

کھیل ہی کھیل میں

آؤ کھیل کھیل میں سیکھیں

ناگہانی آفات اور بچاؤ کی تدابیر

اسلام علیکم بچو! کیسے ہیں آپ سب؟ ہم آپ کو کھیل ہی کھیل میں
کے نئے شمارے میں خوش آمدید کہتے ہیں۔ آج ہم مختلف آفات کے
بارے میں بات کریں گے اور جانیں گے کہ ہنگامی حالات میں
ہمیں کیا اقدامات کرنے چاہئیں۔



اس شمارے میں:

آفات اور بچاؤ کی تدابیر

- طوفان
- آگ
- زلزلہ
- سیلاب
- بم کا خطرہ

آپ کی معلومات کے لیے

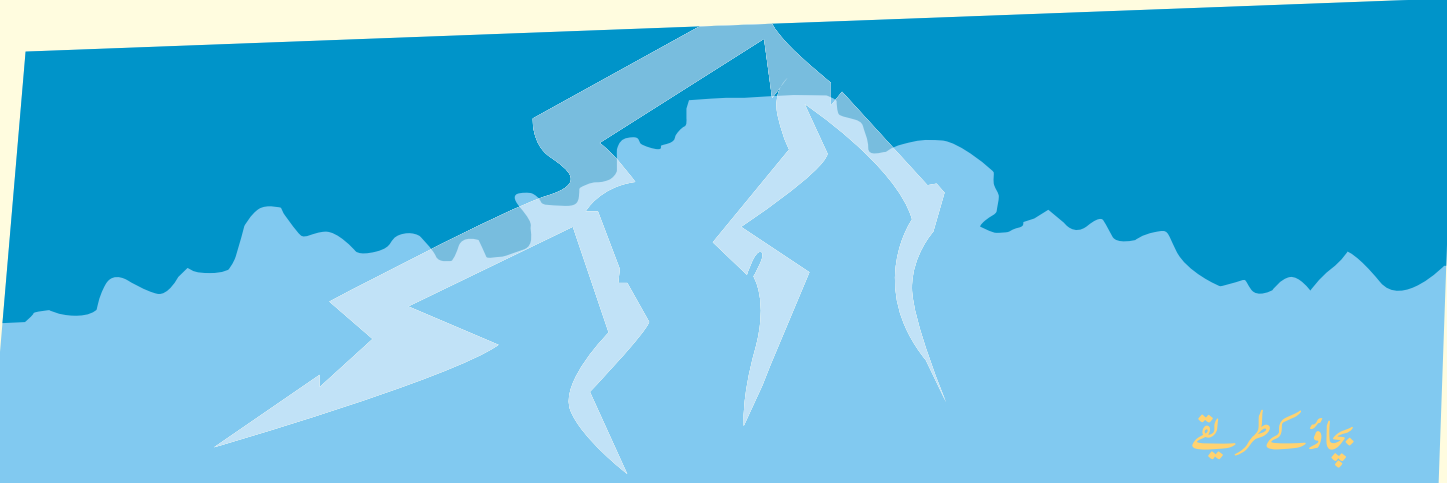
- ہنگامی اقدامات

بچو! ہمیں کسی بھی وقت کسی قدرتی یا غیر قدرتی آفت کا سامنا پیش آ سکتا ہے جس
سے بچاؤ کے لیے ہمیں ہر وقت تیار رہنا چاہئے۔ اس شمارے میں پانچ آفات کا
ذکر کیا گیا ہے، جن میں طوفان، آگ، زلزلہ، سیلاب اور بم کا خطرہ شامل ہیں۔
دی گئی مختصر معلومات ان آفات اور ہنگامی حالات سے نمٹنے اور بچاؤ کے لیے
فوری اقدامات میں مدد کرے گی تاکہ ہم اپنا اور اپنے گھر والوں کا دفاع بہتر طور
سے کر سکیں۔

