باب 18
پانی کی افراط، پانی کی قلت

پیاس کیسے بجھائیں؟

نلاّ مڈا، آندھرا پردیش

سگونا اپنی کتاب پڑھ رہی تھی جب اس نے دروازہ پر آہٹ سنی۔ اس نے دیکھا کہ شہر سے ایک مہمان آیا ہوا تھا۔ اپّا نے مہمان کا خیر مقدم کیا۔ انھوں نے سیلوا سے کہا کہ ان کے لیے ایک کولڈ ڈرنک پینے لائے۔ مہمان نے کہا کہ ''میں کولڈ ڈرنکس نہیں پیتا ہوں۔ میں ایک گلاس پانی

پی لوں گا''۔ اپّا نے کہا'' آج کل ہمارے یہاں پینے کے لائق صاف پانی نہیں آرہا ہے۔ دیکھنے میں بھی صاف نہیں لگتا ہے۔ بہتر یہ ہوگا کہ آپ یہ پانی نہ پئیں۔ ہمارے پاس تو کوئی چارہ ہی نہیں ہے، لہٰذا ہم یہی پانی پیتے ہیں''۔

© NCERT not to be republished

گفتگو کرو

- بغیر صاف کیا ہوا یا گندہ پانی ہمارے جسم کو کیسے نقصان پہنچاتا ہے؟
- کیا تم نے اپنے علاقے میں کبھی گندہ یا بغیر صاف کیا ہوا پانی دیکھا ہے؟ اس کی کیا وجہ تھی؟
- کیا تم کسی کو جانتے ہو جو ایسے پانی کی ہی وجہ سے بیمار ہو گیا ہو؟ اس کے بارے میں گفتگو کرو۔
- جب سگونا کے گھر پر مہمان آئے، انھوں نے ان کو ٹھنڈا پینے کے لیے پیش کیا کیونکہ انھوں نے سوچا کہ ان کو ایسا پانی نہیں پینا چاہیے۔ تم کیا سوچتے ہو کہ سگونا کے اہل خانہ اپنے پینے کے پانی کے سلسلے میں کیا کرتے ہوں گے؟
- مہمان نے کہا کہ وہ کولڈ ڈرنکس نہیں پیتے ہیں۔ تمھارے خیال میں انھوں نے ایسا کیوں کہا؟

پانی کے کھیل

بازارگاؤں، مہاراشٹر

بازارگاؤں کے قریب پانی کا ایک بڑا پارک تھا۔ ایک دن روہن اور رینا اپنے والدین کے ساتھ واٹر کے پارک گئے۔

وہاں پانی کے بہت سارے فوّارے تھے۔ رینا بولی ''ارے روہن! دیکھو وہاں پر پانی کے کئی طرح کے فوارے ہیں''۔ روہن بولا اور وہاں دیکھو! کتنے بڑے بڑے تالاب ہیں۔ ''چھپاک! چھپاک! چھپاک! دونوں نے پیچھے مڑ کر دیکھا۔ زوم! زوم! زوم! پانی کا ایک بڑا ریلا چلا جارہا تھا۔

© NCERT not to be republished

بچے بڑی سی پھسل پٹّی پر سے پھسلتے ہوئے چھپاک چھپاک! کر کے پانی میں گر رہے تھے۔ روہن بھی ایک بڑے جھولے میں داخل ہو گیا اور بس ایک سیکنڈ میں ہی بہت اونچائی سے نیچے پانی میں تھا۔ رینا کی تو حیرت بھری چیخ ہی نکل گئی۔

تب ہی انھیں پارک کے باہر سے شور و غل اور زور سے چیخنے کی آوازیں آنے لگیں۔ سب میں گیٹ کی طرف دوڑ پڑے۔

وہاں لوگوں کا ایک ہجوم تھا جو خالی بالٹیاں اور مٹکے اٹھائے ہوئے تھے۔ ایک چھوٹا بچہ خالی بوتل لیے ہوئے اپنی ماں سے لپٹا ہوا تھا۔ روہن کی ماں ہجوم میں سے ایک عورت کے پاس گئیں۔ ''ماجرہ کیا ہے؟'' انھوں نے پوچھا۔

