

# SCOON

MAKING A DIFFERENCE



**SHAHID JAMIL**  
C.E.O

**ZAIN UL ABDEEN**  
Composser

**GUNCHA NAEEM**  
Editor

# World Recycling Day

Turning Waste into a Valuable Resource

Written by: Guncha Naeem

Every year on 18 March, the world observes World Recycling Day, a day dedicated to raising awareness about the importance of recycling and environmental protection. In a time when waste production is rapidly increasing, recycling has become one of the most effective ways to conserve natural resources and reduce pollution. This day reminds us that what we often consider “waste” can actually be transformed into a valuable resource if managed properly. Recycling is not just a responsibility—it is a necessity for a sustainable future.

## The Role of Global Recycling Foundation

World Recycling Day was first celebrated in 2018 by the Global Recycling Foundation. The foundation introduced this day to highlight the vital role recycling plays in preserving the Earth’s natural resources. It describes recyclable materials as the “Seventh Resource,” alongside essential natural resources such as water, air, coal, oil, natural gas, and minerals. By recycling materials like paper, plastic, glass, and metal, we can significantly reduce the need for extracting new raw materials from the environment.

## Why Recycling Matters

Recycling is more than just waste management—it is about protecting our planet. Every year, millions of tons of waste are dumped into landfills and oceans, causing severe environmental damage.

Recycling helps to:

- Reduce the amount of waste in landfills
- Save energy and natural resources
- Decrease pollution levels
- Protect wildlife and marine life

For instance, recycling paper helps save trees, while recycling plastic reduces harmful pollution affecting animals and oceans. Moreover, the recycling industry also creates job opportunities and contributes to sustainable economic growth.



## How We Can Contribute

World Recycling Day encourages everyone to take simple yet impactful steps to support this cause:

- Separate plastic, paper, and glass waste at home
- Use reusable bags, bottles, and containers
- Avoid single-use plastics
- Participate in community clean-up drives
- Spread awareness about recycling and environmental protection



Schools, organizations, and communities around the world also organize campaigns, workshops, and recycling drives to promote awareness and action.

## Conclusion

World Recycling Day reminds us that small actions can lead to big changes. By adopting recycling habits and reducing waste, we can protect our natural resources, keep our environment clean, and ensure a healthier planet for future generations. If every individual takes responsibility, together we can build a more sustainable and eco-friendly world—where nothing is wasted, and everything has value.

# World Tuberculosis (TB) Day

End TB, Ensure a Healthy Life



World Tuberculosis Day is observed every year on 24 March to raise global awareness about tuberculosis (TB), a deadly infectious disease caused by the bacteria *Mycobacterium tuberculosis*. TB mainly affects the lungs but can spread to other parts of the body if left untreated. Despite being preventable and treatable, TB continues to be a major public health concern worldwide, particularly in developing countries.

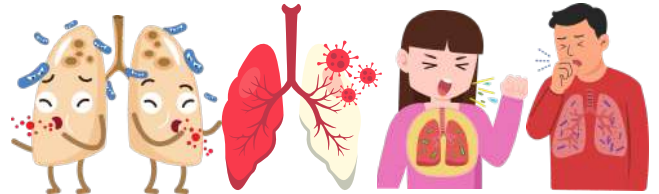
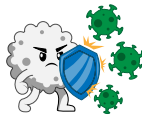
## Importance of the Day

The day highlights the urgency of tackling TB and educates communities about its symptoms, treatment, and prevention. It reminds governments, organizations, and individuals of their shared responsibility to combat TB and reduce the suffering caused by this disease. Raising awareness ensures more people get tested early and receive proper treatment.

## Why This Day is Celebrated

World TB Day commemorates the discovery of Dr. Robert Koch in 1882, who identified the bacteria responsible for tuberculosis. This historic breakthrough paved the way for diagnosis, treatment, and research, making the fight against TB possible. The day serves as a global platform to:

- Educate the public about TB.
- Encourage early testing and treatment.
- Promote research and funding for TB elimination.
- Support global health initiatives targeting TB eradication.



## SCOON's Role in TB Awareness

SCOON actively raises awareness about tuberculosis, particularly among vulnerable communities, by organizing **TB Awareness Seminars with specialist doctors**. These seminars provide an opportunity for people to learn directly from medical experts about the symptoms of TB, the importance of early diagnosis, and the steps to access **free testing and treatment**. Families are also educated on **preventive measures** to stop the spread of TB, while discussions with local authorities help **advocate for stronger TB control programs**. With specialist doctors present, these seminars not only offer expert guidance but also help reduce stigma and empower communities to take proactive steps toward better health.

## TB Challenges and Awareness in Pakistan

Pakistan is among the countries with a high TB burden. Key challenges include:

- Lack of awareness in rural and low-income communities.
- Delayed diagnosis due to stigma or limited access to health services.
- Incomplete treatment leading to drug-resistant TB.
- Limited resources for nationwide TB programs.

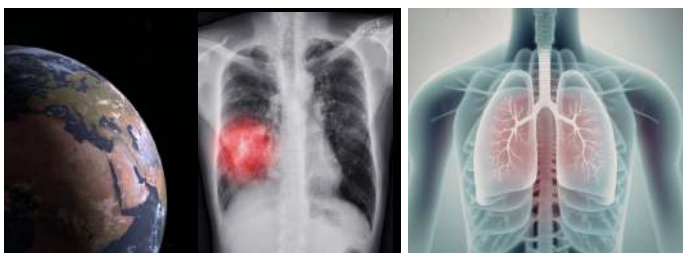
Awareness campaigns, like those led by SCOON, emphasize:

- Recognizing early symptoms (persistent cough, fever, weight loss).
- Seeking prompt medical advice.
- Completing the full course of treatment to prevent recurrence.

