

علم و عمل

ٹی آر سی کی جانب سے ششماہی تعلیمی جریدہ

جلد نمبر ۳، شمارہ نمبر ۱

جنوری۔ جون ۲۰۰۷ء



اس شمارے میں

ماحول دوست اسکول

قدرتی وسائل کا زیاں

قدرتی وسائل اس تیزی سے ضائع ہو رہے ہیں کہ زمین مشکلات کا شکار ہے۔

اب وقت آ گیا ہے کہ ہم سب اپنے حصے کا فرض پورا کریں تاکہ اس سیارے کو بچایا جاسکے۔



Teachers' Resource Centre

جیسا کہ آپ کو معلوم ہے کہ ۲۲ اپریل یوم ارض اور ۵ جون عالمی ماحول کے دن کے طور پر منائے جاتے ہیں۔ ہم نے سوچا کہ یہ نہایت ہی موزوں وقت ہے کہ علم و عمل کے نئے شمارے کو ماحولیات سے منسوب کیا جائے۔ یہ بات نہایت اہم ہوتی جا رہی ہے کہ اسکول بچوں کے لئے 'ماحول' کو اولیت دینے کے لئے فعال کردار ادا کریں۔ ہماری زمین پر تبدیلی صرف اس وقت ممکن ہے جبکہ ماحول کے بارے میں علم و آگہی کو فروغ دیا جائے۔ اس مقصد کے لئے ہمارے شاگردوں سے بہتر کیا جگہ ہو سکتی ہے کہ جس سے شروعات کی جائیں!

اس شمارے کے سرورق پر دی گئی گرافک ماحولیاتی تبدیلیوں کی اہمیت کی عکاسی کرتی ہے۔ ہمارا سیارہ مستقل 'خالی' ہو رہا ہے۔ اس گرافک سے کوئی یہ مطلب نہ نکالے کہ زمین صرف تیل اور پیٹرول کی مصنوعات میں نقصان اٹھا رہی ہے۔ پیٹرول کا پائپ، ایک استعارہ ہے جو واضح طور پر اس شاہراہ کی جانب اشارہ کر رہا ہے جس پر ہم گامزن ہیں۔ ہم ان دستیاب وسائل سے کہیں زیادہ استعمال کر رہے ہیں جو کہ ہماری زمین قدرتی طور پر پیدا کر رہی ہے۔ ہم زمین کے تمام قدرتی وسائل ناقابل یقین رفتار سے بہا رہے ہیں۔ جلد ہی ہمیں اپنے طور طریقے بدلنے ہونگے!

لیکن سب کچھ تاریک اور مایوس کن نہیں ہے۔ تبدیلی ممکن ہے اور اکثر حالتوں میں قدرے آسان بھی۔ ہمارے روزمرہ کے معمولات میں سادہ سی تبدیلیاں درحقیقت فرق لاسکتی ہیں۔ اگر لوگ کافی تعداد میں ماحولیاتی نتائج سے آگاہ ہو جائیں اور اپنے طور طریقوں میں مثبت تبدیلی لائیں تو قدرتی وسائل کے بے دریغ بننے کا یہ عمل پلٹا یا جاسکتا ہے۔

اگرچہ یہ شمارہ یوم ارض کے ساتھ عالمی ماحول کے دن سے بھی مطابقت رکھتا ہے، پھر بھی اسکول کے پورے تعلیمی سال کے دوران ماحولیات کو فوجیت دینے کی ضرورت ہے۔ اب ماحولیات صرف سائنس کی تدریس تک محدود نہیں ہے۔ اس شمارے میں ہم نے ایسی سرگرمیاں پیش کرنے کی کوشش کی ہے جو مختلف مضامین میں ربط پیدا کرتی ہیں۔ ان میں سب سے نمایاں تین ماحولیاتی پراجیکٹس ہیں۔ یہ تینوں پراجیکٹس ہماری اداراتی ٹیم ممبران کے اسکولوں میں کروائے گئے۔ ان کے نتائج ان کی کامیابی کا منہ بولتا ثبوت ہیں۔ جب بچوں کو ماحول کی کھوج کے مواقع فراہم کئے جاتے ہیں اور صحیح سمت میں راہنمائی کی جاتی ہے تو اسکول کی اخلاقی قدروں میں مثبت تبدیلی ممکن ہو جاتی ہے۔

آخر میں ہم ایک درخواست کے ساتھ اختتام کریں گے۔ ہم اپنے قارئین سے ہمیشہ ہر شمارے کے بارے میں ان کی رائے مانگتے ہیں لیکن بہت کم افراد ہمیں اپنی رائے سے آگاہ کرتے ہیں۔ ایک مرتبہ پھر آپ سے گزارش ہے ہمیں بتائیے کہ آپ ان میں سے کون سی سرگرمیاں اپنے نصاب میں شامل کر سکتے، کون سے مضامین آپ کے لئے فائدہ مند رہے یا پھر ہم غلط تھے۔ ای میل کے لئے ہمارا پتہ یہ ہے:

info@trconline.org

ٹی آر سی ادارہ ٹیم

۱	اداریہ
۲	کاٹھ کباڑ کو قابل استعمال بنانا
۳	ماحول دوست بننے کے آسان طریقے
۴	توانائی کی بچت
۶	پہیلیاں
۷	نظمیں
۹	پودے اور ہم
۱۱	خوش ذائقہ باغیچے
۱۴	پانی کیسے بچائیں

علم و عمل

عذرا عقیل

پرنسپل، کراچی کیمرج اسکول

ڈیوڈ فورڈ

مڈل ایئرز کوآرڈینیٹر، دی انٹرنیشنل اسکول

مہناز محمود

ڈائریکٹر پروگرام ڈویلپمنٹ، ٹی آر سی

ماریہ حق

ایڈمنسٹریٹر، مسز حق اسکول (جونیر براچ)

نگہت حسن

ممبر، ٹریننگ اینڈ ڈویلپمنٹ ٹیم، ٹی آر سی

ربیعہ میناڈی

ایڈمنسٹریٹر، دی اے ایم آئی اسکول

کاٹھ کباڑ کو قابل استعمال بنانا

عذرا عقیل

پرنسپل کراچی کیمبرج اسکول

وہ کہاں جاتی ہیں؟ ہمارے گھروں کا اکثر کاٹھ کباڑ دوبارہ استعمال ہو سکتا ہے، اس عمل کو دوبارہ قابل استعمال بنانا (recycling) کہتے ہیں۔ دیگر فضلہ جیسے چائے کی پتی، سبزیاں، پھل اور چھلکے وغیرہ وقت کے ساتھ گل سڑ جاتے ہیں انھیں کھاد (compost) میں تبدیل کیا جاسکتا ہے اور اس کو گھر کے باغیچے میں لگے ہوئے پودوں کے لیے قدرتی کھاد کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے تو اس سے پیدا شدہ کوڑے میں کمی ہو سکتی ہے اور توانائی کی بچت بھی۔

اخبارات۔ کاغذات۔ دھات اور شیشے کی بنی ہوئی چیزوں کو توڑ پھوڑ کر دوبارہ استعمال میں لایا جاسکتا ہے۔

