Sindh Union Council and Community Economic Strengthening Support Programme

ڪميونٽي جي عملي رهنمائيءَ لاءِ ڪتابڙو

(سي آر پيءَ لاءِ مينيوئل)

RSPN

NRSP
National Rural Support Programme

TRDP

Prepared by: Rural Support Programmes Network (RSPN)

Designed by: Abdul Qadir

Printed By: Mashallah Printers, Islamabad.

Copyrights © 2016

Disclaimer:

"This publication has been produced by RSPN with the assistance of the European Union. The contents of this publication are the sole responsibility of RSPN and can in no way be taken to reflect the views of the European Union."

Sindh Union Council and Community Economic Strengthening Support (SUCCESS) Programme

ڪميونٽي جي عملي رهنمائيءَ لاءِ ڪتابڙو

(سي آر پيءَ لاءِ مينيوئل)

فهرست

تعارف	3
استعمال بابت هدايتون	4
حاضري شيٽ	5
سيشن 1: ماءُ ۽ ٻار جي سنڀال (ويم کان اڳ، ويم ، دوران ۽ ويم کان پوءِ)	6
سيشن 2: ڳورهارين عورتن ۽ ٻارڙن لاءِ حفاظتي ٽڪن جو ڪورس، دست ۽ نمونيا کان بچاءُ	8
سيشن 3: پيدائش ۾ وقفي جي اهميت	10
سيشن 4: غذا / خوراڪ	12
سيشن 5: H.I.V ۽ AIDs ايچ آئي وي ۽ ايڊز	13
سيشن 6: صفائي سُٿرائي	14
سيشن 7: صاف پاڻي ۽ صحت جو بچاءُ	16
سيشن 8: ٻارڙن جي تعليم	18
سيشن 9: قدرتي آفتن جي خطرن ۾ گھٽتائي	20
سيشن10: بنيادي معاشرتي ۽ آئيني جق	22
سيشن 11: رجسٽريشن (ڄمر، شناختي ڪارڊ، نڪاح نامي ۽ موت جي داخلائن جو رڪارڊ	24
سيشن 12 ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديليءَ جا سبب	26

كميونٽي جي عملي رهنمائيءَ لاءِ ڪتابڙو

تعارف:

پاڪستان دنيا جي انهن ڪُجھ ملڪن ۾ شامل آهي جتي معياري صحت ۽ تعليم جي سهولتن جو نہ هجڻ، گندي پاڻيءَ جي نيڪال، قدرتي آفتن، بنيادي ۽ معاشرتي حقن جو نہ هجڻ، ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديلين جي اثرن جهڙا وڏا مسئلا موجود آهن. انهيءَ غير معياري صورتحال جا ڪيترائي سبب آهن. جڏهن تہ انهن مسئلن تي ضابطو آڻڻ لاءِ سرڪاري ۽ غيرسرڪاري ادارن جو ڪردار تمام گهڻو اهم آهي. اهي ادارا، معياري خدمتن ۽ معلوماتي مُهمن ذريعي انهن مسئلن تي ضابطو آڻي سگهن ٿا. ان صورتحال کي بهتر ڪرڻ ۾ رُورَل سپورٽ پروگرام نيٽ ورڪ، (RSPN) ، يورپين يونين جي سهڪار سان عوام تائين چاڻ ۽ معلومات پهچائڻ لاءِ يونين ڪائونسل سطح تائين معلومات پُهچائڻ جو پروگرام شروع ڪيو آهي، جنهن هيٺ مختلف موضوعن بابت عوام تائين معلومات پهچائي ويندي.

اها معلومات مرحلي وار ڳوٺ جي سطح تي ناهيل تنظيمن وسيلي عوام تائين پهچائي ويندي. هن پروگرام هيٺ ٻار جي جنم کان وٺي سندس سڄي زندگيءَ ۾ ايندڙ لاهن چاڙهن بابت معلومات ڏني ويندي، جنهن تي عمل ڪندي، ڪو بہ انسان هڪ حد تائين معياري زندگي گذاري سگهي ٿو. هن پروگرام ۾ 12 موضوعن هيٺ هڪ سال جي عرصي ۾ ماهوار بنيادن تي اها معلومات پهچائي ويندي. جنهن جا موضوع هيٺيان هوندا

1. ماءُ ۽ ٻار جي سنڀال (ويم کان اڳ، ويم دوران، ۽ ويم کان پوءِ)
2. ڳورهارين عورتن ۽ ٻارڙن لاءِ حفاظتي ٽڪن جو ڪورس. .
3. پيدائش ۾ وقفي جي اهميت
4. غذا / خوراڪ خوراڪ
5. H.I.V ۽ AID ايچ آئي وي ۽ ايڊز
6. صفائي سُترائي
7. صاف پاڻي ۽ صحت جو بچاءُ .
8. ٻارڙن جي تعليم
9. قدرتي آفتن جي خطرن ۾ گهٽتائي
10. بنيادي معاشرتي ۽ آئيني حق
11. رجسٽريشن (جنم، شناختي ڪارڊ، نڪاح نامي ۽ موت جي داخلائن جو رڪارڊ.
12. ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديليءَ جا سبب.

استعمال بابت هدايتون:

هي مشاورتي ڪارڊ، ڪميونٽي ۾ رهندڙ ۽ انهن سان گڏ ڪم ڪندڙ ماڻهن لاءِ خاص طور تي تيار ڪيا ويا آهن، انهن ڪارڊن جو بنيادي مقصد ماڻهن ۾ اهڙن روين کي اُجاگر ڪرڻ آهي جيڪي ٻار ۽ ماءُ جي بهتر صحت لاءِ فائدي مند هجن ۽ هر شهريءَ کي سندس بنيادي حق برابريءَ جي بُنياد تي پهچائڻ جي رهنمائي ڪن ۽ قدرتي آفتن سان لاڳاپيل ممڪن خطرن کان محفوظ رکڻ ۽ موسمياتي تبديلين مان فائدو وٺڻ ۾ مددگار ثابت ٿين.

اوهان هي ڪارڊ انفرادي ۽ اجتماعي/ گڏيل مشاورت لاءِ استعمال ڪري سگهو ٿا. اهو ضروري آهي ته ڪارڊن کي استعمال ڪان اڳ، چڱيءَ طرح سان پڙهو ته جيئن موقعي جي مناسبت سان اوهان پنهنجي ڳالهه ٻولهه بغير رنڊڪ جي جاري رکي سگهو.

مشاورت ڪرڻ وقت اُنهن ڪارڊن کي اهڙيءَ جاءِ تي رکو يا اهڙيءَ ريت پڪڙيو ته جيئن تصوير جو رُخ مشاورت لاءِ ايندڙ ماڻهن پاسي هجي. جڏهن ته پيغامن جو رخ سهولت ڪار ڏانهن هجي.

جڏهن اوهان هڪ ڪارڊ استعمال ڪري وٺو ته ان کي ڦيرائي ٻئي ڪارڊ جو تصويري رخ سامهون آڻيو. اهڙي ريت پيغامن جو رخ سهولت ڪار ڏانهن هوندو. صرف اُنهن ڪارڊن جو استعمال ڪريو جيڪي بحث هيٺ ايندڙ عنوان بابت هجن.

