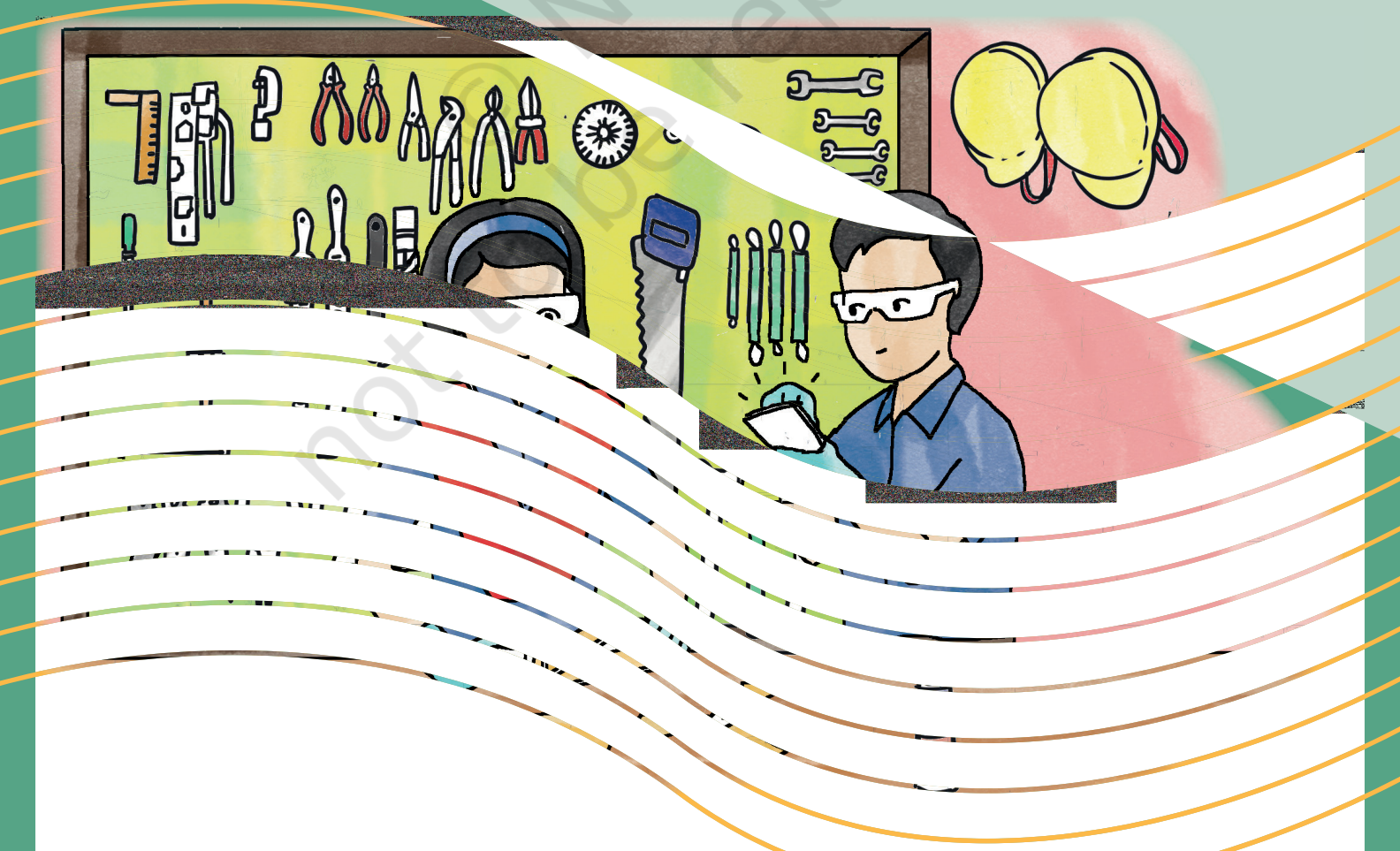
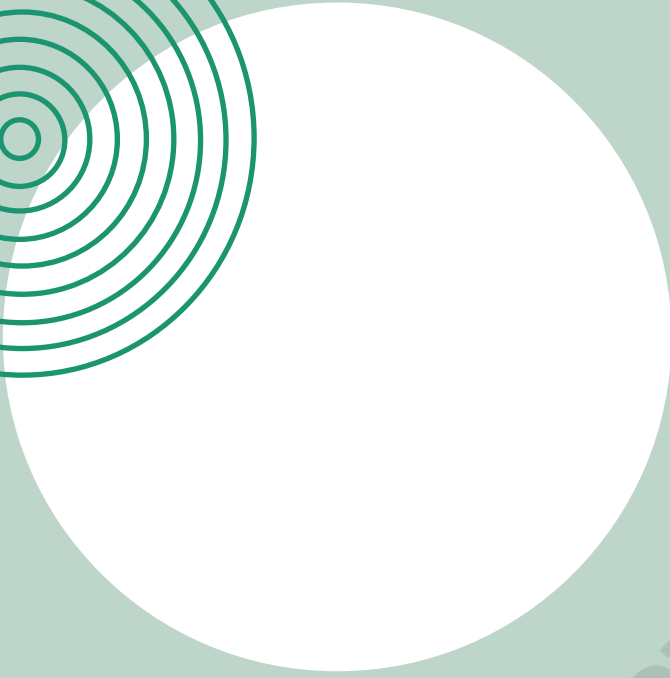