## How to Protect Yourself and Others

Preventive measures can significantly reduce the risk of TB infection:

- Cover your mouth and nose when coughing or sneezing.
- Maintain good hygiene and ventilate living spaces.
- Avoid close contact with people showing TB symptoms.
- Get tested regularly if you belong to high-risk groups.
- Complete prescribed TB treatment if diagnosed.



## Conclusion

World TB Day is a reminder that tuberculosis is preventable, treatable, and should not be ignored. Through awareness, early detection, and proper treatment, TB can be eradicated. Organizations like SCOON play a vital role in educating communities, supporting patients, and advocating for stronger health policies. By working together, Pakistan and the world can move closer to a future free of tuberculosis.

# International Day of Zero Waste

“Reduce, Reuse, Recycle – Protect Our Planet”

The International Day of Zero Waste, observed every year on 30 March, aims to raise awareness about the growing problem of waste and the urgent need to adopt sustainable practices. Zero waste is a philosophy that encourages individuals, communities, and businesses to minimize waste, reuse resources, and recycle materials to protect the environment and conserve natural resources.

## Importance of the Day

This day highlights the environmental, social, and economic impacts of excessive waste. It reminds people that our everyday choices – from the food we consume to the packaging we use – have long-term consequences on our planet. By promoting a zero-waste lifestyle, the day encourages responsible consumption and sustainable living.

## Global Initiatives and Awareness

Countries and organizations worldwide observe this day by:

- Hosting clean-up drives in cities, rivers, and beaches.
- Launching educational campaigns to teach zero-waste habits.
- Encouraging businesses to adopt sustainable packaging and reduce single-use plastics.
- Supporting community recycling programs and circular economy initiatives.



These global efforts highlight that tackling waste requires collective action from governments, businesses, and individuals.

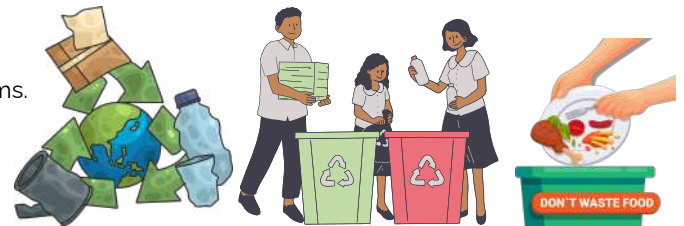
## Zero Waste Challenges in Pakistan

Pakistan faces significant waste management challenges, including overflowing landfills, plastic pollution, and limited recycling infrastructure. Awareness about zero waste is still low in many communities. Promoting waste segregation, composting, and eco-friendly alternatives is critical to addressing these problems.

## How to Adopt a Zero Waste Lifestyle

Individuals can make a difference by taking simple steps:

- Reduce consumption of single-use plastics and disposable items.
- Reuse containers, packaging, and old materials creatively.
- Recycle paper, plastics, metals, and glass properly.
- Compost organic waste to enrich soil naturally.
- Support eco-friendly businesses and sustainable products.



## Conclusion

International Day of Zero Waste reminds us that every small action counts toward creating a cleaner, healthier planet. By adopting sustainable habits, supporting recycling initiatives, and spreading awareness, we can reduce waste, conserve resources, and ensure a greener future for generations to come.



# She Was Born to Evolve



Embracing change, releasing control, and stepping into your true essence.

Written by: Areeba Jalil

In the quiet rhythm of nature, everything moves with effortless grace. Rivers flow without resistance, trees grow without fear, the moon changes its shape without apology, and the seasons shift without hesitation. There is no force, no control only a natural surrender to change. Yet in the human world, something feels different. There is tension. There is stillness where there should be movement. There is a constant attempt to hold, control, and possess especially when it comes to women. And that is where the disconnection begins.

## The Cost of Being Held Too Tightly

Anything that is held too tightly loses its essence. Water, when allowed to flow, is pure and life-giving. But when blocked, it becomes stagnant, polluted, and lifeless. The same truth applies to human existence. When freedom is restricted and expression is silenced, the soul begins to suffer. A woman, by her very nature, is fluid, evolving, and deeply alive. Yet from a young age, she is often taught to suppress that nature to be quiet, to be still, to fit into definitions created by others. And when she dares to step outside those boundaries when she chooses to speak, to move, to leave, or to grow she is questioned, judged, and sometimes even shamed. Slowly, without realizing it, she begins to lose herself.

## Nothing is Permanent, Not Even Pain

Life, in its essence, is temporary. Everything we experience our bodies, our breath, our time, and even the people we love is borrowed. Nothing is meant to be owned or controlled. Love, too, follows this rhythm. There are moments when it feels eternal, overwhelming, and all-consuming. And then there are moments when it begins to fade, leaving behind confusion and pain. But just like the rising and setting of the sun, love has its seasons. Trying to hold onto a fading phase only deepens the suffering. The true wisdom lies in recognizing where you are and allowing it to be.

## Healing Before Holding Others

Before carrying the weight of another's heart, a woman must first return to her own.

Healing is not a destination; it is a gentle unfolding. It is remembering your rhythm, reconnecting with your body, and allowing yourself to feel fully without fear.

To live fully, a woman must:

- Flow like water
- Rise like the wind
- Burn like fire
- Root herself like the earth



Only then can she experience life in its fullness—with depth, passion, and a soul that feels alive rather than empty.

## Breaking Free from Silent Expectations

Society often defines what a "good woman" should be—quiet, obedient, and self-sacrificing. But these definitions are cages. A woman was never created to shrink herself for acceptance. She was never meant to silence her voice or suppress her desires. She was born to feel deeply, to express freely, and to exist without apology. Change is not something to fear it is something to embrace. And if the world says, "You've changed," perhaps the most powerful response is:

"I was never meant to stay the same."

## The Meaning of Sacred Connections

In life's journey, some people enter not to stay, but to awaken something within us. These rare, soulful connections guide us back to ourselves, and their presence feels like a quiet recognition—something ancient and familiar. They are not meant to be understood by the world, nor to confine you. Their purpose is to remind you of your depth, your divinity, and your wings.