نوٹ: اس شمارے میں پیش کردہ 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



طوفان میں اکثر گرج چمک (بادلوں کا گرجنا اور آسمانی بجلی کا چمکنا) کے ساتھ بارش ہوتی ہے۔ بادلوں کے گرجنے کی آواز تو آپ کے لیے زیادہ نقصان دہ نہیں مگر آسمانی بجلی کی چمک نقصان دہ ہو سکتی ہے۔ معمولی ہونے کے باوجود بھی گرج چمک کے ساتھ تیز ہوائیں بہت خطرناک ہو سکتی ہیں۔ تیز ہواؤں سے بادلوں میں گرج اور طوفانی بجلی پیدا ہوتی ہے۔ گرج چمک سے پیدا ہونے والی تیز ہوائیں اور بارش طوفانی بجلی گرنے کا باعث بنتی ہیں جو جان لیوا ہو سکتی ہے۔ تیز ہوائیں، آندھی اور بگولے بھی ایسے خطرات ہیں جو گرج چمک کی وجہ سے درپیش ہو سکتے ہیں۔ بجلی کی چمک، گرج کی آواز سے پہلے دکھائی دیتی ہے کیوں کہ روشنی کی رفتار آواز سے زیادہ ہوتی ہے۔ ان خطرات کے لیے آپ کو مزید احتیاط کی ضرورت ہے۔



بچاؤ کے طریقے

اندرونی بچاؤ:

- اگر آسمان پر گرج چمک ہو رہی ہو تو گھر میں رہیں۔
- گرج چمک کے دوران لوہے اور بجلی کے آلات سے دور رہیں، کیوں کہ بجلی کے تاروں کے ذریعے آسمانی بجلی گھر میں بھی داخل ہو سکتی ہے۔
- گرج چمک کے دوران غسل لینے سے گریز کریں۔
- گرج چمک اور طوفان کی صورت میں نہ تو فون کریں اور نہ ہی فون کی کھنٹی بجنے پر اسے اٹھائیں۔ موبائل فون کے استعمال سے بھی گریز کریں۔

بیرونی حفاظت:

- بالوں کا کھڑا ہونا اور جلد میں چھن محسوس ہونے کا مطلب ہے کہ بجلی کسی بھی وقت گر سکتی ہے۔ لہذا ایسی جگہ سے کسی محفوظ جگہ چلے جائیں۔
- گھر سے باہر ہونے کی صورت میں کسی عمارت یا کسی بند گاڑی کے اندر پناہ لیں۔
- اگر آپ ٹچل سطح والی جگہ پر ہیں تو درختوں، کھمبوں اور لوہے کی اشیاء سے دور رہیں۔
- اگر آپ تیراکی یا کشتی رانی کر رہے ہیں تو فوراً ساحل پر پہنچ کر اپنے آپ کو محفوظ کر لیں۔
- اگر آپ میدانی علاقے میں ہیں تو کوئی مضبوط سایہ دار جگہ تلاش کریں۔
- بجلی سے متاثرہ شخص کو چھونے میں خطرے کی کوئی بات نہیں ہے۔ متاثرہ شخص کو آس پاس کی محفوظ جگہ پر لے جائیں اور مدد کے لیے پکاریں۔

محفوظ اور غیر محفوظ سائے

- گرج چمک کے دوران کھلے آسمان کے نیچے رہنا خطرناک ہے۔
- عمارت اور بند گاڑیاں، گرج چمک کے دوران زیادہ محفوظ جگہ ہیں۔
- مضبوط سائے کی پناہ نہ ہونے کی صورت میں زمین پر لیٹنا غیر محفوظ ہے۔
- گرج چمک کے دوران درختوں کے نیچے کھڑے ہونا صحیح نہیں کیونکہ بجلی کی چمک سے درخت آپ پر گر سکتے ہیں۔

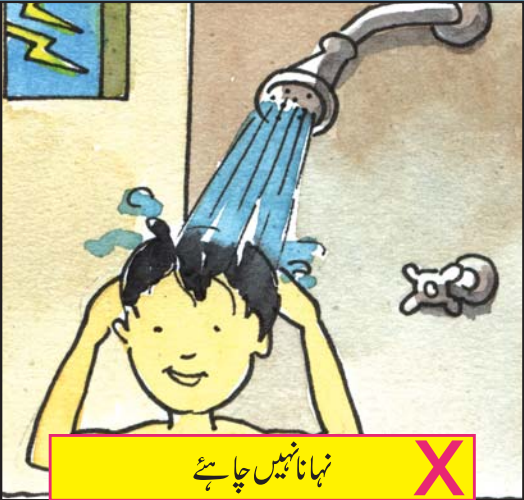
آئیے دیکھتے ہیں کہ طوفان کے دوران ہمیں کیا کرنا چاہئے۔