عورت نے غصّے سے جواب دیا ''آپ پوچھتی ہیں ماجرہ کیا ہے؟ ہمارے کنوؤں میں بالکل پانی نہیں ہے۔ ہم پانی تب ہی حاصل کر پاتے ہیں جب ہفتے میں ایک بار پانی کا ٹینکر آتا ہے۔ آج وہ بھی نہیں آیا۔ اور یہاں ہر طرف اتنا بہت سا پانی ہے، صرف تم لوگوں کے کھیلنے اور لطف اٹھانے کے لیے۔ بتائیے ہمیں کیا کرنا چاہیے؟''

پڑھیے اور لکھیے۔

- کیا تم نے کبھی اپنے گھر میں پانی کی کمی کا سامنا کیا ہے؟ کب؟

- تب تم نے کیا کیا تھا؟

© NCERT not to be republished

2019-20

- کیا تم کبھی پانی میں کھیلے ہو؟ کہاں اور کب؟

- کیا کبھی ایسے مواقع بھی آتے ہیں جب تمھیں پانی میں کھیلنے کی اجازت نہیں ہوتی؟ اس کی کیا وجوہات ہوتی ہیں؟

- پانی کے پارک میں بہت سارا پانی کھیلنے کے لیے ہوتا ہے۔ لیکن پاس ہی کے گاؤں میں پینے تک کے لیے پانی نہیں ہوتا۔ اس کے بارے میں غور وفکر کرو اور تبادلۂ خیال کرو۔
- اگر تم کسی پانی کے پارک میں جاؤ تو معلوم کرو کہ پارک میں پانی کہاں سے آتا ہے؟

کیا ہم اسے پی سکتے ہیں!

کف پریڈ ممبئ

لفٹ 26 ویں منزل پر رک گئی۔ دیپک کو لفٹ میں جانا بہت پسند ہے۔ آج اسکول میں چھٹی تھی۔ دیپک ماں کے ساتھ رضیہ میڈم کے گھر گیا تھا۔ اس کی ماں وہاں کام کرتی تھیں۔ چمکتے ہوئے صاف شفاف گھر میں خاموشی اور ٹھنڈک تھی۔ رضیہ میڈم ایک اخبار پڑھ رہی تھیں جب انھوں نے دیپک کو دیکھا تو وہ مسکرائیں، ''کیا آج چھٹی ہے؟'' انھوں نے پوچھا۔ انھوں نے ٹی وی چلا دیا اور دیپک جلدی ہی کارٹون کی دنیا میں محو ہو گیا۔

رضیہ نے پکارا— پشپا 'بیٹا'! اخبار میں خبر ہے کہ اس علاقے میں پینے کے پانی میں گٹر کا پانی مل گیا ہے۔ لکھا ہوا ہے

کہ اس علاقے میں بہت سے لوگ بیمار ہو گئے ہیں۔ اس کی وجہ سے دست اور الٹیاں ہو رہی ہیں۔ تم نے کل جو پانی بھرا تھا، اس کو کیوں نہ پھینک دو اور پینے کے لیے کچھ تازہ پانی ابالنے کو رکھ دو اپنے گھر کے لوگوں کے لیے پانی اور بھی لے جاؤ۔''
دیپک یہ سن کر خوش ہو گیا اس نے سوچا کہ ''کم از کم آج گھر کے لیے پانی لینے کے واسطے مجھے گھنٹوں قطار میں تو نہیں کھڑا رہنا پڑے گا۔ یہ واقعی چھٹی ہے میرے لیے!''

