

# आशा सहयोगिनी प्रशिक्षण तृतीय करण पाठ्य पुस्तक





## Tansk

e  s; g tkudj vr; Ur i  lurk g  fd jk"V  ; xkeh.k LokLF; fe'ku ds v  rx   jkT; LokLF; ,oa i fjokj dY; k.k l  Fku }jk I pkfyr v  kk l  HZ d  nz us v  kk&l g; k  xfu; k   ds r  rh; pj.k ds i k   fnol h; if'k(k. k grq i kB; i  rd ,oa if'k(kd dsfy, if'k(k. k ekM; y r  kj fd; k x; k g   if'k(k. k ,oa i kB; i  rd es i  Z es vk; k  tr nks if'k(k. k ds fc  nlyka dks nk  jks g   dN u; s fo"k; k   dk l ekosk fd; k x; k g   tks fd v  kk l g; k  xuh ds dk; Z dks v   vf/kd l  ke ,oa vkl ku cukus es ennxkj fl ) g  ekA

jk"V  ; LokLF; dk; zleka t  s eyfj; k   rifnd] v  lkrk fu; z=k. k ifjokj fu; kstu l ok, k v  ; k   t  s egRoiwk fo"k; k   ij v  kk l g; k  xuh bl ekM; y l s l puk ,oa n{krk i klr dj lkekftd LokLF; ds fodkl es vi uk egRoiwk; kxnku ns l dxhA

bl if'k(k. k ekM; y dks r  kj djus es v  kk l  HZ d  nz rFkk bl es l  yXu fo'k  Kk }jk k fn; k x; k kxnku , d l jkguh; dne FkkA bl l kj xFHk] l gt ,oa fp=kRed i Lrphad.j.k l s i fjiwk; g i kB; l kexh dks cukus okys l eg v   l  Fku ds funskd] i ts vf[kysk Hkxb dks l k/kpknA v  kk g  fd l  Fku dk iz kl "v  kk l g; fxuh" }jk fd, tkus okys dk; k  es ifjyffkr g  ekA

e  k  
fpfdRI k   LokLF; ,oa i fjokj dY; k.k foHkx



## Tansk

jk"Vh; xkeh.k LokLF; fe'ku dk i e[ / ; jkT; eefgykvlo vlg cPpk ds i ksk.k , oa LokLF; dh n[kj[k dj ekr' el; &nj] o f'k'kq eR; &nj rFkk d[i ksk.k ea deh ykuk gA bl ds fy, xke Lrj ij dk; jk vkk&l g; kxuh dh vge Hkfedk gA

vk'kk I g; kxuh dk i e[ dk; z xHbrih efgylkvlo ds i ksk.k , oa LokLF; ij fuxjkuh j[kuk gA og efgylkvlo dks i oin] i o ds le; vlg iz o ds ckn vko'; d fpfdRI dh; tkp grq i jke'k ndj mues 0; ogkjxr i fforu ykus dk i z kl djxh A vk'kk I g; kxuh lsvi[kk g\$fd og jk"Vh; LokLF; dk; dzek fo'kkr%eyfj; k , oaVh ch ij bl lnhz l kexh l s l puk , oan{krk i klr dj l kelftd LokLF; ds fodkl esvi uk egroiwlz; kxnu nA

vk'kk I g; kxuh dks xkeh.k LokLF; fu; kstu ds l kfk l kfk LokLF; l ok, aHh inku djuh gksh gA bl l cds fy, vk'kk&l g; kxuh dks foftklu pj .ka ea l efdr i f'k(k.k inku fd; k tk jgk gA jkT; ev vc rd vk'kk I g; kxfu; ka dks nls pj .ka ea i f'k(k.k fn; k tk ppk gA rrh; pj.k ds i f'k(k.k grq jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k l kFku }jkj l pkfyr vk'kk l nhz d[hnz }jkj ekM; my , oa ikB; l kexh r\$kj dh xbz gA

vk'kk g\$fd ; g i f'k(k.k ekM; my , oa ikB; l kexh vk'kk&l g; kxfu; ka ea dk; z l Ei knu djus grq l e> , oa n{krk, a fodfl r djxh jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k l kFku i fjoj dks l kpkkn

vkj dsehuk  
i e[ k'kk u l fpo

## vke[ k]

jk"Vh; xkeh.k LokLF; fe'ku ds vUrxi jkT; e dk; Jr vkk l g; kxuh dk dk; Z l epl; ea LokLF; l okv gq ekak c<uk gA mul s; g vi qk gfd os vi uh l Ei wZ nkrk ds l kfk dk; Z djrs gq jkT; ds LokLF; ifjn'; ea ifjorlu ykus ea l gk; rk djAl l Fkxr iz oka ea id muk ds l kfk vLi krky tkus rFk mugs tuuh l gqk; kstuk dk ykk fnyokuk ea mudh lkxhnljh dks vlg vf/kd c<k, tkus dh vko'; drk gA

xte LokLF; ,oa LoPNrk devh ds l kfk fey dj xlo dh LokLF; ; kstuk cukuk rFk bl s dk; l dor djuk vkk l g; kxuh dh ,d vll; egroi wZ ftEenjh gA ekr er; &nj o f'k'k er; &nj rFk iztuu nj ea deh ykuk jk"Vh; xkeh.k LokLF; fe'ku dk ie[k y{; g vkk l g; kxuh bl es egroi wZ ; knku ns l drh gA

vk'kk&l g; kxuh ds if'k(k.k gqj jkT; l jdkj us ,d l ?ku dk; D'e cuk; k gA bl o"l ds vUr rd 23 fnuk ds pkj pj.k ds if'k(k.k dks ijk djus dk y{; fu/wfjr fd; k gA

e[s; g tkudj vr; Ur id urk gfd jk"Vh; xkeh.k LokLF; fe'ku ds vUrxi jkT; LokLF; ,oa ifjokj dY; k.k l Fkku }jk l pkfyr vkk l nHlZ dtbz ds }jk vkk&l g; kxfu; k ds rnh; pj.k ds ikp fnol h; if'k(k.k gq i kB; i trd ,oa if'k(kd ds fy, if'k(k.k ekM; y r\$kj fd; k x; k gA

ful ng] if'k(k.k ekM; y ,oa i kB; l kexh vkk&l g; kxfu; k e dk; Z l Ei knu gq l e> ,oa nkrk ds fodkl ea l g; kx iku djxh A funskd] jkT; LokLF; ,oa ifjokj dY; k.k l Fkku rFk vkk fjl k Z l Vj e dk; Jr fo'kkK l e y dks c/kbA

vk'kk gfd if'k(k.k ekM; y ,oa i kB; l kexh vo'; gh ykkknk; h fl ) gkxh A

oh Jh fuokl  
'kI u l fpo] ifjokj dY; k.k  
,oa  
fe'ku funskd  
jk"Vh; xkeh.k LokLF; fe'ku



v~~hkkj~~

; | fi] jKT; LokLF; ,oa i fjokj dY; k. k I LFkku es funskd ds : lk es dk; l djs gq vYi l e; gh gpk  
gs ijUrq ekuuh; ea=h egln;] i e~~g~~k 'kkl u l fpo rFkk fe'ku funskd jk'Vh; xteh.k LokLF; fe'ku us  
ftl fo'okl ds l kFk geavk'kk l nHkZ dHnz dh l pkyu dh ftEenkjh l ksh g~~b~~ iz kl gSfd l LFkku dk  
i fjokj mu vi~~kkvka~~ ij [jkj mrj~~sk~~ A

vk'kk&l g; kfxuh ds if'k{k.k grq l LFkku us r~~q~~h; pj.k ds fy, eM; y ,oa ikB; l exh r\$kj dh g~~b~~  
vk'kk gSfd mi ; ksh fl ) g~~lo~~ch A

if'k{k.k eM; y ,oa ikB; i~~tr~~d ds y~~ekd~~ dks Hkh l k~~kp~~kn A

l LFkku ds l eLRk fo'kkK Hkh iz~~kd~~ k ds ik= g~~A~~

I Oyrk dh 'kkdkeukv~~a~~ ds l kFk es iR; d vk'kk l g; kfxuh dls ; g l ns k nsuk pkgrk g~~q~~ fd os vk'kk  
l nHkZ dHnz ds el?; e l s vi uh l EKL; k vi us dk; l dh dfBukbz rFkk vi us dk; l dh l Oyrk dk vu~~ko~~  
jKT; l jdkj rd i gpk l drh g~~A~~ vk'kk l nHkZ dHnz vki rFkk l jdkj ds chp , d l s qdk dk; l djs~~sk~~ A

vf[ksk Hkkx~~b~~  
funskd

vupdef.kdk

dj   }	fo"k;	i"B   d; k
V-	i <sup>o</sup> z i <sup>o</sup> k{ k. klo dk i <sup>o</sup> jko y <sup>o</sup> du	6
1	v <sup>o</sup> kh rd geus tuk	6
1½	j <sup>o</sup> Vh; xkef.k LokLF; fe'ku	6
1½	v <sup>o</sup> k&I g; kxuh dh Hmedk	6
1½	Lkefdr cky fodkl l <sup>o</sup> k, a	7
1½	LokLF; , oa I Qkbz	8
1½	efgyk, , oa LokLF;	9
1½	cky&LokLF;	9&10
1½	?k=h ekrk dh ns k <sup>o</sup> ky	10&11
1½	T <sup>o</sup> lyr H <sup>o</sup> stu	11
1½	vupkgs xH <sup>o</sup> kkj.k dh j <sup>o</sup> LFke	12
1½	I kekl; chefj; k <sup>o</sup>	12
1½	vkaflEd fLFkfr; k <sup>o</sup>	12&13
1½	, p-vkbzoh@, M <sup>o</sup>	13&14
1½	ekr-f <sup>o</sup> k <sup>o</sup> q, oa i <sup>o</sup> sk.k fno!	14
1½	LokLF; l <sup>o</sup> k i nkrk l <sup>o</sup> Fku	14&17
1½	tuuh l <sup>o</sup> g{kk ; kstuk	18&20
1½	i <sup>o</sup> ri <i>f</i> irZjk <sup>o</sup> k	20&21
C-	oreku pj.k e <i>f</i> if'k{k.k ds fo"k;	22
2	i fjokj fu; kstu l <sup>o</sup> k, a	22&35
3	v <sup>o</sup> l <sup>o</sup> f{kr xH <sup>o</sup> kr@, e-Vh <sup>o</sup> h	36&37
4	, p-vkbzoh@, M <sup>o</sup>	38&40
5	V <sup>o</sup> ch	41&43
6	eyfj; k <sup>o</sup>	44&55
7	t <sup>o</sup> koj ds d <sup>o</sup> lus i <sup>o</sup> j i <sup>o</sup> lfed mi pkj	56&59
8	tyuk>y <sup>o</sup> l uk i <sup>o</sup> lfed mi pkj	60&62
9	I j <sup>o</sup> f{kr ekrRo	63&67
10	i <sup>o</sup> rd <sup>o</sup> y fy <sup>o</sup> x & vu <sup>o</sup> kr	68&69
11	cky LokLF;	70&78
12	M <sup>o</sup> ; tj ; k <sup>o</sup>	79&84
13	v <sup>o</sup> k; k <sup>o</sup>	85&89
14	v <sup>o</sup> k&I g; kxuh ds dk; &0; ogkj&, oae <sup>o</sup> s	90&93
15	i <sup>o</sup> ke'k <sup>o</sup>	94&99

v/; k; 1

i<sup>o</sup>z i f' k{k.k dk i<sup>u</sup>j koykdu

vHk rd geus tkuk

1- , u-vkj-, p-, e- ( jk"V; xteh.k LokLF; fe'ku dh I oYi uk



jk"V; xteh.k LokLF; fe'ku^ 1/2005&2012½ dk ' kkkj EHk 12 vi 2005 dks gvkA fe'ku dk y{; xteh.k {ks-kas ejgusokys ykxj xj hck efgykvko cPpk ds fy; s mre Lrj dh LokLF; I okvko dh mi yCkrk , oa i gip I fu'pr djuk gA

mī;

- f'k'kqek; &nj 1/kbZ, e-vkj-½ rFkk ekr' ek; &nj ¼ e-, e-vkj-½ ea deh ykuKA
- efgyk LokLF; ] cky LokLF; ] ty] I OkbZ rFkk LoPNrk ] ifrj{k.k vkJ i k{k.k tsh tu LokLF; I okvko dks i Hkh ds fy; s l gyHk cukukaA
- LFkuh; egkelfj; k l fgr I pkjh vkJ xj&l pkjh jskka dh jkdlkke vkJ fu; #.KA
- , dhd'r 0; ki d i klfed LokLF; I okvko dh I gyHkrkA tul {; k fLFkj hdj. k] fyak vkJ tul kf[; dh; I Urju I fu'pr djukA LFkuh; LokLF; ijEjkvko dk th. k] kj djuk vkJ vk; tks dks eq; /kjk k dk vkJ cukukaA

2- vkJkk&I g; kfxuh Hfedk

iR; d xk@cMh cLrh es, d ekU; rk i klr efgyk I kelftd LokLF; dk; Zdrk ^vkJkk&I g; kfxuh^ dk p; u ipk; r }jkj pk x; k gA vkJ og ipk; r ds ifr tolcnq gA vkJkk&I g; kfxuh fpfdRI k I tFkkvko, oa LokLF; foHkkx rFkk efgyk, oacyk fodkl foHkkx ds I g; lks I s dk; Z dj jgh gA I enk; rFkk I jdkjh LokLF; i zkkhyh ds chp T idz I # dh Hfedk es gA vkJkk&I g; kfxuh , - , u-, e- vkJ xk ds chp es, d I s qds : lk es dk; Z dj rh gA

- og , d vofrud dk; Zdrk gB ftI } jk"V; Vhdkdj.k dk; Øe] vkJ-I h, p- ds fy; s jQjy vkJ elxh'k ¼ LdVZ I okvko i kfjokfj d 'kjkly; k ds fuelkZ rFkk vU; LokLF; I ok dk; Øek dks c<kok nus ds fy; } dk; &fu"i knu ds vkJkj ij i kI kgu fn, tkus dk i ko/kku gA
- ^vkJkk&I g; kfxuh^ dks tu LokLF; enpks rFkk dk; Zde ds ckjs es i f'k{kr fd; k tk, xk A bu i f'k{k. k] eaftyk dk; Zde i cu/ku bdkbz ds I kFk I kFk xj I jdkjh LokLF; I xBuk dks I fØ; : lk I s tkMk x; k gA
- ^vkJkk&I g; kfxuh^ ipk; r dh xke LokLF; I fefr ds usRoe vkJkuokMh dk; Zdrk , - , u-, e-] vU; foHkkx kA ds dkfeZk rFkk Lo; I oh I en ds I nL; kA ds I kFk xke LokLF; ; kstuk r\$kj djok, xh vkJ bl s dk; kZUkr djus dk dk; Z dj xhA
- ml ds i f'k{k. k] i kI kgu vkJ esMdy fdVko dk [kpZHkj r I jdkj ogu djxhA ckdh ?Vdk dk [kpZ bl dk; Øe ds v/khu jkT; kA dks fn, tkus okys foRrh; vkJku es I sfd; k tk, xhA
- ml s , d nokvko dk fdV fn; k tk, xk ftI es vke jkxk ds fy, I keW; ^vkJ vkJ vaxt h nokb; ka 'kfeey gkoh vkJ bl dh ifrifirz I jdkj }jkj dh tk, xhA

### 3- I efdr cky fodkl I ok, a

I efdr cky fodkl I ok, a dkl; Zde dñnz I jdkj ds I g; kx I spyk; k tk jgk gA bl dk; Zde dh 'kq vkr iñsk ea2 vDVcjj 1975 cld oñMk ftys dk x<h fodkl [k. M gDA oržku eajkt; ds I Hkh fodkl [k. Mka Vipk; r I fefr; kls ea bl dk foLrkj fd; k tk pdpk gA ; g 'kr i fr'kr dñnz }jk I a k'skr dk; Zde gA vkbzl hMh, I - dk; Zde ds rgr vlauckMh dñnz dks I ok, a i nku djus okys dñnz fcUnq ds : lk ea tkuk tkrk gA bl dk; Zde ds vlrxt i k'skgkj] LokLF; f' k{kkj Vhdkdj .k] LokLF; I cf/kr tkpa rFkk fd'kksj; kx xHkörh ,oa /kk=h efgylkvksa ds fy, I nHkZ I ok, ami yC/k djkbz tkrh gA



I efdr cky fodkl Llok, a dkl; Zde ds mnst;

- O Is 6 o"kl rd dh mez ds cPpk ds i k'sk.k , oa LokLF; Lrj ea l qkij ykuka
- cPpk ds mfpr euksKkfud] 'kjk hfjd , oa I kekftd fodkl dh uho MkyukA
- ekr&ekr; j cky eR; j : X.krkj djk k'sk.k rFkk chp ea i <kbz NIMus okys cPpk ds dh nj ea deh ykuka
- cky fodkl dks i k'sk.k gu nus ds fy, I Ecfl/kr foHkkxka ds chp i tikkoh I ello; LFkfir djuKA
- i k'sk.k , oa LokLF; f' k{kk }jk cPpk ds I keku; LokLF; vlg i k'skgkj I Ecfl/kr vko'; drkvksa dh i frz grq15 Is 45 o"kl dh I Hkh ekrkvksa dks I {ke cukuka

dk; Zde ea nh tkusokyh i efdr I ok, a



2- Vhdkdj .k

3- LokLF; tkp

1- ijid i k'skgkj



4- i oZ i k'fkkd f' k{kk

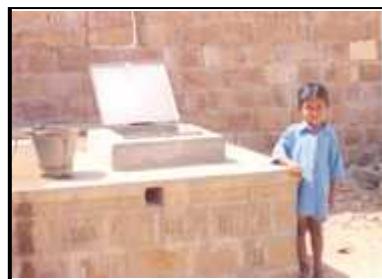
5- i k'sk.k , oa LokLF; f' k{kk

6- I nHkZ I ok

#### 4- LokLF; , oa I Qkbz

- I exz LoPNrk vflk; ku 100, I -I h% fQygly nsk ds 350 ftyka es dk; k tk jgk g\$ vlg vxyl i po"hl; ; kstuk ds nkyku bl dk foLrkj I Hh ftyka es fd; tkus dk fopkj gA
- Vh, I -I h ds ?Vdka ea 'kkfey g&vkbzbzI h fØ; kdyki] xteh.k LoPNrk] Loræ i kfjokfjd 'kkpky; ] efgyk LoPNrk ifjij vlg Ldy I Qkbz dk; Øe A
- bl idkj ftyk LokLF; fe'ku] ftyk Lrj ij LoPNrk I ckh fØ; kdyki kdk elxh'lu djxk vlg LokLF; rFkk LoPNrk I fefr ds ek; e ls tu LokLF; ] I Qkbz vlg LokLF; &f'kk ds fy, I a Ør vkbzbzI h dks c<kok nsk rFkk ikfjokfjd 'kkpky; k vlg Ldy LoPNrk dk; Øe dks i kgr djxkA i kfjokfjd 'kkpky; k dks c<kok nsk ds fy, 'vk'kk&l g; kxuh dks fe'ku }jkj i kgr lgu fn, tk, xA

LokLF; , oa I Qkbz ds i ejk ?Vd



I jfkr is ty



O; fDrxr LoPNrk , oa LokLF; f'kk

Økrkoj.k dh LoPNrk



ekuo ey , oae dh I gh fui Vku      xns ty , oadMs dpjs dk I gh fui Vku



?j dh I Qkbz



xns i ku h dk I jffhr fuLi knu

#### 5- efgyk, , oLokLF;

efgyk LokLF; dks i Hfor djus okys dkj .k %

- efgyk ds vLoLFk gksus ds i hNs dbZ dkj .k gSftuea<sup>ea</sup>  
ef; dkj .k g%
- xjhch] efgykvl] dk nse ntq iF dh plg] dkunuh vf/kdkjka dh tkudkjh dk vHko]
- xHkkj. k ,oa iz o dh ckjEcjrk Vnls cPpk ds chp vUrjky dh deh%
- I ekt efgyk iq "k vI ekurk
- LokLF; I eL; k dks yd] fu.MZ d HMedk dk u gkuA
- /kfedb o I keft d ijEijk,ao djkfkk,a
- efgyk ij vr; f/kd dk; Hkj gkuA
- I fo/kv] rd efgykvl] dh dfBu Vnjh vf/kd% i gp
- efgykvl] ds LokLF; dks de egRo fn; k tkrk gs
- f'k{k dk Lrj



bu I eLr dkj .k i j fopkj djrsq efgyk LokLF; dks I Ecy nus grqvkk & I g; kxuh D; k egRo i wkl HMedk fukkk I drh gA ; g , d fopkj. kh; i gyw gSA ppk dja A

#### 6- cky LokLF;

geljs jktLFku dh orEku ea f'k'kq er; & nj 68 1/4 I vkj , I &2005% ifr gtkj tfor tle gS tks vU; inska dh ryuk ea dgh vf/kd gA , d I ky I s i o ejus okys bu f'k'kq ea I s yXHkx 60 ifr'kr rks ek= tle I s, d ekg ds Hhrj ej tkrs gA

uotkr f'k'kq dh LokLF; & I eL; k, jkdfkk ,oamik;

; fn uotkr f'k'kq ds tle ds I e; fuEu ea I s dkZ Hkh y{.k fn[ kbZ i Ms rks rjUr fpfdRl d ds i kl ys tkus dh vko'; drk gA

i o ds fnu

- ; fn uotkr f'k'kq dk otu nksfdyloke I s de gA
- 'kjh i j dkZ vI kekJ; of} gA; fn f'k'kq dks tle ds I e; dkZ plV vkbZ gA
- uotkr dks I k yseadkZ dfBu kbZ gA
- ; fn f'k'kq ds 'kjh dk jk utyk ; k i hyk gA



### Id o ds nli js fnu

- ; fn f'k' kq dks nljs i Ms gA
- ; fn f'k' kq dks jx uhyk ; k i hyk gA
- ; fn f'k' kq Lruku ughadji k jgk gA

tle ds ckn Mek ekg ea dhkh Hkh



- ; fn f'k' kq dks rst cdkkj gA
- ; fn f'k' kq dks ulflik l seokn fudy jgk gA
- f'k' kq cgr l tr gks vlg Lruku ughadji ik jgk gA
- 'kjhj ea , BuA

de otu ds i huk gkus okys f'k' kq dks nli kqky%

tle ,oa uotkr dky ea uotkr f'k' kq dks vlo'; d nli kqky l s f'k' kq

eR; qnj ea dkh gn rd dehi yk; h tk l drh gA

rki gkf u l scpk%

de otu ds cPps cgr detl gks gA vr% muds 'kjhj dk rki eku  
cuk; s j [uk cgr t: jh gA f'k' kq dks lQ eyk; e di Ms eayiV dj  
j [ka l nhz ea xez di Mk vks k na vlg vf/kd l nhz ea xez iku dh ckry  
di Ms eayiV dj ikl j [ka

- rjUr Luku Hkh ugha djk; A
- f'k' kq dks elak ds cnu l s l Vk dj j [ka
- elaviu nk tYn l s tYn fi yk; A



i ksk.k dh rjO /; ku %

- elak i Eke i hyk xk< nk ftruk tYnh gks l ds f'k' kq dks fi yk; A
- elak dks crk,a fd uotkr f'k' kq dks ckj&ckj nk fi ykus vlg vf/kd nj rd fi ykus l s elak nk T; knk mrjrk gS tks f'k' kq dks i ksk.k Lrj dks l qkkjus eaenn djrk gA

I de.k l scpk%

- uotkr f'k' kq dks fo'ksdj de otu ds f'k' kq dks i fr cgr l onu'hy gks gA vr% l diked jlx l scpus i j /; ku na
- N% chekfj ; k l scpk ds fy; s l e; l kj .kh ds vuq kj , d l ky ds vlnj l Hkh Vhds yxok; A

7- /k=h ekrk dh nli kqky

vky fudyus ds ckn] cPpk ds tle ds ckn l s 6 l Irkg rd dhi vof/k dks i oks jkr dky dgrs gA  
tle ds 6 l Irkg ckn vkerl ij efgyk dk xHkkz k; o vll; vks yxHkx l kew; flFkfr ea vks tks gA  
Lruk l snik vkkuk iobr tkjh jgrk gfi j ekgojk h 'kq gkuseal e; yx l drk gA

i o ds ckn nli kqky D; k t: jh gS\

vkerl ij i o l s igys dh nli kqky ij vf/kd /; ku fn; k tkrk gso i o ds ckn cgr deA tcfd  
; g nli tk pdk gS fd 60 ifr'kr l s vf/kd ekr eR; q i o ds ckn gksh gS [kki rkj l s 'kq ds rhu



fnukh eA i o ds ckn glos okyh tVyrkvls dks 'khk i gpkj dj le; ij mi plkj 'kq djus ds fy, i o ds ckn ekf'k'q dhl ns[kkky cgr t: jh gA bl I s i o ds ckn glos okyh ekr er; q dks de djus esenn feykhA

; fn i o vLirky e gyk gS rks 24&48 ?ws i gys LokLF; dlnz l s NvVh ugha feyuh pkfg, A ; fn i o ?kj ij gyk gS rks ekao f'k'q dks 24 ?ws rd vdyl u NkMs o tYnh l s tYnh vk'kk&l g; kxuh ul z i kxodk dks ml l s l Ei dZ djuk pkfg, A

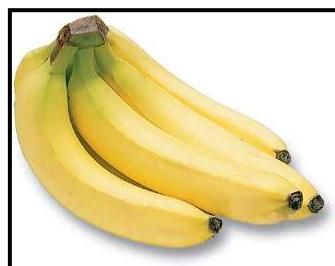
i o ds ckn vk'kk & l g; kxuh dh Hkfedk

- 1- i o ds ckn vk'kk&l g; kxuh efgyk dh tlp djus ds fy, i fjokj dks l pr djA
- 2- I fuf'pr djs fd ekao i fjokj dks [krjs ds y{k.k i rk gfo bu y{k.k dks fn[kus ij dks l svLirky tlp ds fy, tk, xh o dgs tk, xh \
- 3- i o ds ckn ns[kkky] l kQ&l Qkbz i ksk.k f'k'q ds Vhakdaj .k l ekkh l ykg nA
- 4- 3 ekg rd vk; ju dh xfy; kafnyok, a o ml dsfu; fer mi ; lk dk i jke'k nA
- 5- 4&6 l rkj ij LokLF; dlnz ij ylws dh l ykg nA
- 6- i fjokj fu; kstu ij l ykg nA l kfk gh efgyk dks l e>k, a fd ; fn og cPps dks Lruiku ugha djokrh gS rks 12 efgus eA i p% xHkbrh gks l drh gA ; fn Lruiku djokrh jgs o ekgokjh u vk, rks cgr l Hkouk gS efgyk 6 ekg rd xHkbrh ugha gloskA bl s 6 ekg ds ckn i fjokj fu; kstu ds l vku dke eA yus ds fy, i fjr dj o xHkujkld l k/kukd dh tkudkj h nA
- 7- cPpls ds chp virjky ds Qk; ns crk, A
- 8- l rjyf rHkstu



Lk= ds nkku fuEu fckhnyk i j ppkZ dja

'kjij dh dks l h vko'; drkvldh i kxu&dks l s [kk] inkfZ djrs gA



mtk inku djus okys rRo

'kjij dk fodkl o LoLFk cuk, a jkxu l s cpkus okys inkfZ j [kus okys inkfZ



vknr ,oa0; ogkj

#### 9- vupkgs xHkVkj . k dh j kclFkE

tle nj es deh ykuk jk"Vh; xdeh.k LokLF; fe'ku dk ,d i e<sup>q</sup>k y{; gA bl I nHkZ esvk'kk l g; kfxuh dk i e<sup>q</sup>k dk; z ykxk dh tle vUrjky ,oa LFkbz l kku viukus l Ecl/kh t: jrk dk irk yxkuk gS rFkk t: jren ykxk dks l okvka grq i jke'kz nuk gA bl fo"k; ij 0; ki d pplz grq bl i kB; l kexh ea ,d vyx v;/k; es ppkz dh tk jgh gA ; glage foAHku l kku i j l fklr ppkz dj l dragA t;s

- vupkgs xHkVkj . k dk LokLF; l s l jksdkj
- ; k; nEi fr dk gA
- vi fjr elak D; k gA
- tle vUrjky ds vLFkbz mik; D; k gS
- nhkz vof/k ds vUrjky mik; D; k gA
- LFkbz mik; D; k gA
- Lkelftd foi .ku D; k gA

#### 10 l kekU; chekfj ; k

eyfj; k {k; jks ] dkyk vtj] Qkbyfj; k] vakk u rFkk vk; kmu dh deh dsfy, jk"Vh; jkx fu; =.k dk; Øekavkj , dhdr jkx fuxjkuh dk; Øe dks cgrj dk; Øe i nkuxh ds fy, bl fe'ku ds v/khu , dhdr dj fn; k tk, xkA

- xj&l pljh jkxk ds fu; =.k ds fy, ubz igya'kq dh tk, xkA
- xk dsLrj ij jkx fuxjkuh izkkyh dksetcuk; k tk, xkA
- l kekU; jkxk ds fy, xk] , l -l h] ih, p-l h@l h, p-l h Lrj ds fy, l kekU; nokvka v/k; k vkj vaskth nok, anku dh vki frA
- Lo; a ykxkxfg; kard i gipus ds fy; scgrj l okvka ds okLrs ftyle&Lrj ij , d l py fpfdRl k bdkbz dh 0; oLFKA

#### 11- vkdflEd fLFkfr; k

##### 1- plV yxuk&

vkervj ij gen tku&vutkus es dbz rjg dh plV yx tkrh gS ; s plV l kekU; Hkh gks l drh gS rFkk xkxkj HkhA ; fn l kekU; plV yxh gS rk ge ?j ij Hkh rjUr ml dk bykt dj l drs gS fdUrq xkxkj plV] Ropk dVus ; k gMMh VVus tS h plV dk bykt fpfdRl ky; easystkdj djokuk plkg, A

i kfed mi plj

- ; fn dgk plV yxh gS vkj [ku fudy jgk gS rk l cl s i gysfdl h LoPN diM@: bZ l scgrs qg [ku dks l kQ djA



- fMVky@fVpj dls I kQ : bZ ; k I kQ di Ms dh I gk; rk I s plv yxsLFku ij ckk nA ; fn plv I s cgrk gvk [ku ugha : d jgk gS rks rjUr fpfdRl ky; ys tk, arFkk fVvul dk batD'ku fnyok, A



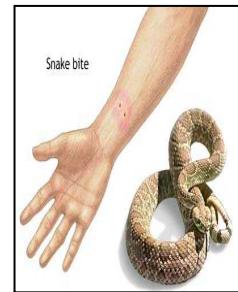
Hkkfir; ka

- 1- plv ij /ky yxkus I s [ku cm gks tk, xKA
- 2- ekenyh plv I e>dj Vky nsukA
- 3- fVvud ds batD'ku dls doy xkhj plv ds I e; gh yxokukA
- 4- /ky yxkus I s I ade.k gks dh I Hkkouk ughajgrh gA

2- I ihaK

vfkdkak I ihaK tgjhyk ugha gkrk gA I kekU; r% o"kkz \_rq ea vlg jkr ds I e; I kA dkVus dh ?kvuk, a gkrh gAtgjhyk I ihaK dh igpku gS fd bl ea nk&nkrs dk fu'ku gkrk gA vkerly ij pkj I kekU; tgjhyk I kA ls dks vkl kuh I s tuk tk I drk gA dkjyj dj\$] cmk vtxj okbij rFkk Nlk vtxj dy pkj ef; [krjukd I kA gks gA

fdI h Hkk I ihaK ea iKfed mi pkj



I kA dkVs 0; fDr vlg ml ds i fjokj dls fo'okl easya mul s dgfd ; g tgjhyk ugha Hkk gks I drk gA ejht dls pyus u nA tgjhyk u gks dh fLFkr ea?ko dls I kQ dj I ade.k jfgr dj nsuk gh dkQh gfoHkklu vaks dls jcM I s dI dj ckk nA bl I s jDr dk iokg : dksx rFkk tgj ugha p<xlA fQj gkfk ; k iS tgk I ihaK gk ml ds I kFk , d NMh ckk narkfd ; g eMs Hkk ughautnhd ds vLirky rd rjUr igA

I ihaK I s I eKkr vko'; d ckra

- & I ihaK dh fLFkr ea fdI h rk=d ; k efnj ds pDdj easle; cckh u djA ; kn j [ksfd I kA ds dkVus I s rk=d Hkk ejrs ik, x, gA bykt ds fy, rjkr vLirky ys tk,A
- & I ihaK ds bykt ds fy, dN xkeh.k yks vkt Hkk eghz dh cfy nsusyxrs gA ; g egt , d vdkfo'okl gA

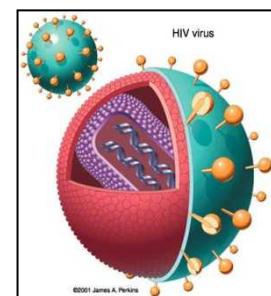
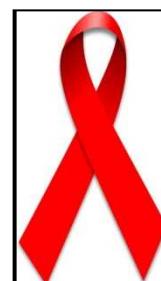
12- , p-vkbZoh@, M†

, p-vkbZoh D; k gA  
; g , d fo"kk.kq/ok; jI ½ gA

tc ; g fdI h 0; fDr ds 'kjhj ea iokj dj tkrk gA rks ml 0; fDr dh vU; jkxkao fdVk.kq I s yMus dh {kerki frjkld {kerkz dls /khs/khs [Re dj nsuk gA

, M† D; k gA

- tc , p-vkbZoh I Øfer 0; fDr dh jkxkao I s yMus dh {kerk de gks tkrh gA rks og dbZ i okj dskxkao dk f'kdkj gks tkrk gA bl voLFkk dls , M† dgrs gA



i e<sup>g</sup>k ppk fclnq  
 , p-vkbzoh d<sup>g</sup> s Q<sup>g</sup>rk g<sup>A</sup>  
 , p-vkbzoh d<sup>g</sup> s ugh Q<sup>g</sup>rkA  
 , p-vkbzoh I s d<sup>g</sup> s cpA  
 I jdkjh I ok; A  
 , p-vkbzoh tkp ¼ dh<sup>g</sup>r Lo<sup>g</sup>Nd tkp , oa i jkezk d<sup>g</sup>nIA  
 i h i hVhI hVhI hVjA  
 ; k<sup>g</sup> jlk fDyfudA



### 13- ekr~f'k' q<sup>A</sup>, oa i ksk.k fnol

i nsk ds xteh.k {ks=ka ea fu; fer Vhdldj.k dls I p<sup>g</sup>hdj.k grq ekr` , oa f'k' q<sup>A</sup> LokLF; , oa i ksk.k I = I kekU; r; k xq okj dls vk; kstr fd; s tk jgs g<sup>A</sup>; g dk; zde fpfdri k foHkx , oa efgyk , oa cky fodkl foHkx }jk feydj pyk; k tk jgk g<sup>A</sup> , - , u- , e-] vktkk I g; kxuh vluokMh dk; brik nkbl o Lo; a l gk; rk I e<sup>g</sup> dk; brik Hh I = ds fnu xHkbrh efgykvl Lo; a cPpk dls i fjr dj I = LFky ij ykrsg<sup>A</sup>



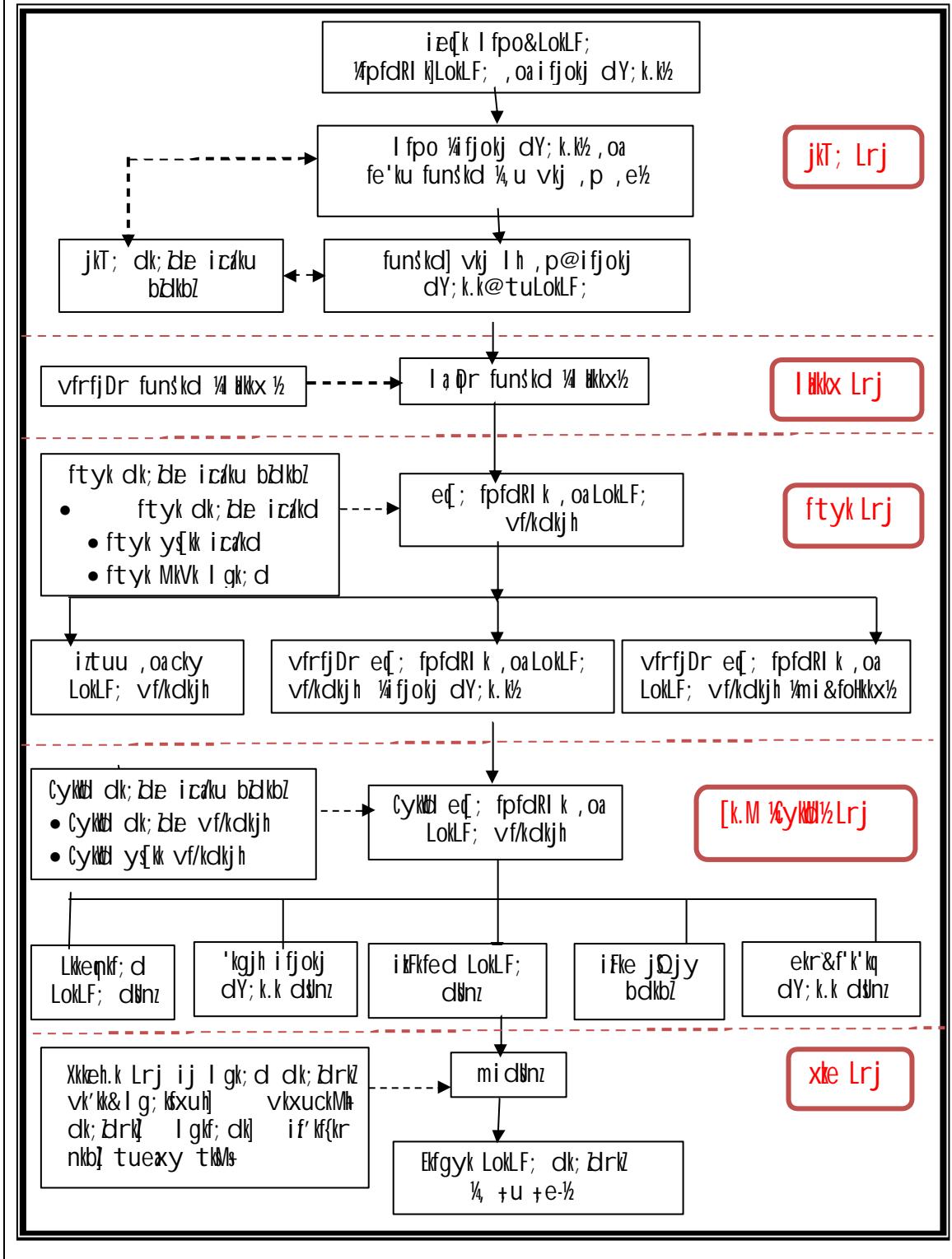
ekr` , oa f'k' q<sup>A</sup> LokLF; fnol ij dh tkusokyh xfrfotk; k

- 1 xHkbrh efgykvl dk iathdj.k djukA
- 2 iwl ea iathdr xHkbrh efgykvl dh id o iwl tkp Vhdldj.k , oa vk; ju dh xlfy; ks dk forj.k djuk
- 3 xHk dsnkku tfVyrkvldh igpku , oa I tdkxr id o grq l ykg nukA
- 4 uotkr f'k' q<sup>A</sup> dk Vhdldj.k grq iath; u , oa Vhdldj.k djukA
- 5 xHk j : i I s d<sup>g</sup> k<sup>g</sup>kr cPpk dls tkp mi pkj , oa i k<sup>g</sup>Vd vlgkj dh tkudkj nh tkrh g<sup>A</sup>
- 6 0&5 o"l dh vk; q dskcydk dk LokLF; ij k<sup>g</sup>k.k fd; k tkrk g<sup>A</sup>
- 7 ; k; nEifr; k dh vUrjky I kuku dh mi yCkrk djukA
- 8 tuuh I j<sup>g</sup>kk ; kstuk ds vUrxf vkusokyh efgykvl dk iath; u djukA

### 14- LokLF; I ok i nkrk I tdkku

I jdkjh LokLF; I fo/kkvla ea I qkj ykus ds i z kl k dls I Qy cukus ds fy; sgeus fi Nys if' k<sup>g</sup>k.k ea LokLF; I okvld s<kps dls I e>k Fkk AbI dk ge i q% nkqjku dj<sup>g</sup>s A

jkt; xkeh.k LokLF; fe'ku dk l&BukRed fooj.k



## 1- mi LokLF; dñnz

; g I kelU; rÓk 3000&5000 dh tul{: k ij LFfir fd; k x; k gA iR; d miLokLF; dñnz ij , d cgmnsh; efgyk@iq "k dk; Jr gsrFkk fuEu I fo/kk, Wmi yC/k gsrh g&

- xHörh dh tlp vido I fo/kk, WdN LFkukaij miyC/k
- Vhdkj.d.k , oafjokj fu; kstu I fo/kk, miyC/k
- I kelU; jkska dk bykt

## 2- iLFfed LokLF; dñnz

; g I kelU; rÓk 20]000&30]000 dh tul{: k ij LFfir fd; k x; k gA I kelU; rÓk ; gka, d fpfdRI d dk; Jr gsr gA rFkk fuEu I fo/kk, Wmi yC/k gsrh g&

- I kelU; jkska , oafjokj jkska dh jkska , oafpfdRI k
- i f jokj dY; k.k I fo/kk, WxHörh dh tlp , oafjokj I fo/kk, WrFkk Vhdkj.d.k I fo/kk, W



## 3- I kerpf; d LokLF; dñnz&amp;

I fo/kk, a

- fo'kkK I ok,a & 'kY; fpfdRI d] L=h jks fo'kkK] f'k'kqjks fo'kkK] fpfdRI k vf/kdkjh
- 30 iyx miyC/k
- vkijsku ffk; Vj]
- ,DI j§
- i d o d{()
- i z ks' kkyk



; gk vki dh I fo/kk gqfHuu Lrj ij nh tkuh okyh I okvkd dh I nHk rkydk uhsn xbz g%

Lrj	Tərkku	I ok, i
xte Lrj	vlauckMk dñnz	i jd i kskgkj] i dñ i kskkd f'k(k) vhdkj. k i ksk.k ,oa LokLF; f'k(k) LokLF; tñp] i nñkz I ok vkf'kd M&ds j N'k'kq xg½
	mi dñnz	ekr LokLF; &i i o i dñ nñkky] i l o ds nñgku i l okkj nñkky] vlo'; d uotkr nñkky] tuuh l j(kk ; kstu] i ksk.k ijke'klo jQjy cky LokLF; &Vhdkj. k foVfeu , i fjokj dY; k.k&xHuzjksdkla dks i kskl ggu o vki fir] vkbz; Mñh vdkw] vñz yxuk] LFkkbz i)fr; ka dsfy, vuprhz I ok, i) ijke'ka fd'kkj LokLF; &fd'kkj&vupdy LokLF; I gk; rk o jQjy] xHuz fujkskd o fd'kkj LokLF; I ok, i
I ðVj Lrj	i kfed LokLF; dñnz Nñ ,p-l h½	i tuu o cky LokLF; I cñk I ok, i <ul style="list-style-type: none"> <li>• I kekU; o I gk; rk i klr nkukarjg dh id fir; ka dsfy, 24 ?ñs I ok, i A</li> <li>• tfVy id fir dh vki kr fLFfr; ka dsfy, i kfed fpfdRI k, oajQjy A</li> <li>• uotkr nñkky</li> <li>• chekj cPpkad dh vki kr nñkky</li> <li>• i l okkj ,acPpkad chekj; ka dk I esdr i ñk</li> <li>• i fjokj fu; kstu dsfy, vñjky o LFkkbz i)fr; kjo mudk Qñyk&amp;vi</li> <li>• xHuz kr I ok, i</li> </ul> jk"Vñ; LokLF; dk; ðE <ul style="list-style-type: none"> <li>• vñj-Vñ-vkbz@, I -Vñ-vkbz] Vñ-ch- vñkr] eyfj; k] VñbQñM] ekbOñQyfj; k] Maxw rFkk ,p- vkbz@ dh tkpA</li> <li>• [kñ] dQ i skk] ey dh I kekU; yñ tkp</li> <li>• vñ kekU; LokLF; i fjflFfr; kao i zñk dh fLFfr eñgysLrj dh dk; bñgñA</li> <li>• LFkkbz i fjokj fu; kstu] ,e-Vñ-i h] gkbMñf y o ekfr; kfcn dsfy, fo'ksk vñjysku f'kfojA</li> <li>• vñ; qñ] ; kñ] i kdfrd fpfdRI k] ; vñkuñ] fl nñk o gñ; kññh vñk; Nñz mi pkjA</li> <li>• 'kkyk LokLF; dk; ðE eñfu; fer tkp o LokLF; dk; ðE dh I gk; rk A</li> <li>• 'kñjñfjd detkj; kñdfe; kñck Bñd I e; i j irk djuk ]'kñ vñkr bykt o jQjyA</li> <li>• i s ty tkp o 'kñ) dj.k A</li> <li>• i tuu o cky LokLF; I cñk f'kfojA</li> </ul>
[k. M Nñ Lrj	lkkenkf; d LokLF; dñnz Nñ ,p-l h½	i kfed LokLF; dñnz }jk i nku dh tkus okyh mijkDr I eLr I ok, i ,oamuds vfrfj r & <ul style="list-style-type: none"> <li>• vki kr fLFfr; kñl sñui Vñ dsfy, mi dj. kñl sñl fñt r e; e vñdkj dk vñrkyA</li> <li>• LFkkfud chekj; ka dk fo'kskKkñ }jk byktA</li> <li>• I kekU; 'kñ; i fdz k, i o vñl ku vñjyskuA</li> <li>• vñ'; d o vñkr id fir nñkky o I kekU; ,oa I gk; rk i klr id fir; ka dsfy, 24 ?ñs I ok, A</li> <li>• yñ kñdkñ h] L=h jñk o I jñfkr xHuz kr I ok, A</li> <li>• vñj-Vñ-vkbz@, I -Vñ-vkbz dsfy, ijke'klo byktA</li> <li>• jDr cñd dh I qñ/kk, ]</li> <li>• i s ty L=kñkñ dh tkp o I QkbA</li> <li>• egkekj; kñ o i zñk ka dks jñdus dsfy, i cñkA</li> </ul>
ftyk Lrj	ftyk fpfdRI ky;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• mijkDr I eLr I ok, i</li> <li>• vñkñdud I kñku o fo'ksk }jk I ok, i</li> <li>• vñkrñkyhu I ok, i</li> </ul>

