

آؤ اپنے گاؤں کو قدرتی آفات سے بچائیں



نام کتاب : آواپنے گاؤں کو قدرتی آفات سے بچائیں
 زیر نگرانی : شاہین عتیق الرحمان
 ترجمہ و ترتیب : صائمہ فیاض
 معاونت : چوہدری شہزاد
 مالی معاونت : یونیسکو
 تعداد : 1000
 شائع کردہ : بنیاد فاؤنڈیشن لاہور۔

نوٹ:

اس کتاب میں موجود مواد جس طرح مصنفین نے خود لکھا ہے اسی طرح چھاپ دیا گیا ہے۔ اس کتاب میں شامل کوائف اور معلومات کی تفصیلات کے ذمہ دار مصنفین خود ہیں اور ان میں جن آراء کا اظہار کیا گیا ہے یونیسکو کا اس سے متفق ہونا ضروری نہیں۔

پیش لفظ

لکھنا پڑھنا اور دنیا کی چیزوں کے بارے میں علم رکھنا بہت ضروری ہے۔ بنیاد فاؤنڈیشن کا مقصد نہ صرف لوگوں کو پڑھنے لکھنے کے قابل بنانا ہے بلکہ لوگوں کو وہ معلومات بہم پہنچانا بھی ہے جن کی مدد سے وہ اپنا اور اپنے اہل خانہ کا معیار زندگی بہتر بنا سکیں۔ آج کل پوری دنیا میں قدرتی آفات بہت تسلسل سے رونما ہو رہی ہیں۔ یہ کتاب ایشیا پیسیفک کلچرل سنٹر برائے یونیسکو کی (Let's Protect Our Village against Natural Disasters) کا اردو ترجمہ ہے جو کہ قدرتی آفات سے ہونے والے نقصانات کو کم کرنے ان کے دوران حفاظتی اقدامات کے بارے میں لوگوں کو آگاہ کرنے کے لیے بنیاد فاؤنڈیشن کی ایک اور اہم کاوش ہے۔

ہم ارشد سعید صاحب، رخسانہ حسین صاحبہ اور یونیسکو (UNESCO) کے شکر گزار ہیں جنہوں نے ہماری اس کوشش کو سراہا اور مدد فرما، ہم کی۔

ہم ایشیا پیسیفک کلچرل سنٹر برائے یونیسکو (ACCU) کے تہہ دل سے شکر گزار ہیں جنہوں نے ہمیں اپنی کتاب کا اردو ترجمہ شائع کرنے کی اجازت دی۔