اپنی کاپی میں لکھو

- رضیہ نے جب اخبار پڑھا تو وہ پریشان کیوں تھی؟
- رضیہ نے کہا کہ جتنا بھی پانی کل بھرا گیا تھا، پھینک دیا جائے۔ کیا یہ پانی کسی اور کام میں استعمال نہیں کیا جا سکتا تھا؟
- انھوں نے کس طرح سے پانی کو صاف کرنے کا منصوبہ بنایا؟
- کیا تم پانی صاف کرنے کے مختلف طریقوں سے واقف ہو؟ ان کی وضاحت کرو۔
- فرض کرو کہ رضیہ نے خبر نہ پڑھی ہوتی اور ہر شخص بغیر ابالے ہوئے پانی پی لیتا تو کیا ہوتا؟

گفتگو کرو

- جہاں دیپک رہتا ہے وہاں پانی کے لیے سرکاری نل پر قطار میں کھڑا رہنا پڑتا ہے۔ رضیہ کے گھر میں دن بھر پانی آتا رہتا ہے۔ ایسا کیوں ہے؟
- رضیہ نے پانی سے متعلق خبر اخبار میں پڑھی۔ کیا تم نے اخبار میں پانی سے متعلق کوئی خبر پڑھی ہے؟ کس طرح کی خبر؟

© NCERT not to be republished

بات چیت کیجیے

- گذشتہ ایک مہینے کے اخباروں کو دیکھو۔ پانی سے متعلق تمام خبروں کو تلاش کرو۔ ان کو کاٹ کر ایک بڑے کاغذ پر بڑا سا کولاج (ملی جلی تصویر) بناؤ۔ تم نے جو کچھ اکٹھا کیا ہے اس کے بارے میں بتاؤ۔ اس پر کلاس میں گفتگو کرو۔

کیا تمھیں نے کبھی پیچش اور الٹیوں کی شکایت ہوئی ہے؟ تم کو کیسا لگا تھا؟ ہمیں جب دست اور قے زیادہ ہونے لگتے ہیں تو ہمارے جسم سے بہت سارا پانی نکل جاتا ہے۔ اگر اپنا دھیان نہ رکھیں تو یہ خطرناک ہو سکتا ہے۔ ہمارے لیے یہ ضروری ہے کہ جو پانی ہمارے جسم سے نکل جاتا ہے اس کی کمی کو ہم پورا کریں۔

اگر ایسا ہو جائے تو ہمیں کافی مقدار میں پانی پینا چاہیے۔ ہمیں پانی میں کچھ نمک اور شکر بھی ملا لینا چاہیے۔

اس کے لیے ایک چمچ شکر اور ایک چٹکی نمک ایک گلاس ابال کر ٹھنڈے کیے گئے پانی میں ملا کر پہلے چکھ لیں کہ اس میں نمک بہت زیادہ تو نہیں ہے۔ پانی کو ہمارے آنسوؤں سے زیادہ نمکین نہیں ہونا چاہیے۔ جب کسی شخص کو دست اور قے ہو جائیں تو اس کو پانی بہت آہستہ آہستہ سے گھونٹ بھر کر پینا چاہیے۔ ہلکا کھانا کھانا چاہیے۔

شیر خوار بچوں کو اپنی ماں کا دودھ ہی پیتے رہنا چاہیے۔ کیونکہ یہ ان کے لیے بہت اچھا ہے۔ یہ بھی بہت ضروری ہے کہ کوئی دوا لی جائے اور کچھ گھریلو علاج بھی کیے جائیں۔ پھر بھی اگر پیچش میں کمی نہ آئے تو یہ ضروری ہے کہ کسی ڈاکٹر سے مشورہ لیا جائے۔

اسکول میں پانی کا سروے

اپنے درجے میں طلبا کے تین گروپ بناؤ۔

- ایک گروپ اسکول کے اندر پینے کے پانی کے انتظام سے متعلق معلومات حاصل کرے گا۔

© NCERT not to be republished

- دوسرا گروپ اسکول کے اندر بیت الخلا کے انتظامات کے بارے میں معلومات حاصل کرے گا۔
- تیسرا گروپ اپنی کلاس کے بچوں کی بیماریوں کے بارے میں معلومات حاصل کرے گا۔

