



## Home Connection

عزیز والد/ والدہ یا سرپرست،

صحت کی کلاس میں، طلباء خاندان اور اچھے احساسات اور برے احساسات کے بارے میں سیکھ رہے ہیں۔ وہ سیکھ رہے ہیں کہ ہر کوئی خاندان کا فرد ہے۔ وہ ان مثبت طریقوں کی نشاندہی کرنے کے بارے میں سیکھ رہے ہیں جس میں خاندان کے افراد اور دوست ایک دوسرے کیلئے محبت، پیار، احترام، اور قدر دکھاتے ہیں۔ وہ اچھے اور برے چھونے کی پہچان کے بارے میں بھی سیکھ رہے ہیں۔

آج ہم نے اچھے اور برے چھونے کے عناصر کی پہچان کے بارے میں بات چیت کی۔ ہم نے دوسروں کی طرف سے اچھے چھونے کے عناصر کی وضاحت کی، چھونا جیسے کہ :

- جو ہر کسی کے سامنے ہو سکتا ہے
- جو خفیہ نا ہو
- جس سے بچے کو اچھا محسوس ہو
- جو بچے کو صاف ستھرا رکھنے یا طبی دیکھ بھال فراہم کے لئے کیا جائے
- جو خاندان کے کسی فرد کی طرف سے پیار کرنے کے مناسب اظہار کے طور پر کیا جائے

برے چھونے کو اس طرح کے چھونے سے واضح کیا گیا:

- جسم کے نجی حصے، جسم کے وہ حصے جو نہانے کے کپڑوں یا زیر جامہ سے ڈھکے جاتے ہیں کو چھونا
- خفیہ رکھنا
- جو بچے کو برا یا بے چین محسوس کرائے

بچے اس بات کو سیکھتے ہیں کہ ہر کوئی اپنے جسم کا خود مالک ہے ہمارے اگلے صحت کے سبق میں، ہم طلباء کو یہ سکھائیں گے کہ وہ کیسے گھرانے کے افراد، پڑوسیوں اجنبیوں، اور دوسروں کے ناموزوں رویوں پر انکار کرنے کا مظاہرہ کریں گے۔

اگر بچوں کو یہ لگے کہ انہیں نامناسب طریقے سے چھوا جا رہا ہے تو انہیں نا کہنے کے لئے با اختیار محسوس کرنا چاہئے۔ جو بچہ آپکو نامناسب چھونے یا جنسی تشدد کے بارے میں بتائے اسے آپ کی مدد کی ضرورت ہے۔ آپ ایسا کچھ کہہ سکتے ہیں جیسے کہ، "مجھے معلوم ہے کہ آپکو، جو ہوا، اس کے بارے میں مجھے بتانے میں مشکل پیش آئی ہو گی۔ میں آپکو یہ بتانا چاہتی/ چاہتا ہوں کہ اس میں آپ کی کوئی غلطی نہیں تھی۔ میں آپکا خیال رکھوں گی/ گا اور مدد کروں گی/ گا"۔ بچے کو اس بات کا یقین دلائیں کہ بتانا بالکل ٹھیک طریقہ ہے۔

اگر آپ کسی ایسے بچے کو جانتے ہیں جسے غلط انداز میں چھوا گیا ہو یا کوئی جنسی زیادتی کی گئی ہو ، تو فیرفیکس کاؤنٹی چائلڈ پروٹیکٹو سروسز کی ہاٹ لائن، 324-7400 (703) پر رابطہ کریں۔ آپ کسی بھی وقت فون کرسکتے ہیں، دن یا رات۔ چائلڈ پروٹیکٹو سروسز کے سماجی کارکن، جو بچے تشدد کا نشانہ بنے ہیں، کی مدد کرنے کے لئے تربیت یافتہ ہیں۔

براہ مہربانی ان مسائل کے بارے میں اپنے بچے کے ساتھ بات چیت کریں۔ آپ کے بچے کو یہ معلوم ہونا بہت اہم ہے کہ وہ آپ کے ساتھ اچھے اور برے احساسات اور اچھے اور برے چھونے کے بارے میں بات کرسکتا/ کرسکتی ہے۔

مخلص،

آپ کے بچے کی/ کا ٹیچر