## Coming Home to Yourself

At the end of every experience, love, and loss, you must return to yourself. Return to your body, your voice, and your truth. Trust your journey, even when it feels uncertain, and trust your timing, even when it does not align with the world. Within you exists a home a space of courage, beauty, and endless becoming.

## Conclusion: You Are Meant to Evolve

A woman is not meant to be owned or contained. She is movement, transformation, and life itself. She is not here to remain the same—she is here to evolve. So soften your shoulders, take a deep breath, and step forward into your flow. The path may feel unknown, but it has always known you.



# World Obesity Day

Healthy Living, Brighter Future

Written By: Guncha Naeem

World Obesity Day is observed every year on 4th March to raise global awareness about obesity and its impact on human health. It serves as a reminder that obesity is not just a personal issue but a widespread public health concern affecting millions of people across all age groups.

## What is Obesity?

Obesity is a complex medical condition characterized by excessive accumulation of body fat that poses a risk to health. It is often measured using Body Mass Index (BMI), and it goes beyond appearance—it directly affects the functioning of the body.

## Why is World Obesity Day Observed?

This day is observed to highlight the growing prevalence of obesity and to encourage action at individual, community, and governmental levels. The aim is to educate people about the causes, consequences, and prevention of obesity while promoting healthier lifestyle choices.

## Major Causes of Obesity

- Unhealthy eating habits and fast food consumption
- Lack of physical activity
- Sedentary lifestyle (long screen time)
- Genetic and hormonal factors
- Stress and lack of proper sleep



## Health Risks Associated with Obesity

Obesity significantly increases the risk of several life-threatening diseases, including:

- Cardiovascular diseases
- High blood pressure
- Type 2 Diabetes
- Joint and mobility issues
- Certain types of cancer

It also impacts mental health, leading to low self-esteem and depression.



## Situation in Pakistan

In Pakistan, obesity rates are rising rapidly due to urbanization, unhealthy diets, and limited awareness. Health organizations, educational institutions, and NGOs are actively working to spread awareness through campaigns, workshops, and community programs. Schools are increasingly encouraging physical activities and balanced nutrition among students.

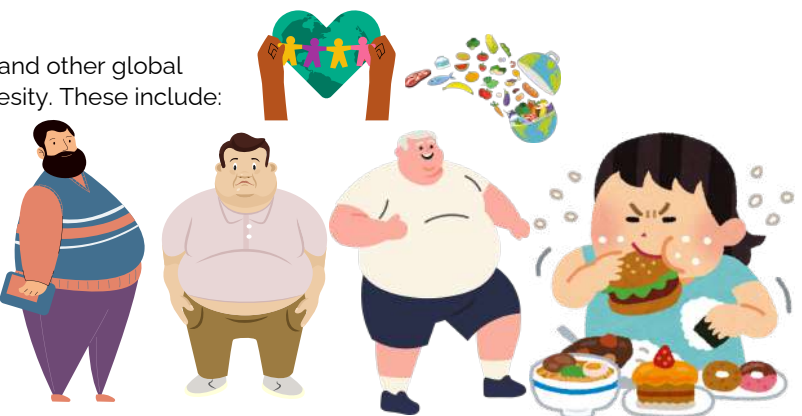
## Global Efforts and Initiatives

At the international level, the World Health Organization and other global health bodies are implementing strategies to combat obesity. These include:

- Promoting healthy diets and reducing sugar intake
- Encouraging physical activity worldwide
- Implementing food labeling policies
- Supporting research and public health campaigns

## Prevention and Healthy Lifestyle Tips

- Maintain a balanced diet rich in fruits and vegetables
- Exercise regularly (at least 30 minutes daily)
- Limit sugary drinks and processed foods
- Stay hydrated and get enough sleep
- Manage stress effectively



## Conclusion

World Obesity Day reminds us that preventing obesity requires collective effort. By making informed choices and adopting a healthier lifestyle, we can protect ourselves and contribute to a healthier society. Small steps today can lead to a big difference tomorrow.

# World Glaucoma Day

## Protect Your Vision Before It's Too Late

Written By: Guncha Naeem

World Glaucoma Day is observed every year on 12th March to spread awareness about glaucoma, one of the leading causes of irreversible blindness worldwide. The day emphasizes the importance of early detection and regular eye examinations.

### What is Glaucoma?

Glaucoma is a group of eye diseases that damage the optic nerve, usually due to increased pressure inside the eye. This damage is permanent and can lead to gradual vision loss if not treated in time.

### Why is World Glaucoma Day Important?

Glaucoma is often called the "silent thief of sight" because it develops slowly and without noticeable symptoms in its early stages. By the time a person realizes the problem, significant vision loss may have already occurred. This makes awareness and early diagnosis extremely important.

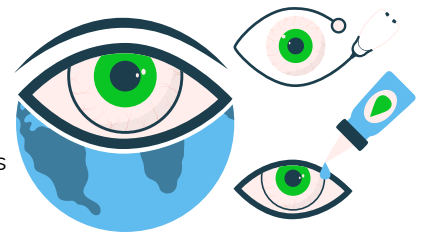
### Common Symptoms and Warning Signs

- Gradual loss of peripheral (side) vision
- Blurred vision
- Eye pain or pressure
- Seeing halos around lights

(In many cases, there are no early symptoms)

### Risk Factors

- Age above 40
- Family history of glaucoma
- Diabetes and high blood pressure
- Prolonged use of steroid medications
- Increased eye pressure



### Situation in Pakistan

In Pakistan, lack of awareness and limited access to eye care services contribute to late diagnosis of glaucoma. Hospitals, eye care centers, and NGOs organize free eye camps, screening programs, and awareness seminars. Doctors strongly recommend regular eye check-ups, especially for high-risk individuals.