مندرجہ ذیل سوالات گروپوں کو معلومات جمع کرنے میں معاون ہوں گے۔

گروپ .1

غور سے دیکھو اور نوٹ کرو۔

- (✓) کا نشان لگاؤ صحیح خانے پر لگاؤ۔

- تمھارے اسکول میں پانی کہاں سے آتا ہے؟

نل ☐ ٹنکی ☐ ہینڈ پمپ ☐ کہیں اور سے ☐

- اپنے اسکول میں پینے کا پانی تم کہاں سے لیتے ہو؟

نل ☐ ٹنکی ☐ ہینڈ پمپ (برما) ☐ کہیں اور سے ☐

- اگر وہاں کوئی نل، مٹکہ یا ہینڈ پمپ نہ ہو تو تم پانی کیسے حاصل کرتے ہو؟

- کیا وہاں تمام نلوں اور ہنڈ پمپوں (برموں) میں پانی موجود ہوتا ہے؟

- کیا وہاں ایسا کوئی نل ہے جو ٹپک یا بہہ رہا ہو؟

- کیا تمام مٹکے پانی سے بھرے ہوئے اور ڈھکے ہوئے ہوتے ہیں؟

- کیا مٹکے اور دیگر پانی رکھنے والے برتنوں باقاعدگی سے صاف کیا جاتا ہے؟

- پینے کے لیے پانی کو پینے کے قابل کیسے بنایا جاتا ہے؟

© NCERT not to be republished

- کیا وہاں مٹکے یا پانی کے برتن سے پانی نکالنے کے لیے لمبے ہتھے کے کف گیر موجود ہیں؟ اگر ہیں تو کتنے ہیں؟

- کیا پینے کے پانی کے نلوں اور مٹکوں کے آس پاس کی جگہیں با قاعدگی سے صاف کی جاتی ہیں؟

غور کرو اور گفتگو کرو۔

- پینے کے پانی کی جگہیں گندی کیوں ہو جاتی ہیں؟
- ان مقامات کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے ہم کیا کر سکتے ہیں؟

معلوم کرو اور اپنی کاپی میں درج کرو۔

- مٹکے کا پانی کے برتن اور کف گیر کتنی مرتبہ (دن میں ایک بار، دو دن میں ایک بار، وغیرہ) صاف کیے جاتے ہیں؟ انھیں کون صاف کرتا ہے؟
- تمھارے اسکول میں کتنے بچے ہیں؟ وہاں کتنے نل، مٹکے یا ہینڈ پمپ موجود ہیں؟ کیا یہ بچوں کے لیے کافی ہیں؟
- پانی کے پاس کے مقامات کی صفائی کون کرتا ہے؟
- پانی جو پھیل جاتا ہے یا چھلک کر گر جاتا ہے وہ کہاں جاتا ہے؟

گروپ 2

غور کرو اور لکھو۔

- صحیح خانے میں (✓) کا نشان لگاؤ اور جہاں ضرورت ہو وہاں پر لکھو۔

- تمھارے اسکول میں بیت الخلا کے لیے کیا انتظامات ہیں؟

پختہ بیت الخلا ☐ کھلی جگہ ☐

- وہاں کتنے بیت الخلا ہیں؟

© NCERT not to be republished

- کیا وہاں لڑکیوں اور لڑکوں کے لیے علاحدہ بیت الخلا ہیں؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- کیا ان بیت الخلا میں پانی ہے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- پانی کہاں سے آتا ہے؟
  - نل سے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
  - بھرے ہوئے برتنوں سے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
  - گھر سے لے جانا پڑتا ہے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- کیا بیت الخلا کے نزدیک ہاتھ دھونے کے لیے پانی ہے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- کیا تم رفع حاجت کرنے کے بعد ہاتھ صاف کرتے ہو؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- کیا کوئی نل ایسا ہے جو بہتا یا ٹپکتا رہتا ہے؟ ہاں ☐ نہیں ☐
- کیا بیت الخلا صاف رکھے جاتے ہیں؟ ہاں ☐ نہیں ☐

معلوم کرو اور لکھو۔

- تمھارے اسکول میں کتنے لڑکے اور لڑکیاں ہیں؟

  لڑکیاں ☐ لڑکے ☐
- کتنے ٹوائلیٹ ہیں؟

  لڑکیوں کے لیے ☐ لڑکوں کے لیے ☐
- اگر وہاں کوئی نل نہیں ہے تو پانی کون لاتا ہے؟ پانی کہاں سے لایا جاتا ہے؟

