SIMORGH
WOMEN'S RESOURCE AND PUBLICATION CENTRE

NL

NEWSLETTER

November, 2025

(نومبر 2025) لاہور

پیشکش: سمیرغ ویمن ریسورس اینڈ پبلکیشن 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 سیمرغ پراجیکٹ " کناروں سے مرکز تک " کے تحت بنایا گیا ہے جس میں موسمیاتی تبدیلیوں کے باعث ہونے والے نقصانات اور اُن کے سدِ باب کے بارے میں بات کریں گے۔

ہمارا شہر لاہور:

لاہور پاکستان کا دوسرا گنجان آباد شہر ہے جو اپنی تاریخ، ثقافت، ادب اور روایات کی وجہ سے مشہور ہے یہ شہر صدیوں پر محیط تہذیب کا مرکز رہا ہے اور آج بھی تعلیم، تجارت اور سیاحت کا اہم گڑھ سمجھا جاتا ہے۔ پچھلے کچھ سالوں سے موسمیاتی تبدیلی، غیر معمولی بارشیں، سیلاب اور تیز بارشوں کے باعث ہر سال ہزاروں لوگ اپنے گھروں سے محروم ہو جاتے ہیں یہ لوگ یا تو مکمل طور پر بے گھر ہو جاتے ہیں یا پھر عارضی طور پر اپنے مکانات چھوڑنے پر مجبور ہو جاتے ہیں۔ لیکن سال 2025 میں آنے والے سیلاب نے بہت تباہی کی ہے جس کی وجہ سے اس سیلاب کی زد میں آنے والے لوگوں کا بہت زیادہ نقصان ہوا ہے۔ اس سیلاب میں ایسے افراد کی زندگی کو بحال کرنے کے لیے حکومت، فلاحی ادارے اور مقامی کمیونٹی مختلف سہولیات فراہم کر رہے ہیں۔ حکومت سیلاب سے متاثر ہونے والے علاقوں میں فری میڈیکل کیمپ، راشن، کھانا اور دیگر ضروریات زندگی کی اشیاء فراہم کر رہی ہے۔

موسیماتی تبدیلی اور زندگی پر اثرات:

لاہور پاکستان کا ایک اہم شہر ہے۔ یہاں تیزی سے بڑھتی ہوئی آبادی کی ضروریات اور نکاسی آب کے مسائل نے بارش اور شہری سیلاب (Urban Flooding) کے خطرات کو بڑھا دیا ہے۔ حالیہ برسوں میں مون سون کی بارشوں اور سموگ نے یہ حقیقت واضح کر دی ہے کہ موسمیاتی تبدیلی (Climate Change) عصرِ حاضر کا سب سے سنگین مسئلہ ہے۔ یہ صرف درجہ حرارت کے بڑھنے یا سردیوں کے کم ہونے کا نام نہیں، بلکہ زمین کے قدرتی توازن میں ایسی تبدیلیاں ہیں جو براہِ راست انسانی زندگی، معیشت، صحت، زراعت، ماحول اور مستقبل پر اثر انداز ہو رہی ہیں جس کے نتیجے میں غیر معمولی بارشیں، شدید گرمی کی لہر (ہیٹ ویوز)، سمندری طوفان، خشک سالی، سموگ اور سب سے بڑھ کر شدید سیلاب سامنے آتے ہیں ان تبدیلیوں میں ایک تبدیلی سموگ ہے جو لاہور کے شہریوں کے لیے بہت سی بیماریوں کی وجہ بن رہی ہے (سموگ دراصل دھواں Smoke اور دھند Fog کا مجموعہ ہے۔ یہ اس وقت بنتی ہے جب فضا میں گاڑیوں کا دھواں، فیکٹریوں میں ٹائروں کو جلانے سے پیدا ہونے والا دھواں، اینٹوں کے بھٹوں سے نکلنے والا دھواں، فصلوں کی باقیات جلانے سے پیدا ہونے والا دھواں نمی اور دھند کے ساتھ مل جاتا ہے۔

www.simorgh.org.pk

Editors: Farooq, Maheen, Khizra, Eman, Rabia, Sidra, Mehrunisa

سموگ کی وجہ سے صحت پر ہونے والے اثرات:

۱۔ سانس کے مسائل ۲۔ آنکھوں کے مسائل، ۳۔ گلے اور ناک کے مسائل، ۔۴۔ دل کے امرض کا بڑھنا۔ بچوں اور بزرگوں کی صحت پر بُرا اثر، بچوں کے پھیپھڑوں کی نشوونما متاثر ہو رہی ہے اور بزرگوں کی بیماریوں میں اضافہ ہو رہا ہے۔

سموگ سے بچنے کے لیے احتیاطی تدابیر:

سموگ سے بچاؤ کے لیے درجہ ذیل احتیاطی تدابیر اختیار کرنا ضروری ہے۔ لاہور جیسے شہروں میں غیرضروری باہر نکلنے سے پرہیز کریں خاص طور پر صبح اور شام کے وقت جب سموگ زیادہ ہوتی ہے۔ زیادہ سے زیادہ درخت لگائیں اور ماحول دوست طرزِ زندگی اپنائیں۔ باہر جاتے وقت ماسک کا استعمال کریں۔ گھروں اور دفتروں میں کھڑکیاں دروازے بند رکھیں اور اگر ممکن ہو تو ائیر پیوریفائر استعمال کریں۔ آنکھوں کی جلن سے بچنے کے لیے آنکھوں کو صاف پانی سے دھوتے رہیں۔ زیادہ سے زیادہ پانی پئیں اور متوازن غذا کا استعمال کریں تاکہ جسم کی قوتِ مدافعت مضبوط رہے۔ سگریٹ نوشی اور دھوئیں والی جگہوں سے دور رہیں کیونکہ یہ سموگ کے اثرات کو بڑھا دیتی ہیں۔ پبلک ٹرانسپورٹ یا کارپولنگ استعمال کریں اور گاڑیوں کا دھواں کم کرنے میں اپنا کردار ادا کریں۔

سیلاب: سیلاب کو دنیا بھر میں سب سے زیادہ تباہ کن قدرتی آفات میں شمار کیا جاتا ہے۔ پاکستان جیسے ملک، جہاں زراعت معیشت کی ریڑھ کی ہڈی ہے اور آبادی کا بڑا حصہ دریاؤں کے کنارے پر آباد ہے، وہاں سیلاب کے اثرات اور بھی بڑھ جاتے ہیں۔ پاکستان کی معیشت کا 60 فیصد حصہ زراعت پر مشتمل ہے۔ سیلابی پانی فصلوں کو تباہ کر دیتا ہے، اس سے کسان غربت کی دلدل میں دھنس جاتے ہیں اور ملک خوراک کی کمی کا شکار ہو جاتا ہے۔ سیلاب معیشت کے لیے زہرِ قاتل ہے۔ ایک طرف زرعی اور صنعتی نقصان ہوتا ہے تو دوسری طرف حکومت کو اربوں روپے امدادی کارروائیوں اور متاثرین کی بحالی پر خرچ کرنے پڑتے ہیں۔ دریاؤں کے کناروں پر مختلف ہوؤسنگ سوسائٹیاں بنائی جا رہی ہیں جس سے نہ صرف انسانوں کو بلکہ خود دریا کو بھی ان کا نقصان ہو رہا ہے کیونکہ ان کی تعمیر سے دریا کا قدرتی بہاؤ اور پھیلاؤ محدود ہو رہا ہے جو دریا کے راستے میں رکاوٹ ڈالتی ہیں۔ جس سے پانی کی رفتار اور سمت بدل جاتی ہے اور سیلاب کا خطرہ بڑھ جاتا ہے۔ اس کے علاوہ دریا کے کنارے سبز پٹیاں اور جنگلی حیات کے مسکن تباہ ہو رہے ہیں جس سے ماحولیاتی توازن بگڑتا ہے۔ یہ سوسائٹیاں نہ صرف انسانوں کے لیے بلکہ خود دریا کی بقا کے لیے بھی خطرہ بن جاتی ہیں۔

خواتین اور بچوں کی اہم ضروریات:

سیلاب کے دوران خواتین اور بچوں کو خصوصی توجہ اور سہولیات کی ضرورت ہوتی ہے کیونکہ وہ سب سے زیادہ کمزور اور متاثر ہونے والا طبقہ ہے۔ خواتین کے لیے صاف پانی، حفظانِ صحت کا سامان، محفوظ اور علیحدہ رہائش، طبی مدد، حمل یا زچگی کے دوران معاونت کی بہت ضرورت ہوتی ہے۔