### Global Efforts and Initiatives

Globally, organizations like the World Health Organization and international eye health agencies are working to reduce preventable blindness. Their efforts include:

- Public awareness campaigns
- Providing access to affordable eye care
- Supporting medical research and innovation
- Training healthcare professionals

### Prevention and Eye Care Tips

- Get regular comprehensive eye exams 🧑🏻👁️🩺
- Maintain a healthy lifestyle
- Protect your eyes from injury
- Follow doctor's advice if diagnosed early
- Avoid self-medication



### Conclusion

World Glaucoma Day highlights the importance of valuing our vision. Early detection and timely treatment can prevent irreversible blindness. Taking care of our eyes today ensures a clearer and brighter tomorrow.

# ورلڈ ڈاؤن سنڈروم ڈے

اختلاف کو قبول کریں، ہر زندگی قیمتی ہے

ہر سال 21 مارچ کو دنیا بھر میں ورلڈ ڈاؤن سنڈروم ڈے منایا جاتا ہے۔ اس دن کا مقصد ڈاؤن سنڈروم کے بارے میں آگاہی پیدا کرنا، معاشرے میں ایسے افراد کے لیے قبولیت کو فروغ دینا اور ان کے حقوق کے تحفظ کی اہمیت کو اجاگر کرنا ہے۔ یہ دن ہمیں یاد دلاتا ہے کہ ترقی یافتہ اور مہذب معاشرہ وہی ہوتا ہے جو اپنے تمام افراد کو برابری کے مواقع فراہم کرے۔

## ڈاؤن سنڈروم کیا ہے؟

ڈاؤن سنڈروم ایک جینیاتی حالت ہے جو اس وقت پیدا ہوتی ہے جب کسی بچے کے جسم میں کروموسوم نمبر 21 کی ایک اضافی کاپی موجود ہو۔ اسی وجہ سے اس دن کو 21 مارچ (21/3) کی تاریخ سے منسوب کیا گیا ہے، جو اس اضافی کروموسوم کی علامت ہے۔

ڈاؤن سنڈروم کے حامل بچوں کی جسمانی نشوونما اور سیکھنے کی رفتار عام بچوں سے مختلف ہو سکتی ہے، مگر مناسب تعلیم، تربیت اور محبت کے ساتھ وہ اپنی صلاحیتوں کو بہتر انداز میں استعمال کر سکتے ہیں اور معاشرے کا فعال حصہ بن سکتے ہیں۔

## اس دن کی اہمیت

ورلڈ ڈاؤن سنڈروم ڈے ہمیں یہ پیغام دیتا ہے کہ معاشرے میں ہر فرد کی قدر و قیمت ہے۔ اس دن مختلف ادارے، تنظیمیں اور تعلیمی ادارے آگاہی مہمات، سیمینارز اور تقریبات کا انعقاد کرتے ہیں تاکہ لوگوں کو بتایا جاسکے کہ ڈاؤن سنڈروم کے حامل افراد بھی عزت، احترام اور مساوی حقوق کے مستحق ہیں۔

اس دن کی ایک علامت مختلف رنگوں یا غیر ہم شکل جرابیں پہننا ہے، جو اس بات کی نشانی ہے کہ ہر انسان منفرد اور خاص ہے۔

## SCOON کا کردار

SCOON ہر سال ڈاؤن سنڈروم کے حوالے سے آگاہی بڑھانے کے لیے خصوصی سیمینارز اور ورکشاپس کا انعقاد کرتا ہے۔ یہ ادارہ معاشرے میں قبولیت، احترام اور شمولیت کو فروغ دینے کے لیے بچوں اور والدین کے ساتھ مل کر معلوماتی پروگرامز اور سرگرمیاں منعقد کرتا ہے تاکہ ہر فرد ڈاؤن سنڈروم کے حامل بچوں کے حقوق اور ضروریات سے آگاہ ہو سکے۔ SCOON کی کاوشیں معاشرتی شعور بڑھانے اور بچوں کے مستقبل کو بہتر بنانے میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔



ROCK YOUR SOCKS

## آگاہی اور سماجی ذمہ داری

معاشرے کی ذمہ داری ہے کہ وہ ڈاؤن سنڈروم کے حامل افراد کو تعلیم، صحت، روزگار اور سماجی سرگرمیوں میں برابر مواقع فراہم کرے۔ خاندان، اساتذہ اور سماجی ادارے اگر ان بچوں کی درست رہنمائی اور حوصلہ افزائی کریں تو وہ اپنی زندگی میں بہت سی کامیابیاں حاصل کر سکتے ہیں۔ آگاہی پیدا کرنے کا مقصد یہی ہے کہ معاشرے میں موجود غلط فہمیوں کو ختم کیا جائے اور ایسے افراد کو اعتماد کے ساتھ زندگی گزارنے کے مواقع دیے جائیں۔

## اختتامیہ

ورلڈ ڈاؤن سنڈروم ڈے ہمیں یہ سکھاتا ہے کہ انسانوں کے درمیان فرق دراصل قدرت کا حسن ہے۔ اگر ہم محبت، احترام اور قبولیت کو فروغ دیں تو ہم ایک ایسا معاشرہ بنا سکتے ہیں جہاں ہر فرد اپنی صلاحیتوں کے مطابق ترقی کر سکے۔

“قبولیت، محبت اور برابری ہی ایک روشن اور مہذب معاشرے کی بنیاد ہیں۔”

# عالمی یوم خواتین

خواتین کو بااختیار بنائیں، مضبوط معاشرہ تشکیل دیں

تحریر: شاہد جمیل اوسلوناروے

عالمی یوم خواتین ہر سال 8 مارچ کو دنیا بھر میں منایا جاتا ہے۔ یہ دن اس لیے بھی خاص اہمیت رکھتا ہے کہ اس موقع پر ہم خواتین کی زندگی کے ہر شعبے میں خدمات کو سراہتے ہیں اور انہیں خراج تحسین پیش کرتے ہیں۔ خواتین نے نہ صرف گھریلو زندگی بلکہ سماجی، تعلیمی اور پیشہ ورانہ میدانوں میں بھی نمایاں کردار ادا کیا ہے۔