  ____
- ان جگہوں کو کون صاف رکھتا ہے؟

  ____

© NCERT not to be republished

اس کے بارے میں گفتگو کرو

- بیت الخلا کو صاف ستھرا رکھنے کے لیے کیا کیا جاسکتا ہے؟
- ہم میں سے ہر ایک اس کے لیے کیا کر سکتا ہے؟
- کیا تم نے بس اڈوں اور ریلوے اسٹیشنوں کے ٹوائلٹ دیکھے ہیں؟ وہ گھر کے ٹوائلٹ سے کس طرح مختلف ہوتے ہیں؟

گروپ.3

اپنے ہم جماعت بچوں سے بات کرو اور مندرجہ ذیل جدول کو پُر کرو۔ پچھلے کچھ مہینوں میں کلاس کے کتنے بچے ان بیماریوں کے شکار ہوئے ہیں؟ بچوں کے نام صحیح خانوں میں لکھو۔

ترتیب وار نمبر	دست/پیچش	قے	دست و قے	پیلا پیشاب، جلد اور آنکھوں کا پیلا پن اور ہلکا بخار	پیٹ میں درد
1					
2					
3					
4					
5					

اپنے استاد سے تبادلۂ خیال کرو کہ تم نے اپنے سروے سے کیا معلومات حاصل کیں۔ اپنی حاصل شدہ معلومات اور مشوروں پر مشتمل ایک رپورٹ تیار کرو۔

اپنی رپورٹ کو اسمبلی میں پڑھو اور نوٹس بورڈ پر لگاؤ۔

برائے استاد: اس جدول میں ان علامتوں کی فہرست دی گئی ہے جن کے بارے میں ممکن ہے کہ بچے جانتے ہوں۔ اگر یہ کالرا کی وجہ سے ہو رہی ہوں تو آپ اس کے حوالے سے بچوں سے بات کر سکتے ہیں۔ یہ ضروری نہیں ہے کہ بچے تمام بیماریوں کے ناموں سے واقف ہوں۔

© NCERT not to be republished

بچے دکھاتے ہیں راہ

بہت کم پانی، یا بالکل پانی نہ ہونا............ یہ بات ہول گنڈی علاقے کے لوگوں کے لیے کوئی نئی بات نہیں تھی۔ کنوؤں میں صرف برسات کے موسم میں تھوڑا پانی ہوتا ہے۔ گذشتہ تین سالوں سے بارش بھی کافی نہیں ہو رہی تھی۔ یہاں ہر چیز خشک ہوگئی تھی۔ وہاں پینے فصل اگانے اور جانوں کے لیے پانی بالکل نہیں تھا۔ لوگوں کو اپنا گاؤں چھوڑ کر آس پاس کے شہروں میں روزگار کی تلاش میں جانا پڑا۔ بچوں کو اپنے بڑوں کے ساتھ جانے کی وجہ سے اسکول چھوڑنا پڑا۔

گاؤں کی پنچایت پریشان تھی۔ تمام ممبران نے گفتگو اور مشورہ کیا کہ کیا کیا جائے۔ اس پنچایت کچھ خاص رکن بھی تھے، وہ تھے بچے۔ بچوں کی پنچایت بھیم سنگھ کہلاتی تھی۔

''کیا ہمارے گاؤں میں ہمیشہ پانی کی قلت رہی ہے؟'' بچوں نے بزرگوں سے دریافت کیا، ''نہیں، پہلے ایسا نہیں تھا۔'' گاؤں کے لوگوں نے جواب دیا۔ کچھ بزرگوں نے یاد دلایا کہ اوپر پہاڑی پر پانی کا تالاب ہوا کرتا تھا۔ جب بارش ہوتی تھی تو تالاب پانی سے بھر جاتا تھا اس میں مچھلیاں بھی ہوتی تھیں اور اس کے چاروں طرف ہریالی بھی تھی۔ اس زمانہ میں گاؤں کے کنوؤں اور تالابوں میں بھی کافی پانی ہوتا تھا۔ یہ سن کر بھیم سنگھ نے طے کیا کہ وہ پہلے جا کر اس تالاب کو تلاش کریں گے۔