چند عام مثالیں درج ذیل ہیں۔

- شیشے اور پلاسٹک کی بوتلوں کو دھو کر دوبارہ پانی بھرنے کے کام میں لایا جاسکتا ہے اور خوبصورت شکل کی بوتلوں کو گلڈان بنایا جاسکتا ہے۔
- ڈبے خواہ وہ ٹین کے ہوں گتے کے یا کسی اور چیز کے بنے ہوئے انھیں ہم صاف کر کے دوبارہ اپنی چیزیں رکھنے کے کام میں لاسکتے ہیں۔
- ہر دفعہ بجائے نیا تھیلا استعمال کرنے کے پلاسٹک، کپڑے یا کاغذ کے بنے ہوئے تھیلوں کو استعمال کیا جاسکتا ہے۔ اس کے لیے ہم تھیلیاں بجائے کوڑے میں پھینکنے کے انھیں سلیقے سے تہہ کر کے دوبارہ استعمال کے لیے کہیں قرینے سے جمع کر سکتے ہیں۔
- پُرانے ٹائروں کو جھولا اور جوتے بنانے میں استعمال کر سکتے ہیں۔
- بڑے کین کو کوڑا پھینکنے کا ڈبہ بنایا جاسکتا ہے۔
- پُرانے اخبارات نازک اشیاء کو پیک کرنے میں استعمال کیئے جا سکتے ہیں۔



ہر شخص جو زندگی کی نعمت سے سرفراز ہے اُس کا فرض ہے کہ کرہ ارض کی ابدی صحت کے لیے کوشاں ہو۔ یہ صرف تمہارا گھر ہی نہیں بلکہ ایک ایسا گھر ہے جس میں تمام دنیا کے باشندے ہمارے حصہ دار ہیں۔ ہمارے درختاں مستقبل کا دارومدار اس بات پر ہے کہ ہم مل جل کر ہر قسم کی زندگی کے لیے اپنی زمین کے ماحول کو بہتر بنائیں۔

جان ڈینور

بانی اور صدر۔ ونڈ سٹار گرو و پیٹس۔

ورلڈ وائٹ فنڈ فار نیچر۔ پاکستان

آجکل کے دور میں ہمیں اور ہماری زمین کو جو خطرات درپیش ہیں اس میں سرفہرست ماحولیاتی آلودگی ہے۔ جیسے جیسے انسانی معاشرے نے ترقی کی، نئے نئے تصورات نے جنم لیا۔ ہماری سہولت اور آسانی کے لیے بہت سی ایسی چیزیں بنیں جنہیں ایک دفعہ استعمال کر کے تلف کیا جاسکتا ہے۔ یعنی ڈسپوز ایبل (disposable goods) ہمارے لیے کسی چیز کو ایک دفعہ استعمال کر کے پھینک دینا بہت آسان ہے مگر ایسی بہت سی چیزوں کو صحیح طریقے سے ضائع کرنا یا دوبارہ قابل استعمال بنانا ایک بہت مشکل کام ہے۔ یہی وجہ ہے کہ ہمیں ہر طرف کوڑا کرکٹ اور ضائع شدہ اشیاء کی کوسلیقے سے ٹھکانے لگانا اہم ترین مسئلہ ہے۔ صحیح نظام کے فقدان کی وجہ سے یہ فضلہ زیادہ تر شہروں کے اندر اور آس پاس کی چلی سطح کے علاقوں میں پھینک دیا جاتا ہے۔ باقی کا کوڑا کرکٹ شہر کی سڑکوں اور گلیوں کے کنارے پر ڈھیر کی صورت میں نظر آتا ہے۔ یہ کوڑا انسانی صحت اور دوسرے جانداروں کی زندگی کے لیے ایک مستقل خطرہ ہے۔

ہم کاغذ، بوتلیں اور ڈبے بناتے ہیں اور پھر انھیں پھینک کر ضائع کر دیتے ہیں۔ وقت کے ساتھ ساتھ اس کاٹھ کباڑ سے نجات حاصل کرنا اور بھی مشکل ہوتا جا رہا ہے۔ کیوں نہ ہم ضائع کرنے والی اشیاء میں سے کچھ چیزیں بچا کر دوبارہ استعمال کر لیں۔

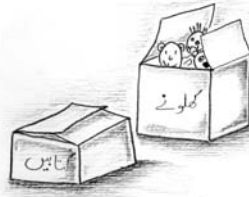
کیا آپ نے سوچا کہ جن چیزوں کو ہم روٹی کی ٹوکری میں ڈال دیتے ہیں

(۱) گیلا کوڑا یعنی پھل، سبزیوں اور انڈوں وغیرہ کے چھلکے اور بچے ہوئے کھانے کے لیے

(۲) پلاسٹک، شیشے اور دھات یا ٹین کے ڈبوں کے لیے

(۳) کاغذ اور گتے کی بنی ہوئی چیزوں کے لیے۔

اس عادت کو اختیار کرنے کا یہ فائدہ ہوگا کہ وہ اشیاء جنہیں ہم پھینکنا چاہتے ہیں ان کی درجہ بندی ہو جائیگی۔ گیلا اور سوکھا فضلہ خود بخود علیحدہ علیحدہ جمع ہوگا اور ہم با آسانی انہیں دوبارہ قابل استعمال بنا سکیں گے۔



- پُرانے کارٹن اور پینٹنگ کی اشیاء کو دوبارہ استعمال کیا جاسکتا ہے۔
- دودھ۔ جوس اور دیگر مشروبات شیشے کی بوتلوں میں خریدیں۔
- لہذا اپنے ماحول کو بہتر بنانے میں مدد دینے کے لیے ہمیں آج ہی سے اپنے گھروں میں تین قسم کے کوڑے جمع کرنے کے ڈبے رکھنے چاہئیں۔

ماحول دوست بننے کے آسان طریقے



- ۱- کھانے پینے کی اشیاء احتیاط سے استعمال کریں۔ بچا ہوا کھانا دوسرے وقت کھانے کی عادت ڈالیے۔ اتنا ہی پکائیں جتنا استعمال ہو سکے۔
- ۲- کھانے پینے کی وہ اشیاء نہ خریدیں یا کم استعمال کریں جن میں غذا محفوظ رکھنے کے مصنوعی طریقے یا کیمیکل شامل ہوں۔
- ۳- بجلی کی ایسی اشیاء استعمال کریں جو کم خرچ ہوں۔
- ۴- خریداری سے پہلے فہرست مرتب کر لیں۔
- ۵- زیادہ سے زیادہ چیزیں ایک وقت میں خریدنے کی عادت ڈالیے تاکہ بازار کے چکر کم لگ سکیں۔
- ۶- عید کارڈز اور دیگر تہنیتی کارڈز ہر مرتبہ خریدنے کی بجائے بچوں سے گھر پر بنوائیے۔
- ۷- اپنے ملک کی بنی ہوئی اشیاء خریدنے کی عادت ڈالیے۔
- ۸- کوڑا کرکٹ جلانے سے اجتناب کریں اور دوسروں کو بھی ایسا کرنے سے روکیں۔
- ۹- پیدل چلنے کی عادت ڈالیے۔
- ۱۰- پابندی سے ورزش کیجئے۔
- ۱۱- اپنی سبزیاں خود اگائیں۔ خواہ کم مقدار ہی کیوں نہ ہو۔
- ۱۲- بجلی سے استعمال ہونے والی اشیاء صحیح حالت میں رکھیے۔
- ۱۳- اپنے گھر کے اطراف پھول، پودے اور درخت اگائیے۔
- ۱۴- دو بارہ چارج ہونے والی بجلی کی مصنوعات خریدنے کی عادت ڈالیے۔
- ۱۵- کاغذ کی دونوں اطراف استعمال کیجئے۔
- ۱۶- ماحول دشمن بننے کے طریقے جاننے کی کوشش نہ کیجئے۔