## جدید معاشرے میں خواتین کا کردار

آج کے ترقی یافتہ دور میں خواتین مضبوط، با اعتماد اور کامیاب نظر آتی ہیں۔ وہ زندگی کے تقریباً ہر شعبے میں سرگرم عمل ہیں اور اپنی صلاحیتوں کا لوہا منور ہی ہیں۔ تعلیم، صحت، کاروبار اور قیادت سمیت ہر میدان میں خواتین نمایاں کامیابیاں حاصل کر رہی ہیں۔ تاہم اس کے ساتھ یہ حقیقت بھی موجود ہے کہ ترقی پذیر اور پسماندہ معاشروں میں بہت سی خواتین اب بھی نا انصافی، عدم مساوات اور مختلف مسائل کا شکار ہیں۔ یہ صورتحال اس بات کی متقاضی ہے کہ خواتین کے حقوق اور مواقع کو مزید بہتر بنایا جائے۔

## خواتین کی سمجھ اور ان کی حوصلہ افزائی

خواتین کو بااختیار بنانے کے لیے ضروری ہے کہ ان کے جذبات، خیالات اور ضروریات کو سمجھا جائے اور ان کا احترام کیا جائے۔ اگر خواتین کو سازگار ماحول فراہم کیا جائے تو وہ ایک مضبوط اور بہتر معاشرے کی تشکیل میں اہم کردار ادا کر سکتی ہیں۔ پسماندہ علاقوں میں خواتین کو نظر انداز کرنے کے بجائے انہیں تعلیم، مواقع اور تحفظ فراہم کیا جانا چاہیے۔ ان کی حوصلہ افزائی ان کی پوشیدہ صلاحیتوں کو اجاگر کرتی ہے۔

## خواتین کی تعلیم کی اہمیت

تعلیم خواتین کو بااختیار بنانے کا سب سے مؤثر ذریعہ ہے۔ بچپن سے ہی لڑکیوں کو محبت، توجہ اور تعلیم سے آراستہ کرنا نہایت ضروری ہے۔ ایک تعلیم یافتہ لڑکی نہ صرف اپنی زندگی بہتر بناتی ہے بلکہ اپنے خاندان اور معاشرے پر بھی مثبت اثر ڈالتی ہے۔ لڑکیوں کی تعلیم میں مدد کرنا صدقہ جاریہ ہے کیونکہ یہی لڑکیاں مستقبل میں ایک بہتر نسل کی تربیت کرتی ہیں اور معاشرے کی ترقی میں اہم کردار ادا کرتی ہیں۔

## اسلام اور تاریخ میں خواتین کا مقام

اگر تاریخ پر نظر ڈالی جائے تو اسلام وہ مذہب ہے جس نے سب سے پہلے عورت کو عزت، وقار اور بنیادی حقوق عطا کیے۔ اسلام نے خواتین کے مقام کو بلند کیا اور انہیں معاشرے میں اہم حیثیت دی۔ تاریخ اس بات کی گواہ ہے کہ جب بھی خواتین کو موقع ملا، انہوں نے اپنی صلاحیتوں کا بھرپور اظہار کیا اور نمایاں کامیابیاں حاصل کیں۔ مناسب رہنمائی اور مواقع فراہم کیے جائیں تو خواتین غیر معمولی کارنامے انجام دے سکتی ہیں۔



## اختتامیہ

میں چاہیے کہ ہم سب کے ساتھ خصوصاً خواتین کے ساتھ محبت، احترام اور ہمدردی کا رویہ اختیار کریں۔ زندگی کے ہر مرحلے پر ان کا ساتھ دیں اور ان کی حوصلہ افزائی کریں تاکہ وہ آگے بڑھ سکیں۔ عورت کمزور نہیں بلکہ معاشرے کی سب سے بڑی طاقت ہے۔ وہ اپنی محنت، محبت اور قربانی سے نئی نسل کی تربیت کرتی ہے اور ایک بہتر مستقبل کی بنیاد رکھتی ہے۔ جب خواتین کامیاب ہوتی ہیں تو پورا معاشرہ ترقی کرتا ہے، اور یہی ہماری اصل کامیابی ہے۔

# SCOON رمضان راشن ڈرائیو 2026



خدمت، خلوص اور انسانیت کی روشن مثال



رمضان المبارک رحمتوں، برکتوں اور ایثار کا مہینہ ہے ایک ایسا وقت جب انسانیت کی خدمت کا جذبہ اپنے عروج پر ہوتا ہے۔ اسی جذبے کے تحت SCOON نے سال 2026 میں بھی اپنی روایت کو برقرار رکھتے ہوئے کامیابی کے ساتھ رمضان راشن ڈرائیو مکمل کی۔ اس مہم کا مقصد معاشرے کے ان طبقات تک پہنچانا تھا جو مالی مشکلات کے باعث رمضان کی بنیادی ضروریات پوری کرنے سے قاصر ہوتے ہیں۔

## ملک بھر میں راشن کی تقسیم

اس سال SCOON نے پاکستان کے مختلف شہروں بشمول گوجرانوالہ، سیالکوٹ، ملتان، گجرات، حیدرآباد، سکھر اور دیگر علاقوں میں مستحق خاندانوں میں راشن پیکس تقسیم کیے۔ اس مہم کو نہایت منظم انداز میں ترتیب دیا گیا تاکہ زیادہ سے زیادہ ضرورت مند افراد تک امداد پہنچائی جاسکے۔ ہر راشن پیک میں روزمرہ استعمال کی بنیادی اشیاء شامل تھیں، جنہیں اس طرح تیار کیا گیا کہ ایک خاندان باآسانی سحری اور افطاری کا انتظام کر سکے۔