تالاب پہاڑی پر تھا۔ انھوں نے پایا کہ تالاب مٹی اور پتھروں سے بھرا ہوا تھا۔ اب اس میں پانی کیسے بھرے گا؟ تالاب میں بہت سی دراریں تھیں۔ اس تالاب میں پانی کیسے رک سکتا ہے؟ وہاں کوئی درخت اور گھاس نہیں تھی۔ وہاں، ہریالی کیسے ہو سکتی تھی؟

بچوں نے کہا ''ہمیں تالاب کو صاف کرنا چاہیے اور علاقے کو ایک بار پھر سرسبز کرنا چاہیے۔'' اس کے لیے پہلے یہ سمجھنا ضروری تھا کہ پہلے چیزیں کیسی تھیں اور اب کیوں تبدیل ہوگئیں۔ یہ پانی کی پریشانی کو حل کرنے کی منصوبہ بندی میں ان کا معاون و مددگار ہوگا۔ وہ بھی ایک برس کے لیے نہیں بلکہ آنے والے برسوں کے لیے بھی۔

برائے استاد: بچوں کی حوصلہ افزائی کریں کہ وہ ہندوستان کے نقشے پر کرناٹک کو تلاش کریں۔

© NCERT not to be republished

پنچایت نے کچھ ماہرین سے مدد حاصل کی۔ انھوں نے مل جل کر منصوبہ بنایا اور اس پر کام کی شروعات کی۔ پہلے تو تالاب کو اچھی طرح سے صاف کیا گیا۔ دراروں کی مرمت کی گئی۔ تالاب کے چاروں طرف گھاس اور پیڑ لگائے گئے چوں کہ تالاب پہاڑی کے اوپر تھا اس لیے کافی مقدار میں بارش کا پانی ڈھلانوں سے بہہ کر نیچے آجاتا تھا۔ اس پانی کے ساتھ مٹی بھی بہہ جاتی تھی۔ چنانچہ بچوں نے ڈھلان پر ایک چھوٹا سا باندھ بنایا تاکہ پانی اور مٹی کو بہنے سے روکا جاسکے۔

پھر سب بارش کا انتظار کرنے لگے۔ جب بارش ہوئی، تالاب پانی سے بھر گیا۔ بچوں نے اس میں کچھ مچھلیاں بھی چھوڑ دیں۔ انھوں نے رکھوالی کی کہ کوئی مچھلیاں نہ چرالے یا پودوں کو نقصان نہ پہنچاسکے۔ پہلی برسات گذری پھر ہر سال حالات بہتر ہوتے گئے۔ تالاب تھوڑا اور بھر گیا، پودے بڑے ہوئے مچھلیوں کی تعداد بڑھتی گئی دو یا تین سال بعد بارش کے ختم ہوجانے کے باوجود تالاب پانی سے بھرا رہتا تھا۔ گاؤں کے کنوؤں اور تالابوں میں بھی دوبارہ پانی آگیا تھا۔ ایک بار پھر سے ہریالی آگئی تھی۔ لوگوں کو کام کی تلاش میں اپنا گاؤں چھوڑ کر جانا نہیں پڑتا تھا۔

بھیم سنگھ کی سخت محنت کے نتیجے دکھائی دینے لگے۔ بچوں نے یہ راہ دکھائی! وہ بچے اب جوان ہوگئے ہیں لیکن بھیم سنگھ جاری ہے اور ہر سال اور زیادہ بچے اس کے رکن بننے پر فخر محسوس کرتے ہیں اور ساتھ مل کر ہمیشہ آگے کا راستہ دکھانے کے لیے کام کرتے ہیں۔

© NCERT not to be republished

برائے استاد: بچوں کو اس طرح کے تجربات بیان کرنے کا موقع دیا جائے اور ان سے ان تجربات کو مرتب کرنے کے لیے کہا جائے۔