پانی، صفائی اور حفظان صحت کے اقدامات:

سیلاب کی صورت حال میں پانی، صفائی اور حفظان صحت کے (WASH) موثر انتظام کے لیے فوری اور منظّم اقدامات ناگزیر ہوتے ہیں۔ سب سے پہلے محفوظ اور صاف پینے کے پانی کی فراہمی کو یقینی بنایا جاتا ہے جس میں واٹر فلٹریشن یونٹ، کلورینیشن اور پینے کے پانی کے لیے محفوظ ذخیرہ شامل ہے۔ صفائی کے لیے عارضی بیت الخلاء قائم کرنا، نکاسی آب کا انتظام بہتر بنانا اور کچرے کی باقاعدہ تلفی ضروری ہے۔ تاکہ بیماریوں کا پھیلاؤ روکا جاسکے۔

سیلاب سے متاثرہ علاقوں میں امداد کی فراہمی:

پناہ گاہیں۔ سیلاب یا بارشوں کے بعد متاثرین کو سب سے پہلے پناہ کی ضرورت ہوتی ہے حکومت پنجاب اور ضلعی انتظامیہ مختلف اسکولوں، کالجز اور کمیونٹی ہالز کو عارضی ریلیف کیمپوں میں بدل دیتی ہے۔ فلاحی ادارے خیمے لگاتے ہیں تاکہ بے گھر خاندان بارش اور دھوپ سے بچ سکیں۔ بڑی تعداد میں "پناہ گاہ" مراکز بھی قائم کیے جاتے ہیں۔

خوراک۔ کھانے پینے کی اشیاء کی فراہمی بے گھر افراد کی سب سے بڑی ضرورت ہے۔ حکومت پنجاب، فوج، اور این جی اوز کھانے کے پیکٹ تقسیم کرتی ہیں۔ ان میں آٹا، چاول، دالیں، تیل اور خشک راشن شامل ہوتا ہے۔

طبی امداد اور صحت کی سہولیات: سیلاب یا بارشوں کے دوران اور بعد میں بیماریاں پھیلنے کا خدشہ بڑھ جاتا ہے۔ بے گھر افراد کے لیے میڈیکل کیمپس قائم کیے جاتے ہیں جہاں ڈاکٹر اور نرسیں بنیادی طبی امداد فراہم کرتے ہیں۔ ہیضہ، ڈینگی، ملیریا، جلدی امراض اور یرقان کے علاج کے لیے دوائیاں فراہم کی جاتی ہیں۔ حاملہ خواتین اور بچوں کے لیے خصوصی میڈیکل یونٹس قائم کیے جاتے ہیں۔ ویکسینیشن مہم بھی چلائی جاتی ہے۔ یہ سہولیات عارضی طور پر بیماریوں کا علاج کرتی ہیں لیکن اکثر ادویات اور ماہر ڈاکٹروں کی کمی رہتی ہے۔

تعلیمی سہولیات: بچوں کے تعلیمی سلسلے کو جاری رکھنے کے لیے عارضی اسکول یا "ایجوکیشن کارنرز" قائم کیے جاتے ہیں۔ کچھ این جی اوز رضاکار اساتذہ فراہم کرتی ہیں تاکہ بچے اپنی پڑھائی سے مکمل طور پر محروم نہ ہوں۔ حکومت بھی متاثرہ اسکولوں کی مرمت اور دوبارہ کھولنے کے اقدامات کرتی ہے۔ یہ سہولت عارضی طور پر بچوں کو مصروف رکھتی ہے لیکن بڑے پیمانے پر یہ ناکافی ہوتی ہے۔ اس کے علاوہ حکومت مالی ماونت بھی فراہم کرتی ہے تاکہ لوگ اپنے گھروں کو تعمیر یا مرمت کرسکیں۔

SIMORGH
WOMEN'S RESOURCE AND PUBLICATION CENTRE

بارشوں اور سیلاب سے پہلے انفرادی اور حکومت کی حکمت عملی:

انفرادی سطح پر حکمت عملی۔گھروں کی مضبوطی اور ڈرینیج کا بندوبست۔ایمرجنسی کٹ تیار۔خوراک اور ادویات کا ذخیرہ

