

# فاکنر زین

فن پاروں، کہانیوں، کھانوں کی ترکیبوں، کامکس اور بچوں  
کی سرگرمیوں کا مجموعہ جو فاکنر کے لوگ فاکنر کے لیے  
بناتے ہیں۔

مورلینڈ سٹی کاؤنسل کے تعاون سے پیش کردہ

مورلینڈ سٹی کاؤنسل **Wurundjeri Woi Wurrung** قبیلے  
کو فاکنر کے نام سے معروف اس علاقے اور اس سے باہر کے  
علاقے کے روایتی نگہبان تسلیم کرتی ہے۔

ہم دھرتی، پانی اور رنگارنگ تہذیب سے ان کے مسلسل تعلق  
اور کام کو تسلیم کرتے ہیں اور گزشتہ، حالیہ اور ابھرتے ہوئے  
بزرگوں کو سلام پیش کرتے ہیں۔ فاکنر ہمیشہ سے ایبوریجنل  
دھرتی ہے اور ہمیشہ رہے گا۔

## A MESSAGE FROM THE MAYOR

فاکنر میں تخلیقی لوگوں اور تنظیموں کے غیر معمولی گروہ موجود ہیں جو فنون اور ثقافت کے ذریعے ہماری زندگیوں میں رنگ بھرتے ہیں۔

Fawkner Zine جاری کرنے کا سہرا صرف ہمارے کمیونٹی پارٹنرز اور معاونین کے سر ہے جو یہ ہیں: Merri Health, Be Merri, Ready Set Prep, Blooming Innovators, Fawkner Wholefoods Collective, Moomba Park Primary School, Eddie Botha, Merri Creek Management Committee, Cook Dine and Shine, Fawkner Library, Moreland اور Sarah Hussein City Council Open Space Development, Arts and Culture -Sustainable Communities اور

میں آپ کو دعوت دیتی ہوں کہ یہ 'زین' پڑھنے کے لیے کچھ وقت لگائیں تاکہ آپ عین اپنے گھر کے پاس بھرپور تخلیقی صلاحیت دریافت کر سکیں، اور میں اگلے Fawkner Festa میں آپ سے ملنے کی منتظر رہوں گی۔

ہر سال ہونے والا Fawkner Festa ایک ایسا کمیونٹی پروگرام ہے جس کا مجھے ہمیشہ انتظار ہوتا ہے۔ یہ ہماری متنوع کمیونٹی پر خوشی کا بڑا رنگ رنگ اظہار ہے۔

بدقسمتی سے اس سال 24 اکتوبر کو رکھا گیا پروگرام ہمیں کھلی فضا میں ہونے والے پروگراموں پر سٹیٹ گورنمنٹ کی COVID-19 پابندیوں کی وجہ سے منسوخ کرنا پڑا۔

اگرچہ ہم اس سال ذاتی طور پر CB Smith Reserve میں اکٹھے نہیں ہو سکے، ہم پھر بھی اس زبردست اور زندگی سے بھرپور کمیونٹی کی خوشی منانے کا کوئی طریقہ چاہتے تھے اس لیے مجھے خوشی ہے کہ میں آپ کو Fawkner Zine کا یہ خصوصی شماره پڑھنے کی دعوت دے رہی ہوں۔

آپ فن پاروں، کہانیوں، کھانوں کی ترکیبوں، کامکس اور بچوں کی سرگرمیوں کے اس مجموعے سے لطف اندوز ہوں گے جو فاکنر کے لوگ فاکنر کے لیے بناتے ہیں۔

# مجھے فائبر سے پیار ہے



**Merri Health**  
Healthcare that moves with you

# Fawkner Footprints

Fawkner Footprints آپ کو تلاش کی مہم پر نکلنے اور اپنے سیرب میں چیزیں دریافت کرنے کی دعوت دینے کے لیے کچھ دلچسپ، مقامی سرگرمیاں پیش کرتا ہے۔ یہ سرگرمیاں مقامی کمیونٹی کے کم عمر اور معمر، مختلف پس منظروں کے لوگوں نے تشکیل دی ہیں۔

1. ایسی 7 چیزیں ڈھونڈیں جن کے پہلے حرف کو لے کر FAWKNER کا لفظ بنتا ہے۔  
F – feather A – adult – W – walkway K – Kid N – native plant – E – (مثال)  
earwig – R – rabbit



2. اپنی کمیونٹی کے کام آئیں: پانچ کمیونٹی فوڈ بینٹریز (James St, Denys St, McBryde St, Wymlet S اور 40 Lorne St پر the Kindergarten) میں سے کسی کو ایک فوڈ کین کا عطیہ دیں۔

3. اہوئے! James St پر قزاقوں کا بحری جہاز تلاش کریں۔

4. فٹ پاتھ پر کوئی اچھا پیغام لکھیں یا سٹاپو بنائیں۔ James St پر کمیونٹی بینٹری سے چاک لے لیں۔



5. بیدل سیر کرتے ہوئے نظر آنے والے پرندے گنیں۔

6. ہماری زیادہ بولی جانے والی زبانوں میں سے کسی زبان میں ”ہیلو، کیا حال ہے؟“ کہنا سیکھیں۔ کسی ہمسایے کو ہائے کہیں۔

7. کسی دوست یا گھر کے فرد کے ساتھ، 30 سیکنڈ کے لیے اپنی آنکھیں بند کریں اور ارد گرد کی آوازیں سنیں۔ آپ نے جو سنا ہو وہ دوسرے شخص کو بتائیں۔

8. تین مختلف قسموں کے پتوں اور تین درختوں کی چھال کو محسوس کریں۔ بتائیں کہ آپ کو کیا محسوس ہوتا ہے اور ان کی ڈرائنگ بنانے کی کوشش کریں۔

Ciao, come stal?  
Italian

Assaklam o  
Alaikum, Aap  
kesay heln?  
(Urdu)

Marhaba, Kifik (F)/  
Kifik (M)?  
(Arabic, Lebanon)

Nomoskar, tumi  
kemon acho?  
(Bengali)

Yassou, Pos lse?  
(Greek)



Merri Health  
Healthcare that moves with you

# MARY'S PANTRY

Mary Bonaros فاکنر کی رہائشی ہیں جنہوں نے اپنی کمیونٹی کے لیے ایک پیٹری شروع کی ہے۔ یہ ہے Mary کی کہانی۔



اس طرح ہم نے ایک چھوٹی سی پارٹنرشپ شروع کر لی جس سے مجھے پیٹری میں تازہ بیکری کی چیزیں، پھل اور سبزیاں مسلسل مہیا رکھنے میں مدد ملی۔