बाहागो 2

जुन्धि आरो मुवाफोरजों खामानि माव



जुन्थिफोरा जोंनि जिउखौ गोरलै खालामो, आरो मुवाफोरा जोंनि सोरगिदिं
दं । जुन्थिफोर आरो मुवाफोरजों खामानि मावनायनि बिथांखिफोरा नोंखौ
गुबुन-गुबुन रोखोमनि मुवाफोरजों गोदान मुवाफोर बानायनो, आरो
मुवाफोरखौ फाहामनो आरो सामलायनायाव गुबुन-गुबुन जनथ्रफोर
आरो आयजेंफोरजों खामानि मावनायाव मद'द खालामगोन । नों मोब्लिब
फुथुलाफोर, दंफां आरो औवानिफ्राय कारपेन्ट्रि दिहुनथाइफोर, आरो
दो- दोख्लानि दिहुनथाइफोर (साखा बाहायनायजों आरो बाहायनाय
गैयालासे), सुथेबनाय जि-जोम, साजायनाय जि-जोमफोर, गेम आरो
एनिमेसन बानायनो थाखाय कमप्युटार आरो स्मार्टफनफोर बाहायनाय,
आरो फरायसालि बेन्डनि थाखाय फुथुलाफोर एबा आइजें-आइलाफोर
बानायनो थाखाय गारनाय मुवाफोर बाहायनायजों सोमोन्दो थानाय
बिथांखिफोर लानो हायो । नों गावनि लोगोफोरजों मा खालामनो हायो
बेखौ सानना नायनाया नोंनि सायाव सोनारो ।

बे खोन्दोआव बिथांखिफोरनि मोननै मावदिन्थि होनाय जादों, जायफोर
जाबाय खानाय आरो गाब होनाय आरो ए.आइ. हेफाजाबगिरि । नों
मोनसेल' बिथांखि लानांगोन । नों बैफोर बिथांखिफोरनि गेजेराव मोनसेखौ
सायख'नो हायो एबा नों गावनि फोरोंगिरिनि हेफाजाबजों गावनि
सायख'नायनि मोनसे बिथांखि महर होनो हायो ।

