



پارک میں کھیلنا بچوں کیلئے فائدہ مند ہے

لاہور(وائس آف ایشیا) ماہرین کے مطابق زیادہ تر والدین بیمار ہونے کے ڈر سے اپنے بچوں کو پارک یا باغ میں کھیلنے سے روکتے ہیں۔ لیکن ایسا نہیں کرنا چاہئے۔ بیرونی کھیل بچوں کے جسم کو مضبوط بنانے کے ساتھ ساتھ انکی تخلیقی طاقت کو بھی بڑھاتے ہیں۔ ساتھ ہی مٹی میں صرف انفیکشن پھیلانے ہی نہیں بلکہ ہیلتھ فرینڈلی بیکٹریا بھی ہوتے ہیں۔ جو بچوں کے تن اور من کو فائدہ پہنچاتے ہیں۔ مٹی اور کھلی جگہ میں مستی کے ساتھ کھیلنے والے بچوں کا امیون سسٹم مضبوط ہوجاتا ہے۔ اور وہ بیماریوں سے لڑنے کی زیادہ صلاحیت رکھتے ہیں۔