اس کے کچھ ہی عرصہ بعد میں Merri Health کے The Great Idea Program کا حصہ بن گئی جس سے میرے لیے ممکن ہوا کہ میں Alana Hunt کو ایک بہت عمدہ خاص طور پر اسی مقصد کے لیے تعمیر کی گئی پیٹری بنانے کا کام سونپوں۔ اس عرصے میں میری کمیونٹی میں بہت سے لوگوں سے ملاقات ہوئی اور بہت اچھے تعلقات بنے۔ اس پیٹری سے مجھے دلی خوشی ملی ہے۔

2020 میں جب لاک ڈاؤن شروع ہوا تو میں نے اپنے فیملی ڈے کیئر کی مدد سے ایک کمیونٹی پیٹری کھولی جہاں سے لوگ اپنی ضرورت کی چیزیں مفت لے جا سکتے ہیں۔ مجھے پیٹری کو استعمال کرنے والے لوگوں کی تعداد پر حیرت ہوئی جو صرف ضرورت مند لوگ ہی نہیں بلکہ زندگی کے ہر شعبے سے تعلق رکھنے والے لوگ تھے اور اس کڑے وقت میں تنگی کا شکار تھے۔

میرے لیے خود مسلسل پیٹری کا سامان مہیا کرنا مشکل ہو گیا اور پھر ایک حیران کن بات ہوئی۔ Nourishing Neighbours کی Vaissy نے مجھے اپنی زائد خوراک دینے کی پیشکش کر دی۔

پیٹری میں آنے یا عطیہ دینے کے لیے 12 James Street کا رخ کریں۔



'فاکنر ٹائمز' Merri Health کی Hello, Fawkner! Team کی طرف سے ایک کمیونٹی اشاعت ہے۔ کمیونٹی میں Mary کی کہانی جیسی مزید کہانیاں سننے کے لیے -merrihealth.org.au/hello-fawkner پر 'فاکنر ٹائمز' کو سبسکرائب کریں۔

Be Merri سرگرمیوں کا ایک سالانہ سلسلہ ہے جو Merri Health آپ کے لیے پیش کرتی ہے۔ اس کا تعلق مل کر سیکھنے، سماجی تعلقات بنانے اور مقامی رہائشیوں کی فلاح بڑھانے سے ہے۔

BE  
MERRI

Merri Health ایک بلا منافع کام کرنے والی کمیونٹی تنظیم ہے۔ ہم ہر عمر اور زندگی کے ہر مرحلے میں صحت مند اور چڑی ہوئی کمیونٹیاں بناتے ہیں۔ مزید معلومات کے لیے فاکنر میں ہمارے پتے پر آئیں (79 Jukes Rd, Fawkner)۔

یہ تصویریں دیکھیں اور بوجھیں کہ یہ کیا ہیں! یہ سب فاکنر کی جگہیں ہیں۔ کچھ زبردست مقامی انعامات کے لیے قرعہ اندازی میں حصہ لیں۔

FAWKNER  
CLOSE-UPS



مقابلے میں حصہ لینے کی آخری تاریخ 30 جنوری 2022 ہے۔ جیتنے والوں سے ای میل پر رابطہ کیا جائے گا۔ اپنے جوابات کو [engage@merrihealth.org.au](mailto:engage@merrihealth.org.au) کو بھیجیں (اپنا پورا نام، فون نمبر اور ای میل ایڈریس بھی لکھیں)۔

انعامات میں یہ شامل ہیں: Fawkner Wholefoods Collective کا صحت بخش خوراک کا واؤچر، Manifest Creative Co. کا واؤچر، Eatalian Made & Little Anderson کا 5 عدد مفت گرم مشروبات، Merri Health کا عمدہ چیزوں کا پیکیج۔

انعامات کا عطیہ دینے کے لیے Little Anderson کا بہت بہت شکریہ!



77 Jukes Rd, Fawkner پر ہمارے پاس آئیں۔

FAWKNER  
LIBRARY



Moreland City Libraries کی آن لائن  
Makerspace بھی دیکھیں! ہمارے پاس آپ کے  
لئے بہت سے دلچسپ پراجیکٹس ہیں جن میں Merri  
Creek کے پودے اور جانور دکھانے والی کلرنگ  
شیتیں بھی شامل ہیں۔



آن لائن شامل ہو کر اپنے گھر پر  
ڈاک میں اپنا جونیئر ممبر شپ کارڈ  
منگوائیں

## HELP PROTECT OUR PRECIOUS PLANET

ری سائیکلنگ ماحول کو فائدہ پہنچانے کا بہت عمدہ طریقہ ہے۔ ہمیں ہر روز ری سائیکل کی جا سکتے والی چیزوں سے واسطہ پڑتا ہے لہذا ہمارا یہ جاننا اہم ہے کہ ری سائیکلنگ کا درست طریقہ کیا ہے۔ ہم سکول میں، گھر میں اور کام پر چیزیں ری سائیکل کر سکتے ہیں اور اگر ہم دوسروں کو ری سائیکلنگ کا درست طریقہ سکھا سکیں تو ہم ماحول پر واقعی بہت اچھا اثر ڈال سکتے ہیں۔

D	H	E	V	J	P	I	G	W	A	S	T	E	K	R
S	D	N	C	I	L	T	J	M	E	J	D	H	C	E
U	B	V	L	H	A	F	S	R	E	U	S	E	N	D
S	K	I	U	I	S	T	R	E	E	S	Y	L	B	U
T	E	R	N	B	T	G	K	C	X	N	R	C	P	C
A	A	O	P	T	I	U	E	Y	Q	E	E	A	A	E
I	L	N	F	G	C	S	F	C	E	W	Q	R	N	D
N	U	M	O	R	A	C	F	L	Z	S	D	T	G	M
A	M	E	G	N	T	A	P	E	W	P	F	O	L	Y
B	I	N	W	E	Z	N	J	V	O	A	P	N	A	C
L	N	T	O	L	R	S	W	P	A	P	E	R	S	T
E	I	Y	H	T	U	M	A	Q	W	E	V	I	S	Y
X	U	I	Q	T	S	Y	T	W	L	R	D	I	U	P
S	M	R	V	O	X	J	E	V	K	H	O	N	A	K
C	A	R	D	B	O	A	R	D	C	G	R	E	E	N

ENVIRONMENT  
SUSTAINABLE  
WATER  
TREES  
VISY  
ENERGY  
PAPER

BIN  
PLASTIC  
CANS  
CARTON  
REDUCE  
CARDBOARD  
BOTTLE

REUSE  
RECYCLE  
ALUMINIUM  
GREEN  
WASTE  
NEWSPAPER  
GLASS

moreland.vic.gov.au/azguide پر ری سائیکلنگ کے متعلق مزید معلومات لیں

## MERRI CREEK MANAGEMENT COMMITTEE

Merri Creek اور اس میں آ کر ملنے والی ندیوں کے قدرتی اور تہذیبی ورثے کو محفوظ کرنے کے لیے اپنی کمیونٹی کے ساتھ مل کر کام کرتے ہیں تاکہ ہمارے حیاتیاتی تنوع اور مقامی پودوں اور جانوروں میں اضافہ ہو جن میں پرندے، مچھلیاں، مینڈک، ممالیہ جانور اور چھوٹی انواع (پانی کے کیڑے!) بھی شامل ہیں۔



### مینڈک کے بارے میں معلومات: Growling Grass Frog

سائنسی نام: *Litoria raniformis*

• Growling Grass Frog (GGF) کو سبز و سنہرے مینڈک کا نام بھی دیا جاتا ہے

• Growling grass frog ایک بڑا اور مسّے دار مینڈک ہے جو کائی جیسے گہرے سبز رنگ سے لے کر شوخ ہرے رنگ تک کا ہو سکتا ہے۔ اس کی رائیں شوخ نیلی ہو سکتی ہیں!