## 15 Tkuuu I j{kk ; kstuk

jk"Vh; xkeh.k LokLF; ds rgr ekrRo grq Tkuuu I j{kk ; kstuk xHbrh efgylvla dls ykHflor djus ds fy, pykbz tk jgh gA ; g ; kstuk jk"Vh; ekrRo ykH ; kstuk dk I akf/kr : lk gA bl ; kstuk ds rgr I LFkxr iz o glos ij iz rkvla dls iz o ds nk'ku , oa iz okkj n[dkky grq vfkfId l gk; rk mi YC/k djk; h tkrh gA ; g ; kstuk 'kr-ifr'kr d[lnz I jdkj I siz kstr gA

; kstuk ds mnS ; %&

- 1- Ekr ek; &nj ,oaf'k'kqeR; &nj eadeh ykukA
- 2- I LFkxr iz o d[lnz I f; k e[of) djukA

bl ; kstuk ds vlrxi vkk l g; kfxu; lk dh egroiwkHfedk g[ tks I LFku , oa iz rk ds chp e/; LFrk dk dk; Zdjrh gA

Tkuuh I j{kk ; kstuk ds vlrxi vkk&l g; kfxu; dh Hfedk%&

- vi us {k= dh 'kr~ifr'kr xHbrh efgylvla dh i gpk; dj ; kstuk dk ykH fnyokus grq iz o iz iath; u ,oats, I -okbj tPpk&cPpk dkMz cuokus esl g; lk djukA
- xHbrh efgylvla dls iz o iz 3 ckj tlp] fVvud ds Vhds yxokus ,oa vkl; ju Qkfyd ,f M xlky; ka mi yC/k djokus esl g; lk djukA
- xHbrh efgylvla dls I jdkj I LFk vFkok ekU; rk i klr futh fpfdRI ky; es iz o djkus grq ifjr djukA
- I LFkxr iz o djkus grq I jdkj I LFk vFkok ekU; rk i klr futh fpfdRI ky; dls fpflgr djus esl g; lk djukA
- vko'; drk i Mus i j Qjy fpfdRI ky; ds ckjs es vko'; d tkudkj h mi YC/k djukA
- iz rk dls iz o grq fpflgr I LFk ij ys tkus esl g; lk djuk rFkk I LFk ij iz okjklr iz rk dks fMLpktZ fd, tkus rd I LFk ij jgdj vko'; d l g; lk djukA
- iz o mijklr uotkr f'k'kq dks iz o ds rjU ckn ekrk dk nk' fi ykus grq ifjr djuk o 0&6 ekg rd f'k'kq dks fl QZ ek dk nk' gh fi ykus dh ijke'k nk' rFkk i fjokj dY; k. k ds I kuku dls mi ; lk grq ifjr djukA
- uotkr f'k'kq dks Vhdkdj .k djokus esl g; lk djukA
- cPps ds tUe ,oa ekrk o cPps dh er; q dh I puk I Ecfl/kr iz kfodk o fpfdRI k vf/kdkj h dls mi yC/k djukA
- iz okjklr 7 fnol ds vlnj ekrk ds LokLF; dh tkudkj h i klr djuk o vko'; drkut kj l g; lk djukA

xHbrh efgylvla dls I jdkj I LFku vFkok i atkdr futh I LFku es iz okjklr l gk; rk i Sdt%&

Øta	{k= dk uke	Ekrk grq l gk; rk jkf'k	vk'kk&l g; kfxu; grq i Sdt % Qjy i fjogu jkf'k \$ i klg u jkf'k	dy jkf'k
1-	Xkeh.k {k= es	1400@&	600@&(400/- + 200/-)	2000@&
2-	'kgjh {k= es	1000@&	200@&	1200@&



Tkuuu I j{kk ; kstuk I syHfor iz rk

## ukv%

- eW; rk ikr futh lEkkua ij id o fd;s tkus ij id rk dks Tkuuh Ij{kk ; kstuk ds vUrXr fu/kkjr I gk; rk jkf'k m iYk/c djk; h tkrh gA i jUrqeW; rk ikr futh fpfdRI ky; grqfu/kkjr 'kA tek djuk gk gk gk eW; rk ikr futh lEkkua ij id o fd;s tkus ij vk'kk&l g; kfxuh dks ikr lgu jkf'k ns ugha gA
- I jdkjh lEkkua ij I keW; oMZealkrh xHkrh efgylkvla dks gh Tkuuh Ij{kk ; kstuk dk ykk ns gkxKA
- ?kjywi d o dk foWk; ykk 500@& : i;s xkeh.k ,oa'kgjh {k= es doy chih,y- dMzkkjh id rkvla dks gh ns gA

chi h, y i fjokj dh id rkvla dks id o iWz,-, u-I h jftLVs ku id o ds 12 I Irkg rd fd; k tkdj vyx I s I ph cuk; h tkrh gS o id o ds 8&12 I Irkg iWz 500@& : i;s dh jkf'k dk Hkrku I qf'pr fd; k tkrk gS rFk lEkkxr id o gkus ij chi h, y i fjokj dh efgylkvla dks Tkuuh Ij{kk ; kstuk ds vUrXr Hkrku dh tkus okyh dly jkf'k ea I s 500@& : i;s dh jkf'k de dj 'k k jkf'k dk Hkrku fd; k tkrk gS A ftI dh fteenkjh I Ecfl/kr {k= dh vk'kk&l g; kfxuh i kr kfodk , oa I DVj iEfed LokLF; dWnz ds iHkjh dh gkrh gA bI dk I e; & e; ij [k.M e[; fpfdRI k ,oa LokLF; vf/kdkjh ,oa ftyk Lrjh; vf/kdkfj; k }jk fuj h k.k fd; k tkdj id o iWz 500@& : i;s dh jkf'k dk Hkrku I qf'pr fd; k tkrk gA

- Xkeh.k {k= ea I Hkh oxid dh id rkvla dks jQjy i fjogu I fo/kk mi yC/k djk; h tkrh gA vk'kk&l g; kfxuh id o iWz@id odky@i kr okkj I ok ns ds I krk jQjy i fjogu I fo/kk dk vfxe : i I s iC/k djkrh gA ftI ds fy, 600@& : i;s dk ikr/ku ; kstuk ea fd; k x; k gA ; g jkf'k nks fd'rka ea ns gA iEke fd'r 500@& : i;s (400@& i fjogu ,oa 100@&i kr kgu jkf'k ) id okkjkr lEkk iHkjh }jk mi yC/k djk; h tkrh gA nLjh fd'r 100@& : i;s id okkj I ok; a ,oa uotkr f'k'kq dks Mhi Vh ds rhu Vhds 14 I Irkg rd yxokus ij I Ecfl/kr {k= dh id kfodk vfkok fpfdRI k vf/kdkjh iHkjh }jk mi yC/k djk; h tkrh gA
- vk'kk&l g; kfxuh; k dks 'kgjh {k= ea iEke fd'r 100@&: i;s id okkj gku jkf'k id okkj lEkk ij gh ns gkrh gA rFk nLjh fd'r dk Hkrku 100@& : i;s id okkj I ok; a ,oa uotkr f'k'kq dks 14 I Irkg rd Mhi Vh ds rhu Vhds yxk; s tkus ij I Ecfl/kr id kfodk vfkok fpfdRI k vf/kdkjh I s id r dj I drh gA
- fdI h dkj.ko'k xkeh.k {k= dh id rk ds I krk vk'kk&l g; kfxuh ugha vkus dh fLFkfr ea; fn id rk I h/s gh id o grqI jdkjh lEkk ij pyh tkrh gS rks Hkrku id rk dks 300@& : i;s dh jkf'k i fjogu I fo/kk ds : lk ea vyx I s lEkk iHkjh }jk mi yC/k djk; h tkrh gA
- Tkuuh Ij{kk ; kstuk dk ykk id rkvla ,oa vk'kk&l g; kfxuh; k dks pS }jk i nku fd; k tkrk gA
- Tkuuh Ij{kk ; kstuk ds vUrXr rRdky Hkrku dh 0; oLFk jkT; I jdkjh }jk I Hkh LokLF; dWnz ij dj nh x; h gA vr% id rkvla dks id okkjkr lEkk ij gh fMLpktZ iWz pS }jk Hkrku tkrk gS vko'; drk iM us ij mi LokLF; dWnz ij vuVkbM Q.M ,o iEfed LokLF; dWnz@l keqkf; d LokLF; dWnz@ftyk vLirkyk ea eMdy f jyQ I lk k; Vh ea mi yC/k jkf'k dk mi ; kx fd; k tk I drk gS ftI dk ikpHkj. k ftyk LokLF; I fefr }jk fd; k tk; skA
- I jdkjh lEkkua ,oa eW; rk ikr futh fpfdRI ky; k i j id okkjkr id rkvla ds 24 ?k/s Bgjko I qf'pr fd; k tk jgk gS rkdI ikrkjkr gk us okyh tVyrkvla dks mi pkj I e; ij fd; k tk I ds ,oa fMLpktZ I s iWz pS }jk Hkrku fd; k tuk I qf'pr fd; k tk jgk gA
- eW; rk ikr futh fpfdRI ky; k i j gk us okyh id okkjkr I Ecfl/kr {k= dh id kfodk ds ek/; e I s utnhd ds iEfed LokLF; dWnz@l keqkf iEfed LokLF; dWnz@l keqkf; d LokLF; dWnz ds iHkjh ; k }jk fd; k tk rk gA Hkrku dh jkf'k pS }jk doy id rkvla dks gh i nku dh tkrk gS ,oa Hkrku dh I eLR ftEenkjh I Ecfl/kr {k= ds Cyk k e[; fpfdRI k ,oa LokLF; vf/kdkjh dh gkrh gA

- Tkuuh I j{kk ; kstuk ds Hkxrku dk bUnkt Tkuuh I j{kk ; kstuk jftLVj] rFk Hkrh fvfdV eafd; k tkdj dsk cpl eafd; k tkrk g&
- eW; rk ikr futh fpfdRI ky; izvkvla l s l kekl; id o gkus ij 500@& : i ; s dh jkf'k , oa id o ds nkyku tVyrk gkus vFok fl t fj; u vWjsku }kj k id o djkus ij vf/kdre 1500@& : i ; srd dh jkf'k ikr dj l drs g&

#### 16- vkk&l g; kxuh ij d&ifrifrzjkf'k

vk'kk&l g; kxuh dks ekfl d ekuns ] fd; s gys dk; Z ds vkkij ij fofHju i fj; kstukvka l s ns glosA  
 vk'kk&l g; kxuh dh ifrifrz@ijd jkf'k ds l cak eajkT; Lrj ij Wnukd 13-10-08½ egRoiwl fu.k fy; k x; k g§ ft l ds vuq kj vkk&l g; kxuh dks vc mudh fofHju ekfl d fu; fer xfrfot/k; kgry, d egr jkf'k mi yC/k gks l dskhA ; g jkf'k vkk&l g; kxuh dh iFfed LokLF; dñnz ij vk; kftr gkus okys ekfl d cBd eans glosA bl h cBd eamllgaefgyk, oacky fodkl }kj k ns ekuns dk Hkh Hkxrku fd; k tk, xkA  
 bl idkj iFfed LokLF; dñnz Lrj ij vkk&l g; kxuh ds dk; Z dh lehkk , oa miFLFkfr iek.khdj.k ds lk'pkrgy efgyk cky fodkl dsev; e l s : i ; s 500@& jkf'k dk muds [krs eaqLrkrj.k fd; k tk; xk , oa 450@& jk'Vt; xeh.k LokLF; fe'ku ds vllrxz fpfdRI k vf/kdjh iHkjh iFfed LokLF; dñnz }kj k psl ds elv; e l s ns glosA

, d egr ekfl d ekuns okyh xfrfot/k; k	jkf'k
vk'kk&l g; kxuh ekfl d cBd	100 : i ; s
I ksky elcykbitj] ekr f'k'q LokLF; , oa i k. k fnoI grq	150 : i ; s
xeh.k LokLF; , oa LoPNrk deh cBd cykus grq i frekg , d cBd yuohu xfrfot/k	100 : i ; s
fd'kjh ckfydkvkgry i jke'k l = dk vk; kstu i frekg nksckj yuohu xfrfot/k	100 : i ; s
dy we'ku }kj k ns jkf'k	450 : i ; s
efgyk cky fodkl fofHkx }kj k i frekg ns jkf'k ¼ g jkf'k iFfed LokLF; dñnz ij vkk&l g; kxuh cBd eamifLFkfr gkus ij dk; Z dh lehkk ds vkk&l ij gh ns glosA	500 : i ; s
dy	950 : i ; s

mijkDr ekfl d Hkxrku ds vfrfjDr efgyk ul cny i q "k ul cny tuuh I j{kk ; kstuk elsr; kfan vWjsku] if'k(k. k) 'kloky; ] fuelk , oa l epk; dh iFfed fpfdRI k grq fu/wj r jkf'k iobr ns glosA ft l dk fooj.k bl idkj g&



SIHFW: ISO: 9001:2008 Certified institution

Ø-l a	dk; l	ij d@ifrifirZjkf'k	jkf'k dc ns gksxh	dgk; l s ns gksxhA	fdl ds }jkj ns gksxh
1	efgyk ul cLnh dsfy, ijd	150@& : - ifr ul cLnh	ul cLnh ds 48 ?kVsckn	tgk; ul cLnh dh xbz gA	fpcfRI k vf/kdkjh
2	iq "k ul cLnh dsfy, ijd	200@& : - ifr ul cLnh	ul cLnh ds 48 ?kVsckn	tgk; ul cLnh dh xbz gA	fpcfRI k vf/kdkjh
3	tuuh I j{kk ; kstuk ds vLrxr xLkbh efgyk dks LdkLF; I dkfkk lkj ijo ds fy, ydj tkus ds fy, ijd jkf'kA	xteh.k {ks ea 600@& : - ifr ijo ybl jkf'k a ijo ds fy, efgyk dks I dkfkk ij ydj tkus ds fy, ifjogu 0; ; Hkh 'kkfey gA 'kgjh {ks ea 200@& : - ftl ea ifjogu ds fy; sjkf'k l feefyr ugh gA	xteh.k {ks ea 500@& : - ijk r ds I dkfkkxr ijo ds i'pkr rFkk 100@& : - MhihVh ds 3 VhckA ds i'pkr~ ekr~ f'k'kqLokLF; fnol ija 'kgjh {ks ea 100@& : - I dkfkk ij rFkk 'kS 100@& : - MhihVh ds 3 VhckA ds i'pkr~ ekr~, oaf'k'kqLokLF; fnol ija	vLirky tgk; ij ijo gk; -, u, e }jkj	<ul style="list-style-type: none"> <li>I dkfkk ij fpcfRI k vf/kdkjh i Hkkjh }jkj rFkk f}rh; fd'r , u, e }jkj tgk; ykkkFhZ ijk r ds iatk; u fd; k x; k gA</li> </ul>
5	I jdkjh ,oa sutu vLirky ea ekfr; kfcln chekjh xfl r 0; fdk dks vLwjsku djus ds fy, ydj tkus ij ifrifirA	175@& : - ; g jkf'k xj&l jdkjh I dkfkkvka ds dki eogkusokys vLwjsku ij ns ugh gA	vLwjsku ds rjUr i'pkr-	m h vLirky l s tgk; ekfr; kfcln dk vLwjsku fd; k x; k gA	<ul style="list-style-type: none"> <li>fpcfRI k vf/kdkjh i Hkkjh }jkj , e vLj- , l - l s ns gA</li> </ul>
6	MWt dh nokbZ k ejht dks fn'kk funkkuj kj mi yC/k djus ds fy,	250 @& : - ifr Vh-ch ejht bykt iwk gks ds lk'pkr~	bykt iwk gks ij , -, u, e ds iek.khdj.k ds i'pkr~	I EcfUkr i kfed LokLF; dñz ij vk; kftr ekfI d @f}ekfI d cBd eA	<ul style="list-style-type: none"> <li>fpcfRI k vf/kdkjh i Hkkjh }jkj ns gA</li> </ul>
7	if'k(k.k ea i feefyr gks grg ifr fnu ikr gks okyh ifrifirZ jf'kA	100 @& : - ifr fnu	if'k(k.k ds vLtre fnu?k tkus l s nZ	if'k(k.k Lkky ij	<ul style="list-style-type: none"> <li>vL; ksd I dkfkk }jkj@fpcfRI k vf/kdkjh i Hkkjh i kfed fpcfRI k dñz }jkj</li> </ul>
9	?jyw 'kkpky; cokus ds fy, ijd jkf'k A	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 30 @&amp; : - xjch j{kk ds Aij ds ifjokj ds fy, ifr 'kkpky;</li> <li>• 20@&amp; : - xjch j{kk ds uhps ds ifjokj ds fy, ifr 'kkpky;</li> <li>• 10@&amp; : - ifr ekg ; fn ifjokj 6 ekg rd 'kkpky; dk i kx djrk gA</li> </ul>	tkc 'kkpky; cokus dk dk; Ziwk gks tk, rFkk mi ; kx 'kq gks tk,	I Eiwk LoPNrk dk; Zde Vh- , l - l h- en l s	<ul style="list-style-type: none"> <li>et; fpcfRI k , oa LokLF; vf/kdkjh vi usftys ea l Ei wk LoPNrk dk; Zde ds i Hkkjh vf/kdkjh l s l Ei dz dj ijd jkf'k vkk&amp;l g; kxuh dks nuk l quf'pr dja</li> </ul>
10	I epk; l si kfed bykt ds fy; s	5@& : - ifr 0; fDr	nokbZ ns ds i'pkr~	ifjokj }jkj ns	

bl i dkj ekg ea 450@&: - \$+500@&: - ds vfrfjDr vLk k&l g; kxuh ifrekf fofklu fu/wjx xfrfok; k ea ifr d yxhx 1380@&: vftl dj l drh gA

v/; k; 2

i fjokj fu; kstu

i tuu LokLF; j.kulfr ds vuq kj ,d nEifyk dk ;g vf/kdkj gSfd mlsml dh bPNkdj kj cPps dh ikflr gksu fd vupkgA nEifrr dh vius i fjokj ds ft l e foock, a cPpk dk tle ] mudh I q; k cPpk ds tle vUrjky ,a i fjokj ijk gksu ij tle fu; U=k grq mik; tgs egnis i fjokj fu; kstu ds iek fclnq gSA vkkk I g; kxuh dk , d iek dk; Zvi us {k ds ; k; nEifuk; k dks i fjokj fu; kstu I Ecl/kh ekeyka ea fu. k djus es mlgs enn djuk gA

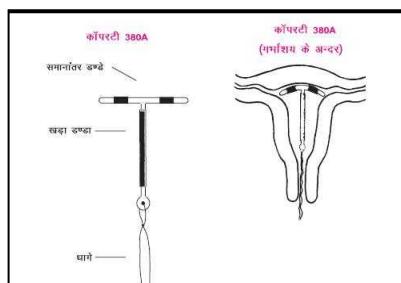


i jke'kz I = ds nqku] vkkk ; g I qf'pr djaf d mudk DylkbUV ¼ okFkZ mudh Lo; a dh xHk fujk k I ck 0; ogkj] cPps i hik djsurFk vUrjky vkn fo;k; ij Lor : i I } I kp I e> dj fu. k yA

i jke'kz I Ecl/kh Kku , oadkky ds fy; sbl h i lrdk dk v/; k; 14 nqkA

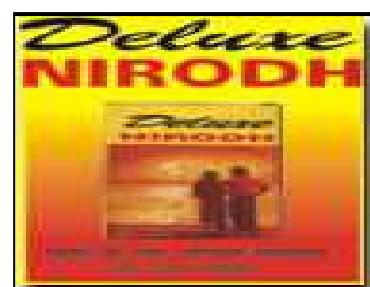
xHk fujk k dh fof/k; k &  
i pfyr vUrjky fof/k; k fuEu i dkj gA ;s og fof/k; k gftuds i z kx I svokNir xHk dks j kdk tk I drk gA blqaeq; r q ij nks HkxkseckVk tk I drk gS & vUrjky fof/k rFk LFkkbZ fof/kA

vUrjky@vLFkkbZ fof/k



vkkz; Mh ½dki j Vh

gkekju jfgr xHk fujk kdk xkfy; k & I sV0keu



bUtvay ¼ bZoky xHk fujk kdk

voj k k fof/k ¼ q "k fujk k k

LFkkbZ I kku@fofk

- • iq "k ul cUnh
- • efgyk ul cUnh

vLFkbz | l/ku@fof/k

[lkus dh xHk fujksd xkyh

[lkus dh xHk fujksd xkyh; k vLFkbz xHk fujksd dk , d 0; kid : i ls ipfyr] fo'ol uh; de [kph@l Lrh] l jf{kr rFkk iHkoh l lku ftl dk rc rd fu; fer mi; kx vko'; d g§ tc rd vki cPpk u pkgaA

dk; Z djus dh fØ; kfot/k rFkk iHkoh' khyrk & ; g 99.97 ifr'kr ls 99.99 ifr'kr rFkk iHkodkj h gk h gA l kekU; : i ls iz kx djus ij bl dh vI Qyrk dh nj 0.3 ifr'kr rFkk l gh , oafu; fer iz kx djus ij bl dh vI Qyrk nj 0.1 ifr'kr gk h gA

bl ds dk; Z djus dh fØ; k & fof/k fuEu g§&

; g efgyk ds vlnj i; s tkus okys gk h i j ncko cukdj v. Ms dks Nwus l sjkdrh gA  
v. Ms ds l fØ; gk h i j Hk ; g efgyk ds vLFkbz rN i j iztuu dsfy, vui; Dr cuk ns h gA

- l bdy E; dl esifjorl ykdj 'kpk. kq ds fy, ifrdiy i fLFLfr; k mRi lu dj ns h gA

LokLF; l cdkh e[; yHk

- xHkobLFk dh jkdkk rFkk , DVksi d 1/xHk k; ls ckj xHk Bgjukh xHkobLFk dks jkdrh gA
- ekgokjh pØ dks l pk: cukrh gA ekgokjh dsnqku jDrLrk dks nq Lr dj jDrvYirk dks Bhd djrh gA
- ekgokjh dsnqku jDr Lrk dks l pk: cukdj ekgokjh pØ dks fu; fer djrh gA
- dN i dkj ds dN j l scpk A
- , MkefV y rFkk v. M'k; ds dN j l scpk djk gA
- dN j dN jkxk tS s dN Lru jkxk l scpk djk gA
- i Mw l cdkh jkxk l scpk A xHk k; l cdkh fl "V dscuuus l scpk djk gA
- os efgyk, s tks veku ktej tkuofy k ds fudV g§ rFkk ftUgk us iDZ ea xHk fujksd xkyf; kdk l ou fd; k gsmudh gFM; k es [kut dh ek=k ea deh ds [krjs l scpk djk gA
- egkl ls ea deh djrh gA dN i dkj ds xFB; k jkx l s Hk cpko djrh gA

nji Hkko

- th&fepyuk] myVh vku] Hk de yxuk bR; lfn ¼ s y{k.k vkerh l ou djus 2&3 ekg ds Hk j nj gkstkrsgA
- jDr Lrk & ; g i kst Vjku xkyf; k ds l ou ls vkerh i j gk k gA dN efgyk vka dh ekgokjh vfu; fer gkstkrh gA
- Lruk esifjorl l wtu] Hk jhi u rFkk <hyki uA bl svPNh i dkj l sfn; sx; si jk'e' rFkk Lruk dks l i kZndj nj fd; k tk l drk gA
- ; ksu l s Lrk dk gkukA Ropk i j gk h dh otg l s Hk jk ds pdrs v k tkukA otu dk c<ukA
- egkl s rFkk Ropk esifjorl; i ua

[lkus dh xHk fujksd xkyf; kdk l ou djus okyh efgyk vka dh tpo@L0hfux grqfun gk %&

[lkus dh xHk fujksd xkyf; k fuEu ds vylok l Hk efgyk vka dks nh tk l drh g§&

1- xHkobr h ½pkgs xHkobLFk dk vns k gk h gk

2- /k=h ekrk, a ½ ekg l s de%

3- 35 o"l l s vf/kd dh T; knk /ekku djus okyh efgyk, a

4- mPp jDr pki okyh efgyk, a/tudk jDrpki 140@90 l s vf/kd gk

5- oréku esifjorl; l s l acf/kr jkxh efgyk, a

6- vr; f/kd ekvli efgyk, a

xlfy; la dk l ou dc i tjk dja & ekgokjh pØ i tjk gkus ds 5 fnu l s jkst , d xlyh fu; fer l e; ij [kk,aA fd l h Hkh fnu l } c'kr fd og xHkhbrh u gkA

28 xlfy; la dk i SdV dS s iz lk dja  
efgyk dks l ykg n fd og i SdV ij fy[ks funs lk ; k i SdV ij cus  
rjh dks fu/kku dk ikyu djA xlyh l ou dk , d l e; fu/kfjr dj  
yus l s ; kn j [kkuk vkl ku gkrk gA 28 dks i SdV eavfure 7 xlfy; la ea  
gkeli u gkA ; fn og bu 7 xlfy; la ea l s dkbbZ xlyh@xlfy; kj  
yuk Hky tkh tkrh gS rks Hkh og xHkhbrh u gkA ; d l SdV  
l ektr gkus ij ntjs fnu l s gh u; s i SdV dh i gyh xlyh dk l ou  
i tjk dji nsuk pkfg,A ml s ; g Hkh crk,afd ; fn og fd l h fnu xlyh  
yuk Hky tk, rksml sD; k djuk pkfg,A



xlyh yuk Hky tkus ij ikyu fd; s tkusokysfu; e@funsk

- ; fn , d fnu xlyh yuk Hky tk, rksnq js fnu rks xlyh ya
- xlyh yus dk l e; fu/kfjr djarkfd i p%Hky u gkA xlyh fu/kfjr l e; ij gh ya
- ; fn 2 ; k vf/kd ckj xlyh Hky tk, a rksnq jk xHkZ fujkfd (fujkfd vxyl i SdV 'kq djus  
rd blreky djA rFkk xHkZ fujkfd xlfy; la Hkh ysh jgA

#### i q% | Ei dz %Follow Up%

- yHkhFkh /DykbLV% vlg xlfy; k yus dHkh Hkh vk l drsgA , s seayHkhFkh dh l gk; rk dja &
- yHkhFkh l s iNs ; fn mlgadN i Nuk gks ; k ppkZ djuh gkA
- yHkhFkh l s bI fof/k dskjseamuds vutko i NA vko'; drk i Musij ml svlg tkudkj h na  
rFkk mlgavk'olr djfd os vko'; drk i Musij npkjk Hkh vk l drh gA
- ; fn ml s ; g fof/k jkI ugha vk j gh gks rks ml s nq jh fof/k vi ukuseam dh l gk; rk dja
- ; fn ml s xHkZ fujkfd xlfy; kads l ou eadkbbZ dfBukbZ ugla gks rks ml s xlfy; kads i SdV dh  
vki rZ djA vxyl vko'; drk l s igysgh vki mul s nqkj k feyus dk lyku cuk ya

l kdk; ntiHkkko rFkk mudk l ek/ku

dN mi ; lkcdYHkh dks fuEu dfBukbZ k gks l drh gS &

- jDr Lrk eacnyko ftue 'kkfey gS &
- jDr Lrk eadeh rFkk de fnuksd fy, jDr Lrk
- vfu; fer jDr Lrk
- : d&: d ds jDr Lrk gkuk
  - elfl d ekgokjh@jDr Lrk u gkuk
- l jnnZ
- pDdj vkk
- feryh vkk
- Lruk eaf' kfkyrk
- otu eafiforZ ( em @; ogkj@ eafiforZ
- egk s/c<ek ; k fodr gkuk

vU; l EHkkfor 'kkfjd iforZ

jDr pki eadN c<ekjh gkukA xHkZ fujkfd xlyh ds l ou l s ; fn jDr pki c<usyxrk gS rks xlyh  
ds l ou cIn djrs gh ; g rRdky Bhd Hkh gks tkrk gA

## I ek/kku

; g dkbz t: jh ughagS fd mDr I el; k, j@nji Hko xlyh ds l ou I s gh jgs gA nji Hko I s efgyk dh I nfV rFkk mi; kx ij foijhr i Hko i Mfk gA , sh fLFkfr eavk& I g; kfxuh dls xlyh ds mu ij vko'; d : i I s xkj djuk pkfg, A ; fn dkbz yHkFkZ vi uh I el; k crkrh gS rks mI s xkj i Dd I us rnuq i I ykg na rFkk I Hko gks rks mI dk mi pkj djA

yHkFkZ dls xly; k ds irfnu l ou dls fy, mRI kfgr djapkgamI s mul s dfBukbz gh D; k u gks j gh gA ; fn efgyk xlyh ysk cln dj nsxh rks mI ds xHbrh gksu dh I Hkouk c<+ tk, xh rFkk , sh gksu ij nji Hko vlg c<+ tk; & abz nji Hko rks xlyh l ou dh vof/k ds I kFk& I Fk I ekir gks pyps tkrs gA ; fn fdI h efgyk dls fQj Hkh dfBukbz gkrh gS rks mI s de I s de 3 elg dls fy, nlijs izdkj dh xHkZ fujkld xlyh [kkus dls nA ; fn fQj Hkh fnDdr gks rks mI s xHkZ fujkld dh nlijh fof/k; k vi ukus dh I ykg nA

## I HVOkeu ½ gyh½

LVj HBM jfgr] VR; f/kd i Hkoj I jf{kr rFkk i z kx ea vkl ku [kkus okyh xHkZ fujkld xlyhA bI dls nji Hko dkQh de gS tcfd bl ea nkuk bl Vlstu rFkk i kstL Vu I fefyr gA v.Mk'k; I s I cfu/kr jkx] yhoj rFkk xps dh chelkj; k rFkk Vh-ch jkx; k dls bl dk l ou ughadjuduk pkfg, A



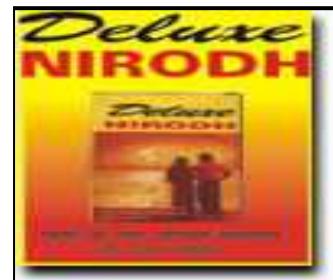
dI s i z kx dj&

'kq vkr ds rhu eghukseabl sI lrg eankckj rFkk ckn ea lrg es, d ckj l ou djuk pkfg, A

i q "k fujkld ½ dMke½

I jf{kr] vkl ku] I jy ijUrq VR; f/kd i Hkoj fof/kA ; g rhu izdkj I s I jf{kk inku djrk gS&

- vof/Nr xHkZ kjk .k I s
- ; k u I pkfjr jkxka l s
- , p-vkbzoh I Øe.k I s



yHk &

iR; dI ckj fujkld ds fu; fer vks I gh i z kx I s ; g ; k u I pkfjr jkxka ½ p-vkbzoh I fgr½ ds I kFk& I Fk xHkZ L Fk I s cpko djrk gA vkl ku I s mi yC/k I Lrk , oa I jf{kr I k/ku gA i d o ds rRdky ckn I s gh bl dk i z kx fd; k tk I drk gA I jf{kr gS rFkk bl ds i z kx I s dkbz Hkh gkeliYI nji Hko ugha gks gA , DVksi d xHkZ L Fk I s cpko djrk gA bl dk i z kx fdI h Hkh I e; jkxk tk I drk gAbI s I Hkx ds I e; gh i z kx djuk gkrk gS vr% xlyh ysk Hkys tS k dkbz >AV ugha gkrk gA bl s I Fk ea j [kuk vkl ku gkrk gS rkfd fdI h Hkh I e; I Hkx fd; s tkus ij bl dk i z kx fd; k tk I dA fdI h Hkh vks q ds i q "k k }jk k i z kx fd; k tk I drk gA fcuk fdI h LokLF; dk; dRk dh I ykg ds bl dk mi; kx fd; k tk I drk gA bl ds yus rFkk [kjhus ea vkl ku gkrh gS D; k d ik; % I Hkh txg mi yC/k gkrk gA bl ds i z kx I s xHkZ L Fk rFkk ; k u I pkfjr I Øe.k nkuk I s cpko dj I drs gA

I hek, a&

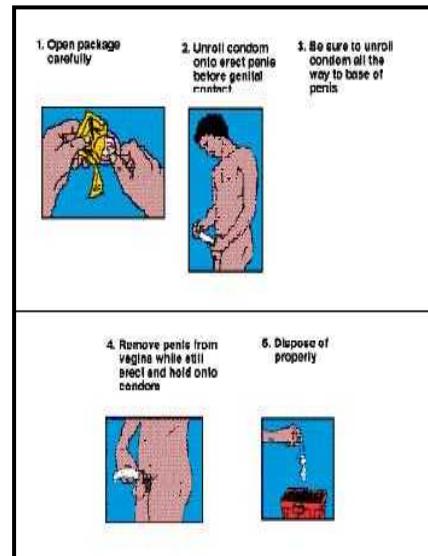
fujkld ds fuelkZ ea i z kx vks okys jcM+ rFkk fpdukZ I s mu ykxka dls [ktyh dh f' kdk; r gks I drh gS ftUga jcM+; k fpdukZ I s , ytk gkrh gA I Hkx I s rRdky igysbl smYkstr fyk dsfy, I e; fudkyuk i Mfk gA

I **likx** ds **nl̄ku** fujlk dls QVus ; k fudyus dh **Hkh** FkM cgr I **likouk, ajgrh gA** ; fn bI s Bhd i dkj I s ughaj [kk tk; s rks bl dls de tkg i Mus ; k QVus dh I **likouk, ac+ tkrh gA**

fujlk dk i z lk dls sdja &

ydM dls fyak ekMy dls }jk vki ykhkfk dls ; g I e>k I drs gfd fdI i dkj fujlk yxk; k o mrkj k tk gA

- fujlk dls I **likx** I s Bhd i gysmYktr fyak ij gh yxkuk pkfg, A
- dMke dls i dM dls fdulkj I s i dM rFk dMke dls I ko/kkuh i wd fudkyA; ku jgsfd fudkyrs oDr fujlk eauk[ku uk yxkA
- fujlk dls Aijh **likx** dls nls vxfy; k I s idM rfd ml dls vnj dh gok ckgj fudy I dA
- bl dscn bl smYktr fyak ij j[krFk mI suhps dh rjQ I jdk; A fujlk vkl kuh I s I jduk pkfg, A ; fn , k ugha gk gS rks bl s oki l mrkj A ; fn , d I s vf/kd dMke fujlk mI I e; mi yC/k gk rks bl fujlk dls Qd na rFk u; sfujlk dk i z lk dja
- T; knkYkj fujlk fpdukB ; Dr gk gS vr% mues vfrfjDr fpdukB yxkus dh vko'; drk ughgA
- I **likx** @L[kyu dscn fujlk dls uhps dh fjk dls i dM ysk pkfg, rkfd ; s ugh fQI yxkA iq "k dks i jh rjg Ly[ku I s i wZ gh fyak ; kfu I s ckgj fudky ysk pkfg, A
- I **likx** dscn fujlk dls ; kfu I s njj gh j[kr gq bl s fyak I s mrkjuk pkfg, /; ku jgsfd oh; d dh , d Hkh ckn ; kfu ij uk fxjA
- fyak I s fujlk mrkj us dscn bl s xkM+nuk pkfg, ; k qly'k dj nuk pkfg, A



fujlk dls i z lk dYk dls dc LokLF; i nkrk dls fn[likuk pkfg, & DylbUV dls I e>k; a fd ml s rFk mI dls ; kfu I kfkh dls fuEu I eL; k, gk us ij LokLF; i nkrk I s I Ei dZ djuk pkfg, &

- ; kfu I pkfjr jkx dsy{k.k gk us ij
- fujlk dls i z lk I s , ythz/[ktyh] nkus rFk tyu vlfn% gk us ij

nckjk fn[likus dsvl; fof'k'V dkj .k &

- vlg vf/kd fujlk dh vko'; drk
- fujlk dls i z lk I s vsl rV
- vlg fdI h Hkh i dkj I s I cdkr 'kdk ; k I eL; k

fu; fer Qlykvi dsnl̄ku DylbUV dls fuEu i dkj I senn dj &

- i N; fn DylbUV dls dkB 'kd ; k I oky gkA
- DylbUV I s fujlk dls i z lk I cdk mI dls vutloka dls i N fd og I rV gS ; k mI s dkB I eL; k rks ughgA D; k og fujlk dk i R; d dkj I gh i dkj I s i z lk dj i k jgk gS\
- ; fn fdI h DylbUV dls ; kfu I pkfjr I Oe.k ; k , p-vkbzoh dk [krjk gk rks mI dls vI rV gk us dscotm Hkh mI s fu; fer : i I s fujlk dh I ykg na mI s I e>k; a fd ; kfu I pkfjr jkx rFk , p-vkbzoh I s fl QZ fujlk dls }jk gk cpk tk I drk gA
- ; fn DylbUV I rV gS rks & mI s fujlk dls i dV na mI s /; ku fnyk; a fd ; fn mI s ; k mI dls ; kfu I kfkh dls ; kfu I pkfjr jkx dls dkB y{k.k gk ; k os fujlk dls i z lk I s vI rV gk rks os rRdky iq% vldj dsefyA mI s /; ku fnyk; a fd ; fn mlgd dkB 'kd ; k I oky gk rks os dHkh Hkh vldj fey I drsgA

fuj<sup>kk</sup> dks fd l i dkj l s j [kk tk; s &

uhps fn; s x; s l pko l s fuj<sup>kk</sup> ds QVus ; k [kjkc gk<sup>us</sup> dh l Hkkouk, a l ekir gks tkh g &

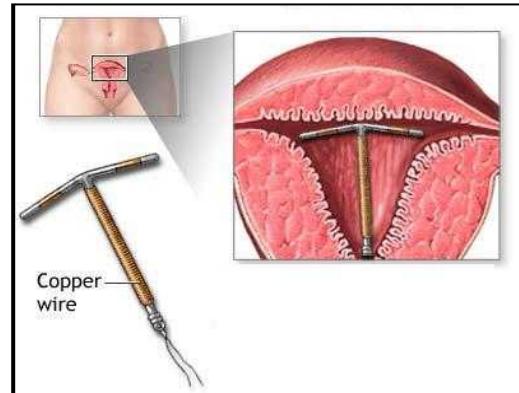
- fuj<sup>kk</sup> dks BMs rFkk fcuk i dk' k okys LFkk u j j [kA
- fuj<sup>kk</sup> ds i z kx ds l e; l ko/kkuh cjr rFkk uk[kuka l scpk; A
- fuj<sup>kk</sup> ds i z kx djus l s i gys gh ml suk [kya A

efgykvka ds fy, rkex ; Dr bUVk; whu xHk fuj<sup>kk</sup> d vkbz; Mh@dkw j Vh&380%

rkez ; Dr vkbz; Mh i Hkoh yEcs l e; rd pyus okyh l fo/ktud g 10; kfd , d cjk yxokus ds ckn fd l h Hkh ph t dks ; kn j [kus dh vko'; drk ugh g & rFkk bl s fudkyus ds rjUr ckn gh xHkkj.k fd ; k tk l drk gA

i Hkohkhyrk &

; fn bl s l gh v k fu; fer : i l smi; kx es yk; s tk; srks bl dh i Hkohkhyrk bUtvocy] rFkk efgyk rFkk i q "k ul cnh ds l ed{k gA vc rks 10 o"kZ rd dh vof/k dh dkWj Vh mi yC/k gA



dk; l djus dh fØ; kfok/k &

rkez ; Dr vkbz; Mh e[ ; r; k 'kOk. kq rFkk v. Ms dks feyus l s jkdus dk dk; l djrh gA vkbz; Mh 'kOk. kq dks efgyk ds i tuu elxz l s vnj tkus l s jkdrh gS rFkk bl h i dkj v. Ms dks i tuu elxz l s ckgj vkus l s jkdrh gS rkfd v. Ms v k 'kOk. kq dk feyu uk g l dA

nji Hkoh , oa LokLF; l cdkh yHk [krjs rFkk tfVyrk, &

dN mi; kx dYk jDr Lrko esfuEu cnyko dh f'kdk; r djrs g & fo'k'kdj i fke & rhu l s N% eghuka e[ &

- vR; f'kd rFkk yEcs l e; rd ekf l d jDr Lrko
- vfu; fer jDr Lrko
- ekgokjh ds nkku nnz rFkk f[ kpo es vf/kdrk

LokLF; l cdkh yHk@Qk; ns &

- xHkkbLFkk ds [krjs l scpk rk gS
- xHkZk; ds d l j l s Hkh cprk rk gS

LokLF; l cdkh [krjs & , sufe; k v jDr vYi rk gS l drk gS ; fn efgyk es i gys l s gh [ku dh deh gS rFkk vkbz; Mh yxokus ds ckn vR; f'kd jDr Lrko i k jEHk gS tk; A

gfu; k &

'kq vkr ds eghuka es ekgokjh pØ es cnyko l keku; gS tks fd 3 eghuka ds ckn /kjh &/khs de gks tkrk gA yEcs l e; rd v k vR; f'kd ekgokjh gS l drh gA nks ekgokjh pØ ds chp es Hkh jDr Lrko gS l drk gA ekgokjh ds nkku vf/kd nnz rFkk f[ kpo gS l drs gA l keku; r% nks l s rhu eghus es; g fLfr l keku; gk gA

DykblV ; fn vkbz; Mh dk iż lkx ugha djuk pkgs rls og Lo; a bl s ugha fudky l drhA bl s fudkyus ds fy, if' kf(kr LokLF; dk; Zdrk dk gkuk vko'; d gA dHkh&dHkj vkbz; Mh Lor% xHkkz k; I s f[kl d dj ckgj vk tkh gS vlg efgyk dks bl dk i rk Hkh ugha pyrk ¼, l vDl j rc gkuk gS tc vkbz; Mh iż o ds rRdky ckn yxokbz tkh gA

efgyk dks l e; &l e; ij vkbz; Mh ds /kxla ds tfj; s vkbz; Mh dh fLFkr tkprsjguk plfg, A tks fd dN efgyk, i l n ugha djrhA

dkul h efgyk; a vkbz; Mh dk iż lkx dj l drh g&

- xHkh efgyk; a ¼ Hkfor rFkk fuf'pr xHkkLFkA
- os efgyk; a ftUgk, d Hkh ckgj xHkj. k ugha fd; k gA
- ftUg xHkj kr ds ckn l Øe.k gks x; k gA
- ftUg vdkj.k ; ksu l s jDr Lrku gksjgk gA
- ftUg fcuk dHl j dh l Hkkouk okyi xkB gks ; k ftUg dHl j dh l Hkkouk okyi xkB gks
- ftUg cPsnkuh dk dHl j ; k cPsnkuh dsej dk dHl j ; k xHkj k; dk dHl j gA ftuds xHkj k; e QkbcM gksft l s xHkj k; dh dsoVh e ijskuh gA
- orēku eai Mwe l tu gks
- ft l s; ksu l pkljr l Øe.k , p-vkbzoh gks dk [krjk gks ; k l Øe.k gks ¼ Fkk xkukfj; l] DykehM; k vlfnA
- ft l s i Mw; k cPsnkuh eai Vhch gA

efgyk; a vkbz; Mh dk iż lkx 'lq dj l drh g&

- • fcuk ; ksu l pkljr l Øe.k dh tkp da
- • fcuk , p-vkbzoh tkp ds
- • fcuk fd l h i dkj ds jDr tkp ; k vU; iż lkx'lyk tkp da
- • fcuk cPsnkuh dh xhok ds dHl j dh tkp da
- • fcuk Lruk dh tkp ds

vkbz; Mh dc yxok l drs g&

vk ; Mh yxokus l s iDz; g l fuf'pr fd; k tkuk vko'; d gS fd efgyk xHkh brh rks ugh gA vr% egkohj vjEhk gks ds ckn rjU ckn fd l h l e; Hkh 10 l s 12 fnuks ds Hkhrj vkbz; Mh yxok l drh gS bl fLFkr eam l s fd l h ,frgkr ds rlg ij d l h Hkh vU; xHkj fuj lk ds l k/ku ds iż lkx dh vko'; drk ugha gA

ekgokjh ds nkku vkbz; Mh yxokus ds l Hkkfor yHkk fuEu g& & xHkh brh gks dh l Hkkouk l ekir gks tkh gA vkbz; Mh yxokus eavkl ku gkuk gA

xHkj kr ds rRdky ckn ; k 12 fnuks ds Hkhrj vkbz; Mh yxokbz tk l drh gS c'kr fd efgyk dks fd l h i dkj dk dkj l Øe.k uk gA bl fLFkr eam l s ,frgkr ds rlg ij fd l h Hkh vU; xHkj fuj lk ds l k/ku ds iż lkx dh vko'; drk ugha gA

