

NEWSLETTER

June, 2026

(جون 2026) لاہور

پیشکش: سمرغ ویمنز ریورس اینڈ پبلیکیشن سنٹر لاہور۔

یہ ہمارا کمیونٹی شمارہ ہے جس میں ہم اپنی کمیونٹی کے مسائل پر بات کریں گے جیسے غربت، بے روزگاری، تعلیم کی کمی، صحت کی ناقص سہولتیں، سماجی مسائل، سڑکوں کی خستہ حالت اور صاف پانی کی کمی وغیرہ۔ یہ شمارہ سمرغ پراجیکٹ "کناروں سے مرکز تک" کے تحت بنایا گیا ہے۔

Food Security and Urban Greening

شہروں میں غذائی تحفظ کے لیے شہری سبزہ زار کیوں اہم ہے؟

شہری سبزہ زار غذائی تحفظ کے لیے بہت اہم ہیں کیونکہ یہ شہر میں تازہ سبزیاں، پھل اور دیگر غذائی اشیاء پیدا کرنے میں مدد دیتے ہیں۔ اس سے خوراک کی مقامی سطح پر دستیابی بڑھتی ہے اور لوگوں کو صحت مند اور تازہ غذا آسانی سے مل جاتی ہے۔ لاہور جیسے بڑے اور گنجان آباد شہر میں شہری سبزہ زار خوراک کی قلت کے خطرات کو کم کرتے ہیں، خوراک کی قیمتوں میں استحکام لانے میں مدد دیتے ہیں اور نقل و حمل کے اخراجات بھی کم کرتے ہیں۔

گھر اور علاقے کی سطح پر باغات خوراک کی عدم موجودگی کو دور کرنے میں کس طرح مدد کر سکتے ہیں؟

گھر اور علاقے کی سطح پر باغات خوراک کی عدم موجودگی کو دور کرنے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ یہ باغات تازہ سبزیاں، پھل اور جڑی بوٹیاں فراہم کرتے ہیں جس سے لوگوں کو غذائیت سے بھرپور خوراک آسانی سے میسر آتی ہے۔ اس سے خوراک خریدنے کے اخراجات کم ہوتے ہیں اور کم آمدنی والے خاندان بھی بہتر غذا حاصل کر سکتے ہیں۔ علاوہ ازیں، مقامی سطح پر خوراک کی پیداوار بڑھنے سے خوراک کی قلت کے مسائل کم ہوتے ہیں اور کمیونٹی کی غذائی خود کفالت میں اضافہ ہوتا ہے۔

شہری سبز جگہیں خوراک کی پیداوار کے علاوہ کیا فوائد فراہم کرتی ہیں؟

شہری سبز جگہیں (جیسے پارک، کمیونٹی باغات، درختوں والی سڑکیں، اور سبز چھتیں) خوراک کی پیداوار کے علاوہ بھی بہت سے اہم فوائد فراہم کرتی ہیں، مثلاً:

• ہوا کے معیار میں بہتری: درخت اور پودے فضائی آلودگی کو کم کرنے اور آکسیجن فراہم کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

• درجہ حرارت میں کمی: سبز جگہیں گرمی کو کم کرتی ہیں اور شہری علاقوں میں ہیٹ کے اثر کو کم کرتی ہیں۔

• بارش کے پانی کا بہتر انتظام: پودے اور مٹی بارش کا پانی جذب کرتے ہیں جس سے سیلاب کے خطرات کم ہوتے ہیں۔

• ذہنی اور جسمانی صحت: پارک اور باغات ورزش، چہل قدمی، آرام اور ذہنی سکون کے لیے موزوں ماحول فراہم کرتے ہیں، جس سے تناؤ کم ہو سکتا ہے۔ حیاتیاتی تنوع کی حفاظت: یہ جگہیں پرندوں، پتلیوں، شہد کی مکھیوں اور دیگر مفید جانداروں کے لیے رہائش فراہم کرتی ہیں۔

• شہری خوبصورتی: سبز جگہیں شہروں کو زیادہ دلکش اور رہنے کے لیے خوشگوار بناتی ہیں، جس سے معیار زندگی بہتر ہو سکتا ہے۔

• شور میں کمی: درخت اور جھاڑیاں شور کو جذب کرنے میں مدد دیتی ہیں، جس سے شہری ماحول نسبتاً پرسکون ہو جاتا ہے۔

اس طرح شہری سبز جگہیں نہ صرف خوراک پیدا کرنے میں معاون ہوتی ہیں بلکہ ماحول، صحت، معیشت اور معاشرتی زندگی پر بھی مثبت اثرات مرتب کرتی ہیں۔