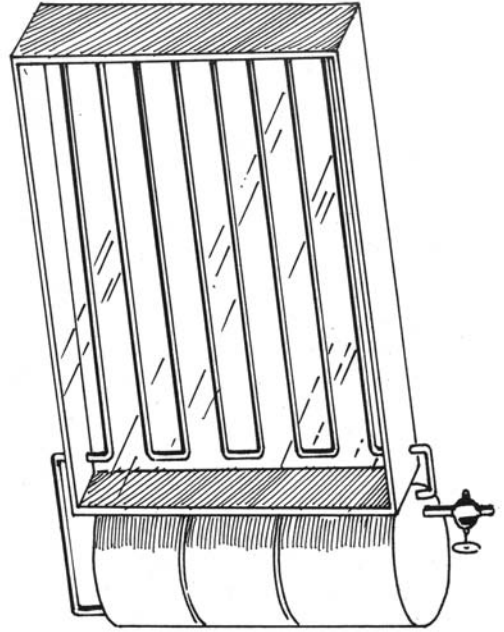
توانائی کی بچت

۱۔ عنوان : دھوپ سے حرارت

مضامین : سائنس

مقصد:

- سورج کی حرارت کے بارے میں بتانا۔
- توانائی کے متبادل ذریعے کے طور پر اس کی طاقت ظاہر کرنا۔



اشیاء :

دو ایک جیسے برتن ، پانی میں حل نہ ہونے والا کالا رنگ ، درجہ حرارت معلوم کرنے والا آلہ

عملی کام :

اس سرگرمی کے لئے ہر دو دن میں سے ۳۰ منٹ کا وقت اور گرمیوں کا موسم مناسب رہے گا۔

- طلباء کے سامنے دو برتن لیں ، یہ ٹین کے ڈبے یا بڑے منہ کے چھوٹے ٹگ ہوں۔

- دونوں برتنوں کو برابر کی مقدار کے پانی سے بھر لیں۔ 0 سے 100 ڈگری سینٹی گریڈ کے تھرمامیٹر سے دونوں برتنوں میں موجود پانی کے

درجہ حرارت کی پیمائش کریں۔ ایک برتن کو دھوپ میں رکھیں اور دوسرے کو سائے میں۔

- ایک گھنٹے کے بعد دونوں برتنوں میں موجود پانی کے درجہ حرارت کی پیمائش کریں۔

- اگر درجہ حرارت معلوم کرنے کا آلہ دستیاب نہ ہو تو ہاتھ سے چھو کر دونوں برتنوں میں موجود پانی کے درجہ حرارت میں فرق محسوس کریں۔
- اب ایک برتن کی اندرونی سطح پر ایسا کالا رنگ کریں جو پانی میں حل نہ ہو۔

- دونوں برتنوں کو برابر کی مقدار کے پانی سے بھر لیں۔ اس مرتبہ دونوں برتنوں کو دھوپ میں رکھیں۔ ایک گھنٹے کے بعد دونوں برتنوں میں موجود پانی کے درجہ حرارت کی پیمائش کریں۔ کون سے برتن کا پانی گرم ہے؟ کیوں؟

مشق:

کھانا پکانے کے لئے شمسی توانائی کے استعمال پر بحث کریں۔

۲۔ عنوان : توانائی کا رپورٹ کارڈ

مضامین : سائنس

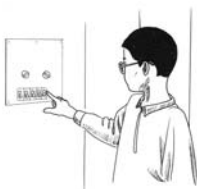
مقصد

- طلباء کو توانائی کی بچت سے متعلق اچھی اور بری عادتوں کو سمجھنے کے قابل بنانا۔

کیسی نہیں	کیسی	ہمیشہ	توانائی کے استعمال کے بارے میں عادات
			* کمرے سے باہر آتے وقت لائٹ بند کرنا / دلتی ہوں۔
			* کمرے سے باہر آتے وقت بجھا بند کرنا / دلتی ہوں۔
			* سکول چل پاتا / جاتی ہوں۔
			* ریفریجریٹر کا دروازہ کھلا کر دیکھ کر دلتی ہوں۔
			* کھانا کھاتے وقت دلچسپی پر دھیمن رکھتا / کھتی ہوں۔
			* بیڑی کے بجائے کھلی استعمال کرتا / کرتی ہوں۔

توسیع

• ماہرے میں توانائی بچانے کی اچھی عادتوں کے بارے میں چارہ خیال کریں۔



اشیاء:

کاغذ، پنسل

عملی کام

• طلباء کے ساتھ مل کر توانائی کی بچت کے متعلق اچھی عادتوں کی ایک

فہرست بنائیے۔

• اب انفرادی طور پر ہر طالب علم کو اپنی اچھی عادتوں کی فہرست بنانے

کی ہدایت کریں تاکہ وہ توانائی بچانے کی ان عادتوں کا تجزیہ کر سکے۔

توانائی کی بچت میں معاون عادتوں کی ایک فہرست کا نمونہ پیش

خدمت ہے۔

توسیع:

• معاشرے میں توانائی بچانے کی اچھی عادتوں کے بارے میں تبادلہ

خیال کریں۔

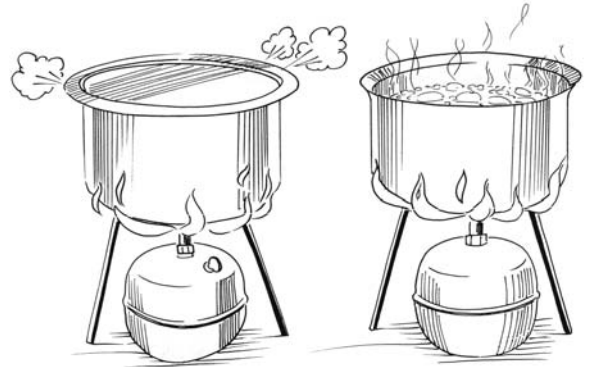
۳-عنوان: حرارت کے بارے میں حقائق

مضامین: سائنس

مقصد:

• کھلے اور ڈھکے ہوئے برتن میں کھانا پکانے کے لئے درکار توانائی میں

فرق کا مظاہرہ کرنا۔



اشیاء:

پکانے کا برتن مع ڈھکن، چولہا، گھڑی

عملی کام:

• طلباء کے ساتھ مل کر مندرجہ ذیل عمل کریں۔

• کسی برتن میں دو کپ تازہ پانی ڈالیں اور اسے جلتے ہوئے چولہے پر

رکھ دیں۔ یہ دیکھیں کہ پانی کتنی دیر میں ابلتا ہے۔

• پانی کے ابلنے میں لگنے والا وقت ریکارڈ کریں۔

• برتن کو خالی کر کے اسے اچھی طرح ٹھنڈا ہونے دیں (پانی ضائع نہ

کریں اور ایک برتن میں رکھ لیں)۔

• برتن میں پھر دو کپ تازہ پانی ڈالیں۔ اس مرتبہ برتن کو کسی ڈھکن

سے مضبوطی کے ساتھ ڈھک دیں۔

• برتن کو چولہے پر رکھیں اور پانی کے ابلنے میں لگنے والا وقت ریکارڈ

کریں۔

• دونوں تجربوں کے بعد ریکارڈ کئے گئے وقت کی روشنی میں طلباء سے

سوال پوچھئے کہ کس صورت میں پانی کے ابلنے میں زیادہ وقت لگا؟

جب برتن ڈھکا ہوا تھا یا کھلا ہوا تھا؟

اس سرگرمی کے بعد طلباء کو ہدایت کریں کہ وہ تجربہ میں استعمال کیا گیا پانی

ٹھنڈا کر کے پودوں میں ڈال دیں۔ انہیں ایسا کرنے کی وجہ بھی بتائیے کہ

پانی اللہ تعالیٰ کی نہایت قیمتی نعمت ہے ہمیں اس کی قدر کرنا چاہئے۔ یہ ہر

جاندار کے لئے ضروری ہے اس لئے ہمیں چاہئے کہ اسے ضائع کرنے کے

بجائے ہم اسے پودوں میں ڈال دیں۔

مشق:

• طلباء سے تبادلہ خیال کریں کہ وہ گھر پر کھانا پکانے میں توانائی کیسے بچا

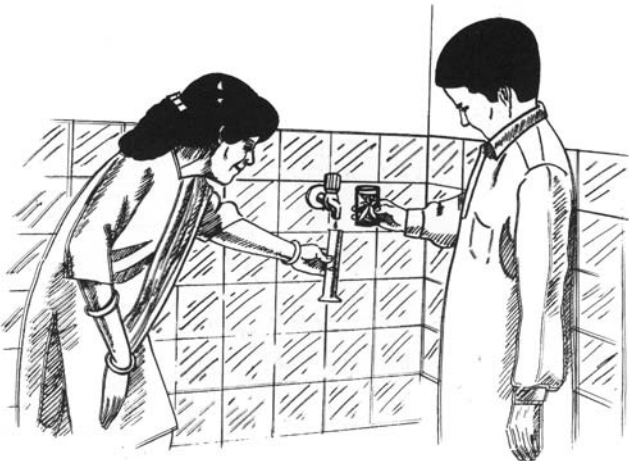
سکتے ہیں؟ اور نہانے کا پانی گرم رکھنے کے لئے کیا کر سکتے ہیں؟

۴-عنوان: ہر قطرہ قیمتی ہے

مضامین: سائنس، ریاضی

مقصد:

• پانی کو ضائع ہونے سے بچانے کی اہمیت بیان کرنا۔



اشیاء:

پیناشی سلنڈر یا خالی چھوٹی بوتل جس کی پیناش معلوم ہو، اسٹاپ واچ، پانی
(نلکہ) بالٹی

عملی کام:

- طلبا کو پانی کے نلکے کے پاس جمع کریں۔ نلکے کے نیچے ایک بالٹی رکھ دیں اور ٹوٹی اس طرح کھولیں کہ اس میں سے ایک ایک قطرہ پانی گرے ایک طالب علم کو اسٹاپ واچ دے کر ٹائم کیپر بنادیں۔ ایک دوسرے طالب علم سے کہیں کہ وہ ایک پیناشی سلنڈر ہاتھ میں لے کر ٹوٹی کے نیچے رکھے۔ جب ٹائم کیپر اشارہ کرے کہ ایک منٹ ہو گیا ہے تو سلینڈر ہٹالیا جائے۔
- پھر سلینڈر میں جمع شدہ پانی کی پیناش کی جائے۔ ایک منٹ میں جمع کئے گئے پانی کی بنیاد پر طلبا سے کہیں کہ وہ حساب لگا کر بتائیں کہ کسی ٹپکنے والی ٹوٹی سے ایک گھنٹے یا ایک دن میں کتنا پانی ضائع ہوتا ہے؟

توسیع:

- روزانہ کے کام مثلاً برش کرنے، نہانے اور دھونے کے لئے درکار پانی کی مقدار کے بارے میں معلومات جمع کریں اور پھر کسی ٹپکنے ہوئی ٹوٹی سے دن بھر میں ضائع ہونے والے پانی کی مقدار سے اس کا موازنہ کریں۔
- دفنوں، اسکولوں اور گھروں میں ضائع ہونے والے پانی اور اسے روکنے کے طریقوں کے بارے میں بحث کریں۔

ماخوذ:

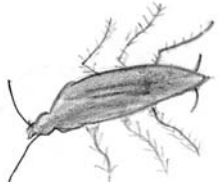
آؤ ماحول سے سیکھیں (اساتذہ کے لئے تدریسی مواد)

ماحولیاتی تعلیم کی رہنما کتاب

آئی یو سی این۔ بقائے ماحول کی عالمی انجمن، پاکستان اور سینٹر فار انوائز
نمنٹ ایجوکیشن



۵۔ کس کیڑے کا گھر کچرے کا ڈھیر ہوتا ہے؟



۶۔ اس کے پروں سے بھن بھن کی آوازیں آتی ہیں۔ یہ کون ہے؟

کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر، کچرے کا ڈھیر

دی اے ایم آئی اسکول کے بچوں کی تحریر کردہ پہیلیاں اور نظمیں۔

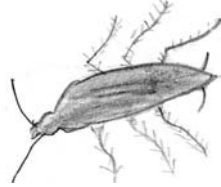
پہیلیاں

۱۔ بہت سے رنگ ہیں میرے
اڑنا میرا کام ہے
سوچو کون ہوں میں۔



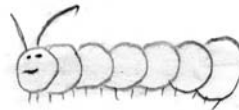
نژاد حسنین، III-B

۲۔ میرا رنگ کالا اور سفید ہے اور میں خون پیتا ہوں۔



عمر فاروق، III-B

۳۔ یہ اپنا گول گھر بنا کر خوبصورت ہو جاتا ہے۔
کون ہو سکتا ہے؟



صوفشاں شہاب حسن، III-B

۴۔ میں لوگوں کے سر میں ہوتی ہوں، خون چوستی ہوں، لوگوں کو سر میں کھجلی ہوتی ہے۔ بتاؤ
میں کون ہوں؟



طہ

چھپر

عمر فاروق، III-B

میں پانی سے آتا ہوں
اور میں کچرے میں رہتا ہوں
میں آپ کا خون بھی پیتا ہوں
میں انڈے بھی پانی میں دیتا ہوں



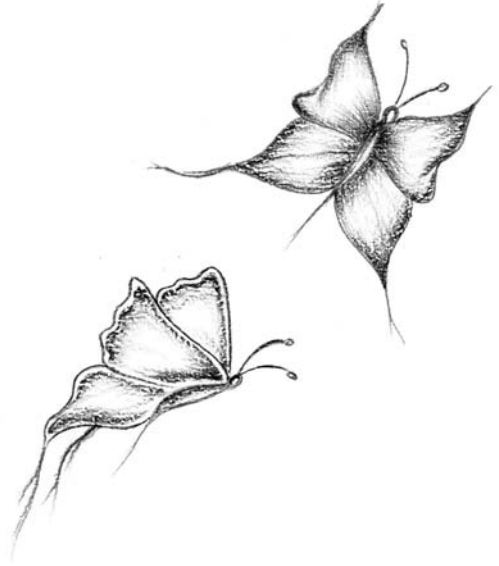
انوشہ عارف، III-A

تتلی، تتلی، تتلی، مجھ کو بتاؤ، کہاں سے تم آتی ہو
تتلی، تتلی، تتلی، مجھ کو بتاؤ، کہاں سے تم آتی ہو
تم کو قید کروں گی نہ میں، تمہارا کیا کروں گی میں
پھولوں کا رس تم چوسنا، پتوں پہ انڈے تم دینا
ہر رنگ میں ہوتی ہو تم، اتنی خوبصورت ہو تم

کیڑوں کی دنیا

سیما اقبال
(اردو ٹیچر)

