USAID
FROM THE AMERICAN PEOPLE

SACHET

National AIDS Control Program

fhi Family Health International

دوستی
ذمہ دار رویوں کیلئے

تیسرا شمارہ

موسم گرما
2005ء

اداریہ — بول کہ سب لفظ ہیں تیرے

کبھی کبھی زمیں کے شق ہونے کے باوجود بھی اتنی جگہ نہیں بن پاتی کہ ہم اس میں اپنی شرم، غلطیاں اور کوتاہیاں دفنا سکیں۔ لیکن پھر بھی اپنے جذبات نہ دبائیں، یا اس غلط فہمی میں نہ رہیں کہ کوئی آپ کو چاہتا نہیں یا خیال نہیں رکھتا۔

بول کہ سب لفظ ہیں تیرے، اگر آپ کی امید بڑھانے یا ساتھ دینے والا کوئی نہیں تو خود سے کر گزریئے، لیکن نہ تو کبھی خود کو سزا دیں اور نہ ہی شرمندگی کا گھیراتنگ کریں۔ کیونکہ آپکی اجازت کے بغیر آپکو کوئی کمتر ثابت نہیں کر سکتا۔ بہت سے لوگ اس لاعلاج بیماری جسے ایچ۔آئی۔وی اور ایڈز کہتے ہیں، میں مبتلا ہونے کے بعد خود کو دنیا کا حقیر ترین انسان سمجھنے لگتے ہیں۔ آخر کیوں؟ شاید انکا خیال ہے کہ انکے پاس اس فانی دنیا کو دینے کیلئے کچھ بھی نہیں یا شاید اس دنیا کے پاس انہیں دینے کیلئے کچھ بھی نہیں۔ ایڈز کے شکار لوگ ان دیکھی دنیا کی مانند ہیں کہ انکے اندر بھی خوبصورت موسم، دریا و سمندر ہیں، صحرا اور ریگستان ہیں، سرسبز و شاداب مرغزار بھی ہیں اور بیشتر بکھرے نامعلوم جذبات و احساسات بھی ایڈز سے متاثرہ لوگ بھی دکھوں کے سرد موسم، خوشیوں کی بہار، جواں جذبوں کی گرمی، پت جھڑ کی یکسانیت کیساتھ ساتھ تذبذب کی بارش، دبی امنگوں کی روشنی اور پھولوں کے سراب سے جڑے ہوئے ہیں، قدرت کی تمام تر ظرافتیں اور خوبصورتیاں، جن سے ہم سب پیوستہ ہیں، سب ایڈز کے شکار لوگ بھی اسی درخت کی شاخ ہیں۔ یہ لوگ بھی مختلف موسموں سے گزرتے ہیں، جو انکے اپنے دماغ اور روح کے تخیل کے باعث ان پر اثر انداز ہوتے ہیں۔ ایڈز صرف جنسی ملاپ سے ہونے والی بیماری نہیں بلکہ یہ ایک سے زیادہ طریقوں سے اثر کرتی ہے۔ خصوصاً ناخواندہ لوگ اس بیماری کے بارے میں انتہائی بھٹکے ہوئے خیالات رکھتے ہیں۔ دور حاضر میں لفظ ایڈز اور نوجوانوں کا ربط بہت نازک ہے۔ کیونکہ ہر ابھرتا جوان قوم کی تقدیر ہاتھوں میں لئے پیدا ہوتا ہے، نوجوان ہی قوم کیلئے باعث مسرت یا حسرت کا سامان پیدا کر سکتے ہیں۔ اک کمی جو ہم اپنے نوجوانوں میں محسوس کرتے ہیں وہ مثبت طرز عمل اور فکر ہے۔ درحقیقت ہمیں سیمینار، تقریروں اور جذباتی طرز عمل کی نہیں بلکہ انفرادی انقلاب کی ضرورت ہے، جو صرف اپنی ذمہ داریاں محسوس کرنے کے بعد ہی آئے گا۔

شہیر الٰہی خان

تکنیکی مشاورتی بورڈ
ڈاکٹر محمد طارق (فیملی ہیلتھ انٹرنیشنل)
ڈاکٹر رخشندہ پروین (ساشے)
ڈاکٹر محمد عمران (نیشنل ایڈز کنٹرول پروگرام)
ڈاکٹر قدیر احسن (یو ایس ایڈ)