شہری ہریالی کی کمی کی وجہ سے کس طرح کے نقصانات ہو رہے ہیں؟

شہری ہریالی (درخت، پارکس، باغات اور سبزہ) کی کمی کے کئی منفی اثرات ہوتے ہیں، جن میں شامل ہیں:

• درجہ حرارت میں اضافہ: درختوں کی کمی سے شہر زیادہ گرم ہو جاتے ہیں جسے "اربن ہیٹ آئی لینڈ" کا اثر کہا جاتا ہے۔ درخت کاربن ڈائی آکسائیڈ جذب کرتے اور آکسیجن خارج کرتے ہیں۔ ان کی کمی سے ہوا کا معیار خراب ہوتا ہے۔ آلودہ اور گرم ماحول کی وجہ سے سانس کی بیماریاں، ہیٹ اسٹروک اور دل کے امراض کا خطرہ بڑھ رہا ہے۔ سبز علاقوں کی کمی سے بارش کا پانی زمین میں جذب ہونے کے بجائے سڑکوں پر جمع ہو جاتا ہے، جس سے شہری سیلاب کا خطرہ بڑھتا ہے۔ پرندوں، تتلیوں اور دیگر جانوروں کے رہنے کی جگہیں کم ہو جاتی ہیں، جس سے حیاتیاتی تنوع متاثر ہوتا ہے۔ پارکس اور سبز مقامات کی کمی لوگوں میں ذہنی دباؤ، بے چینی اور تھکن میں اضافہ کر سکتی ہے۔ اسی لیے شہروں میں زیادہ درخت لگانا، پارکس کی حفاظت کرنا اور نئے سبز علاقے قائم کرنا ماحول اور عوامی صحت دونوں کے لیے اہم ہے۔





شہری ہریالی کے اقدامات کو نافذ کرنے میں شہروں کو کن مشکلات کا سامنا کرنا پڑتا ہے؟

شہری ہریالی کے اقدامات کو نافذ کرنے میں شہروں کو کئی چیلنجز کا سامنا ہوتا ہے، مثلاً: گنجان آباد علاقوں میں پارکس اور درخت لگانے کے لیے مناسب جگہ دستیاب نہیں ہوتی۔ درخت لگانے، پارکس بنانے اور ان کی دیکھ بھال کے لیے خاطر خواہ بجٹ درکار ہوتا ہے۔ عمارتوں، سڑکوں اور تجارتی منصوبوں کی وجہ سے سبز علاقوں کے لیے جگہ کم رہ جاتی ہے۔ خشک یا کم بارش والے علاقوں میں درختوں اور پودوں کی آبیاری ایک بڑا مسئلہ بن سکتی ہے۔ اگر باقاعدہ نگہداشت نہ ہو تو لگائے گئے درخت اور پودے خشک ہو سکتے ہیں یا نقصان کا شکار ہو سکتے ہیں۔ شدید گرمی، غیر معمولی موسم اور طوفان جیسے عوامل نئے پودوں کی نشوونما کو متاثر کر سکتے ہیں۔ اگر شہری درختوں اور سبز علاقوں کی حفاظت میں حصہ نہ لیں تو ہریالی کے منصوبوں کی کامیابی مشکل ہو جاتی ہے۔ مختلف سرکاری اداروں کے درمیان مؤثر ہم آہنگی نہ ہونے سے منصوبوں پر عمل درآمد مست ہو سکتا ہے۔

خواتین اور نوجوان نسل کس طرح چھوٹے پیمانے پر گرین انفراسٹرکچر میں کردار ادا کر سکتے ہیں؟

بارش کے باغات اور پلانٹر بکس بنانا۔ گھروں اور اسکولوں میں درخت اور پودے لگانا۔ بارش کا پانی جمع کر کے پودوں کو دینا۔ چھتوں یا صحن میں چھوٹے باغات بنانا۔ ماحول دوست سرگرمیوں اور آگاہی مہمات میں حصہ لینا۔

آپ کے علاقے میں کون سے کامیاب شہری ہریالی کے منصوبے چل رہے ہیں؟

میاواکی اربن فاریسٹ۔ مقامی درختوں پر مشتمل شہری جنگل (Miyawaki Urban Forest)