ترجمہ و ترتیب

صائمہ فیاض

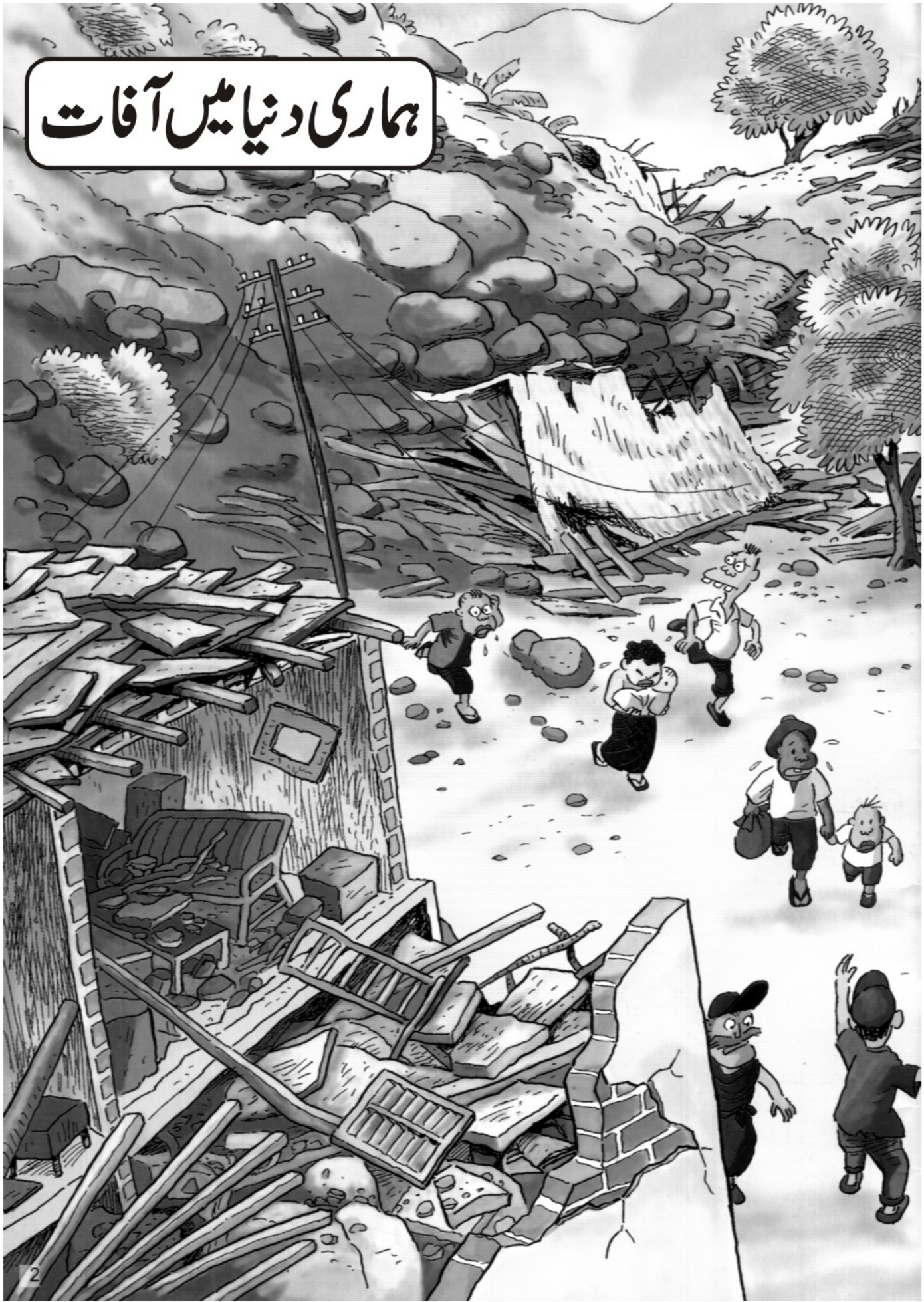
لٹریسی کوآرڈی نیٹر

بنیاد فاؤنڈیشن

شاہین عتیق الرحمن

وائس چیئر پرسن بنیاد فاؤنڈیشن

ہماری دنیا میں آفات



جب آفات ہمارے دیہاتوں کو نقصان پہنچاتی ہیں
پھر ہمیں کیا کرنا چاہیے؟

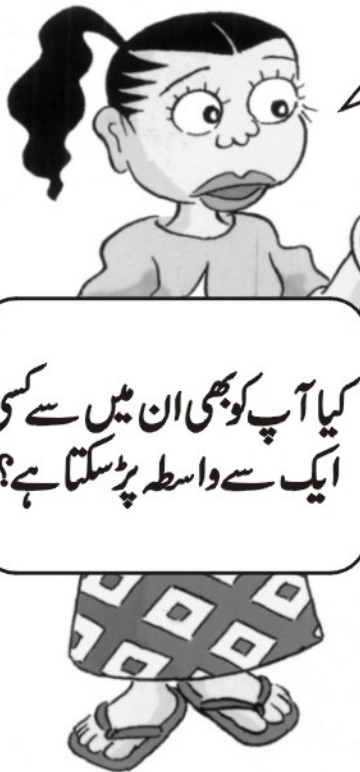


آہ! ہمارا گھر
جل گیا ہے

پیاری کیا معاملہ ہے؟

جناب کیا آپ
خیریت سے ہیں؟

آفت کیا ہے؟



کیا آپ ان آفات کے متعلق کچھ تجربہ رکھتے ہیں؟

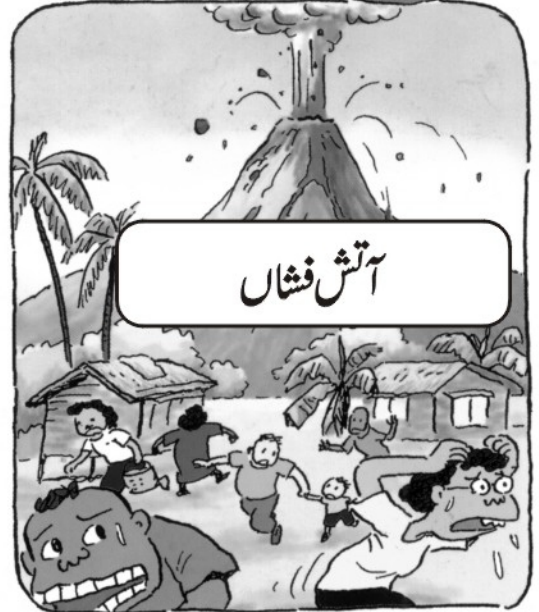
کیا آپ کو بھی ان میں سے کسی ایک سے واسطہ پڑ سکتا ہے؟



ہماری دنیا میں کئی قسم کی آفات ہیں



یہ آفات جسمانی، مادی
اور ماحولیاتی تباہی کا
باعث بن سکتی ہیں



یہ آفات ہمارے ساتھ کیا کر سکتی ہیں؟

ذرائع آمدن کا نقصان

مجھے بارش کی
ضرورت ہے

پناہ گاہ کا نقصان

ہمارے پاس کہیں جانے
کا راستہ نہیں ہے

جسمانی زخم

ہمارے گھر کے پچھواڑے
میں لینڈ سلائیڈنگ ہوئی ہے



خاندان کا بکھرنا



نا قابل برداشت
خوف



آفات ہمارے معاشرے کے ساتھ کیا کر سکتی ہیں؟

مادی اشیاء کی تباہی



اوہ!
پل ٹوٹ گیا

زندگی سے منسلک