• یہ زمین پر رہتا ہے اور گیلے نشیبی علاقوں یا آبستہ بہنے والے پانیوں کے کناروں پر سبزے میں پایا جاتا ہے۔

• نر GGF مادہ کو ملاپ کے لیے بلانے کی خاطر آوازیں نکالتا ہے۔ اس کا بلاوا بھاری لکنت زدہ غرابٹ جیسا ہوتا ہے جیسے کوئی انجن سٹارٹ ہونے کی کوشش کر رہا ہو، 'گررر۔۔۔گررر۔۔۔گررر۔۔۔گررر۔۔۔'۔

• اس کی خوراک میں مختلف کیڑے، چھوٹی چھپکلیاں، مینڈکوں کے بچے اور دوسرے مینڈک شامل ہوتے ہیں!

GGF کی نسل کے خاتمے کا خطرہ ہے جس کا مطلب یہ ہے کہ جنگلی ماحول میں ان مینڈکوں کی زیادہ تعداد نہیں بچی ہے۔ انہیں ہم سب اس زبردست مینڈک کی نسل بچانے کے لیے مدد دیں!

ایسے کچھ کام جو آپ GGF اور ہمارے مقامی مینڈکوں کی دوسری انواع کو بچانے کے لیے کر سکتے ہیں:

• مینڈکوں کا بوٹل بنائیں

• Friends گروپ کے کسی پروگرام میں رضاکار بنیں (Friends of Merri Creek, Friends of Moonee Ponds Creek, Friends of Edgars Creek)

• اپنا کوڑا (بالخصوص پلاسٹک کے تھیلے اور خوراک کے خالی پیکٹ) کوڑے کے بن میں ڈالیں

• Merri Creek, Moonee Ponds Creek یا Westbreen Creek تک جائیں اور مینڈکوں کی آوازیں سنیں اور انہیں Melbourne Water کی فروگ سینس ایپ میں ریکارڈ کر دیں تاکہ ہمارے سائنسدان نظر میں رکھ سکیں کہ مینڈک کہاں پائے جاتے ہیں اور کہاں سے غائب ہیں۔



www.mcmc.org.au دیکھ کر

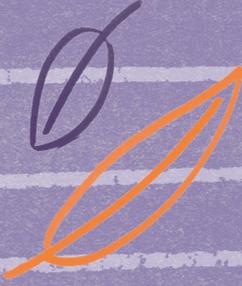
مورلیٹڈ کے مینڈکوں کے بارے میں مزید معلومات لیں اور پتہ کریں کہ آپ کیسے شامل ہو سکتے ہیں۔

MANAGEMENT COMMITTEE

# READY, SET, PREP!



ریڈی، سیٹ، پریپ! کمیونٹی اور چھوٹے بچوں کی خدمات فراہم کرنے والوں کے درمیان ایک اشتراک کار ہے جس کا مقصد شمالی مور لینڈ میں گھرانوں اور بچوں کے لیے سروس کا معیار اور رسائی بہتر بنانا اور سیکھنے اور تعلیم کے مواقع بہتر بنانا ہے۔



ریڈی، سیٹ پریپ! 10 کمیونٹی چیمپینز کی مدد حاصل ہونے پر بہت خوش ہے۔ یہ مقامی لوگ مقامی کمیونٹی میں بہت تعلقات رکھتے ہیں، بات سمجھنے اور سمجھانے کی اچھی صلاحیت رکھتے ہیں اور ریڈی، سیٹ پریپ! کے مقاصد و اہداف کے لیے جذبہ رکھتے ہیں۔

ہمارے کچھ کمیونٹی چیمپینز نے فاکنر سے تعلق رکھنے والی ان چیزوں کا ذکر کیا ہے جو انہیں بہت پسند ہیں۔

people's creativity and expression

Social cohesion Library Swimming Carnival

Halal food options Parks

## Merri Creek

Lots of people want to make Fawkner even better for everyone Diversity Council Services

Multicultural community Fawkner Neighbourhood House

Fawkner Fairly Good Karma Network

Small cozy suburb

Affordable

The community

Secure and safe

Fawkner Mosque



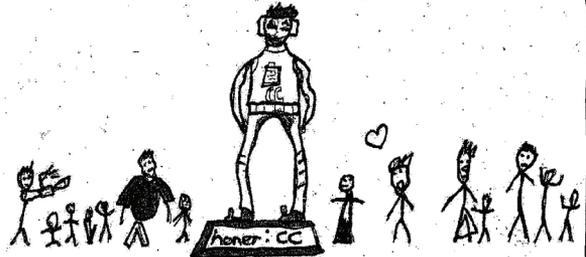
Merri Health کے فیس بک پیج کو فالو کر کے ریڈی، سیٹ پریپ! اور گھرانوں کے لیے پروگراموں اور سرگرمیوں کے بارے میں مزید معلومات حاصل کریں۔ آپ QR کوڈ سکین کر کے یا [eepurl.com/g7MLZb](http://eepurl.com/g7MLZb) پر جا کر ماہانہ نیوز لیٹر 'What's on for northern Moreland families' بھی سبسکرائب کر سکتے ہیں جو Melbourne City Mission Early Links ٹیم کے ساتھ اشتراک کار سے تخلیق کیا گیا ہے۔