مدیر اعلیٰ: ڈاکٹر رخشندہ پروین
نگران مدیر: سلیم اللہ بیگ
کوآرڈینیٹر: شہیر الٰہی خان

دوستی کیلئے آگہی ریسورس مرکز ساشے، نیشنل ایڈز کنٹرول پروگرام، فیملی ہیلتھ انٹرنیشنل اور یو۔ایس ایڈ کے تعاون کا شکر گزار ہے۔

ساشے والنٹری سوشل ویلفیئر ایجنسیز (رجسٹریشن اینڈ کنٹرول) آرڈیننس 1961ء کے تحت رجسٹرڈ شدہ تنظیم ہے۔ رجسٹریشن نمبر VSWA/ICT/306

پاکستان کے صنفی تناظر میں انسانی وسائل کی ترقی ہمارا مشن

آگہی

دونوں بچوں نے پہلے 6 سالہ عاصم کو دیکھا پھر ایک دوسرے کی جانب دیکھا آنکھوں ہی آنکھوں میں کچھ تبادلہ ہوا پھر وہ ہنس دیئے ۔۔۔۔۔ ایک عجیب سے ہنسی ۔۔۔ جس میں عاصم کیلئے طنز تھا۔ نفرت تھی حقارت تھی تضحیک تھی اور ایک احساس کمتری بھی۔ میں نے دونوں بچوں کو حیرانی و پریشانی سے دیکھا اور پھر عاصم کو جو ایک طرف حسرت و یاس کی تصویر بنا کر کھڑا تھا۔

بظاہر آزر تندرست و توانا عاصم درحقیت ایڈز جیسے موذی مرض کا شکار تھا۔ وہ دونوں بچے ایڈز کے متعلق یقیناً غلط فہمی کا شکار تھے۔ لیکن خدا کا شکر ہے مجھے تو آگہی تھی۔ جو ساشے کی مرہون منت تھی۔ میں نے اپنی آگہی اپنا علم ان میں بانٹنے کا سوچا اور عاصم کا ہاتھ تھامے ان دونوں کے پاس چلا آیا۔ دونوں سے ہنسنے کی وجہ پوچھی تو وہ ہچکچاتے ہوئے بولے کہ انکل عاصم سے ہاتھ نہ ملائیں کیونکہ میری ماں کہتی ہیں اسے ایڈز ہے۔

دکھ اور بے بسی کی لہر میرے اندر دوڑ گئی۔ میں نے عاصم کو گود میں اٹھا لیا اور ان سے بولا کہ آؤ تمہیں کچھ بتاؤں وہ سب کچھ جس کی آگہی مجھے بھی نہیں تھی لیکن پھر آگہی ریسورس مرکز ساشے کے تعاون سے اب میں جانتا ہوں۔

ایڈز یقیناً لاعلاج مرض' لیکن شرمندگی' تضحیک یا باعث مزاحمت نہیں یہ صرف ایک بیماری ہے۔ جو متاثرہ سرنج سے' متاثرہ خون سے' متاثرہ ماں سے پیدا ہونے والے بچے اور غیر فطری یا بے راہ جنسی تعلقات سے پھیلتی ہے۔

یہ چھونے سے، ہاتھ ملانے سے' بیمار کی تیمارداری کرنے سے یا پھر اکٹھے کھانے اور کھیلنے سے نہیں پھیلتی ایڈز یقیناً لاعلاج ہے لیکن بچاؤ ممکن ہے احتیاط واحد علاج ہے۔ بچے میری بات سمجھ رہے تھے اور ان کے چہرے پر ایڈز سے متعلق آگہی کی روشن کرنیں بخوبی نظر آ رہی تھیں۔ ان دونوں نے آگے بڑھ کر عاصم کا ہاتھ تھاما اور پھر اس رستے پر چل دیئے جہاں انہیں علم کی روشنی پھیلانی تھی۔ اوروں کو بھی بتانا' ایڈز سے متعلق لاعلمی کو دور بھگانا تھا۔ اور سب سے بڑھ کر آگہی پھیلانی تھی۔