نقصان ہمارے لیے سنجیدہ مسائل پیدا
کریں گے جس سے ہماری زندگی کا
شیرازہ بکھر جائے گا

ہم پانی پیئے بغیر کیسے
زندہ رہ سکتے ہیں

آپ اس کے نقصان کے بارے میں کیا کچھ سوچ سکتے ہیں؟



عوامی سہولیات کی تباہی

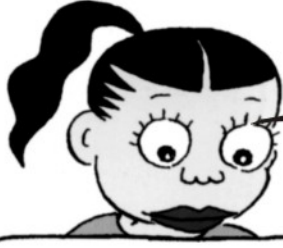


واقعات کا تسلسل

تیز بارش نہ صرف سیلاب بلکہ زمین کی
ناہمواری کا باعث بھی بنتی ہے -
بالائی اور نشیبی علاقے متاثر ہونگے



ہم نے کبھی تصور نہیں کیا کہ ایک آفت کا واقعات سے کیا تعلق
ہے اور ہماری زندگیوں کو کیسے متاثر کر سکتے ہیں؟

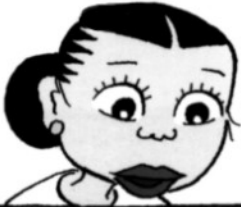


ہمیں یہ بات یاد رکھنے کی ضرورت ہے کہ قدرتی آفات اور انسانی سرگرمیوں کا آپس میں گہرا تعلق ہے۔ یہ بہت ضروری ہے کہ قدرتی آفات سے پہلے اپنے آپ کو تیار رکھیں جو ہمارے اپنے ماحول پر انحصار کرتی ہیں





امدادی مراکز



ہنگامی صورتحال میں ہمیں اپنے ہمسایوں سے پوچھنا چاہیے کہ ہمارے علاقے کے حفاظتی مقامات کون کون سے ہیں



اس طرف آئیں

کیونٹی لرننگ سینٹر

ہنگامی صورتحال میں اپنے خاندان کی احتیاط کرنی چاہیے خاص طور پر حاملہ عورتوں، بچوں اور بوڑھوں کی مدد کے لیے ہر دم تیار رہنا چاہیے