; fn xHkj kr gg 12 fnuks l s vf/kd gks x; s gka rFkk efgyk dks dkj Hkh l Øe.k uk gks rks og fd l Hkh l e; vkbz; Mh yxok l drh gS c'kr fd og xHkh brh uk gkuk gA bl fLFkr eam l s ,frgkr ds rlg ij fd l Hkh vU; xHkj fuj lk ds l k/ku ds iż lkx dh vko'; drk ugha gA

; fn efgyk dls dkbz I Øe.k gsrks ml s i gys ml I Øe.k dk blykt djokuk pkfg, bl nkjku ml s fdI h Hh vU; xHk fuj lk dls I k/ku dls i z lkx djuk pkfg, A ; fn og efgyk vkbz; Mh yxokuk pkgrh gsrks I Øe.k i wL : i l s l ekir glas dskn o vkbz; Mh yxok I drh gA

0; k[ ; k djafd vkbz; Mh dls si z lkx dh tkrh gS &

- vkbz; Mh yxokus l s 3&6 I lrkg ckn DykbUV dls I lkfQ Qkyki aja mnkj .k dls rkj ij ekgokjh dls ckn ml dls i Mw dh tkp dj ; g l quf'pr djafd vkbz; Mh vi us Lfkku ij Bhd i zlkj l s l V gsrk fdl h Hh i zlkj dk dkbz I Øe.k ugha ik; k x; k gA ; g Qkyki foftV DykbUV dls l gfy; r dsgl lc l s dHh Hh dh tk l drh gS tcf dml s ekgokjh ugha v k j gh gA bl Qkyki foftV dskn fdI h Hh foftV dh vko'; drk ugha jg tkrhA
- l quf'pr djafd efgyk ; g tkurh gks & fd ml us fdI i zlkj dh vkbz; Mh yxokbz gsrk og vkbz; Mh nskus ea dls s yxrh gA ml s dc vkbz; Mh fudyokus ; k cnyokus pkfg, Mm nkj .k dls rkj ij dWj&Vh&380 , dh vof/k 10 o"lk dh gks jgA efgyk dls crk; fd ml s vkbz; Mh fudyokus dk o"lk ; kn j [uk pkfg, A ; fn og ubz vkbz; Mh yxokuk pkgrh gsrks ml s i jku vkbz; Mh fudyokus dls rRdky ckn gh yxok ysh pkfg, A
- efgyk tc Hh fdl h LokLF; i nkrk dsl i k l tk; srks ml s v k'lk dls ; g crkuk pkfg, fd ml us vkbz; Mh yxok j [k gA

egro i wL fcduq &

- efgyk dls vkbz; Mh dls /kxk dls ckgj ugha [kpkuk pkfg, A , l k djus l s vkbz; Mh vi us Lfkku l s f[ k d l drh gA
  - i l o i 'pkri-vkbz; Mh yxokus ij vkbz; Mh dls /kxs geskk cPpnuh dsegi ds Aijh Hkx dsl i k l ugha v k i kA
  - LokLF; v k'lk dls vkbz; Mh yxokus dls ckn nqjk k tkp djokus dls l Hkfor dkj .k &
    - > ekgokjh ugha vkbz gA
    - > ; fn efgyk l kphr gS fd ml s ; k l pkfjr I Øe.k ; k , p-vkbzoh gks l drk gks
    - > vkbz; Mh dls /kxs ugha egli gks jgs gA ; k yEcs ; k Nk/s gks x; s gA
    - > ; ksu ea cPpnuh dsegi ds Aijh Hkx ij dN dBkj phit egli gks jgh gA ; g l Hkor; k vkbz; Mh dk gh dkbz Hkx gks l drk gA
    - > i V dsl fupys fgL l s ea rhoz nnz gks jgk gks fo'kdkj ml s cqk j gks ; k 2 ekgokjh pØka dsnkju jDr l ko gks jgk gA
    - > rhoz rFk yEcs l e; rd jDr l ko gks jgk gA
    - > vkbz; Mh dh l e; vof/k l ekir gks jgh gA
    - > og fdI h Hh vU; dkj .k l s vkbz; Mh fudyokus pkgrh gAml s dkbz 'kdk ; k l oky gA og i fjokj fu; kstu dk dkbz vU; l k/ku vi ukuk pkgrh gA
- vkbz; Mh yxokus dls 3&6 I lrkg dsl vnj Qkyki foftV &
- i z lkdrk l s i Nfd ml s vkbz; Mh l s l e/kr fdI h i zlkj dh dkbz l eL; k 'kdk ; k l oky rks ugha gS og l rTUV rks gA
  - ml l s i Nfd ml s jDr l ko eacnyko l s l e/kr dkbz fpark ; k l oky rks ugha gA ; fn ml s dN l eL; k gsrks ml s l eL; k dsl ek/ku ea i wL : i l senn djA

vkbz; Mh dls fudkyuk &

I keU; r; k vkbz; Mh dls l jyrk i wL LokLF; l ok i nkrk }jk fudkyuk tk l drk gA l ok i nkrk i z lkdrk l s vkbz; Mh fudyokus dkj .k i NAvkbz; Mh fudyokus dls l Hkfor dkj .k &

- DykbUV dls vujlk ij
- vkbz; Mh l s l e/kr fdI h Hh i zlkj dsl nqj Hko gksu ij

- fdl h Hkh fpfdRI dh; dkj.k ; Fkk& xHkbLFkk i Mweal vtu] xHkZ k; ea ?kko bR; kfn gkus ij
- vkbz; Mh vi us LFku lsf[kl d xbz gks
- vkbz; Mh dk iHkkoh I e; I hek I ekir gks xbz gkA
- efgyk jtkuofyK dh fLFkr ea ijp xbz gks yefgyk dks vlf[kjh ekgokjh 1 o"Z i gys vkbz gkA

egRo i wZ fcUnq &

efgyk ds }jkj vkbz; Mh fudkyus ds vujk i j fcuk njh ; k euk fd; svk'kk&l g; kfxuh dks vkbz; Mh fudyokus ds fy, LokLF; l ok i nkrk ds i kl jQj djuk pkf,] pkgs vkbz; Mh fudyokus dk dkj.k fpfdRI dh; gks ; k efgyk dh Lo; a dh bPNk ij gkA l Hkh vklk dks ; g vko'; d : i ls I e>uk pkf, fd vkbz; Mh fudyokus ; k yxokus dk fu.kj efgyk dk vi uk fu.kj gkuk pkf, rFkk bl ckcr~ml ij fd l h Hkh i dkj dk ncko ughgkuk pkf, A

; fn i z kxdrk xHkZkj.k ugh djuk pkgrh gsrksml s i p% vkbz ; Mh vFkok vU; xHkZ fujkwd dke es yus dk ijke'ZnA vkbz ; Mh fudyokus grq ifk{kr LpkLF; dk; Zdrk ls I Ei dZ djA

xHkZ fujkwd ds LFkkBZ l k/ku

i q "k ul cUnh

i fjp; &

i q "k ul cUnh fo'kwdj fcuk phj k&Vlkd dks ul cUnh] l cl s l jf{kr LFkkBZ l k/ku es l s , d rFkk l cl s iHkkoh xHkZ fujkwd dk l k/ku gkA

; g l jy rFkk Nkh l h 'kY; fØ; k }jkj fd; k tkus okyk l k/ku gft l s djus e 5&15 feuV dk l e; yxrk gkA bl 'kY; fØ; k dks djus ds fy, 'kY; fØ; k l s i gys 5&10 feuV dh r\$ kj djuh iMh gsrFkk LFkkuh; fu'psu }jkj fd; k tkrk gkA

i q "k ul cUnh ds dk; Zdjus dh fØ; kfof/k rFkk bl dh iHkkoh yxrk &

i q "k ds v.M dksk es fufr 'kOk.kpkfghu dks cUn dj fn; k tkrk gkA , k djus l s 'kOk.kq oh; Zrd ugh ijp ikrA ul cnh ds ckn Hkh i q "k es fy x mYstu rFkk oh; ZL[kyu {kerk Lokhkfodr% cuh jgrh gkA fdUrq oh; Z es 'kOk.kq u gkus ds dkj.k i q "k dh l Urku mRiu djus dh {kerk I ekir gks tkrh gkA

; g l keU; r; k i z "k }jkj i z kx es vkus okyk cgir gh iHkkoh rFkk LFkkBZmik; gkA bl fo/fk dks iHkkoh cokusdsfy, nEifkr dks ekufI d Rk gkA ij r\$ kj gkus dh vko'; drk gksh gkA ik; %efgyk, a bl Mj l sf dksk vkijsku ds ckn muds i fr dh dk; Z{kerk de gks tk, xh vi usLo; a dks vkijsku grq i gy djrh gkA tcfd ; g Li"V l e>k ysk pkf, fd L=h ul cnh dh vi{kk i q "k ul cnh vf/kd vkl ku gkA

; g /; ku j [uk vko'; d gsf d ul cUnh djus ds ckn Hkh i q "k ds oh; Z l s 'kOk.kq i jh rjg l ekir ugh gkrs bl es dN l e; yxrk gkA vr% ul cnh ds ckn i fke rhu ekg rd mls ; k l Ecl/k cukrs l e; fu;fer : i l s xHkZ fujkwd ds vU; vLFkkBZ l k/ku dk i z kx djuk vko'; d gkA

ykk &

- cgir gh iHkkoh
- LFkkBZ@, d Nk/k l k vYi l e; eafd; k x; k vkijsku vktiou l jf{kr rFkk vR; f/kd iHkkoh i fokj fu;ksu dks l qfuf pr djrk gkA

- fl ok; iEke rhu ekg ea fujlk ; k vLFkkBZ xHkZ fujlk ds vU; lku dk iz lk djuk ; kn j [kus ds vykok dN Hk ; kn j [kus dh vko' ; d ughgA
- iq "k dh l lk dh {kerkvA ij dkBZ QdZ ughA i MfkA
- bl l s vi ukus l s l lk ds nljku vkuh c<+tkrk gSD; fd xHkdh gks@djus dk Hk; ughA jgrkA
- fd l h Hk i dkj ds l ku dh vki frZ dk ; k fpfdRI k l Fkku tkus dk >>V ughA jgrkA
- fd l h Hk i dkj dk LdkF; l ck [krjk ughA jgrkAefgyk ul clnh dh ryuk ea iq "k ul clnh l kkor; k FkMh T; knk i Hkoh FkMh T; knk l jf{kr} djokus ea vkl ku] l Lrh gks gS rFk b l dh i kko'kyrk dh tkp dHk Hk dh tk l drh gA
- ; fn xHk Bajrk Hk gS rks xHkZk; ds ckgj xHk Bajus dh l Hkouk dkQh de gks gS tcfA efgyk ul clnh ea; g l kkor; k vi qkdr T; knk gks gA

gfu; k &

- 'KY; fØ; k dsckn rFk dN l e; ds fy, dN l keU; tVyrk, j gks l drh gS ; Fk &
- 2 ; k 3 fnu rd dN vI gt egl gks gA
  - v.Mdksk eannz; k l tu vku
  - 'KY; fØ; k dsckn FkMh l s l e; ds fy, cgkskh vkl drh gA

'KY; fØ; k dsckn dN vI keU; tVyrk, s &

- Vlks ds LFku ij l Øe.k ; k jDr l ko
- LdkWe ejDr ds FkDdk dk teuk
- rjUr i Hkoh ughA gksA ul clnh djokus ds de l s de rhu ekg rd ; k 'kpk. kq dh oh; Z ea l ektr gks tkus rd nEifyk dks xHkZ fujlk ds vU; vLFkkBZ l ku dk iz lk vko' ; d : i l s djuk i Mfk gA
- 'KY; fØ; k dks oki l i gys okyh fLFkfr ea yku l clnh dks oki l [kyuk dfBu] [kpkyk rFk vkl ku l smi yCk ughA gsrFk l Qyrk dh xkjUv ughA , s siq "k tks Hkfo"; ea vij cPps pkgrs gSmLg dkk nil jk xHkZ fujlk dk l ku vi ukuk pkfg, A
- , p-vkbzoh rFk vU; ; k l pkfjr l Øe.k l scpk ughA

- iq "k ul clnh dkj djok l drs gS % iq "k ul clnh djokus gq fpfdRI dh; ; Hk; rk &
- l keU; fLFkfr ea vf/kdk dk iq "k ul clnh djok l drs gA
  - ; fn fd l h DykbUV dks fuEu ea l s dkBZ l eL; k@y{k.k gks rks ml dh ul clnh djus l s i gys ml s bykt ds fy, jQj dj &
  - ; k l pkfjr l Øe.k
  - fyak ufydkj vMdksk ij l tu
  - vMdksk dh Ropk ij l Øe.k ; k xk
  - rhoz ra= l Øe.k ; k vkl dk l Øe.k %tVks UVjkbfV l gks
  - Qkbyfj; k ; k gkfkh i k jlk gks

ul clnh djus dh l jf{kr} ifØ; k ds fy, vko' ; drk, a &

ij ke' k

tks0; fDr ul clnh djuk pkgr gSmI s vko' ; d : i l s i j ke' k nsuk pkfg, ADykbUV dks mi yCk vU; i dkj ds xHkZ fujlk ds l kuka ds ckj se crkuk pkfg, A

fuEu ea l s dkBZ Hk dkj.k gks ij Qkbyfvi dj &

iEke Qkbyfvi ea % LdkF; dk; zdYkk @ vkk dks ul clnh djokus okys DykbUV l s ul clnh djokus ds 48 ?ka ds Hkhrj vo' ; feydj Qkbyfvi djuk pkfg, A

f}rh; QWYki % Vlks dVus ds 7 fnuk ds Hkhj ¼ fn i jEijkxr ul clnh dh xbZ gk DykbUV I s feydj ml ds tks Hkh l cikr l eL; k 'kd ; k l oky gsmudk l ekku djuk pkfg, A

rjh; QWYki % ul clnh djkus ds 3 ekg ds i 'pkc-DykbUV dks vi us oh; Z dh tkp djokuh pkfg, rkfd ; girk py l dk fd oh; Zea'k. kmi flFkr gk ; k ughA

vki krklyhu QWYki % ul clnh djkus ds ckn dkh Hkh vki krklyhu QWYki fd; k tk l drk gk ; fn fuEu ea l s dkbz y{k. k ; k l eL; k gks &

DykbUV dh iRuh dks l e; ij , d egkokjh ughavkbZ gk ; k ml s yxrk gk fd og xHkhri gk

; fn DykbUV dks ul clnh l s l cikr dkbz l eL; k 'kd ; k l oky gk

ul clnh djkus ds ckn 4 l Irkg] rd fo'kldj i fke l Irkg ea ; fn DykbUV dks rst cr[kj gk 1/88 fMxh l Vhxm l s vf/kd/ADykbUV dks ul i Dpj ds LFku ij jDr l ko gk jgk gk ; k eokn i M+x; k gk nnz gk jgk gk tyu gk jgk gk l tu gk jgk gk ; k LFku yky gk x; k gk tks fd c<rk gh tk jgk gk ¼ s l Øe.k ds y{k. k gk; fn DykbUV rRdky ml fpfdRI k l LFku ij ughA tk l drk tgl ml us ul clnh djkbZ Fkh rks og fd l h Hkh fudV ds fpfdRI k clnh ; k MvVj dks fn[kk l drk gk

efgyk ul clnh

efgyk ul clnh l cl s l jf{kr LFkbZ l k/kuk ea l s , d gftl ds vrxr efgyk ds QSYki u ufydkvk dks 'kY; fØ; k ds }jk l cn dj fn; k tkrk gftl l sfd efgyk iztuu ughA dj l drhA

efgyk ul clnh ds dk; Zdjs dh fØ; kfof/k rFkk bl dh iHkk'khyrk &

efgyk ul clnh ea efgyk ds nkuk QSYki u ufydkvk dks fd v.Mk'k; l s xHkhZk; rd v.Ms ys tkrh gk cn dj fn; k tkrk gk , d k dj nsu l s v.Ms iq "k ds 'kØk. k l s ugha fey ikrA efgylkvka eegokjh vkk i gys dh Hkhri gh tkjh jgrk gk

; g l kew; r; k i z kx ea vkus oky cgir gh iHkkoh rFkk LFkbZ l k/ku gk ?; ku j [k adkbZ Hkh mik; 'kr i fr'kr l Qy ugh gkrs A bl s vi ukus okyh 100 efgylkvka ea l s 0.5 efgyk, a ds vki jsku vI Qy gk l dks gsvf os xHkhri gk l drh gk efgyk ul clnh dh iHkk'khyrk QSYki u V; dks fall i dkj l s cn fd; k x; k gsb l ckr ij dkQh dN fuHkj djrh gk i kVi kV e V; cy fyxsu vFkk i z o ds rjlr ckn djok, tkus okyh ul cnh vkl ku vlg iHkkoh gk gk

efgyk ul clnh rhu idkj l s dh tkrh gk

Vw cDVkeh & QSYki u ufydkvk dks vki jsku ) jk dkV dj cn dj fn; k tkrk gk  
yidki h & yidki dh l gk; rk l s Nn dj QSYki u ufydkvk dks NYyks dh enn l s cn dj

feuh yi & yidki dh l gk; rk l s Nn dj QSYki u ufydkvk dks NYyks dh enn l s cn dj fn; k tkrk gk

ykk &

- cgir gh iHkkoh
- LFkbZ, d Nk/k l j vYi l e; eafd; k x; k vWsku vktiou] i jfkr rFkk vR; f/kd iHkkoh i fjokj fu; lsku dks l fuf'pr djrk gk
- dN Hkh ; kn j [kus dh vko'; drk ughA gk
- bl l s vi ukus l s iHkkoh ds nkuk vkkun c<+tkrk gSD; fd xHkhri gk us dk Hkh; ughA jgrkA
- fd l h Hkh idkj ds l k/ku dh vki frZ dk ; k fpfdRI k l LFku tkus dk >>V ughA jgrkA
- fd l h Hkh idkj dk LokF; l ckh [krjk ughA jgrkA
- Lruiku ij fd l h Hkh idkj dk iHkkoh ughA i MvVj

- feuh yis ~~W~~ efgyk ds i~~o~~ ds rRdky ckn dh tk l drh gA
- v.Mk'k; ds d~~i~~ j l scpko djrk gA

glfu; k &

- 'kj vkr eannz glrk gS tks fd /kj&/kj's 2&3 fnuka esde gks tkrk gA
- pfd 'kj; fØ; k dh tkrh gS vr% dN fLFkfr; k ea 'kj; fØ; k dh fuEu dN tVyrk; a nkus dksfeyrh gA
  - > Vksds ds LFku ij l Øe.k ,oajDr l ko dk [krjk gks l drk gA
  - > vkrfd @Hkrjh l Øe.k ,oajDr l ko dk [krjk gks l drk gA
  - > Hkrjh vaka espl/ yxus dk [krjk gks l drk gA
  - > fu'pru ¼ usLFkfr ; k l dk l [krjk gks l drk gA
- cgf de d~~s~~ ea; fn xHkZ Bgjrk gS rks xHkZ k; l sckgj xHkZ Bgjus dh l kkouk T; knk gkrh gA
- efgyk ul clnh djkus ds fy, if' kf{kr fpfdRI dka }kj k 'kj; fØ; k djkuh iMkh gA
- ; g , p-vkbzoh l fgr vU; ; k l pkfjr l Øe.k l scpko ugh djrhA

jT; l jdkj ftyok fpfdRI dka ds iuy ny½ r\$ kj djrh gS tks fd p; fur l jdkj h fpfdRI k l LFkuka rFkk l jdkj l s l e) futhe@, u-thvls l LFkuka ij efgyk ul clnh djrs gA bu iuy@nyea l fefyr fpfdRI d gh ul clnh dj l drs gA ; g iuy fu; fer : i l s vi M fd; k tkrk gA

efgyk ul clnh dkj djok l drh gA efgyk ul clnh djokus gqfpfdRI dh; ; k; rV&

I keW; fLFkfr ea dkB Hk efgyk ul clnh djok l drh gA efgyk dks i; k r i jke'k ns gq ml dh Lohdfr yu' vko'; d glrk gA os efgyk, afudk gky gh ea k kr fnuka ds Hkrj½ i o gyk gks ; k tksLruiku dj k jgh gkmuch Hk ul clnh dh tk l drh gA

mu efgykv dh Hk ul clnh dh tk l drh gft ug fuEu ea l s dkB l eL; k@y{k.k gk &

- fexl ds gYds nljs vkr gk
- i gys dHk xHkZ k; l sckgj xHkZ /kj.k gyk gks
- vMk'k; eafcuk d~~j~~ dh l kkouk olyh xkB gks
- vfu; fer ; k vR; f/kd jDr l ko gkrk gks ; k
- ekgokjh ds l e; vR; f/kd nnz glrk gks
- ; kfu eafcuk eokn dk l Øe.k gks tks fd xHkZ k; ds eg rd ugh igpk gks
- ul k@f'kj kvk ds xPns kohdks+osII ½ fn [kks ns jga gks
- , p-vkbzoh l s l Øfer gks ; k , p-vkbzoh gkus dk [krjk gks ; k vU; ; k l pkfjr l Øe.k gA
- eyfj ; k gks
- ul i yod Vtch gks
- orEku ea 'kj; fØ; k }kj k i o gyk gks
- i Mw½/vkI vkl & i kl ds {k½ dk d~~j~~ gks
- efyxuIV VtQsyIV fmtht+Vky ds vkl & i kl ds {k= ea l Øe.k@jks½ gks

ijke'k

- tks efgyk ul clnh djuk pkgrh gsmi s vko'; d : i l s ijke'k ns pkfg, A
- yHkFkZ dks mi yC/k vU; izdkj ds xHkZ fujks ds l k/kuk ds cks ecrkuk pkfg,
- ; fn yHkFkZ mI MwVj ds i kl 'khark l s ugh igp l drh t gk mI us ul clnh djokB Fk rks mI s fd l h Hk fudVre MwVj l s rRdky l ylg yu' pkfg,
- ul clnh djkus ds ckn xHkZ gks dh l kkouk, cgf de gkrh gS ijUrq; fn fQj Hk efgyk xHkZ gkrh gS rks ufydk ea (Ectopic Pregnancy) dh xHkZLfkk ea T; knk l kkouk jgrh gA

## 6- vki krdkytu xHz fujlkd ½Emergency Contraceptive½

i fjp; &

vki krdkytu xHz fujlkd@ bzl h efgylkv }jk mI le; i z lx dh tkh gS tc mI us dN fnuka @l e; i gys gh vI jf{kr l kks gvk gks rFk oks xHkbrh gluk ugh pkgrh gA vki krdkytu xHz fujlkd@ bzl h fl QZ fuEu i fj fLFr; ka eagh i z lx dh tkuh pkfg, &

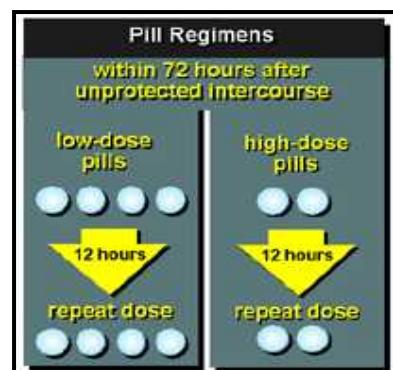
1. tc efgyk ds l kfk tcjnLrh l kks fd; k x; k gk@ml dk cyRdkj gvk gA
- 2- efgyk us vI jf{kr l kks fd; k gA
- 3- xHz fujlkd l kku dh vI Qyrk ; k Hky ; k i z lx dh Hky ds dkj.k ; Fk &
  - > -fujlkd dk xyr i z lx fd; k gks ; k fujlkd QV x; k gks ; k f[kl d x; k gA
  - > tc efgyk ,oa iq "k us xHz fujlkd ds i kdfrd fof/k dks Hyo' k xyr <k l svi uk; k gA
  - > iq "k us ; kfu eagh oh; ZL[kyu dj fn; k gA
  - > efgyk rhu ; k vf/kd xHz fujlkd xkyh [kuk Hky xbz gks ; k mI us xHz fujlkd xkyh ds u; s i kly dk l ou 3 ; k vf/kd fnu ckn l s i kly dk fd; k gA
  - > vkbz; Mh vi us LFku l sf[kl d xbz gA
  - > efgyk us vxyk bUtDVCey ½-fkfl d yus ea2 l rk g l s vf/kd dk foyEc dj fn; k gks ; k mI us ekfl d bDtdVCey yus ea7 fnu l s vf/kd dk foyEc fd; k gA
  - > vr% l k eage dg l drs gS fd vki krdkytu xHz fujlkd mu l Hk i fj fLFr; k ea i z lx ea fy; k tk l drk gS tc vI jf{kr l gokl gvk gks rFk efgyk dks ; g fpUrk gks fd og dgta xHkbrh rks ugh gks tk, xA

vki krdkytu xHz fujlkd ds i dkj &  
rhu i dkj ds vki krdkytu xHz fujlkd mi yC/k gS &  
yholkj tIVy vkuh bI h fi YI ¼ y-, u-th½  
; g l Hk nok dh npkuk i j mi yC/k gS bI ds ck.M fuEu gS &

- bZ fi y
- bZ l h bZ bZ 2
- ulj yoks 0-75 , e-th
- fi y 72
- fi tuku
- fi dMky
- vkbzfi y

[kjd@Mkst % &, y-, u-th 0-75 , e-th dh , d xkyh vI jf{kr l kks ds 72 ?k. Vs ds Hkhrj]vFkok ftruh tYnh l kko gk yuh pkfg, rFk bI ds 12 ?k. Vs ckn , d xkyh vI yuh pkfg, A

xHz fujlkd xkyh dh vf/kd [kjd Hk vki krdkytu xHz fujlkd ds : i eanh tk l drh gS &  
os xHz fujlkd xky; ka ftuea 30&35 ekbooxde vHOLVstu gks mI dh 4 xky; ka vI jf{kr l kks ds 72 ?k/s ds Hkhrj] ftruh tYnh l kko gk yuh pkfg, rFk bI ds 12 ?k. Vs ds ckn 4 vI yuh; k j yuh pkfg, A vFkok



DykbuV dls l e>k; afd vki krdkyhu xHk fujkskd dk l ou djus l s l kekl; rkg ij og xHkbrh ugha glos i jUrq vki krdkyhu xHk fujkskd yus ds cko tm hkh dN , d dsl st esefgyk xHkbrh gks l drh gA efgyl dls l e>k; afd vki krdkyhu xHk fujkskd l s xHk dls dksz upl ku ugha glosKA

3- vki krdkyhu xHk fujkskd ds : i esvkbz; Mh vrkez ; Pr% dk iz kx &

- vkbz; Mh dls vlgfkr l tksx ds 5 fnuk ds Hkhrj yxok yus l s xHkblFk dls jkdk tk l drk gS vFkkr~vkbz; Mh vki krdkyhu xHk fujkskd ds : i esHkh dk; Zdjrh gA
- vki krdkyhu xHk fujkskd ds rkg ij vkbz; Mh ds yxokus ds os l hkh fcLnp@OkbVfj; k m l h idkj gftl idkj l kekl; rkg ij vkbz; Mh yxokus ds fy, glos gA i jUrq cylRdkj ; k tcju fd; s x; s l tksx dh fLFkfr es; g /; ku nuk pkfg, fd efgyl dls dksz ; ku l plkj r l Øe.k ; k iMwe l tu ; k vU; dksz?ko rks ugha gA
- efgyl dls vki krdkyhu xHk fujkskd ds rkg ij vkbz; Mh yxokus ds ckn i gyh ekgokjh ds ckn m l dk QWYvi djuk vR; fkd vko'; d gsrkfd ; g l fuf'pr gks l dsfd efgyl dgha xHkbrh rks ugha gA

ul & vki krdkyhu xHk fujkskd dk iz kx vU; i fjokj fu; kstu ds l k/ku ds fodYi ds : i es gjxt ugha djuk pkfg, A

v/; k; 3

vijf(kr xHk kr ,oa,e-Vhi h ,DV

xHk kr %vckl klu%

i fjk & xHkLk dls i kp ekg ; kfu 20 l Irkg ls de vof/k es fd, x;s xHk l eki u dks xHk kr dgrs gA Hk jro"l es i k; 8 % 9 efgyk, j ; kfu 9 es ls 1 gj l ky xHk kr dh otg ls ej tkh gA

xHk kr dls i dklj &

- vijkf/kd xHk kr %criminal abortion%
- fpfdRI dh; xHk kr %Therapeutic Abortion%
- xj dkuuh xHk kr %Illegal abortion%

vijkf/kd xHk kr &

fpfdRI k o dkuu dls u ekudj fd; s xHk kr dls vof vj vijkf/kd ekuk tkhk gA D; kld , s xHk kr dh f0; k l sefgyk dls 'kjhj d vj ekufi d {kr i gp l drh gA bl i dklj dls xHk kr Nj dj fd, tkrs gA vj djokus okyh efgyk, a ; k rks vfookfgr yMfd; ka gkh gA ; k fo/kok vj rA xHk fxjks okys ylk vif'f(kr gks gA tS s >kykNki MWDVj] nkb] dlbz Hk u l A ; sylk /ku dls ykyp ea ?kjkaea , s dke djrs gA bu dls rjhdgkfdljd gks gA i fj. kke gkrik gsefgyk ea tuulxla ; k ; kud dk l Oe.k] 'kjk cPonkuh ea Nn ; k Cponkuh dk QV tlukA dHk dHk rks cPonkuh ea ; sydMj fi u] nok yxs dkgj fl ykbz Hk My nrs gA , k ; fn dghanekus ea vkrk gks rks bl dh l puk ifyl dls nh tluk plkg, A

fpfdRI h; xHk kr &

efgyk dh tku xHk dh otg ls [krjs es gkh gS ; k xHkLk f'k'kq dh tku dls dlbz [krjk gks rks efgyk dh tku cpkus dls fy, fd, x;s xHk l eki u dls fpfdRI h; xHk kr dgrs gA ; g xHk kr doy i athdri vLirkylae i athdri MWDVj }jkj fd; k tkhk gA

xHk kr djus l s inz es efgyk o ml dls i fr dh fyf[kr l gefr yh tkhk gA L=h jlk fo'kkk }jkj ; s l ok nh tkhk gS vj dN fo'kkk xHk jlk es gh xHk l eki u fd; k tkhk gA gekjs ns k es o"l 1972 dls i 'pkj fpfdRI h; xHk l eki u dkuu dls vlrxt vkrk gA bl fu; e dls u ekudj ckdh l Hk rjg ls fd; s xHk l eki u xj dkuuh gks gA

dkuu dsvu k j fpfdRI h; xHk kr doy ,d i athdri fpfdRI d }jkj rc fd; k tk l drk gS tc %

- xHk 12 l Irkg dk gksA
- ; fn xHk 12 l Irkg ls vf/kd gS rks 20 l IRkg ls de gS rks nks i f'k'kq fpfdRI dls }jkj djk; k tk,
- xHk dls dklj .k vj r dls fd l h i dklj dk ekufi d ,oa'kkjhj d gkfu dk [krjk gks vFkok tku dk [krjk gA
- xHkLk f' 'kq dls 'kjhj d vFkok ekufi d fodfr dh l Hkouk gksA
- xHk fd l h cykRdkj tS h ?Vuk dk i fj. kke gks tks fd ekufi d vLoLkrik dk dklj .k cuA
- xHk fujlk dh vi Qyrk dsi fj. ke Lo: lk fd; k xHk /kjk .k

vk'kk&l g; kxuh vc tku xbz gkh fd xHk l eki u ,d cgr ftEokjh dk dke gA vI ko/kkuh ls dh xbz f0; k ; k l Oe.k ; k jDrL=ko] efgyk dh tku Hk ys l dks gA

xHñkr tñVyrk, aVLg eR; &nj

- vf/kd [ku dk cguk
- I Øe.k
- vñkk ; k 'kkd
- vijk ds VpMs vñnj jg tkuk
- xñð dk Qy gkuk
- f'kjvñk eejä dk teuk
- tuu vñks eplv ; k Nñ gks tkuk
- ; j , EckfTe ½gok dk xlyk /keuh eapys tkukl
- i Yekujh , EckfTe ½QMs eä [ku dk FRDdkl
- nñ/lklyhu eä& ck>i u

xñð eä vijkf/kd) voñk o vñjffkr xHñkr cgñr gks gñ vr% v'kk&l g; kfxuh dh ftEekjh gñ fd i fgy og xHñkr ds ckjs ea ijh ckrk l s [kp dñs okfdQ dñs vñj fQj xñð ds yñkk dh enn djds mlgnupl ku l s nj j [ka vñgrk dñs vñjffkr xHñkr ds dkj.k gkus okyh elñ l s Hñh cpk, A

LokLF; deþkjh dñs, e-Vhi h dh ijh tkudkjh gkuk pkfg, A

eMhd y Vjehušku vñM i xñkllh , DV ¼ e-Vhi h 1971 &

I jdkj }jk bI , DV dñs 1971 eñcuk fn; k x; k FkA bl dk mi ; lñx 1972 l s 'kq gñkA vkt dh rkjh[k ea ijs Hñj r ea 11025 l vñl z gñ tgk xHñl eki u dh l fo/kk gñ vñj l eki u i f'kf{kr MñVjka }jk fd; k tkrk gñ bruk l c gks gñ Hñh dbz xHñl eki u bu l vñj dh ctk; ?kjæea; k fñyfud ij gks gñ

vc 1971 ds , DV eñdN l åkkku fd; k x; k gñ&

1. eMhd y vcklu dh l fo/kk yñkk dñs feyus yxh gñ MñVj dh l ykg l s eMhd y vcklu mlgnha txgk i j fd; k tk l drk gñ tgk l Hñh l fo/kk vñkk ds l kf&l kf [ku p<lus dh 0; oLFkk Hñh mi yñk gñ
2. i kfed LokLF; dñnk i MVA dh l fo/kk mi yñk djokus dñs l jdkj ifrc) gñ MVA , d l jf{kr} l jy o dkj xj mik; gñ
3. ; k u l Øe.k , oa ; k u l pkfjr jkxk l scpk , oabykt dh l fo/kk , Hñh mi yñk gñ

, e-Vhi h , DV ds rgr dñy pkj dkj. k ds fy, dñkuuh : i l s l jf{kr} xHñkr fd; k tk l drk gñ vñkk l g; kfxuh dh Hñfedk & vñkk l g; kfxuh 'kn l s l kQ tkfj gñ fd & efgyk dh enn djuh gñ enn rñh dh tk l drh gñ tc [kp dñs fo"k; dk ijik Knu gñ

- l jf{kr} xHñkr dh tkudkjh
- vr% vñjffkr vcklu ds ckjs ea l = dñs /; ku i vñl l e> i zu i vñl vñj fujurj l hñkus dh ekufl drk gñ A
- xñð ea tkdj tc dke djarks nsñk dñs l h efgyk xHñkr gñm l s Qñk yñk dñs vxj LokLkfd : i l s xHñkr gks x; k gñ; k gkus okyk gñrks fpfdR l dñz l s ijh l g; rk yñl efgyk dñs oglays tk, a vñj ?kj ij l Qñk dñk ijik /; ku j [ka
- vxj efgyk xHñl eki u pkgrh gñ ¼ e-Vhi h , DV ds vñrkr fn, x, dkj. k ds vñrkr l ts i atldr txg o MñW }jk gñ xHñl eki u djokus ea ijik l g; lñx djñ /; ku j gñ fd vñi ds {k= ea fyñk i jh k vñk fjr xHñl eki u fcYdy u gñ ; svijik gñ
- ckn ea Hñh efgyk dñs l Hñk yñt t: jr ds vuñk jg MñVj dh l Hñh fgnk; rñk dñs i kyu djus ea i fjok dh enn djñ vñj mu dk elxñ'ku djñ

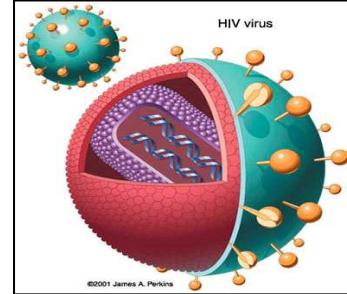
v/; k; 4

, p-vkbzoh

, p-vkbzoh@, MH ds fo"k; eavki i gys ds if'k{k.k ea tkudkjh i klr dj pds gA bI iKB; I kexh  
ege dN fclnyp k dks nkgj k, xao dN u; k Hkh I hf[kxA

, p-vkbzoh D; k gA

, p-vkbzoh , d fo"kk.kq gS tks 'kj hj ds ifrj{kk r= dh I Øe.k l s  
yMus dh 'kfDr dks de dj nsrk gA , p-vkbzoh fo"kk.kq l s I Øfer  
0; fDr dks fpfdRl dh; Hkk'k e, p-vkbzoh i kmtfvo ds uke l s tkuk  
tkrk gA døy jDr ds ijh{k.k l s gh ; g fl ) grk gS fd dkbz  
0; fDr , p-vkbzoh i kmtfvo gS vFlok ughA fdUrq , p-vkbzoh  
i kmtfvo dk vFkZ; g ughgS fd dkbz0; fDr , Mf l s xfl r gS gA



, p & g; eu ----; g døy eut; k dks I Øfer dj I drk gA  
vkbz&bE; uks MfQfI , UI h-bI fo"kk.kq dk i Hko 'kj hj ds ifrj{kk r= ea deh mRiuu djuk gA  
oh & ok; jI ----; g tho -- ; g fo"kk.kq døy ekuo dk' dk eagh c<+l drk gA

, Mf D; k gA

, Mf %, Mf 'kj hj ds jksk dh ifrjkskd {kerk ds u"V gks tkus ds QyLo: i foftuu y{k.k ds  
I feJ.k dk fpfdRl dh; funku gA ; g dkbz , d chekjh ughA gS oju- foftuu y{k.k ds l eyg  
%I UMke% ds : i ea iDv grk gA døy , d fpdg ; k y{k.k ds vkkj ij , Mf dk funku ughA gks  
I drkA , Mf ds I Hkh y{k.k t\$ s rst Toj] nLr vkul] otu de gkulj {k; vkn vU; jksk ds Hkh  
y{k.k gks l dks gA

\* , Dok; Mf bE; uks MfQfI , UI h fl UMke\* (

, & , Dok; Mf-- D; k d ; g tle ds I kfk ughA vkrk] dkbz Hkh 0; fDr bI s fdI h [kkI rjg ds  
vkpj.k ds ifj. kloLo: i vftk djrk gS; k i klr djrk gA  
vkbz& bE; u ---bE; u dk eryc gsj{kk djukA ekuo & 'kj hj dk ifrj{kk r= tks chekj; k l s 'kj hj  
dk cpko djrk gS ml ij vkoe.k gkulA  
Mh& MfQfI , UI h--D; k d l Øe.k l s i Hkfor ekuo 'kj hj dh ifrjkskd & {kerk [kRe gks tkrh  
gS i ; klr I j{kk ughA gkulA  
, I & fl UMke-, Mf dkbz chekjh ughA gS cfYd ; g , d , I h fl Fkfr gS ftI ea ekuo 'kj hj ea vi us  
vki dks jksk l s cpkus dh {kerk de gks tkus ds dkj.k foftuu i dkj dh chekj; k gkul ds  
I Hkouk jgrh gA bI i dkj bI s fl UMke dgk tkrk gS ftI dk vFkZ y{k.k dk l eyg gA

bI l scpko dS s gks l drk gA

vuj dkku dUkk/k ds dkj i fjJe ds ckotin Hkh vHkh rd , p-vkbzoh , Mf dk dkbz mi pkj ughA  
[kstk tk I dk rFkk uk gh bl dk dkbz vHkh cuk vr%cpko gh bl I UnHkzea l cI segRoikz i {k  
gA , p-vkbzoh l Øe.k ds cpko gry i R; d 0; fDr dks fuEu ckrs dh tkudkjh vo'; j[kuh  
plfg,%

1- I jf{kr I HkoukA

- 1- vI jf{kr ; ksu l EcU/k l scpuk
- 2- , d gh fo'ol uh; I kfkh ds I kfk ; ksu l EcU/k eafo'okl A
- 3- ; ksu l EcU/k gryfujk dk l gh mi ; kskA

2- jDr lkku ; k vx iR; kjka .k l Ecl/kh cpko , oa l ko/lkf; ka

- 1- døy ykbz l 'kpk jDr cfl l sgh jDr yuKA
- 2- jDr yus l s ioz jDr ueus i j , p-vkbzoh ePr dh l hy n[ukA

3- vkl=sj **Intravenous** l Øe.k l scpkoA

- 1- , d gh l bZ dsckj ckj iz kx l scpukA
- 2- fu% Øfer fMLikstey l bZ l , oafl fjutlak mi ; kxA
- 3- fdI h Hkh , s /kjnkj midj.k vfkok l bZ tS cym] ukd vlg dku Nnus oky} rkj ; k l bZ l xknukl , D; ipj dh l bZ la vknf mi ; kx djus l s ioz ; g l fuf'pr dj ya fd budk igysfdI h usmi ; kx rks ughfd; k gA ; fn gk rks de l s de 20 fefuV rd mcky dj ; k , d ifr'kr Cylfpak i kmMj cs ?kky ea vPNh rjg l s l kQ dj blg fu% Øfer fd; k tkuk vko'; d gA

4- ekrk l scPps dls glus okys l Øe.k l scpko

; fn dkbz efgyk , p-vkbzoh fo"kk.kq l Øfer gs rks m l ds 'kj hj ea flFkr , p vkbzoh ok; jI xHkbzLFkk ds nlkj] i zo ds l e; ; k i zo ds ckn Lruiku ds ek/; e l sekla l scPps ea LFkkukUrj.r gk l drs gk ; | fi Lruiku ds ek/; e l sekla l scPps ea l Øe.k LFkkukUrj.k dh l Hkkouk cgk de gk gk fQj Hkh bl l Hkkouk dksutjvUnkt ughfd; k tk l drkA

fdI h , s h xHkbz efgyk dls tks fd igys l s gh , p-vkbzoh xlr gsm l s ijk{k.k dcs ckj s i jke'kz bl i zdkj fn; k tkuk pkfg , fd ft l s dh ml ds xHkbzLFkk vlg ml ds thou l kfkh ds thou ij foi jhr i Hkkouk uk i Ms rFkk os l dkj kRed : i l s l kpus ds fy , i fjr gk l da bl ea fuEu ckr Hkh 'kkey gk;

- 1- xHkbz elka dks uoekg l sgh nokvlak mi ; kxA
- 2- tle ds ckn cPps dks nok; A
- 3- Lruiku dk fodYiA

, p-vkbzoh dS s QSyrk gA

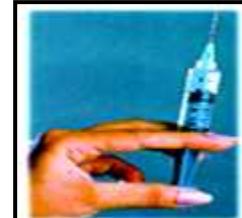
, p-vkbzoh l Øfer 0; fDr ds jDr] oh; ] , oa ; kf; l ko ea ; g ok; jI ik; k tkuk gA vr% l Øfer 0; fDr ds jDr] oh; ] , oa ; kf; l ko ds l EiZ ea vkus i j ; g l Øe.k n[ jso; fDr ea Hkh QSy l drk gA; g fuEu dkj.k l s QSyrk gk



l Øfer 0; fDr ds l kfk vlg jf{kr ; kf; l Ecak Hkkuk fuj lk ds l s



l Øfer jDr p<us l s



l Øfer l bZ l s



l Øfer eHk l s glus okys f'k' kq dks

, p-vkbzoh dS sugh QSyrk



pfcu l s



Nus l s



l kfk dk dje djus l s



, d I kfk [kkuk [kkus I s ePNj dkVus I A  
, p-vkbzoh I s dS scps

- geškk fujkk dk bLreky djA
- vutku 0; fDr I s; kū I Edk u cuk; A
- fMLikstey fl fjt dk bLreky djA