# CAPTAIN COVID

By Eddie Botha and the students at Moomba Park Primary School



Hi I'm Captain Covid



I choose my own friends and we socialise safely

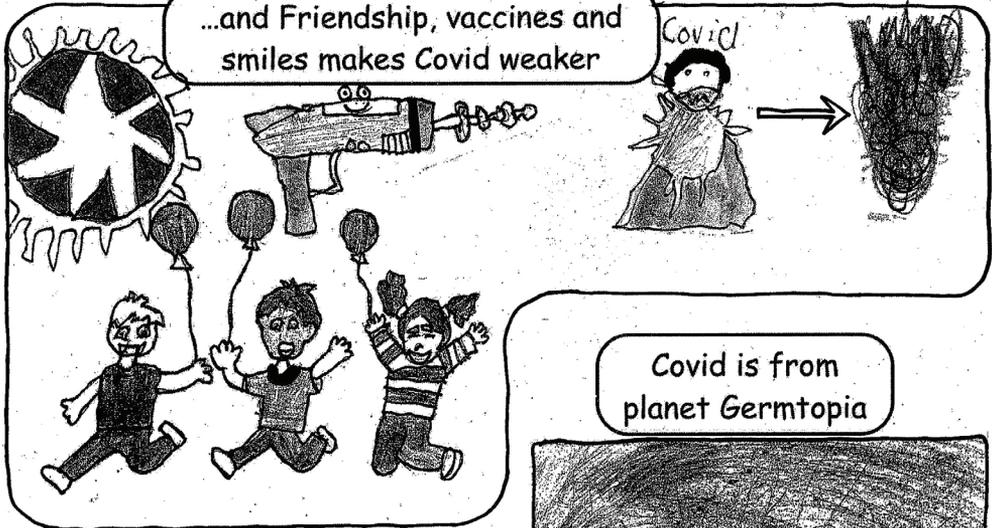
The scientists Dr. Covid and Blue boy helps with vaccination



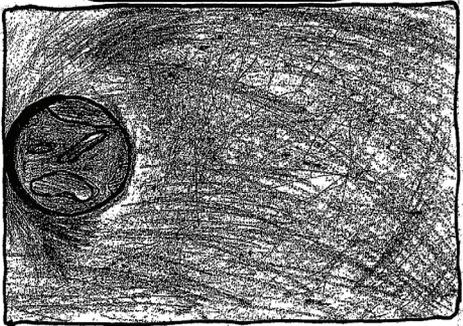
Loneliness makes Covid-19 stronger and.....

فائزر کے مقامی آرٹسٹ نے Eddie Botha  
فائزر میں Moomba Park پرائمری سکول  
کے طالب علموں کے ساتھ مل کر کام کرتے ہوئے  
اس Captain Covid Comic تخلیق کیا۔ اس  
پراجیکٹ کو نیشنل چلڈرنز ویک کا تعاون حاصل تھا۔

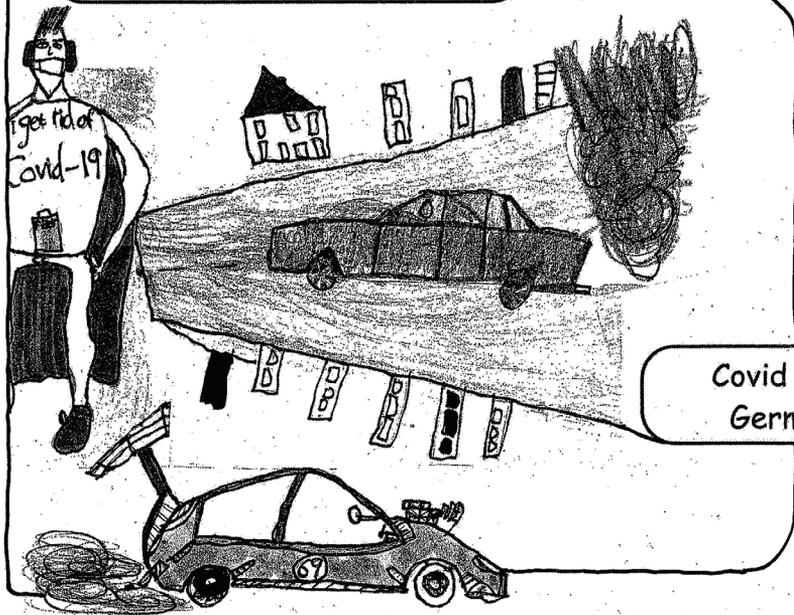
...and Friendship, vaccines and smiles makes Covid weaker



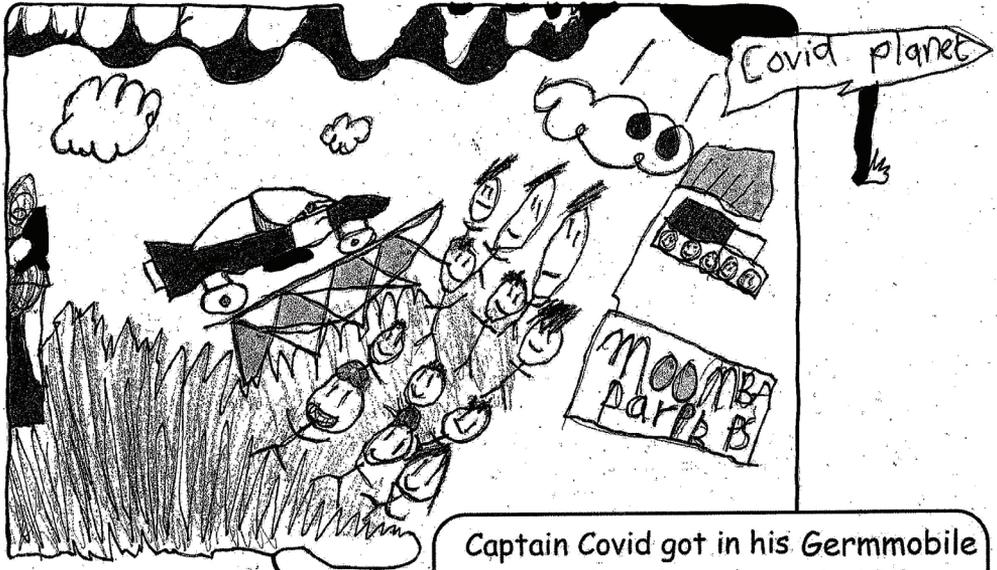
Covid is from planet Germtopia



Captain Covid spotted Covid driving down Sydney road going to infect some people



Covid fled to Germtopia

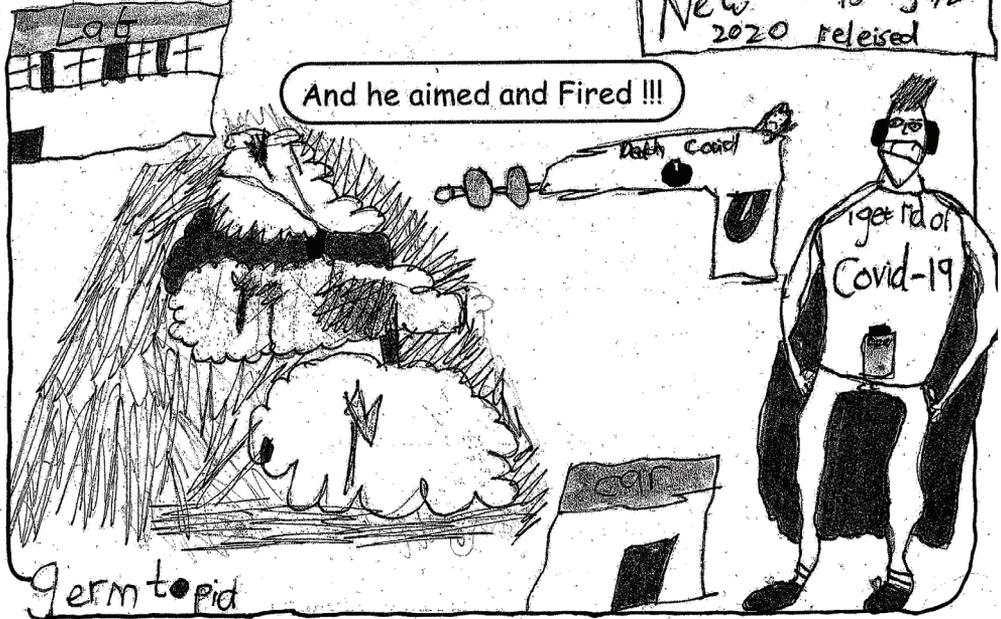


Captain Covid got in his Germmobile ready to launch in chase Covid from Moomba Park Primary School. Everyone Cheered!