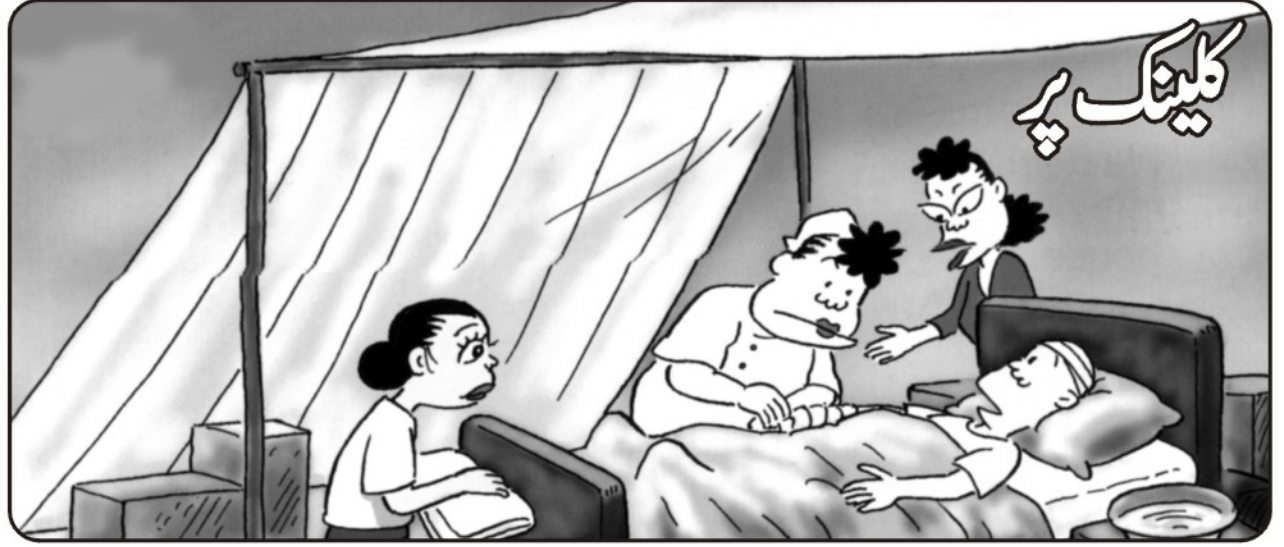




حفاظتی مرکز

یہ بہت ضروری ہے کہ پانی کے ذرائع جانور ٹائلٹ اور کلینک ایک دوسرے سے فاصلے پر ہونے چاہئیں تاکہ بیماریوں سے بچا جاسکے۔





کلینک پر



امی! ہاتھ دھونے کے لیے بہت لمبی قطار ہے

مہیا چین کے رہنے کی جگہ شکر یہ

ہاتھ دھونے کی جگہ

پانی ابلانے کی جگہ



ہمیں اس بات کا یقین ہونا چاہیے کہ گاؤں میں ہر ایک کو یہ چیزیں مل رہی ہیں

ہم ان سہولیات کو کیسے ترتیب دے سکتے ہیں؟

بچوں، بوڑھوں اور حاملہ خواتین کو ان کی زیادہ ضرورت ہے

زخمی لوگوں کو مزید پانی اور ٹولیوں کی ضرورت ہے

یہ بات اہم ہے کہ لوگوں کو ان کی ضرورت کے مطابق چیزیں مہیا کی جائیں

آفات کے رونما ہونے کے بعد ہم کیا کر سکتے ہیں؟



آفات کے لیے اقدامات کے بارے میں لوگوں کی میٹنگ



آفات سے نمٹنے کے لیے اقدامات کرنے کے لیے اجتماعی کوششوں کی ضرورت ہے

حادثات بچوں پر اثر انداز ہوتے ہیں معاشرے کو اس بات کا خاص خیال رکھنا چاہیے اور ان کی ذہنی صحت کو بحال رکھنا چاہیے



سکول اور معاشرے میں حادثوں کے بارے میں تعلیم دینی چاہیے اور اس کے اثرات کم کرنے کے طریقے بتانے چاہیں

حادثے کے اثرات کو کم کرنے کے لیے تیاری کرنا بہت اہم ہے جس کے لیے مشترکہ کاوشوں کی ضرورت ہے



ہم آفات سے نمٹنے کے لیے کیا کر سکتے ہیں؟

خطرے کی گھنٹی کے نظام کو درست رکھنا چاہیے تاکہ خطرے کے وقت گھنٹی بج کر لوگوں کو آگاہ کیا جاسکے



معاشرے میں آفات کی جانچ پڑتال کے لیے نقشہ ہونا چاہیے



محفوظ مقامات کے بارے میں معلومات رکھنا چاہیے تاکہ بوقت ضرورت وہاں جایا جاسکے

کیونٹی لرننگ سینٹر ان مصیبت زدہ لوگوں کے لیے پناہ کی جگہ ہوگی جہاں وہ قیام کر سکیں گے