, p-vkbzoh tkp ¼ dhOr LoNd tkp , oaijkeZ k dññ½

- , p-vkbzoh I Øfer 0; fDr LoLFk fn[kkbz i Mrk gA
- , p-vkbzoh dh tkp [ku ds }jkj fd tkrh gA
- I Hkh I jdkjh ftyk vLirkyea, oadN ftyks ½tej] vyoj] CKMej] chdkuj] mn; ij] Vkd] t; ij½ eal Hkh I kenkf; d LoLFk dññ½ ij fLFkr vkbzI hVhI h½ dhOr LoNd tkp , oa ijke'k dññ½ ij ; g tkp ejr eah tkrh gA
- tkp I si gys ijke'kkrk }jkj I ykg nh tkrh gA
- tkp dh fjiW iwz: i I s xkiuh; j[kh tkrh gA , oadoy I Ecfl/kr 0; fDr dksgn nh tkrh gA

i hihVhI hVhI hVj

- ; g I sp/kk ml I Øfer efgyk ds fy, gStks xHbhrh gA
- I Hkh ftyk vLirkyea ds L=h jlk foHkkx ea I Øfer eHwI scPpk gksOKDr fo'kks idkj dh nokbz ¼-vkj- Vh½ ekj o f'kqkqdk nh tkrh gA ftI I scPps ea , p-vkbzoh gksdh I Hkkouk de gks tkrh gA

vr% I Hkh I Øfer efgykva dh fMyhj h ftyk vLirky ea djok, A



; kū jlk fdyfud

I Hkh ftyk vLirkyea; kū jlk dk mi pkj ejr fd; k tkrk gA , -vkj-Vh nok I hVj

, d ckj ; g fo"kk.kqfdI h 0; fDr ds pyk tkrk gS rks og 0; fDr ijh ftUnxh bl I s I Øfer jgrk gA ijUrqvktdy bl idkj dh nokbz ka ¼ UlfjVls ok; jy Fgj h½ vkrh gS tks bu I Øfer 0; fDr dksgn tkrh gS ftLkI s bu 0; fDr; kdk thou Lrj I qjrk gS, oa; sykx yEck thou th I drs gA; s nokbz ka jktLFkku LVV , M dUWt y lk k; VhI t; ij] tksij] mn; ij] dksk , oa chdkuj] esMdy dññystka ea ejr eah tkrh gA

v/; k; 5

Vh-ch-

Vh-ch&D; k g§ dkj. k] d§ s QSyrh g§

Vh-ch , d Nir dh chekj h g§ tks ekbdh Vhfj ; e V; ejdykfl I uked thok. kq l s gksh g§ ; g fo'ksk : lk l s QQMka ea gksh g§ i jUrq Hkgjh ds fdI h Hkh vax ea gks l drh g§ t§ s efLr'd] xq} gfMM; lk xlfk; ka vlfnaA QQMka dh Vh-ch gok ds ek; e l s QSyrh g§ tc thok. kq Df r fcuk blykt Vh-ch jksh lk rk ; k Nhdruk g§ Vh-ch ds thok. kq gok ea QSyrs g§ vlg tc LoLF; 0; fDr thok. kq ; Df r gok l lk }jkj ysk g§ rls ml ds QQMka ea Vh-ch l dde. k gks tkrk g§ Vh-ch Hkgjh ds nt js vaxka ea Hkh QSy l drh g§

tu l epk; ea o} ylkska ea ; s y{k.k ik; s tks i j vDl j ; g l kpdj utjvlnkt fd; k tkrk g§ fd ; s rks cMh mez ds l kew; y{k.k g§ yfdu ftl fdI h ea Hkh ; s y{k.k gkrs muea Vh-ch dh vla kdk djA

Vh-ch- ds dkj . k%

; fn fdI h 0; fDr dks rhu l lrkg ; k ml l s vf/kd l e; [lk h jgs rks Vh-ch dh vkkdk gks l drh g§ ml s l lkfor {k; jksh dgrsg§ , l s 0; fDr; k dks rjU r utnhd ds LoLF; dlnz i j tkp ds fy, ys tkA

Vh-ch ds vU; y{k.k%

- cq[kj] fo'ks : lk l s "kke dks vkus oky
- Nkrh ea nnz
- otu dk ?Vuk
- Hk[u yxuk
- [lk h ds l kfk [ku vruk

I gk; d i f f L F k f r; ka

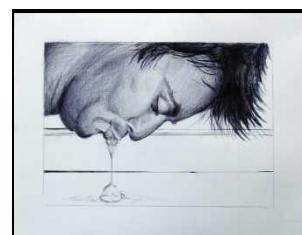
- djk ksk. k
- HkhM&Hkm@dpfh cfLr; ka ejgu
- fcuk jksh kuh , oa gok okys edku l eajgus okys
- i n f kr okr koj. k ea jgus okys yks
- , p-vkbzoh l dfer 0; fDr

I kew; r% xjhc oxz ea Vh-ch gkrs dh l lkouk vf/kd gksh g§ D; kfd muea mijDf r i f f L F k f r; ka i kbz tkrk g§

Vh-ch dk funku%

cyxe tkp% l cl s dkjxj rjhdk g§ l s en' lk vekbdh l dks ½ ds }jkj  
cyxe dh tkpA Vh-ch ds thok. kq l s en' lk l s vkl kuh l s ns lks tk l drs g§ cyxe ds rhu uew l dh tkp dh tkuh pkfg; A

, DI &j% dN ejhtka ea funku grq , DI &js t: jh gks l drk g§ ; fn cyxe ea Vh-ch ds thok. kq vfkok , DI &js ea Vh-ch jkx ik; k tkrk g§ rks Vh-ch jkx dk funku fd; k tkrk g§



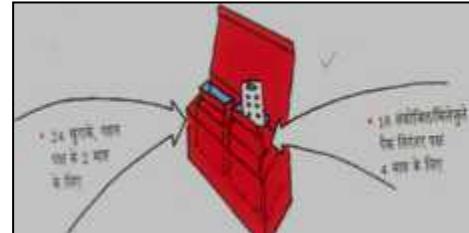
Vh-ch dk mi pkj

Vh-ch dh chekjh Bhd gks I drk gA I h/kh n{kj{k }jk de vof/k dh fpfdRI k i{jh rjg jksx I s eDr I fuf'pr djus dk I cI s i{kko'kkyh rjhdk gA

fpfdRI k ds rhu oxZ gA I, II v{g III rFk iR; d oxZ efpfdRI k ds xgu i{k %Intensive Phase%, oafujUrj i{k %Continuous Phase% gks gA

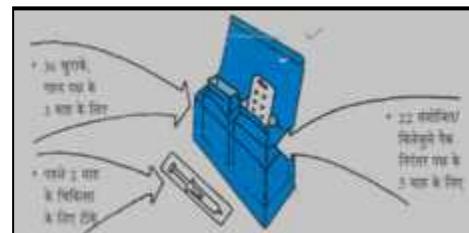
ox&1

fpfdRI k vof/k & 6 ekg  
xgu i{k & 2 ekg  
fujrj i{k & 4 ekg



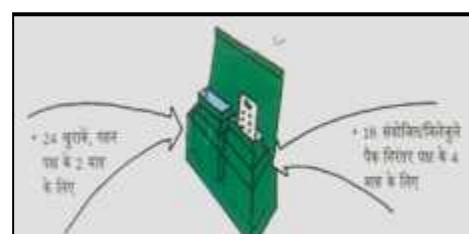
ox&2

fpfdRI k vof/k & 8 ekg  
xgu i{k & 3 ekg  
fujrj i{k & 5 ekg



ox&3

fpfdRI k vof/k & 6 ekg  
xgu i{k & 2 ekg  
fujrj i{k & 4 ekg



vkerj ij Vh-ch dh nokbZ ka I jf{kr gksh gA dHkh&dHkh buds I ou ds ckn foijhr i{kko fn[kkbZ iM I drs gAt g s Ropk v{g v{k[kha ea i hyki u fn[kkbZ nsuk vifly; k{t k{tka ea nnz gkuk v{kfnA , s h voLFk e a nokbZ ka cUn dj na v{g jksh dls rjUr LokLF; vf/kdLjh ds i k HkstA

Vh-ch fujk{kcd v{k{kf/k; ka iR; d fpfdRI ky; ] I keplf; d LokLF; d{m} i{kfed LokLF; d{m} v{kfn ij mi yC/k gksh gA v{k{k k g; k{xfu; k }jkj MNWt i{kkoMj ds : i ea dk; Z i k{Ehk djus i{vz I cf/kr , - , u- , e@, I -Vh, I -@fpfdRI k vf/kdLjh }jkj v{k{k k g; k{xfu; k{dk s I h/kh

n{k j{k e Vh-ch jkfx; k{dk s v{k{kf/k; k{dk I ou djoku} Vh-ch d{m} ij fu'ku yxkus, oal e; I e; ij Q{y}kvi cyxe t{k p djkus dk i' k{k.k fn; k tk; skA

MNWt i{kkoMj ds : ik e a dk; Z djus ij v{k{k k g; k{xfu dks i fr jksh mi pkj i wZ gkus ij : ik; s 250@& fn; s tk; skA

xgu i{k ds nk{ku gj n{js fnu] I lrkg ea rhu ckj] nokbZ ka ysh gA I lrkg ea rhu fnu dh fpfdRI k mruh gh i{kko g{fruh i frfnu dh fpfdRI kA ; fn r; " 'kpk fnu ij jksh fpfdRI k ds fy, ug{a vkrk g{rks vki dks jksh dh [kst djuh g{ v{g ml h fnu ; k vxys fnu ml dk blykt djokuk gA exj ml s vxys [k{kcd fu; r fnu ij gh nh tkuh plfg; A xgu i{k ds nk{ku vki dks fo'k{k : ik I s/; ku j [kuk I Msk fd jksh nokbZ dh gjd [k{kcd I h/k vki dh n{k j{k e a ysjgk gA fujrj i{k e a jksh dks gj I lrkg nokbZ dh i gyh [k{kcd I keus ysh g{ v{g vU; nks [k{kcd jksh dks Lo; a ysh gkshA vxys I lrkg dk vB1 ister pk{k i khr djus ds fy, fi Nys I lrkg dk f{yLVj i s vi us I kFk ykuk jksh ds fy, t: jh gA

xgu i{k v{oxZ , d^ v{g ^nks ds jksh 1/ dh 22 [k{kcd v{g xgu i{k v{oxZ ^nks ds jksh dh 34 [k{kcd i{jh gkus ij jksh dks vi us Fkd ds nks ueus t{k p ds fy, nks plfg; } rkfd xgu i{k dh ml dh I k{jh [k{kcd i{jh gkus rd t{k p ds urhts mi yC/k gA ; fn Fkd I rfer v{uxfVo% ug{a g{rks jksh fujrj i{k dh nokbZ ka ysh 'kq djskA ; fn Fkd e a l de.k v{kftfVo% gks rks LokLF; vf/kdLjh jksh ds xgu i{k ds fpfdRI k dh vof/k c<k I drk gA

I g̱lk I ṉHz dsfy; sṉh tkusokyh nokḇz ḵo vof/k dk fooj.k uhp̱d dh rkydk e̱fn; k x; k g%						
mi plj fooj.k			QQMka e̱ Vh-ch- dh cyxe Tḵp			
oxl	jḵh dk i dkj	fooj.k xgu i {k	mi plj i w̱z cyxe	Tḵp dk l e; vrjky	tḵp dk i f̱.kke	mi plj
oxl-I	u; k cyxe ueuk i ḵtfVo • xEjj : i ls fcēj & cyxe ux̱Vo • xEjj : i ls fcēj & QQMks ds vyḻok txg dh Vh G̱h-	2 (, p- v̱kj- tM- bl)3	i ḵtfVo Vl de.kz	2	ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 4& ekg ckn i p% ṯp djk, A
			i ḵtfVo Vl de.kz		ux̱Vo	xgu i {k , d v̱j̱ ekg rd tkjh j [kA 3]4 o 7 ekg ij i p% ṯp djk, A
			i ḵtfVo Vl de.kz	2	ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 6 ekg ckn i p% ṯp djk, A
			i ḵtfVo Vl de.kz		ux̱Vo	xgu i {k , d v̱j̱ ekg rd tkjh j [kA 4] 6 o 9 ekg ij i p% ṯp djk, A
oxl-II	cyxe ueuk i ḵtfVo & npkjk Vh G̱h gskuk	2 (, p- v̱kj- tM- bl, l -)3	i ḵtfVo Vl de.kz	3	ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 5& ekg ckn i p% ṯp djk, A
	cyxe ueuk i ḵtfVo &bykt dh v̱l Qyrk	1 (, p- v̱kj- tM- bl)3			TḴfVo Vl de.kz	xgu i {k , d v̱j̱ ekg rd tkjh j [kA 4] 6 o 9 ekg ij i p% ṯp djk, A
	cyxe ueuk i ḵtfVo & ,d ckj bykt v̱ljk Nklmus ds ckn nkckjk 'kq dj ukA	5 (, p- v̱kj-bl )3			ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 6 ekg ckn i p% ṯp djk, A
oxl-III	cyxe ueuk ux̱Vo&xEjj : i lsfcēj ugh	2 (, p- v̱kj- tM)3	ux̱Vo	2	ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 6 ekg ckn i p% ṯp djk, A
	xEjj : i lsfcēj & QQMks ds vyḻok txg dh Vh G̱h-	4 (, p- v̱kj- )3			i ḵtfVo Vl de.kz	i p% i athdj.k djk, a v̱j̱ ox& II dk mi plj i ḵlk djk, A
					ux̱Vo	fuj̱j i {k fpfdRt k i ḵlk dj̱ 6 ekg ckn i p% ṯp djk, A

dḵBd ls igys ds vd ekg dh l {; k rFk dḵBd ds ckn ds vd i fr l rḵg nh tkusokyh [kjd dh l {; k dks n' ḵrs gA i R; d nok dh l ḵld; [kjd bI i dkj g& vkbI kustM Vl p%&600 feyhxte  
fjQEf fl u Vl p%&450 feyhxte Vl fn jḵh dk otu 60 fdyxte ls vf/kd gsrks 150 feyhxte vfrfjDr nA/2  
ik; jḵtfuekbM Vl p%&1500 feyhxte  
bFḵcWky Vl p%&1200 feyhxte

I h/kh ns{k j{ k e̱ Vh-ch- jḵh dks nokḇz dk l ou

v/; k; 6

### eyfj ; k

eyfj ; k jktLFku dh cMh tu LokLF; I eL; kvla ea ls , d gS & okLro ea ijsnsk dh HkhA

bl v/; k; eage eyfj ; k D; k gS bl ls cpko ds mi k; , oami pkj D; k gS o vktk l g; kxuh dh Hkhedk ij ppkL djksA

eyfj ; k D; k gS

eyfj ; k , d c[kkj gS tks fd ijthoh ls glrk gS ft ls lyktekM; e Plasmodium½ dgrs gA ; g gekjs 'kjij ejepNjks ds dkVus ds dkj.k ijsk dj tkrk gA bI ls 'kjij ejBBju vL tcjnLr dji&djh dsckn rst c[kkj vk tkrk gA



eyfj ; k dk dkj.k

eyfj ; k , d ijthoh ¼(e tho½ ds }jkj Qsyus okyk jlx gS tkeut; dh yly jDr df.kdkv½ ¼(kj-ch I h½ ea fodfl r glrk gA elnk ,ulkQyht tkfr dk okgd ePNj tc , d eyfj ; k jlxh dk [hu pti dj fdI h LoLFk eut; ds dkVrk gS rks; g ijthoh ¼(e tho½ LoLFk eut; ds jDr eisjsk dj tkrs gS ,oa ml 0; fDr dkseyfj ; k gks tkrk gA

eyfj ; k ds y{k.k

eyfj ; k jlxh dks jkstuk ; k , d fnu NkMdj ; k rhl jsfnu ; k gj plks fnu I nlyyx dj rst c[kkj vkrk gA c[kkj dh rhu voLFk, agrh gS &

- I nlyyxuk ¼BM yxuk½ o fl n nn] tks o iHB ea iHMk gks I drh gA
  - xeiyxu] c[kkj p<ek o rst fl j nn]Hkh gks I drk gA
  - i l huk vruk o c[kkj de glrk o jlxh cgr detlgh egl ] djrk gA
- dkbzHkh c[kkj eyfj ; k gks I drk gS vr% tlp }jkj i ek.khdj.k t: jh gA



eyfj ; k ds iHko

jlxh dk I e; ij vley mi pkj ughadjkus ij LokLF; ij nqiiHko &

- 'kjij ea [hu dh deh gks tkrh gA
- jlxh dh frYyh c<+tkrh gA
- eyfj ; k c[kkj ls efLr"d Toj gksu dh voLFk ea eR; qHkh gks I drh gA



eyfj; k d\$ i dkj%

fnekxh ; k efLr" d y{k.kk okyk eyfj; k

lyktelM; e QYI hijs e tkfr ds eyfj; k ij thoh l Øe. k es fnekx ij vlj iM+ l drk gS ft l l s mlekn M\$yhfj; e \$ muhniku] cgksh ; k eNkZ dh voLFkk mRi é gks l drh gS vj; fn ml dk býkt l e; ij ughfd; k tk, rks ekf gks tkrh gA

eyfj; k vj n jsc[kkjkaevrj dks d\$ s igpus\

ftl vknch dks eyfj; k gS ml s c[kkj rks t: j p<ok exj l Hk rjg ds c[kkj dh otg døy eyfj; k ugha gkA tc fdl h dks c[kkj gks fallrq ml ds 'kj h ij pdUka/1st% u gk ml s ckj&ckj nLr ; k [kj h u vk, rks ml s eyfj; k gh l euk pkfg,A vxj FkeléhVj u gks rks mYVh gFyh dks ekfsls vj Nkrh ij yxldj c[kkj dk irk yxkuk pkfg,A

D; k eyfj; k [krjukd gS\

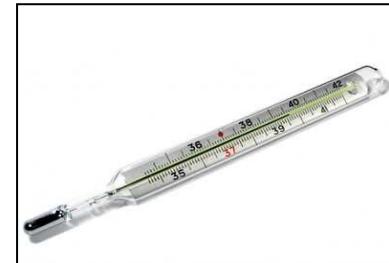
e[; r%nl s i dkj dseyfj; k ij thoh gks gS&

- 1- lyktelM; e okboDl iztkfr
- 2- lyktelM; e QYI hijs iztkfr

lyktelM; e okboDl iztkfr bruh [krjukd ugha gA lyktelM; ke QkfYI ije efLr" d ij ?krd iHko Mkyrk gA bl ij thoh l smRi é eyfj; k tkuyok gks gA

c[kkj uki us dsfy, FkeléhVj dk blreky d\$ s dj

- FkeléhVj 1/ki eki hz dks l kcp vj ikuh ds vPNh rjg l s /klsj ; k flifjV@l Hkykli ?ky l s l kQ djds LoPN di Ms l s vPNh rjg l s Åij l s uhps rd iHNA dykbZ dks >Vdk nrs gq ml s 36° l s uhps rd mrkjA FkeléhVj ds cYc dks gkFk l su idM+ vj u Nqj D; kfd , k djus l s ijk Åij p<+ l drk gS vj c[kkj uki useaxyrh gks l drh gA
- FkeléhVj dks tHk ds uhpsj [kj vj eg cUn j [kj vxj FkeléhVj ds pck, tkus dk Mj gks rks ml s cxy es yxk, vxj ejht cgksh gks rks FkeléhVj cxy es yxk, A
- ml s rhu l sydj ikp feuV rd yxk jgusnA
- bl ds ckn FkeléhVj dks i<1cxy dk rkieu eg ds rkieu l s , d fMxh de gks k gA%
- FkeléhVj dks l kcp vj ikuh l s /klsj rFkk l kQ diMs l s l kldj j [kj
- vxj ejht us dN feuV i gysdkbz xeZ ; k BMh pht ih gS ; k [kzbZ gS rks rkieu yus l s i gysnl ilng feuV bUrtkj djA
- vxj ejht cgksh gS; k ml s nljs iM jgs gS; k ml s dkbz cpSh gS; k og viuk eg cn ugha dj l drk rksml dk rkieu eg l su yA



eyfj; k d\$ s QSYrk gS

- eyfj; k dk l fe ij thoh eyfj; k l s iHMr 0; fDr ds [kj i k; k tkrk gA
- , uHQyht tkfr dk eknk ePNj bl ij thoh dks eyfj; k ds jkxh l s LoLFk 0; fDr rd igpkrk gA



- eyfj; k ij thoh vius thou ds dN fnu eu; ds vlnj , oackdh fnu ePNj eafcrkrk gA
- døy , ulfQyht eknk ePNj ds dlvus l sgh eyfj; k jlk QSyrk gA
- ; g eknk ePNj tc fdh h eyfj; k ds jlk dh dls dlvrk gsrks jlk dh ds [ku eselstn eyfj; k ij thoh; k dls [ku ds l kfk p ysk gA
- bl idkj eyfj; k ij thoh ePNj ds vnj igp tkrs gsvl os 07&14 fnu rd ; k dN vfkld e; rd iuirsjgrsgA bl rjg og eyfj; k l Øfer ePNj cu tkrk gA tc ; g ePNj fdh h LoLFk 0; fdr dls dlvrk gsrksog viuh ykj ds l kfk ml ds [ku eseyfj; k
- ij thoh dls Hkh ifo"V dj nsrk gsvl 08&17 fnu ds Hkhj gh ml LoLFk 0; fdr dls eyfj; k cflkj vkk 'kq gks tkrk gA
- eyfj; k jlk l sbl idkj ; g vud ylkxesaQsy tkrk gA

**eyfj; k xnh goj xns iku] [kjkc Hkstu] o"kk ea Hkhxus rFkk Hkr&i yhrka l sughagkrkA**

eyfj; k dsD; k cjs vlj gS\

- [ku dh deh vjlkxh ea vj tkrh gA detlkj vj tkrh gS
- ftxj vj frYyh c<+tkrs gA

cPpkao vjrkaseeyfj; k ds [krjs\

cMdh vijk cPPkka ij eyfj; k dk vj j vf/kd rhoz gksk gA rsk cflkj ds l kfk muds 'kj hj ea, Bu vduoYtu% Hkh gks l drh gA efLr"d eyfj; k cPpkao ea vf/kd xHkhj vj tkuyok gksk gA ftu cPpkao dls cjk&ckj eyfj; k gksk gsmues [ku dh deh gks tkrh gS mudsc<us dh xfr /kheh i M+ tkrh gA



, ujfe; k dh tk

eyfj; k ij thoh jDr dlf kdkvka %yM l y% dls u"V djds , fufe; k vFkk [ku dh deh vj detlkj ijk djrs gA

[ku dh deh gks tkus ds djk. k fdh h Hkh idkj ds eyfj; k l s xHkh l af/k tFVyrk, a %d klyhdskui % mRiUu gks l drh gS vj eyfj; k gks l drk gA xHkhLFkk eaeysj; k ds fo: ) bE; fuVh vFkk~jlkxjlkfkerk de gks tkrh gS vj bl idkj ftl xHkhj efgyk ds ftxj eaeysj l sgh eyfj; k ij thoh Njs gS og bl jlk dh ijjkojk %yjyS % dj l drs gA xHkhLFkk eaeysj; k l s xHkhLFk f' k' kq%QhVI % dh er; qHkh gks l drh gA

ePNj dgk ijk gks gA

eyfj; k ds ePNj : ds gq l kQ iku; k /khs cgrs gq ikuh ea gks gA vkerj ij ePNj k ds ijk gks ds LFku gA

?kj ea; k ?kj ds vkl ikl tgk Hkh ikuh tek gks tS seVd; dlygM xeysvfn feh ds cru] Nr dh [kyh Vfd; l vlxu ea tek [kjyj [ks ikuh Vws gq ; k cdkj duLrj] fMCcs vknj : dh gq ulfy; k fcuk bLrky fd, dw] ikuh ds Vfd] i 'kpk ds ikuh ihus dh ulq; fdpu xkmu ea: dk gyk ikuh dlyj] ckgj ikuh ds gSMiEi vj uy] jlh Vl; j vknA



?kj vlg ml ds vkl ikl ePNj kads izuu LFly



xplk eae ePNj kads izuu LFly

xteh.k {e-ea ugj} ukfy; h xOj i[kj] rky] Mcjh o"kk ds ikuh l s Hkj xOj ify; k vdyoVl I Med vlg jy dh i Vjh ds fdruk jk i j cus xOj pby y dy; h Nkh ugj i Mka ds [kkj ky vlg Nm] fuEu LFly vlykba vfy; ktj /ku ds [kr] vui; kxh dq] xkfM; k ds i fg; k l scus fu'ku] [kj k@i atk ds fu'ku] dPpsj kLrk i j Vh; jk l scus fu'ku] fji ko ty l s Hkj xOs hi st okVj dyD'ku jlh Vh; j] xeyj Qynku] tkoV ds fy, cus Qgkj} ukfy; h xOj uyk l s fj rk gyk ikuh gSMi Ei ,oa l kefgd mi; kx ds ty&l p; vokVj dyD'ku vlfn ePNj kads ishk gks ds LFku g

eyfj; k Qsykus oky ePNj : ds gq xns vlg cncnlkj ikuh ea ugh iuirka

ge ePNj kads ishk gks l sdS sjk l drs g

ge ePNj kads ishk gks ds LFku ds l ekir djds vFkok mues tgi rd l hko gks deh ykdj mudk fu; k dj l drs g mnkj. k ds fy, &

- l Irkg ea, d ckj vius dyj Vhuk ckfYV; h fMCk vlfn dk ikuh [kyh dj nA , k djus l s ePNj kads v. M yko vlg l; v"V gks tk; xA
- [kyh crzj Vhuk Vh; jk xeyk vlfn ea o"kk dk ikuh tek u gks nA
- gSMi Ei vlg uyk ds ikl j [k Med ihi rlyk vlfn dk ikuh Qd na vlg ml ds vkl ikl ds xOks ds Hkj na ft l l s ikuh tek u gks ik, A
- vius vpxu] fdpu&xkMU] Nr rFkk ?kj ds vkl ikl okys xOa Hkj n ft l l smues ePNj u iui usik, A
- l Med dPpsj kLrk i j xkfM; k l scuh [kkj i atk vlfn l s cus xOks ds Hkj rs jg ft l l smues ikuh u tek gks vlg ePNj u iui l dA l Med ds fdruk jscuh ukfy; k ds iV na vlg ugj kds fdruk jscus xOks ds Hkj nA
- vloj gM Vdk My'k ds fy, Nr ij cuh ; k j [kh Vfd; k



dyj dh l Qkbz djrk  
0; fDr



I Med i j ikuh l s Hkj xOks  
ds Hkj rs xteh.k



Mela vlfn ds dI dj yxus okys <Đduka l s <đ nA

- N&s rkykclj d&Mj i kjkla vlfn e&ePNjka ds ykoka dks [kkus okyh eNfy; k Myok, A
- ?kjyw ikuh ds fy, iDah ukfy; k rFk o"KZ , oa rQuh ikuh ds fy, ekj; k cuok dj ?jkla dh ty&fudkl 0; oLFk l kjkA
- ftu LFkkula l s ikuh ugha fudkyk tk l drk ogk ikuh dh l rgka ij feh dk ry vFkok eyfjvly Myok, A

ykoka kh eNyh Mkyrk  
gyk , d 0; fDr

eyfj; k&okgd ePNj d& sekjA

, s jlk; u tks d&Mj dks ekjrs gS d&Vuk'kh dgykrs gS tS s d&Vuk'kd] , pI h, pI kh, pI h/ eS&kFkvku vlfnA budk ?jkla ea fNMdko djds ePNjka dks ekj tkrk gA [kw pI us ds ckn ekn ePNj vkyt h gks tkrh gS vlg ?jkla dh nhokjla ij vkihe ajrh gA ePNj d&Vuk'kd] ½ftMy y bUJ DVhI kbMj dks l Ei dZ ea vkus l s og ej tkrk gA ePNjka l s Nydkjk ikuh dk , d mi k; ?jkla dks l kh dejkla dks l Fk j l kbj Hk. Mkj ?jk ½Vlg ½ ?kj y [kuh ½ckFk: e½ vlfn ea d&Vuk'kh dk fNMdko djuk gA

d&Vuk'kd fNMdko l s i gys vlg ml ds ckn dks&dku l h l ko/kfu; k cjrul pkfg, i \

d&kh&d&kh ylk fNMdko nykla dks vi us ?jkla; k j l kbz l fgr ml ds l kh dejkla ea fNMdko djus dh bZkttr ugha ns} D; kfd mlgas d&Vuk'kh dh xak vPNh ugha yxrh vlg os vi us ?jkla dh nhokjla ij fNMdko ds /Cs ugha yxus nuk pkgrA gea l ekt dks eyfj; k l scpus ds fy, fNMdko djus okyka dks vi uk l g; lk nuk pkfg, A



d&Vuk'kd



d&Vuk'kd fNMdko djrk gyk 0; fDr

d&Vuk'kh fNMdko l s D; k&D; k gfu; k gS \

eul; k vlg i 'kjkla dks 'kjhj ij [jkjc vlj i Mfk gA d&Vuk'kh; k ds yxkrkj i z lk l s eyfj; k&okgd ePNj ea muds fo: ) ifrj lkj ½ftLVSI ½ idV gks x; k gA rduhdh nf'V l s vfuok; l i fjlFkfr; k ea gh d&Vuk'kh; k dk mi ; lk djuk pkfg, A



ePNj nkukh ea l ksk gyk , d 0; fDr

ePNjka ds d&Vus l s cpus ds fy, ge &

- jkr dks ePNjnkfu; lk ylk l drs gA
- d&Vuk'kh; lk ½f UfkVd ik; jFkMj l s l d fDr ½Ei XuVMj ; k mi pkfj r ½VMj ePNjnkfu; lk dk i z lk dj l drs gA



- ePNj fod"klz Øhe yeklD; Wks fji ySV Øhe½ yxk l drs gA dhVuk'lh ; Dr dMfy; k ½dMly ½ yxkdj rFk fc tyh ds l k/kuka }kj k eSV ½dhVuk'lh ; Dr vfd; Wk xel dj ds ePNj k dks Hkxk l drs gA
- uhe dh i fuk; k Lfkkuh; : i l smi yCk ePNj k dks Hkxkus okyh vxjcUlh@/k vfn tykdj ePNj k dks Hkxk l drs gA
- vi us 'kj hj ds [kys Hkxk i j ge ePNj & fod"klz Øhe½; Wks fji ySV½ v. Ves V ½y ½ ; k uhe] fl Vtusyk vfn ds ry yxkdj ePNj k dks nj j [k l drs gA
- vi us ?kj dh f[kMfd; knjokthae tkyh yxk l drs gA

eyfj; k j lk funk 1MK; XukfI l ½ dS s dja\

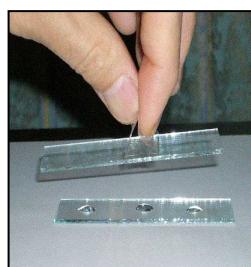
; g dk; Znks pj. kae ijk fd; k tkrk gS &

- l Hkh c[kj okysejhtk d[hu dh LykbM cukbl tkrh gA
- eyfj; k i j thoh dk irk yxkus ds fy, bu LykbM d[hu ek; ØkLdk ½fen'klz l s tka



eyfj; k dh tpo ds fy, LykbM d[hu ek v. i ryh irz dS scukrs gS\

- LykbM cokus ds fy, fuEufyf[kr midj.k pkfg, &



LoPN dpo i f; kA



pikkus dh l bZ  
Wifdak uhMy ½



pikkus okyh l bZ  
yxkus ds fy,  
dkdz okyh Li fl eu V; tka

fLi fJv ; k l koy

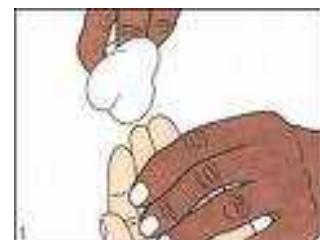
I kQ : ekyA

, d LykbM cDl A

- &I h s@yM dh , d i fl yA
- &tkudjh n tZVj dM dju ds fy , jftLVj vJ i i = V kO
- &cW i RUV i sA  
&vuqfud blykt Vifitfivo VNeV ds fy , eyfj ; k jkth nok, j V. Vh eyfj ; y Mxt
- , d gh LykbM ij [ku dh ek/h vJ i ryh irz cokus dh fof/k &



- ejt ds mYVs gkFk dh gFyh Åij dj ds rhl jh Åxyh Vfjx fQxj i dM V; Ldk ds i s ds vpxBs I s Hkh [ku fy; k tk I drk gA Cppka vks cM ds gkFk ds vpxBs I s dkh [ku ugha ysk pkfg, A

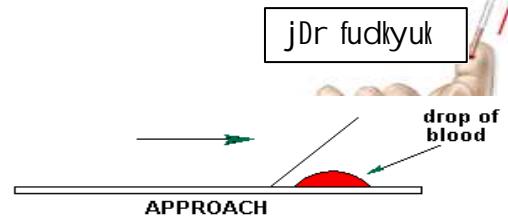


- fLi fJv ; k l koy eayds I s fikkxks : bZ ds Qkgs I s mxyh ds Åij h i k ds Fki Fki kdj vPNh rjg I s I kQ djaftr I s I kih fpdukz vJ / my feih fudy tk,A

- vc mxyh dks I lkus nA

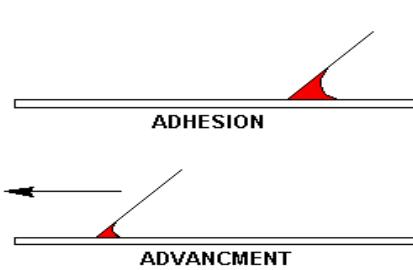


- I hks gkFk ea fol Øfer Vjky Vpukus okyh I bZ vFkok ykU V i dMdj I kQ fd; s q i ks , ij pikkA



- [ku dh cq dksfudyus nA

- tYnh I s I kQ LykbM dks ml ds fduljk I s i dM ds fn, <k I s [ku yA



- gYdk I k nckrs q LykbM ds Nkj okys fdulkjs I s , d I s VhetVj uhps [ku dh rhu cq yA

**Fig. 13 - How to prepare a blo** jDr dh cq

- bu rhukacnks I s , d I s VhetVj uhps LykbM ij [ku dh , d cq vJ yA

- : bZ ds Qkgs I s mxyh ij cps [ku dks i N yA

[ku dk i ryk yj vFku Leh; j½ cukuk

nI jh I kQ LykbM ysdj ml ds fpdus Nkj okys fdrukjs dks Li Mj vFkr~QSykus okyh LykbM ds : i eabLreky djrsqg [ku dh cplka okyh LykbM dks fdI h pi Vh vlg n<+I rg ij j [kdj ml dh , d cpl dks QSykus okyh LykbM Li Mj ds fdrukjs rd QSyus nA QSykus okyh LykbM dks [ku dh QSyh gpl, d cpl ij 45 vAk dk dks k cukrsqg j xMA bl ckr dks I qfpr djafd [ku QSykus okyh LykbM [ku dh cplka okyh LykbM dh I rg I s yxkrkj ij h rjg QSyus rd I eku I adzuk, j [ku

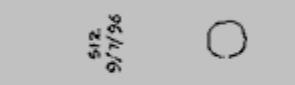
[ku dh ekh yj vFkd fle; j½ cukus dh fof/k

LykbM dks geskk fdrukjs ; k dks k l s idMA

[ku QSykus okyh LykbM ds dks dk bLreky djrsqg [ku dh rtuks cplka dks feyk na vlg xky ?ekrsqg ml dk ek/k xky yj cuk, A

bl xky ouk vA dgy½ dk 0; kl vMk; eVj½ , d l s VtehVj gkuk pkfg, A

I hl s ½yM½ dh ifly l s irys yj ds ?kus Hkx ea LykbM uEcj vlg rkjh[k fy [ku



jDr dh LykbM cukuk

LykbM dks I [kdj ejht dks "fj dkmZ Qkez" ea yiv dj ftruh tYnh gks I dks tkp ds fy, i; kx' kkyk ea HkstA

vc [ku dh cpl QSykus ds fy, tks LykbM bLreky dh xbZ Fk mls jDr dh cpl yus ds fy, bLreky djrsqg QSykus ds fy, xih ekl subz LykbM ya vFkr~ubz LykbM dks Li Mj cuk, A

cplkj dsejht dk D; k bykt djuk pkfg, \

eyfj; k dk vuelfud bykt vifitivo vNeV½ &

- fi Nys i Ung fnuksa; fn fal h dks cplkj vk; k gS; k ml I e; Hk cplkj vk jgk gSrk tgk; I Hk gks ogkml ds [ku dh LykbM cuuk pkfg, vlg tgk LykbM cukuk I Hk u gks rk gk ml seyfj; k dk vuelfud mi pkj nsuk pkfg, A
- xHkbrh efgykvka, oaf' k' kyka l fgr iR; d vk; qoxZ ds L=h vlg iq "ka dks vuelfud mi pkj nsuk pkfg, A
- ; g vuelfud mi pkj [ku ea eyfj; k i jthfo; ka dks ekj dj jkxh dks jkgr igpkus ds fy, fn; k tkrk gA

dks Hk cplkj eyfj; k gks I drk gS

cplkj gksa ij rjUr [ku dh tkp djksa, oaf' Hkfor mi pkj] xlp ds cplkj & vksfk forj.k dUz, oaf' LokLF; dUz I sfu% yd yA

I Hkfor mi pkj

iR; d cplkj ds jkxh dh tkp ds fy, [ku yus ds rjR ckn eyfj; k dk I Hkfor jkxh ekudj fuEukuj kj mi pkj nsuk pkfg, A

$\text{vk; q}$	DyljDolu dh xkyh dh ek=k
0&1 o"kl rd	1@2 xkyh 75 fe-xte
1 o"kl s vf/kd 4 o"kl rd	1 xkyh 150 fe-xte
5 o"kl s vf/kd 8 o"kl rd	2 xkyh 300 fe-xte
9 o"kl s vf/kd 14 o"kl rd	3 xkyh 450 fe-xte
14 o"kl s vf/kd	4 xkyh 600 fe-xte

uk% [xkyh i u xkyh ugahyA

vkely mi plkj 1/1j- Vh½

I tikkor mi plkj nsus ds ckn ; fn [ku dh tkp e eyfj ; k l(e tho ik; k tkirk gsrks rjUr eyfj ; k ij thoh ds idkj ds vuq kj 01 ; k 05 fnu dk vkely mi plkj 1/1jTckM; e QYI hQje I seyfj ; k gkus ij 01 fnu dk lyktekM; e okboDI I seyfj ; k gkus ij 05 fnu dk LokLF; dk; Zdrk mi dñm i k LokLF; dñm fpfdRI ky; I s ikr dj nokbz kadh i jh [kjkd i jh vof/k rd yrsjguk pkfg; A

$\text{vk; q}$	DyljDolu 1/150 mg. cd ½ ifr xkyh doy , d fnu ds fy, lyktekM; e okboDI vFok lyktekM; e QYI hQje I seyfj ; k gkus ij	i beldou ½-5 mg. cd ½ ifr xkyh iR; d fnu ds fy, i kp fnukrd lyktekM; e okboDI I seyfj ; k gkus ij	i beldou ½-5 mg. cd ½ ifr xkyh doy , d fnu ds fy, lyktekM; e QYI hQje I s eyfj ; k gkus ij
, d Tky Ts de	1@2 xkyh	&	&
1&4 o"kl	1 xkyh	1 xkyh	1 xkyh
5&8 o"kl	2 xkyh	2 xkyh	2 xkyh
9&14 o"kl	3 xkyh	4 xkyh	4 xkyh
15 o"kl ; k vf/kd	4 xkyh	6 xkyh	6 xkyh

uk% & xkbri efgylvls dls i beldou dh xkyh uganh tkrh gA

Ekyfj ; k fu; e. k eavk' lk dh Hkkxhnkjh

- iR; d vkk l Ei wkl xte dk jsiM l oj djarFkk iR; d ?kj eacdkj ds jkxh dk irk djas rFkk l Fkk gh ?kj eao vkl i kl ikuh ds L=kr tS & Vkrk ikuh dh Vdhr rFkk bdék gq ikuh dh tkudkjh ikr djakA
- ; fn dkbz ?kj eacdkj dk jkxh ik; k tkirk gsrks
  - jkxh dh Cym LykbM yh tkos rFkk LykbM ij vkk dls vkoNr dkm uecj o Cym LykbM uecj vldr djA; fn vkk l g; kxuh Cym LykbM ugh ys ikrh gsrks LokLF; dk; Zdrk } jkj LykbM yuk l fu; fpr djk, A
  - cdkj ds jkxh dls ekds ij , Q-vkj-Vh nh tko , Q-vkj-Vh dh igys fnu dh [kjkd vkk vi us l keus gh jkxh dls f[kyka ij /; ku j[kk tkos fd , Q-vkj-Vh fd l h Hkh flFkfr eaHkfks i u uganh tkoA
  - fd l h Hkh ?kj eacdkj dk jkxh ik, tkus ij ml ?kj ds l Hkh l nL; k dls , Q-vkj-Vh nh tkuh vko'; d gA
- I Hkh ?kj ka ea ¼pkgs ml cdkj ea jkxh gks ; k u gkz rFkk vkl & i kl i s ty L=krks tS & Vkrk ?kj ds vlnj ikuh dh Vdhr o Qsys gq ikuh ea VekQkM vko'; d : i l s Mkyk tkos rFkk

edku ds ckgj iſſl y l s VekQW Mkyus dh rkjh[k o Vkdks dh l{;k fy[kh tkos rFkk  
l klrkgd : i l s Mkyk tkosA

- c[kkj ds jkx; k dh l xgr CyM LykbM e; l ph ds iFkfed LokLF; dñz ij Hksth tkos o CyM LykbM dyDV djus rFkk i h, p-l h ij Hkstus ds chp 3 fnu l s de le; jguk pkfg, A
- ; fn fdI h jkx dh CyM LykbM ea i h, Q ; k feDI dI dh l puk i h, p-l h l s i ktr gsrks jkx dh vkj Vh ds vuq kj nh tkosA
- ; fn dkBz jkx i h, Q ; k feDI dI ik; k tkrk gsrks ml ds ?ij ds l nL; karFkk vkl & i kl ea jgus okyks dh 50&60 dkVdVt dh LykbM ydij Hksth tkos l kFk gh i h, Q ; k feDI dI dh i fr l Irkg Fol lowup l i de ydij] yxkrkj pkj ckj uxVo vkus rd Hkst xA
- v'kk vi us vkoVr {k= ea c[kkj vFkok vU; jkx l sviR; kf'kr of) gkws ij vi us {k= ds fpfdRl k vf/kdkj h i Hkjh dh l fpr djxhA

l ož ii =

Ø- l a	i f jokj ds eſſl; k dk uke	i f jokj eadly l nL;	dy Vkdſ Vid; k dh l {;k	fo'kk fooj.k ; fn ?ij ea dkBz c[kkj dk jkx dh gsrks fooj.k

c[kkj ds jkx; k dh l puk ii =

Ø- l a	edku l {;k	c[kkj ds jkx dh fooj.k e; mez	ch- , l - uecj	nſ xbz nok	?ij ea l nL; k ds uke ftudks nok nh xbz	nok dh ek=k	?ij ds Vkdſ Vidh dh l {;k	jMh Vw ;it ?kky dh ek=k

VekQW Mkyus x, i s ty L=lrk&edku&dh l ph i i =

<b>Ø</b>	e	e[k ; k	dly Vids	VekQW Mkyus dk fooj.k e; rkj h[k o ek=k							
-	d			I	w	r	p	i	N	I	v
I	k	dk	Vid; k	ke	I	I	kh	kp	Bh	k	k
a	u	uke		ck	jh	jh	ckj	oha	ck	r	B
-	u			j	ck	ck		ckj	j	o	o
E					j					h	h
C										c	i
J										k	c
										j	k

ykokl i frj kth nok VekQW ½ ?kky cokus dk rj hdk &



VekQW tks fd 50% EC ds: i e&5 yhVj fMCkaeavkrk gA ml dk 2-5 CC ¼kbz feyh½ l hfjt eaydj 10 yhVj i ku h eaMky dj ?kky r§ kj dj ya

VekQW Mkyus dh fof/k &

VekQW dks i hus ds i ku h ds VekQW Mkyk tkrk gA i ku h eaMkyrs l e; gh ?kky cuk; k tko vks nks ?k. Vs ds i wZ gh dke eafy; k tkoA ek=k &

, d oxZehVj i ku h dh l rg ij mijdr cuk; s x; s ?kky dk 20 feyh Mkyk tkrk gA ; fn i ku h dh xgjkbz½ ehVj ½0 l eh½ gkA