## مہم کا مقصد اور پیغام

یہ مہم صرف راشن کی تقسیم تک محدود نہیں تھی بلکہ اس کا مقصد ضرورت مند افراد کے دلوں میں امید پیدا کرنا اور انہیں یہ احساس دلانا تھا کہ وہ اکیلے نہیں ہیں۔ SCOON ہمیشہ اس بات پر یقین رکھتا ہے کہ حقیقی خوشی دوسروں کی مدد کرنے اور ان کے چہروں پر مسکراہٹ لانے میں ہے۔

## شکرگزاری اور تعاون کا اعتراف

SCOON اس کامیاب مہم کی تکمیل پر اللہ تعالیٰ کا بے حد شکر ادا کرتی ہے، جس کے فضل و کرم سے یہ نیک کام ممکن ہوا۔ اس کے ساتھ ساتھ SCOON اپنے تمام ڈونرز اور رضاکاروں کا تہ دل سے شکر یہ ادا کرتی ہے، جن کی محنت، تعاون اور لگن کے بغیر یہ مہم پایہ تکمیل تک نہ پہنچ پاتی۔ انہی افراد کی کاوشوں نے اس خدمت کے سفر کو ممکن بنایا اور سینکڑوں خاندانوں کے لیے آسانیاں پیدا کیں۔

## مثبت اثرات اور معاشرتی اہمیت

اس راشن ڈرائیو کے مثبت اثرات واضح طور پر دیکھے جاسکتے ہیں۔ بے شمار خاندانوں کو مالی دباؤ سے نجات ملی اور وہ سکون کے ساتھ رمضان گزارنے کے قابل ہوئے۔ اس طرح کے اقدامات نہ صرف بھوک کے خاتمے میں مدد دیتے ہیں بلکہ معاشرے میں ہمدردی، اتحاد اور بھائی چارے کو بھی فروغ دیتے ہیں۔

## مستقبل کا عزم اور دعوت عمل

SCOON آئندہ بھی اسی جذبے کے ساتھ اپنی فلاحی سرگرمیاں جاری رکھنے کے لیے پُر عزم ہے اور چاہتا ہے کہ اپنی خدمات کا دائرہ مزید وسیع کرے۔ اس نیک مقصد کے لیے معاشرے کے ہر فرد کا تعاون نہایت اہم ہے۔ آئیں، SCOON کے ساتھ مل کر اس کار خیر کا حصہ بنیں اور آئندہ رمضان ڈرائیو میں اپنا کردار ادا کریں۔ آپ کا دیا گیا ہر عطیہ کسی ضرورت مند کے لیے سکون، خوشی اور امید کا پیغام بن سکتا ہے۔

DONATION IN  
NORWAY



VIPPS: 74763

ACCOUNT TITLE: SCOON  
BANK NAME: DNB BANK  
ACCOUNT NUMBER: 0539.66.35242  
IBAN: NO7305396635242  
BIC/SWIFT: DNBANOKXXX  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

DONATION IN  
DENMARK



Mobile Pay 3293WV

BANK TITLE:  
SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION  
BANK A/C: 1251.06.50830  
BIC / SWIFT DNBANOKXXX  
IBAN: NO7912510650830  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

DONATE NOW

DONATE NOW

DONATIONS IN FRANCE, GERMANY, SPAIN, FINLAND, PORTUGAL



Bank Title:

SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION

Bank A/C: 1251.07.63376

BIC / SWIFT DNBANOKXXX

IBAN: NO5612510763376

Online donations: www.scoon.org/donation/

DONATION IN  
SWEDEN



SWISH: 0724269600

BANK TITLE:  
SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION  
BANK A/C: 1251.06.50822  
BIC / SWIFT DNBANOKXXX  
IBAN: NO412510650822  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