محمد کاشف مجید

تازہ ترین

ایچ آئی وی / ایڈز کے موضوع پر آگہی پیدا کرنے کیلئے چار تھیٹر پرفارمنس مختلف مقامات پر منعقد کی گئی ہے۔

☆ ایچ آئی وی / ایڈز کے موضوع پر معلومات کیلئے تین الیکٹرانی میگزین نشر کئے گئے۔

☆ HIV/AIDS کے حوالے سے FM 100 پر ایک معلوماتی پروگرام نشر کیا گیا۔

☆ راولپنڈی اور اسلام آباد کے پندرہ تعلیمی اداروں کے مابین شاعری، مضمون نویسی اور پوسٹر کے مقابلے کروائے گئے۔

☆ وژن انٹرنیشنل کالج، اسلام آباد میں ایک FUN FAIR کا انعقاد کیا گیا جسکا مقصد HIV/AIDS کے حوالے سے نوجوانوں میں شعور پیدا کرنا تھا۔

☆ ایف جی بوائز ہائر سیکنڈری سکول مغل اسلام آباد میں دوستی کرکٹ میلہ کا اہتمام۔

☆ آگہی ٹریننگ روم، ساشے میں YAN کے ممبران کی میٹنگ۔

☆ 28 اپریل 2005ء کو ایک روزہ ٹریننگ ورکشاپ، خصوصاً خواتین کے لئے منعقد کی گئی۔

☆ 19 مئی 2005ء کو برطانیہ سے آئی پانچ رکنی ٹیم کا ساشے میں دورہ۔

☆ یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک ممبرز کا ٹریننگ سیشن 20 جولائی 2005ء، آگہی ریسورس سنٹر ساشے میں منعقد کیا گیا۔

یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک ممبرشپ فارم
آگہی ریسورس مرکز ساشے

نام ____________________

تاریخ پیدائش ____________________

صنف ____________________

جماعت ____________________

تعلیمی ادارہ ____________________

پتہ ____________________

فون نمبر ____________________

ای میل ____________________

مشاغل ____________________

کیا آپ نے کبھی سکول/کالج غیر نصابی سرگرمیوں میں حصہ لیا؟ اگر ہاں تو سرگرمیوں کی وضاحت کیجئے۔

آپ یوتھ ایڈوکیسی نیٹ ورک کے ممبر کیوں بننا چاہتے ہیں۔

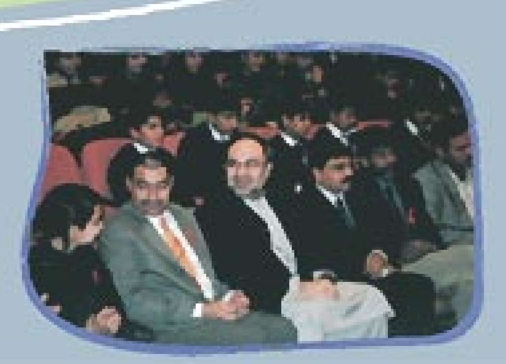
آپ کی یوتھ ایڈوکیسی نیٹ ورک سے کیا توقعات ہیں؟

دستخط ____________________

تاریخ ____________________

ایڈز کے وائرس سے بچو یارو ہر جگہ پہ ہر چوک پر بتایا ہے نذیر مسیح نے
یہ بہت ہی خطرناک وائرس ہے یارو ایڈز کے وائرس سے بچو یارو
اک بار اس وائرس نے جس سے محبت کی زندگی قدرت کا انمول تحفہ ہے
ساری زندگی وہ شخص رویا یارو یہی بات ہر کسی کو بتانا ہے یارو
اس سے آدمی نہ دنیا کا رہتا ہے نہ دین کا ایڈز کے وائرس سے بچو یارو
ہر جگہ پہ ہر چوک پر لکھا ہے یارو ایڈز کے وائرس سے بچو یارو
اسکا مریض ہر وقت جیتا اور مرتا ہے یارو HIV کے وائرس سے سب کو بچانا یارو

محمد عاصم



زندگی شاید موت

تبدیلی زندگی کی حقیقت ہے، اگر مثبت ہو تو اسے عروج حاصل ہے ۔ منفی ہونے کی صورت میں زندگی کی کشتی بھنور میں پھنستی چلی جاتی ہے ۔ صحت زندگی کی روشنی ہے اس روشنی میں انسان زندگی کی مسافتیں با آسانی طے کر لیتا ہے۔