; fn i ku h dh xgjkbz½ ehVj l sT; knk gks rks 40 feyh i fr oxZehVj ?kky Mkyk tkrk gA

mnk gj. k 1 &

VekQW dh yEckbz 2 ehVj o pklkbz 2 ehVj] i ku h dh xgjkbz 45 l eh  
i ku h dh l rg dk {k=Qy ¾ yEckbz X pklkbz  
2 X 2 ¾ 4 oxZehVj

4 oxZehVj X 20 feyh ¾ 80 feyh  
bl i dkj VekQW dh ?kky Mkyk tk, xKA

mnkgj . k 2 &

Vdhl dh yEckbz 2 ehVj o plMkbz 3 ehVj] ikuh dh xgjkbz 1 ehVj

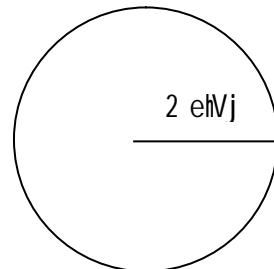
$$\begin{array}{ccccccccc} \text{ikuh dh l rg dk } & \{ & \text{Qy} & \frac{3}{4} & \text{yEckbz X} & \text{plMkbz} \\ & 2 & X & 3 & \frac{3}{4} & 6 & \text{oxL ehVj} \\ & 6 & \text{oxL ehVj} & X & 40 & \text{feyh} & \frac{3}{4} & 240 & \text{feyh} \\ \text{D; kfd ikuh dh xgjkbz } & \frac{1}{2} & \text{ehVj} & \text{l sT; knk g\%} \end{array}$$

b1 idkj Vdhl ea240 feyh VekQW dk ?kky Mkyk tk, xKA

mnkgj . k 3

Vdhl dh f=T; k \j fM; l \frac{1}{2} 2 ehVj ikuh dh xgjkbz 45 l sT

$$\begin{array}{ccccccccc} \text{ikuh dh l rg dk } & \{ & \text{Qy} & \frac{3}{4} & \pi r^2 \\ & 3-14 & X & 2 & X & 2 & \frac{3}{4} & 12-57 & \text{oxL ehVj} \\ 12-57 & \text{oxL ehVj} & X & 20 & \text{feyh} & \frac{3}{4} & 251 & \text{feyh} \\ \text{D; kfd ikuh dh xgjkbz } & \frac{1}{2} & \text{ehVj} & \text{l sde g\%} \\ \text{b1 idkj Vdhl ea251 feyh VekQW dk ?kky Mkyk tk, xKA} \end{array}$$



mnkgj . k 4

Vdhl dh f=T; k \j fM; l \frac{1}{2} 2 ehVj ikuh dh xgjkbz 1-00 ehVj

$$\begin{array}{ccccccccc} \text{ikuh dh l rg dk } & \{ & \text{Qy} & \frac{3}{4} & \pi r^2 \\ & 3-14 & X & 2 & X & 2 & \frac{3}{4} & 12-57 & \text{oxL ehVj} \\ 12-57 & \text{oxL ehVj} & X & 40 & \text{feyh} & \frac{3}{4} & 502 & \text{feyh} \\ \text{D; kfd ikuh dh xgjkbz } & \frac{1}{2} & \text{ehVj} & \text{l sT; knk g\%} \\ \text{b1 idkj Vdhl ea502 feyh VekQW dk ?kky Mkyk tk, xKA} \end{array}$$

v/; k; 7

tkuoj d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vus i<sup>j</sup> i<sup>k</sup>Ffed mi plj

j<sup>s</sup>cht , d , s h gh chekj<sup>h</sup> g<sup>s</sup>ft l l s eR; q dh l l<sup>k</sup>ouk 100 i<sup>f</sup>r'kr g<sup>k</sup>rh g<sup>A</sup> ftl tkuoj d<sup>s</sup> 'k<sup>j</sup> h esj<sup>s</sup>ht fo"<sup>k</sup>k. k<sup>g</sup>s v<sup>k</sup>j og fd l h 0; fDr d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>V ys rks ml s ; g chekj<sup>h</sup> g<sup>k</sup>s l drh g<sup>A</sup> bl dk d<sup>k</sup>bz bykt vc rd mi y<sup>k</sup>/k ugh<sup>g</sup>s b<sup>l</sup> fy, c<sup>p</sup>ko vfr vko'; d g<sup>A</sup> j<sup>s</sup>ht dk ejht+i<sup>k</sup>uh l s Mjrk g<sup>s</sup> D; k<sup>d</sup> i<sup>k</sup>uh i<sup>h</sup>rs l e; ml dh xys dh eld i<sup>f</sup>'k; k<sup>a</sup>eaf[<sup>k</sup>po g<sup>k</sup>rk g<sup>A</sup>



j<sup>s</sup>ht vf/kdrj d<sup>g</sup>ls ; k fcYh d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vus l s g<sup>k</sup>rh g<sup>A</sup> ; g c<sup>u</sup>nj] H<sup>k</sup>M] x/k<sup>k</sup> ?k<sup>k</sup>M] cdj h xk; ] H<sup>k</sup>] ÅV g<sup>k</sup>Fk] f1 ; k<sup>j</sup> y<sup>k</sup>eMh] H<sup>k</sup>kyw v<sup>k</sup>fn d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vus l s H<sup>k</sup>h g<sup>k</sup>s l drh g<sup>A</sup> p<sup>k</sup>g] fxygj] [k<sup>j</sup> xk<sup>k</sup> uoyk] i{k<sup>j</sup> fpfM+ k<sup>j</sup> xk<sup>k</sup> jk<sup>j</sup> pexknM+v<sup>k</sup>fn d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vus i<sup>j</sup> j<sup>s</sup>ht ugh<sup>g</sup>i k<sup>b</sup>z tkrh g<sup>A</sup>

fuEufyf[kr i fjflFkfr; k<sup>a</sup>eaj<sup>s</sup>ht fo"<sup>k</sup>k. k<sup>j</sup> l s l Ei d<sup>Z</sup> dh l l<sup>k</sup>ouk g<sup>k</sup>rh g<sup>A</sup>

- tkuoj d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vsfcuk j<sup>s</sup>ht fo"<sup>k</sup>k. k<sup>j</sup> l s l Ei d<sup>Z</sup>%E; vDl efcju@?k<sup>j</sup>o i<sup>j</sup> y<sup>k</sup>j yxukA
- tkuoj d<sup>s</sup> d<sup>k</sup>Vus i<sup>j</sup> %, d ; k vf/kd txg i<sup>j</sup> tkuoj }jk<sup>j</sup> d<sup>k</sup>Vs tkus l s [k<sup>j</sup> fudy v<sup>k</sup>ukA
- i<sup>f</sup>rk<sup>j</sup>. k % d<sup>k</sup>Vuz k<sup>u</sup>v<sup>k</sup>ek dh i<sup>f</sup>ry<sup>k</sup> i<sup>f</sup>rk<sup>j</sup>. k
- , d 0; fDr l s nul js 0; fDr d<sup>s</sup>%j<sup>s</sup>ht xlr 0; fDr dh n<sup>k</sup>kkky djrs g<sup>q</sup> ml dh y<sup>k</sup>j d<sup>s</sup> l h/s l Ei d<sup>Z</sup> e<sup>v</sup>ukuk ¼ fn l k<sup>o</sup>h<sup>k</sup>fed l ko/kfu; k<sup>a</sup>j [k<sup>j</sup> tk, arks, s h flFkfr c<sup>g</sup>rf de n<sup>k</sup>kus d<sup>s</sup> feyrh g<sup>A</sup>

j<sup>s</sup>ht fo"<sup>k</sup>k. k<sup>j</sup> l s l Ei d<sup>Z</sup> dh flFkfr; k<sup>a</sup>d<sup>s</sup> rhu J<sup>k</sup>. k; k<sup>a</sup>eaf<sup>k</sup>fr d<sup>s</sup> dj muds fy, mi ; fDr mi plj uhp<sup>s</sup> dh rkfydk eafn; k x; k g<sup>A</sup>

Js kh	fL <sup>k</sup> fr; k <sup>a</sup>	mi plj
i <sup>f</sup> ke	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tkuoj d<sup>s</sup> f[<sup>k</sup>yuk] Li 'k<sup>j</sup> djuk] l gyuk]</li> <li>• 'k<sup>j</sup>hj i<sup>j</sup> , s h txg y<sup>k</sup>j yxuk tgka i<sup>f</sup>gys l s d<sup>k</sup>bz ?k<sup>j</sup>o ugh<sup>g</sup>FrkA</li> </ul>	mi plj dh vko'; drk ugh <sup>g</sup>
f <sup>j</sup> rh;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• , s h pl<sup>k</sup> [k<sup>j</sup>lp tgka l s [k<sup>j</sup> ugh<sup>g</sup> v<sup>k</sup> jgk gl<sup>k</sup> i<sup>j</sup> tkuoj dh y<sup>k</sup>j yxukA</li> </ul> 	?k <sup>j</sup> o dh t <sup>k</sup> p dj& <ul style="list-style-type: none"> <li>• ?k<sup>j</sup>o d<sup>s</sup> l k<sup>j</sup> o i<sup>k</sup>uh l s /k<sup>j</sup>A</li> <li>• , v<sup>k</sup>hck; k<sup>k</sup>Vd] fVVus V<sup>k</sup>Dl kbM rFk<sup>k</sup>, v<sup>k</sup>hbu<sup>k</sup>yevjh nokbz k<sup>a</sup> }jk<sup>j</sup> b<sup>k</sup>ykt djk, A</li> <li>• tkuoj d<sup>s</sup> Vhd<sup>k</sup> y<sup>k</sup>k g<sup>s</sup> ; k ugh<sup>g</sup> rFk<sup>k</sup> m l s 10 fnu rd n<sup>k</sup>lk tk l drk g<sup>s</sup> ; k ugh<sup>g</sup> i<sup>j</sup> fopkj ugh<sup>g</sup> djrs g<sup>q</sup> v<sup>k</sup>lirky ea M<sup>k</sup>D<sup>k</sup>Vj dh l y<sup>k</sup>k l s f<sup>k</sup>' w dYpj oDl hu d<sup>s</sup> Vhd<sup>k</sup> y<sup>k</sup>okuk i<sup>k</sup>jk<sup>j</sup> djA</li> </ul>
r <sup>j</sup> h;	<ul style="list-style-type: none"> <li>• , d ; k vf/kd txg i<sup>j</sup> tkuoj }jk<sup>j</sup> d<sup>k</sup>Vs tkus l s [k<sup>j</sup> fudy v<sup>k</sup>ukA</li> <li>• E; vDl efcju i<sup>j</sup> y<sup>k</sup>j yxukA</li> <li>• fcuk mckys n<sup>k</sup> i<sup>k</sup>hukA</li> </ul> 	?k <sup>j</sup> o dh t <sup>k</sup> p dj& <ul style="list-style-type: none"> <li>• /k<sup>j</sup>A</li> <li>• j<sup>s</sup>ht bE; uks Xyl<sup>k</sup>; fyu Vhd<sup>k</sup> y<sup>k</sup>ok, A</li> <li>• , v<sup>k</sup>hck; k<sup>k</sup>Vd] fVVus V<sup>k</sup>Dl kbM rFk<sup>k</sup>, v<sup>k</sup>hbu<sup>k</sup>yevjh nokbz k<sup>a</sup> }jk<sup>j</sup> b<sup>k</sup>ykt djk, A</li> </ul>

## jɛcht tɛkuoj eɛ

jɛcht gɛlus i j tɛkuoj ; k rɛs , d txg cɛB tkrk gɛS [kuk i huk NɛM nɛr k gɛS vɛkj 2 &3 fnuklaej tkrk gɛA nɛlj h fLFkfr eɛog vdkj . k Hkkxrk o Hkkdrk gɛA vkl & i kl okyka dks fcuk dkj . k dkV ysk gɛA m l dh vlok tɛkkjh gks tkrk gɛS vɛkj vR; f/kd ykj fxjus yxrh gɛA 2&3 fnukla i 'pkr~og ej tkrk gɛA



; fn vkl & i kl dkbz dɛkk ejrk gɛS rks i rk yxk, afd fi Nys 10 j kst eɛbl dɛks us fd l h dks dkVk rks ughA ; fn dkVk gɛS rks rjUr ?kko dh I OkbZ djds ejht dks jQj dj nA ; fn dɛks us fd l h 0; fDr dks dkV fy; k gɛS; g i rk yxkus dh dks'k' djaf fd l dɛks us dkVk gɛA i rk yx tk, rks m l dks ekjaughacfYd 10 fnukla rd m l ij utj j[ka ; fn og bl 10 fnu dh vof/k eɛej tkrk gɛS rks jɛcht dh I Hkkouk i cy gɛA bu 10 fnukla eɛbykt tkjh j[ka ; fn 10 fnu ckn dɛkk LoLFk utj vL, rks MɛWVj dh I ykg I s bykt jkdk tk I drk gɛA jɛcht xLr dɛkk 10 fnukla rd thfor ugha jgrk ej tkrk gɛA; fn dɛks dk i rk u yx ik, rks bykt 'kq dj nA vɛkj ijk bykt nA; g ekurs gq fd og dɛkk jɛcht xLr FkKA ; fn ; g tɛkuoj Hkk ckn eɛej tkrk gɛS rks m l s xgjs xi'se nck nuk pkfg, A



## jɛcht vɛeuf; eɛ

; fn jɛcht I s i hfMr tɛkuoj ds dkVus ds ckn bykt ugh fy; k rks jɛcht gks I drh gɛA bl dks gkbMɛQfsc; k vFkkr 'iuh I s Mj\* dgrs gɛA ; g tɛkuoj laej ugha i k; k tkrkA 0; fDr dh xys dh ekd i f'k; k ikuh i hus dk i z kl djus i j I zdfpr gks tkrk gɛS og ikuh ugha i h I drk vɛkj ikuh dks n[kdj Mjrk gɛA rst gok ikuh rst vlok] jks ugha vlfn I s m l dks rku vkus yxrh gɛA og ijh rjg gk k eajgrk gɛS vɛkj 5 I s 6 fnukla ea m l dh eR; qgks tkrk gɛA



## mi pkj

tɛkuoj ds dkVus i j mi pkj ds rhu eɛ; pj . k gɛA

- |    |   |
|----|---|
| 1- | ?kko dks I kQ djukA   |
| 2- | ?kko dk j <small>ɛ</small> cht bE; wks Xyk; fiyu 1/vkj-vkbzth½ I s mi pkj djukA |
| 3- | fV' kwdypj oS1 hu 1Wh1 hoh½ ds Vhds yxkulA                                      |

## ,UVhjɛcht batD'ku

oréku eɛHkj r eɛdoy Vh1 hoh dk Vhdk mi yC/k gɛA cktkj eɛmi yC/k Vh1 hoh batD'ku dh 5 [kjkd vlo'; d gɛS; fn [krjk vf/kd gɛS tS s dkVus oky tɛkuoj fuf'pr : i I s jɛcht xLr ; k ?kko cgrf cMk gɛS; k ?kko dks rjUr I kQ+ughafd; k x; k Fk] tɛkuoj txyh Fk rks NBk batD'ku Hkk yxokuk pkfg, A I kfk gh MɛWVj dh I ykg I s ,UVhjɛcht I hje Hkk yxokuk pkfg, A

- |    |   |                               |
|----|---|-------------------------------|
| 0  | & | i gyh [kjkd                   |
| 3  | & | n <small>ɛ</small> lj h [kjkd |
| 7  | & | rhl jh [kjkd                  |
| 14 | & | pks h [kjkd                   |
| 28 | & | i kpo h [kjkd                 |



; fn i gyh vFkkr~0 [kjkd fnukla 02-01-09 dks nh xbZ gS rks fuEukut kj ckdh [kjkd nA

0 & 02-01-09  
 3 & 05-01-09  
 7 & 09-01-09  
 14 & 16-01-09  
 28 & 30-01-09

0      3      7      14      28

### ; kn j [k]

- 1- , d iijk batD'ku fd l h Hkh mez ds 0; fDr dks i ; klr gScPps dh [kjkd de ughagkrh gA
- 2- ; g Vhdk geskk ckg eayxkuk plfg, A dVgs ij dnlf i u yxk, A
- 3- Vhdk fu/kkj r frffk dks gh yxok, a vU; Fkk vI j de gks tk, xkA
- 4- I fuf' pr dj ya fd Vhdk fQzT I s fudky dj fn; k x; k gA ckgj j [kus ij bI dk vI j de gks tkrk gSvlg nckj k fQzT eaj [kus ij Hkh oki I ughavkrkA
- 5- ftruk tYnh gks I ds Vhds yxokuk 'kq djok nA

ikFfed mi pkj eavk' k&l g; kfxuh dh Hkfedk %

jchit 100 ifr'kr ?kkrd gSvr%cpko eagh bykt gA ; fn dVkk dkV ys rks /; ku nsus ; k; ckra%

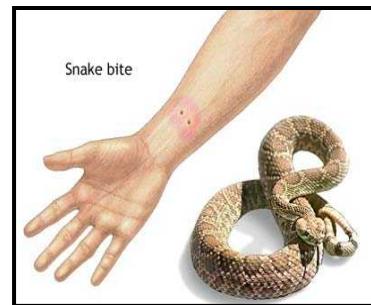
- dVks gq LFku dks rjU rjU l kcy o ikuh I s 5 feuV rd vPNh rjg /kks dj I kQ djus dks dgA bI I s ykj eakstn fo"kk.kq 'kj hj eaisk ughadlj ik, xkA
- ; fn ml I e; I kcy miyC/k u gks rks ikuh dh /kj I s ?kko dks 5 feuV rd /kks i A jxM+dj u /kks A
- ?kko ij fVldpj vk; Mu@chVkfMu (Betadine) ; k 70% vYdkgjy (Alcohol) yxk nA
- ?kko ij dkclud , fl M (Qhukky) u yxk, A
- ?kko ij rjir Vks u yxok, A ; fn ?kko ij Vks yxkus dh t: jr gS rks 48 ?kks i 'pkrg-gh yxk, A rjir Vks yxkus I s fo"kk.kq 'kj hj eaytYnh iask dj I drsgA
- ?kko ij pwk sep] fl Ddk elj ijk ts h phtau yxk, A
- VVul dk , d batD'ku yxok nA '
- Rjir , UVhjchit bykt ds fy, jQj djA
- dVks dks 10 fnu fuxjkuh eaj [k elj aughA
- jchit I scpus ds fy, bykt ya >M&Qd I s ; g Bhd ughags I drk gA
- , d batD'ku yxokdj bykt cln u djij ijk bykt ya
- ; fn xk; ] Hk ] cdjh vlfn dks dVks us dVks gS rks i 'kqfpfdRI d I s i jke'k yavlg byktadjok, A
- ; fn gkbMRQkfc; k ds ejht ds I Ei dZ ea LoLFk 0; fDr vk; k gS rks ml dks rjir jQj djas rkfd I j{kRed Vhds yxk, tk I da

### I iznak

I kj kdh 3500 iztfr; kaa I s doy 250 gh fo"ks h gkrh gA I Hkh I enp I iz fo"ks gks gA tehu ij ik; s tkus okys doy rhu idkj ds I iz fo"ks gks gA

ikFfed mi pkj eavk' k&l g; kfxuh dh Hkfedk %

- ejht dks I kouk na vlg I eek, i fd I c I iz fo"ks ugha gks vlg fo"ks I iz ds dVks dk bykt I Eko gA
- dVks gq LFku ds Aij dh vlg ncko Mya rkfd fo"k 'kj hj eade iask djA



- dks gq vax dks de ls de fgyk, a Myk, A
- dks gq LFku ds Åij dh vlg dl dj i lh cdk na rkfd Åijh f'kj, a cln gks tk, A bl dks ifr 10 feuV ij 90 l dM dsfy, <hyk djarkfd jDr l plj cuk jgA
- dks gq vax dks de ls de fgyk, i Myk, i A
- dks gq i R; d?kko ij 1 leh yEck o pM dkl cuk, a tks 1@2 leh xgjk gks vlg bl eal s l D'ku cYc %Suction bulb% ds }jk [ku ckj&ckj fudky dj Qd nA , k , d ?W/s rd djA
- ?kko dks vPNs l s l kQ dj nA
- ejht dks bl l c ifO; k ds l kfk gh vLirky ys tkus dh O; oLFkk Hh djA
- vLirky e Anti-shanke Xeenom 20 MI IV fn; k tk, xkA bl dh [kjkd ifr 6 ?W/s ea npkjk nh tk, xkA tc rd ejht Bhd u gks tk, A



v/; k; 8

tyuk@&gt;yI uk ,oe-i kfed mi pkj

tyuk@ >yI uk ,d I keW; : i I s gkjh okyh nqWuk gS tks fd ,d xEhkj Js kh ea vkrh gA  
 tyus efgyk,a e[; : i I s f'kdkj gkjh gA dN gkn l s LVk ds QVus ,oe~xS fl ys Mj e[ xS ds fj l ko I s gkrs gA efgyk,a ,oe-cPps xeZ rjy i nkFk l nW pk;] ry] nky br; kfn l dh otg I s Hk ty tkrs gA  
 0; fDr lo;a dh xyrh I s tys vFkok nti jk dh otg I s bykt ea dkBz vUrz ugh gkrs gA



tyuk nls i zdkj I s gks I drk g%

- 1- 'kjd m"ek }kjk% Toky k vlx ds I Ei dZ es vkus I } xeZ ok; q vlg xeZ oLrq ds I Ei dZ es vkus I s ty I drs gA
- 2- ue m"ek }kjk% xeZ ty ,oe~vll; rjy i nkFk Hki ds I Ei dZ es vkus I s ue m"ek }kjk tys dh Js kh ea vkrk gA ftl I s QQsys gks tkrs gA

tyus ds e[; dkj . k%

1- m"ek }kjk tyuk%

- vlx]
  - xeZ rjy i nkFk
  - xeZ Bk i nkFk
  - Hki ]
  - i Vlk s I s tyuk
- 2- dse dy yI k; u% }kjk tyuk%
  - 3- fctyh }kjk tyuk%
  - 4- fofdj . k }kjk tyuk%
- , fl M Vst kcl
  - , ydyh V{kj%
  - fctyh ds fdI h L=k ds I Ei dZ es vkus I }
  - vldk' k; fctyh ds fxjus I s
  - vYVrokbyV fdj . kka I s
  - , DI js dh fdj . kks I s

tys gq s Hkx dk vldyu%

tyus dh xEhkj rk fo'kkrk ij nks rjg I sek h tk I drh gA

- 'kjhj ds dy {k= dk ifr'kr tks tyk gyp gA
  - tyus dh xgj kbl ,oe-'kj h ij tyus dk LFku
- o; Ldk es tys gq s {k= dk vldyu uks vld dk fu; e^ (: y vM ukbu) ds }kjk fd; k tk I drk gA
- 1- fl j ,oe-pgjs ds tyus ij 9 ifr'kr ekuk tkrk gA
  - 2- nks gkFk 19 ifr'kr +9 ifr'kr 18 ifr'kr
  - 3- Nkrh ,oe-i V dk I keus dk fgLI k 19 ifr'kr +9 ifr'kr 18 ifr'kr

4- Nkrh ,oe-iV dk i hNs dk fgLk k 19 ifr'kr +9 ifr'kr% 18 ifr'kr

5- nkuk i§ vlxS ,oe-i hNs l s 2 x19 ifr'kr +9 ifr'kr% 36 ifr'kr

6- tuuk 1 ifr'kr

bl rjg tysq s dly i Hkfor {ks dh x.kuk : y vklD ulbu ds }jk dh tk l drh gA  
l kkj.k l s vf/kd rkieu ds l Ei dz e vkus l s 'kjhj dk l Ei dz oky k fgLk ty tkrk gA tyus dh xHkjrk fuEu ckrk i j fuHj djrh gA

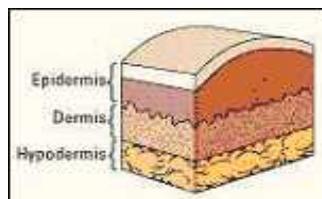
- rkieu dh rhork

- rkieu ea l Ei dz dk l e;

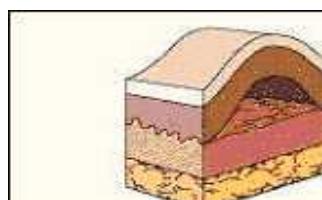
- 'kjhj l s L=kr dh njh

ftl dk oxHdj .k fuEu izdkj l s fd; k tk l drk gA

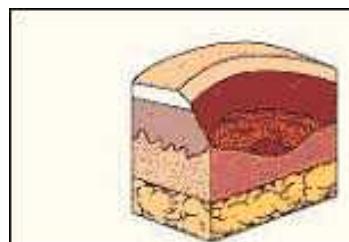
(1) gydk tyk gyk (ekbuj cu% 10 ifr'kr 'kjhj dh l rg dk {ksQy ftl ea , i hMfe l dh ckjrh i jr i Hkfor gksh gA



(2) e/; e izdkj dk tyk gyk (ehM; e cu% 10&20 ifr'kr 'kjhj dk {ksQy ftl ea , i hMfe l dh l Hk i jrs i Hkfor gksh gA



(3) xHkj tyk gyk (estj cu%



- 20 ifr'kr l s T; knk {ksQy] Mfe l dh xgj kbz ds l kfk l cD; Vfu; l fV'; w, oe- ekj ifk; k Hkh xLr gksh gA
- l Hkh izdkj ds nkg ftl eakFk psgj l vklk i ko ,oe-tuuk i Hkfor gksh gA
- fo | qh; nkj
- xHkj chekj; k l s xLr jkx; k (tJ s e/eg] QOMs dh chekj l d l j] fl j dh pkv vlfn% eakus oky k nkjA

tysq s 0; fDr ea i k; s x; s fplg , oe~y{ks. k%

- nnj tyu
- l; kl ] dia u] fl jnnz
- cpojil dke

- 'kjhj dk uhyk i Muk (l kbulfl l )
- rhoz 'ol u nj
- l nek

<ul style="list-style-type: none"> <li>• rsth ukMh</li> <li>• fuEu jDr pki i kFfed mi pkj%</li> <li>• I ožEke tyus dh ifØ; k dls rjUr jkdkA</li> <li>• tys gq s Hkkx ij Bmk ikuh MkyA ftI l s nn] tyu , oe~ tyus dh xEHkjrk ea Hkh deh gkxhA</li> <li>• ikuh Mkyus l s 'kjbj ij tys gq s fpids diMs Hkh vkl kuh l s mrkjs tk l drs gA tys gq s Hkkx dls l kQ diMs l s &lt;el dj j [ka ftI l sefD [k; ka, oe~ky l s ?kko dk cpko gkxkA</li> <li>• ejht , oe~ml ds vflkHkodk dls gk yk na , oe~mudk eukcy cuk; &amp; j [ka</li> <li>• ejht dls rRdky vLirky igpkuseenn djA tyus l s cpko%</li> </ul> <p>cpko bykt l scgrj gA</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• fl UfksVd diMs Yulbyku] i ksy; LVj½ vkl kuh l s vlx i dM+ysrs gA vr% [kkuk cukrs l e; l rh diMs i gua , oe~l kmh ds i Yyj ptjh , oe~vU; di Ms dk /; ku j [ka</li> <li>• LVko eagok Hkjus l s i gys LVko dscuj ds Nn dls fi u Mkydj l kQ dj arHkh LVko eagok HkjA , oe~tyk; A</li> <li>• j l kbZ es xg ds fjl ko dk geskk /; ku j [ka fjl ko gk us dh flFkfr ea dkBz Hkh fctyh dk cVu ugfhanc; l l kjs njokta , oe~f[kMfd; k [kky na , oe~jxyVj dls cln dj na A vkr'kk l g; kxuh dh Hkfedk , oe~mYkjnkf; Ro%</li> <li>• tys gq s Hkkx ij Bmk ikuh MkyA</li> <li>• tys gq s 0; fDr dls mi pkj grq vLirky igpkuseenn djA</li> <li>• ?kjaea LVko o xg i z kx dju oky l dls l g{k l Ecl/Hr rjhdka dscjjeat kudkj h na pkj , oe~i kFfed mi pkj</li> </ul> <p>?kko nks i dkj dgs l drs gA</p> <p>1- Ekkeyh ?kko &amp; tA s [kjlp vruk] j xMd yxukA    2- oks ?kko ftues [ku fudyus yxrk gA</p> <p>i kFfed mi pkj ea vkk&amp;l g; kxuh dh Hkfedk%</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ?kko fd l Hkh rjg dk gk ml dh rjUr ns Hkky vko'; d gA ?kko dh ns Hkky l s i gys vi us gkFk l kcu , oa LoPN ikuh l s vPNh rjg /kks ysk pkfg; A</li> <li>• ?kko dls l kQ ikuh , oa l kcu l s vPNh rjg /kks A vxj l Eko gk rks , d Hkxus ea : bZ , oa ikuh Mkydj mckyA ml dls oki l BUMk djds ?kko dls vPNh rjg l s bI : bZ l s l kQ djA</li> <li>• ?kko l kQ djrs gq s /; ku j [ka fd ml ea FkMh Hkh xUnxh uk jg ik; A ?kko ea FkMh Hkh xUnxh jg tkrh gsrks l Oe.k gk us dk [krjk j grk gA</li> <li>• l kQ fd; s gq s ?kko dls l v[ks na , oa ml ij xkt dls VpMs l s &lt;ddj i eh ckdk na ftI l s /ky] xUnxh , oaefD [k; ka l scpkko gk l dA</li> <li>• ?kko l s vxj [ku cg jgk rks ml l kQ dj ds xkt yxkdj FkMh dI dj i eh ckdk na vlg ejht dks fudV dls LOKLF; dkae ij mfpr mi pkj grq flkto; A</li> <li>• l kf; g Hkh ij ke'k na fd ?kko yxejht dls 'k/k fVvul dk batD'ku yxokuk gA</li> </ul> <p>?kko ij ey] dhpM+feeh/dHkh uk yxk, A bl l s [krjukd , oe~t kuyok fVvul dk jkx gk l drk gA</p>	   
---	--

v/; k; 9

### Lijfkr ekrRo

fookg dh I gh mez

fookg I s tMh ftEenkj; dks vPNh rjg fuHk I dks dh mez gh foog dh I gh mez gA bl ds fy, yMds vlg yMdh dk 'kjh , oaeu I s ijh rjg fodfl r gkuk t: jh gA bl h ckr dks /; ku eaj [kdj Hkj r I s l u~1978 I s foog ds fy, dkuuh mez r; dh xbz gA tks yMds ds fy, 21 o"l rFk yMdh ds fy, 18 o"l gA bl I s de mez ds yMds vlg yMdh ds foog dks cky foog ekuk tkrk gA bl fy, mfpr ; gh gs&

yMds yMdh gis a gkf'k; kjA rc gis 'kknh dh njdkjAA

cky foog I s gkfu; ka

- i fjokj dk vupkgk ck>
- yMdk rFk yMdh ds I keftd fodkl ea: dkov
- xHkkj; efk dSj dk [krjk@xHkkj; dk Bhd dke u djuk
- xHkkj.k , oa fuckz i z o ea dfBukbz
- ckj&ckj xHkkj@iFke elg ea xHkkj I s ekrk dh elg dk [krjk
- I e; iDzido
- i z o ihMk dh I gu 'kDr dk vHko@de Hkj f'kq dk tle
- vUu: uh vaks ij cjk iHko@vi ; klr Lruikud



### xHkrh efgyk dh i gpk %

dN [kli y{k.k tS s ekojkh dk : duk I fg ds I e; mYVh&eoyh vkn egI vlg gkuk Lruka ea i fforu vkn fdI h efgyk dks gis rks efgyk dh xHkkj.k grq i Skc dh tNp djokuh plfg,A



tVY y{k.k okyh xHkrh efgyk dh i gpk %

xHkkj.k dk irk pyus ds ckn efgyk tVY y{k.k okyh xHkkjLfk VgkbzjLd ixud hz earksugq bl dh ifV dN ckrain dj ; k n[k dj dh tk I drh gS tS %&

- 1- i gyh cjk 18 o"l dh mez I s i gys ; k 35 o"l dh mez ds ckn xHkrh gkukA
- 2- efgyk dh yEckbz4 Qly 10 bp I s de gkukA
- 3- efgyk dk otu xHkkj.k ds I e; 40 fdxt I s de gkuk ; k fQj 70 fdxt I s vf/kd gkukA
- 4- xHkrh efgyk ; fn i gys I s gh e/eg] mPp jDrpki] xnp ; k an; jks I s iHMF gkukA
- 5- ckj&ckj xHkkj krA
- 6- iDzido ea dfBukbz vHkjksu }jk i z o vFok e;r f'kq dk tleA
- 7- nls o"l I s de vHrjky ij i q% xHkkj.kA
- 8- plFk vFok vf/kd ckj xHkrh gkukA
- 9- I kekJ; : lk I s nfVxkpj gkuk okys y{k.k tS & ikp ea I vtu vka ; k uk[kuka ea I Qnh vukuk pDdj vukuk de fn[kuk] otu ugla<ukA

xHkobLFkk dh rhu tkpo dk Te; o vkk&l g; kxuh dh Hkmedk

rhu tkpo	vkk&l g; kxuh dh Hkmedk	
iFke tkpo 1/2Hkjj.k dk irk pyrsghz	iathdjk djokukA otu ,oajDr pki dh tkpo djokukA	
nh jh tkpo 4 ls 6 eghus ea	tVyrk dh igpku gksus ij fpfdRt d ds ikl jQj djukA otu ,oajDr pki dh tkpo djokukA vk;ju dh xlyh nukA tVus VD kbM dk iFke Vhdk yxokukA Lruka dh tkpo djokukA I Fkxr iz o ds fy, ekul cukuk A	
rh jh tkpo 8 oeghus ea	iZ dh foftV ds ckjs e gksuksokys foodkt ds vuq kj blykt djukA tVyrk dh igpku gksus ij fpfdRt d ds ikl jQj djukA tVus VD kbM dk iFke Vhdk yxokukA otu ,oajDr pki dh tkpoA i po eal tu dh tkpoA vk;ju xlyh dh fujUrjrkA Lruka dh tkpoA I Fkxr iz o ds fy, efgyk dk ekul r\$ kj djukA i fokj ds I nL; k ds I kfk jQjy ds fy, I kku 0; oLFkk A	
, d vfrfjDr foftV 9 oeghus eadju ls cgrj nqkky gksh gA		

xHkobLFkk ds nkjku vkgkj , oa foJke

xHkobrhi efgyk dks Lo; a , oa c<rs gj xHkobLFkk f'k'kq ds fy , vf/kd Åtkz , oa vkgkj] vk;ju] dsYI ; e , oa iHhu dh vko'; drk gksh gA

vkgkj I cdkh /; ku nus ; Hk; ckra

- i frfnu l e; ij uk'rk djukA
- FkMs l e; ds vrjky eadbckj 1/4&5 ckj 1/2 Hkstu djukA
- chM] fl xjV] rEckd] xjV] ls , o 'kjkc dk iz kx ughdjukA

i k"Vd vkgkj

vfrfjDr i k"Vd rkro dh ikflr grqml s fuEufyf[kr I eglo ls I acfkr [k] i nkFkk dk vf/kd ek=k eami ; kx djuk pkfg, &



- I kar vukt] vd(jr vukt] cktjk
- I k kchu] I kar nky] puk
- nk NKN] ngk] [kj]
- I Hkh idkj dh Qfy; gjh i Rnkj I act; dPph I ykn tksxktj] ey] VelVj] ddMh vfn
- eQy] fry] [kj] xM] ek] eNy] dyst h o v.Mk vfnA
- ?kj ry] ed[ku, phu] xM] 'kgn vfnA
- xHkobrhi efgyk, a vkuokMh dtnz ls ijd i kkgkj ys I drh gA
- xHkobrhi efgyk dks i frfnu nkj gj ea 2 ?ks foJke djuk pkfg, rFkk Hkjh otu mBkus bR; kfn dk; z ughdjuk pkfg, A

## vk'kk&I g; lfxuh dh Hkfedk

- 1- vki dks vi us xk ds {ls= dh I Hkh xHkrh efgvkls dks i gpku dj mudk i athdj.k djokuk gk gA
- 2- xHkrh efgyk dk i athdj.k 6&12 I lrkg ds Hkrj gks tkuk pkf, A
- 3- xHkrh efgyk dh I Hkh tkbs djokuk I fuf'p djukA
- 4- i kfodk dh vksuokMh dLnnz ij mi yCkrk dh rkjh[k ,oa I e; dh tkudkjh j [kuk rFkk xHkrh efgvkls dks vksuokMh dLnnz ij ys tkukA
- 5- xHkrh efgyk dks I rfyv vlglj ds ckjs es crkuk rFkk ;g I fuf'pr djuk fd og vksuokMh dLnnz ls vlglj ikr dj I dA
- 6- xHkrh efgyk dks tuuh I j{kk ;kstuk ds rgr ykHk fnyokus es l gk; rk djukA
- 7- vki dks fuEu dh tkudkjh Hkh j [kuh pkf, A
  - utnhdh , Q-vkj-; w fpfdRI ky; dh tkudkjh j [kukA
  - vki krdky esml I LFkk rd ds sigpok tk I drk gsrFkk ml ds fy, okgu dh 0; oLFkk dh tkudkjh
  - Cym VII Q; u] fl tfj; u vknf ij gks okys vuqfur ctV dh tkudkjA
  - xHkrh efgyk dks, oaml ds ifjokj tuk dks xHkbfLFkk ,oa i o ds I e; gks okys [krjkA dh tkudkjh nsukA

### i o dky esf Hkky %

fdl efgyk dks dc i o dky esf Vyrk gks tk, xh dguk ef'dy gk gA tfVyrk gks ds i 'pkr efgyk dh er; qesccg de I e; yxrk gS, oadbz ckj ekrvkla dh er; q gks tkrh gA bl fy, ;g vko'; d gsf d efgyk, aI Hkh I fo/kvkla; Dr fpfdRI ky; esgh vi uk i o djok,A

## vk'kk&I g; lfxuh dh Hkfedk



### i o ior\$ kjh dsfy; stkp I ph %

Ikfjokj I s iNA ,oa tkus	Ikfjokj dks crk; @I e>k; a
i o LFku dk pkf	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• efgyk o ifjokj I s i o ds LFku ,oa I Ecikr ;kstuk ds ckjs es iNA</li> <li>• ;fn os ?kj ij i o djukuk pkgrs gk rks dkj.k tkus dk iz kI djA</li> <li>• mul s iNA fd os vki krdky es D; k djA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ifjokj dks I e&gt;k; fd i o pkgs ?kj ij gk LokLF; dLnnz ij ;k vLirk y e] n{k I gkf; dk }kjk gkuk vR; Ur vko'; d gA</li> <li>• efgyk o ifjokj ds I nL; k dks fd I h Hkh i zdkj I LFkkxr i o djkus dks r\$ kj djA</li> <li>• ifjokj dks tuuh I j{kk ;kstuk ds ckjs es crk; A</li> <li>• ;fn ifjokj ?kj ij i o djkus ij tkj n\$ rks n{k i o I gkf; dk &lt;ks es mudh enn djA</li> </ul>
ifjogu	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• ;fn ifjokj us I LFkkxr i o dh ;kstuk cukbz gS rks mul s iNA fd os ogka dS st k; A</li> <li>• vki krdky es mudh ifjogu@; k=k I Ecikr ;kstuk ds ckjs es iNA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ikfjokj dks mi yC/k ifjogu I kku dh 0; oLFkk djus es I gk; rk djA</li> <li>• Ifjokj dks crk; fd jkf= ds I e; ;k [kjkc e] e es ifjogu dh 0; oLFkk dS dh tk I drh gA</li> <li>• gks I drk gsf fd mlga fd I h okgu ekfyd I s feydj igys I s gh 0; oLFkk djuh i MA</li> <li>• LKEiwlz ifO; k es I gk; rk djuk ,oa I LFk vLirk y tkuk I fuf'pr djA</li> </ul>

<p>vlo'; d l kexh dh r\$ kjh djuk</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>lkfjokj ls iNa fd mlgkus iz o ls igy} iz o nlku rFkk iz o mijkur ekrk gsrq D; k&amp;D; k 0; oLFkk, a dh gA lkfjokj ls iNa fd mlgkus f'k'q ds fy, D; k r\$ kjh dh gSA</li> <li>lkfjokj dks iz o ds fy, fuEufyf[kr vlo'; d l kexh , df=r djuses l gk; rk dj% ➤ Ekrk ds fy, % lQ oL=] l uVjh iM@diM] l kcp] pliy vkn A ➤ lkotkr f'k'q ds fy, % u; k CyM] uky ckus ds fy, /kxk] l kcp] lykfLVd p1j] vfrfjDr diMA ➤ dejs dh r\$ kjh % dejs dks l kQ] 'kjd , oa xez j [kulA • ifjokj dks lQ l kexh dk egRo crk; a rFkk l e&gt;k, a fd l q; oLFkr l kexh dk l e; ij feyuk vlo'; d gkrk gA</li> </ul> <p>i fjokj , oa l kexh; d l g; lks dh 0; oLFkk djuk</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ifjokj ls iNa fd iz o ds l e; ekrk ds l kFk rFkk iz o lk'pkr~uotkr f'k'q, oa?kj dh n[dky] ds fy, dks l kFk jgskA</li> <li>; fn vki krdky ea ifjokj dk ef[k; k ?kj ughg\$ rks fu. k dks yskA</li> <li>os n{k iz o l gk; dk ; k vki l s l Ei dz LFkkfi r dks dks rFkk l epk; @i Mld l s l g; lks dks ikr djokA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>; fn ifjokj us iz o ds l e; mifLkr gkus okys l nL; dk fu. k dj fy; k g\$ rks ml s iz o dh r\$ kjh l Ec/k/kr ppkze 'kfej djA ml s iz o ds nlku gkus okyh foHkhu xrfef/k; k dh tkudkjh na, oa l Hkh oLrqal q; fLkr : lk l s j [kus dks dga</li> <li>lkfjokj dks l e&gt;k, afd vlo'; drk iM s ij n{k iz o l gk; dk ; k vki l s l Ei dz dks dks dja</li> <li>l Eiwl if0; k ea viuh Hkxhnhkjh rFkk l g; lks l fu'pr dja</li> </ul>
<p>dks@j k'k dh 0; oLFkk djuk</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>lkfjokj ls iNa fd mlgkus ifjogu iz o , oavLirky ea gkus okys vlo'; d [kpZ dk i cl/k dj fy; k g\$ l Vlirky ea iz o l Ec/k; lskuk cukus ij , oa ekao f'k'q l s l Ec/k/kr vki krdhyu fLFkr eA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>lkfjokj dks ifjogu ds l kku ds [kpZ rFkk mi yC/k oguh; fodVi k ds ckje crk; A</li> <li>iz o l s l Ec/k/kr [kpZ gkus okyh vuelfur j k'k crk; A</li> <li>vki krdhyu fLFkr ds fy; s dN vfrfjDr j k'k j [kus dh l ykg nA</li> </ul>
<p>Lkfu'prk</p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>ifjokj dks dks fd efgyk ds iz o i hMk i kEhk gks gh vki dks l pr dja</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>mlgaf o'okl fnyk; fd iz o ds nlku vki l gk; rk ds fy; sogkamifLkr jgskA</li> <li>iz o i'pkr f'k'q dh n[dky] Lruiku , oavU; dk; k ekrk dks l g; lks dks dks fo'okl fnyk; A</li> </ul>
<p><u>it okrj nsdky</u></p> <p>vlo' fudyus ds ckn l s yd j tle ds 6 l lrg rd dh vof/k dks iz okrj dky dgrs gA</p> <p>iz o ds ckn nsdky D; k t: jh gS ; g n[dk x; k g\$ fd 60 ifr'kr l s vf/kd ekr' er; q iz o ds ckn gksh gk rlg l s 'kq ds rhu fnuks eA iz o ds ckn gkus okyh tVyrkvks dks 'khd igoku dj l e; ij mi pkj 'kq djus ds fy, iz o ds ckn ek&amp;f'k'q dh nsdky cgr t: jh gA bl l s iz o ds ckn gkus okyh ekr' er; q dks de djus eenn feyshA</p>	



i<sup>1</sup> o dsckn ekr` eR; qds e[; dkj.k g&

1- vR; kf/kd jDr L=ko

2- I de.k 1/2 1/2

3- nkjs vukuk 1/2 Dy&fl ; k/2

; fn i<sup>1</sup> o vLirky e gyk gS rks 24 ÄVs i gys LokLFk; dñnz I s Néh ughafeyuh pkfg, A ; fn i<sup>1</sup> o Äj ij gyk gS rks elao f' k' kq dls 24 ÄVs rd vdysk u Néh A

i<sup>1</sup> okj kUr foftV@I Ei dZ ds fy, ?kj tkuk A

3&5 ckj ekrk, oacPps ds fy, ?kj ij tk, aA fnol 1 1/ekrk o cPps ds LokLF; dñnz I s ?kj vkus dsckn ; k ?kj ij gq i<sup>1</sup> o dsnij s fnu 3] 7]14 ,oa28 A