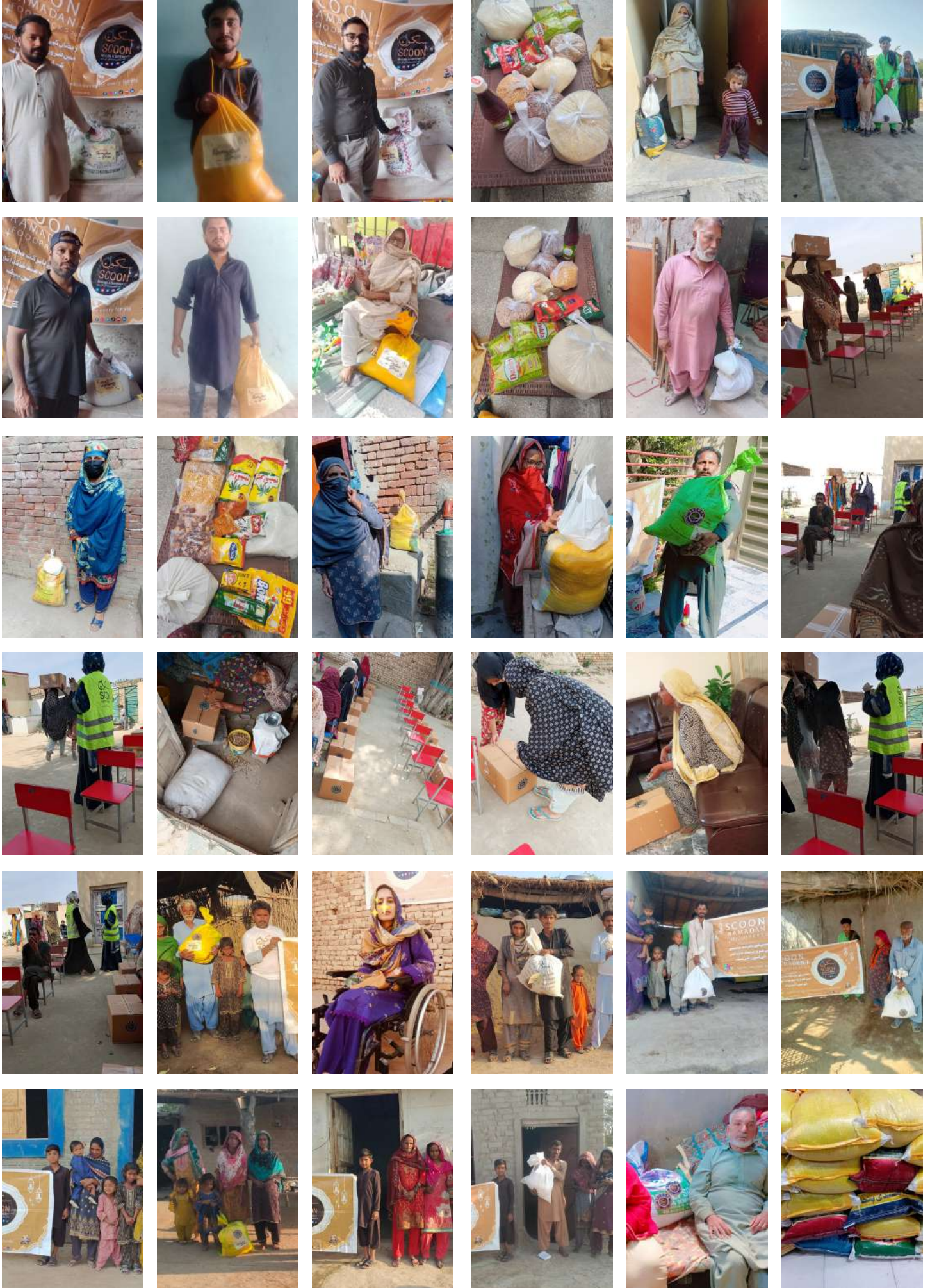
DONATION IN  
PAKISTAN



JAZZCASH: 0334 8028804

EASYPISA: 0334 4321917

آج آپ کا دیا ہوا، کسی کے کل کو روشن بنا سکتا ہے۔



# عالمی یوم آگاہی برائے ہیومن پیپیلوما وائرس

آگاہی، احتیاط اور بروقت حفاظت صحت مند مستقبل کی ضمانت  
تحریر: اسماء مقصود

ہر سال دنیا بھر میں International HPV Awareness Day منایا جاتا ہے تاکہ لوگوں میں ہیومن پیپیلوما وائرس (HPV) کے بارے میں شعور اجاگر کیا جاسکے۔ اس دن کا مقصد صرف ایک بیماری کے بارے میں معلومات دینا نہیں بلکہ ایک ایسے مسئلے پر بات کرنا بھی ہے جس کے بارے میں اکثر معاشروں میں کھل کر گفتگو نہیں کی جاتی۔ بروقت آگاہی، احتیاط اور درست رہنمائی کے ذریعے اس وائرس سے جڑی کئی سنگین بیماریوں سے بچاؤ ممکن ہے۔

## HPV کیا ہے؟

ہیومن پیپیلوما وائرس ایک عام مگر اہم وائرس ہے جو عموماً جلد کے براہ راست رابطے یا قریبی جسمانی تعلق کے ذریعے ایک شخص سے دوسرے شخص میں منتقل ہوتا ہے۔ اس وائرس کی 100 سے زائد اقسام موجود ہیں جن میں سے کچھ ضرر پوتی ہیں جبکہ بعض اقسام خطرناک بیماریوں کا سبب بن سکتی ہیں۔ خاص طور پر خواتین میں یہ وائرس سروائیکل کینسر (پچہ دانے کے منہ کے کینسر) کا باعث بن سکتا ہے، جبکہ مرد بھی اس سے محفوظ نہیں۔ مردوں میں یہ وائرس جلدی مسائل، مسوں اور دیگر پیچیدگیوں کا سبب بن سکتا ہے۔

## HPV کی علامات

اکثر افراد میں HPV کی کوئی واضح علامت ظاہر نہیں ہوتی، جس کی وجہ سے متاثرہ شخص طویل عرصے تک لاعلم رہ سکتا ہے۔ تاہم بعض صورتوں میں درج ذیل علامات سامنے آسکتی ہیں:

- جسم کے مختلف حصوں پر مسے (Warts)
- خواتین میں گریو کے خلیات میں غیر معمولی تبدیلیاں
- خارش یا جلن کا احساس
- کمزور مدافعتی نظام رکھنے والوں میں زیادہ شدت

چونکہ علامات پر مریض میں ظاہر نہیں ہوتیں، اس لیے باقاعدہ طبی معائنہ نہایت ضروری ہے۔

## HPV کے خطرات اور اثرات

HPV کا سب سے بڑا خطرہ یہ ہے کہ اس کی کچھ اقسام وقت کے ساتھ کینسر جیسی مہلک بیماریوں کا سبب بن سکتی ہیں۔ یہ وائرس نہ صرف سروائیکل کینسر بلکہ گلے، منہ اور جسم کے دیگر حصوں کے کینسر سے بھی منسلک پایا گیا ہے۔ اس کے علاوہ اس کے سماجی اور نفسیاتی اثرات بھی ہوتے ہیں۔ لاعلمی اور معاشرتی دباؤ کے باعث متاثرہ افراد ذہنی تناؤ اور اضطراب کا شکار ہو سکتے ہیں، جس سے ان کی زندگی کا معیار متاثر ہوتا ہے۔

## معاشرے میں آگاہی کی اہمیت

پاکستان سمیت کئی معاشروں میں صحت کے حساس موضوعات پر گفتگو سے گریز کیا جاتا ہے، جس کی وجہ سے لوگ بروقت معلومات حاصل نہیں کر پاتے۔ عالمی یوم آگاہی برائے HPV اس خاموشی کو توڑنے کا ایک اہم ذریعہ ہے۔ تعلیمی ادارے، میڈیا، صحت کے مراکز اور سماجی تنظیمیں اس دن کے موقع پر سیمینارز، آگاہی مہمات اور معلوماتی پروگرامز کا انعقاد کر کے اہم کردار ادا کر سکتی ہیں۔