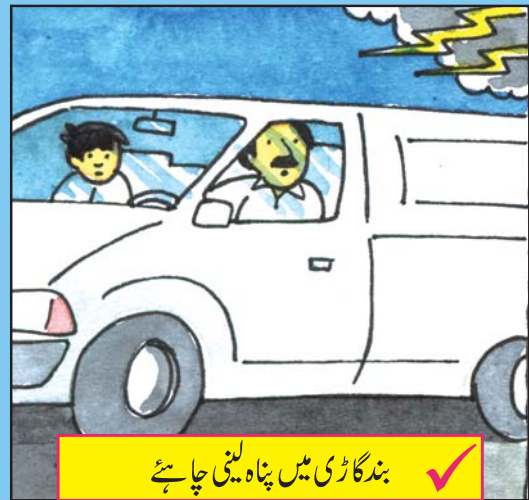
فون کا استعمال نہیں کرنا چاہئے ❌



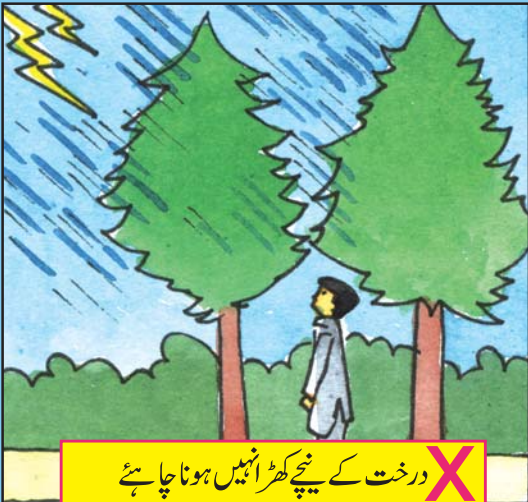
قریبی عمارت میں پناہ لینی چاہئے ✅



نہانا نہیں چاہئے ❌



بند گاڑی میں پناہ لینی چاہئے ✅



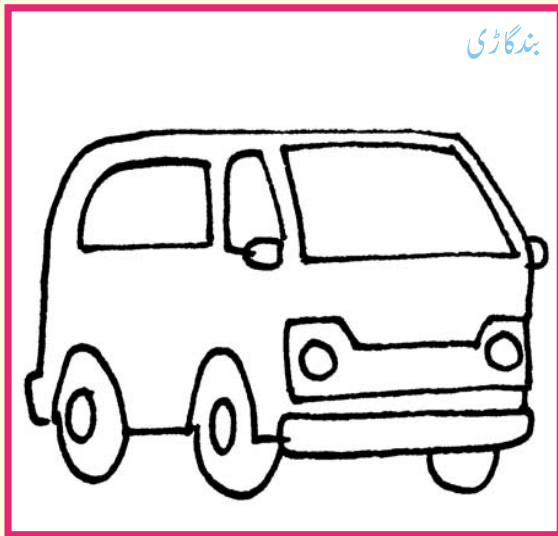
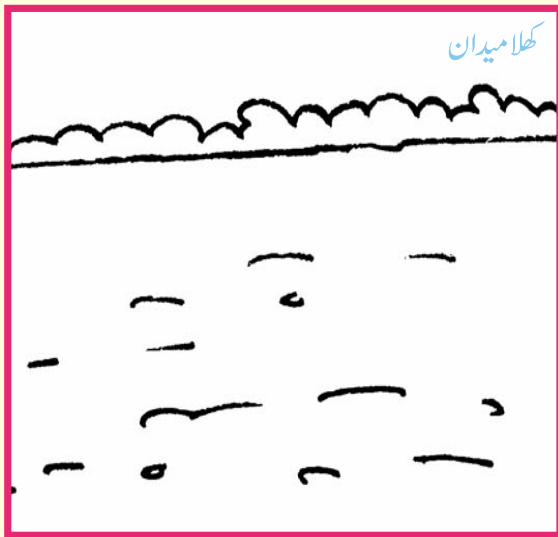
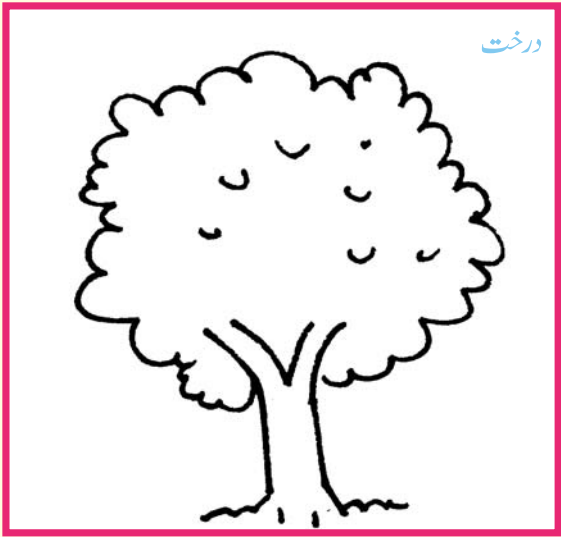
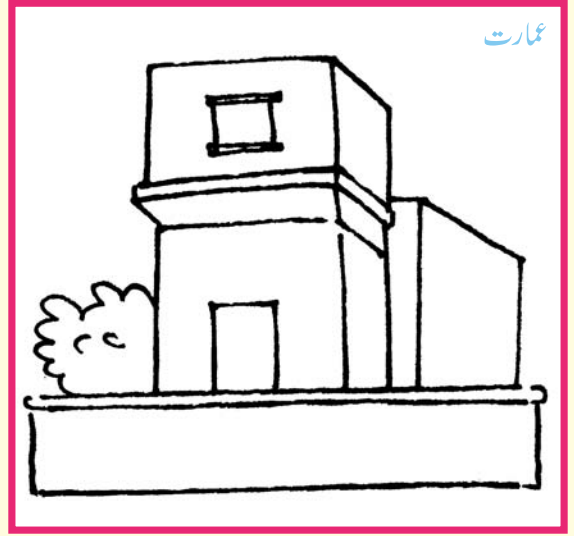
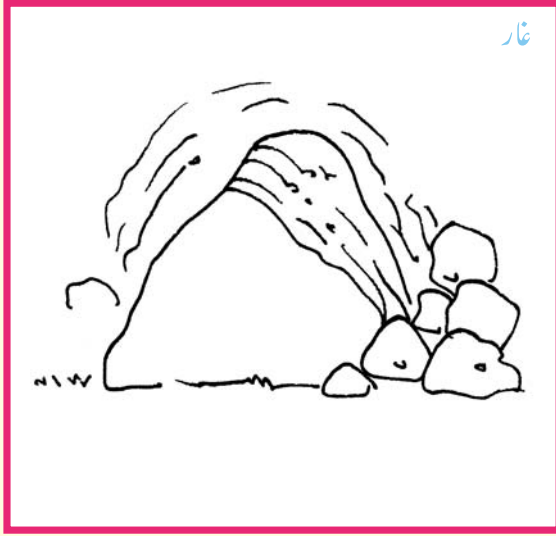
درخت کے نیچے کھڑا نہیں ہونا چاہئے ❌



متاثرہ شخص کو محفوظ جگہ لے جانا چاہئے ✅

سرگرمی: طوفان

طوفان کے دوران آپ کن جگہوں پر محفوظ رہ سکتے ہیں؟ دی گئی تصاویر میں محفوظ جگہوں میں رنگ بھریں۔



آگ



آگ میں بہت زیادہ حرارت ہوتی ہے اور آگ سے پیدا ہونے والے دھوئیں کی وجہ سے دکھائی دینا مشکل ہو جاتا ہے۔ آگ آپ کے گھر کی چیزوں کو نہ صرف نقصان پہنچا سکتی ہے بلکہ تباہ بھی کر سکتی ہے۔ آپ اور آپ کے گھر والے اپنے گھر کو آگ سے محفوظ رکھ سکتے ہیں۔