کیڑوں کی دنیا میں جا کر دیکھو
کیسی رنگ برنگی دنیا ان کی
کئی ہزار قسمیں ان کی
طرح طرح کے ان کے رنگ
کچھ تو رہیں زمین کے اندر
کچھ درختوں پر پتوں کے سنگ
کچھ سے ہم فائدہ اٹھائیں
کچھ ہم کو نقصان پہنچائیں
کتنی محنت سے گھر بناتے ہیں
مل جل کر رہنا ہمیں سکھاتے ہیں



نژاد حسنین، III-B

ہوا میں اڑتی ہے تتلی
بہت ہی نازک ہوتی ہے تتلی
پھولوں کی رس چوسنا ہے اس کا کام
اور اُسی سے ہے اُس کا نام

کراچی کیمبرج اسکول کی جماعت چہارم کے بچوں کی تحریر کردہ پانی کے موضوع پر نظمیں۔

پانی ایک نعمت

سنبل

پانی ایک نعمت ہے
اللہ کی یہ رحمت ہے

ہم کھلیں اس سے
اس سے ہم نہائیں
اس سے ہم اگائیں پودے
اس سے ہم بنائیں چائے
کھیتوں میں اس سے ہریالی ہے

پانی ایک نعمت ہے
اللہ کی یہ رحمت ہے

پانی رے پانی کیا بات ہے تیری

فاطین ناز

نہ تو ہوتا نہ زندگی ہوتی
نہ ہم ہوتے وہ دنیا ہوتی
خدا کی تو ہے نعمت
زندگی کی ہے چاہت
ہو کوئی بھی تیری صورت
ہمیں ہے تیری ضرورت
پانی رے پانی کیا بات ہے تیری

پانی

آسیہ

میں سوچتی ہوں کہ کیا ہے پانی
کوئی چیز زندہ نہیں بغیر پانی
نہ کوئی رنگ اس کا نہ کوئی ذائقہ
پھر بھی سب سے میٹھا ہے پانی
کوئی چیز زندہ نہیں بغیر پانی
ہم سب کی ہے بڑی ضرورت
مچھلی کی ہے دنیا پانی
کوئی چیز زندہ نہیں بغیر پانی
کیوں کریں ہم اس کو ضائع
کتنا ہے قیمتی یہ پانی
کوئی چیز زندہ نہیں بغیر پانی
کہتی تھیں یہ میری نانی
خدا کی عظیم رحمت ہے پانی

میں ہوں پانی میں ہوں پانی

ثروت عثمان

سب کی پیاس بجھانے والا
نلکوں میں آنے والا
میں نہ آؤں تو سب پریشان
ضرورت میری سب نے جانی
میں ہوں پانی، میں ہوں پانی
بادل بن کر جب آؤں
بارش کا میں گیت سناؤں
جگہ جگہ میں پھیل جاؤں
ہے میری یہی کہانی
میں ہوں پانی، میں ہوں پانی

پودے اور ہم

عنوان: خوش ذائقہ باغیچے

طریقہ نمبر ۱: کہانی سننے کے دوران یا بعد میں بچوں کے لئے ہوئے پھلوں کے نمونے بچوں کو اس وقت چکھائے جاسکتے ہیں جب کہ کہانی میں اس پھل کا نام آئے۔

مضامین:

سائنس، معاشرتی علوم

طریقہ نمبر ۲: طریقہ نمبر ۱ کے علاوہ یا پھر اس کے ساتھ بچے پھل اور سبزیوں کی تصاویر اپنی کاپیوں میں بنا/چپکا بھی سکتے ہیں۔ بچے پھلوں کی ٹوکری بھی بنا سکتے ہیں۔

مقصد:

- بچوں کو نباتاتی دنیا کو کھوجنے اور جاننے کے مواقع فراہم کرنا۔
- نئے ذائقے چکھنے اور کھانے کی حوصلہ افزائی کرنا۔

- اگر کہانی سننے کے دوران آپ کا ارادہ بچوں کو پھل چکھانے کا نہیں ہے تو ہم اس بات پر زور دیں گے کہ آپ کسی نہ کسی وقت پودوں کے بارے میں پڑھانے کے دوران 'چکھنے' کی سرگرمی پر ضرور توجہ دیں۔ کیونکہ جب تک بچے 'چکھنے' کے عمل سے نہیں گزریں گے ان میں صحت مند غذا کی اہمیت واضح نہیں ہو سکے گی۔

اشیاء:

- بچوں کی لائی ہوئی سبزیاں
- کہانی 'خوش ذائقہ باغیچے'

عملی کام:

- بچوں کی بنائی گئی تصاویر ان کے والدین کو دکھائیے اور انہیں بھی یہی تاکید کیجئے کہ وہ اپنے گھر پر ہر موسم کے پھل اور سبزیاں لایا کریں تاکہ ان کے بچوں کو مختلف اور صحت مند چیزیں کھانے کے نہ صرف مواقع میسر ہوں بلکہ ہر اچھی چیز کھانے کی عادت بھی پڑے۔

اس سبق پر عمل کرنے سے چند دن روز پہلے والدین کو اس کے بارے میں مختصراً بتاتے ہوئے ان سے کہئے کہ وہ ایک یا دو مختلف قسم کے پھل یا سبزی (جو آپ بحیثیت استاد ہر بچے کو لانے کے لئے کہیں اور اس بات کو یقینی بنائیں کہ پھل اور سبزیوں کی زیادہ سے زیادہ اقسام جمع ہو سکیں) مقررہ تاریخ کو اپنے بچے کے ہمراہ اسکول بھیج دیں۔ والدین سے یہ بھی کہئے کہ جس وقت وہ سبزی منڈی یا قریبی بازار جائیں تو اپنے ہمراہ بچوں کو بھی لے جائیں تاکہ وہ خود اپنی آنکھوں سے ہر قسم کے پھل اور سبزیوں کا مشاہدہ کر سکیں۔ اگر بچے ہدایت کئے گئے پھل یا سبزی کے علاوہ اپنی پسند کی کوئی دوسری سبزی یا پھل کی خواہش کریں تو انہیں اس کے ہمراہ ایک اور اضافی چیز لینے دیں۔

نوٹ:

- پھل یا سبزی 'چکھنے' کی سرگرمی کروانے سے پہلے بچوں کے والدین سے معلوم کر لیا جائے کہ انہیں کسی پھل یا سبزی سے الرجی کی شکایت تو نہیں ہے۔
- اگر بچے کسی پھل یا سبزی کو چکھنا نہیں چاہتے تو زبردستی نہ کی جائے۔
- ہو سکتا ہے وہ دوسرے بچوں کو کھاتا دیکھ کر نا پسندیدہ سبزیاں یا پھل شوق میں کھانا/چکھنا شروع کر دیں۔

- بچوں کو کہانی 'خوش ذائقہ باغیچے' پڑھ کر سنائیے یا پھر بچوں کو باری باری کہانی پڑھنے کا موقع دیں۔