### vk'kk&l g; kfxuh dh Hmedk

- i<sup>1</sup> o dsckn vk'kk&l g; kfxuh efgyk dh i<sup>1</sup> o lk'pkrtkpadjus dsfy, i fjokj dks l pr djA
- I fuf'pr djfd ekj o ifjokj dks [krjs ds y{k.k irk gao bu y{k.k ds fn[kus ij ekj dks I s vLirky tlp ds fy, tk, xh o dss tk, xh \
- i<sup>1</sup> kfodk dks i<sup>1</sup> korrj I ok nseaeenn djA
- Lruiku djkus ds fy, lkj ke'kz nA
- [krjs ds y{k.k ij ijke'kz %  
efgyk o ifjokj okyka dls crk, i fd fuEufyf[kr ea I s dkbz Hkh y{k.k gks rks rjir fcuk brtkj fd, vLirky ; k utnhdh LokLF; dñnz ij tlp ds fy, tk, i &
  - jDr L=ko ÄVs dsctk; c<uk
  - nkjs i Muk
  - I k yuseardyhQ
  - cdkj o detkjh
  - iV earst nnz
  - Lrukewalntu ; k yykbz
  - ; kuh I s cncinkj L=ko
  - i skc eannZ vFkok Lor% i skc fudyuk
- i<sup>1</sup> o dsckn nsHkky I kQ&I Qkb} i ksk.k f'k'kq dls vhdldj.k I cdh ijke'kz nA
- i<sup>1</sup> okrj dky ea, d efgyk dks l rfyv vkgkj dh vko'; drk gsrh gA tks fd vkbju dSYI ; e rFk i kVu dh ek=k ea vfk/dk gA
- dkfkr efgykvl dks vkuokMh dñnz I s ijd i kkgkj fn; k tkrk gA vki ; g I fuf'pr djfd budks ; g i klr gA
- 3 ekg rd vkJu dh xlky; kafnyok, i o ml ds fu; fer mi ; kx dk ijke'kz nA
- efgyk dk i ; klr vkJe o uhv yus ds fy, I e>k,A
- efgyk dks de I s de 6 I lrkg rd vkJe dju dh I ykg n ft I e 10 fnu fcLrj ij gh vkJe fd; k tkuk 'kfeey gA
- o\$ fDrd LoPNrk o jDrL=ko dsnkku LoPNrk j[kus dh I ykg nA
- 4&6 I lrkg ij LokLFk dñnz ij yk'us dh ijke'kz nA
  - lkjokj fu; kstu ij ijke'kz nA I kfk gh efgyk dks I e>k, i fd ; fn og cPps dks Lruiku ugha djokrh gS rks 1 efgus ea i p% xHkbrh gks I drh gA ; fn Lruiku djokrh jgs o ekgokjh u vK, rks cgpr I Hkouk gS efgyk 6 ekg rd xHkbrh ughafeyuhA ml s 6 ekg dsckn i fjokj fu; kstu ds lkku dke ea yus ds fy, ifjr dj o xHkujkld I lkuku dh tkudkjh nA cPpk ds chp vrjky ds Qk; ns crk, i A



v/; k; 10

### ifrdiy fy& vuqkr

I u~2001 dh tux.kuk ds vuqkj dy vlcnh 5-64 dj kM+FL  
 ftl ea 2-94 dj kM+iq "k , oa 2-70 dj kM fl=; kWfh ; fn tul ; k ea  
 L=h iq "k vuqkr fy& vuqkr% dk ijh(k.k dj) rks ; g 1991 ea  
 1000 iq "k ij 910 fl=; kW vlg 2001 ea ; g 1000 iq "k ij 922  
 fl=; kW gA ; | fi 1991&2001 ds chp insk dh I k{jk rk dh fLFkr  
 e fo'kr% efgyk I k{jk rk ea Hkh FkMk I k I qkkj gyk gB ftl ds  
 QyLo: i fy& vuqkr ea Hkh vlf kd I qkkj vk; k gA fdurqnsk ds  
 vkl r dh ryuk ea rFk 0&6 o"kl vk; q l eg ea insk dk fy&  
 vuqkr vk; Ur ifrdiy rk fy; s gq gA ifrdiy fy& vuqkr gekjh  
 I kelftd ixfr ea l cl scMh ck/kk gA



ifrdiy fy& vuqkr ds dkj.k  
 jktLFku ea ?Vrs gq L=h iq "k fy& vuqkr ds ihNs eC;  
 I kelftd dkj.k gA

- 1 i fJru itflr dh vVW ykyI k
- 2 cVh dls cks cVs dls ojnu I e>us dk  
 Hkhkoi wZ I kelftd ekul A
- 3 efgylvka dk I ekt ea vkt Hkh nks e-ntkA
- 4 i tuu&cky LokLF; I okvka , oa i tuu vf/kdkjka dk  
 mi ; kx vkt Hkh efgylvka dh i gp I sckgj gkukA
- 5 iq "k ea o I ekt dh fu.kk d Hkhedvka ea tSMj  
 I oonu'khyrk dk vHko A
- 6 Hkh&fy& ijh(k.k I fo'klyka dk yHkh ydj] ckfydk  
 f'k'lyka dh tle i oZ gq xHkh kr djkdj I kelftd  
 gr; kA
- 7 ckfydkvka o efgylvka dh I kelftd mi qk



ifrdiy fy& vuqkr ds fo: ) vf/fu; e &i hI h-i h, u-MhVh , DV  
 xHkhkjj.k i oZ , oa i oZ funku rduhd Vn#i ; kx fuokj. k v/f/fu; e] 1994  
 I akf/kr] 2003  
 xHkhkjj.k i oZ , oa i oZ funku rduhd Vfy& p; u ifr"kkh vf/fu; e

- i o i oZ funku rduhd dk mi ; kx%
- xHkhkjj.k i oZ funku rduhd dk mi ; kx
- xHkhkjj.k efgyk ftl dh mez 35 o"kl I s vf/fd gA
  - xHkhkjj.k efgyk ds nks ; k nks I s vf/fd I gt xHkhkjj.k gkspds gA
  - xHkhkjj.k efgyk gkfu/dj d j lk; u] vksf/k] fofdj.k ; k I ade.k ds I Ei dZea vkbZ gA
  - xHkhkjj.k efgyk ; k ml ds i fr ds i fjoj ea 'kkjhfd@ekufl d fodykxk ; k fdI h vkuqf/kd  
 chekjh dk bfrgk j gk gA
  - fdI h Hkh i oZ dk i k; fLFkr dk i rk yxkudsfy, A  
 t kpk dk dj I drk gA
  - fpfdRId
  - cky j kx fo'kk
  - L=h j kx fo'kk
  - jM; kyletLV

t<sup>h</sup>k<sup>h</sup> dk LFkk A

- vku<sup>h</sup> kd i jke' k<sup>h</sup> d<sup>h</sup>
- vku<sup>h</sup> kd fDyfud
- vku<sup>h</sup> kd i z kx'kkyk
- vYV<sup>h</sup> l km.M fDyfud

t<sup>h</sup>k<sup>h</sup> d<sup>h</sup> dh vfuok; lk, A

- fDyfud dk i athdj.k g<sup>h</sup>
- inzku dj<sup>h</sup>
  - i athdj.k i ek.k i zk d<sup>h</sup>
  - fy<sup>h</sup> dk puko voss<sup>h</sup> g<sup>h</sup>
- xH<sup>h</sup>brh efgyk l sfyf[kr e<sup>h</sup>; g nLrkost ysf<sup>h</sup> og ; g t<sup>h</sup>b fy<sup>h</sup> dk irk yxkus ds fy, ugh djok jgh g<sup>h</sup>
- t<sup>h</sup>b l sgus okys foijhr i Hkkok<sup>h</sup> ds ckjs eam<sup>h</sup> scrk; A
  - ' f'kdk; r ifd; k (
    - I efor i kf/kdkjh dks, d fyf[kr f'kdk; r nsuk A
    - I efor i kf/kdkjh bI f'kdk; r dks 15 fnol ds vnj U; k; ky; ds I e{k i Lrj<sup>h</sup> djxk A
    - I efor i kf/kdkjh bu 15 fnol ds vnj f'kdk; r dk fuLrkj.k djus esvl Qy jgrk g<sup>h</sup> rka; fDr Lo; aU; k; ky; ds I e{k i fjo<sup>h</sup> i sk dj l drk g<sup>h</sup> A

I tk ds ik= d<sup>h</sup> g<sup>h</sup>

- i o i p<sup>h</sup>l funku rdudh dk viathNr l LFkk e<sup>h</sup> pkyu djus okys A
- i o i p<sup>h</sup>l funku rdudh dk fy<sup>h</sup> t<sup>h</sup>b grqmi; kx djus okys A
- fy<sup>h</sup> dks fun<sup>h</sup>kr djus okys foKki uks dk izk'ku djus okys foKki nkrk A

i h i h i h , u-Mh-Vh , DV ds rgn xH<sup>h</sup>LFk f'k'k<sup>h</sup> dk fy<sup>h</sup> t<sup>h</sup>b djuk vijk/k g<sup>h</sup> ft l ds fy, fuEufyf[kr l tk dk i ko/kku g<sup>h</sup>  
n.M iko | ku

	i gy <sup>h</sup> ckj e <sup>h</sup> vijk/k l kcr gus ij	n <sup>h</sup> jh ckj e <sup>h</sup> vijk/k l kcr gus ij
I ok inkrk ds fy,	dkjkokl (rhu l ky rd); t <sup>h</sup> ekuk (nl g <sup>h</sup> tkj : i ;); i athdj.k fujLr (ikp l ky rd)	dkjkokl (ikp l ky rd) t <sup>h</sup> ekuk (ipkl g <sup>h</sup> tkj : i ;); i athdj.k fujLr (LFkkbZ : lk l s)
I ok i krd <sup>h</sup> Ykkv <sup>h</sup> ds fy,	dkjkokl (rhu l ky rd); t <sup>h</sup> ekuk (ipkl g <sup>h</sup> tkj : i ;);	dkjkokl (ikp l ky rd) t <sup>h</sup> ekuk (, d yk[k : i ;);
foKki unkrkv <sup>h</sup> ds fy,	dkjkokl (rhu l ky rd); t <sup>h</sup> ekuk (nl g <sup>h</sup> tkj : i ;);	

v/; k; 11

cky LokLF;

geljs jktLFku dh oržeku eaf'k'qer; qnj 68 ifr gtlj tfor  
tll gſ tks vlu; inskla dh ryuk eadgh vf/kd gA, d l ky ls  
iwl ejus okys bu f'k'k'qer; ls yXHhx 60 ifr'kr rks ek= tle  
ls, d ekg dsHhrj ej tkrs gA

jktLFku eaekr~, oaf'k'k'qer; qnj vf/kd gks ds dkj.k %



- LokLF; fe'ku ds vkljEHk gksu rd XHhx. k {ks= e 7-2 ifr'kr  
vlg' kqjh {ks= e 35 ifr'kr efgyl, a gh vLirky ea iz o  
djkrh Fkh A vf/kdk'k iz o ?kj ij djks tks vlg' mues ls Hkh 75 ifr'kr viif'kfkr  
0; fDr; k }kjk tks ekr~, oaf'k'k'qer; qnj dk iedk dkj.k gA fe'ku dh 'kq vkr vlg' tuuh l j{kk  
; kstuk ds ifr tu vkl"l k us l jfkr i oka dh nj eao) dh gA vc vLirky ea iz o gksu  
yxs gA fdllrq LFkfr ea vHkh Hkh 0; kid l qkj dh vko'; drk gA vi jffkr gkFks ls iz o djuk  
ekr~, oaf'k'k'qer; qnj vf/kd gks ds dkj.k gA
- 85 ifr'kr efgylvka dks [krjs dh tkudkj dh vHko o oksNr fpfdRI k l fo/kk dk vHko ekr' o  
f'k'k'qer; qnj dk dkj.k cuk gA
- xHkibLFk , oa iz o ds nksu gksu okys [krjs dh igpku u gksu] xk eokgu le; ij miyCk  
u dj l dukt, oafpfdrI k l okvka dh xqork eadeh Hkh ekr' o f'k'k'qer; qnj ds iedk dkj.k ea  
'kfej gA

uotkr f'k'k'qdh LokLF; leL;k, jkLFkke , oamik;

; fn uotkr f'k'k'qdh ds tle ds le; fuEu ea ls dkbz Hkh y{k.k fn[kbz iMs rks rjU r fpfdRI d ds  
ikl ystks dh vko'; drk gA

id o ds fnu

- ; fn uotkr f'k'k'qdh otu nksfdylske ls de gA
- ; fn f'k'k'qdh flj vf/kd cMk ; k Nks/k gA
- 'kjhj ij dkbz v l keku; of} gA
- Uotkr dks l kd ysu eadkbz dfBulbz gka
- ; fn f'k'k'qds 'kjhj dk jk uhyk ; k i hyk gA
- ; fn f'k'k'qds tle ds le; dkbz plv vkbz gA



ikl o ds nksu fnu

- ; fn f'k'k'qds nksu i Ms gA
- ; fn f'k'k'qdh jk uhyk ; k i hyk gA
- ; fn f'k'k'qLruiku ughadji k jgk gA

tle ds ckn Ms ekg eadHkh Hkh

- ; fn ' f'k'k'qdsrst cEkkj gA
- ; fn f'k'k'qdh uftlk eanqdlk ; k eokn fudy jgk gA
- f'k'k'qcgir l tr gks vlg' Lruiku ughadji k jgk gA
- 'kjhj ea, Bu gA

jQj djrs l e; fuEufyf[kr ckr&dk /; ku j [k&

- f'k'kq dls diMs e vPNh rjg yiV A Vkh vlg eksts Hh i guk, j A diMs dh dbz i jragl ftul s f'k'kq ds 'kj hj dh xelz cuh jgxhA
- f'k'kq dls elka ds 'kj hj l sfpidk dj j [kA ; fn elka l kFk ugh gSrls f'k'kq dls ml ds firk@vU; dksz Hh 0; fDr vius 'kj hj l s yxk dj j [kA
- CPps dls , s vLirky eaHst tgkaf'k'kq jox fo'kkK gkA
- jQjy dh i piz ekrk&fir dls n ft l e jQj djus dk dkj.k fy [k gkA mlgd l e>k, j fd bl i phz dls vLirky igpdj rjg MDVj@ul z dls fn [k, j A

uo tkr f'k'kq dls n [kky dse; fcJnq



1- rki gkf u scpklo

de otu ds CPps cgf detkj gls gA vr% muds 'kj hj dk rki eku cuk; s j [kuk cgf t: jh gA f'k'kq dls l kQ egyl; e diMs e yiy dj j [kuk] nhz e xez diMk vsk na vlg vf/kd l nhz e xez rki dh cky diMs yiy dj ikl j [kA

- tle ds rjUr ckn Luku Hh ugh djk; A
- f'k'kq dls elka ds cnu l s l V k dj j [kA
- elav i uk nwk tYn l s tYn fi yk; A

; kn j [kA

CPps dls B. M k i Ms dh l k/kj .k fLFkfr; ka%

- |                     |  |
|---------------------|--|
| 1- tle ds l e;      | 4- ; fn CPpk rki dls L=k l s ny gS     |
| 2- ugykus dls i 'pk | 5- Chekjh dh fLFkfr                    |
| 3- diMs cnrys l e;  | 6- Chekjh CPps dls vLirky ys tkrs l e; |

f'k'kq dls xe/j [k us dls l keW; rjhd %

- |   |   |
|---|---|
| 1- i d o dk d{k xeZj [kA  | 6- mi ; Dr oL=k oafclrj dk iZ l ox djA  |
| 2- f'k'kq dls rjUr i kNa r Fkk l [k j [kA   | 7- elao f'k'kq dls l kFk j [kA  |
| 3- de l s de , d fnu rd f'k'kq dls u ugyk; a rFkk f'k'kq dls fLFk j gk us i j ml dk otu djA       | 8- , d LFku l s nwl js LFku ij ys tkrs l e; f'k'kq dls xeZj [kA               |
| 4- f'k'kq dls elka ds i kl ml h ds fcLrj i j l yk; a rkfd ml l s Ropk l s Ropk dk l Ei dZ gk l dA | 9- xekgV nrs gq s pruk ea ykukA   |
| 5- Lruiku dk i kHk , oadoy Lruiku djk; A  | 10- elka dls f'k'kq dls xeZj [k us dls ckjs es tkx: d djuk , oai f'k{k.k nukA |

2- i ksk.k dh rjQ /; ku %

- elka dk i Eke i hyk xk< nwk ftruk tYnh gk l ds f'k'kq dls fi yk; A i hyk nwk mfpf ek=k ea foVlfeu ^, ^ mi yCk djkrk gS ft l e a j ox i frj ksd {kerk gk gA ; g jkxk l scpklo ea l gk; d gk gA
- elka dls crk, a fd uotkr f'k'kq dls ckj&ckj nwk fi ykus vlg vf/kd nj rd fi ykus l s elka dk nwk T; knk mrjrk gS tks f'k'kq dls i ksk.k Lrj dls l kjkus esenn djrk gA

3- l de.k l scpklo%



uotkr f'k'kq dls fo'kkdj de otu ds f'k'kq jkxk dls i fr cgf l oso'hy gk gA vr% l oded jkxk l scpkus dls fy; s fuEu ckr&dk fo'kk /; ku j [kuk vko'; d g%

- tle l s yd j 6 ekg rd f'k'kq dls ek= Lruiku djk; ml s elka ds nwk dls vfrfjDr dN Hh u nA tS &?Vh 'kgn] 'kDdj ; gk rd i ku h Hh ugh elka ds nwk ea i ; klr i ku h dh ek=k gk gA



- f' k' kq dks vu; 0; fDr; k dks gkFk e u n A; fn dk; I dks jkx I s iMr gS rks f' k' kq dks I de.k gks I drk gA
- f' k' kq dks mBkus I s iDZ gkFk /kA
- tkuyok N% chekfj; k I s cpko ds fy; s I e; I kj.kh ds vu; kj ,d I ky ds vUnj I Hkh Vhds yxok; A

4- tle yrsgh I k u ys iuk

- tc cPpk xHk e jgrk gS rc xHkLk f' k' kq ds jDr e vkl htu ek ds jDr I pkj.k I s ikr gk h jgrh gA tc cPpk tle ysyrk gS rks clgjh okrkoj.k dh gok cPps ds 'ol u r= e iDsk djrh gS rFk bI ncko I s QMok; qdk vknku&inku gkus yxrk gA
- ; fn f' k' kq Bhd <k I s I k u ys e vI Qy jgrk gS vFk ~ 'kjhj e vkl htu dh ek=k de gk h gS ; k mI ds QMok Bhd iakj I s de ugha djs rks cPps dh eR; qgks I drh gA vr% vko'; d gS fd tgk rd I klo gks iz o fdI h LokLF; dUnz vFkok fpfdRI ky; eagh djok; k tk, A ?kj e a i o ,d fdI h if{k{kr 0; fDr }kj k djok; k tk, tks 'okl &voj kdk dh fLkfr e cPps dks I k u ys e enn dj I ds rFk 'okl ds vojkdk I s gkus okyh elg dks jkcd I dA

- 5- de otu ds i h k gkus okys f' k' kq dh n[ kkkky%  
os cPps ftudk otu I kekU; I s de gk h gS os de otu ds cPps dgykrs gA I kekU; f' k' kq dk otu 2500 xte vFkok bI I s vf/kd gk h gS rFk 2500 xte I s de otu ds cPps %yIs cFk oV% dgykrs gA

- cPps dk otu nks voLk vks e de gks I drk gA
- cPps dk tle I e; I s igys vi b&eP; kq%
  - tle ds I e; cPps dk de otu

- bu cPpk dks di Mdh ijk e yiy dj] xeL dejseaj [uk plfg, A
- tgkrd gks I ds bu cPpk dks de I s de ykx Nq; rkd I de.k dk [krjk de gks I dA
- de I e; ds cPps ; fn yxkrkj doy ek ds nk dk I ou djr jgkrcgk tYnh budk otu c<rk gS rFk ; s chekj Hkh ugha i MFA
- ; s cPps cgk Lruiku djus e Hkh vI {ke gkrs gA vr%, d s cPpk dh n[ kkkky vf/kd I rdsk I s djuh gk h gA
- ; fn cPpk Lo; a Lruiku djus e I {ke ugha gS rks ek dk nk fudkydj I kQ pEep dVgj I s fi ykuk mfpr gk h gA
- ; fn cPpk pEep dVgj I s Hkh nk u ih I ds rks ml s rjUf fpfdRI ky; ys tkus gqijke' k nA

f' k' kq LokLF; I ck kh /k j .kk; a%  
'ksk vlg cpi u ds vkj Ekk e gkus okyh I eLr elg e 50 i fr' kr I s vf/kd elg dk lR; {k vlg ijk dkj.k djk ksk.k cPpk dks I de.k ds fy; s igys I s rskj dj nk ft I s iMkfor cPpk vf/kd djk ksk.k gk h tkrk gA uotkr vlg Nk/s cPpk dks i ksk.k I s tMh dN I kldfrd iFk, i djk ksk.k e egkoi wZ Hkfedk vnk djrs gS tks fuEuufy [kr gA

gkfudkj d i Fkk, i	ykknk; d i Fkk, i
<ul style="list-style-type: none"> <li>i l o ds rj ckn ?kj ds vf/kd yk } kjk cPps dks xkn eayukA</li> <li>f'k'q dks rkjs dh Nkø ea nuk fi ykuk ; k cjk ds vkus ij ux djus ds ckn Lruiku djokukA</li> <li>tle ds rj ckn cPps dks ugyukukA</li> <li>cPps ds tle ds ckn dbzfnuk rd ek dks u ugyukukA</li> <li>tkoM %cPps ds 'kjbj ij yxk l Qn fpi fpik inkfkl gVkuKA</li> <li>i Fk dN fnuk rd de diMs i gukuk ; k ugh i gukukA</li> <li>tle ds rj Ur ckn f'k'q dks ?yVh ; k 'kgn pVku] cdjh@xk; dk nuk fi ykuk Mkj i s i ku h vFkok 'kDdj i ku h dk ?ky fi ykuk vknA</li> <li>uky ij ry@?h yxukukA</li> <li>vka eadkty yxukukA</li> <li>cPps dks xns diMs eayi \$ukA</li> <li>cPpk dks 'kq dk xk&lt; k o fpi fpik nuk %dks k Vek u nukA</li> <li>eka; k cPps ds chekj gksu ij Lruiku u djukA</li> <li>nLr ea nuk ; k vU; vkgkj u nukA</li> <li>i ku h ugh fi yk; xarks gkB l [k tk; xA</li> <li>eka dks nuk de mrjrk gB bl fy; scry l sÅij dk nuk nukA</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>f'k'q o elka dks vyx dejseaj [kuk Vl kvj dh i Fkk ft l ea cPps dks de de l s yk Nrs gä rFkk mlgä ckgj ugha yk; k tkrka</li> <li>f'k'q o elka dks dejseaj [kuk t gk l hkh gok u vkrh gkA</li> <li>tPpk&amp;cPpk dks , s dejseaj [kuk t gk l hkh gok u vkrh gkA</li> <li>eka dks ipj ek=k ea nuk&amp;?h&amp;nfy; s dk l ou djukA</li> <li>Lruiku djukA</li> <li>cPps dh efy'k djukA</li> <li>eka dks gjh xM xkn eao ds yMM vkn f[kyukukA</li> <li>NBh dk Luku A</li> </ul>

### jk"Vh; Vhdkdj.k dk; Zde

Vhds dk uke	dc n@	[kj kd	Vhds dk LFku
chI hth	tle ds l e; ; k , d o"l rd dHk h lk	1-0feyh 0-05 feyh Vl efgus rd ds f'k'q dks	ckas glFk dh Åijh cktwdh Ropk ea
vksi hoh&0	; fn l Fkxr i l o gvk gsrks tle ds l e; vFkok 2 l Irkg rd fn; k tk l drk gA	2 cm	Ekgk
vksi hoh&1]2 o 3	6 l Irkg] 10 l Irkg , o 14 l Irkg ij ijUrq5 o"l rd fn; k tk l drk gA	2 cm	Ekgk
Msi hVh&1]2 o 3	6 l Irkg] 10 l Irkg , o 14 l Irkg ij ijUrq2 o"l rd fn; k tk l drk gA	0-5 feyh	Tkak ds ckgj h fgLI s ij Ekd i s'k; ka ea
[kl js dk Vhdk	9 ekg vFkok 5 o"l rd fn; k tkuk pkf g; A	0-5 feyh	nka h cktwdh Ropk ds uhp s
foVfeu *, *	9 ekg ij [kl js ds l Fk	1 feyh	Ekgk
Mh i hVh clVj	16&24 ekg ij	0-5 feyh	ckgj h Tkak dh Ekd i s'k; ka ea
vksi hoh clVj	16&24 ekg ij	2 cm	Ekgk
Mh Vh	5 o"l	0-5 feyh	Aijh cktwdh Ekd i s'k; ka ea
fVvus Vkd l kbM	10&16 o"l	0-5 feyh	Aijh cktwdh Ekd i s'k; ka ea

cPpk ea i ksk.k l skh ij ke' %

6 eghus rd	6 ls 12 eghus rd	12 eghus ls 2 lk y rd	2 lk y o T; knk
<ul style="list-style-type: none"> <li>• cPps dks ftruk T; knk gks l ds Lru&amp;iku djk; fnu eao jkr el 24 ?ls ea de ls de 8 ckjA</li> <li>• cPps dks vU; Hkstu ;k rjy i nkFkZ ugha n; ikuh Hkh ugha fi yk; A</li> <li>• ;kn j [k] vxj cPpk chekj gk rc Hkh Lruku tkjh j [k]</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cPpk ftruh ckj pkgs mruh ckj Lruiku djk; A</li> <li>• , d ckj ea , d dVkj h fuEu ea ls dkkZ [kk] i nkFkZ na %</li> <li>❖ fcuk ikuh feys ehBs nwk ea jkh@pkoy@cM@fcLdV el ydj nA</li> <li>❖ xl&lt; nky ea jkh@pkoy el ydj] f[kpMh ea ?kh@ ry Mkydj nA buea idh gbk l fct; la Hkh feyk; A</li> <li>❖ [kj@fI o@k@gyok@nfy; k nwk ea cuk; k gvk ; k vU; fdI h vukt dks nwk ea i dkdj nA</li> <li>❖ mcy@rys gq s vkyw el ydj nA</li> <li>❖ dyk] fcLdV] vke] i i hrk el ydj nA</li> <li>• cPpk Lruiku djrk gS rks jkstuk rhu ckj ugh rks 5 ckj nA ; kn j [k] %</li> <li>• cPps dks xkn ea fcBkdj vi us gkFk l s f[ky; A</li> <li>• f[kykus l s i gys vi us o cPps dks gkFk dks l kcp o ikuh l s /kks A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• cPpk tc rd pkgs Lruiku djk; A</li> <li>• i fjokj ds [kkus ea ls gh f[ky; A</li> <li>❖ 1@2 dVkj h [kkuk , d ckj ea nA</li> <li>❖ fcuk ikuh feys ehBs nwk ea jkh@pkoy@cM@fcLdV el ydj nA</li> <li>❖ xl&lt; nky ea jkh@pkoy el ydj] f[kpMh ea ?kh@ ry Mkydj nA buea idh gbk l fct; la Hkh feyk; A</li> <li>❖ [kj@fI o@k@gyok@ nfy; k nwk ea cuk; k gvk ; k vU; fdI h vukt dks nwk ea i dkdj nA</li> <li>❖ mcy@rys gq s vkyw el ydj nA</li> <li>❖ dyk] fcLdV] vke] i i hrk el ydj nA</li> <li>❖ jkstuk 5 ckj nA ; kn j [k] %</li> <li>• cPps dks ikl cBa o mI dks ijk [kkus ea enn djA</li> <li>• f[kykus l s i gys vi us o cPps dks gkFk dks l kcp o ikuh l s /kks A</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• i fjokj dk Hkstu fnu ea rhu ckj nA</li> <li>❖ Hkstu ds cip ea fnu ea nks ckj i kVd vkgkj tS s el eh Qy] fcLdV]] vMk nA ; kn j [k]</li> <li>• I fuf' pr djA fd cPpk vi uk [kkuk ijk [kk; A</li> <li>• cPps dks fl [kk; A fd [kkuk [kkus l s i gys vi us gkFk l kcp o ikuh l s /kks A</li> </ul>

dij ksk.k

'kjbj ea fdI h , d i djk dsi kskd rRo dh deh vf/kdrk l smri lu i fj. kkeks dks dij ksk.k dgrs gA  
 'kjbj ea i kskd rRo dh deh dks vYi i ksk.k rFk i kskd rRo dh vf/kdrk dks vfri ksk.k dgk tkrk gA  
 dij ksk.k dks l skh ea fi Nys i f' ksk.k ea Hkh ppk dh xbZ FkhA

dij ksk.k dk Lrj r; djA

vki mu cPpk dh i gpku djA ftudk vk; q dks vuq kj otu] pkVZ dh nU jh j[k l s uhps gA pkVZ dh  
 nU jh j[k i j ; k mI l s Aij jgus okys cPpk Hkh dijk kr gks l drs gA fdlrq tks cPpk nU jh j[k l s uhps  
 gA mudk vk; q dks vuq kj otu cgr de gS vkgkj dks ckj se i jke' k dh vfr vko'; drk gA

dij ksk.k dk oxhdj.k  
dij ksk.k dsfy; soxhdj.k rkfydk bl i dkj gs%

fpulg	oxhdj.k	mi pkj igpkus
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ xdkhj l vkkii u vejkLei ½</li> <li>❖ nkuka i §ka ea l ntu 1Dolk'k; kj dj ½</li> </ul>	xdkhj dij ksk.k	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ foVkehu , dh [kjkd nA</li> <li>❖ [ku ea 'kDdj dh deh jkdus ds fy; s Lruiku djk; A Åijh nuk ikuh ea 'kDdj feykdj na ¼ 4 pFep 'kDdj , d di ikuh e ½</li> <li>❖ cPps dks xeZj [kj</li> <li>❖ rjlr vLirky jQj djA</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ dij ksk.k xM 2[3] ; k 4</li> </ul>	Ckgr de otu	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ vldyu djao eladks [ku&amp;i hudsckjse l e&gt;k; A</li> <li>❖ 14 fnu ckn i ¼% ns[ka ¼ [kuiku dh l eL; k jgrh gS rks 5 fnu ckn i ¼% ns[ka ½</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ vk; q ds vuq kj l kekl; otu ; k dij ksk.k xM 1</li> </ul>	de otu	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ ; fn cPpk nks o"l dh mez l s Nv/k gS rks [kuiku dk vldyu djavlj i jke'kfn</li> <li>❖ ; fn [kuiku dh l eL; k jgrh gS rks 5 fnu ckn i ¼% tlo djA</li> </ul>

vfrdi k"kr cPpk dks dij ksk.k mi pkj dñnz ij Hkstuk %  
vfrdi k"kr cPps ds fy; s [kuiku dk vldyu djuk pkf; svlj eladks ij ke'kfn; k tkuk pkf; s dh og  
vi us cPps ds [ku&i ku dk fo'ks /; ku nso dij ksk.k mi pkj dñnz ij ydj tk; A

#### of) fuxjkuh

- of) fuxjkuh dk vFk gS otu rFkk yEckbZ t§ se[; l pdk dks t§ of) ij fu; fer : lk l s/; ku j[kuk A bl sfu; fer vnkly ij vo'; fd; k tkuk pkf, A
- of) fuxjkuh }jk vjklk voLFkk l s gh of) dh deh dk irk yx l drk gS rFkk rjir vjg i lkoh dkj bkbZ dh tk l drh gSA
- cPpk dh of) fuxjkuh tle l sgh 'kj dj nsh pkf, A
- vkbz Hm, l ds vLrxZ cPpk dh of) fuxjkuh vk; qds vuq kj otu }jk dh tkrh gSA
- vkbz Hm, l es of) fuxjkuh of) pkVZ dh enn l s dh tkrh gS tks fd vk; qds vuq kj muds  
otu ds vkkj ij of) dk fu/kkj .k djus dk l vku gSA
- of) pkVZ cPps dh of) dk , d Li"V fj dkMZ gS ft l s cPps ds dij ksk.k dk xM fu/kkj r gk  
gA ij d vkgkj ds ykkkFkZ ka dk irk pyrk gS vlg ekrvkla dks LokLF; ,oa i ksk.k f'k{kk nsus dk  
, d l kku gA
- of) pkVZ dh pkj of) j§kk; a cPps dh of) dks n'kikh gS vlg ml dh i ksk.k dh fLFkr dk  
fu/kkj .k djuseenn djrh gSA
- of) pkVZ ij nks j§kk; a gk g%
- o yEckbZ okyh j§kk cPps dh vk; qntz djus ds fy; s gk gS ft l s vk; q vghuZ dh j§kk dgk  
tkrk gA
- o ÅpkbZ okyh j§kk cPps dk otu ntz djus ds fy; s gk gS ft l sotu dh j§kk dgk tkrk gA
- cPps dh vk; qds vuq kj otu of) pkVZ ij ntz fd; k tkrk gSA

cPpk dks otu dc djuk pkf, \

- o rhu o"l rd ds l Hkh cPpk dk gj eghus otu fd; k tkuk pkf, A
- o 3&6 o"l ds cPpk dk gj rhu eghusea, d clj otu fd; k tkuk pkf, A
- o xdkhj : i l s dij k"kr cPpk dk rFkk , l s cPpk dk otu gj eghus fd; k tkuk pkf, ftudk  
otu yxkrkj rhu eghus l s ugh c<+jgk gS% mudh vk; qdh vlg /; ku fn, fcukVA

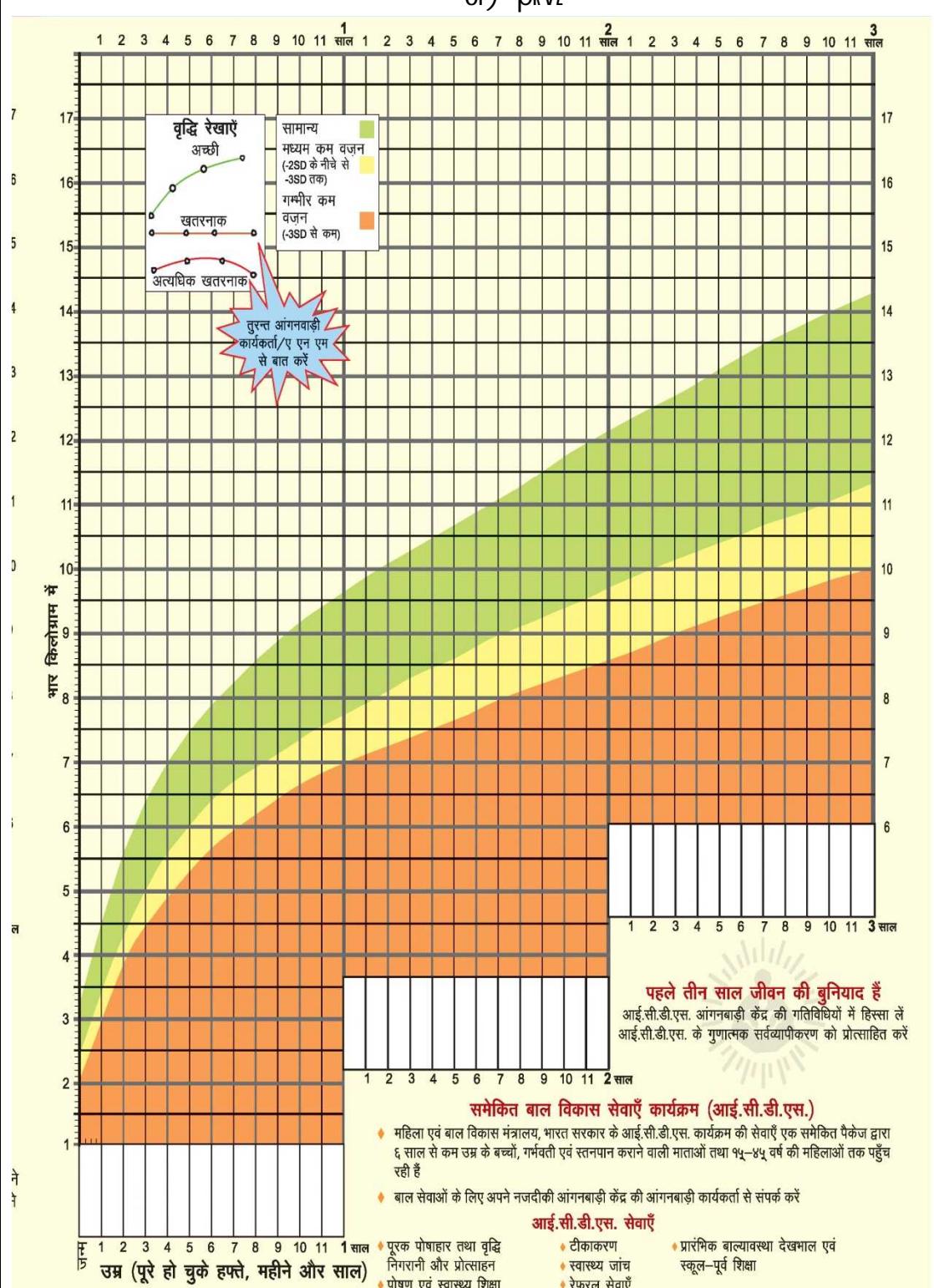
#### of) dh fuxjkuh ds pj.k %

- 1- cPps dh l gh mez dk irk yxkuk A
- 2- cPps ds l gh otu dk irk yxkuk A

- 3- of) pklz i j l gh otu ntldjuk A  
 4- of) dh odz jsk dh fn'kk dskjs eal e>kuk vlg of) esdkbz deh gsrks ml dk irk yxuk A  
 5- ekrk ds l kfk cPps dh of) dskjs eappk djuk rFkk ml dk Qlyk&vi djuk A
- of) dh oØ jsk dh fn'kk dskjs es%
- of) pklz dh plj oØ jsk, i cPps dh of) vlg ml dh iksf.kd fLFkfr n'kkh gs tks fd l kekl; xM I ; k xM II vlg xM III vlg xM IV gks l drk gA
  - fd l h kh fcUnq ij okLrfod otu lsT; knk of) dh oØ jsk dh fn'kk vf/kd egRoi vlg gkh gA fo'ykh.k fuEu izdkj fd; k tk l drk gS%
    - Åij dh vlg tkus okyh oØ jsk n'kkh gs fd cPps dk otu c<+jgk gS vlg of) gks jgh gA
    - of) dh jsk uhp s dh vlg vk jgh gsrks n'kkh gs fd cPpk [krjs dh fLFkfr esgS vlg ml s rjUr LokLF; ns'kkh dh t: jr gA
  - l kekl; : lk lsLoLFk cPpk dk otu Åij dh igyh oØ jsk ds Åij vkrk gA
  - ; fn otu Åij dh oØ jsk ds uhp vkrk gsrks cPpk djk'kr gkrk gS ft l dk fuEu izdkj ls foftkuu Jsf.k; kae foHkkfr fd; k tk l drk gS%
  - xM I %de djk'kr% &cPps dk otu igyh o nljh oØ jsk ds chp es  
 xM II %e/; e djk'kr% &cPps dk otu nljh o rhl jh oØ jsk ds chp es  
 xM III %xkhj djk'kr% &cPps dk otu rhl jh o plkh oØ jsk ds chp es  
 xM IV %cgr T; knk djk'kr% &cPps dk otu plkh oØ jsk ls uhp
  - mfpr of) u gks dk igyk y{k.k ns'krs gh vko'; d mik; djus ls cPps dk LokLF; fQj ls Bhd fd; k tk l drk gA

Ø-1 a	oØ jsk	fLFkfr	vl'kk&l g; kxuh dh Hkfedk
1- i jgh oØ jsk ls	l kekl;		Ekrkvla dks i ksk.k o LokLF; f'k'kk l Ecah i jke'kk nsuk
2- of) dh i jgh rFkk nljh oØ jsk ds chp	xM I		Ekrkvla dks i ksk.k o LokLF; f'k'kk l Ecah i jke'kk nsuk
3- of) dh nljh rFkk rhl jh oØ jsk ds chp	xM II		<ul style="list-style-type: none"> <li>• vkrckMh dñnz es ijd i kskgkj fnyokuk</li> <li>• Ekrkvla dks i ksk.k o LokLF; f'k'kk rFkk i jke'kk nsuk</li> </ul>
4- of) dh rhl jh rFkk plkh oØ jsk ds chp	xM III		<ul style="list-style-type: none"> <li>• vkrckMh dñnz es ijd i kskgkj vns xplk'z fnyokuk</li> <li>• i kfkfed LokLF; dñnz@vli rky Hkstuk</li> <li>• Ekrkvla dks i ksk.k o LokLF; f'k'kk rFkk i jke'kk nsuk</li> </ul>
5- plkh oØ jsk ds uhp	xM IV		<ul style="list-style-type: none"> <li>• vkrckMh dñnz es ijd i kskgkj vns xplk'z fnyokuk</li> <li>• i kfkfed LokLF; dñnz@vli rky Hkstuk</li> <li>• Ekrkvla dks i ksk.k o LokLF; f'k'kk rFkk i jke'kk nsuk</li> </ul>

of) pkVZ



आंगनबाड़ी केन्द्र पर अपने बच्चे का नियमित वज़न लें

cPpkad h chekfj; k@dk l esdr iclu/ku

cPps eafuEufyf[kr rdyhQksdsfy, vkyu dja, oafn, x; s funkkuj kj ij ke'k@dk; Zdja %

Ø-t a	[krjs ds y{k.k]	ij ke'kz, oadk; Z
1	njs rks ughavks	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vkbz , e , u l h vkbz if'kf{kr vkk i f'k{k.k ds vuq kj dk; Zdja</li> <li>▪ vif'kf{kr vkk jQj djA</li> </ul>
2	c[kkj rks ughags\	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vkbz , e , u l h vkbz if'kf{kr vkk i f'k{k.k ds vuq kj dk; Zdja</li> <li>▪ vif'kf{kr vkk jQj djA</li> </ul>
3	I kd dh xfr 60 Afr feuV ; k bl l svf/kd rks ughags\	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vkbz , e , u l h vkbz if'kf{kr vkk i f'k{k.k ds vuq kj dk; Zdja</li> <li>▪ vif'kf{kr vkk jQj djA</li> </ul>
4	i lyh /k uk ; k I kd yus ea rdyhQ rks ughags\	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vkbz , e , u l h vkbz if'kf{kr vkk i f'k{k.k ds vuq kj dk; Zdja</li> <li>▪ vif'kf{kr vkk jQj djA</li> </ul>
5	I kd yus ea dkbz [kj [kjkgV vFkok vkokt rks ughags\	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ vkbz , e , u l h vkbz if'kf{kr vkk i f'k{k.k ds vuq kj dk; Zdja</li> <li>▪ vif'kf{kr vkk jQj djA</li> </ul>
6	cPpk Bhd l s nwk i h jgk g§ vFkok ugh\	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ igys cPps dks vi uh fuxjkuh eanwk fi ykus dh dkf'k'k djA</li> <li>▪ vxj fQj Hh og ugh i h ik; s rks dVlgh pEep l s fi ykus dh dkf'k'k djA</li> <li>▪ dkf'k'k dsckotm Hh ugh i h ik, rksjQj djA</li> </ul>
7	cPps dk 'kj hj ih yk rks ugh	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ cPps dk 'kj hj rhl js plks fnu gYdk ih yk i M+l drk g§ tks l kr fnu ea viu&amp;vki [Re gks tkrk gA ; g , d l keU; voLFkk gA</li> <li>▪ ijUrq uotkr dk jx ; fn T; knk ih yk g§ rks ; g [krjs dk y{k.k g§ , d h fLFkr ea jQj djA</li> </ul>
8	nLr dh f'kdk; r rks ughags	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 'kj hj ea ikuh dh deh Hfutyh dj. kZ dk vkyu dja ikuh dh deh gks i j vks vkj , l dk ?kky na vlg jQj djA</li> <li>▪ ikuh dh deh ugh gks Hh vks vkj , l dk ?kky na vlg fuxjkuh j [kA ; fn nLr ea vkj ke u vks ; rksjQj djA</li> <li>▪ ; fn cPpk l ltr ; k cgks g§ rksjQj djA</li> <li>▪ ; fn ey ea [ku gS rksjQj djA</li> </ul>
9	ukflk ea dkbz l Øe.k 1/kyh ; k i hi 1/ rks ughags	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 0.5% tdkf'k; u ok; yV 1/4th of i 1/4th nok fnu ea nks ckj yxkus dks dgA</li> <li>▪ , , e l s nok fnyok, j A</li> <li>▪ ukflk dh fuxjkuh j [kA</li> </ul>

v/; k; 12

### nLr jlx ¼ Mk; fj; lk

Mk; fj; k cPpk dh elx ds i eik dkj. lk ea l s , d gA Mk; fj; k l s xLr vf/kdkak cPpk dk bykt ?kj ij gh fd; k tk l drk gA Mk; fj; k ea dks l scPpsT; knk chekj gsvlq fdlg bykt grqvLirky es Hkj rh fd; k tkuk pkfg; s; g ekye djuk vkl ku gA vxj l e; ij chekj cPps dks ; lk; ijke'lk grq Hkst fn; k tk, vlx l e; ij ml dk mi pkj gks tk, rks bl chekj h l s gks okys nti Hkkok rFkk elx ka dks jkak tk l drk gA

bl elM; y l s vki dks fuEufyf[kr dk; lk ea l gk; rk i klr gks l dks%



- cPps ds 'kj hj ea ikuh dh deh ds y{k.k <kus ds fy; s ekrkvka dks f' kf{kr djukA
- Mk; fj; k ds nlqku ?kj esmi yC/k l keU; nokbZ lk l s bykt djus dskj s ekrkvka dks l ykg nukA
- Ckr l s ekdk ij ?kj ea mi yC/k is rFkk thouj{kd ?kj l s bykt djukA
- , l s cPpk dh i gpku djuk ftudh chekj xdkj gks rFkk mlga vlx dgh bykt grq Hkstuk i Ms ½QjyA