آگ خوف ناک اور پریشان کن ہوتی ہے۔ آگ لگنے کی صورت میں پہلے سے تیار کردہ منصوبہ گھر سے باہر نکلنے میں مددگار ثابت ہوتا ہے۔ پہلے سے ایک محفوظ جگہ مخصوص کر لیں جہاں آپ آگ سے بھاگ کر آسانی سے اپنے آپ کو محفوظ کر سکتے ہیں۔ کسی بڑے سے اس محفوظ جگہ اور وہاں پہنچنے کا طریقہ معلوم کریں۔ پورے خاندان کے لیے ایک محفوظ جگہ ہونی چاہیے اور سب کو وہاں تک پہنچنے کا طریقہ معلوم ہونا چاہیے۔



گھر کے اندر

آئیے دیکھیں کہ آگ کس کس طرح
ہمارے لیے نقصان دہ ثابت ہو سکتی ہے۔



جالتے ہوئے چراغ یا لال ٹین پر کچھ نہ رکھیں۔

جالتے ہوئے ہیئر، لائٹن اور موم بتی کو نہ چھوئیں اور بند کرنے کے لیے کسی بڑے کی مدد لیں۔

آتش دان یا ککڑی کے چولھے کے پاس نہ کھڑے ہوں کیونکہ آپ یا آپ کے کپڑے آگ کی زد میں آ سکتے ہیں۔

کبھی بھی مارجس یا آگ لگانے والی چیز نہ چھوئیں۔

باورچی خانہ

اگر آپ باورچی خانے میں گیس کی بو محسوس کریں تو کسی بڑے کو بتائیں۔

مارجس، چولہا اور گیس سلینڈر سے نہ کھیلیں۔

بجلی کے نزدیک

بجلی کے تاروں کو ہاتھ مت لگائیں۔

بجلی کے ساکٹ کے اندر کبھی کچھ نہ ڈالیں۔

استعمال کے بعد بلب، ہیئر، ٹی وی اور دوسرے برقی آلات کو بڑوں کی مدد سے بند کریں۔

آگ لگنے کی صورت میں

جس جگہ آگ لگی ہو، وہاں سے فوراً نکلنے کی کوشش کریں۔

کبھی بھی آگ سے نہ چھپیں اور نہ ہی اپنی چیزیں اکٹھی کرنے کے لیے وقت برباد کریں۔

دروازہ گرم ہونے کی صورت میں نہ کھولیں۔ کسی بڑے کی مدد سے کھڑکی یا دوسرے راستے سے باہر نکلیں۔

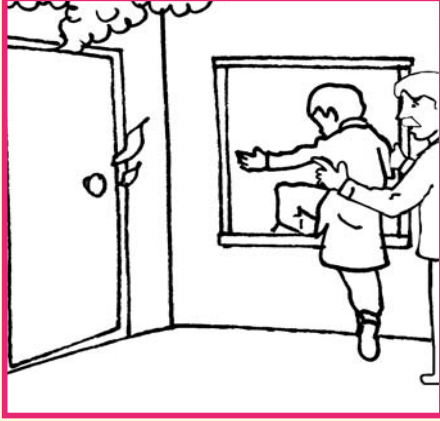
اگر آپ کے کپڑوں کو آگ لگ جائے تو بھاگنے کے بجائے زمین پر گر کر اپنا چہرہ ہاتھوں سے چھپا کر روٹیں بدلیں۔

پہلے سے طے شدہ جگہ پر پہنچ جائیں۔

ایک دفعہ باہر نکل آئیں تو باہر ہی رہیں۔

سرگرمی: آگ سے نجات کے طریقے

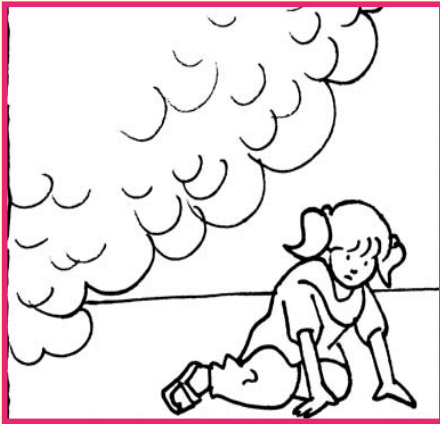
نیچے دی گئی تصاویر میں آگ سے بچاؤ کے صحیح طریقوں پر رنگ بھریں۔