اگر ہم افریقہ کی طرف نگاہ دوڑائیں اور مسلہ ایڈز ہو تو تمام تر روشنیاں ماند پڑتی دکھائی دیتی ہیں۔انسانیت مذہب،امتیازات اور رنگ ونسل سے مبرا ہے۔

پوری دنیا میں اس وقت ایڈز سے متاثرہ چار کروڑ سے زیادہ افراد ہیں جن کی زندگی کی آب وتاب ختم ہونا شروع ہو گئی ہے اور بہت ساروں نے تاریکی کے سفر کا آغاز کر دیا ہے۔انڈیا میں ایچ۔آئی۔وی /ایڈز سے متاثرہ افراد کی تعداد پچاس لاکھ سے تجاوز کر چکی ہے۔

بھر حال زہر جڑ کی صورت میں ہو یا تن آور درخت ہو زندگی کی انتہا ہے۔ایچ۔آئی۔وی وائرس بھی زہر ہے جو جسم میں داخل ہو کر مدافعتی نظام کو کمزور کرتا ہے اور آخر کار موت کا باعث بنتا ہے۔

طبی محققین اپنی بھرپور کاوشوں کے باوجود ایڈز کا مکمل علاج دریافت کرنے سے قاصر ہیں۔تا حال صرف پرہیز ہی سب سے بہتر علاج ہے۔

مظفر اقبال
ماسٹر ٹرینر
پی سی پی پراجیکٹ

نوجوانوں تک پہنچائے جانے والے بنیادی پیغامات :۔

- ☆ پیئرز ایجوکیشن کیا ہے ؟
- ☆ پیئر ایجوکیٹر کا کردار ۔
- ☆ پیئرز کے درمیان معلومات کی منتقلی کے بہترین انداز / ذرائع ۔

- ☆ ایچ آئی وی / ایڈز کیسے پھیلتا ہے ؟
- ☆ ایچ آئی وی / ایڈز سے بچاؤ
- ☆ ایچ آئی وی / ایڈز کی علامات
- ☆ ایچ آئی وی /ایڈز کے بارے میں مشہور غلط اور نامناسب باتیں
- ☆ Stigma

ایڈز اک سچ

ایڈز اک برا خواب
ایڈز اک کھویا ساتھ
ایڈز اک اجڑی داستان
ایڈز اک تپتا ریگستان
ایڈز اک چھپی کہانی
ایڈز اک دنیا فانی
ایڈز اک چھاتا اندھیرا
ایڈز اک دور سویرا

ایڈز اک تنگ گھیرا
ایڈز اک دکھ بسیرا
ایڈز اک اکھڑا جواب
ایڈز اک کمزور شباب
ایڈز اک طوفانی رات
ایڈز اک کڑوی بات
ایڈز اک ان کہی
ایڈز اک ان سنی

ایڈز اک ان دیکھی
ایڈز اک تڑپتی آہ
ایڈز اک بچھڑی چاہ
ایڈز اک میں
ایڈز اک توں
ایڈز اک ہم
ایڈز اک کم
ایڈز اک جنگ

بی سی سی پراجیکٹ' آگہی ریسورس مرکز (جون 2004 تا ستمبر 2005) سا شے

☆ اس پروجیکٹ کا مقصد نوجوان اور نوعمر طلباء وطالبات کے روزمرہ رویہ میں مثبت تبدیلی لانا ہے تا کہ ان کے معیار زندگی کو بہتر بنایا جا سکے۔

مقرر کردہ مقاصد:۔

☆ راولپنڈی اور اسلام آباد کے سکولوں اور کالجوں کے طلباء وطالبات میں 16 ماہ میں ایچ آئی وی ایڈز سے متعلق معلومات فراہم کرنا۔

☆ راولپنڈی اور اسلام آباد کے تعلیمی اداروں کے سربراہان' وزارت اقلیت' ثقافت' کھیل' سیاحت اور امور نوجوانان اور ذرائع ابلاغ سے متعلقہ افراد کو ایچ آئی وی ایڈز سے بچاؤ کے طریقوں پر کام کرنے کیلئے ان کا ساتھ دینا۔