سيشن شروع ڪرڻ وقت سڀني شرڪت ڪندڙن جي حاضري اڳئين صفحي تي ڏنل فارم تي وٺو.
مشاورت شروع ڪرڻ کان اڳ سيشن ۾ موجود ماڻهن کي سلام ڪريو ۽ سندن شرڪت ڪرڻ لاءِ ٿورا مڃيو.
شرڪت ڪندڙن کان ڪجهه عام سوال ڪريو ۽ گذريل سيشن جي اهم پيغامن کي ورجائيندي گفتگو/ ڳالهه ٻولهه کي اڳتي وڌايو ته جيئن شرڪت ڪندڙن جي ڳالهه ٻولهه ۾ حصو وٺڻ جي حوصلہ افزائي ٿئي.

سيشن ۾ شرڪت ڪندڙن جي شموليت (Participation) کي اثرائتو بڻائڻ لاءِ سيشن دوران انهن کان سوال جواب ڪيا ويندا آهن. شرڪت ڪندڙن جي سوالن جا تسلي بخش جواب ڏيو.

سيشن مڪمل ٿيڻ تي سڀني شرڪت ڪندڙن جو سندن قيمتي وقت ڏيڻ تي هڪ ڀيرو ٻيهر ٿورو مڃيو.

معلوماتي ڳڏجاڻيءَ جي حاضري شيٽ

معلوماتي ڳڏجاڻيءَ جو عنوان:____

تنظيم جو نالو:	تاريخ:
سي آر پي جو نالو:	اداري جو نالو:
پاڙي مُحلي / ڳوٺ جو نالو	ڳڏجاڻيءَ جو هنڌ:
يونين ڪائونسل :	تعلقو/ ضلعو:

نمبر شُمار	عورت/ مرد جو نالو	مڙس / پيءُ جو نالو	صحيح / آڱوٺي جو نشان
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

سي آر پي جي صحيح :________ صدر / مئينيجر جي صحيح :________________

سيشن نمبر 1

ماءُ ۽ ٻار جي سارسنڀال

(ويم کان اڳ، ويم دوران۽ ويم کان پوءِ)

پهريون مرحلو:

سهولت ڪار، شرڪت ڪندڙن کي پليڪار چوڻ کان پوءِ سيشن جي شروعات الله تعاليٰ جي نالي سان ڪري ۽ ڪين ٻڌائي ته قدرت جي نظام ۾ انساني زندگيءَ جي شروعات ماءُ جي ڳورهاري ٿيڻ سان ٿئي ٿي. جنهن جي حفاظت ڪري ڪنهن به انسان جي صحتمند زندگيءَ جي معيار کي بهتر ڪري سگهجي ٿو. اسان جي پروگرام جو پهريون موضوع ماءُ ۽ ٻار جي سارسنڀال آهي. جنهن هيٺ ويم کان اڳ، ويم دوران ۽ ويم کان پوءِ پيش ايندڙ مشڪلاتن تي ضابطو آڻڻ لاءِ معلومات ڏني ويندي. جڏهن ان ڳالهه جي پڪ ٿئي ته ماءُ ڳورهاري آهي ته ان کان پوءِ ڪيس گهڻي توجهه ۽ وڌيڪ خوراڪ جي ضرورت هوندي آهي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار گڏجاڻي ۾ حاضر ميمبرن کان پڇي ته جڏهن انهن جي گهرن ۾ ڪائي عورت ڳورهاري ٿيندي آهي ته هو ان جي سٺي صحت لاءِ ڪهڙين ڳالهين جو خيال رکندا آهن. شرڪت ڪندڙن جا جواب وٺڻ کان پوءِ انهن کي ٻڌايو ته ٻين ڳالهين سان گڏوگڏ ڳورهاري عورت کي صحت مرڪز ۾ موجود ليڊي ڊاڪٽر، نرس يا ليڊي هيلٿ وزيٽر کان معائنو ڪرائڻ تمام ضروري آهي ائين ڪرڻ سان اسان کي ماءُ ۽ ٻار جي سٺي صحت، واڌ ويجهه ۽ حمل دوران پيش ايندڙ خطرناڪ علامتن بابت اڳواٽ خبر پوندي آهي. معائنو ڪرائڻ سان اسان کي ڳورهاري عورت جي بلڊ پريشر، وزن ۽ خون جي گهٽتائي ۽ ٻار جي واڌ ويجهه بابت ڄاڻ حاصل ٿئي ٿي. ان دوران ڊاڪٽر ڳورهاري عورت کي بهتر ۽ حمل دوران فولاد (فولڪ ايسڊ) جي باري ۾ ٻُڌائيندي آهي ۽ ان ڪانسواءِ حمل دوران لڳندڙ حفاظتي ٽڪن لڳرائڻ جي صلاح پڻ ڏيندي آهي.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پڇي ته ڇا اوهان کي خبر آهي ته ڳورهاري عورت جو معائنو ڪڏهن ۽ حمل دوران ڪيترا دفعا ڪرائڻ گهرجي، شرڪت ڪندڙن جا ملڻ ڪانپوءِ ، انهن کي ڪارڊ نمبر هڪ جي مدد سان معائنو ڪرائڻ جو شيڊيول ڏيکاري ۽ سمجهائي.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته حمل دوران ڪهڙيون ڪهڙيون خطرناڪ علامتون ٿي سگهن ٿيون ۽ انهن ڪي منهن ڏين لاءِ اسان ڪي ڪهڙا قدم کڻڻ گهرجن. شرڪت ڪندڙن جا جواب وٺڻ بعد ڪارڊ نمبر 2 جي مدد سان خطري جي علامتن بابت ٻڌايو . اهڙيون حالتون جن ۾ عورتن ڪي حمل ۽ ويم دوران شديد مشڪلاتون ٿي سگهن ٿيون انهن بابت تفصيل سان ٻڌايو ۽ انهن جي رهنمائي ڪريو ته حمل دوران خطري جي ڪا به علامت ظاهر ٿيڻ جي صورت ۾ جلدي ڪنهن ويجهي اسپتال سان رابطو ڪن.

پنجون مرحلو:

شرڪت ڪندڙن ڪان پڇو ته ويم ڪان اڳ ڪهڙين ڪهڙين شين جي اڳواٽ رٿابندي ڪرڻ گهرجي. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب اچڻ بعد ڪين ڪارڊ نمبر 3 جي مدد ويم ڪان پهرئين ڪيا ويندڙ ضروري اُپائن بابت تفصيل سان ٻڌايو ۽ ڪارڊ نمبر 4 جي مدد سان ويم دوران ۽ ويم ڪان پوءِ پيش ايندڙ خطرناڪ علامتن بابت معلومات ڏيو ۽ شرڪت ڪندڙن ڪي صلاح ڏيو ته ويم جي دوران يا ويم ڪانپوءِ ڪنهن به قسم جي خطرناڪ علامتن ظاهر ٿيڻ جي صورت ۾ هڪدم ڊاڪٽر سان رابطو ڪريو. ڄم ڪان هڪ پوءِ پهرئين ڪلاڪ جي اندر اندر ٻار ڪي ماءُ جو کير ڏيو ۽ 48 ڪلاڪن تائين ته وهنجاريوءِ ڄمڻ جي پهرئين هفتي جي دوران ٿي حفاظتي ٽُڪن جو ڪورس شروع ڪرايو.