(ب) کسی بڑے کی مدد سے کھڑکی سے باہر نکلیں گے۔



(الف) گرم دروازہ کھول کر باہر جائیں گے۔



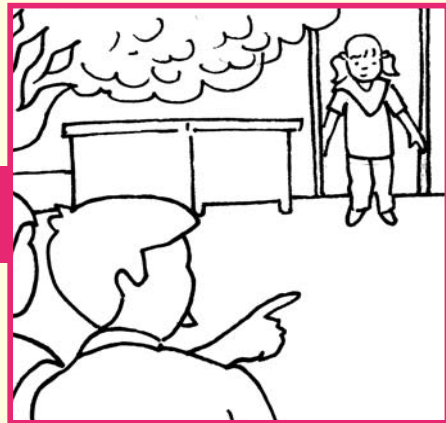
(ب) زمین پر گھسٹ کر دھوئیں کے نیچے سے باہر نکلیں گے۔



(الف) الماری میں چھپیں گے۔



(ب) عمارت کے باہر ہی رہیں گے۔



(الف) ایک بار باہر چلے جائیں تو واپس آئیں گے۔



سیلاب قدرتی آفات میں سب سے زیادہ رونما ہونے والی آفت ہے۔ سیلاب آنے کی ایک وجہ بے تحاشہ بارشیں ہوتی ہیں، جس کی وجہ سے دریا کا پانی مقررہ حد سے بڑھ جاتا ہے اور پانی کے زور سے بند ٹوٹ جاتے ہیں۔ سیلابی پانی چند انچ بھی ہو سکتا ہے اور کئی فٹ بھی۔ سیلابی پانی کی رفتار تباہ کن ہوتی ہے۔ اگر آپ کو سیلاب آنے کے بارے میں کوئی اطلاع ملے اور آپ کو اپنا علاقہ اور گھر چھوڑنے کے لیے کہا جائے تو اپنے بڑوں کے ساتھ فوراً کسی اونچے اور محفوظ علاقے کی طرف چلے جائیں۔

احتیاطی تدابیر

- بچو! سیلاب کے دوران مندرجہ ذیل احتیاطی تدابیر یاد رکھنا ضروری ہے۔
- زمین پر پڑے بجلی کی تاروں سے دور رہیں ان سے آپ کو کرنٹ بھی لگ سکتا ہے۔
- اگر آپ خوف زدہ ہیں تو اپنا خوف کسی بڑے سے بانٹیں۔ سیلاب خطرناک ضرور ہوتے ہیں لیکن یاد رکھیے کہ سیلاب کا پانی ہمیشہ نکل جاتا ہے۔
- ہمیشہ بیٹری سے چلنے والا ریڈیو ساتھ رکھیں تاکہ ارد گرد کی خبروں کے بارے میں آگاہ رہ سکیں۔
- سیلاب کے پانی سے دور رہیں اس میں کئی مہلک جراثیم بھی ہو سکتے ہیں۔

بہتے ہوئے پانی میں ہرگز نہ چلیں اس سے آپ پھسل بھی سکتے ہیں، اگر آپ کا چلنا لازمی ہے تو آپ وہاں چلیں جہاں پانی نہ بہہ رہا ہو۔ زمین پر پانی کا اندازہ لگانے کے لیے کسی چھڑی کا استعمال کریں۔