Mk; fj; k ¼nLr jlx% D; k chekj h gS

- VVvh es i ryki u rFkk VVvh dh cukoV eacnyko vkuA
- fnu earhu ; k vf/kd ckj ikuh tsh VVvh vkuA

Mk; fj; k ¼nLr jlx% dc ughakuuk pkfg; A

- tle ds rhl js l s l krosfnu rd gks okyh VVvh ds i ryiu dks Mk; fj; k ughadgk tk l drkA
- vxj cPpk elakd nk i h jgk gS rks nk ihus ds rjir ckn VVvh gkuk ; k ihysjx dh dN i ryh I h&iEV tsh VVvh dks Hkj Mk; fj; k ughakuuk tkuk pkfg; A

cPps ds LokLF; ij Mk; fj; k ¼nLr jlx% l s i Ms okys i Hkkok%

- Mk; fj; k ds dkj.k cPps ds 'kj hj ea ikuh dh deh gks tkrh gA , d h volFkk ea ikuh ds l kFk l kFk vU; l KYV Hkj 'kj hj l s ckgj fudy tkrs gA
- djk;k. k 'kj hj l s vko'; d i ksk.k&rRo cg tkus ds dkj.k gkuk gA cPpk vlgkj yu;k i l Un ugha djrk vlx Mk; fj; k ds Mj dh otg l sekrk; a cPpk dks i ; klr vlgkj ugha ns i krh gA cPpk dh elx gks dk; g Hkj , d vU; i eik dkj.k gA

Mk; fj; k ¼nLr jlx% dk urhtk

- Mk; fj; k ds 100 ea l s 90 dks l s cPpk ds 'kj hj ea ikuh dh deh ughakuuk gA ekrk; a , l s cPpk dk mi pkj ?kj sywi s inFkk l s rFkk Lruiku djuk tkjh j [k dj ?kj ij gh dj l drh gA
- 100 ea l s 9 cPpk ea dN ikuh dh deh vL tkrh gA cPps dks ikuh dh fo'ks deh gks ij ml dk mi pkj vLirky ea Hkj dh djds djk; k tkuk pkfg, A , d i fr'kr cPps , l s Hkj gks gS ftuds 'kj hj ea xdkj : i l s ikuh dh deh gks tkrh gA ftuds fy, bUvjk foul mi pkj dh vko'; drk gkuk gS mlga rRdky utnhdk vLirky ea jQj fd; k tkuk pkfg; A

Mk; fj ; k ½nLr jlx½ es tyññko ds y{k. k%

bueñls dñbñ nñs y{k. k%	vr; r tyññko	▪ rjñ vñlirky ys tk, rFkk tñk tk,] jñkrs es vñs/vj, l ?kky fi yk, a
bueñls dñbñ nñs y{k. k%	tyññko	▪ FkkMk vñgkj rFkk rjy iñkFk na ▪ nñs fnuka es Hñh l qkj ugh rks vñlirky ys tk, a
dñbñ fof'V y{k. k ugh rksd tyññko ; k futñh dj. k dh i gpku gñs l dñ	tyññko ugh	▪ vñgkj vñs rjy iñkFk ?kj ij gh na ▪ nñs fnu rd nñs l qkj ugh gñs ij vñlirky ys tk, A

is iutñh dj. k yo.k ½vñvñj, l ½ ?kky l s nLr jlx dk bykt

14 fñu l s de vñ; q ds f' k' q es ; fn i sp'k ds nñs ku FkkMs  
tyññko ds y{k. k fn[ka nñs 4 ?k/s rd ml s vñvñj, l ?kky ds  
l Fkk vi us fujh{k. k es bykt nñ bl ds fy, cPpk vñs tPpk  
nñs ku dñs gh vi uh nñs{k. k es ?kj ij ; k LokLF; dñnz ij j [ka  
?kj ij nñs{k. k djuk Hñh Bhd gh gñ ; fn nñs{k. k ugh dh tk  
l dh rksml svñlirky rd igpk, A

cPpk is ysjgk gsvñflok ugh tñp djA

vñi cPps dñs l knk LoPN i kuñ i hus ds fy; s nñft; A vxj og  
dñ Hñh ugh yñk gñ ; k yñs ds ckn mYVh dj nñk gñ vñflok  
ml ds i V es dñ fñdrk ugh rks og is vñgkj ugh ysjgk gñ  
l keñ; r bl s [krjs dk y{k. k ekuk tkrk gñ Mk; fj ; k ea i kuñ u  
yñk ; k mYVh djuk bl s xññhj y{k. k ekuk tkrk gñ



vñtelb; s fd D; k cPpk i kuñ i hus es : fp fn[tkrk gñ vñi ds i kuñ dk di ; k fxykl vñxs dñus ij  
; fn og ml s i dñMñk gñ ; k i kuñ nñs krs gh ejg [kky nñk gñ ; k di oki l yñs ij jkñs yxrk gñ rks  
l e>uk plfg; s fd i kuñ i hus es ml dñs : fp gñ ; g ml ds 'kjbj es i kuñ dh deñ dk y{k. k gñ tc  
ekad vñxg ij cPpk i kuñ i hrk gñ rks og l keñ; gñ

xññhj Mk; fj ; k ½nLr jlx½ ds mi pkj l cñkh fl ) kñr

- Mk; fj ; k l s xñr l Hñh xññhj jlx; k dñs rRdky iñkfed LokLF; dñn@Lkk-Lok ds es jQj  
fd; k tk; A bl cñp Lruiku tkjhj [k vñs cPps dñs vñsvñj, l - dk ?kky nñs jgñ rñst xfr  
olys okgu dh l fo/kk yñ
- rjy vñgkj l s mi pkj % Mk; fj ; k gñs dh fLfkfr es cPps ds 'kjbj es i kuñ rFkk vñl; iñk  
rRokñ Vñl Vñl ½ dh deñ gñs tkrk gñ Mk; fj ; k dk dñbñ Hñh dkj. k jgñ gñ ml dñs egRo u nñs  
gñ rjy vñgkj l s mi pkj nñk vfouk; z gñ rksd 'kjbj es i kuñ dh deñ rFkk iñk dñs  
deñ dñs nj fd; k tk l dñ
- vñgkj nñk% Mk; fj ; k gñs dh fLfkfr es vñgkj nñk iñbr~tkjhj [k tuk plfg; } cfYd vñs  
T; knk ek=k es nñk plfg; } rksd cPps dñ iñk. kñRed deñ dñs nj fd; k tk l ds vñs og  
Bhd gñs l dñ

x~~lkj~~ Mk; fj ; k ~~vnLr~~ j~~ox%~~ dk mi plj fuEu i~~dkj~~ l s v~~lsvkj-~~, l - ?k~~y~~ ~~vthou~~ j{kd ?k~~y~~% ndj dj} t~~s~~ k fd l kj .kh &1 eamYy~~k~~ fd; k x; k g~~%~~  
l kj .kh &1

Ikuh dh deh dls nj djus ds fy; s thouj{kd ?k <del>y</del> izk <del>y</del> ds v <del>rxr</del> mi plj i) fr% chekj h ds i gys 4 ?k <del>a</del> eaftruh ek=k nsh pkf <del>g</del> ; sm <del>l</del> dk v <del>nkt</del>					
mez	4 eghus rd	4&11 eghus	12&23 eghus	2 l s 4 l ky	5 l s 14 l ky
v <del>lsvkj-</del> , l - feyhyhVj	200&400	400 &600	600 &800	800 &1200	1200 &2200
fxykl ds fg l kc l s v <del>lsvkj-</del> , l	1 l s 2	2 l s 3	3 l s 4	4 l s 6	6 l s 11
fn, x, v <del>lsvkj-</del> l s v <del>f</del> l d <del>k</del> v <del>lsvkj-</del> , l - nsuk i <del>M</del> r <del>s</del> n <del>ift</del> ; A v <del>lsvkj-</del> , l - fi ykus ds ckn Hkh el <del>a</del> d <del>ls</del> m <del>l</del> s vi uk n <del>rk</del> fi y <del>rksj</del> g <del>uk</del> pkf <del>g</del> ; A vxj d <del>k</del> b <del>c</del> p <del>p</del> k el <del>a</del> d <del>k</del> n <del>rk</del> u <del>gh</del> i <del>hrk</del> r <del>ks</del> m <del>l</del> s b <del>l</del> v <del>rjk</del> es 100&200 feyhyhVj ikuh fi ykb; A					

?k~~y~~ rs kj djus dk rj h~~dk~~

- , d y~~h~~Vj ikuh d~~s~~ su~~k~~ik t~~krk~~ g~~s~~; g el~~a~~ d~~ls~~ l e>k~~b~~; A
- ?j~~y~~ ea, l k d~~k~~b~~c~~fxykl ] di] d~~k~~d~~k~~d~~k~~y~~k~~ dh [k~~y~~h c~~ky~~ g~~ks~~m~~l~~ s y~~od~~j el~~a~~ d~~ls~~c~~rk~~b; sfd , d y~~h~~Vj ikuh dk v~~u~~pk~~u~~ d~~s~~ s y~~yk~~; k tk; A
- v~~P~~Nh r~~j~~g l k~~cp~~ ikuh l s n~~ks~~u~~g~~kFk /k~~s~~ A
- , l k l Q l f~~k~~j cr~~lu~~ y~~as~~t l e~~a~~1 y~~h~~Vj ikuh v~~k~~ l d~~a~~
- , d y~~h~~Vj ikuh m~~l~~ cr~~lu~~ e~~as~~sdj rs kj j [k~~s~~; g t: j~~h~~ u~~gh~~fd ikuh m~~cy~~k g~~k~~A
- v~~lsvkj-~~, l - i~~sv~~ [k~~y~~dj ijk i~~M~~Mj ikuh esM~~k~~f~~y~~; A
- , d y~~es~~M~~M~~n~~k~~j p~~E~~ep l s m~~l~~ s ?k~~y~~ n~~ift~~; A
- vc ?k~~y~~ fi ykus gr~~q~~rs kj g~~s~~ m~~l~~ s <ddj jf[k; A
- bl d~~k~~ mi ; l~~x~~ 24 ?k~~s~~rd dj l drsgA vxj ijk mi ; l~~x~~ u~~gh~~g~~s~~ i~~krk~~ r~~ks~~b~~l~~ s Q~~ddj~~ r~~ktk~~ ?k~~y~~ rs kj djA

thou j{kd ?k~~y~~ fi ykus dh fd~~z~~ k el~~a~~ d~~ls~~ l e>k~~b~~; s

- m~~l~~ l s d~~fg~~; s og c~~P~~ps d~~ls~~, d p~~E~~ep ?k~~y~~ fi y~~k~~, A , l k 1&2 feuV i j c~~kj~~&c~~kj~~ d~~ift~~; A c~~M~~s c~~P~~ps d~~s~~fy; s 1&2 feuV l s 1&1 ?k~~y~~ fi y~~k~~; A
- vxj m~~Y~~Vh d~~jr~~k g~~s~~r~~ks~~m~~l~~ s 10 feuV ds v~~rjk~~ y~~k~~ ckn fQj fi y~~k~~b; s v~~l~~ ; g d~~e~~ t~~kj~~h jf[k; A ?k~~y~~ /k~~hj~~&/k~~hj~~s fi y~~k~~; A
- v~~lsvkj-~~, l - fi ykus ds c~~hp~~&c~~hp~~ es el~~a~~ d~~k~~ n~~rk~~ fi y~~k~~uk t~~kj~~h j [k~~s~~
- vxj v~~lsvkj-~~, l - 24 ?k~~s~~ds ckn dN cp t~~krk~~ g~~s~~r~~ks~~m~~l~~ s Q~~ad~~ n~~ift~~; s v~~l~~ r~~ktk~~ ?k~~y~~ cul~~b~~; A
- v~~lsvkj-~~, l - 24 ?k~~s~~ds fy; s nsu~~s~~ ds ckn n~~sf~~[k; s fd c~~P~~ps ds 'k~~hj~~ ea ikuh dh deh vc Hkh g~~s~~ v~~fl~~ok u~~gh~~ vxj m~~l~~ s v~~ljk~~e eg~~l~~ g~~s~~j g~~k~~ g~~s~~r~~ks~~ el~~a~~ m~~l~~ s m~~l~~ h de e~~anxt~~ l k~~fk~~&l k~~fk~~ ?j~~y~~ cu~~k~~; s x; s dN i s n~~ift~~; A vxj ikuh dh deh vc Hkh g~~s~~r~~ks~~v~~lsvkj-~~, l - t~~kj~~h jf[k; A

vxj m~~l~~ dh g~~ly~~r v~~l~~ g~~ly~~ [k~~hj~~ c~~fc~~ fn[k j g~~h~~ g~~s~~r~~ks~~ l kj .kh&1 e~~fn~~; s x; s eki n~~Ms~~ ds v~~l~~/k~~j~~ i j 4 ?k~~s~~ea fdruk v~~lsvkj-~~, l - nsuk g~~s~~m~~l~~ ds v~~u~~q kj n~~ift~~, A

'kj h̄ ea ikuh d̄h deh u ḡus i j Mk; fj ; k l s xLr cPps d̄k ?kj sywmi pkj A

vf/kd i s vkgkj nsuk% 4 ekg ds uhps d̄h mez ds cPps d̄ks i j h̄ rjg l s Lru i ku djk; A ekadks l ykg n̄ fd og cPps d̄ks vf/kd l e; rd ckj & ckj Lru i ku djk, A tks cPpk ekadk n̄uk ugha ys j gk gks ml s vksvkj-, l - vFlok pkoy dk i ku h̄ yL h̄ vFlok f'kdath Hh nh tk l drh gA tc rd Mk; fj ; k cn ugha gks rc rd vksvkj-, l - nsjsfg; A

Mk; fj ; k ds 'kj vkr ds nkj ej vxj 'kj h̄ ea ikuh d̄h deh ugha gks vksvkj-, l - Mk; fj ; k dk , d m̄yke ?kj sywmi pkj gA vxj vksvkj-, l - mi yC/k ugha gks ?kj ea mi yC/k i s ea l s dN nsuk pkfg; s rFkk jkst ds vkgkj ds vykok ikuh d̄h ek=k c<k nh tkuh pkfg; A

- i ku h̄ d̄h deh ds y{k.k u ḡus i j Mk; fj ; k l s xLr cPps d̄ks fdruh ek=k ea vksvkj-, l - nsuk pkfg; A
- tc rd Mk; fj ; k : d ugha tkkrk rc rd cPps d̄ks vksvkj-, l - dk ?kj vFlok ?kj ea mi yC/k i s nsjsfg; A
  - mez vxj ekadk n̄uk fi ykus ; W; gks rks Lru i ku djkuk tkjh j [k] d̄oy Lru i ku djus okys f'k'kpa ea ikuh d̄h deh ḡus d̄ks j kdu s ds fy, mlga Lru i ku djkrs j guk gh i ; klr gA
  - tks f'k'kj Lru i ku ds vfrfjDr mijh n̄uk Hh i hrs gS mlga , d k n̄uk fcuk ikuh feyk; s fn; k tkuk pkfg; A
  - cPpk tks vkgkj gj jkst ysk gSml spyus nift; A

I kj .kh &2

Mk; fj ; k yxkrkj pyus d̄h voLFkk ea ikuh d̄h deh dksjkdu s ds fy; sfdruk vksvkj-, l - fn; k tk; A
--

mez	gj ckj ikuh t̄h VVWh ḡus ds ckn
6 egus l s uhps	pkfkkbZ fxykl ½0 feyhyhVj½
7 egus l s uhps	pkfkkbZ l s vkkk fxykl ½0 l s 100 feyhyhVj½
2 l ky l s 5 l ky	vkls l s , d fxykl ½100 l s 200 feyhyhVj½

?kj ea mi yC/k i s ¼ p-., Q-½

I kj .kh &3

<u>mi : Dr</u>	<u>gkfudkj d</u>
yL h ½ lkV½	LkV fMDT
f'kdath	cn fMCcs ea mi yC/k Qyakdk j l
Pkoy] dkath] ekM+	dkDh
nky dk ikuh	&
I knk LoPN ikuh	&
ukfj ; y dk ikuh	&

Mk; fj ; k ds nkjku dku l k vkgkj nsuk pkfg; A

- ekadfsy, ; g l e>uk vko'; d gS fd cPps d̄ks Mk; fj ; k ḡus d̄h fLFkr ea vkgkj nsuk tkjh j [k] tkuk pkfg; A
- Mk; fj ; k d̄h o tg l s T; knkrj cPpk d̄h Hh , dne de gks tkrh gS vkgkj yus grq ckj & ckj dguk i Mf k gA mlga vkgkj tcjnLrh ugha nsuk pkfg; A mlga dskj f[kpMh vkn nA
- xLkj Mk; fj ; k ea nsuk nsjsfg; dHh ml ea ikuh ugha feykuk pkfg; A
- n̄uk vU; : i ea Hh fn; k tk l drk gS t̄h s nfy; k n̄uk Hh bR; kfn ea feykldj A
- thou j{kld ?kj i z kkyh ds l kf&l kf ekadk n̄uk vo'; nsuk pkfg; A

- tks otu Mk; fj ; k dls dkj .k de gyk gsm l s ijk djus dls fy; s chekj h vPNh gks dls ckn cPps dls Hkj ij vkgkj nuk pkfg; A
- ; fn cPpk Lruiku djrk gsrks elaks dgaf dls ml svf/kd nj rd ckj&ckj Lruiku djk; A
- cPps dls Dyljh&; Dr vkgkj nA
- nckjk fn [kks grqdc vluk pkfg; s

vxj cPps dls fuEu y{.k.ka ea l s dkBZ gks r%
-
ela dk nuk ugh i h
jgk gA
-
vlj vf/kd chekj
gks jgk gA
-
VVVh ea [ku vk
jgk gA
-
cikkj vk jgk gA

Mk; fj ; k dks jkdus dls fy; s fuEu ckrakla dls crkb; %

- igys Ng ekg rd dby Lruiku djk; A
- Ng ekg dh vk; qes cPps dls v/k Bk vkgkj nuk 'k dj A LoPNrk dk [; ky dlft; A
- vkgkj cokus l s i gys gkFk vPNh rjg /kkb; A 'kks dls ckn Hkh l kcij ylkxldj l kQ dj ds /kkb; A cjr u /kks dls ckn Hkh gkFk /kkb; A
- xnxhj /ky vlj efD[k; ka l s vkgkj dls cpkb; A
- ihu&grq l jf{kr rFkk l kQ&l Fkj k ikuh nlft; A
- fo"bk dk fui Vku l jf{kr rjhds l s dj A cPps dls 'kks pk; A 'yfVu% ea VVh djk; A
- Vhdkj .k djk; l [k l js dk Vhdkj fo'kk : i l s yxok; a rFkk l e; i j foVkeu ^,\* fi yok; A



ftad D; k gA  
ftad ,d iksd rRo gA ekuo 'kjhj ea vk; ju dls ckn ;gh rRo l cl s T; knk gk gA 'kjhj ea foHkuu vaks tS gMFM; l xjnk ;dr] vxuk'; ] fi V; Vjh xfFk vlj vklkaeaftad vyx&vyx dk; l djrk gA ftad dh ekuo 'kjhj ea dbz Hkfedk; a gk gA tS s ?kkoka dls Hkjuk 'kjhj dh of) ea l gk; d gkuk jkx i frjkdk {kerk c<ku} vklks dh vo' ksk. k {kerk dls c<ku}

nLrk eftid dh Hkdk %

tc cPps dls nLr gks gß rks ml nkku ml ds 'kj hñ l a iku byDVykbV vlg ftid rhuk phts fudy tkrh gA iku o byDVykbV fudyus ls futlyhdj.k %Dehydration% gks gß ftid fudyus l a vks dls vokks k.k {kerk o 'kj hñ dh jlx ifrjkld {kerk de gks tkrh gA

nLrk e ORS nsus ls iþtlyhdj.k %Rehydration% gks gA l kfk eftid nsus ls ORS dh Hkh iHko'hyrk c<+ tkrh gß ftid ls fd ols T; knk ek=k ea vlg 'kh/k vo"kk'kr dj ikrh gS rkfd Rehydration tYnh gks tk,A l kfk gh ftid vHk dls Hkh Hkjrk gß vlg jlx ifrjkld {kerk Hkh c<krk gA

; gß; s ckf /; ku nsus dh gß fd ftid ORS dk fodYi ugh gß cfYd vuqjd (Supplement)gß D; kfd nLrk e gq futlyhdj.k %Dehydration% dk iþtlyhdj.k %Rehydration% ORS ls gh gks gA ftid ml s vlg cgrj <x ls vlg 'kh/k djus ea l gk; rk djrk gß vlg l kfk gh jlx ifrjkld {kerk c<krk gA ftid ls nLrk e yHk %

ORS dh iHko" 'hyrk Hkh c<+tkrh gA nLr tYnh Bhd gks tkrs gA iku okys nLr de vks gA nLrk dh l q; k ea deh gks tkrh gA cPps dh Hkh c<+tkrh gA vxys 2 eghus rd nLrk o fuelfu; k ls cplko gks gA vLirk yekrh o er; qea dehA

ftid dß snuk gß%

vxj cPpk 6 eghus ls Nk/k gß rks 10mg dh , d xkyh yxkrkj 14 fnu rd ekW ds nuk ; fn 10mg dh xkyh uk feys rks 20mg ftid dh xkyh dls vlk djd nA



14 fnu rd D; k %

yxkrkj 14 fnu rd ftid nsus ls vks ijh rjg ls l gh gks tkrh gß o jlx ifrjkld {kerk c<krk gA ftid nLr Bhd gks dls ckn Vkfud dk dke djrk gA yxkrkj 14 fnu rd nsus ls vxys 2 eghus rd nLrk o fuelfu; k ls cplko gks tkrh gA

v/; k; 13

## vk; lk (AYUSH)

vk; lk %& vk; lk vk; ph] ; lk] ; ukuh fl ) ,oa gkE; lk fkh fpfdRI k i) fr; lk dk l {lk esuke gA ; s fpfdRI k i) fr; lk ,y lk fkh ds vfrfjDr oflyid gA ; s tuekul ejph cl h gA bueatle ?Vh I s ydj nkh ek ds Nk/&cM u[ks gA ogh , d l Eiwz thou foKlu gs ,oa iwl oKfud fpfdRI k r= gA

bu fpfdRI k i) fr; lk ds gtkj lk fpfdRI ky; ,oa yk[ks fpfdRI d l Eiwz ns k es turk dks viuh fpfdRI dh; l okvl s LokLF; inku dj jgs gA

ns k es vud fo' ofo | ky; ] eglfo | ky; gS tks fof/kor v/; ; u djks gS ,oa bu ij fu; U=.k grq Hkj r l jdkj dh l Fkk l VV y dM y vV b. M; u esMfI u gA bueavu dku grqj kVh; Lrj dh l Fkk, gS ,oa l Hkh i fkh ds uskuy bULVh; V~f' k(k) vu dku ij dk; Z dj jgs gA

bl v/; k; es vk; lk l s Ecfl/kr tkudkjh v' lk l g; lfxuh; lk dks nh tk; xk ft l dk mi ; lk ; s vius jkstuk dks dke es ydj l ekt dks ykk i gpk l dxhA

vk; ph dk mls; gS LoLFk 0; fDr ds LokLF; dh j{lk djuk ,oa jkxh gkus ij ml dh fpfdRI k djuk gA bl mls; dh iirZfuEu i zdkj l sgksh gA

- 1- jkxh l scpk dsmik;
- 2- jkxh dh fpfdRI k
- 3- fpfdRI k dsmijlkj r jkxh dks l ekt es i p%Lfkfir djuk
- 4- LokLF; dks c<uk

Lk l s i gys jkxh l s cpko dks fy, ge gkjh fnup; lk dks 0; ofLFkr j [kuh gkxhA l cg tkus l s ydj jkr dks l kus dk Øe fuEu i zdkj gA

- Lkcg l wZmn; gkus l s i oZfcLrj NkM+nA
- gkFk eg /kdkj] i V Hkj i ku h i hoA
- 'kdkfn l s fuor gk nk dks ,oa t Hkk dks l kQ djA
- ikr%dky 'k) gok es /k, oa 0; k; ke] i k. kk; ke] vkl u vkn djA
- Luku djS LoPN di Ms i gusA
- 'kjhj dks fy, tks fgrdj eukuply gks, l k uk' rk djA
- 'kkr ,oa LoLFk eu l s vius 0; oLkk; Vdkel% djA
- nkij gj esfnu dk Hkkstu yj i 'pkr~FkMk dke djA
- l k dkj es?kj i gpk Luku djS gkFk eg ?kdkj Hkkstu djA
- FkMk /k, oa jkf= es foJke djA

bl dks vfrfjDr jkx l s cpus dks fy, 'kjhj ij rsy ekfy'k enu] mcVu] l s] vkn vko'; drkud kj djA

bu o<sup>ks</sup> dks jkodus I s dbZ chekfj ; k<sup>m</sup>ri<sup>Uu</sup> g<sup>kr</sup>h g<sup>sk</sup>

- |  |   |                       |
|--|---|-----------------------|
| 1- i <sup>v</sup> I s fudyus okyh                      | 5- I; kl  | 10- tEgkbz            |
| ok; q <sup>h</sup> vi <sup>ku</sup> ok; k <sup>h</sup> | 6- H <sup>h</sup> k                                 | 11- dke djus ij c<us  |
| 2- ey i <sup>fr</sup> dk ox                            | 7- fuæk v <sup>uh</sup> n <sup>h</sup>              | okyk 'okl             |
| 3- e <sup>ff</sup> i <sup>fr</sup> dk ox               | 8- [k <sup>h</sup> h v <sup>dk</sup> k <sup>h</sup> | 12- v <sup>ld</sup> w |
| 4- Nhd   | 9- Nfnz v <sup>m</sup> V <sup>h</sup>               | 13- 'k <sup>o</sup>   |

bI h i<sup>dkj</sup> \_r<sup>h</sup> ds vu<sup>q</sup> kj vius [kku&iku dks cnys , oa \_rq l f/k ea fo'kk /; ku j [k<sup>h</sup> dn vkl kuh I s feyus okyh phtsftudk mi ; kx I k/kj.k bykt d<sup>sfy</sup>, v<sup>k</sup>kk l g; kfx; k<sup>f</sup>cu<sup>k</sup> fdI h g<sup>ku</sup> ds dj I drh g<sup>sk</sup>

Ø- I a	Ulke	ek=k	mi ; kx@cheljh ft I eayk <sup>h</sup> nk; d
1.	i <sup>gh</sup> uk dh i f <sup>yk</sup> ; k <sup>h</sup>	5 I s 10 xte	fepyh v <sup>k</sup> ukl <sup>j</sup> i <sup>v</sup> ea x <sup>h</sup> cuukl <sup>j</sup> i <sup>v</sup> nn <sup>h</sup> yw <sup>y</sup> xuk <sup>j</sup> eg <sup>j</sup> I s n <sup>h</sup> l/k v <sup>k</sup> ukl <sup>j</sup> [k <sup>h</sup> h Mdkjs v <sup>k</sup> uk v <sup>lf</sup> n
2.	uh <sup>h</sup> Qy	I s1 ux	pDdj v <sup>k</sup> us ea 'Ddj ; k <sup>h</sup> X <sup>h</sup> plst ds I kFk tku <sup>h</sup> feykdj] v: fp ea uh <sup>h</sup> ea dkyh fepl o ued Mkydj xel djd <sup>j</sup> i <sup>v</sup> dh x <sup>h</sup> o nn <sup>h</sup> ea ehBk I k <sup>h</sup> l o ued ds I kFk
3.	vnjd inld	5&10 xte	pVuh culdj 'kgn ds I kFk [k <sup>h</sup> h ea pVuh culdj ued o dkyfepz ds I kFk v: fp ea bl ds vfrfjDr I nh <sup>h</sup> t <sup>pk</sup> e] [k <sup>h</sup> h fl j nn <sup>h</sup> ea n <sup>h</sup> l ; k <sup>h</sup> pk; eamcky dj mi ; kx dja
4.	gYnh i <sup>dl</sup> ln	5&10 xte	?k <sup>h</sup> o ij [k <sup>h</sup> h eamckydj] , yt <sup>h</sup> ea gYnh pwk <sup>h</sup> ikuh I } pl <sup>h</sup> yxus ij gYnh \$ ued iku <sup>h</sup> ds I kFk I nh <sup>h</sup> t <sup>pk</sup> e] [k <sup>h</sup> h , oa vU; I Øe. k <sup>h</sup> ea y <sup>h</sup> knk; d
5.	vtok; u cht	3 I s 5 xte	i <sup>v</sup> nn <sup>h</sup> ea vtok; u \$ dkyk ued dk mi ; kx t <sup>h</sup> Mls ea nn <sup>h</sup> ekgoljh dk nn <sup>h</sup> i <sup>v</sup> fir ds ckn ek <sup>h</sup> dks n <sup>h</sup> l ugh v <sup>k</sup> uk ; k <sup>h</sup> ruka ea nn <sup>h</sup> jgu <sup>h</sup> x <sup>h</sup> kk <sup>h</sup> k; dh I Qk <sup>h</sup> l C <sup>h</sup> pk <sup>h</sup> ea i <sup>v</sup> ds d <sup>h</sup> Mls ds fy,
6.	nkuk e <sup>kh</sup> cht	5 I s 10 xte	t <sup>h</sup> Mls dk nn <sup>h</sup> i <sup>v</sup> nn <sup>h</sup> i <sup>v</sup> I s v <sup>k</sup> o v <sup>k</sup> uk e/k <sup>h</sup> g <sup>j</sup> e <sup>kh</sup> /k <sup>h</sup> l i <sup>v</sup> ea x <sup>h</sup> cuuk
7.	dkyfepz cht Qy	2 I s 5 nku <sup>h</sup>	Dkyh fepl \$ x <sup>h</sup> M yxse [k <sup>h</sup> h] Loj H <sup>h</sup> ak e <sup>h</sup> dkyh fepl \$ ued \$ uh <sup>h</sup> w: fp] i <sup>v</sup> ea x <sup>h</sup> v <sup>lf</sup> n ea
8.	i <sup>hi</sup> y Qy	2 I s 5 ux	i <sup>g</sup> kus /khe c[ <sup>h</sup> h] es 2 I s 5 ux n <sup>h</sup> l es mckydj y <sup>h</sup> NKN \$ ued ea f <sup>h</sup> lkxhdj 24 ?hVs ckn fudkydj I [ <sup>h</sup> kdj ros ij I <sup>h</sup> l d <sup>h</sup> dj yws I s H <sup>h</sup> ak yxrh g <sup>h</sup> rFk ; dr dks cy nrh g <sup>h</sup> [k <sup>h</sup> h ea n <sup>h</sup> l ; k <sup>h</sup> 1 xte 'kgn I s
9.	r <sup>yl</sup> h i=	2 xte I s 10 xte	[k <sup>h</sup> h c[ <sup>h</sup> h] v: fp ] th epyukl <sup>j</sup> i <sup>v</sup> nn <sup>h</sup> fl j nn <sup>h</sup> v <sup>lf</sup> n ea mi ; k <sup>h</sup> h chtks dk mi ; kx i <sup>h</sup> Vd , oa okt hdj
10.	uhe mi ; kxh H <sup>h</sup> i= cht vllrj Nky ckg; Nky ry	5&10 xte 2&4 cht 5&10 xte ckg; mi ; kx 4&5 cm	uhe pej k <sup>h</sup> mnj j <sup>h</sup> deh Toj] dkl ] I k <sup>h</sup> L <sup>h</sup> Øe. k <sup>h</sup> ea fo <sup>h</sup> lu vu <sup>q</sup> kr <sup>h</sup> ds I kFk f <sup>h</sup> lu&f <sup>h</sup> lu rjhdsckg; , oa v <sup>lf</sup> rfjd mi ; kx

Ø- I a	Ulke	ek=k	mi ; lk@cheljh ft l eayklik nk; d
11.	għax fu; k	1 s 1 xte	iV dh x] iV nn] nk nn] ekgokjh dk nn] vlkQjk vlfn eami ; lkx
12.	I qjih fpduh	5 1 s 10 xte	'or inj] xHkk k; Hkk nkla ds jlk] eif jlk %cgq eif xHkk k; ds vu; jkxka eami ; lkx
13.	ylk iji dfydk	1 1 s 2 ux	fepyh vukk l; kl yxukl [kk h] mnj 'ky] Toj] eifik nkdlk f'kj%ny] vEyfi Yk] eami ; lkx
14.	blyk; ph Qy	2 1 s 4 ux	edk nkdlk fepyh vukk dk l 'okl] vfluekk mnkor] egħi ds Nky] jDr inj] jæk'lk mnj jlkx eaykkin
15.	tk; Qy Qy	5 1 s 10 jYk 1 s 1-5 xte rd%	cPpk ds vip eif iż-żekk l f/k; lk ds nn] eif mnj i vfrl kj] ifr'; ke] fl j nn] cPpk ds 'okl ] [kk h eif dej nnzeami ; lkx
16.	tħo=h %chtkoj . lk	500 feyhxte 1 s 1 xte rd	cPpk ds vfrl kj] 'okl dk l es v: fp] l f/k 'ky] iV nnzeami ; lkx
17.	dk; Qy Nky	1 1 s 2 xte	fl j nn] /lkuka dk nn] xHkk k; l Ecl/hod lkj] mnj jlkx eaykkin
18.	?fu; kij cht i=	2 1 s 5 xte	'kk dk l eif ea : dkov udl hij] v'lk vell s tyu għukk 0; kdyrk xHkkol Flik es oeu vly Vh għukk es
19.	I Q cht	5 1 s 10 xte	ikpu l iż-żekk ds l tkh jkoxks ij ykkidj] l iż-żekk [kk h vfrl kj] eykoj lk? kcj kgħi , oa xehi l s jkgr iġipprk għa
20.	thijk cht	3 1 s 5 xte	vkel'k; ; dr , oa vkl= dls l cy cukrk għa nkdlk dls nj dżirk għi th. lk Toj es xM dls l kfk vEyfi Yk] vfrl kj] mYV] vlkQjk eif v: fp es mi ; lkx
21.	jkbz cht	2 1 s 5 xte	mnj deli eif d /kēl dk óko de għukk vi pu] vlkQjk ēr xHkk dls ckj fudkyus ds fy, jkbz 3 xte \$ Hukk għax vlk xte \$ vlk ds l kfk dkket ēsej feykdj fi ykrs għ 'okl] dQ iduki] l f/k 'ky es ħix yxkj
22.	dlyk thijk lk; kg thijk cht	3 1 s 5 xte	tpake erbl dħol ok'i dls l qkrs għa iż-żirk dls nikk c-kku dls fy,] eif tuu] xHkk k; 'kkuk] th. lk Toj] okr'k; u dls fy,
23.	dykk	3 1 s 5 xte	xHkk k; dk l iż-żirk fodkl cyiwd għirk għi vr% vukrb es mi ; lkx l riu; vly dha of) dls fy,] nkn [ktyh es ckā; yi] fo"ke Toj] vfluekk] vip eaykkin
24.	vlojk Qy	2 1 s 5 xte pwk	'or inj] vi pu tħur Toj] mYV għukk vEy fi Yk] eif lk iħbi iħfy; lk Läk' lk es ykkink; d] jDr dh deli l iż-żekk [kk h] eif ds Nky] n'Vekk] f'kj%nn] à); dh xfr c-tek eaykkin
25.	għiM Qy	3 1 s 5 xte	cPpk ds vlkQjk mnj 'ky] dċt es ?ħol dj nA cMla dls dċt iV dls jkoxka es 5 xte pwk ikuu l s nA
26.	cgħiM Qy	3 1 s 5 xte	[kk h] 'okl es cgħiM pwk fi Yk Toj dh 0; kdyrk es cgħiMs dh fxjh dls ty ; k nukk l } Loj lkx es pili us dls fy,

Ø- l a	Ulke	ek=k	mi ; lk@chekjh ft l eaykll nk; d
27.	xktj ey	100&200 xte	i k"Vd] us=k ds fy, fgrdj] jDr o) d] jDr 'kkd gA
28.	Lifgtuk i=] Qy] Qyh	5 l s 10 xte	i k"Vd] 'kj hj ea tkMs ds nnz dks Bhd djrs gA
29.	cay i=] Qy] Qy] xkn	5 l s 10 xte	i k"Vd] e# jkxa es ykkin] nkls ds fy, mi ; lkjh Qyh dk pwk ieg esmi ; lkjh
30.	i hi y i=] Rod-	5 l s 10 xte	â); jkxa es dkay i= 5 ux \$ feJh dk mi ; lk] ?kcjkgV] e# jlk] vkek'k; nkgl ozk ea mi ; lkjh 'or inj
31.	cjxn i=] Qy nk	pwl 3 l s 5 xte 5 l s 10 xte	'or inj] ieg] ozk esmi ; lkjh
32.	Hkdl vkojk   Eiwkz i kni pwk	500 feyh xte l s Mk+xte	; dr jkxds ij (hepatitis) vifly; lk es vfr mi ; lkjh 'okl ] dkl] vfr'lk; oa   Øe.k ea fgrdj
33.	uhe fxyls dk.M vrukz	5 l s 10 xte	th.k Toj] vkeokr vtMs dk nnz vflFk {k; dkl] jl k; u
34.	eyBh ey	vkls l s 2 xte	'kld dkl] 'okl] e[ki kd] ozk jk d] c) o) d] cL; jl k; u
35.	iku i=	1 l s 2 ux	dkl] 'okl] Loj Hk es ykdj] e[ nkdl/k; uk'kd] 'ol u Loj eaykkin
36.	Nyjk Qy	2 l s 5 ux	i k"Vd] ifr'; k] dkl] xHwz k; fuclyrk jDrkyirk] 'or inj] eeg eaykkin
37.	Xokj ikBk i=] eTtk	5 l s 50 xte	vfxu nk vtyuz ij bl dk xpk fuckydj yxloj rjlr jkgr feyrh gA mnj jlk] ; dr jlk] vekrb] vk; okr] es ykkin
38.	vylh cht	10&15 xte	pN elp ij i yVI culdj yxloA dkl ea vylh dk DokFk ihykor 'okl dkl ea ykldj
39.	ygl w dln	5 l s 10 dfydk	â); jlk] mnj jlk] vkeokr d.k jlk] 'okl ] dkl] ifr'; k] vlfn eaykldj
40.	cFljk i=	5 l s 10 xte	e#y] e# nkg] mnj jlk es yklnk; d] cht ckthdj
41.	I k k (Dill Seed) i=] cht	5 l s 10 xte 2 l s 4 xte	vfxu inhi d vHk yxkrk gA xHwz k; mykst d i v nnz vkojs es ykkin] Lrl; o) d] i v ds dtMs dk elkus ds fy,] e[ed] k ds fo"k ea yxkus ds fy,] vfrl kj esmi ; lkjh
42.	v'oxdk ey	3 l s 5 xte	vfr'kfdr nk; d] ân;] efLr"d ,oa eld i sh ds fy, cynk; d] vkeokr] fikokr ea yklnk; d] c) o/kd
43.	'krkojh ey	3 l s 5 xte pwk	nk c <sub>l</sub> us es mi ; lkjh cY;] 'kyuk'kd] eld i s'k; k dls rkdr nsk gA tkMs ds nnz dks de djrk gA
44.	XHwz k: cht	3 l s 5 xte pwk	i Fljh dks u"V djrk gA e# tyu] e# dh : dkov dks Bhd djrk gA ieg] 'or inj ea
45.	eWkyh ey	3 l s 5 xte pwk	i k"Vd] oY;] okthdj gA 'kdk.lq vYirk ea ykldj] inj eaykkin] dkeksd
46.	xjlk eqMh Qy	2 l s 3 xte	dkr izk] iify; k th.k vlxokr] ng npkdl/k e#kojk jDr fodkj v'k v'k es ykldkj
47.	vi kerkz   Eiwkz ipkx	2 l s 3 xte	fij nnz fo"ke Toj] lygk of)] i Fljh jDróko i odky ea d"V] deh jlk] v'k ea yklnk; d

Ø- I a	Ulke	ek=k	mi ; lk@cheljh ft l eayk lk nk; d
48.	vtp Rod	3 1s 5 xte	â); j lk@ es y lk nk; d] 'khrfi Yk mnz Y i Y lk es mi ; lk@
49.	ckj tMh Rod	3 1s 5 xte	'or inj] jä inj] x lk k; lk vkn j lk@ es y lk in
50.	I; kt dln jI	10 1s 50 xte 5 1s 10 xte	vtku intid] yw es mi ; lk@ mnj j lk@ es mi ; lk@ 'lpo/kd] ckt h dj] i k Vd
51.	i pusbk ey	3 1s 5 xte	'k lk uk'kd] jDro) d] e=y] jDr nk dls de djrk gA ; drkj ty lnj] â); j lk@ es y lk in
52.	fcYo %cy% Qy eTtk	3 1s 5 xte	vfrl kj] i okfgdk mnj j lk@ 1s y lk in] mYke i k Vd i = e/epg uk' kd
53.	'lklih iplx	3 1s 5 xte	ekufi d ruko] vfuæl] â); j lk@ mPp jDr pli es y lk in

bl ds vfrfjDr lk dbz ouLi fr; lk gftudk cgj mi ; lk gks I drk g; vk' lk l g; lkxuh dls LFkuh; vk; lk fpfdRI d 1s 1 Ei dlesjgdj Klu itlr djuk pkfg, A

v/; k; 14

vk'kk&amp;l g; kfxuh ds dk; &amp;0; ogkj , oaejs

vk'kk l g; kfxuh fpfdRI k , oa LokLF; foHkx rFkk l efdrl cky fodkl l ok dh , d egUoiwkl dk; Zdrk gA ; g LokLF; l Fkk , oa Lemk; ds chp , d ; ksd dMh gA vk'kk l g; kfxuh dk p; u nkuk foHkx ds l aDr iz kl l s xke ipk; r ds ek/; e l s xke l Hkkvka ea fd; k x; k gA xte Lrj ij vk'kk l g; kfxuh LokLF; l okvka dh tkudkjh ipkj i dk j rFkk LokLF; ds fy; sejhtk dks vLirky ys tkus dk vr; Ur egUoiwkl dk; l dj jgh gA vk'kk l g; kfxuh ds i edk dk; ZfuEu i dkj l s gA

1- ek dh ns[kHkky%&

- ◆ xg l idz ds l e; fd l h efgyk ds xHkbrh gksu dh tkudkjh fey} rks ml s vi uh Mk; jh ea HkjukA
- ◆ ekr , oaf'k'kq LokLF; fnol ij xHkbrh efgyk dks vLirky dk dHniz ij ykukA
- ◆ xHkbrh efgyk dk i athdj.k djukA
- ◆ eghus ea nks ckj xHkbrh efgykvka ds ifjokjka l s l Ei dz dj mlgs vko'; drkuq kj i jke'kz nukA
- ◆ xHkbrh efgyk dks l e; xHkbrh efgyk dks l ok; k vkgkj , oa vkgje djus grq i jke'kz nukA
- ◆ ekr f'k'kq LokLF; fnol ij xHkbrh efgyk dks vLirky dk dHniz ij ykdj Vhdkdj.k , oa rhu iejk i dk o i dk LokLF; tkparFkk ?kj ij vkbZ, Q-, -dh xlyh ysk l fu'pr djukA
- ◆ xHkbrh efgyk dks i dk o l jdkjh vLirky ea djkus ds fy; sefgyk , oamI ds ifj tuka dks ifjr djukA
- ◆ xHkbrh efgyk dk utnhd ds LokLF; dHniz ij i dk o grq uke ntz djukA i dk o ds l e; xHkbrh efgyk dks vLirky ys tkus grq okgu dh mi yCkrk l fu'pr djukA
- ◆ i f jokjka l s l idz ds l e; ued dh tkp dj vk; kMhu ; Dr ued ds bLreky grq ifjr djukA