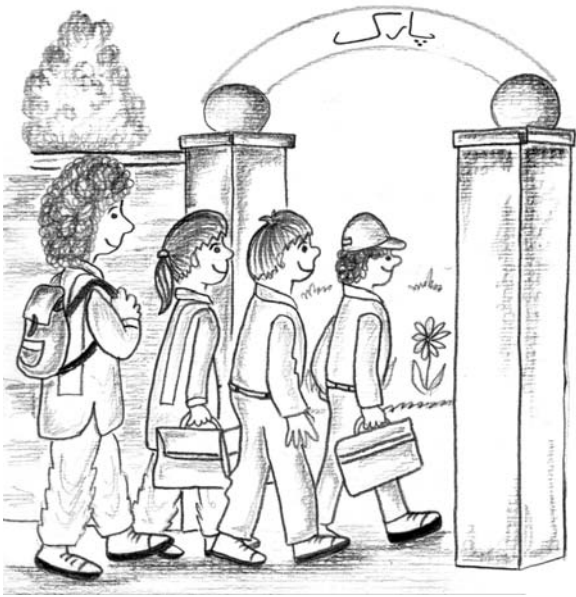
- کہانی سننے کے دوران مندرجہ ذیل طریقوں میں سے کوئی ایک طریقہ اپنایا جاسکتا ہے۔

اضافی سرگرمیاں

بچے تجربوں کے ذریعے سے زیادہ اچھی طرح سیکھتے ہیں کیونکہ ان میں تجسس اور کھوجنے کی صلاحیت قدرتی طور پر موجود ہوتی ہے۔ ان اضافی سرگرمیوں کے ذریعے بچوں کی اس خصوصیت کو اجاگر کیا جاسکتا ہے۔

۱۔ اسکول میں باغیچہ

اپنے اسکول میں ایک باغیچہ بنائیں۔ مختلف اوقات میں مختلف بچوں کو پودوں کی دیکھ بھال کی ذمہ داری دیں۔



پودوں کی دیکھ بھال کے سلسلے میں اپنے ذہنوں میں اٹھنے والے سوالات کے جواب حاصل کر سکیں۔

۳۔ سبزی منڈی کا دورہ

بچوں کو سبزی منڈی جا کر یہ دیکھنے کا موقع ضرور فراہم کریں کہ جس موسم میں یہ دورہ کیا جا رہا ہے اس وقت پھل اور سبزیوں کی کون سی اقسام وجود ہیں۔ بچوں کو دکان داروں سے کھل کر بات چیت کرنے دیں۔ سبزی منڈی کے دورے کے وقت بچوں کو موقع دیں کہ وہ آپ کے ساتھ گھوم پھر کر اطمینان سے پھل اور سبزیوں کا مشاہدہ کر سکیں اور نئی نظر آنے والے پھل اور سبزیوں کے بارے میں آپ سے دریافت کر سکیں۔ بچوں کو موقع دیں کہ وہ اپنی مرضی سے کچھ پھل اور سبزیوں کے نمونے اپنے گھر یا اسکول کے لئے خرید سکیں۔

۴۔ ذائقے چکھنے کا موقع

اپنے اسکول میں ایک ایسی پارٹی کا انعقاد کریں جس میں والدین کو مدعو کیا جائے۔ والدین سے درخواست کریں کہ وہ تھوڑی مقدار میں پھل اور سبزیوں سے کچھ پکا کر اسکول لائیں جنہیں بچے چکھ سکیں۔ اگر چاہیں تو دنیا کے مختلف علاقوں میں کھائے جانے والے کھانے بھی شامل کئے جاسکتے ہیں تاکہ بچوں کو یہ بھی دیکھنے کا موقع مل سکے کہ دنیا بھر کے بچے کیا کھاتے ہیں۔



۲۔ باغ کا دورہ

کسی باغ، پارک یا کھیت کا دورہ کر وائیں۔ بچوں کو موقع دیں کہ وہ کسی قریبی پارک یا کھیت کھلیان میں جا کر خود مشاہدہ کر سکیں کہ پودے کس قسم کے اور کس ترتیب سے لگائے گئے ہیں۔ اس موقع پر بچوں کی حوصلہ افزائی کی جائے کہ وہ پارک کے رکھوالے یا مالی سے بات چیت کر سکیں اور

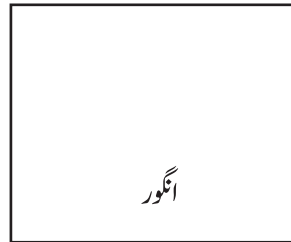
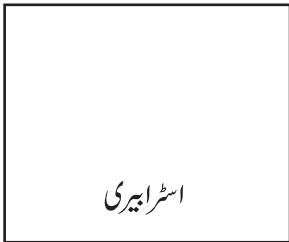
خوش ذائقہ باغیچہ

(کہانی)



ایک دوپہر کا ذکر ہے شرجیل اور اس کی بہن صدف اپنے گھر کے صحن میں کیاریوں کے پاس پڑی ہوئی کرسیوں پر نیم دراز تھے۔ دونوں کے ہاتھوں میں پیپسی کی بوتلیں اور آلو کے چپس تھے۔ میز پر ان کا پسندیدہ پڑا بھی رکھا تھا۔ اس کے علاوہ شرجیل کی جیبیں مختلف اقسام کی ٹافیوں سے بھری ہوئی تھیں۔ اچانک انہیں گملوں کے پیچھے سے تیز روشنی کی چمک محسوس ہوئی۔ غور کرنے پر معلوم ہوا کہ وہ روشنی ایک دروازہ کے پیچھے سے آرہی ہے، ایک ایسا دروازہ جو انہوں نے اس سے پہلے اس جگہ نہیں دیکھا تھا۔ شرجیل نے چلا کر کہا آؤ صدف دیکھتے ہیں کہ اس دروازے کے پیچھے کیا ہے؟ صدف دوڑتی ہوئی بھائی کے پیچھے گئی اور دونوں نے جیسے ہی اس دروازے کو ہاتھ لگایا وہ ایک زور دار چر چراہٹ کے ساتھ کھل گیا۔

جیسے ہی بچے اندر داخل ہوئے انہیں سورج کی ہلکی ہلکی تپش اور خوشگوار ہوا محسوس ہوئی۔ سرسبز اور خوش رنگ پھول، پودے اور درخت ان کے سامنے تھے۔ انہیں پھولوں پر منڈلائی نازک اور حسین پروں والی تتلیاں بھی نظر آئیں۔ ارے یہ کیا؟ یہ تو ایک خوبصورت باغیچہ ہے! دونوں نے سوچا۔ درخت اور پودے رنگا رنگ پھولوں اور سبزیوں سے لدے ہوئے تھے، جو پک کر تیار ہو چکے تھے اور دیکھنے میں ہی لذیذ لگ رہے تھے۔ بس کھانے کے لئے تیار تھے! 'خوش آمدید! شرجیل اور صدف خوش آمدید!' پیچھے سے ایک سریلی آواز آئی۔ دونوں چونک کر پیچھے مڑے تو ایک خرگوش کو کھڑے پایا۔ اس نے کہا 'میں اپنے باغیچے میں آپ دونوں کا استقبال کرتا ہوں، میں گوشتی ہوں۔ گوشتی کسان ہے۔ تم یقیناً پڑوس میں سے آئے ہو۔ ہیں ناں؟' گوشتی کسان نے اپنا تعارف کروانے کے بعد ان سے سوال کیا۔ دونوں بچے اس خوبصورت منظر کے سحر میں کچھ اس طرح سے گرفتار تھے کہ وہ گوشتی کسان کی بات نہ سن سکے۔ صدف صرف ہوں! کر کے رہ گئی۔ شرجیل کی نظر انگوروں کی نیل پر پڑ چکی تھی۔ 'انگور! شرجیل چلایا۔' مجھے انگور بہت پسند ہیں۔ ہرے، پیلے، جامنی اور کالے۔ اس کے منہ میں تو پانی ہی بھر آیا۔ شرجیل آپ جتنے چاہیں انگور لے سکتے ہیں۔ گوشتی کسان نے قہقہہ لگایا۔ صدف کی نظر اپنے پیروں میں پھیلی ہوئی نیل پر پڑی۔ اس کے سامنے گہرے ہرے رنگ کے پتوں سے بھرے پودے تھے جن میں سرخ، سرخ اسٹراپیری لگی ہوئی تھیں۔ میں نے اس سے پہلے بیریز پودوں میں لگی ہوئی کبھی نہیں دیکھی۔ ہمارے گھر تو یہ بازار سے پلاسٹک کی تھیلی میں آتی ہیں۔ یہ کہتے ہوئے صدف نے جھک کر چند بیریز توڑ لیں اور منہ میں رکھ لیں۔ اوں! میٹھ۔ی۔ی اور رسیلی۔ گوشتی کسان آپ کا تو پورا کھیت ان سے بھرا ہوا ہے، صدف کا منہ رس کی وجہ سے سرخ ہو چکا تھا۔ کاش میرے پاس کوئی چیز ہوتی اور میں اس میں بہت ساری بیریز بھر لیتی، صدف نے سوچا۔ یہ لیجئے، گوشتی کسان نے اسے ایک ٹوکری تھمائی تاکہ بچے اس میں اسٹراپیریز بھر سکیں۔



