



Training Manual for Women
Farmers on Gender Smart
Agriculture

جدید صنفی زراعت

کسان عورتوں کا دوروزہ تربیتی پروگرام

آفتاب عالم خان

Resilient Future International Pvt Ltd

تربیتی پروگرام کی تفصیل

دن - 1

افتتاحی سیشن

تلاوت قرآن پاک
شکرکاء اور ٹریز کا تعارف

سیشن - 1

مقامی سطح پر زراعت میں صنفی صورتحال

طریقہ کار - گروپ ورک، پریزنٹیشن

حاضرین عورتوں کو 2 چھوٹے گروپوں میں تقسیم کر دیں تاکہ تفصیل سے مندرجہ ذیل موضوعات پر اپنے خیالات کا اظہار کریں۔
(وقت: 40 منٹ)

- 1- ایک مرد کی شکل بنائیں اور مرد کے روزانہ کے کام لکھیں
- 2- ایک عورت کی شکل بنائیں اور عورت کے روزانہ کے کام لکھیں
- 3- مردوں اور عورتوں کو پیش آنے والے مسائل لکھیں

(20 منٹ)

ہر گروپ کی طرف سے 10 منٹ پریزنٹیشن دی جائے گی -

صنعتی صورت حال پر بحث

ٹریڈر گروپ پریزنٹیشن کے نقاط کی بنیاد پر حاضرین عورتوں سے صنعتی معاملات پر بحث کرائے۔
کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

سپیشن - 2

عورت اور خاندان کی صحت

طریقہ کار - باتصویر پریزنٹیشن، کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

مختلف رنگوں کی سبزیاں اور پھل اور صحت کے فائدے۔

پانچ رنگی زراعت سے آگاہی۔

کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

دوپہر کے کھانے کا وقفہ

سپیشن - 3

درخت - فصل - جانور کا زرعی نظام

طریقہ کار - باہم بات چیت، باتصویر پریزنٹیشن، کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

حاضرین سے درختوں کے فائدوں کے بارے میں دریافت کریں۔
 درختوں کی زراعت میں اہمیت
 درختوں کی وجہ سے عورتوں کے کام کیسے آسان ہو سکتے ہیں
 درخت لگانے کے بنیادی اصول
 کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

سیشن - 4

دن - 1 کی دہرائی

طریقہ کار - عورتوں کا شکریہ ادا کریں کہ وہ اپنے کام میں سے وقت نکال کر آئی ہیں۔
 کسان عورتیں مل کر گزشتہ دن کے تمام سیشنوں پر روشنی ڈالیں۔
 ضرورت کے مطابق گزشتہ دنوں کی سلائیڈز دکھائیں تاکہ کوئی ٹاپک مس نہ ہو جائے۔

سیشن - 5

نقصان دہ کیڑوں کا تدارک اور دوست کیڑے

طریقہ کار - با تصویر پرریز نٹیشن، کسان عورتوں کا تبادلہ خیال۔ سوال جواب اور گروپ ورک

نقصان دہ کیڑوں کو نقصان سے پہلے کیسے ختم کریں؟

روزانہ کی بنیاد پر کسان عورتوں اور مردوں کو کس طرح کھیت میں پودوں پر نقصان دہ کیڑوں اور ان کے انڈوں کا جائزہ لینا چاہیے۔
 اور کسی بھی نشانے کی صورت میں قدرتی طریقوں سے کنٹرول کریں۔

دوست کیڑوں کی پہچان

سلاٹز پہ مختلف دوست کیڑوں کی تصاویر دکھائیں۔
 اور عورتوں سے ان کے مقامی نام دریافت کریں۔
 اور ان کیڑوں کے فوائد بیان کریں۔
 کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

سیشن 6

مارکیٹ اور عورتوں کی معاشی ترقی

طریقہ کار۔ باہم بات چیت، با تصویر پر پریزنٹیشن، کسان عورتوں کا تبادلہ خیال۔ سوال جواب اور گروپ ورک

حاضرین سے زراعت سے متعلق خرید و فروخت کی اہمیت پہ گفت و شنید کریں۔
 عورتوں کی لیے چھوٹی سطح پر کاروبار کے مواقع پر بات چیت کریں۔
 کاروبار کے لیے رقم حاصل کرنے کے ذرائع پہ بات چیت۔
 بینک یا این جی اوز سے قرض لینے کی لیے ضروری دستاویز کی اہمیت
 کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