اپنے گاؤں میں آفات سے بہتر طریقے سے
نمٹنے کے لیے ہم اپنے آپ کو کیسے تیار کر سکتے ہیں



قدرتی آفات سے نمٹنے کے لیے ایک ٹیم کی تشکیل

قدرتی آفات سے نمٹنے کا نظام

ہر ممبر کو اپنا کردار ادا کرنا چاہیے



آپ کو بھی امدادی سینٹرز کے بارے میں معلومات ہونی چاہئیں



سکول میں

کیونٹی میں

برائے مہربانی
امدادی سینٹر کا
راستہ یاد رکھیں

ایمرجنسی بیگ کی تیاری

ایمرجنسی لائٹس
روپے
پینے کا پانی
خوراک
بیٹریز
ریڈیو

کیا اور چیزیں بھی آپ
پہلے سے ہی تیار
رکھ سکتے ہیں

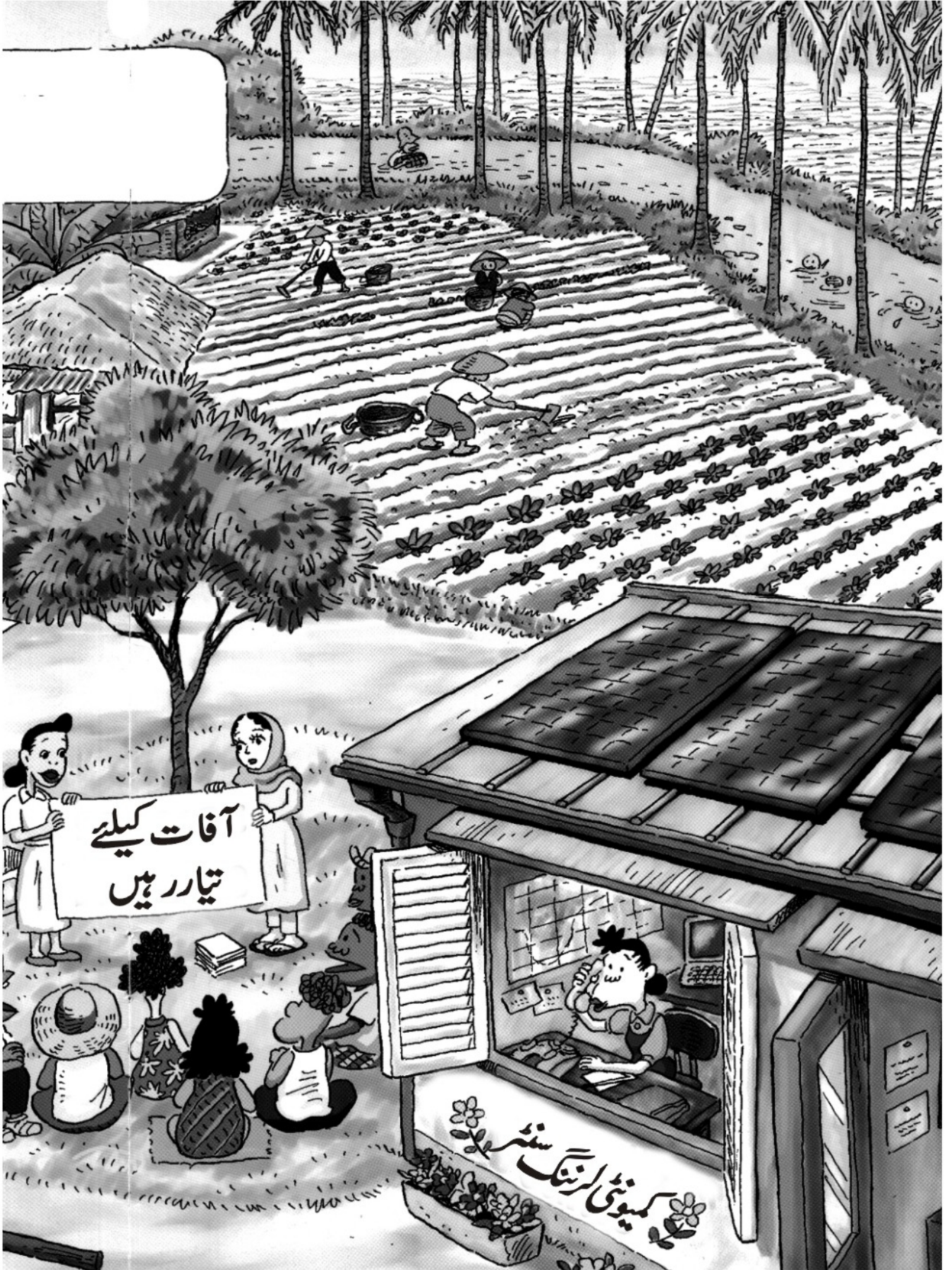


اب ہی آغاز کیوں نہیں؟

اب ہمارے گاؤں میں آفات سے نمٹنے کی تیاری ہو چکی ہے
 * آپ اپنے گاؤں میں کیا کریں گے * ابھی سے اس کی تیاری کیوں نہیں

آگے بڑھیں بلکہ آپ کو آج سے اور ابھی سے کام کا آغاز کر دینا چاہیے
 تاکہ آفات سے جلد از جلد چھٹکارہ حاصل کیا جاسکے





قدرتی آفات میں سے زلزلہ بھی ایک آفت ہے

زلزلے کے دوران حفاظتی اقدامات

جب آپ زلزلے کے جھٹکے محسوس کریں تو دروازے کی چوگاٹ، کسی ڈیسک یا مضبوط میز کے نیچے کھڑے ہو جائیں۔ ان چیزیں سے دور رہیں جو گر سکتی ہیں۔ مثلاً کھڑکیاں، کتابوں کی الماری، بھاری بھر کم شیشے، وزنی چیزیں اور لٹکتے ہوئے پودے وغیرہ۔ پلستر اور چھت سے گرنے والی اینٹوں سے محتاط رہیں۔ جب تک جھٹکے محسوس ہوں تو چبوترے کے نیچے ہی کھڑے رہیں۔ جب زلزلہ ختم ہو تو حرکت کریں۔ اگر آپ کسی بلند و بالا عمارت کے اوپر ہیں اور کوئی میز اور ڈیسک آپ کے قریب نہیں ہے تو آپ پر لازم ہے کہ اپنے سر کو اپنے بازوؤں کی مدد سے ڈھانپ لیں تاکہ آپ کسی چیز کی ضرب اور چوٹ سے محفوظ رہیں۔ شیشے کی کھڑکیاں ٹوٹ جاتی ہیں اور آٹا فانا شیشے کے ریزے ہوا میں تیرنا شروع کر دیتے ہیں اور سینکڑوں فٹ کی بلندی تک چلے جاتے ہیں۔ لہذا اس سلسلے میں کچھ حفاظتی اقدامات بتائے جا رہے ہیں، ان پر عمل کریں۔

- 1- دوران زلزلہ بھاگ کر عمارت سے باہر نکلنا خطرناک ہے کیونکہ ملبہ اور اینٹیں گر رہی ہوتی ہیں، جس سے عمارت کے قریب لوگوں کے زخمی ہونے کا خطرہ رہتا ہے۔
- 2- اگر آپ گھر سے باہر ہیں تو کسی کھلے میدان میں چلے جائیں جہاں درخت، سائن بورڈ، عمارت اور بجلی کی تاریں نہ ہوں۔
- 3- اگر آپ کار چلا رہے ہیں تو کار کو کسی کونے میں کھڑی کر کے بند کر دیں۔ جب تک زلزلہ بند نہ ہو اپنے آپ کو کار میں محصور کر لیں۔
- 4- اگر آپ کسی سٹور میں ہیں تو وہاں پڑی ہوئی الماری سے دور ہٹ جائیں کیونکہ اس میں پڑے سامان کے بکھرنے کا ڈر ہوتا ہے۔
- 5- اگر آپ وہیل چیئر (پہیوں والی کرسی) پر بیٹھے ہیں، اسے لاک کر دیں اور اپنے سر کو بازوؤں سے ڈھانپ لیں۔
- 6- اگر آپ باورچی خانے میں ہیں تو فریج، چولہے اور الماری وغیرہ سے دور رہیں۔
- 7- اگر آپ کسی سینما گھر، سٹیڈیم، آڈیٹوریم یا مسجد میں ہیں تو اپنی سیٹوں پر بیٹھے رہیں اور سر کو بازوؤں سے ڈھانپ لیں۔ باہر نکل کر بھاگنے کی کوشش نہ کریں، آپ نقصان سے دوچار ہو جائیں گے۔
- 8- عمر رسیدہ، مفلوج اور جسمانی نقائص والے لوگ زلزلے کے دوران جلدی حرکت کر کے اپنا بچاؤ نہیں کر سکتے تو ایسی منصوبہ سازی کریں کہ کوئی بندہ ان کی مدد کرے۔ ان کے لئے خوراک اور ادویات کو سٹور کر کے بوقت ضرورت ان