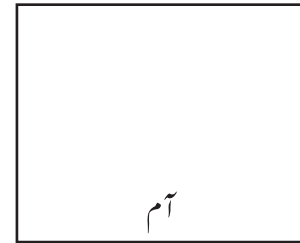
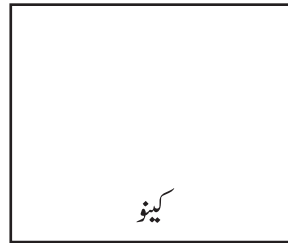
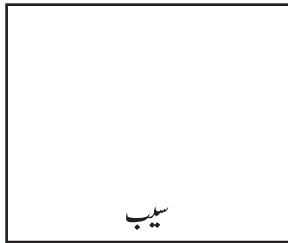
اس کے بعد یہ تینوں ٹہلنے ہوئے بھٹے کے کھیت کی طرف نکل گئے۔ بھٹے کے پودے بہت لمبے اور ایک دوسرے سے اتنے قریب لگے ہوئے تھے کہ ان کے پیچھے دوسری جانب دیکھنا ممکن نہ تھا۔ شرجیل کو شرارت سوجھی اور وہ ایک دم ان پودوں کے پیچھے چھپ گیا اور اپنی بہن کے پیچھے آکر بھولا کر کے اسے ڈرانے لگا۔ گوشہ کسان نے کچھ بھٹے توڑے اور انکی نرم و ملائم سنہری بالیں صاف کرنے لگا۔ اس نے بچوں سے پوچھا کیا تم نے اس سے پہلے کچے اور تازہ



بھٹے کھائے ہیں؟ شرجیل نے کہا 'نہیں۔ ہمارے محلے میں بھٹے والا بھٹے لاتا ہے جو خاصے سخت ہوتے ہیں۔' گوشہ نے کہا 'بھٹے توڑنے کے بعد جتنے تازہ آپ انہیں کھائیں گے اتنے ہی میٹھے انہیں پائیں گے۔' بچوں نے بھٹے ہاتھوں میں لئے اور میٹھے رس دار بھٹوں سے لطف اندوز ہونے لگے۔ انہوں نے دیکھا کہ گوشہ کسان سبزیوں کے پودوں پہ جھکا کچھ سبزیاں توڑ رہا ہے۔ دیکھو بچوں اس جگہ میں بروکلی اور پھول گوہی اگاتا ہوں۔ بروکلی تمام سبزیوں میں غذائیت کے لحاظ سے سرفہرست ہے، کیونکہ یہ وٹامنز اور معدنیات سے بھرپور ہوتی ہے۔ کیا تمہیں معلوم ہے بروکلی میں اتنی کیلشیم پائی جاتی ہے جتنی کہ دودھ میں؟ میں شرطیہ یہ بات کہہ سکتا ہوں کہ تم یہ بھی نہیں جانتے تھے کہ بروکلی ہڈیاں مضبوط کرتی ہے۔' بچے حیرت سے گوشہ کی باتیں سنتے جا رہے تھے۔



اب وہ ایک ایسی کیاری کے قریب سے گزرے جہاں ہرے پتوں والے پودے لگے ہوئے تھے۔ 'گوشہ کیا یہاں کوئی خاص چیز نہیں اگی ہوئی ہے؟' صدف نے گوشہ سے سوال کیا۔ 'صدف تم خود کیوں نہیں دیکھتیں، بس ان ہرے پتوں والے پودے کو پکڑ کر کھینچو۔ کیا تم اسے اکھاڑ سکتی ہو؟' گوشہ نے جواب دیا۔ صدف نے گوشہ کسان کو ایسے دیکھا جیسے اس کا چیلنج قبول کر رہی ہو اور اس چھوٹے سے پودے کو ایک جھٹکا دیا، لیکن وہ ٹس سے مس نہ ہوا۔ اس نے ایک مرتبہ پھر کوشش کی۔ اس مرتبہ اس نے واقعی زور لگایا، لیکن یہ کیا! وہ اور پودا زمین پر اوندھے پڑے تھے۔ گوشہ کسان نے صدف کو اٹھایا، اس کے ہاتھ میں ایک گاجر تھی۔ 'گاجر بینائی کے لئے مفید ہوتی ہے، کیا تم نے کبھی کسی خرگوش کو عینک لگائے دیکھا ہے؟' گوشہ نے شرارت سے پوچھا۔ اس نے چند گاجریں اور توڑیں اور وہ تینوں ان کے مزے لیتے ہوئے آگے بڑھے۔ راستے میں انہیں آلو، بند گوہی، مٹر، مرچیں، لوکی اور دوسری جانی پھانسی سبزیاں بھی نظر آئیں۔



اس کے علاوہ انہوں نے گیہوں کے لہلہاتے سنہری کھیت بھی دیکھے۔ ذرا آگے بڑھے تو انہوں نے دیکھا کہ زمین کے بڑے بڑے مربع ٹکڑے پانی سے بھرے ہیں، اور ننھی ننھی ہری کونپلیں پانی سے باہر نکلی ہوئی ہیں۔ 'یہ کیا ہے؟ یہ کھیت پانی سے کیوں بھرا ہے؟' بچوں نے گوشہ کسان سے سوال کیا۔ 'یہ چاول ہے۔' اس نے جواب دیا۔ اب وہ ٹہلنے ہوئے پھلوں کے باغ میں آچکے تھے۔ شرجیل فوراً ایک درخت پر چڑھا اور سیب توڑ کر مزے سے کھانے لگا اور اس کا بیج اپنی جیب