## اختتامیہ

HPV ایک ایسا وائرس ہے جس سے بچاؤ ممکن ہے، لیکن اس کے لیے شعور، احتیاط اور بروقت اقدام ضروری ہیں۔ عالمی یوم آگاہی ہمیں یہ یاد دلاتا ہے کہ صحت کے معاملات پر خاموشی نہیں بلکہ آگاہی ہی ایک محفوظ اور صحت مند معاشرے کی بنیاد ہے۔





# عید الفطر 2026

محبت، ہمدردی اور خوشیوں کا پیغام



رمضان المبارک کی بابرکت ساعتوں کے بعد عید الفطر خوشیوں، شکر گزاری اور محبتوں کا پیغام لے کر آتی ہے۔ یہ دن ہمیں یاد دلاتا ہے کہ اصل خوشی صرف اپنی ذات تک محدود نہیں بلکہ دوسروں کے چہروں پر مسکراہٹ بکھیرنے میں ہے۔

اپنے تمام چاہنے والوں کو دل کی گہرائیوں سے عید الفطر کی پر خلوص مبارکباد پیش کرتا ہے۔ ہم دعا گو ہیں کہ اللہ تعالیٰ یہ عید ہم سب کے لیے SCOON خوشیوں، رحمتوں اور آسانیوں کا پیغام بنائے، اور ہمارے دلوں کو ایک دوسرے کے لیے محبت اور ہمدردی سے بھر دے۔

عید کا اصل حسن تب مکمل ہوتا ہے جب ہم اپنے ارد گرد موجود ضرورت مند افراد کو بھی اپنی خوشیوں میں شامل کریں۔ ایسے بہت سے لوگ ہیں جن کے لیے عید صرف ایک عام دن کی طرح گزر جاتی ہے کیونکہ ان کے پاس بنیادی ضروریات بھی پوری نہیں ہوتیں۔ آئیں، اس عید ہم عہد کریں کہ ہم صرف اپنی خوشیوں تک محدود نہیں رہیں گے بلکہ دوسروں کے لیے بھی سہارا بنیں گے۔

ہمیشہ کی طرح اس عید پر بھی مستحق خاندانوں تک خوشیاں پہنچانے کے لیے سرگرم عمل ہے۔ مگر یہ نیک مقصد آپ کے تعاون کے بغیر ممکن SCOON نہیں۔ آپ کی چھوٹی سی مدد کسی کے لیے بڑی خوشی کا باعث بن سکتی ہے، کسی بچے کے چہرے پر مسکراہٹ لاسکتی ہے، اور کسی گھر میں عید کی رونق واپس لاسکتی ہے۔

## اپیل برائے عطیات

اس عید پر آئیں، دل کھول کر عطیہ دیں اور ضرورت مند افراد کو اپنی خوشیوں میں شریک کریں۔ آپ کا دیا ہوا صدقہ و خیرات نہ صرف کسی کی عید سنوار سکتا ہے بلکہ آپ کے لیے بھی بے شمار برکتوں کا ذریعہ بن سکتا ہے۔

اللہ تعالیٰ ہم سب کو دوسروں کے لیے آسانیاں پیدا کرنے والا بنائے اور ہماری اس چھوٹی سی کوشش کو اپنی بارگاہ میں قبول فرمائے۔

### DONATE NOW

DONATION IN NORWAY



VIPPS: 74763

ACCOUNT TITLE: SCOON  
BANK NAME: DNB BANK  
ACCOUNT NUMBER: 0539.66.35242  
IBAN: NO7305396635242  
BIC/SWIFT: DNBANOKKXXX  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

DONATION IN DENMARK



Mobile Pay 3293WV

BANK TITLE:  
SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION  
BANK A/C: 1251.06.50830  
BIC / SWIFT DNBANOKKXXX  
IBAN: NO7912510650830  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

### DONATE NOW

DONATION IN SWEDEN



SWISH: 0724269600

BANK TITLE:  
SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION  
BANK A/C: 1251.06.50822  
BIC / SWIFT DNBANOKKXXX  
IBAN: NO412510650822  
ONLINE DONATIONS: WWW.SCOON.ORG/DONATION/

### DONATIONS IN FRANCE, GERMANY, SPAIN, FINLAND, PORTUGAL



Bank Title:

SCOON / SPECIAL CHILDREN ORGANISATION

Bank A/C: 1251.07.63376

BIC / SWIFT DNBANOKKXXX

IBAN: NO5612510763376

Online donations: [www.scoon.org/donation/](http://www.scoon.org/donation/)



# THE SCOON JOURNEY CONTINUES

## This Eid, Lend a Hand, Light Up a Life



### SCOON PROJECTS

- Wheelchair Project
- Kafalat Project
- Rozgar Scheme for PWDs
- Vocational Courses for PWDs
- Empowerment Project for Women
- School Uniform Distribution
- Food /Ramzan Packages
- E-Magazine
- Intellectual Awareness Seminars

### DONATIONS IN NORWAY

VIPPS: 74763  
BANK AC: 0539.66.35242

### DONATIONS IN DENMARK

MOBILEPAY 3293WV

### DONATIONS IN SWEDEN

SWISH: 071 426 9600

### INTERNATIONAL DONATIONS

IBAN: NO7305396635242  
BIC/SWIFT:DNBANOKKXXX

Donation in Norway

For Website

Follow Us on Instagram Follow Us on Facebook



## SCOON - MAKING A DIFFERENCE

EVERY ENDING IS A NEW BEGINNING — AND YOU ARE THE START.



SEND YOUR SUCCESS STORIES / ARTICLE AT  
ADMIN@SCOON.ORG