کو استعمال کروائی جائے۔

9- جو نہی زلزلے کے جھٹکنے ختم ہوں تو ریڈیو لگا کر خبریں سنیں تاکہ حفاظتی اقدامات کے بارے میں اور ہنگامی حالات کے بارے میں کچھ پتہ چل سکے اور جان محفوظ کرنے میں مدد مل سکے۔

10- جب زلزلہ ختم جائے تو زلزلہ زدہ عمارتوں سے باہر نکل آئیں۔

11- ابتدائی طبی امداد کے بارے میں سیکھیں۔

12- اپنے خاندان کے افراد کے لئے زلزلے کے بارے میں منصوبے کی شکل کی کوئی چیز ضرور لکھ چھوڑیں کہ فلاں فلاں وقت کیا کیا کرنا چاہئے وغیرہ۔

13- ابتدائی طبی امداد کی کٹس ہر وقت تیار رکھیں اور اس میں ضروری سامان ضرور موجود ہونا چاہئے تاکہ ہنگامی صورت حال میں حالات کا مقابلہ کیا جاسکے۔ کٹس میں درج ذیل چیزیں ضرور ہونی چاہئیں:

(i) سلپروں کی ایک جوڑی (ii) کپڑے (iii) ٹارچ/ بیٹری

(iv) ماچس کی ڈبیہ (v) کچھ کھانے پینے کا خشک سامان وغیرہ (vi) پانی کی ایک بوتل

(vii) ضروری ادویات

آپ خاص طور پر بجلی سے احتیاط کریں کہ کوئی تنگی تار آپ کو چھونے جائے۔

پاکستان میں دونوں آفات یعنی سیلاب اور زلزلہ بار بار آنے کا شہ ہے اس لئے آپ پر لازم ہے کہ آپ ہر دم

مختار ہیں۔

ظہیر الدین بابر

مینیجر ایڈمن اینڈ فنانس

بنیاد فاؤنڈیشن لاہور

یہ صرف ہمارا سیارہ ہے



ہمیں یہ یاد رکھنا چاہیے
کہ قدرتی آفات اور انسانی
سرگرمیاں ایک دوسرے کے
ساتھ قریبی تعلق رکھتی ہیں

آؤ اپنے خاندان اور دوستوں
کے ساتھ مل کر سوچیں کہ ہم کیسے
محفوظ کیونینز تعمیر کر سکتے ہیں

آفات کے اثرات کو کم کرنے
اور اپنی جانوں کو بچانے کے لیے
مؤثر قدرتی آفات سے نمٹنے کے
حفاظتی تدابیر کے نظام کو بہتر
بنانا اور تشکیل دینا بہت ضروری ہے

Illustration by Suzuki Shinichi (Japan), Character Design by LAT (Malaysia)
Special thanks to the Asian Disaster Reduction Center (ADRC)
This booklet is developed under the package Learning Materials on
Environment 4 (PLANET 4) in cooperation with UNESCO Asia and Pacific
Regional Bureau for Education

Published by the Asia-Pacific Cultural Centre for UNESCO (ACCU)
6, Fukuromachi, Shiniuku-ku, Tokyo Japan 162-8484
Tel: +81-(0)3-3269-4559/4435 Fax: +81-(0)3-3269-4510
E-mail: education@accu.or.jp
Asia-Pacific Literacy Date base: <http://www.accu.or.jp/litdbase/>

Bunyad Thanks UNESCO and ACCU for giving the permission
to print the urdu translation of book.