جلو پارک۔ وسیع سبزہ، درخت اور تفریحی سہولیات۔ گریٹر اقبال پارک۔ خوبصورت سبز علاقے اور شجرکاری۔ کینال روڈ گرین بیلتھ۔ سڑکوں کے کنارے درخت اور سبز پٹیاں، جو آلودگی کم کرنے میں مدد دیتی ہیں۔

گرین انفراسٹرکچر بڑھانے کے لیے کس طرح کے اقدامات کرنے چاہیں؟

گھر کی سطح (پھل، سبزیاں اُگا کر) گھر کی سطح پر گرین انفراسٹرکچر بڑھانے کے لیے یہ اقدامات کیے جاسکتے ہیں، گھر میں پھل، سبزیاں اور پودے اُگائیں۔ بارش کا پانی جمع کر کے باغبانی میں استعمال کریں۔ گھلوں، پلانٹر بکس یا چھت پر باغ (Rooftop Garden) بنائیں۔ مقامی درخت اور پودے لگائیں اور ان کی دیکھ بھال کریں علاقے کی سطح: (خالی پلاٹ اور پارک میں مقامی پودے، نیم، برگد، آم، الملتاس کے درخت) علاقے کی سطح پر گرین انفراسٹرکچر بڑھانے کے اقدامات: خالی پلاٹوں اور پارکوں میں مقامی پودے لگائیں۔ نیم، برگد، آم اور الملتاس جیسے سایہ دار درخت لگائیں۔ کمیونٹی شجرکاری مہمات میں حصہ لیں۔ موجودہ سبز علاقوں کی حفاظت اور باقاعدہ دیکھ بھال کریں۔

شہری سطح: (میاوی طریقہ۔ سرکاری خالی جگہوں پر مقامی درختوں کے چھوٹے چھوٹے جنگلات بنانا)
شہری سطح پر گرین انفراسٹرکچر بڑھانے کے اقدامات:

میاوی طریقے سے سرکاری خالی جگہوں پر مقامی درخت لگا کر چھوٹے جنگلات بنانا۔ سڑکوں اور گرین ہیلٹس پر شجرکاری کرنا۔ نئے پارکس اور سبز علاقوں کا قیام۔ شہری ہریالی کے منصوبوں کی باقاعدہ دیکھ بھال اور توسیع کرنا۔

گھر کی سطح پر شہری سبزیاں اگانے سے کس طرح کے فوائد مل سکتے ہیں؟ (صحت کے فوائد، معاشی فوائد)
گھر کی سطح پر شہری سبزیاں اگانے کے اہم فوائد یہ ہیں:

صحت کے فوائد۔ گھر میں اگائی گئی سبزیاں تازہ اور کیمیکل سے کم متاثر ہوتی ہیں۔ ان سے صحت بہتر رہتی ہے اور جسم کو اچھی غذائیت ملتی ہے۔ معاشی فوائد۔ گھر میں سبزیاں اگانے سے بازار سے خریداری کم ہو جاتی ہے، جس سے پیسے کی بچت ہوتی ہے۔ مہنگائی کے اثرات بھی کم محسوس ہوتے ہیں۔ مستقبل میں ایک سبز اور زیادہ خوراک سے محفوظ کمیونٹی کے لیے آپ کی کیا پلاننگ ہے؟

گھروں اور چھتوں پر سبزیوں اور پھلوں کے باغات کو فروغ دینا تاکہ مقامی سطح پر خوراک دستیاب ہو۔ خالی پلاٹوں اور پارکوں میں کمیونٹی گارڈنز قائم کرنا جہاں لوگ مل کر سبزیاں اگائیں۔ بارش کے پانی کو محفوظ کر کے آبپاشی کے لیے استعمال کرنا تاکہ پانی کی کمی نہ ہو۔ مقامی اور موسمی پودوں کی شجرکاری کو بڑھانا تاکہ کم پانی میں زیادہ پیداوار حاصل ہو۔ نوجوانوں اور خواتین کو تربیت دینا کہ وہ جدید اور سادہ باغبانی تکنیکیں (جیسے پلانٹر بکس اور ورنیکل گارڈنز) استعمال کریں۔ کھانے کے ضیاع (food waste) کو کم کرنا اور کمپوسٹ کے ذریعے نامیاتی کھاد بنانا۔ اسکولوں اور کمیونٹی سطح پر آگاہی پروگرام چلانا تاکہ نوجوان اور بڑے خود کفالت کی طرف جائیں۔

اس طرح ایک کمیونٹی نہ صرف زیادہ سبز بن سکتی ہے بلکہ خوراک کے لحاظ سے بھی زیادہ محفوظ اور خود کفیل ہو سکتی ہے۔