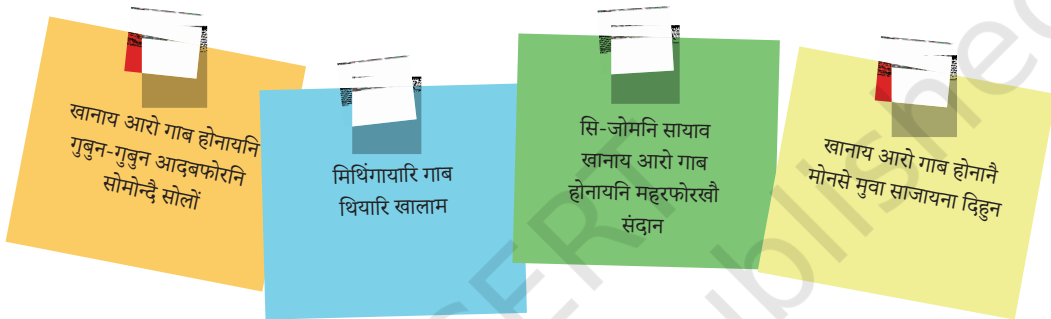
मावबिथांखि 3 खानाय आरो गाब होनाय



0785CH03

बे बिथांखिया नोंनो गाबजों जि सायाव समायना महरफोर बानायनो सोलोंनायाव मद'द खालामगोन । नों बेखौ गुबुन गुबुन खानाय आरो गाब होनाय आदबफोरखौ बाहायनानै खालामगोन ।

बिथांखिनि बाहागो महरै, नों बेखौ खालामनो हागोन:



सावगारि 3.1: थाखो खथायाव खानाय आरो गाब होनाय

भारतहा सि-जोमनि मोनसे दोहोनि जारिमिन दं, जेराव मोनफ्रोमबो रायजोआ सि दानाय आरो गाब होनाय, एमब्रयदारि आरो सेबखांनाय बायदि गुबुन-गुबुन आदबफोरखौ बाहायनानै समयना महरफोर बानायनायाव गावनि दोरोडारि आदबफोर दं। बेफोरनि माखासे दानाय-लुनाय आरो महरफोरखौ गोबां जौथाइनिफ्राय बाहायनाय जायो।

बेफोर आदबफोरनि गेजेराव खानाय आरो गाब होनाय, जेरै, लेहारिया, बान्धनि (सावगारि 3.1 आरो 3.2)। बान्धनि, जायनि सोदोबारि ओंथिया खाथेनाय एबा खानाय, मोनसे गाब होनाय आदब होबथानाय। गाब होनाय आदबफोरखौ होबथानाया माखासे बाहागोफोरखौ गाब होनायनिफ्राय होबथायो, जाहाथे बेयो गुबै गाबखौ हमथाना लाखियो। बिनिखायनो, बेयो समयना महरफोर सोरजियो।



सावगारि 3.2: जेथो गोनां महरफोर बानायनो थाखाय बान्धनि महरफोर बानायनाय जायो।

बान्धनि खाथियाव, जि-जोमखौ थननाय जायो, खानाय जायो, साफ्रेनाय जायो आरो माखासे बाहागोफोरखौ गाब जानायनिफ्राय होबथानो थाखाय खानाय जायो। बे आदबखौ सर' खालामनाय बानायगिरिफोरा जिखौ खानाय जायो जाहाथे बेंखन, स्पाइरल, स्ट्राइप आरो बिफां-लाइफां आरो जिब-जुनारफोर बायदि नुजानाय दाथाइफोरबो बानायनाय जायो। बान्धनि खौ खानाय आरो महर होनाय महरैबो मिथिनाय जायो, आरो बेखौ सरासनसायै राजस्थान आरो गुजरातआव सर' खालामनाय जायो। सरासनसायै खुन, मुगा आरो उल बानायनाय, दोरोडारि बान्धनि खौ बिफां-लाइफांफोर आरो मस्लाफोरजों बानायनाय मिथिंगायारि गाबफोरखौ बाहायनानै बानायनाय जायो।

नों मिथियो ना?