☆ راولپنڈی' اسلام آباد کے تعلیمی اداروں میں 2500 پیئر ایجوکیٹرز' 30 اساتذہ اور طلباء کونسلرز کی تربیت کرنا تا کہ وہ ایچ آئی وی ایڈز سے متعلق معلومات دوسروں تک پہنچا سکیں۔

☆ نوجوانوں کو یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک کی شکل میں ایک ایسا پلیٹ فارم مہیا کرنا جہاں سے وہ اپنے مسائل پر بات چیت کے صحت مندانہ زندگی کا رجحان پیدا کر سکیں اس کے ساتھ ساتھ ان کو ایچ آئی وی ایڈز سے بچاؤ کے طریقوں پر معلومات فراہم کرنا اور ان کو مزید مستحکم کرنا ہے۔

بی سی سی پراجیکٹ آگہی ریسورس مرکز سا شے کی پایہء تکمیل تک پہنچنے والی سرگرمیاں

☆ تعلیمی اداروں کے سربراہان کے ساتھ ایڈوکسی میٹنگز۔

☆ مری میں طالبات کا پانچ روزہ سمر کیمپ

☆ مختلف شعبہ ہائے زندگی سے متعلق افراد کے ساتھ نیشنل یوتھ پالیسی پر ایک مشاورتی ورکشاپ

☆ اب تک نامزد 117 اراکین پر مبنی یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک کا انعقاد

☆ ذرائع ابلاغ کے نمائندوں کے لئے ساتھ ایک روزہ ایڈوکسی ورکشاپ۔

☆ بی سی سی پراجیکٹ کے تربیت دہندگان کی HIV/AIDS پر دو روزہ ٹریننگ مشن کا انعقاد۔

☆ ورلڈ ایڈز ڈے 2004ء کے موقع پر دلچسپ اور معلوماتی سرگرمیوں پر مشتمل دوستی ٹیلنٹ شو کا انعقاد۔

☆ یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک کے ممبران کے ساتھ ملکر سپورٹس کمپلیکس اسلام آباد میں سٹوڈنٹس ڈے کا انعقاد۔

☆ یوتھ ایڈوکسی نیٹ ورک کے ممبران کا خواتین کے عالمی دن مارچ 2005ء کو ایک شیڈو پلے بعنوان اپنے بیٹے کے نام ایک چھٹی جو کبھی پیدا نہ ہوگا۔

تعارف : دوستی (یوتھ میگزین)

دوستی (یوتھ میگزین) کا مقصد نوجوانوں میں شعور و آگہی کے ذریعے ذمہ دارانہ رویوں کو بڑھانا۔ دوستی ایک نوجوان دوست فورم ہے۔ اس کا مقصد نوجوانوں کو اپنی صحت اور زندگی میں اس کی بدولت پیدا ہونے والی الجھنوں کو سمجھنا اور ان کا معاشرتی وثقافتی اقدار سے متصادم ہوئے بغیر حل نکالنا ہے۔ نوجوان ایجوکیٹرز 'والدین 'اساتذہ' سرکاری اور غیر سرکاری تنظیمیں اور وہ تمام لوگ جو صحت کو حق کے ساتھ ساتھ ذمہ داری سمجھتے ہیں، وہ "دوستی" کا حصہ ہیں دوستی ہمیشہ دوطرفہ ہوتی ہے لہذا آپ بھی ہم سے دوستی کر سکتے ہیں۔ صحت اور ایچ آئی وی / ایڈز کے حوالے سے اپنے خیالات احساسات اور نظریات ہم سے بانٹ سکتے ہیں، ہمارا پتہ ہے۔ E-mail: sacht@isb.cosats.net.pk یا bccproject@sache.org.pk اور آپ www.sachet.org.pk کا دورہ کریں تو دوستی آن لائن بھی ہو سکتی ہے۔ ہمیں آپ کی رائے کا انتظار رہے گا۔

شکریہ

ساشے کا بی سی سی پراجیکٹ

تربیت پانے والے پیئر ایجوکیٹرز کی تعداد	:	1850
طلباء	:	934
طالبات	:	916
تربیتی سیشن کی کل تعداد	:	19
پارٹنر اداروں کی تعداد	:	25

ایڈز صرف ایک بیماری ہے، شرمندگی نہیں