ڇهون مرحلو:

سهولت ڪار، شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته نئين ڄاول ٻارم ڄمڻ ڪان پوءِ ڪهڙيو ڪهڙيون خطرناڪ علامتون ٿي سگهن ٿيون. شرڪت ڪندڙن جا جواب وٺڻ ڪانپوءِ انهن ڪي ڪارڊ نمبر 4 جي مدد سان نئين ڄاول ٻار ۾ ٿيندڙ ممڪن خطرناڪ علامتن بابت تفصيل سان ٻڌايو ۽ انهن جي رهنمائي ڪريو ته ڄمڻ ڪانپوءِ جلدي نئين ڄاول ٻار ۾ خطرناڪ علامتون ظاهر ٿيڻ جي صورت ۾ هڪدم ڊاڪٽر سان رابطو ڪريو.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي سهولت ڪار ڪين ٻڌائي ته اسان اڳئين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءِ سان ڪنداسين.

سيشن نمبر 2

حفاظتي ٽُڪن جو ڪورس، دست ۽ نمونيا کان بچاءُ

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙن کي ڀليڪار ڪرڻ کان پوءِ الله تعالي جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪريو. شرڪت ڪندڙن کان پڇو ته پوئين سيشن جا اهم پيغام ڪهڙا هئا. انهن تي ڳالهه ٻولهه ڪري اهم پيغام ورجايوءِ انهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏيو.

ٻيو مرحلو:

سي آر پي CRP شرڪت ڪندڙن کان پڇي ته ڳورهارين عورتن ۽ ٻارن لاءِ حفاظتي ٽُڪا ڇو ضروري آهن ۽ اهي ٽُڪا ڪهڙين بيمارين کان محفوظ رکندا آهن. شرڪت ڪندڙ کان جواب وٺڻ کان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 5 جي مدد سان انهن کي ٻُڌائي ته حفاظتي ٽُڪا ٻارڙن کي 9 خطرناڪ بيمارين کان بچائن ٿا. جڏهن ته ماءُ کي جهٽڪن جي بيماريءَ کان بچائن ٿا ۽ شرڪت ڪندڙن کي عورتن کي لڳندڙ جهٽڪن جي بيماريءَ کان بچاءَ جي ٽُڪن جي ڪورس بابت ٻُڌائي. ٻارڙن کي بيمارين کان بچاءُڻ لاءِ ۽ ٻارن جي حفاظتي ٽُڪن جي ڪورس بابت پڻ تفصيل سان ٻُڌائي ۽ سمجهائي ته نئين ڄاول ٻار کي ڄمڻ وقت، ڇهن ۽ ڏهن هفتن کان پوءِ ۽ نون ۽ پندرنهن مهينن جي عمر ۾ حفاظتي ٽُڪا لڳرايو اور حفاظتي ٽُڪن جي ڪورس جو ڪارڊ پاڻ وٽ سنڀالي رکو.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي ته ننڍڙن ٻارن ۾ موت جي شرح ۾ دستن جي بيمارين ۽ نمونيا سڀ کان اهم سبب آهن. سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پڇي ته هنن جي خيال ۾ دستن جي ببيماريءَ جو نشانيون ڪهڙيون آهن، انهن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪين ڪارد نمبر 6 جي مدد سان دستن جي بيمارين جون علامتون ٻڌائي ۽ انجي علاج لاءِ انهن کان پڇي ته اهڙي صورتحال ۾ ڇا ڪرڻ گهرجي ۽ نمڪول يا او آر ايس ٺاهڻ جو طريقو ڇا آهي ان تي انهن کان عملي مظاهرو به ڪرائي . شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪارڊ نمبر 6 جي مدد سان انهن کي نمڪول ٺاهڻ جو طريقو ۽ ٻارن کي دستن جي بيماريءَ کان بچاءَ لاءِ ضروري اُپائن بابت ِ ٻُڌائي. دستن جي صورت خطرناڪ علامتون ڪهڙيون تي سگهن ٿيون انهن بابت ٻڌائيندي شرڪت ڪندڙن جي رهنمائي ڪري ته دستن جي بيماريءَ ۾ خطرناڪ علامتن جي ظاهر ٿيڻ جي حالت ۾ هو هڪدم ٻار کي ويجهي اسپتال ڏانهن ڪٺي وڃن.

چوٿون مرحلو:

سياري جي مند ۾ 5 سالن کان گهٽ عمر وارا ٻار اڪثر نمونيا جو شڪار ٿيندا آهن. اها هڪ خطرناڪ بيماري آهي جيڪا ا الله نہ ڪري ڪنهن ٻار جي حياتي بہ وٺي سگهي ٿي. ڇا توهان کي خبر آهي تہ نمونيا جون نشانيون ڪهڙيون آهن؟ شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ سهولتڪار ڪارڊ نمبر 7 جي مدد سان انهن کي خطرناڪ نشانين بابت ٻڌائي ۽ مشورو ڏئي تہ ٻارن کي انهيءَ بيماريءَ کان بچائڻ لاءِ سياري ۾ سيءَ کان بچايو ۽ حفاظتي ٽڪن جو ڪورس مڪمل ڪريو ۽ جيڪڏهن ٻار کي نمونيا ٿي بہ وڃي تہ ٻار کي ماءُ جو کير / ٿڃ جاري رکو ۽ بيماريءَ ۾ ۽ بيماري ۽ کان پوءِ معمول کان وڌيڪ خوراڪ ڏيو.

آخر ۾ شرڪت ڪندڙ جا ٿورا مڃيندي انهن کي ٻڌايو تہ اڳئين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءَ سان ڪنداسين .

سيشن نمبر 3

پيدائش ۾ وقفي جي اهميت

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙن کي ڀليڪار ڪرڻ کان پوءِ الله تعالي جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪريو. شرڪت ڪندڙن کان پڇو تہ پوئين سيشن جا اهم پيغام ڪهڙا هئا. انهن تي ڳالهہ ٻولهہ ڪري اهم پيغام ورجايوءِ انهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏيو.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻڌائي تہ ماءُ ۽ ٻار جي بهتر صحت لاءِ هڪ ٻار جي ڄمڻ کان ٻئي ٻار جي ڄمڻ جي وچ ۾ ٽن سالن جو وقفو نهايت ضروري آهي جيڪو معاشرتي ۽ طبي حوالي سان سڀني صحت لاءِ ضروري آهي. انهيءَ ڏس ۾ اسان جو مذهب اسلام واضع رهنمائي ڪري ٿو ۽ مذهبي حوالي سان ٻار کي ماءُ جو کير پيارڻ جو عمل ٻن سالن ۾ مڪمل ٿئي ٿو. ماءُ جو کير ٻار لاءِ شروعاتي غذا ۽ ٻار جي جسم ۾ مدافعت جي طاقت پيدا ڪرڻ جو هڪ قدرتي وسيلو آهي. ٻن ٻارن جي پيدائش ۾ ٽن سالن جو وقفو ان صورت ۾ ممڪن آهي جڏهن ماءُ ٻن سالن دوران ٻيهر ڳورهاري نہ ٿئي. تحقيق مان ثابت ٿيو آهي تہ ٻن سالن تائين ماءُ جو کير پيئندڙ ٻار ٻين ٻارن (جيڪي ماءُ جو کير نٿا پيئن) جي مقابلي ۾ وڌيڪ صحتمند ۽ مدافعت جي قوت رکن ٿا.