حاضرین عورتوں کو 2 چھوٹے گروپوں میں تقسیم کر دیں تاکہ تفصیل سے مندرجہ ذیل موضوعات پر اپنے خیالات کا اظہار کریں۔ (وقت: 40 منٹ)

سیشن کی روشنی میں کسان عورتیں کون سے چھوٹے کاروبار کر سکتی ہیں۔
 ان کاروبار کے لیے رقم یا قرض کیسے حاصل کیا جاسکتا ہے۔
 ہر گروپ کی طرف سے 10 منٹ پریزنٹیشن دی جائے گی۔

(20 منٹ)

دوپہر کے کھانے کا وقفہ

سیشن-7

کسان عورتوں کے حقوق

طریقہ کار- باہم بات چیت، پریزنٹیشن، کسان عورتوں کا تبادلہ خیال- سوال جواب اور گروپ ورک

حاضرین سے حقوق کی اہمیت پہ گفتگو اور ان کی رائے پر بات چیت کریں-

حقوق کے سلسلے میں حکومتی اداروں کی اہمیت

حقوق کے حصول میں جدوجہد کی اہمیت

سندھ میں زرعی مزدور عورتوں کا قانون 2019 اور اس قانون کے اہم نکات

کسان عورتوں کا تبادلہ خیال اور سوال جواب

دو دن کے دوران سیکھے گئے ٹاپکس کی دہرائی-

اختتامی سیشن

مقامی میزبان ٹیم کا کسان عورتوں سے ٹریننگ کی ایویلایشن کرانا-

Presentation

صنف دوست زراعت کسان عورتوں کی ٹریننگ

Aftab Alam Khan
CEO, Resilient Future International Pvt Ltd
aftab@resilient-future.org +92-3008523118

- ایک مرد کی شکل بنائیں اور روزانہ کے کام لکھیں
- ایک عورت کی شکل بنائیں اور روزانہ کے کام لکھیں

گروپ ورک

گروپ پریزنٹیشن صنفي معاملات پر بات چیت

عورت اور خاندان کی صحت

عورتوں کی صحت کے کیا مسائل ہیں؟
خاندان کی صحت کے کیا مسائل ہیں؟
ان مسائل کے حل کیلئے کیا اقدام کرتے ہیں؟

عورت اور خاندان کی صحت

زراعت کے خوبصورت رنگ اور خاندان کی صحت

White
1



Immune Support
طاقتور جسمانی مدافعتی نظام
مضبوط مدافعتی نظام

Yellow/
Orange
2



Beauty Digestation & Cancer Prevention
سونہن ، ہاضمو ۽ کینسر جو بچاء
خوبصورتی میں اضافہ، ہاضمہ اور کینسر سے تحفظ

Purple/
Blue
3



Good Memory & Longevity
سنو حافظو ۽ وڈی عمر
دراز عمر اور اچھی یادداشت

Green
4



Detoxification
زہریلا اثر ختم کرن
زہریلے مادوں کا خاتمہ

Red/
Brown
5



Heart Health
صحتمند دل
صحتمند دل

مصطفیٰ نانگراج محکمہ زراعت سندھ



مصطفیٰ نانگراج محکمہ زراعت سندھ

- [5 Color Agriculture about drama \(5 رنگی زراعت ڈراما 5\) - YouTube](#)

5 رنگ زراعت وڈیو

- جتنی جلد نقصانہ کیڑوں کو ختم کریں گے قدرتی کنٹرول اتنا موثر ہو گا
 - روزانہ کھیت میں پودوں کا جائزہ لیں
 - پتوں کے اوپر اور نیچے بھی چیک کریں
 - کیڑوں کے علاوہ ان کے انڈوں کا بھی جائزہ لیں
 - کسی نشانی کی صورت میں قدرتی دوا کا سپرے کریں
 - انڈوں کو پتوں پہ دبا کر بھی ختم کیا جا سکتا ہے
 - پھر ہاتھ صابن سے دھو لیں

نقصان دہ کیڑوں کو نقصان سے پہلے ختم کریں

دوست کیڑوں کی پہچان





Lady Beetle or Coccinellidae

They feed on aphids or scale insects, which are pests in gardens, agricultural fields, orchards, and similar places.