انسانی جانوں کی حفاظت کا منصوبہ: خاندان کے افراد کے لیے ایک ایمرجنسی پلان تیار ہو کہ اگر سیلاب آئے تو پانی کہاں جمع ہونا ہے اور کیسے محفوظ جگہ پر پہنچنا ہے۔بچوں اور بزرگوں کی حفاظت کے لیے الگ انتظامات کرنا ضروری ہے۔

شعور اور تربیت: اسکول، کالج، کمیونٹی مراکز میں تربیتی ورکشاپس منعقد کی جائیں۔لوگوں کو بتایا جائے کہ ہنگامی حالات میں کیسے محفوظ رہنا ہے۔کیا کیا احتیاطی تدابیر اختیار کرنی ہے۔مقامی سطح پر کمیونٹی گروپس بنائے جائیں تا کہ ضرورت کے وقت ایک دوسرے کی مدد ہو سکے۔

انفراسٹرکچر کی بہتری: شہر کے بڑے معاون نالوں (جیسے میاں میر اور چھوٹا روای) کی با قاعدہ صفائی ضروری ہے تا کہ بہاؤ کی گنجائش کو کم کرنے والے گار اور ملبے کو ہٹایا جا سکے۔اس کام کے لیے واٹر اینڈ سینی ٹیشن ایجنسی (واسا) کو مناسب وسائل اور جدید مشینری کے ساتھ با اختیار بنانا ضروری ہے۔لاہور کے نشیبی علاقوں میں جدید ڈرینیج سسٹم بنایا جائے تا کہ بارش کا پانی جلدی نکل سکے۔

ریسکیو اور ریلیف آپریشنز: حکومت کو چاہیے کہ ریسکیو 1122 اور دیگر اداروں کو جدید آلات، کشتیاں اور ٹرینڈ عملہ فراہم کرے تا کہ ہنگامی صورت حال میں فوری مدد پہنچائی جا سکے۔ہنگامی پناہ گاہیں قائم کی جائیں جہاں متاثرہ افراد کو فوری رہائش، کھانا اور طبی سہولیات مل سکیں۔

شجر کاری: بڑے پیمانے پر شجر کاری کی جائے جنگلات لگائے جائیں ۔خاص طور پر دریاؤں اور ندی نالوں کے کنارے درخت لگائے جائیں، پارکس بنائے جائیں کیونکہ پارکس پانی جذب کرنے اور ذخیرہ کرنے کے لیے عارضی علاقوں کے طور پر کام کر سکتے ہیں جیسے (واٹر اسکوائز یا سپنج سٹی تصورات کہا جاتا ہے۔لاہور ڈویلپمنٹ اتھارٹی (ایل ڈی اے) اور واسا کی قیادت میں لاہور مون سون کے سیلاب کے انتظام اور زیر زمین پانی کو ریچارج کرنے کے لیے سپنج سٹی تصورات کو اپنا رہا ہے۔یہ تکنیک پانی کو محفوظ کرنے، مہنگے روایتی اور کم موثر انفراسٹرکچر کی ضرورت کو کم کرنے میں مدد کرتی ہے۔سیلاب پر قابو پانے کے علاوہ یہ طریقے پانی کے معیار کو بہتر بناتے ہیں، سبز جگہیں فراہم کرتے ہیں اور شہری حیاتیاتی تنوع کو فروغ دیتے ہیں۔

سیلاب سے قبل کی تیاری اور پالیسی اقدامات: پیشن گوئی کرنے والے ٹولز، ڈیٹا ڈیش بورڈ، ایس ایم ایس الرٹ اور میڈیا مہمات بھاری بارش اور سیلاب کی بروقت ورانگ کے لیے انخلاء اور تیاری کرنا بہت ضروری ہے۔ شہریوں کو بروقت سیلاب کی تیاری، حفاظتی نکات اور کچرے کو مناسب طریقے سے ٹھکانے لگانے کی اہمیت کے بارے میں آگاہ کرنا نالیوں کو بند ہونے سے روکنے کے لیے اہم ہے۔پنجاب مختلف سرکاری محکموں بشمول نیشنل ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی اور مقامی حکومتوں کے درمیان ہم آہنگی اور رابطے بڑھانا تا کہ ڈیزاسٹر مینجمنٹ اتھارٹی متحد اور فعال ردِعمل کو یقینی بنایا جا سکے