ٽيون مرحلو:

پيدائش ۾ وقفي جي اهميت کي وڌيڪ ڄاڻڻ لاءِ اچو تہ هڪ ڪهاڻي ٻڌون. ڪهاڻيءَ جا ٻہ پاسا آهن. هڪ هاڪاري ٻيو ناڪاري. سهولت ڪار ڪارڊ نمبر 8 جي مدد سان ڪهاڻيءَ جو ناڪاري تصويري پاسو شرڪت ڪندڙن کي ڏيکاري ۽ سمجهائي ۽ ڪهاڻيءَ جو ٻيو هاڪاري پاسو ڪارڊ نمبر 9 جي مدد سان شرڪت ڪندڙن کي تفصيل سان ٻڌائي ۽ سمجهائي. انهن کان پُڇي تہ ڪهاڻيءَ جو ڪهڙو پاسو ماءُ ۽ ٻار جي صحت لاءِ وڌيڪ بهتر آهي ۽ ڇو؟ شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ بعد ڪين ٻُڌايو تہ جنهن ڪهاڻيءَ ۾ مناسب وقفي جو ذڪر آهي اها ماءُ ۽ ٻار جي صحت لاءِ بهتر آهي.

چوٿون مرحلو:

شرڪت ڪندڙن کان پڇو تہ اوهان ڪڏهن وقفي جي طريقن جا نالا ٻڌا آهن يا اوهان مان جنهن وقفي جي ڪنهن بہ طريقي تي عمل ڪيو آهي؟ اوهان مان ڪير ٻڌائيندو تہ وقفي جا ڪهڙا ڪهڙا طريقا آهن؟ شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ بعد ڪارڊ نمبر 10 جي مدد سان سڀني شرڪت ڪندڙن کي

وقفي جي طريقن بابت تفصيل سان ٻڌايو ۽ گڏوگڏ اهو به ٻڌايو ته انهن طريقن جا ڪهڙا وقتي اثر ٿي سگهن ٿا ۽ اهي طريقا ڪٿان حاصل ڪري سگهجن ٿا ۽ شرڪت ڪندڙن ۾ شادي شده جوڙن کي وقفي جي طريقن تي عمل ڪرڻ تي راضي ڪريو.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيو ۽ کين ٻڌايو ته اسان اڳئين سيشن جي شروعات هن سيشن جي اهم پيغامن جي ورجاءُ سان ڪنداسين.

سيشن نمبر 4

غذا ۽ خوراڪ

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙن کي ڀليڪار ڪرڻ کان پوءِ الله تعالي جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪريو. شرڪت ڪندڙن کان پڇو تہ پوئين سيشن جا اهم پيغام ڪهڙا هئا. انهن تي ڳالهہ ٻولهہ ڪري اهم پيغام ورجايوءِ انهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏيو.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻڌائي تہ خوراڪ سان ڀريل غذا ٻارن جي واڌويجهہ لاءِ بيحد ضروري آهي ڇو تہ ٻارن جي جي ذهني ۽ جسماني واڌ ۾ اهم ڪردار ادا ڪندي آهي خوراڪ جي گهڻٽائي ٻارن جي جسماني ۽ ذهني واڌ ويجهہ کي تمام گهڻو متاثر ڪندي آهي جيڪا بعد ۾ پوري خاندان لاءِ پريشانيءَ جو سبب بڻبي آهي. سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي تہ خوراڪ جي گهڻٽائيءَ جي ڪري ٻارن ۾ ڪهڙي طرح جا مسئلا پيدا ٿيندا آهن. شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ بعد ڪارڊ نمبر 11 جي مدد سان ٻارن جي خوراڪ جي گهڻٽائي جي نشاندهي ڪرڻ ۾ شرڪت ڪندڙن جي مدد ڪري ۽ خوراڪ جي گهڻٽائي جي اثرن کي شرڪت ڪندڙن کي تفصيل سان ٻڌائي.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي تہ ماءُ جي خوراڪ ۾ بهتري ڪيئن آڻي سگهجي ٿي. شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪارڊ نمبر 12 جي مدد سان ماءُ جي خوراڪ ۾ بهتري آڻڻ لاءِ ضروري اُپائن جي باري ۾ ٻُڌائي ۽ نوجوان ڇوڪرين ۽ ڳورهارين (حمل وارين) عورتن جي ڪاڌ خوراڪ جي خاص خيال رکڻ جي صلاح ڏي.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پڇي تہ ٻارن جي خوراڪ ۾ بهتري لاءِ ڪهڙا ممڪن قدم کڻي سگهجن ٿا. شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 13 جي مدد سان تفصيل ٻُڌائي ۽ انهن جي رهنمائي ڪري تہ ٻارن کي متوازن غذا ڏين جيڪا هڪ سٺي صحت جي ضامن آهي.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جو ٿورو مڃي ۽ اهو ٻُڌائي تہ اسان ايندڙ سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ٻڌل اهم پيغام جي ورجاءَ سان ڪنداسين

سيشن نمبر 5

ايچ آءِ وِي ۽ ايڊز

پهريون مرحلو:

سرڪت ڪندڙن کي ڀليڪار ڪرڻ کان پوءِ الله تعاليٰ جي برڪت ڀري نالي سان شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن کان پڇي ته پوئين سيشن ۾ اهم پيغام ڪهڙا هئا. انهن تي ڳالهه ٻولهه ڪرڻ کان پوءِ اهم پيغامن کي ورجائيندي صلاح ڏجي ته انهن تي عمل ڪن ته جيئن ماءُ ۽ ٻار جي ذهني ۽ جسماني واڌ ويجهه ٿي سگهي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار ڪارڊ نمبر 14 تي ڏنل تصوير شرڪت ڪندڙن کي ڏيکاري ۽ پڇي ته ايچ آءِ وِي ۽ ايڊز ڇا آهي؟ شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ سهولت ڪار انهن کي ٻڌائي ته ايڊز هڪ وچڙندڙ ۽ خطرناڪ بيماري آهي. هي مرض هڪ خاص وائرس سان ڦهلبو آهي جيڪو جسم جي مدافعتي نظام کي تباهه ڪري ڇڏيندو آهي. هن مرض جي هجڻ ڪري جيڪا بيماري به انساني جسم ۾ داخل ٿيندي آهي اها بيماري ڏاڍي ۽ وچڙندڙ صورت اختيار ڪندي آهي ايڊز جي وائرس کي ايچ آءِ وِي چوندا آهن.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان ايڊز جي علامتن جي باري ۾ پڇي ته انهن جي خيال ۾ ايڊز جون علامتون ڪهڙيون آهن؟ شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ انهن کي تصوير نمبر 14 جي مدد سان ايڊز جون علامتون ٻڌائي. پوءِ شرڪت ڪندڙن کان ايڊز جي ڦهلجڻ بابت سوال ڪري ۽ جواب وٺڻ بعد ڪارڊ نمبر 15 جي مدد سان ايڊز جي ڦهلجڻ جي ذريعن تي تفصيلي ڳالهه ٻولهه ڪري.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پڇي ته انهن جي خيال ۾ ايڊز کان بچڻ ڪيئن ممڪن آهي شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪارڊ نمبر 16 جي ذريعي شرڪت ڪندڙن کي ايڊز کان بچڻ جي ممڪن طريقن جي باري ۾ تفصيل سان ٻڌائي ۽ پيغام ڏي ته ايڊز هڪ لا علاج مرض آهي پر ان کان بچڻ ممڪن آهي.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي ٻڌائي ته ايندڙ سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءَ سان ڪنداسين.

سيشن نمبر6

صفائي

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ ڪي پليڪار چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪريو ۽ شرڪت ڪندڙن پڇو تہ پوئين سيشن ۾ اهم پيغام ڪهڙا هئا. جن تي ڳالهہ ٻولهہ ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغام ورجائيندي اُنهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏيو.

ٻيو مرحلو:

سهوليت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪي ڪارڊ 17 تي ڏنل تصوير ڏيکاري ۽ پڇي تہ هن تصوير ۾ ڇُو ڇا ڏسي رهيا آهن شرڪت ڪندڙن جا جواب وٺڻ ڪان پوءِ اُنهن ڪي ناقص صفائيءَ جا سبب ٻُڌائي ۽ گندگيءَ ذريعي جراثيم ۽ بيمارين جي پکڙجڻ بابت ٻُڌائي.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪي ڪارڊ نمبر 18 تي ڏنل تصوير ڏيکاري ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي تہ توهان جي خيال ۾ انسانيءَ ڪاڪوس جي پکڙجڻ جا ڪهڙا ڪهڙا ذريعا آهن؟شرڪت ڪندڙن جا جواب وٺڻ ڪان پوءِ اُنهن ڪي ڪارڊ نمبر 18 جي مدد سان انساني ڪاڪوس جي پکڙجڻ جي ذريعن بابت تفصيل سان ٻُڌائي ۽ اهو بہ سمجهائي تہ انساني ڪاڪوس اسان جي روز مرهہ جي کاڌ خوراڪ ۾ ڪيئن شامل ٿيندو آهي ۽ پوءِ مختلف بيمارين جو سبب بڻجندو آهي.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي تہ گندگيءَ سان ڦهلجندڙ بيمارين ڪان بچاءُ لاءِ ڪهڙا مناسب قدم ٿي سگهن ٿا جيڪي اسان جي روزاني جي بهتر صفائيءَ لاءِ رهنمائي ڪن. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ ڪارڊ نمبر 19 جي مدد سان اُنهن قدمن/ اپائن ڏانهن شرڪت ڪندڙن جي توجهہ ڏياريو جن تي عمل ڪري اسان مختلف قسمن جي بيمارين ڪان بچي سگهون ٿا.

پنجون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ليٽرين جي استعمال ۽ خاص وقتن تي هٿن کي صابڻ سان ڌوئڻ جي اهميت ٻڌائي. شرڪت ڪندڙن کان پُڇي ته اسان کي پنهنجا هٿ ڪڏهن ڪڏهن ۽ صابڻ سان ڪيئن ڌوئڻ کپن. جواب ۾ شرڪت ڪندڙن کي هٿ ڌوئڻ جو عملي مظاهرو به ڪرائي ۽ ڪارڊ نمبر 20 جي مدد سان شرڪت ڪندڙن کي مرحليوار هٿ ڌوئڻ جو صحيح طريقو عملي طور تي ڪري ڏيکاري ۽ انهن کي خاص وقتن ۾ صابڻ سان هٿ ڌوئڻ جي باري ۾ تفصيل سان ٻڌائي.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي ۽ ان کي ٻڌائي ته اسان اڳين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن سان ڪنداسين.

سيشن نمبر 7

صاف پاڻي ۽ صحت جي حفاظت/ بچاءُ

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ ڪي پليڪار چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪريو ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پڇو ته پوئين سيشن ۾ اهم پيغام ڪهڙا هئا. انهن تي ڳالهه ٻولهه ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغام ورجائي ۽ انهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته اگر پيئڻ جو صاف پاڻي ميسر نه هجي ۽ استعمال ۾ ايندڙ پاڻي خراب هجي ته اسان ڪهڙي طرح جي بيمارين جو شڪار ٿي سگهون ٿا . شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ ڪارڊ نمبر 21 جي مدد سان شرڪت ڪندڙن ڪي خراب پاڻي سان ڦهلجندڙن بيمارين بابت ٻڌائي.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته خراب پاڻيءَ سان ڦهلجندڙ بيمارين ڪان بچاءُ ڪيئن ممڪن آهيءِ اسان پاڻيءَ ڪي ڪهڙي ريت سستي ۽ آسان طريقي سان صاف ڪري سگهون ٿا. شرڪت ڪندڙن ڪان پاڻيءَ صاف ڪرڻ جي طريقن بابت ڄاڻ وٺڻ ڪانپوءِ ڪارڊ نمبر 22 جي مدد سان گهريلو سطح تي صاف پاڻي ڪرڻ جا سستا ۽ آسان طريقا شرڪت ڪندڙن ڪي ٻڌائي ۽ ان ڳالهه تي زور ڏيئي ته صاف پاڻيءَ جو استعمال ئي بيمارين ڪان بچاءُ جو بهترين ذريعو آهي.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار ذاتي ۽ جسماني صفائيءَ جي اهميت تي ڳالهه ٻولهه ڪندي شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته اوهان جي خيال ۾ اُهي ڪهڙا عمل جسماني صفائي ۾ شامل آهن جيڪي بيمارين ڪان بچاءَ جو ذريعو بڻجن ٿا. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ ڪارڊ نمبر 23 جي مدد سان جسمانيءَ صفائي جي اهميت ۽ اُن ۾ شامل عملن جي وضاحت ڪري.

پنجون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي ته گهريلو صفائيءَ ۾ اهي ڪهڙا عمل شامل هوندا آهن. جن جي نه هُجڻ جي ڪري اسان مختلف قسم جي بيمارين جو شڪار ٿيندا آهيون. شرڪت ڪندڙن جي راءِ معلوم ڪرڻ کان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 24 جي مدد سان گهريلو صفائي جي اهميت ۽ ان ۾ شامل عملن کان تفصيل سان آگاهه ڪري ۽ أنهن تي عمل ڪرڻ لاءِ زور ڀري

آخر ۾ سنيپي شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي أنهن کي ٻڌائي ته اسان اڳين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءَ سان ڪنداسين.

