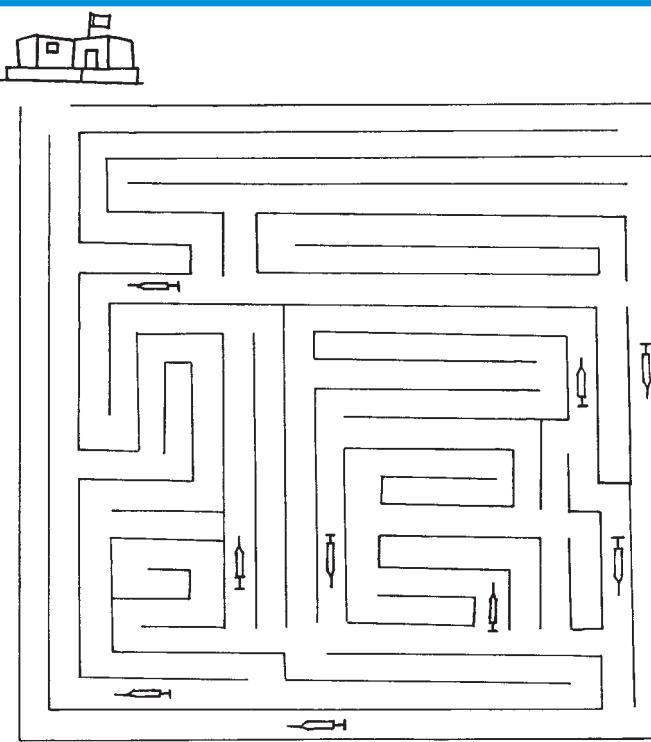
مندرجہ ذیل چیزوں میں سے ان چیزوں پر رنگ بھریں جو آپ کے لیے نقصان دہ نہ ہوں، اس کے بعد اپنے ٹپپا اور دستوں سے گفتگو کریں کہ آپ نے باقی چیزوں پر رنگ کیوں نہیں بھرے اور آپ کوان چیزوں سے دور کیوں رہنا چاہیے؟



سرگرمی نمبر 3:

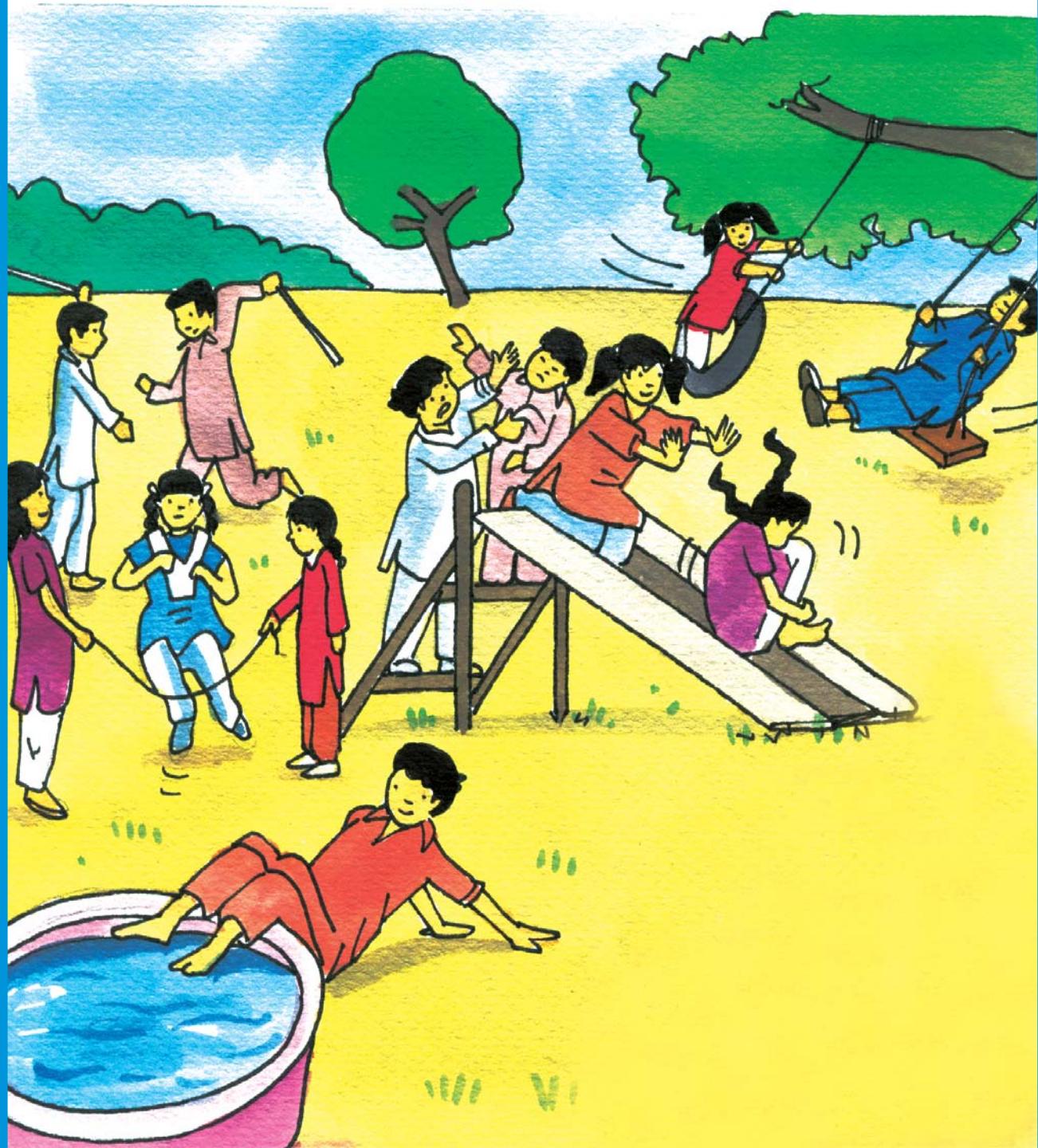
راستہ تلاش کریں:

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



سرگرمی نمبر 4:

دی گئی تصویر میں ان سرگرمیوں پر لال نشان **☒** 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 جانتے ہیں۔



جھولوں، سلائیڈز اور دوسری کھیلے والی چیزوں کو استعمال
کرنے سے پہلے اچھی طرح دیکھنا چاہیے کہ آیا وہ ضروری
سے اپنی جگہ پر گلی ہوئی ہیں۔ سلائیڈز کے پسلے والی جگہ اچھی
ٹھیک ہوئی چاہیے۔



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



استعمال شدہ سرنخ، شیشے کی ٹوٹی
ہوئی ٹولیں، راستے یا مٹی میں پڑی
چیزیں، خراب ہوئی ہیں ایسیں
الٹھانیں چاہیے۔



رُخی ہونے یا کسی چیز کے نگئے 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 یا لٹی یا نہانے کاٹ بچوں کے لیے خطرناک ثابت ہو سکتا ہے۔ جب آپ پانی کے ساتھ کھیل رہے ہوں یا تیاری کی کر رہے ہوں تو آپ کے ساتھ کسی بڑے کا ہونا بہت ضروری ہے۔ تیرنے کے دوران آپ کے با تھک میں کوئی ایسی چیز ہوئی چاہیے جو پانی میں نہ ڈوبے اور جس کے سہارے آپ با حفاظت تیر سکیں۔

کتے کے کامنے سے بچنا: بھیشہ اوارہ کتوں سے دور رہنا چاہیے اور کوئی بھی چیزان کی طرف بھیختے سے گریز کرنا چاہیے۔ اگر کتاب 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 دوانہ کھائیں۔ کسی بھی طرح کے کیمیائی اجزاء (سرف اور صابن وغیرہ) کو نہ گھیلیں۔ 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 زہر لی 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 تدابیر سے کام لینا اس سے بھی زیادہ ضروری ہے، مندرجہ ذیل میں چند تدابیر دی گئی ہیں:
ضروری فون نمبر کی فہرست کا ہوا: اس فہرست میں اپنے گروالوں، رشتہ داروں اور دوستوں کا نمبر ہونا ضروری ہے تاکہ آپ کسی ناگفانتی 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 دربارے رکھنے سے خون بہنا رک جاتا ہے۔

اگ سے بچنا: اگر آپ کے کپڑے آگ پکڑ لیں تو چھاؤ کی بہترین تدابیر یہ ہے کہ بھاگنے کے بجائے زمین پر لیت کر ادھر ادھر کروٹیں بد لیں۔

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

سنده ایجو کیشن فاؤنڈیشن

پلاٹ 9، بلاک 7، کہکشاں کلفشن 5، کراچی 75600 پاکستان

Phone : (92-21) 99251652, Fax: (92-21) 111-424-111, info@ecdऩak.com
ای میل:

اپنی راستے سے
ہرگاہ کر سیں