ہنگامی امداد کا بستہ

مندرجہ ذیل اشیاء پر مشتمل ہنگامی امداد کا بستہ تیار رکھیں۔

کھانے کی اشیاء جیسے بسکٹ، پھل، ڈبل روٹی اور جام

پیالی اور پلیٹ

پینے کا پانی

نقد پیسے

ابتدائی طبی امداد کا بکس (ڈاکٹر

روشنی کے لیے ٹارچ اور بیٹری

بیٹری سے چلنے والا ریڈیو اور گھڑی

مچھروں سے بچاؤ کے لیے دوا

کچرا پھینکنے کے لیے بیگ

والدین کا شناختی کارڈ، ضروری کاغذات جیسے ڈرائیونگ لائسنس

تکلیف اور لحاف

پہننے کے کپڑے اور نظر کے چشمے

صابن



سرگرمی: نیچے دی گئی اشیاء آپ کے ہنگامی امداد کے بستہ کا حصہ ہیں۔ ان تصاویر میں رنگ بھریے اور تبصرہ کیجئے کہ یہ چیزیں سیلاب کی صورت میں آپ کے کس طرح کام آسکتی ہیں۔





زمین کی سطح پر ایک دم سے دھکایا جھٹکا لگنا زلزلے کی علامات ہیں۔ زلزلے عموماً پھیلے ہوئے اور میدانی علاقوں میں آتے ہیں۔ زلزلے کا دورانیہ اکثر ایک منٹ سے بھی کم ہوتا ہے مگر اس سے بہت زیادہ نقصان پہنچ سکتا ہے۔ زمین میں ہلکی سی حرکت زلزلے کی وجہ بنتی ہے۔ اکثر ہلکی سی سرسراہٹ سنائی دے گی یا تیز جھٹکا محسوس ہوگا۔ زلزلے کی شدت کا اندازہ لگانے کا آلہ ”ریکٹر اسکیل“ کہلاتا ہے۔ اگر آپ زلزلے کے جھٹکے محسوس کریں تو جلدی سے زمین پر بیٹھ جائیں، اپنے آپ کو کسی مضبوط چیز (جیسے کہ چوکھٹ، بڑی میز وغیرہ) کے نیچے چھپالیں اور اسے مضبوطی سے پکڑ لیں۔

زلزلے کی صورت میں بچاؤ کے طریقے

- کھلے میدان زلزلے سے بچاؤ کے لیے بہتر پناہ گاہ ہیں۔ عمارتوں اور بند جگہوں میں دیوار یا چھت گرنے کا خطرہ ہوتا ہے۔
- زلزلے کے وقت اگر آپ گھر کے اندر ہیں تو دروازے کی طرف نہ بھاگیں بلکہ زمین پر بیٹھ کر کسی مضبوط اور بھاری چیز کے نیچے اپنے آپ کو محفوظ کر لیں۔ ان چیزوں سے دور رہیں جو آپ پر آسانی سے گر سکتی ہیں۔
- گلاس یا شیشے اور کھڑکی سے دور رہنا ضروری ہے۔ اس بات کا خیال رکھیں کہ زلزلے کے بعد آپ نے جوتے پہنے ہوئے ہوں کیوں کہ ہو سکتا ہے کہ زمین پر اور گھر کے اندر کانچ کے ٹکڑے ہوں جو آپ کو نقصان پہنچا سکتے ہیں۔
- ایسی بھاری بھر کم چیزیں جو آپ پر گر سکتی ہیں جیسے کتابوں کی الماری وغیرہ سے دور رہیں۔
- گھر سے باہر ہونے کی صورت میں عمارت، برقی آلات اور بجلی کے تاروں سے دور رہیں۔
- زلزلے کے وقت لفٹ استعمال نہ کریں۔
- زلزلے کے بعد گھر میں گیس کی بومسوس ہو یا زوردار آواز سنائی دے تو کھڑکی کھول دیں اور فوراً عمارت سے نکل جائیں۔ اس کا مطلب ہے کہ گیس لائن ٹوٹ گئی ہے، اس کے بارے میں کسی بڑے کو بتائیں۔



بم کا خطرہ



بم خطرناک ہوتے ہیں۔ اسکول یا کسی عمارت میں بم کی موجودگی کی خبر ملنے پر گھبرانے کے بجائے اپنے بڑوں / استاد کی بات غور سے سنیں تاکہ وہ آپ کو محفوظ جگہ پر لے جاسکیں۔ اس عمارت میں داخل نہ ہوں جہاں بم کی موجودگی کی اطلاع ہو۔