سيشن نمبر 8

ٻارڙن جي تعليم

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ شريڪ ٿيندڙن ڪي پليڪار چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته پوئين سيشن ۾ اُنهن ڪهڙا ڪهڙا اهم پيغام سکيا هُئا. جن تي ڳالهه ٻولهه ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغامن کي ورجائي ۽ اُنهن کي اُنهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏئي. .

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻڌائي ته پاڪستان ۾ تمام گهڻا ٻارڙا ۽ ٻارڙيون جن جي عمر تعليم حاصل ڪرڻ جي آهي، اُهي اسڪول ڪان ٻاهر آهن ۽ اها ئي ساڳي صورتحال اسان جي پنهنجي علائقي جي به آهي. اوهان جي خيال ۾ انهن ٻارڙن جي اسڪول نه وڃڻ جا سبب ڪهڙا آهن؟ شرڪت ڪندڙن ڪان مختلف سبب ڄاڻڻ ڪان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 25 جي مدد سان ٻُڌائي ته عام طور تي ٻارڙن جي اسڪول نه وڃڻ جا سبب ڪهڙا آهن.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار، شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي ته جيڪي ٻارڙا اسڪول نٿا وڃن ۽ تعليم حاصل نٿا ڪن. اُن جا معاشري تي تمام گهڻا ناڪاري ۽ خراب اثر پون ٿا. شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي ته ناخواندگي/ اڻپڙهيل هُجڻ جا اسان جي معاشري تي ٿيندڙ ناڪاري اثر ڪهڙا آهن. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 26 جي مدد سان ناخواندگي جا معاشري تي پوندڙ ناڪاري اثرن جي باري ۾ ڄاڻ ڏئي. سهولت ڪار، شرڪت ڪندڙن ڪان منفي/ ناڪاري اثر ورجائيندي اُنهن ڪان اُن جو حل به پُڇي ۽ ان ڳالهه تي زور ڏئي ته معاشري ۾ هاڪاري تبديلي آڻڻ لاءِ ضروري آهي ته ٻارڙن کي تعليم جي سهولت سان آراسته ڪجي..

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار، شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته ٻارڙن کي معياري تعليم جون سهولتون ڏيڻ اوهان جي خيال ۾ ڪنهن جي ذميواري آهي. شرڪت ڪندڙن ڪان اُنهن جي راءِ معلوم ڪرڻ ڪان پوءِ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 26 جي مدد سان معاشري ۾ هاڪاري تبديلي آڻڻ لاءِ والدين جي ڪردار تي روشني

وجهو ۽ ان ڳالهه تي زور ڏيو تہ ٻارڙن کي مُناسب خوراڪ جي فراهمي ئي ٻارڙن جي سُٺي واڌ ويجهہ لاءِ ضروري آهي. جيڪا معياري تعليم حاصل ڪرڻ ۾ اهم ڪردار ادا ڪري ٿي.

پنجون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ڳالهہ ٻولهہ ۾ شامل ڪندي اِهو ٻُڌائي تہ تعليم حاصل ڪرڻ ۾ تعليم ڪاتي ۽ اسان جي چونڊيل نمائيندن جو ڪهڙو ڪردار آهي. انهن لاءِ ڪين ڪارڊ نمبر 27 جي مدد سان شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي معياري تعليم حاصل ڪرڻ لاءِ والدين ۽ تنظيمن جو ڪردار انتهائي اهم آهي.

ڇهون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙ جي رهنمائي ڪري تہ آرٽيڪل 25-A هيٺ حڪومت کان مطالبو ڪن تہ 5 کان 16 سالن جي ٻارڙن (ڇوڪرن ۽ ڇوڪرين) کي مفت تعليم ڏني وڃي. جيڪا حڪومت جي ذميداري آهي ۽ ٻارن جو بنيادي حق بہ آهي. ۽ اهو مشورو ڏيو تہ معياري تعليم حاصل ڪرڻ لاءِ والدين ۽ تنظيمون هر سطح تي پنهنجو آواز بُلند ڪن.

آخر ۾ سنيپي شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃندي اُنهن کي ٻُڌائي تہ اسان اڳين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغام جي ورجاءَسان ڪنداسين.

سيشن نمبر 9

قدرتي آفتن جي خطرن ۾ گهٽتائي

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ ڪي پليڪارڊ چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته پوئين سيشن ۾ اهم پيغام ڪهڙا ڪهڙا هئا. ان تي ڳالهه ٻولهه ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغام ورجائيندي اُنهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي ته هُو قدرتي آفتن جي باري ۾ ڪهڙي ڄاڻ رکن ٿا. ۽ اُنهن جي علائقي ۾ ڪهڙين ڪهڙين قدرتي آفتن جا خطرا موجود آهن. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب حاصل ڪرڻ ڪان پوءِ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 28 جي مدد سان قدرتي آفتن جي قسمن بابت ٻُڌائي ۽ اُنهن آفتن جي نتيجي ۾ ٿيندڙ عام طور نقصانن تي ڳالهه ٻولهه ڪري.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي ته آفتن جي نتيجي ۾ ٿيندڙ نقصان ۾ گهٽتائي آڻڻ لاءِ عام طور اسان کي آفتن ڪان پهريون آفتن جي دوران ۽ آفتن ڪان پوءِ ڪهڙي قسم جا قدم کڻڻ کپن جن تي عمل ڪري قدرتي آفتن جي نتيجي ۾ ٿيندڙ نقصانن ۾ جوڳي گهٽتائي آڻي سگهجي. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 29 جي مدد سان آفتن ڪان پهرئين، آفتن دوران ۽ آفتن ڪانپوءِ کنيا ويندڙ قدمن جي وضاحت ڪري ۽ ماڻهن جي رهنمائي ڪري ته نقصان ۾ گهٽتائي آڻڻ لاءِ انهن قدمن تي وقت سر عمل ڪن.

چوٿون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي ته ٻوڏ جي نتيجي ۾ نقصان کي گهٽ ڪرڻ لاءِ مقامي ماڻهو يا اسان جي تنظيم ڪهڙو ڪردار ادا ڪري سگهي ٿي. شرڪت ڪندڙن ڪان جواب حاصل ڪرڻ ڪان پوءِ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 30 جي مدد سان ٻوڏ اچڻ ڪان پهريون ۽ ٻوڏ اچڻ جي دوران ۽ ٻوڏ اچڻ ڪان پوءِ جي قدمن تي تفصيلي روشني وجهي. ساڳئي طرح زلزلي ڪان پهريون زلزلي جي دوران ۽ زلزلي ڪان پوءِ ٿيندڙن نقصانن ۾ گهٽتائي آڻڻ لاءِ مقامي ماڻهو جي ڪردار بابت پُڇي ۽ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 30 جي مدد سان اُنهن قدمن جي وضاحت ڪري.