2- i l o ds l e; ns[kHkky%&

- ◆ xHkbrh efgyk dk mi yCkrk okgu l s LokLF; dHniz ys tkukA ; fn vLirky ys tkuk l klo ugha gS rks doy , , u, e vFkok i f'k'kq {kr nkba }kj k i dk o l fu'pr djukA
- ◆ i l o ds l e; mifLFkr jgdj cPps dks tle ds vLirky l s , d ?kws ds Hkkhj [khi dk nwk fi yokukA
- ◆ ; fn Lruiku ea dfBukbZ gks rks ek dks l gh Lruiku djus rjhdk crkukA
- ◆ i l o lk'pkr jDr L=ko] cncinkj L=ko] c[ lkj rk.k rFkk cgksh gksu ij rjUr vLirky ys tkukA
- ◆ cPps dk otu ysk vlg [krja l s l cfi kr dkba Hkh y{.k. fn [kba ns rks ifj tuka dks vLirky ys tkus ds fy; si fjr djukA

3- uotkr f'k'kq dh ns[kHkky

- uotkr f'k'kq ds tle ds l e; ] rhl js fnu] l kroa fnu] plkgos fnu] bDdhl o fnu o vBBkbl o fnu l Ei dz djuk rFkk vko'; d i jke'kz nukA
- uotkr f'k'kq dk otu ysk ml dh of) fuxjkuh plVZ dks dk; Zdrk l s HkjukukA tgkj dk; Zdrk ugha Hkj l dk Loa }kj k HkjukA
- 6 elg rd cPps dks doy Lruiku gh djk; ; gk; rd fd i kuH ugha n bl grq ifjr djuk rFkk fuxjkuh j [kukA

- djk'skr i fjokjø ds cPpkø eø ekg eø nksckj tkuk rFkk muds i ksk.k o LokLF; l sk/k nksck earc rd l g; kx nuk tc rd fd og l kekU; gkyr eauk vkl tk; A
- 6 ekg ckn cPpkø dks Lruiku ds vfrfjDr vBk i kskgkj c<fs gø s Øe eø f[kyokuk l fu'pr djus grq ckj&ckj iz kl djukA bl grq LokLF; ,oa i ksk.k fnol ds fnu vluik'ku egkl o vo'; eukukA ek dks Åijh vkgkj ds l kfk l kfk 2 o"l ; k tc rd l klo gksLruiku dsfy; si fjr djukA
- l Hkh xHkbh efgykvlo o 0&5 o"l rd ds l eLr cPpkø dks Vhdkdj.k ,oa LokLF; tkp o vU; i ksk.k l s l sk/k xfrfotk; kgrq i ksk.k o LokLF; fnol ds fnu dñnz ij ykukA
- otu fnol ij 0&3 o"l rd ds cPpkø dks ifrek gFkk 3&5 o"l ds cPpkø dks of) fuxjkuh grq dñnz ij ykukA

4- i ksk.k%

- ijd i kskgkj fn; s tkus okys i fjokjø eijd i kskgkj ds l ni; kx dh tkudkjh ykukA
- ijd i kskgkj ft l dks ; k ft l dsfy; sfn; k tk jgk gSog ml h fnu i kskgkj dk l ou dj jgk gS; k ughA ; g l fu'pr djukA
- i kskgkj fu; fer Hkstu ds vfrfjDr [k; k tk jgk gS; g Hkh l fu'pr djukA

5- jkx; k dks vLirky ys tkukA

- i l o i hMFA
- i l o ds rRdky cknA
- xHkbLFkk ds nkku gkus okyh ijskkfu; kA
- xHkbj [k] [k] cguk vknf l s l acikrA
- xHkbj : lk l schekj cPpkA
- efLr'd Toj rFkk yw; k rki ?kr l s xfl r 0; fDrA
- l i hA
- plv] Mruk vFkok tgj Qsyus dh fLFkrA
- i fjokj fu; kstu l skvls tS & ul cmh dkij Vh fuosk vknf dsfy; A
- efgyk ,oa iq "kla dks ul canh grwi fjr dj dñz i j ys tkukA
- elfr; kfcn l s xLr 0; fDrA
- vU; fcekfj ; k l s xLr 0; fDr; k dh fpfdR; k ds fy; A

6- fpfdR l sk%

- yEa l e; rd jgus okyh chrfj; k ; Fkk Vhch vknf dh igpku es l gk; rk djukA l e; jgrs bu jkx dh xHkbj rk l e>dj vLirky eijQj djukA
- Vhch ds jkx dh MkDVj dh l ykg l s ifrfnu ?kj tkdj viuh nksck eø nokb; k f[kyokukA
- Lk'lkj .k jkx tS s tdkj [k] [k] c[kj vknf dk i fLfed mi pkj djukA
- Ck'lkj gplz l eL; k tS s & nLr jkx vknf eafuxjkuh j [krs gø s vko'; d gkus ij fpfdR l ky; dks jQj djukA

7- l xg dñnz fMi ks gk'Mj½ ds : lk eø dks; A

- vkl&l g; kxuh , d fMi ks gk'Mj ds : lk eø dks; Z djkxhA
- vkl&l g; kxuh dks vkl; ju dh xkfy; k DyljkDou ijkfI Vleky] Myhojh fdV] dMke] vklkj , l vknf nokb; k dks , d fdV fn; k tk; xkA
- vkl&l g; kxuh vko'; drkuu kj jkx; k dks nokb; k nxkA
- forfjr dh xbz nokb; k dks oki l l sk/k LokLF; dñnz l s i klr dj fdV eø j [kxhA

8- xkeh.k LokLF; fu; kst u%

- iR; d xke ipk; r eaLokLF; ,oh LoPNrk I fefr dk xBu fd; k x; k gA
- bl I fefr ea 5 tuifrfuf/k ,u,e] vkk'k g; kfxuh Lo;a l gk; rk I egs ds I nL; ] LFkuh; fo?kky; ds izkulpk; ],u thvks ds i frfuf/k vknf dks I fefyr fd; k x; k gA
- ; g I fefr vius {s= dh LokLF; dh vko'; drkvks dks /; ku ea j[kdj LokLF; dh ; kstuk cuk; xhA
- I fefr ; g dk; Z vkk'k&l g; kfxuh xkp ds egs[k; k] v/; ki d] vlxuckMh dk; Zdrk] ,u,e] xj&l jdkjh I LFKvks ds i frfuf/k vknf dks I g; kx I s djxhA
- vkk'k& I g; kfxuh dks bl dk; Z ea vi uk fo?k ; kxnu nuuk gA ; kstuk cuku ds fy; s I Hkh dks i fjr djuk gA

mi jkDr I Hkh dk; Z djus ds fy; s rFkk i fjojk ka I s I a dZ ds fy; s vkk'k g; kfxuh dk jst 10 i fjojk ka I s feyuk vko'; d gA vkk'k I g; kfxuh iR; d ?j ea tkdj i fjojk ds I nL; k I s feydj LokLF; I okvks dh rFkk bl dh mi yCkrk dh tkudkjh nxhA vkk'k I g; kfxuh dks ,d Mk; jh nh x; h gS mI Mk; jh ea og i fjojk I a dZ ds nkgku yh x; h tkudkjh fy [kxhA tS s i fjojk ds I nL; k dh I q; k] egs[k; k dk uke] xkborh efgylj /k=h efgylj f'k lq rFkk cPpk dh I q; k vknA bl h Mk; jh ea ijke'kz I cdkh i wkz tkudkjh vkk'k I g; kfxuh ds fy; s nh x; h gA xg I a dZ ds nkgku i klr tkudkjh ds vkk'k i j vkk'k I g; kfxuh iR; d xkborh ekrk dks i z o i oZ tkp] cPps dks vdkdj.k vknf ds fy; s ekr' f'k'w LokLF; ,oa i ksk.k fnol i j vlxuckMh dhnz i j ydij tk; xhA ; g fnol iR; d vlxuckMh dhnz i j ekg ds ,d xq okj dks vk; ktr fd; k tkrk gA bl fnu i LFKfed LokLF; dhnz dh ,-, u-, e- cguth vlxuckMh dhnz i j vkrh gA

### nok iVh 1Mx fdV%

fe'ku ds rgr vkk'k&l g; kfxuh dks ,d nok iVh 1Mx fdV% dk i ko/kku gS ft I ds vlxrxt fuEu nok; a ,oafpfedRI dh; I kexh I fefyr gs%

- 1- xHkkj.k tkp dh fdV
- 2- fMyhojh fdV
- 3- i jkl Mveky
- 4- DylkjDohu
- 5- Mkbl kbDykahu
- 6- dkVleDl htky
- 7- vkk'ju Qkfyd ,fl M xkfy; ka
- 8- vksvlij-, I - i sdy
- 9- i kdkMu eyge
- 10- : bz ,oa i lh
- 11- fujlk
- 12- xHkTujkld xkfy; ka



### ukt %

- ; fn fd I h Hkh nok ds i z kx ds cki seavki dks I vng gk;k gS rks ,-, u-, e ; k fpfdRI k vf/kdkjh I s cf>>d i nk tk I drk gA
- iR; d nok nsus I s i o] nok dh I e; kof/k i wkz gks dh frfFk ¼ DI i k; jh M/V% tkp yA
- nok iVh dk forj.k I ky ea ,d ckj gk;k gS rFkk ml dk i qHj.k I Ecfdkr mi dhnz dh ,-, u-, e- ; k i LFKfed fpfdRI k dhnz dh ekfI d cBdksefd; k tk I drk gA
- bu nokb; kds i z kx ds fy; s vkk'k&l g; kfxuh pkgs rks I epk; I s5 : - rd dk 'k/d ys I drh gA
- vkk'k&l g; kfxuh Mk; jh ea nok fdV dh elok vlg i frzVvLW% dh fLFkr grqrkfydk nh xbZ gS ft I ea ekgokj I lykzo mi ; kx dks fy [kuk gk;kA

fpfdRt dh; l kexh dsmi ; lks l Ecikh funsk

Ø-1 a	fpfdRt dh; l kexh	mi ; lks dc@fdl ds }kjk fd; k tk; s
1	xHkkj.k tkp dh fdV Mu'p; fdV%	xHkkj.k tkp dh fdV Mu'p; fdV%
2	fMyojh fdV	?kjsyil o dh fLFkr eaxHkkh efgyk }kjk
3	fujtk	lkjokj fu; ktu grqiq "ka }kjk iz Dr
4	xHkfujtkd xkfy; la	lkjokj fu; ktu grqefgykvla }kjk iz Dr
5	vlsvkj-, l - i bV	nLr dh fLFkr ea
6	i koldMu eyge	QkM&QHl h ds fy,
7	: bZ , oa i VVh	pV ; k ?kko ij

nokb; l dh ek=k , oami ; lks l Ecikh funsk

Ø-1 a	nok	mi ; lks dc@fdl ds }kjk fd; k tk; s	Ekk=k	fdl fLFkr ea u n
1-	vk; ju Okfyd , fl M xkfy; la	xHkkh efgyk % i Eke tkp gkrsgh	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 100 xkfy; ka l Ei wL xHkkhLfk ds nk\$ku]</li> <li>• i frfnu 1 xkfyh</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• i Eke rhu ekg ea</li> <li>• vf/kd mfYV; ka gkrs i j</li> </ul>
			<ul style="list-style-type: none"> <li>• i frfnu 1 xkfyh 1 ekg rd]</li> <li>• 1 ekg i 'pkp ghekkylfcu tkp es deh ik; s tkus i j i p%1 xkfyh fnu es 1 cij 1 ekg rd</li> </ul>	
2-	ijk l hVeky	Qk[kkj] fl j nnz o cnu nnz gkrs i j	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 2 ekg&amp;3 l ky 1&amp;14 fdxtk; 1@4 xkfyh vkkje u feyus i j 1@4&amp;1@4 xkfyh l pg] nkj gj o 'kke</li> <li>• 3&amp;12 o"kl ds chp 1@2 xkfyh vkkje u feyus i j 1@2&amp;1@2 xkfyh l pg] nkj gj o 'kke</li> <li>• 12 o"kl l svf/kd , oao; Ld&amp; 1 xkfyh vkkje u feyus i j 1&amp;1 xkfyh l pg] nkj gj o 'kke</li> </ul>	
3-	Mkb l kbDykehu	i V nnz	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 6&amp;12 o"kl ds chp 1@2 xkfyh vkkje u feyus i j 1@2&amp;1@2 xkfyh l pg] nkj gj o 'kke</li> <li>• 12 o"kl l svf/kd , oao; Ld&amp; 1 xkfyh vkkje u feyus i j 1&amp;1 xkfyh l pg] nkj gj o 'kke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• /kk=h ekrk]</li> <li>• 6 ekg l s de ds f'k'kq dks</li> </ul>
4-	Dykg kDohu	BW yxus ds l kfk cdkkj ea; k eyfj ; k ea	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 0&amp;1 o"kl &amp; 1@2 xkfyh</li> <li>• 1&amp;1 o"kl &amp; 1 xkfyh</li> <li>• 5&amp;8 o"kl &amp; 2 xkfyh</li> <li>• 9&amp;14 o"kl &amp; 3 xkfyh</li> <li>• 14 o"kl l svf/kd &amp; 4 xkfyh</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ; g xkfyh [kkyh i V ughayh tkuk pkfg; A</li> <li>• eyfj ; k dk l ng gkrs i j , d [kjk] mus ds l kfk gh [ku dh tkp grqjQj djA</li> </ul>
5-	dkv[edl htky] 1f'k'kq/ka ds fy, 1/	tueku; k	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tle l s1 ekg 1&amp; fdxt- l sde 1@2 xkfyh l pg] 'kke</li> <li>• 1&amp;2 ekg 1&amp;4 fdxtk; 1 xkfyh l pg] 'kke</li> <li>• 2&amp;12 ekg 1&amp;10 fdxtk; 2 xkfyh l pg] 'kke</li> <li>• 1&amp;5 o"kl 10&amp;19 fdxtk; 3 xkfyh l pg] 'kke</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tle l s1 oZgj 1 ekg l s Nkksf k'kq</li> <li>• i hfy; k gkrs i j</li> <li>• ; g nok vkbz , u l h vkbz if'k'kq v'kk gh ns l drh gA</li> </ul>

v/; k; 15

ijke'kz

ijke'kz nks 0; fDr; k ds opkfjd vknku & inku dh , d , s h fof/k gA ft l ea 0; fDrxr vkrfjd ckrk vj vkpj. k ds ckjs ea ppkl djds &fdl h l dV l s mcju\$ l eL; k gy djus; k fu.k yus grqDykbUV dks l efor vol j inku fd; k tkrk gA LokLF; l Ecl/kh elkeyk ea pkgs i fokj fu; ktu dk eprk gks vFkok xHkbkLFk l Ecl/kh n[dky dk Vh Ck] eyfj; k ; k cgn l oonu'khy ekeyk , p vkbz oh@ , Mf ; k ; k u l ade.k l Ecl/kh chekj; k dk A l Hk fo"k; 0; fDr ds futh ekeya gs buea i Hkfor 0; fDr i jke'kz pkgrk gS fdUrq l kfk og vi uh futrk xki uh; rk opkfjd rk Lohdk; l i jEijkv otukvk , oa ipfyr /k j .kvk l s t l s gks ds dkj.k cgr gh l oonu'khy gkrk gA vr% i jke'kz dh ifd; k ftuh vkl ku utj vkrh gS mrutk gkrh ugk gS bl eafujUrj vt; k l s f[kj vkrk gS fdUrq bl es i jke'kz nkrk dks cgr gh dly , oa n{k gks dh t: jr gA vud vol jk i j ykks dks i jke'kz dh vko'; drk gkrh gS vkk l g; kfxuh bl ea vge Hmedk fuhk l drh gA

ijke'kz dk mnns; i jke'kz yus okys 0; fDr ea fu.k yus dh {kerk dks c<kok nuk gA LokLF; ds ckjs ea tks f'k{k nh tkrh gS og LokLF; l s l Ecl/kr {ks=ka ds ckjs ea i jke'kz l ok dk vftklu vax gA ysdv i jke'kz l ok vj LokLF; f'k{k , d gh pht ugk gS i jke'kz dh fof/k f'k{k l s vks tkrh gS vj i jke'kz yus okys 0; fDr dks dk; @vkpj.k ds ckjs ea puko djuseal {ke cukuk gA LokLF; ,oa ifjokj fu; ktu grq i jke'kz l ok dk y{; gS mu 0; fDr; k dks fu.k yus ea l g; kx inku djuk tks A

- Rki fnd] ; k u l ade.k l s xfl r gS fdur mi plj yus l s Mjrs gA
- Ekrk, a xHkbh gS fdUrqn[dky ds l Ecl/k ea vuflk gA
- vupkg xHk l s N/dk jk pkgrh gS
- fd'k jcky fdk, a egkokjh , oa : k u l ade.k ds l Ecl/k ea tkudjh pkgrh gS vFkok i oZ ea i klr tkudjh ij Li "Vrk pkgrh gA
- fd'k jcky fdk, a egkokjh ds n'i fj. keks ds ckjs ea tkuk pkgrgA a
- nEi fr ftuds , d cPpk gS fdUrq vxys cPps ds tle grq vUrqky pkgrs gA
- nEi fr ftuds nks; k rhu cPps gks pps gS vj tks cPpk ugk pkgrs gA
- nEi fr ftuds yMfd; k gS fdUrq yMds dh pkgrs gS
- , d yMdk vj , d yMdh gS fdUrq , d yMdk vj pkgrs gA

ijke'kz dh ifd; k cgr egroi wjk gks ds l kfk&l kfk bl ea dN i oZ vi {k, a gA vfkkr i jke'kz nkrk dks dN ckrk dk /; k u j [kuk cgr vko'; d gA tks

I e; & i jke'kz nkrk , oa DykbUV nkus gh l e; dh l hek ea cks gks gq Hk bl s l gt , oa Mj epr ifd; k ds: l e xg. k djuk l e; dh l hek dk Mj i jke'kz dh ifd; k eack/kk i sk dj l drk gA l e; bu ckrk ds fy, vko'; d gS

- l Ecl/k cukuk
- tlp &ij[k djuk
- l eL; kvk dk l ek/kku djuk
- chekjh QSyus l s jkuk
- fuxjkuh djuk
- vuoprlk dk; bkbz djuk

ftl 0; fDr dks i jke'kz fn; k tk jgk gS vFkk - yHkbk gS vUkko djrk gS fd i jke'kz nkrk mls l e; ns l drk gS rksog i jke'kz dh ifd; k tkj h j [kus ds fy, ifj r gkrk gA



Lohdk; 7k

Lohdk; 7k ijke' kuz okys 0; fDr dk ykkFkh s I Eeku] i e] n[kkky vlg viuk i hko tek, fcuk ml s egRro nus I s I Ecfl/kr gA bl e8 ykkFkhak el; kdu , d , s 0; fDr ds : lk e8 fd; k tkrk gS tks ml ds vlpj.k vlg fopkj ds vldyu I s vyx gk gA "bl dk eryc gS fd ykkFkhds fcuk fd l h 'krz ds ijke' kuz rFk dkbz fo' ksk vf/kdkj u nuk rFk viuh dkbz jk; dk; e u djuk cfYd ml ds I kfk viu u fu"di Vrk vlg vkkokn rjhds I s i sk vkkA ykkFkhb1 jo s dks egI l djrk gS vlg mls ijke' hkrk ij fo'okl gks tkrk gS rFk bI I s bu nkska ea ?fu"B I Ecfl/kr cu tks gA

Lohdk; 7k dk ; g eryc ugla gS fd I ekt ; k ijke' hkrk }jk vLohdr vlpj. k dks Lohdr nukA bl dk vFk gS fd bl i dkj ds vlpj.k ds ckotm ijke' hkrk ; g 0; Dr dj I ds fd ykkFkhak ml 0; fDr ds : i e8 Lohdr gA

I qerk %

I qerk dk rki ; Z gS Hkskfyd vlg I kekftd n"V I s ijke' kuz dk vkl kuh I smi yC/k gkukA ijke' kuz yus okys 0; fDr; k dks much I skvka dk ykk yus ea f>d dk vutko gkuk pkfg, A ; g I fo/kk vkl kuh I smi yC/k gkuk pkfg, A

I afk vlg i fjkjrk

ijke' hkrk ds Kku dk vkkj I gh gkuk pkfg, A ykkFkh s ml ds 0; ogkj dk <x , d I k gkuk pkfg, ] I e; ds I kfk i fforu' khy u gkA bI I s ykkFkhds fo'okl ] ?fu"Brk I Ecfl/kr c<kus ea rFk tks dh ifdz k e8 ijke' hkrk dk fo'okl djus ea vkl kuh gk gA ifjokj fu; kstu , oa tle vlrjky I kku ds ckjse Kku dk Lrj I gh cuk, j[kus dk eryc gS fd ijke' hkrk dks vPNh I sk iku djus ds fy, viuh tkudkjh dks uohure cuk, j[kuk pkfg, A ijke' hkrk dks viuh tkudkjh c<kus rFk tkudkjh nus okyh fdrka , oa vU; i plj I kexh mi yC/k j[kus dh vko'; drk gA ; g I kexh ykkFkh dh vko'; drkvka vlg I Lohdr ds vuq lk gkuk pkfg, A

xki uh; rk %

ijke' kuz dh ifdz k ykkFkh vlg dk; ZDRRZ ds chp tle vlrjky I kku dh vki firz forj.k , oami ; kx ds I Ecfl/kr d8ek/; e I s pyrh jgrh gA bl I Ecfl/kr dk vkkj fo'okl gA ykkFkh v'olr jgrh gS fd ml us ijke' hkrk dks tks Hkh crk; k gS ml s u rks ml dh I gefr ds fcuk fd l h vU; 0; fDr dks crk; k tk, xk u ml ds ckjse appk gkukA i hkhk i jke' kuz I sk dh ; g , d iD&vi f{kr 'krz gk gS fd ykkFkh}jk tks tkudkjh nh xbz gS ml ds ckjse i jh rjg I s xki uh; rk cjr tk, A xki uh; rk fd l h Hkh ykkFkh dh vfkdkj gA

ijke' hkrk dh iD&vi f{kr ; k; rk, W%

- i hkhfor djusea dkyA
- ykska es vkkFkh fo'ol uh; rk vlg vkkfrefo'okl dh hkhoukv dks i fjr djusea l eFIA
- og ftu 0; fDr; k dh I gk; rk djus dk i z kl dj jgk gS much n[kkky vlg I Eeku djus dh bPNk j[krk gkA
- ml {ks ds ckjse tkudkjh gkuk tks ykkFkhds fy, el; dk gA
- el; I Ecfl/kr fu.k vlgfir fd, fcuk nlijs ykska dks 0; ogkj I e>usea l {ke gkukA
- 0; ofLfr <x I s rdz djusea l {ke gkA
- Lo; a dks ijlkfr djus okyh vlpj.k izkky; k dh i gpk djus vlg vf/kd I jkguh; vlpj.k izkky; k ea cnyusea l gk; rk djusea l {ke gkukA
- Lknk'k; rk vlg nli jka ds dY; k. k ea xgjhi : fp gkukA
- nli jka dh 'kDr de djus dh vko'; rk ds fcuk fd l h dh 0; fDrxr 'kDr dh ekU; rk vlg LohdrA
- tks[ke mBkus ds fy, r\$ lk gkukA
- tks[ke i hkh djus okyh xyfr; k dks i fr I g; kx dk hkk vlg ; g eku yuk fd fd l h us , h xyrh dh gA
- I h[kus vlg c<kus dks i fr mnkjrkA

- v̄k̄re l̄ eku lo&eV̄; k̄du] lo; adk̄ eḡroA
- v̄kn̄'k̄ : lk̄ ean̄ j̄ach̄ l̄ ok̄ djus dh̄ m̄l̄ p̄rk̄A
- v̄PNk̄ u djus dh̄ īp̄Rr̄ ḡuk̄A

ijke'lk̄krk̄ ds : lk̄ eav̄k̄ lk̄ l̄ g; lk̄xuh̄ l̄ sfuEū l̄ g; lk̄Red̄ v̄kp̄j̄.k̄ dh̄ vīkk̄ dh̄ tk̄rh̄ ḡ&

el̄s[kd	vel̄s[kd
1- ylk̄Fk̄ft̄ l̄ lk̄'kk̄ dks l̄ e>rk̄ ḡs m̄l̄ h̄ lk̄'kk̄ m̄l̄ h̄ dks īz lk̄ djrk̄ ḡA	1- ylk̄Fk̄ds ckyus dk̄ t̄ks rjhdk̄ ḡs ds l̄ eku ckyrk̄ ḡA
2- n̄l̄ js 'k̄n̄ka ean̄gj̄krk̄ ḡy lk̄Fk̄ds dFkū dks Li "V̄ djrk̄ ḡA	2- ylk̄Fk̄dh̄ v̄k̄l̄ ean̄s[krkrk̄ ḡus̄ l̄ Ei dL̄ cuk, aj [krkrk̄ ḡA
3- Li "V̄ : lk̄ l̄ v̄PNh̄ rjḡ l̄ e{krkrk̄ ḡA	3- dH̄k̄&dH̄k̄ fl̄ j̄ fgykrk̄ ḡp̄ḡjs ds ḡko&H̄ko dH̄k̄ H̄ko&H̄ko&H̄ko&H̄ko ckyphr̄ ē mfpr̄ njh̄ dk̄ īz lk̄ djrk̄ ḡA
4- l̄ lk̄ ck̄s l̄ kj̄k̄ka : ī eadgrk̄ ḡA	4- cḡr̄ rsth̄ l̄ s ; k̄ cḡr̄ /k̄es ugh̄a ckyrk̄ ḡA ī k̄fEhk̄d̄ l̄ ns k̄ crkrk̄ ḡA
5- ēl̄ e>rk̄ ḡW̄gla dgrsjfḡ, ! v̄kfn̄ dks īz lk̄ dj̄ m̄l̄ kḡ c<krkrk̄ ḡA	
6- v̄lo'; d̄ tkudkj̄h̄ ns̄k̄ ḡA	
7- ḡW̄h̄ etkd̄ ; k̄ ruko de djusok̄h̄ ckydk̄ īz lk̄ djrk̄ ḡA	
8- ylk̄Fk̄dh̄ v̄klypuk̄ ; k̄ funk̄ ugh̄a djrk̄ ḡA ylk̄Fk̄	

lk̄je'lk̄krk̄ l̄ sv̄īkk̄ dh̄ tk̄rh̄ ḡsf̄d̄ oḡ v̄l̄ g; lk̄Red̄ v̄kp̄j̄.k̄ l̄ scps

el̄s[kd	vel̄s[kd
1- minsk̄ n̄uk̄	1- ckj̄&ckj̄ ījs n̄suk̄
2- nk̄skj̄ lk̄.k̄	2- vuq̄; Ør̄ njh̄
3- fu. k̄ djuk̄	3- ḡW̄h̄ mMuk̄
4- uke j̄[kuk̄	4- ukd̄&H̄k̄s p<kuk̄
5- funf̄kr̄ djuk̄	5- R̄; k̄j̄ p<kuk̄
6- us̄Ro djuk̄	6- t̄lk̄b̄z̄ ysk̄
7- fu; æ. k̄ djuk̄	7- vīl̄ lū Loj̄ eack̄yuk̄
8- lk̄k̄ ; k̄ pki ȳh̄ l̄ seukuk̄	8- vR̄; f/kd̄ rsth̄ ckyuk̄
9- v̄kj̄k̄ yxkus ckyus īzu	9- vR̄; f/kd̄ /k̄es ckyuk̄
10- fo"k̄; l̄ s gVuk̄	

ijke'lk̄ l̄ ok̄ ea/lfu"B̄ l̄ Ecl̄/k̄ ckyus dh̄ d̄kyrk̄

1- l̄ gkuUlk̄fr̄	2- fcuk̄ 'kr̄Z mfpr̄ l̄ Eku	3- ; Fkk̄Fk̄k̄
4- Lohdk̄; lk̄ 5-	fopkj̄ l̄ īlk̄.k̄ d̄kyrk̄	

## 1- I gkutlfr

y<sup>hkkfkhz</sup> dh nflu; k dls Bhd <x I s vut<sup>h</sup> dju<sup>h</sup> pht<sup>h</sup> dls m<sup>h</sup> rjg I s ns<sup>h</sup> us e<sup>h</sup> I eFk<sup>h</sup> gkuk t<sup>h</sup> s og i<sup>h</sup> "k L=h djrk ; k djrh g<sup>h</sup> y<sup>hkkfkhz</sup> ds I kfk ckr djds pht<sup>h</sup> dls I e>ukA b<sup>h</sup> e<sup>h</sup> I s ckra I fefyr g<sup>h</sup>%

- a. ijke'khkrk ds vut<sup>h</sup> oka I s y<sup>hkkfkhz</sup> ds vut<sup>h</sup> oka dls t<sup>h</sup> Muk
- b. y<sup>hkkfkhz</sup> dh vut<sup>h</sup> fr; k<sup>h</sup> ds vut<sup>h</sup> kj I kpuk<sup>h</sup> u fd ijke'khkrk dh vut<sup>h</sup> fr; k<sup>h</sup> ds vut<sup>h</sup> kjA
- c. d<sup>h</sup> kyrki w<sup>h</sup> <x I s I pukA

## 2- fcuk 'krzmfpr I Eku

y<sup>hkkfkhz</sup>; k<sup>h</sup>; egRoi w<sup>h</sup> Lor<sup>h</sup>] i ffor<sup>h</sup> e<sup>h</sup> I e<sup>h</sup> 0; fdr ds : lk e<sup>h</sup> ns<sup>h</sup> uk<sup>h</sup> y<sup>hkkfkhz</sup> fcuk 'krz I Eku ns<sup>h</sup>A

3- ; Fk<sup>h</sup> Fk<sup>h</sup>

ml fLFkfr eaLoa dls j [kdj rFk<sup>h</sup> l g; kxi w<sup>h</sup> j pukRed <x I s vut<sup>h</sup> fr; k<sup>h</sup> v<sup>h</sup> i zofRr; k<sup>h</sup> dls vflh<sup>h</sup>; Dr djukA

4- Lohdk; h<sup>h</sup>

fdl h Hk<sup>h</sup> y<sup>hkkfkhz</sup> dls vxf.k<sup>h</sup> : i I sfcuk fo'kskf/kdkj v<sup>h</sup> fu.k<sup>h</sup> ds Lohdkj djukA

5- fopkj I Ei<sup>h</sup>.k d<sup>h</sup> kyrk

Åij y<sup>hkkfkhz</sup> ds I kfk ?kfu'B I Ec<sup>h</sup>/k cokus dh t<sup>h</sup> rjdhca nh xb<sup>h</sup> g<sup>h</sup> os y<sup>hkkfkhz</sup> ds I kfk I dkjRed I Ec<sup>h</sup>/k cokus e<sup>h</sup> I gk; rk djrh g<sup>h</sup>, d vPNs iDDrk us ukr<sup>h</sup> bu I c ckrk I s ijke'khkrk mu dfBukb<sup>h</sup>; k<sup>h</sup> ds ckjs e<sup>h</sup> tkurk g<sup>h</sup> t<sup>h</sup> fd fdI h y<sup>hkkfkhz</sup> dls viuh I eL; k, a crkrs g<sup>h</sup> vkrh g<sup>h</sup> bl fy, og y<sup>hkkfkhz</sup> }kj k ckphr fd, t<sup>h</sup> us ds fy, i<sup>h</sup> kl djrk g<sup>h</sup> y<sup>hkkfkhz</sup> dls , h , t<sup>h</sup> h ds I kfk I Ei d<sup>h</sup> djus e<sup>h</sup> vPNk yxrk g<sup>h</sup> ijke'khkrk dh ckphr djus dh d<sup>h</sup> kyrk I s xe<sup>h</sup> t<sup>h</sup> v<sup>h</sup> fouerk y<sup>hkkfkhz</sup> ea : fp dk in'ku feyul kfjk v<sup>h</sup> I gn; rk dk I Ei<sup>h</sup>.k gk<sup>h</sup> g<sup>h</sup> bul s y<sup>hkkfkhz</sup> viuh ckr dguse e<sup>h</sup> gk; rk feyrh g<sup>h</sup> dk eryc I kekftd : i I s vLohdk; z vpkj.k dh funk djuk ugha g<sup>h</sup>

efgykv<sup>h</sup> dh fLFkfr efgyk dsLokLF; ij fdI i dkj k i<sup>h</sup> kko Mkyrh g<sup>h</sup>\

t<sup>h</sup> s & ifjokj e<sup>h</sup> c I sckn o de i<sup>h</sup> Vd [kkuk feyul N<sup>h</sup>h mei e<sup>h</sup> cu t<sup>h</sup> uk<sup>h</sup> ckgj t<sup>h</sup> us dh Lor<sup>h</sup> rk u g<sup>h</sup> Lo; a dls LokLF; ij [kp<sup>h</sup> djus dh vut<sup>h</sup> fr] fu.k<sup>h</sup> e<sup>h</sup> Hk<sup>h</sup>xhnjh u g<sup>h</sup>uk efgyk v<sup>h</sup> ds LokLF; d<sup>h</sup> utuvnkt d<sup>h</sup> rsjgukA

dN , s fc<sup>h</sup> q<sup>h</sup> ftu ij [kj dj ppk<sup>h</sup> dh t<sup>h</sup> koA bl I s v<sup>h</sup> k&l g; k<sup>h</sup> xuh dh Hk<sup>h</sup> fd d<sup>h</sup> ckjs e<sup>h</sup> Hk<sup>h</sup> I e<sup>h</sup> cuuh i<sup>h</sup> E<sup>h</sup> g<sup>h</sup> A dN e<sup>h</sup> n<sup>h</sup> i<sup>h</sup> folrr ppk<sup>h</sup> t<sup>h</sup> kudkfj; k<sup>h</sup> bl ds I kfk I y<sup>h</sup> u dh g<sup>h</sup> bl dk I h<sup>h</sup> mi; k<sup>h</sup> i<sup>h</sup> k<sup>h</sup>.k d<sup>h</sup> n<sup>h</sup> ku fd; k<sup>h</sup> t<sup>h</sup> l drk g<sup>h</sup>

I pkj@I a<sup>h</sup>.k i fd<sup>h</sup> k grq v<sup>h</sup>; k<sup>h</sup>

y{; %&v<sup>h</sup> k&l g; k<sup>h</sup> xuh }kj k uo nEi fr; h x<sup>h</sup> k<sup>h</sup> ekrv<sup>h</sup>; k<sup>h</sup> I d<sup>h</sup> e.k vFkok r<sup>h</sup> fnd I s xfl r 0; fdr; a dls vko'; d ijke'k<sup>h</sup> ns<sup>h</sup> grq vko'; d i fd<sup>h</sup> k I s x<sup>h</sup> tujuk A

fof/k %& jky lys

x<sup>h</sup> k<sup>h</sup> dh n<sup>h</sup> k<sup>h</sup> ij ] ; k<sup>h</sup> I d<sup>h</sup> fer 0; fdr dls mi pkj , o<sup>h</sup> cpko I Ec<sup>h</sup>/k<sup>h</sup> t<sup>h</sup> kudkj<sup>h</sup> ns<sup>h</sup> ; k<sup>h</sup>; nEi fr dls t<sup>h</sup> v<sup>h</sup> rjky I k<sup>h</sup> k<sup>h</sup> p<sup>h</sup> us vFkok L<sup>h</sup> k<sup>h</sup> p<sup>h</sup> us grq ijke'k<sup>h</sup> ij Af<sup>h</sup>'kj ckfydk dh ekrk dls egkohj I Ec<sup>h</sup>/k<sup>h</sup> c<sup>h</sup>/h dls t<sup>h</sup> kudkj<sup>h</sup> ns<sup>h</sup> ds L<sup>h</sup> E<sup>h</sup> C<sup>h</sup> e<sup>h</sup> Ar<sup>h</sup> fnd I s x<sup>h</sup> r<sup>h</sup> C; fdr dls mi pkj , o<sup>h</sup> vko'; d I k<sup>h</sup> k<sup>h</sup> dls I Ec<sup>h</sup>/k<sup>h</sup> e<sup>h</sup> jky lys r<sup>h</sup> kj djk,a; k i<sup>h</sup> Zear<sup>h</sup> kj jky lys d<sup>h</sup> k<sup>h</sup> mi; k<sup>h</sup> d<sup>h</sup> A

i fd<sup>h</sup> k %& I e<sup>h</sup> dls n<sup>h</sup> Hk<sup>h</sup> x<sup>h</sup> e<sup>h</sup> ck<sup>h</sup> y<sup>h</sup>

- I e<sup>h</sup> i<sup>h</sup> p vFkok N I e<sup>h</sup> k<sup>h</sup> e<sup>h</sup> ck<sup>h</sup> ns A I Hk<sup>h</sup> I e<sup>h</sup> k<sup>h</sup> dls fdI h , d fo<sup>h</sup>k; ij jky lys r<sup>h</sup> kj djus dls dga; k i<sup>h</sup> Zear<sup>h</sup> kj jky lys dls I f<sup>h</sup> k<sup>h</sup> fooj.k nA

- tks Hkh I egi jky lys dk epu djs vU; I egi ml dk voykdu djA bl I egi dks voykduFkZ djrs I e; fdu & fdu ckrk dk /; ku j [kus gA ; g crkoA
- iR; d I egi ds I EHkkfx; kdk vyx vyx Hkfedk, a nA
- gj Nks I egi ea I EHkkxh vk'kk I g; fxuh ,oaDykbV dh Hkfedk fuHkk, os

### jky lys ds ueus

- igyh fLFkfr %, d efgyk 1yMdhz mez 18 o"kl xkn ea rhu ekg dk cPpkj f' k{kk Lrj rhl jh ikl j i fr i fLkfed fo jky; dk f'k{kdl] I kl I I j vui <+rFk cPpkj dks Hxoku dh nsu ekusu okyo o i fjokj Vhdkdj.k o fu; kstu ds I k/kuk ds f[kyQAvk'kk I g; fxuh I jpk ds I kfk ije'kZ dh ifdz k dk epu djsA i jke'kZ ds fcUnq & Vhdkdj.k @ tle vlijky I k/ku
- nli jh fLFkfr % efgykj mez 21 o"kl 2 cPpkj 2 I ky dk f'k{kL Lrj] vui <+ i fr & 'kjch i kpoha ikl rFk risnd I s xLr Acgn xjhC bykt ds fy, /ku dk vHkk A
- Rhl jh fLFkfr & xHkkbh jkel; kjh rhl jh ckj eka cuus dh vkl I atks gA i jka ea I ntu dh f'kdk; r gA de tlyh I s pDaj vkr s gA vc rd nls ckj xHkk kr gpojk gA vkl'kk I g; fxuh jek dh Hkfedk A , , u , e ; jEkk dh vui fLFkfrA I jip xli ky dk tlo: d 0; oglj A fpfdRl d vuuj/kk dh dk; blykyrk A
- plskh fLFkfr & jakyky dk Vd pkyd cVIA ; /ku I ade.k I s i hfMr gA jakyky dh cgwjkukh dks Hkh dN ijs kku gA xkb ds tueky tkms }kj k fujk dk forj.k fd; k tkrk gA jku bI ckr I s i ffpf gS fdUrqml dk i fr u rls bykt ds fy, tkrk gS u gh fujk dk eesyrik gA vkl'kk I g; fxuh i jke'kZ dlnz dh I okvku ds ckj se i f'k{k.k yslj vkbz gS A , p vkbz oh VtV dh idz k Hkh tkurh gA
- Hkpooh fLFkfr & i jst dh cjh jkf/kdk tks fd I kroh d{kk ea i <rh gS , d fnu Ldy I s tYnh vkl xbA iV i dM dj vi us dejs es pyh xbZ A dkQh nj rd ckr djus i j irk pyk fd i ghy ckj jkf/kdk ekgokjh I s xqj h gA i jst dh nfo/kk gS fd og vi uh cjh dks dS s crk, A vkl'kk I g; fxuh eerk I svik gS fd og Lo; avFok , , u , e I s bl ckjseal gk; rk yh tk, A

### voykdu djrs I e; /; ku j [kus ; k; fcUnq;

- 1- D; k jky lys ds nli ku i jke'kHkrk usDykbBv dk I Eekui ojd Lokxr fd; k gA
- 2- Tkkudkjh I gh ,oamfor rjhdks I snh
- 3- I el; k ds i fr I ekutfir vfhk; Dr dh
- 4- fu.k, yusgrq vko'; d fodYi crk,
- 5- i zu iN dj 'kadk I ek/ku fd; k
- 6- i zu s ,oa 'kdkvksmRrj fn; k
- 7- xki uh; rk grqvk'olr fd; k a
- 8- DykbV dh tkudkjh yus dk rjhdk mi ; Dr jgkA
- 9- i fr & i Ruh dh I kp ds ckj se tkudkjhA
- 10- Qk; ns ,oa upl ku nkuka crk; a ; k ughA
- 11- LinnHk I kexh dk mi ; kx fd; k ; k ughA
- 12- mik; k I ek/ku ds ckj se tkudkjh nh ; k ughA

jky lys djs us ds mi j kUj jky lys okys I kFk vi us vutko dks I keus j [ks fd mlg fd I i dkj vutko gyk rFk nli jk I egi bl ds mi j kUj vi us fd; s x; s voykdu I s mHk j i zuk dks I c ds I keus j [ks

; g I = ; g LFkfir dj ik; sk fd I 'kDr I i k.k }jk tu exy tkms vi uh Hkfedk dks dS s cgrj dj I drs gft I I s vUjky fof/k; k ds fy; s vku sokyh efgyk@iq "k ; k nEfr I ntV gls i krs gA os vi uh 'kdkvks dks [kydj I keus j [k i krs gA

y<sup>g</sup>kdx. k , oa i j ke' k<sup>h</sup>krk

Mk- vf[ksk Hkx<sup>b</sup>  
 funskd jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k  
 L<sup>h</sup>LFku  
 v<sup>k</sup>kk I n<sup>h</sup>kk d<sup>h</sup>nz

Mk- fo' kky fl g  
 Lkg v<sup>k</sup>p<sup>k</sup>; Z , oa l ello; d  
 funskd jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k  
 L<sup>h</sup>LFku  
 v<sup>k</sup>kk I n<sup>h</sup>kk d<sup>h</sup>nz

Mk- vQhQk tQj  
 Lkg v<sup>k</sup>p<sup>k</sup>; Z  
 funskd jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k  
 L<sup>h</sup>LFku  
 v<sup>k</sup>kk I n<sup>h</sup>kk d<sup>h</sup>nz

Mk , l , l ; kno  
 Lkg v<sup>k</sup>p<sup>k</sup>; Z  
 funskd jkT; LokLF; , oa i fjoj dY; k.k  
 L<sup>h</sup>LFku  
 v<sup>k</sup>kk I n<sup>h</sup>kk d<sup>h</sup>nz

Mk ds , u x<sup>h</sup>rk  
 jkT; {k; vf/kdkjh  
 funskky; fpfdRI k LokLF; , oa i fjoj  
 dY; kk. k I <sup>h</sup>ok,  
 t; ij

Mk v<sup>k</sup>e i z<sup>h</sup>kk nk/khp  
 jk<sup>h</sup>Vh; v<sup>k</sup>; p<sup>h</sup>n I hLFku  
 ekko foykl t<sup>h</sup>koj fl g x<sup>h</sup> t; ij

Mk I r<sup>h</sup>sk x<sup>h</sup>kh  
 ofj "B L=h jkx fo' k<sup>h</sup>kk  
 xq ukudi<sup>h</sup> jktki kd<sup>h</sup>t; ij

Mk Vh i h t<sup>h</sup>  
 i <sup>h</sup>z foHkxk? {k , oa v<sup>k</sup>p<sup>k</sup>; Z  
 l kepkf; d LokLF; foHkx  
 l okbZekufl g fofdRI k egkfo | ky; ] t; ij

Mk ts i h t<sup>h</sup>  
 f'k'k<sup>h</sup>j kx fo' k<sup>h</sup>kk  
 fryd uxj t; ij

Mk vfu y vx<sup>h</sup>ky  
 fpfdRI k vf/kdkjh  
 b<sup>h</sup>, l vkbZfNMI i d j h  
 t; ij

Jherh osgh vfxuhgk=h  
 , v<sup>k</sup>j , p dkv<sup>h</sup>Mut/j  
 , u v<sup>k</sup>j , p , e  
 funskky; t; ij  
 Jh vkn<sup>h</sup> k prph  
 jkT; dk; zde vf/kdkjh  
 uhi h  
 funskky; fpfdRI k LokLF; , oa i fjoj  
 dY; kk. k I <sup>h</sup>ok,  
 t; ij

Mk ' ; ke , l ' kek<sup>h</sup>  
 jktLFku LVV , MH dUky I k<sup>h</sup> k; Vh  
 funskky; fpfdRI k LokLF; , oa i fjoj  
 dY; kk. k I <sup>h</sup>ok,  
 t; ij