بچاؤ کے طریقے

عمارت میں بم کی اطلاع کے بعد ان ہدایات پر عمل کیجئے۔

(۱)۔ پرسکون رہیں اور چیخنے سے گریز کریں۔

(۲)۔ کسی بڑے یا استاد کی ہدایات پر عمل کریں۔

(۳)۔ اپنی چیزوں کو اسی جگہ چھوڑ دیں۔

(۴)۔ خاموشی سے ایک قطار بنائیں۔

(۵)۔ محفوظ جگہ پر پہنچنے کے لیے کسی بڑے سے مدد لیں (اسکول میں استاد اور گھر میں والدین وغیرہ)۔

(۶)۔ جب تک اس بات کا مکمل طور پر یقین نہ ہو جائے کہ بم کا خطرہ ٹل گیا ہے، عمارت میں دوبارہ قدم نہ رکھیں۔

سرگرمی

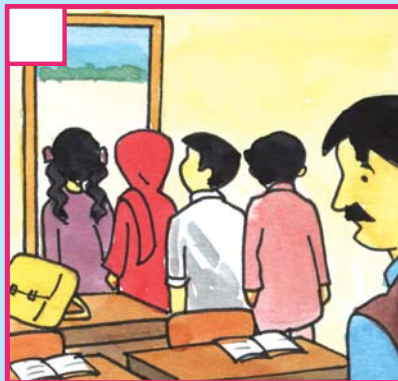
نیچے دی گئی تصاویر ان اقدامات کی طرف اشارہ کرتی ہیں جو اسکول یا گھر پر بم کا خطرہ ہونے کی صورت میں اٹھانے چاہئیں۔

تصاویر کو ترتیب دیجئے۔



محفوظ جگہ جانے کے لیے
استاد کی ہدایت پر عمل کریں۔

پرسکون رہیں اور چیخنے سے گریز کریں۔



اپنی چیزوں کو اسی جگہ چھوڑ دیں
اور خاموشی سے ایک قطار بنائیں۔

عمارت کے محفوظ ہونے تک
اسکول میں دوبارہ قدم نہ رکھیں۔

استاد کی ہدایات پر عمل کریں۔

آپ کی معلومات کے لیے

خطرات میں خاندان کی حفاظت کے لیے منصوبہ بندی اور اقدامات

ہر خاندان کو خطرات کے خلاف منصوبہ بندی کرنی چاہیے۔ خاندان کے افراد کے ساتھ بیٹھ کر ان اقدامات پر بات کرنی چاہیے:

- کس قسم کے خطرات کا سامنا ہو سکتا ہے؟
- خطرات کے خلاف آپ کو کیا تیاریاں کرنی چاہئیں؟
- خطرات سے بچنے کے لیے گھر خالی کرتے وقت کیا کرنا چاہیے؟

آپ کو اپنے خاندان سے یہ بات کرنی چاہیے کہ:

- خطرے کے دوران گھر سے دور کس مقام پر ملنا چاہئے (جیسے پڑوس یا گلی کے کونے پر)۔ جگہ کا تعین پہلے سے کر لیں جیسے کہ کسی دوست یا رشتے دار کا گھر منتخب کر لیں؛
- اس بات کا خیال رکھنا بھی ضروری ہے کہ خطرے کے وقت اپنے خاندان سے بچھڑ جائیں تو کس سے رابطہ کریں۔ اپنے کسی قریبی رشتہ دار کا فون یا موبائل نمبر یاد کر لیں جو اسی علاقے میں رہتا ہو تاکہ وہ آپ کے گھر والوں کو اطلاع دے سکے۔
- خطرات سے بچنے کے لیے حفاظتی منصوبہ بندی کے بارے میں آپ اپنے محلے والوں سے بات کر سکتے ہیں۔
- اپنے محلے میں قابل اور صلاحیت رکھنے والے لوگ جیسے ڈاکٹر وغیرہ کے بارے میں معلومات رکھیں۔



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

اپنی رائے سے
آگاہ کریں

سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن

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

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

ای میل: info@ecd-pak.com

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

طباعت و اشاعت: سندھ ایجوکیشن فاؤنڈیشن۔