Green lacewings

They feed on pollen, nectar and honeydew supplemented with mites, aphids and other small arthropods.



Nabids or Damsel bugs

They are considered helpful species in agriculture because of their predation on many types of crop pests, such as cabbage worms, aphids, and lygus bugs.



Mealybug Destroyer

Feeds on Mealy-bugs (Pseudococcus sp.) and other scale insects.



Minute pirate bugs

Pirate bugs feed on other small insects, spider mites and insect eggs. They cut a hole into their prey, pump saliva into it and drink the contents. This makes them beneficial as biological control agents.



Praying Mantis

They will feed on any species small enough for them to capture, but large enough to engage their attention.



Predatory Mite

A predatory mite is the most frequently used mite predator to control two-spotted spider mites in greenhouses and outdoor crops grown in mild environments.



Trichogramma

have the ability to parasitize numerous host species. Their main hosts are eggs of Lepidoptera and other species such as Hymenoptera, Neuroptera. A single female can parasitize one to ten eggs a day.



Green Lacewing

Lacewing larvae voraciously kill pests of field crops, orchards and green houses.



Encarsia Formosa

Encarsia has been used as a natural pesticide to control whitefly populations in greenhouses since the 1920s.

آج كے دن كيا اہم چیزیں سیکھی ہیں؟

دن كے اختتام كی دہرائی

دن- 2

گزشتہ روز کی دہرائی



درخت- فصل- جانور کا زرعی نظام

مختلف اقسام کے درخت لگائیں
 وہ درخت لگائیں جو مقامی ماحول سے مطابقت رکھتے
 ہوں

بنیادی اصول

عورتوں کیلئے فوائد	درخت فصل-جاتور کا نظام
عورتوں کیلئے چارے تیاری کے وقت اور توانائی کی بچت	درختوں کے پتے جاتوروں کیلئے خوراک
جلانے کی لکڑیاں لانے کے وقت اور توانائی کی بچت	درختوں کی سوکھی ٹہنیاں جلانے کیلئے استعمال
عورتوں اور خاندان کیلئے اعلیٰ کوالٹی کی خوراک	درخت سے پھلوں کی پیداوار
جاتوروں کی دیکھ بھال میں آسانی	جاتوروں کیلئے سایے کی فراہمی
عورتوں اور خاندان کیلئے گرمی سے بچت	کھیت میں گرمی کی شدت میں کمی
زمین اور فصل کا فائدہ	سیلاب اور خشک سالی میں زمین بہتر رہتی ہے

مارکیٹ اور عورتوں کی معاشی ترقی



Source: CABI- Pakistan



Source: DAWN . [Small businesses enable rural women to break free from inter-generational cycles of poverty - Pakistan - DAWN.COM](#)

- گاؤں میں زرعی عوامل (بیج و غیرہ) کی دکان
- گاؤں میں زرعی اجناس کی دکان
- جانوروں کا دودھ اکٹھا کر کے شہر میں بھیجنا
 - سبزیاں اگا کے بیچنا
 - ٹماٹر سے کیچ اپ بنا کے بیچنا

مارکیٹ اور عورتوں کی معاشی ترقی

- خاندانی بچت سے رقم کا انتظام
- بینک سے قرض حاصل کرنا

کاروبار کیلئے رقم کا انتظام

- شناختی کارڈ کی معیاد ختم نہ ہو
- شخصی گارنٹی
- انگلیوں کے نشان درست ہونا

بینک کی بنیادی ضرورت



**First Women Bank
Limited (FWBL)**



سندھ میں زرعی مزدور عورتوں کا قانون

مزدوری کی مناسب رقم
مردوں کے ساتھ برابر مزدوری
یونین بنانے کی اجازت
8 گھنٹے روزانہ سے زیادہ مزدوری نہیں
بیماری کی چھٹی مزدوری کی ساتھ
زچگی کی چھٹی 120 دن
عدت کی چھٹی
دودھ پلانے والی ماؤں کے لیے محفوظ جگا کا انتظام

قانون کے اہم فائدے



Let's Thrive in Adversities