پنجون مرحلو:

سهولت ڪار سوڪهڙو يعني خشڪ سالي تي ڳالھ ٻولھ ڪندي شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي تہ سوڪهڙي سان ٿيندڙ نقصانن مان هُو ڪهڙي طرح سان آزاد ٿي سگهن ٿا. شرڪت ڪندڙ ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ اُنهن کي ڪارڊ نمبر 31 جي مدد سان سوڪهڙي ڪان اڳ ڪان پهريون، سوڪهڙي جي دوران ۽ سوڪهڙي ڪان پوءِ ٿيندڙن قدمن تي تفصيل سان ڳالھ ٻولھ ڪري ۽ ماڻهن کي ذهني طور تي تيار ڪري تہ هُو انهن قدمن تي عمل ڪن.

آخر ۾ شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي اُنهن کي ٻڌائي تہ اسان اڳئين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءَ سان ڪنداسين.

پاڪستاني شهري جي حيثيت ۾ بنيادي آئيني حق

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ ڪي پليڪار چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي ته پوئين سيشن مان ڪهڙا اهم پيغام سکيا هئا. انهن تي ڳالهه ٻولهه ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغام ورجائيندي اُنهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي ته ڇا اوهان ڄاڻو ٿا ته هڪ پاڪستاني شهري جي حيثيت ۾ اوهان جا بنيادي حق ڪهڙا ڪهڙا آهن شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ انهن کي ڪارڊ نمبر 32 ۾ ڏنل تصويرن سان ملائيندي وضاحت ڪريو ته معاشري ۾ اوهان کي ڪهڙا ڪهڙا بنيادي حق مليل آهن. ان دوران زندگيءَ جو حق، خاندان جو حق، تعليم جو حق، مذهب جو حق، رهائش جو حق، ملڪيت جو حق، نوڪري جو حق، عزت ۽ آبرو جو حق، نمائندگي جو حق، ۽ ووٽ وجهڻ جي حق بابت تفصيل بيان ڪري ۽ اُن کي سمجهائي ته اها رياست (پاڪستاني حڪومت) جي ذميداري آهي. ته سيني شهرين کي بغير ڪنهن فرق جي اِهي حق فراهم ڪري ۽ اوهان جي اِها ذميداري آهي ته اوهان اِهي حق حاصل ڪرڻ لاءِ پنهنجو آواز بُلند ڪريو ۽ هر سطح تي اهڙي نمائندي جي چونڊ ڪريو جيڪو اوهان جي حقن جو تحفظ ڪري سگهي.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي ته پاڪستاني معاشري ۾ مرد کي گهر جو سربراه هئڻ جي ناتي وڏيڪ فيصلي ڪرڻ جو مجاز سمجهيو ويندو آهي. ڪڏهن ڪڏهن لا علمي جي ڪري نياڻين جي معاملي ۾ هُو ڪجهه اهڙاف فيصلا ڪري وٺندا آهن جن سان نياڻين جي حق جي پيڪڙي ٿيندي آهي. تنهن ڪري انهيءَ ڏس ۾ رياست جي ذميداري آهي ته هُو اهڙي قسم جي رويي کي روڪڻ لاءِ اهم آئيني ۽ معاشرتي اُپاءَ وٺي ته جيئن نياڻين کي زبردستي جي شادي، ننڍي عمر ۾ شادي، گهريلو تشدد يعني مار ڪُٽ، جنسي طور حراس ڪرڻ، غيرت جي نالي تي قتل ڪرڻ، زوري زنا جهڙن جُرمن ڪان محفوظ رکي سگهجي. سهولت ڪار اِهي حق شرڪت ڪندڙن کي سمجهائڻ لاءِ ڪارڊ نمبر 34 جو استعمال ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي ته مقامي تنظيمن جي معاشرتي ۽ اخلاقي

ذميداري آهي تہ هُو پنهنجي ڳوٺ جي سطح تي تشدد ۽ بدسلوڪي جي واقعن کي ختم ڪرڻ لاءِ ضروري قدم کڻن.

آخر ۾ شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي اُنهن کي ٻُڌايو تہ اسان اڳئين سيشن جي شروعات هن سيشن ۾ ڏنل اهم پيغامن جي ورجاءَسان ڪنداسين.

سيشن نمبر 11

داخلا (رجسٽريشن)

(پيدائش جي داخلا، شناختي ڪارڊ جي داخلا، نڪاح نامي جي داخلا، فوتگيءَ/ موت جي جي داخلا

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ کي پليڪار چوڻ کان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن کان پڇي تہ پوئين سيشن ۾ ڪهڙن اهم بنيادي آئيني حقن بابت ڄاڻحاصل ڪئي هُئي. انهن تي ڳالهہ ٻولهہ ڪرڻ کان پوءِ اهم بنيادي آئيني حقن جو ورجاءُ ڪندي ڪين صلاح ڏيو تہ انهن حقن کي حاصل ڪرڻ لاءِ هر سطح تي پنهنجو آواز اُٿاريو ۽ تنظيمن جي اها ذميداري آهي تہ پنهنجي پنهنجي علائقي ۾ انهن حقن جي حفاظت لاءِ پنهنجو ڪردار ادا ڪن.

ٻيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻُڌائي تہ مملڪت پاڪستان ۾ هر نئين پيدا ٿيندڙ ٻار ڇوڪرو توڙي ڇوڪريءَ جو اِهو حق آهي تہ اُنهن جو هڪ خوبصورت نالو رکيو وڃي ۽ اُن کي پاڪستاني شهري هجڻ جو حق ڏنو وڃي اِهو اُن صورت ۾ ممڪن آهي جيڪڏهن پيدائش جي هڪدم پوءِ پاڪستان ۾ موجود داخلا جي نظام هيٺ ان ٻار جو نالو داخل ڪرايو وڃي. سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي تہ اوهان جي خيال ۾ ٻار جو نالو داخل ڪرائڻ ڇو ضروري آهي شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪارڊ نمبر 35 جي مدد سان ٻار جو نالو داخل ڪرائڻ جا فائدا ۽ داخلا جي طريقيڪار بابت تفصيلي طور تي شرڪت ڪندڙن کي سمجهائي ۽ اُنهن کي اِهو بہ ٻُڌائي تہ هي داخلا اُن ٻار کي پاڪستان جي ملڪ ۾ رهندي باقي سڀني حقن کي حاصل ڪرڻ لاءِ ڪهڙي طرح سان مددگار ثابت ٿئي ٿو.

ٽيون مرحلو:

جڏهن ٻار (ڇوڪري يا ڇوڪرو) جي عمر 18 سال ٿي وڃي تہ پاڪستان جي نظام ۾ اُن جي شناختي ڪارڊ جي داخلا نادرا جي اداري ۾ داخل ڪرائي وڃي جيڪو سندس پاڪستاني شهري هجڻ جي سُڃاڻپ آهي. سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي تہ شناختي ڪارڊ ٺهرائڻ لاءِ ڪهڙا ڪهڙا فائدا آهن ۽ اُن جو طريقيڪار ڇا آهي شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪارڊ نمبر 36 جي مدد سان شناختي ڪارڊ ٺهرائڻ جا فائدا ۽ اُن جي طريقيڪار کان تفصيلي طور آگاهہ ڪري.