जेरै हरिफोरा जायगा सोलायदों, बिसोर ओनसोलाव सिगांनिफ्रायनो थाबोनाय जायगानि सुबुंजों खौसेथि जानानै गावसोरनि दोरोडारि हाबाखौ लाखियो। बेबादि मोनसे हारि, जाय गोबां जौथाइ सिगां गुजरातनिफ्राय जायगा सोलायदोंमोन, तामिलनाडुआव थायो। जेराव बिसोरनि बांसिन हाबफैग्राफोरा मुगा दानायाव बाहागो

लादोंमोन, मदुराय आव थानाय सुबुंफोरा जायखौ मदुराय सुनुडि — खुन खानाय आरो गाब होनाय बेसादखौ सिनायथि होदोंमोन, जायखौ सरासनसायै सारिफोर नि थाखाय बाहायनाय जायोमोन ।

बिबदियैनो, गुजरात, राजस्थान आरो तमिलनाडुजोंबो खानाय आरो गाब होनायखौ सरजाबनाय जादोंमोन ।

गुबुन मोनसे मुंदांखा होबथानाय गाब होनाय आदबा जाबाय म'म होबथानाय जेराव म'म एबा माइदि गोनां आथाखौ फ्रिहेन्डल ब्लक/स्टेन्सिल, बाहायनानै बाहायनाय जायो जेराव बेफोराव महर दानख'नाय जायो । बेफोर दाथाइफोरा ज्यमिलिक, एबा जुनार एबा लाइफांफोरनि महराव जानो हागौ । बेखौ बाटिक महरै मिथिनाय जायो, आरो दोरोडारि महरै मध्य प्रदेश, सोनाब बेंगल आरो राजस्थानाव बेखौ फालिबोदों ।

बान्धनि आ बयनिखुइबो गोजामसिन खानाय आरो गाब होनाय आदबफोरनि गेजेराव मोनसे । बान्धनि गिबिसिन फोरमानखौ महाराष्ट्रनि अजन्ता दन्दरफोराव मोननाय जायो जेराव सावगारिफोराव सासे आयजोखौ मोनसे दागो गोनां जि गान्नाय नुनो मोनो जायखौ बान्धनि होनना फोथायनाय जायो (सावगारि 3.3) ।

बान्धनिआ खालि मोनसे भारतारि आरिमु महरल' नडा, बेयो जोंनि हादरनि दोहोनि हारिमुखौबो दिन्थियो ।

सावगारि 3.3: आयजोनि गोजौ मोदोमाव खोबथेनाय जिखौ बान्धनि होनना फोथायनाय जायो

बान्धनि गुबुन-गुबुन गाब आरो स्टाइलफोरा गुबुन-गुबुन हारिफोरजों सोमोन्दो गोनां आरो राजस्थान आरो गुजरात मोन्नैयावबो गोग्गानायजों गान्नाय जायो (सावगारि 3.4) । माखासे हारिफोराव, गुबुन-गुबुन रोखोमनि बान्धनि फोरा गुबुन-गुबुन आसार-खान्धिफोरजों लोब्बा गोनां ।

मानोना खानाय आरो गाब होनाय दिहुनथाइफोरा आखाइजों बानायनाय जायो, आरो सानै आरिमुगिरिफोरा जिखौ एखे रोखोमै खानाय नडा, मोननै थुखाफोरा रोखोमसे जाया । बेनिखायनो, मोनफ्रोम महरा एखुथा ।

बे बिथांखिया नोंखौ नोंनि गावनि एखुथा खानाय आरो गाब होनाय दिहुनथाइ बानायनो हेफाजाब होगोन ।

सावगारि 3.4: राजस्थाननि हौवाफोरा बान्धनि खर'आव खाया फाउरिखौ गोग्गानायजों गानो

आं मा खालामनो हागोन?