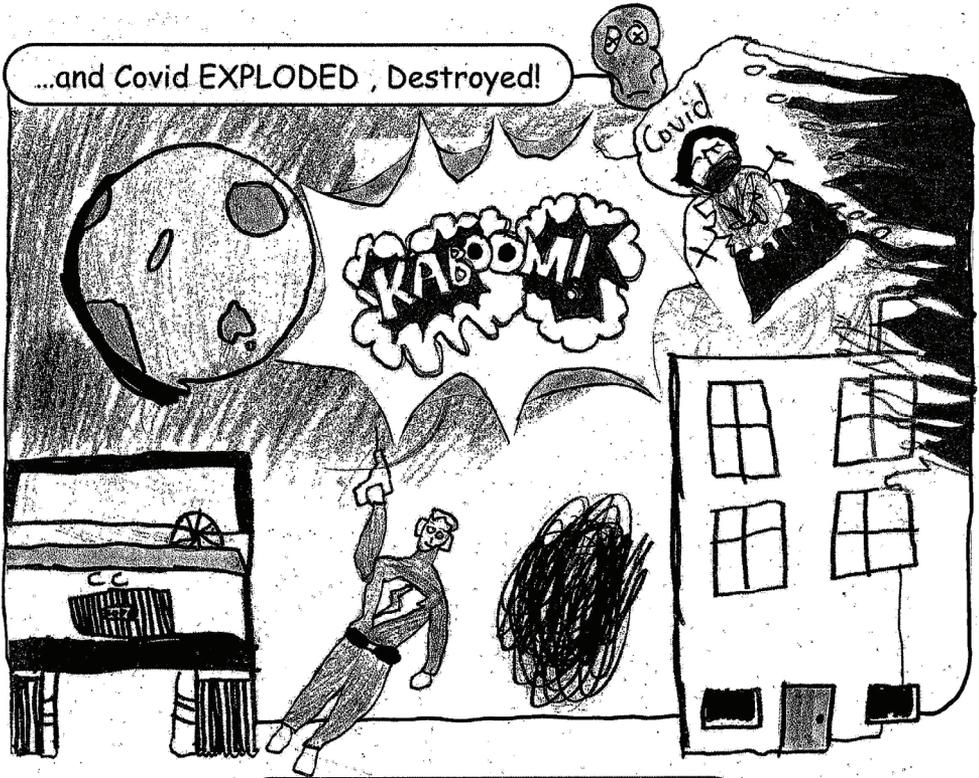
He caught up with Covid on Germtopia and launched his Death Covid gun loaded with smiles and vaccines

New fast <sup>germ</sup> gun 2020 released

And he aimed and Fired!!!

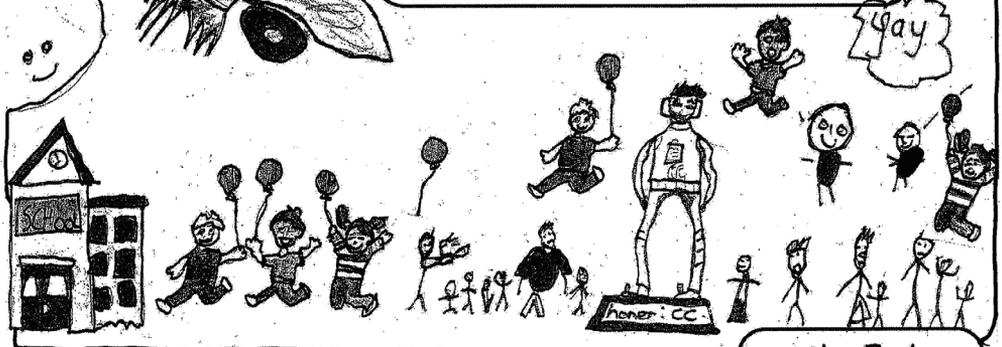


...and Covid EXPLODED , Destroyed!



Captain Covid returned to Earth  
Victoriously in His Germ Mobil

He landed at Moomba Park Primary  
School and Everyone celebrated  
safely with their friends!



the End

## FAWKNER WHOLEFOODS COLLECTIVE

ہم ایک بلا منافع کام کرنے والی، کمیونٹی میں قائم تنظیم ہیں۔ ہمارا مقصد حتی الوسع مقامی علاقے میں آگائی گئی یا تیار کی گئی تازہ زرعی خوراک فراہم کرنا ہے جو آرگینک ہو یا کم از کم کیڑے مار دوائیوں سے پاک ہو اور کم سے کم پیکجنگ میں ہوسپرمارکیٹ میں ملنے والی کوئی چیز اس تازہ اور لذیذ زرعی خوراک کا مقابلہ نہیں کر سکتی جو ہم پیش کرتے ہیں!

ہمارے یہاں دستیاب چیزوں کی مکمل فہرست دیکھنے کے لیے براہ مہربانی ہماری شاپ فرنٹ میں آئیں:  
[openfoodnetwork.org.au/fawkner-wholefoods-collective/shop](http://openfoodnetwork.org.au/fawkner-wholefoods-collective/shop)

Fawkner Bowls Club سے خوراک کی ڈسٹری بیوشن کا دن ہر مہینے کا تیسرا اتوار ہے۔ اگر آپ مزید جاننا چاہتے ہیں تو براہ مہربانی ہم سے رابطہ کریں! ہم مقامی لوگوں کی مدد کرنے والے مقامی لوگ ہیں اور ہمیں نئے لوگوں سے مل کر بہت خوشی ہوتی ہے۔

## HUMMUS WITH NATIVE, INDIGENOUS SPICES

حمص دنیا بھر کے بہت سے لوگ بڑے شوق سے کھاتے ہیں۔ ہم اپنے مقامی مصالحہ جات استعمال کر کے اس روایتی ڈش کو ایک نئی صورت میں پیش کر رہے ہیں!