چوٿون مرحلو:

سھولت ڪار شرڪت ڪندڙن کي ٻڌائي تہ ھن ڳڌجاڻي ۾ ڪيترا ماڻھو شادي شده آھن ۽ انھن وٽ شادي شُده ھُجڻ جو تحريري قانوني ثبوت ڪھڙو آھي شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ اُنھن کي ڪارڊ نمبر 37 جي مدد سان نڪاح نامي جي داخلا جي اھميت نڪاح نامي کي رجسٽر ڪرڻ جي طريقيڪار بابت تفصيلي طور ٻڌائي ۽ نڪاح نامي جي تصوير ڏيکاريندي اُن ۾ موجود شقن تي تفصلي طور تي ڳالھ ٻولھ ڪري.

پنجون مرحلو:

ھر انسان جيڪو بہ ھن دنيا ۾ پيدا ٿيو آھي اُن جي پنھنجي شھريت جي باقائده داخلا ڪرائي آھي. اُن جا خانداني مفاد اُن جي موت کان پوءِ محفوظ ڪرڻ لاءِ ضروري آھي تہ سندس پوئٽر پاڪستان ۾ ھلندڙ نظام ھيٺ سندس موت کي باقاعدي داخل ڪرائي فوتگي/ موت جو سرٽيفڪيٽ حاصل ڪن تہ جيئن مرڻ واري جي پوئٽرن کي سندس لاڳاپيل مراعتون / فائدا ملي سگھن. سھولت ڪار شرڪت ڪندڙن کان پُڇي تہ ڪنھن شخص جي فوت ٿيڻ ڪانپوءِ فوتگي جو داخلا سندس ڪھڙي طور فائديمند ٿي سگھي ٿو. شرڪت ڪندڙن کان جواب وٺڻ کان پوءِ اُنھن کي ڪارڊ نمبر 38 جي مدد سان فوتگيءَ جو داخلا ڪرڻ جا فائدا ۽ طريقيڪار بابت تفصيلي طور ٻڌائي.

آخر ۾ شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي اُنھن کي ٻڌايو تہ اسان اڳيئن سيشن جي شروعات ھن سيشن ۾ ڏنل اھم پيغامن جي ورجاءَ سان ڪنداسين.

سيشن نمبر 12

ماحول ۽ موسمياتي تبديلي

پهريون مرحلو:

شرڪت ڪندڙ ڪي پليڪار چوڻ ڪان پوءِ الله تعاليٰ جي نالي سان سيشن جي شروعات ڪري ۽ شرڪت ڪندڙن ڪان پڇي تہ پوئين سيشن ۾ ڪهڙا ڪهڙا اهم پيغام سکيا هئا. انهن تي ڳالهہ ٻولهہ ڪرڻ ڪان پوءِ اهم پيغام ورجائيندي اُنهن تي عمل ڪرڻ جو مشورو ڏي.

ٻيو مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪي ٻڌائي تہ جيئن جيئن انسان دنيا ۾ ترقي ڪئي ۽ جيئن جيئن انسانن جي تعداد ۾ واڌارو آيو ۽ انساني بنيادي ضرورتن ڪي پورو ڪرڻ لاءِ انسان طرح طرح جون شيون ٺاهڻ شروع ڪيون. ۽ گهٽ ۾ گهٽ وقت ۾ وڌ ۾ وڌ فائدا حاصل ڪرڻ لاءِ مشينن جو ڀرپور استعمال ڪيو ۽ مختلف قسمن جون صنعتون لڳايون ان طريقيءَ سان جتي انسان ڪيترائي فائدا حاصل ڪيا آهن. اُتي انهن ڪارخانن ۽ مشينن مان نڪرندڙ غليظ/ خراب مادن ماحول تي منفي/ ناڪاري اثر بہ ڇڏيا آهن جن سان انسانن لاءِ مختلف قسم جا مسئلا پيدا ٿين ٿا. جيڪي بعد ۾ وڏي ڪري موسمياتي تبديليءَ جو سبب بڻجن ٿا.

ٽيون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪان پُڇي تہ ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديليءَ جا سبب اوهان جي خيال ۾ ڪهڙا ڪهڙا آهن شرڪت ڪندڙن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ اُنهن ڪي ڪارڊ نمبر 39 جي مدد سان ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديلي مختلف سبب ڪان آگاهہ ڪري.

چوٿون مرحلو:

ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديلين تي ڳالهہ ٻولهہ ڪندي شرڪت ڪندڙن ڪي ٻڌائي تہ ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديليءَ جا ناڪاري اثر ڪهڙي طرح سان وڏي آفتن جو سبب بڻجن ٿا. اُنهن ڪان جواب وٺڻ ڪان پوءِ ڪين ڪارڊ نمبر 40 جي مدد سان ماحولياتي گدلاڻ ۽ موسمياتي تبديلين ڪي تصويرن جي مدد سان تفصيل سان بيان ڪري ۽ اُنهن ڪي ٻڌائي تہ انهن تبديلين جا ناڪاري اثر اصل ۾ قدرتي آفتن جو سبب بڻجندا آهن.

پنجون مرحلو:

سهولت ڪار شرڪت ڪندڙن ڪي ماحولياتي گدلاڻ کان بچاءُ لاءِ ممڪن قدمن جي باري ۾ ڄاڻ وٺي ۽ اُنهن کان جواب وٺڻ کان پوءِ ڪين ڪارڊ نمبر 41 جي مدد سان پاڻيءَ جي صحيح استعمال گند ڪچري جي مناسب بندوبست ۽ ماحول جي حفاظت جي لاءِ وڻڪاريءَ جي فائدن جي ڳالهه ٻولهه ڪري ۽ ڪارڊ نمبر 42 جي مدد سان توانائي جي مناسب استعمال ۽ موسمياتي تبديلي جو مقابلو ڪرڻ لاءِ هاڪاري قدمن کان شرڪت ڪندڙن کي آگاهه ڪري ۽ اُنهن کي سمجهائي تہ هُو پنهنجي روين ۾ مثبت تبديلي آڻيندي موسمياتي تبديلين مان ڪهڙي طرح فائدو حاصل ڪري سگهن ٿا.

آخر ۾ سيني شرڪت ڪندڙن جا ٿورا مڃيندي اُنهن کي مشورو ڏي تہ هن سيشن ۾ ٻڌايل اهم پيغامن تي عمل ڪري هُو پنهنجي روين ۾ مثبت تبديلي آڻي موسمياتي تبديلي مان ڀرپور فائدو حاصل ڪري سگهن ٿا.

RSPN

رورل سپورٽ پروگرامزنيٽورڪ (آر- ايس-پي-اين)

پتو: گھرنمبر 7 , گھٽي 49, ايف 6/4 , اسلا م آباد پاڪستان

ٽيليفون: 051- 2822476 ,2821736, فيڪس: 051-2829115

اي ميل: info@rspn.org.pk , ويب سائٽ: www.rspn.org

https://www.facebook.com/RSPNPakistan