تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

Allama Iqbal Open University
Solved Assignments Spring 2026

Course Code:	209 Code
Course Name:	جنرل ہوم اکنامکس
Class:	Matric
Total Credit Hours	6
Total Assignments	4

گھر بیٹھے حل شدہ مشقیں، گیس پیپرز، کتابیں اور خلاصے حاصل کرنے کے لیے رابطہ کریں واٹس ایپ نمبر:03036940016

نوٹ: ہم طلبہ کے لیے جامع اور معیاری تعلیمی خدمات فراہم کرتے ہیں۔ ہماری خدمات میں علامہ اقبال اوپن یونیورسٹی کے حل شدہ اسائنمنٹس، گیس پیپرز، سابقہ پرچے، تازہ ملازمتوں کی معلومات، آن لائن سی وی تیار کرنا، ملازمت کے لیے درخواست دینا، یونیورسٹی داخلوں میں رہنمائی اور درخواست جمع کروانا شامل ہیں۔ اس کے علاوہ یونیورسٹی سے متعلق طلبہ کے ہر قسم کے تعلیمی اور رہنمائی کے کام میں مکمل تعاون فراہم کیا جاتا ہے تاکہ طلبہ کو ایک ہی جگہ پر تمام ضروری سہولیات میسر آسکیں۔

Whatsapp Group

واٹس ایپ گروپ جوائن کرنے کے لیے سامنے دیے گئے لنک پر کلک کریں۔

Join Our WhatsApp Channel JOIN NOW

واٹس ایپ چینل جوائن کرنے کے لیے سامنے دیے گئے لنک پر کلک کریں۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

Assignment 3

سوال نمبر 1: پھلوں اور سبزیوں کو خشک کرنے کے عملی طریقوں کے بارے میں بتائیے۔

جواب:

پھلوں اور سبزیوں کو خشک کرنا (Drying) قدیم ترین تحفظ طریقوں میں سے ہے۔ درج ذیل عملی طریقے ہیں:

A. قدرتی دھوپ میں خشک کرنا (Sun Drying)

- **موسم:** گرم، خشک، ہوا والے دن (40°C سے زیادہ درجہ حرارت)۔
- **طریقہ:**

1. پھلوں / سبزیوں کو دھو کر چھیل کر پتلے ٹکڑوں میں کاٹیں (2-3 ملی میٹر موٹے)۔
2. صاف چادر، جالی یا بانس کی چٹائی پر ایک پرت میں بچھائیں۔
3. براہ راست دھوپ میں رکھیں اور شام کو ہوا لگنے والی جگہ پر ڈھانپ دیں۔
4. 2-4 دن تک الٹ پلٹ کرتے رہیں جب تک کہ پوری طرح سوکھ جائیں (نمی 20٪ سے کم)۔

- **مثال:** آم کے سلائس، انگور (کشمش)۔

Pakistan

B. تندور (اوون) میں خشک کرنا (Oven Drying)

- **ضروریات:** برقی یا گیس اوون جس کا درجہ حرارت کم سے کم 50-70 °C ہو۔
- **طریقہ:**

1. تیار شدہ ٹکڑوں کو بیکنگ ٹرے پر رکھیں۔
2. اوون کا دروازہ تھوڑا کھلا رکھیں تاکہ نمی باہر نکل سکے۔
3. 6-8 گھنٹے تک خشک کریں، ٹرے کو وقتاً فوقتاً گھمائیں۔

- **مثالیں:** سیب، ناشپاتی، ٹماٹر، مرچ۔

C. الیکٹرک ڈی ہائیڈریٹر (Electric Dehydrator)

- **خصوصیت:** مخصوص آلہ جس میں گرم ہوا پنکھے سے گردش کرتی ہے۔
- **طریقہ:**

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

1. ٹرے پر ٹکڑے رکھیں۔
2. درجہ حرارت C° 50-60 پر سیٹ کریں۔
3. 4-10 گھنٹے چلائیں (پھل زیادہ دیر، سبزیاں کم)۔