### اجزاء



1 پیالی Mount Zero آرگینک کابلی (سفید) چنے

2 چائے کے چمچ بیکنگ سوڈا\*

1 کھانے کا چمچ + 1 چائے کا چمچ Mount Zero پنک لیک سالٹ

لہسن کے 4 جوے

1/4 پیالی لیموں کا عرق

2/3 پیالی طاہینی

1/2 پیالی Cockatoo Grove ایکسٹرا ورجن زیتون کا تیل

2 کھانے کے چمچ Melbourne Bushfoods lemon myrtle

lemon myrtle

1/2 چائے کا چمچ Melbourne Bushfoods

pepperberry (پسی ہوئی)

\*ہم Roving Refills کے ذریعے بھی اس کا سٹاک رکھتے ہیں

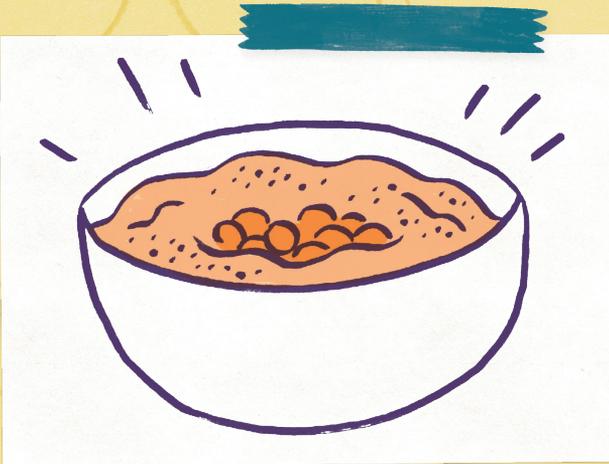


## ایک دن پہلے

1. خشک کابلی چنوں کو ایک بڑے پیالے یا کنٹینر میں 1 کھانے کا چمچ سمندری نمک، 1 چائے کا چمچ بیکنگ سوڈا اور 4 کپ پانی ڈال کر رات بھر کے لیے بھگو دیں۔ بھگوئے ہوئے چنوں کو رات بھر فریج میں رکھیں۔

## اگلے دن:

2. چنوں سے پانی الگ کر دیں اور انہیں ٹھنڈے پانی میں کھنگالیں۔
  3. چنوں کو 1 لہسن کا جوا، 1 چائے کا چمچ نمک اور 1 چائے کا چمچ بیکنگ سوڈا ڈال کر 30 سے 40 منٹ یا گل جانے تک ابالیں۔
  4. جب چنے پک رہے ہوں، 3 لہسن کے جوں کو لیموں کا عرق ملا کر فوڈ پراسیسر میں باریک پیس لیں اور پڑا رہنے دیں۔
  5. جب چنے پک جائیں تو ان کا پانی الگ کر کے اس میں سے کچھ سنبھال لیں اور لہسن کے جوں اور کچھ چنے بھی سجاوٹ کے لیے رکھ لیں۔
  6. طاہینی کو فوڈ پراسیسر میں ڈالیں اور اسے لہسن اور لیموں کے عرق کے ساتھ پیس لیں۔ بچا کر رکھے ہوئے چنوں کے پانی میں سے 4 کھانے کے چمچ پانی کو بھی ایک وقت میں ایک چمچ ڈال کر شامل کرتے جائیں حتیٰ کہ طاہینی بالکل ملائم ہو جائے۔
  7. پکے ہوئے چنے، پکا ہوا لہسن کا جوا، زیتون کا تیل، lemon myrtle اور pepperberry فوڈ پراسیسر میں ڈالیں۔ مطلوبہ شکل بن جانے تک بلینڈ کریں اور ضرورت ہونے پر مزید چنوں کا پانی اور نمک ڈال دیں۔ حمص کو ملائم اور ہلکا پھلکا ہونا چاہیے۔
- حمص کو ایک پیالے میں ڈال کر اوپر زیتون کے تیل کے چند قطرے اور چٹکی بھر pepperberry چھڑک کر سالم چنے ڈال دیں۔**



## COOK DINE & SHINE!

رس ملائی پاکستان، بھارت اور بنگلہ دیش کا ایک مشہور میٹھا پکوان ہے۔ اسے بالعموم عید یا شادی کے کھانے میں میٹھے کے طور پر پیش کیا جاتا ہے۔ Cook Dine & Shine پاکستانی طرز کی رس ملائی فخریہ طور پر پیش کر رہا ہے۔



### رس ملائی کی ٹکیاں بنانے کے لیے اجزاء:

- 1 پیالی خشک دودھ
- 1 چائے کا چمچ میدہ
- 1 چائے کا چمچ بیکنگ پاؤڈر
- 1 چائے کا چمچ گھی
- 1 انڈا

### رس ملائی کی ربڑی کے لیے اجزاء:

- حسب ذائقہ چینی
- 3 لیٹر تازہ دودھ
- 2 سے 3 زعفران کے دھاگے
- 2 سے 3 سبز الائچیاں
- سجاوٹ کے لیے پستہ





### ربڑی بنانے کا طریقہ:

1. ایک دیگچی میں تازہ دودھ ڈال کر ابالیں۔
2. زعفران کے دھاگے، کچلی ہوئی سبز الائچیاں اور چینی ڈال کر اچھی طرح ملائیں، ابال آنے دیں اور پھر دھیمی آنچ پر تب تک ابلنے دیں کہ دودھ آدھا رہ جائے۔
3. ہر چند منٹ بعد ہلاتے رہیں تاکہ دودھ جانے نہ پائے۔ آگ بند نہ کریں۔

### رس ملانی کی ٹکیاں بنانے کا طریقہ:

4. ایک پیالے میں رس ملانی کی ٹکیوں کے اجزاء ملائیں اور (تقریباً 1 انچ لمبائی کے) گیند بنا لیں اور ہر گیند کو نرمی سا دبا کر ٹکی کی شکل دے لیں۔
5. تیزی سے کام کرتے ہوئے، ایک وقت میں ایک ٹکیہ کر کے ساری ٹکیاں دودھ میں ڈال دیں جبکہ آنچ درمیانی ہو۔
6. ٹکیاں دیگچی میں ڈالنے کے بعد چمچ نہ چلائیں کیونکہ اس طرح ٹکیاں ٹوٹ جائیں گی۔
7. ایک منٹ تک آنچ تیز رکھیں اور پھر دیگچی کا ڈھکن بند کر کے 15 منٹ کے لیے دھیمی آنچ پر چھوڑ دیں۔
8. 15 منٹ بعد آنچ بند کر دیں۔
9. پیش کرنے سے پہلے کمرے کے درجہ حرارت پر لے آئیں اور اوپر پستے سے سجاوٹ کر دیں۔
10. 3 سے 4 گھنٹے فریج میں رکھیں اور ٹھنڈی کر کے پیش کریں!!