میں رکھ لیا۔ صدف سوچ رہی تھی کہ شرجیل کو سبب بالکل بھی اچھے نہیں لگتے تھے، لیکن آج یہ کیسے کھا رہا ہے۔ میں گھر جا کر امی کو بتاؤں گی وہ خوش ہوگی۔ گوشتی کسان نے صدف کو ایک کینو چھیل کر دیا۔ اس نے جیسے ہی کینو کی پھانک منہ میں رکھی، عرق کی پچکاری نکلی اور اس کے منہ پر پھیل گئی۔ صدف کی ہنسی نکل گئی۔ گوشتی نے کہا، تمہیں معلوم ہے کینو وٹامن سی سے بھر پور ہوتے ہیں۔ اور وٹامن سی ہمیں نزلے سے بچاتے ہوئے صحت مند رکھتے ہیں۔ اس کے بعد انہوں نے امرود، کیلا، ناشپاتی اور پیتا بھی کھایا۔ اس کے بعد گوشتی کسان نے انہیں آم پیش کیا لیکن صدف نے کھانے سے انکار کر دیا۔ اسے آم میں سے بو آتی تھی۔ اس نے کہا میں، آم کا مرہ کھا لیتی ہوں، لیکن آم نہیں۔ گوشتی نے کہا، تازہ آم، مرہ سے زیادہ شیریں اور فائدہ مند ہوتا ہے۔

گوشتی کسان نے بچوں کو پھلوں کی ایک باسکٹ پکڑاتے ہوئے کہا، مجھے لگتا ہے تم دونوں کو پھل بہت پسند ہیں۔ جب آئندہ آؤ گے تو میں تمہیں آڑو، آلو بخارے، خوبانی اور تربوز بھی کھلاؤں گا۔ یہ پھل

اور سزیاں تمہارے اور تمہارے گھر والوں کے لئے ہیں

۔ ہمیں روزانہ پھل اور سبزیوں کی کچھ مقدار اپنی خوراک میں شامل کرنا چاہیے، یہ بہت ضروری ہے۔ شرجیل نے گوشتی کسان کا شکریہ ادا کرتے ہوئے پھلوں کی ٹوکری لی اور اس سے سوال کیا، پھل اور سبزیوں کھانا کیوں ضروری ہیں؟



گوشتی کسان نے کہا، پھل اور سبزیوں آپ کے جسم کو بڑھنے اور توانا رکھنے میں مدد دیتی ہیں۔ یہ وٹامن اور منرل حاصل کرنے کا بہترین ذریعہ ہیں جو آپ کو بیماریوں سے بچانے میں مدد دیتے ہیں اور یوں آپ صحت مند رہتے ہیں۔ پھلوں اور سبزیوں سے نہ صرف آپ کے دسترخوان کی رونق میں اضافہ ہوتا ہے بلکہ ان سے کھانے کی لذت بھی دو بالا ہوتی ہے۔

شرجیل اور صدف نے گوشتی کسان سے وعدہ کیا کہ آئندہ وہ پھل اور سبزیوں بھی شوق سے کھائیں گے جنہیں یہ دونوں اس سے پہلے پسند نہیں کرتے تھے کیونکہ ہر پھل یا سبزی میں اللہ تعالیٰ نے بہت سے فوائد رکھے ہیں اور کھانے کی یہ چیزیں اللہ تعالیٰ کی عطا کردہ نعمتیں ہیں اگر ہم ان میں کیڑے نکالیں گے اور کھانے سے انکار کریں گے تو یہ کفرانِ نعمت ہوگا۔

یہ لوگ چلتے چلتے گیٹ تک آ پہنچے۔ شرجیل کو گیٹ کے قریب زمین کا ایک خالی قطعہ نظر آیا۔ اس نے پوچھا، اس جگہ آپ نے کچھ نہیں اگایا۔ گوشتی نے کہا، تم یہ کیوں کہہ رہے ہو کہ آپ نے کچھ نہیں اگایا، یہاں ہم مل کر کچھ اگائیں گے جب تم اگلی مرتبہ اس باغیچے میں آؤ گے۔

’بیج بونا اور اس میں سے پودے نکلتے دیکھنا، ایک دلچسپ مرحلہ ہے۔ صرف تھوڑی سی توجہ کے ساتھ کچھ ہوا، پانی اور مٹی کی ضرورت ہوتی ہے۔ پھر بیج میں سے خوبصورت پودا نکل آتا ہے جو درخت بن جاتا ہے۔‘ شرجیل اس سوچ کے ساتھ ہی مسکرانے لگا اور اپنی جیب میں پڑے ہوئے سب کے بیج پر ہاتھ پھیرنے لگا۔

بتیسی، آلو کے چیس، پزا، بن کباب، اور ٹافیاں؟ بھلا ان چیزوں کا پھلوں اور سبزیوں کے لذیذ ذائقے سے کیا مقابلہ جو اس دن انہوں نے چکھا! وہ دونوں یہ تمام باتیں اپنے دوستوں اور گھر والوں سے کرنے کے لئے بیٹاب تھے۔

پانی کیسے بچائیں

- گھاس کو صرف اس وقت پانی دیں جب ضرورت ہو۔ اس بات کا خاص خیال رہے کہ پانی ضائع نہ ہو۔
- دیر تک غسل کرنے سے پرہیز کریں۔ ایک یا دو منٹ جلدی فارغ ہونے سے آپ سالانہ سات سو گیلن تک پانی بچا سکتے ہیں۔
- شیو بناتے ہوئے یا دانت مانجنے کے دوران نلکہ مکمل طور پر بند رکھیں۔
- گھر میں استعمال ہونے والے پانی کے استعمال پر خاص نظر رکھیں۔ اگر محسوس کریں کہ پانی زیادہ استعمال ہو رہا ہے تو وجوہات جاننے کی کوشش کریں۔ گھر کے تمام نلکوں اور پائپ لائنوں کا جائزہ لیں۔
- پانی ضائع نہ کرنے کے حوالے سے یاد دہانی سائن بنائیے۔ انہیں رنگوں اور ڈرائنگ سے سجائیے اور پانی کے نلکوں یا زیادہ پانی استعمال ہونے والی جگہوں پر آویزاں کریں۔
- اپنے دوستوں کے ساتھ مل کر ورلڈ واٹر ڈے، پوسٹر بنائیے۔ اپنے پوسٹر پر پانی سے متعلق حقائق تحریر کیجئے تاکہ لوگوں میں پانی کی اہمیت اجاگر ہو سکے۔ ان حقائق کے لئے اس ویب سائٹ سے استفادہ حاصل کریں: www.watercan.com
- ریسرچ کریں کہ آپ کے علاقے میں منرل/فلٹرڈ پانی فراہم کرنے والی ایجنسیاں کس عمل کے تحت پانی صاف اور اسٹور کرتی ہیں۔ کیا اس عمل سے آپ مطمئن ہیں؟ اگر نہیں تو ذمہ دار افراد کو آپ کیا مشورے دیں گے؟
- کیا آپ اپنا واٹر فلٹر خود بنانا چاہیں گے۔ ہدایات کے لئے واٹر کیمن کی ویب سائٹ دیکھئے۔
- اپنے اسکول کو مشورہ دیں کہ آپ کے شہر میں جن علاقوں میں پانی کی شدید قلت ہے، ان کے لئے پیسے جمع کر کے اس کمی کو دور کرنے کے لئے استعمال کریں۔
- پانی سے متعلق نظمیں اور گیت تحریر کریں (اس شمارے میں بچوں کی لکھی ہوئی نظمیں دیکھئے) اور انہیں دوسروں کو بھی پڑھائیں۔
- پانی ضائع نہ کرنے اور دوسروں تک صاف شفاف پانی پہنچانے کے حوالے سے (make pledge) عہد کریں۔ دوسرے لوگوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ بھی ایسے ہی عہد کریں۔

قطرہ، قطرہ دریا بنتا ہے۔ کیا آپ پانی کا ایسا قطرہ بنا چاہتے ہیں؟

http://www.alcdsb.on.ca/social_justice/earth_day/earth_day.pdf