- **فائدہ:** تیز، صاف اور موسم سے آزاد۔

D. چینی کا محلول اور خشک کرنا (For Fruits)

- **طریقہ:** پھلوں کو شربت (چینی + پانی) میں بھگو کر پھر خشک کیا جائے—اس سے رنگ اور میٹھاس بڑھ جاتی ہے۔

عملی مشورے:

- خشک ہونے کے بعد کمرے کے درجہ حرارت پر 1-2 گھنٹے ٹھنڈا کریں۔
- ایئر ٹائٹ شیشے کے جار یا پولی تھین بیگ میں بند کریں۔
- ٹھنڈی، تاریک جگہ پر رکھیں۔ خشک اشیاء 6-12 ماہ چلتی ہیں۔

Mr Pakistani

سوال نمبر 2: گاجر کا مربہ کیسے تیار کیا جاتا ہے؟

جواب:

گاجر کا مربہ ایک ذائقہ دار اور مفید تحفظ طریقہ ہے۔ درج ذیل ترکیب ہے:

اجزاء (مواد):

- گاجر (نئے سرخ گاجر)—1 کلو
- چینی—800 گرام
- پانی—2 کپ
- لیموں کا رس—2 کھانے کے چمچ
- الائچی—4-5 عدد
- کھانے کا سفید سرکہ (اختیاری)—1 چمچ
- پیلی (فوڈ کلر) اختیاری

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

ترکیب (طریقہ کار):

1. **گاجر تیار کریں:** گاجروں کو دھو کر چھیل لیں۔ پھر انہیں 1 انچ لمبے اور 0.5 انچ موٹے ٹکڑوں میں کاٹیں۔
2. **شربت تیار کریں:** ایک پتیلے میں پانی اور چینی ڈال کر درمیانی آنچ پر پکائیں جب تک چینی حل نہ ہو جائے۔
3. **گاجر ڈالیں:** کٹی ہوئی گاجریں شربت میں ڈالیں اور 10 منٹ تک ابالیں۔
4. **پکائیں:** آنچ دھیمی کریں اور پکاتے رہیں۔ گاجر نرم ہو جائیں گی اور شربت گاڑھا ہو گیا (تقریباً 30-40 منٹ)۔ بیچ میں چمچ سے ہلاتے رہیں تاکہ جلے نہیں۔
5. **لیموں کا رس اور الائچی ڈالیں:** جب شربت ایک تار (string) بننے لگے تو لیموں کا رس اور چھلکی ہوئی الائچی شامل کریں۔ سرکہ ڈالنے سے مربہ زیادہ دیر چلتا ہے۔
6. **چیک کریں:** ایک قطرہ شربت کو ٹھنڈی پلیٹ پر ڈالیں—اگر وہ بغیر پھیلے جم جائے تو مربہ تیار ہے۔
7. **جار میں محفوظ کریں:** گرم مربہ صاف، خشک شیشے کے جار میں ڈالیں۔ ہوا بند ڈھک کر الٹا رکھیں تاکہ جار جراثیم سے پاک ہو جائے۔

استعمال: روٹی، پراٹھے یا برفانی کریم کے ساتھ کھائیں۔

مدت: ٹھنڈی جگہ میں 6 ماہ۔

سوال نمبر 3: جسم کی صفائی میں ہاتھوں کی صفائی کیوں اہمیت رکھتی ہے؟

جواب:

ہاتھ دن کے وقت کئی سطحوں کو چھوتے ہیں—دروازے، موبائل، پیسے، کھانا، جانور۔ ان تمام ذرائع سے جراثیم (بیکٹیریا، وائرس، فنگس) ہاتھوں پر جمع ہو جاتے ہیں۔ اس لیے ہاتھوں کی صفائی انتہائی اہم ہے۔

اہمیت کے نکات:

1. **بیماریوں کی منتقلی روکنا:**
   - آلودہ ہاتھ کھانے، آنکھیں، ناک یا منہ کو چھوئیں تو جراثیم جسم میں داخل ہو جاتے ہیں۔
   - **مثال:** ٹائیفائیڈ، ہیپاٹائٹس اے، ہیضہ، دست، پیچش، یرقان۔
2. **کورونا اور فلو جیسی وباؤں میں بچاؤ:**
   - عالمی ادارہ صحت کے مطابق صابن سے 20 سیکنڈ ہاتھ دھونے سے 90٪ وائرس ختم ہو جاتے ہیں۔
3. **کھانے کی حفاظت:**
   - کھانا بناتے یا کھاتے وقت ہاتھ صاف نہ ہوں تو فوڈ پوائزننگ ہو سکتی ہے۔
4. **زخموں اور انفیکشن سے بچاؤ:**

- گندے ہاتھوں سے زخم چھونے سے ٹیٹنس، سٹاف انفیکشن ہو سکتا ہے۔

5. **خاندان کے کمزور افراد کی حفاظت:**

- بچے، بوڑھے، حاملہ خواتین اور مریض زیادہ حساس ہوتے ہیں۔ انہیں ہماری صفائی سے تحفظ ملتا ہے۔

6. **آنکھوں، جلد اور بالوں کے مسائل سے بچاؤ:**

- گندے ہاتھوں سے آنکھ ملنے سے آشوب چشم (conjunctivitis)، چہرے پر مسے اور پھوڑے ہو سکتے ہیں۔

ہاتھ دھونے کا صحیح طریقہ:

1. پانی سے ہاتھ بھگوئیں۔
2. صابن لگائیں اور 20 سیکنڈ تک رگڑیں (انگلیوں کے درمیان، ناخنوں کے نیچے، کلائیاں)۔
3. بہتے پانی سے دھولیں۔
4. صاف تولیہ یا ٹشو سے خشک کریں۔

خلاصہ: ہاتھوں کی صفائی انتہائی سستا اور مؤثر اقدام ہے جو لاکھوں جانیں بچا سکتی ہے۔ ہر کھانے سے پہلے، بیت الخلا کے بعد، چھینکنے اور کھانسنے کے بعد ضرور ہاتھ دھوئیں۔

سوال نمبر 4: روزانہ کی بنیاد پر گھر کی صفائی کیسے ممکن ہو سکتی ہے؟

جواب:

روزانہ صفائی کا مطلب ہے گھر کو صبح و شام معمولی کاموں سے بے ترتیبی اور گندگی سے پاک رکھنا۔ یہ ممکن بنانے کے لیے ایک منظم طریقہ اپنائیں:

دن کا صفائی چارٹ (Daily Cleaning Routine)

صبح کے اوقات (30 منٹ):

1. **بستر سیدھے کریں:** کمبل، تکیے ترتیب دیں۔
2. **برتن دھوئیں:** رات کے برتن اور ناشتے کے برتن فوراً دھولیں۔
3. **باورچی خانہ صاف کریں:** چولھا، سنک، کاؤنٹر کو گیلی کپڑے سے پونچھیں۔
4. **فرش جھاڑو (چھوٹی جھاڑو)** خاص طور پر کھانے کے علاقے سے۔
5. **باتھ روم کو پونچھیں:** شیشہ، ٹونٹی، فرش۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

تمام کلاسز کی حل شدہ مشقیں MrPakistani ویب سائٹ سے فری ڈاؤن لوڈ کریں۔

شام کے اوقات (20 منٹ):

1. **کپڑے ترتیب دیں:** بکھرے ہوئے کپڑے کوٹھری میں رکھیں یا ٹوکری میں ڈالیں۔
2. **دروازے کی جگہ جھاڑو** — باہر سے آنے والی مٹی۔
3. **کچرا پھینکیں** کوڑادان خالی کریں۔
4. **فرنیچر اور میزیں پونچھیں** — خاص طور پر کھانے کے داغ۔

ہفتے میں 2-3 بار اضافی کام:

- گلی دالان جھاڑو
- قالین کو برش کریں
- کھڑکیوں کی سل لائنز صاف کریں
- فریج کے دروازے کا ہینڈل جراثیم کش سے صاف کریں