### مشورہ:

بہتر نتیجے کے لیے مکمل چکنائی والا دودھ استعمال کریں۔ ٹکیاں پھول کر دودھ میں حرکت کرنے لگیں گی۔ یہ ضروری ہے کہ آپ کھلی اور ربڑی دیگچی استعمال کریں۔

## SARAH'S LENTIL SOUP RECIPE

میرا نام سارہ حسین ہے۔ میں مشرق وسطیٰ سے تعلق رکھتی ہوں اور 6 سال سے فاکنر میں رہ رہی ہوں۔ مجھے کھانے بنانے کا بہت شوق ہے اور مجھے Fawkner Commons کے ذریعے ہماری کمیونٹی کے لیے کھانا بنانے کا موقع ملا۔ ہم ہر دو ہفتوں بعد بدھ کو 'Hump Day Take Away' کے نام سے سوپ کچن چلاتے ہیں جس کا مقصد ہمارے خوبصورت سبب کے لوگوں کو خوراک کے لیے مدد دینا ہے۔ تب سے فاکنر کمیونٹی کے لوگ مجھے حمص بنانے والی شیف سارہ کے نام سے جانتے ہیں۔

دال کا سوپ میرے خاندان میں نسل در نسل چلا آ رہا ہے۔ ہم بالعموم یہ سوپ سردیوں/خزاں کے موسم میں بناتے ہیں لیکن گرمیوں کے کم گرم دنوں میں بھی ہلکے پھلکے اور صحت بخش لنچ سنیک کے طور پر یہ سوپ اچھا لگتا ہے۔ مجھے امید ہے یہ آپ کو پسند آئے گا۔





## اجزاء:

- 1 بڑا براؤن پیاز
- 3 گاجرین
- 1 بڑی لال شملہ مرچ
- 2 ٹماٹر
- 3 لہسن کے جوے (پیس کر)
- زیتون کا تیل
- 2 پیالی مسور کی دہلی دال
- نمک + کالی مرچ + زیرہ + پاپریکا پاؤڈر
- کریم

## بریڈ کے تلے ہوئے خستہ ٹکڑے:

- 1 لبنانی بریڈ کو بہت چھوٹے ٹکڑوں میں کاٹ لیں (میں قینچی سے بریڈ کاٹتی ہوں)
- 3 کھانے کے چمچ پگھلا ہوا مکھن/زیتون کا تیل
1. نان سٹک بین میں بریڈ کے ٹکڑے اور مکھن یا گھی ڈال کر ہلاتے ہوئے سنہری کر لیں یا اوون میں تیار کریں۔

## سوپ:

2. پیاز، شملہ مرچ اور گاجروں کو بڑے بڑے ٹکڑوں میں کاٹ لیں۔
3. نان سٹک دیگچی میں تھوڑا سا زیتون کا تیل، پیاز اور گاجرین ڈالیں۔
4. 2 منٹ پکانیں اور پھر شملہ مرچ، لہسن اور ٹماٹر ڈال دیں۔ مزید 2 منٹ پکانیں
5. دال ڈال کر سب چیزوں کو ملا لیں۔
6. 5 پیالی پانی (یا سبزیوں کی یخنی) ڈالیں اور 5 منٹ تک پکنے دیں۔
7. آج دھیمی کر کے مزید 20 منٹ یا اجزاء کے گل جانے تک پکانیں۔ نوٹ: وقفے وقفے سے چمچ ہلاتے رہیں اور اگر سوپ زیادہ گاڑھا ہو تو تھوڑا سا اور پانی ڈال دیں۔
8. پکنے کے بعد 15 منٹ کے لیے ٹھنڈا ہونے دیں، پھر بیٹڈ بلینڈر سے اسے دیگچی میں پی بلینڈ کر لیں۔
9. دوبارہ چولہے پر چڑھا دیں اور مزید 5 منٹ پکانیں۔
10. نمک، تازہ موٹی پسی ہوئی کالی مرچ اور 1 چائے کا چمچ زیرہ ملا دیں۔
11. آخر میں 2 چمچ زیتون کا تیل/مکھن اور 1 کھانے کا چمچ بھر کر پاپریکا پاؤڈر ملا دیں، چمچ ہلائیں اور دیگچی کو چولہے سے ہٹا لیں۔
12. گہری پلیٹ میں ڈال کر، اوپر 1 کھانے کا چمچ کریم سجا کر پیش کریں۔
13. پہلے سے تیار کیے ہوئے کچھ کر کرے بریڈ کے ٹکڑے شامل کریں۔

## BLOOMING INNOVATORS



Artsٹوں کا گروپ ہے جو سماجی تبدیلی کے لیے آرٹ تخلیق کرنے کے مقصد سے اکٹھے ہوئے ہیں۔ ہم نے اپنی پہلی نمائش امتیازی سلوک کے موضوع پر رکھنے کا فیصلہ کیا ہے۔ ہمارا مقصد مختلف لوگوں کے ساتھ روزانہ بنیادوں پر ہونے والے مختلف قسموں کے امتیازی سلوک کے بارے میں آگہی پھیلانا ہے۔ ہماری نمائش میں نسلی تعصب، نسلی ماخذ، اقلیت، اصل مقامی لوگوں کو تسلیم کرنے، صنف اور جنسی رجحان کی بنیاد پر امتیازی سلوک، جسم کے حوالے سے شرم دلانے اور جنگ جیسے موضوعات کا احاطہ کیا گیا ہے جو بہت سے موضوعات کی صرف چند مثالیں ہیں۔

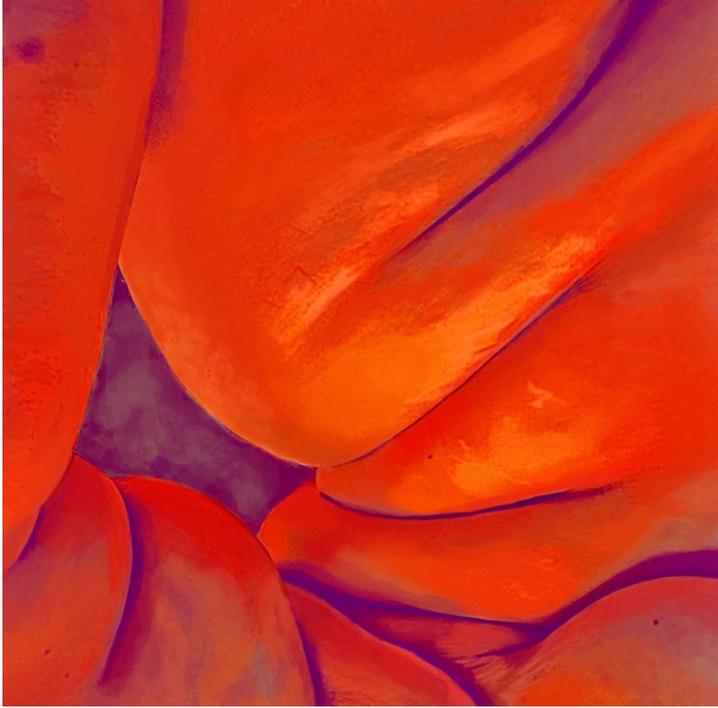
آپ ہماری نمائش یہاں دیکھ سکتے ہیں:

Facebook: Blooming Innovators

LinkedIn: Blooming Innovators

.Instagram @bloominginnovators

اگر آپ آرٹسٹوں کے گروہ یا آرٹسٹ فرد کے طور پر اشتراک کار یا کام کے دوسرے مواقع کے لیے ہم سے رابطہ کرنا چاہتے ہیں تو آپ ہمارے انسٹاگرام پیج کے ذریعے یا ای میل ایڈریس [bloominginnovators@outlook.com.au](mailto:bloominginnovators@outlook.com.au) پر ہم سے رابطہ بھی کر سکتے ہیں۔



Ilana Atlas کا فن پارہ

My ancestors did not battle to see me suffer  
They did not sacrifice  
So that my rights are sliced  
They fought the conflicts they despised  
So that I could stay alive  
For when you should apologise  
To right the wrong you perpetuate  
War is what you have chosen to entice  
Now that it is time to compromise  
You have decided to start gun fights  
My heart cries as the smoke of  
gunshots and bombs rule the skies.

*Ancestors*  
Kaif Ul Wara

Casual is for jeans in the office on Friday  
Not for a punchline used because you refuse education  
I am not your punchline  
the misinformation guided by the white man  
tells you I am not enough  
Tells me I am not enough  
I am invisible,  
in the eyes of privilege  
My lens too difficult to see through  
Misinformation  
Lack of education  
I am everywhere but sanctum

*Casual refusal*  
Rebekah Hogan

ایشین وائرس ڈیجیٹل آرٹ ورک  
Kaseer Shikrani آرٹسٹ



## THE GREENING OF THE RED

- from male dominance to equal participation of women's perspectives (what some call 'feminisation', though not all feminists see it this way);
- from acquisitiveness to simplicity, or what has been called 'conspicuous frugality' (Brown, 1981:356ff);
- from consumerism to a concern primarily with basic needs;
- more broadly, we require a re-definition of 'living standards' so as to break the nexus between income and incentives, and to counteract our obsession with productivity and economic growth.

Value shifts of this sort would undermine the assumptions upon which New Right policies are based, and would soon evolve new social goals. Concepts which dominate economic and political debates today, such as efficiency, competitiveness, economic rationality, markets or property rights (private for the Right, public for the Left), should be seen as means rather than ends, as they have tacitly become. The general goals of all societies should embody the ten sustainability principles which I proposed earlier.

Triggering a transition to such values will take time and may involve the 'Catch 22' dilemma that a substantial shift in values might be required to initiate the institutional changes which would usher in the transition. As noted elsewhere in the book, there are signs of attitudinal change in opinion polls, but fewer such signs in the political arena other than the advent of Green Parties. In many areas there has been a right-wing backlash as with Australia's Blue over green politics. Competitiveness expert, Michael Porter (1990:703-4 and 715), has berated Swedes for sacrificing competition and living standards to traditional egalitarian values and Germans over their incipient taste for 'other dimensions of life'. But the predominant global trend is now toward wealth-seeking, consumerism and, at the urging of people like Porter, perpetual global rivalry or an international keeping up with the Suzukis.

The barriers to transition are many, but I will note three. First, education is a vital channel for attitudinal development, but at present this institution is being pervaded at all levels by utilitarian, instrumental values oriented towards business. Second, print and electronic media are also crucial channels for

ٹرانس فلیگ (سفید، نیلا اور پنک)

واٹر کلر بلیک آؤٹ نظم، شاعر Chase McIntosh

## EXPLORE FAWKNER'S PARKS

کاؤنسل فاکنر کے پارک بہتر بنا رہی ہے۔

2021 میں کاؤنسل کو سٹیٹ گورنمنٹ سے \$300,000 کی Safer Communities گرانٹ ملی تاکہ CB Smith Reserve کو زیادہ محفوظ اور زیادہ سرگرمی والی جگہ بنایا جائے۔ ہم کمیونٹی کی رائے جاننا چاہتے ہیں کہ کن چیزوں کی ضرورت ہے لہذا گرمیوں کے دوران کچھ دلچسپ سرگرمیوں اور پروگراموں کے لیے تیار رہیں جن سے ہمیں اس کام کے آغاز میں مدد ملے گی۔

اپنے مقامی پارکوں میں یہ دلچسپ سرگرمیاں آزمائیں!

- پتوں سے فن پارے بنانے کی کوشش کریں! پتے اکٹھے کر کے تاج بنائیں؛ پتوں کو ترتیب دے کر منڈل (مینڈیلا) بنائیں یا کاغذ پر چپکا کر کارڈ بنائیں۔
- ہماری زمین کے روایتی مالکان کی زبان Wurundjeri Woi Wurrung میں Merri Merri کا مطلب ہے "بہت پتھریلا"۔ کیا آپ creek (ندی) کے ساتھ ساتھ آتش فشانی چٹان کے کچھ حصے ڈھونڈ سکتے ہیں؟
- Bababi Djinanang Grassland Reserve میں جائیں اور اس کا نام اور اس کا مطلب سیکھیں۔
- creek کے پاس، باغوں میں یا پارکوں میں کینگرو گراس اور سپینر گراس تلاش کریں۔ کیا آپ بوجھ سکتے ہیں کہ گھاس کی ان قسموں کو یہ نام کیوں ملے ہیں؟
- تین مختلف قسموں کے پتوں اور تین درختوں کی چھالوں کو محسوس کریں۔ بتائیں کہ آپ کو کیا محسوس ہوتا ہے اور ان کی ڈرائنگ بنانے کی کوشش کریں۔
- کیا آپ "ابن ابن ابن" پکارنے والے پرندے کی آواز سن سکتے ہیں؟ بہار میں Sacred Kingfisher نامی پرندہ Merri Creek پر واپس آ جاتا ہے۔ کیا آپ اس پرندے کو دیکھ پانے والے خوش قسمتموں میں شامل ہیں؟



’فاکنر زین‘ کا ڈیزائن اور خاکے Ashley Ronning نے Niqui Toldi  
کی مدد سے تیار کیے۔

’فاکنر زین‘ کی طباعت Helio Press اور Impact Digital  
مقامی علاقے میں کرتے ہیں۔

مورلینڈ سٹی کاؤنسل ’فاکنر زین‘ کا مواد فراہم کرنے والے سب  
لوگوں کا شکریہ ادا کرتی ہے اور ان لوگوں کا بھی جنہوں نے اس  
اشاعت کی تخلیق کے لیے پس پردہ کام کیا۔

دسمبر 2021 میں شائع کیا گیا۔



**Moreland**  
City Council

**ARTS**  
**MORELAND**