تجاویز برائے کامیابی:

- **چھوٹے چھوٹے ٹاسک بنائیں** اور خاندان کے تمام افراد میں تقسیم کریں (بچے بھی مدد کر سکتے ہیں)۔
- **کاموں کو موسیقی یا ٹائمر کے ساتھ کریں** — مزہ آئے گا۔
- **صفائی کے سامان کو ہاتھ میں رکھیں** (جھاڑو، جارا، کپڑا) تاکہ ہر وقت دستیاب ہوں۔
- **رات کو صفائی کا اصول:** سونے سے پہلے برتن دھوئے اور بستر سیدھے کریں — صبح تازگی ملے گی۔

فائدہ: روزانہ صفائی سے ہفتہ وار اور ماہانہ صفائی آسان ہو جاتی ہے، گھر ہمیشہ خوشبودار اور پرکشش رہتا ہے، بیماریاں کم پھیلتی ہیں۔

سوال نمبر 5: گندگی سے پھیلنے والی بیماریاں کون سی ہیں؟ کسی دو کے بارے میں لکھیے۔

جواب:

گندگی (غیر صاف ستھرا ماحول، ناپاک پانی، کوڑا کرکٹ، بیمار جانوروں کی موجودگی) متعدد متعدی بیماریوں کو جنم دیتی ہے۔ دو اہم بیماریاں درج ذیل ہیں:

1. ہیضہ (Cholera)

- **سبب:** جراثیم Vibrio cholerae جو آلودہ پانی یا کھانے میں موجود ہو۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔

- **پھیلاؤ:** گندے پانی کے استعمال، کھلے میں پیشاب/پاخانہ، بغیر دھوئے ہاتھ۔
- **علامات:**
  - شدید اسہال (چاولوں کے پانی کی طرح)
  - قے
  - جسم میں پانی کی شدید کمی (ڈی ہائیڈریشن)
  - آنکھیں دھنسی ہوئی، پیشاب نہ ہونا
- **علاج:** اورلی ری ہائیڈریشن سولٹر (ORS)، نمکین پانی، اینٹی بائیوٹک۔
- **بچاؤ:** صاف پانی پینا، ہاتھ دھونا، کھانا ڈھانپ کر رکھنا، ٹوائلٹ کا استعمال۔

2. ٹائیفائیڈ بخار (Typhoid Fever)

- **سبب:** بیکٹیریا Salmonella typhi۔
- **پھیلاؤ:** گندا پانی، دودھ، سبزیاں جو آلودہ ہاتھوں یا گوبر سے ملیں۔ مکھیاں بھی پھیلاتی ہیں۔
- **علامات:**
  - مسلسل تیز بخار (104°F) تک
  - سر درد، پیٹ میں درد، قبض یا اسہال
  - زبان پر سفید تہہ، نیند زیادہ آنا
  - اگر علاج نہ ہو تو آنتوں میں سوراخ ہو سکتا ہے۔
- **علاج:** اینٹی بائیو ٹکس (سیپروفلوکساسین، ازی تھرومائسن)، بخار کم کرنے والی دوائیاں۔
- **بچاؤ:** ویکسین، صاف پانی، ہاتھ دھونا، کھانے پکانے کا خیال۔

دیگر گندگی سے پھیلنے والی بیماریاں:

- پیچش (ڈیسینٹری)—خونی دست
- ہیپاٹائٹس اے (یرقان)
- پولیو
- گردے کے کیڑے (hookworm)
- آتشک اور دیگر جنسی بیماریاں (بدھی صفائی سے)

خلاصہ: گندگی ایک بہت بڑا قاتل ہے۔ صرف صفائی ستھرائی، ٹھوس اور مائع فضلے کا مناسب انتظام، صابن کا استعمال اور صاف پانی سے ان تمام بیماریوں سے بچا جا سکتا ہے۔

یونیورسٹی کی تمام معلومات حاصل کرنے کے لیے ہمارا واٹس ایپ گروپ جوائن کریں۔