बे बिथांखिनि जोबनायसिम, नों बेखौ खालामनो हागोन:

1. मैंग-थाइगं, फिथाइ-सामथाइ, मस्ला लाइफांफोरखौ बाहायनानै मिथिंगायारि गाबफोरखौ थियारि खालाम
2. खानाय आरो गाब होनायनि थाखाय साजायनाय महर हो
3. गोदानै बाहायफिननाय जि-जोमफोराव गाबगोनां महरफोर होनो थाखाय खानाय आरो गाब हो
4. खानाय आरो गाब होनानै मोनसे दिहुनजानाय बेसाद थियारि खालाम

आंनो मा नांगोन?

खामानि मावनो जुरिजेननायनि सिगां नोंनो गुबुन गुबुन रोखोमनि आगजु आरो बेसादफोरनि गोनांथि जागोन

गोनां जानाय आइजें-आइलाफोर आरो बेसादफोर

1. **जि-जोम:** बान्धनि थाखाय बाहाय जानाय जि-जोमआ गोख्रों जानांगौ मानोना बेखौ गोबां खेब फारिफोरनि गेजेरजों खानाय आरो गाब होनांगौ जायो। बेनिखायनो, मिथिंगायारि बेजेजों बानायनानै जिखौ बाहायनाय जायो, जेरै खुन, इनदि, उल। नों गोजाम जिनिफ्राय दाननाय रेजें गाबनि गुसुं खुन जिखौ बाहायनो हायो। जुदि बे गोबा गाबनि लिनेन एबा इनदिनि जिफोर दं जायखौ न'आव गारनाय जादों, अब्ला नों बेफोरखौ बाहायनोबो हायो। जिखौ सांग्राडै सुनानै नों रोखा खालामनांगोन दि माइदि एबा मैलानि जेबो दागो थाया।
2. **खानायनि थाखाय मुवा-बेसादफोर:** खानाययनि थाखाय खुनदुंआ जोबोद रेजें एबा गुफुर गाबनि जानांगौ। बेयो खुन्दुंनि गाबखौ 'गनायनिफ्राय' रैखा खालामनो थाखाय, थामहिनबा खुन्दुंनि गाबा जिखौ गाब लागायनायनिफ्राय होबथानो थाखाय। गोबां बाहागोआ गाबखौ होबथाग्रा जायोब्ला रबर बेन्ड आरो क्लिपफोरखौबो बाहायनो हायो। बेगरफोर, दालि, बेगर, फिसा अन्थाइ, पेपारकर्न बायदि बेफोर बादि मुवाफोरखौ बाहायनो हायो जाहाथे गाबखौ होबथाग्रा जायगाया थि महरनि जायो।
3. **गाब होनाय आरो थि खालामनायनि थाखाय मुवा-बेसादफोर:** मिथिंगायारि गाब होनायखौ बायदि रोखोमनि मुवाफोर बाहायनानै बानायनो हायो, जेरै बिटनि रोदा, कफि, हालदै, गोजा बान्दा कबि, दालिम, जेन्थखा, फालें, खमला बिगुर आरो खायमा गाब। बेखौ रोखा खालामनो थाखाय गाब होनायनि गाबा जोबोद थाबैनो खारा एबा गोमोरा

एबा नोंनि दिहुनजानाय बेसादनिफ्राय गाब गनाया गुबुन जिफोराव नाडा (जेरै, नों गाननाय सार्टआव), नोंनो फिसारनि गोनांथि जागोन। मावदिन्थि बादियै, जेब्ला बिबारफोर एबा बिलाइफोरखौ बाहायनाय जायो अब्ला संख्रि/भिनेगार गाब होनायखौ थि खालामनो थाखाय बाहायनाय जायो।

4. **आइजें-आइलाफोर:** सुग्रा काप/सामुस, कन्टेनार, बार्नार/स्ट'ब, स्टिरार, लहा, मग, प्लेट, खेमसि, खेबखांग्रा, ग्लास, खुरि-गामलाफोर।

सावगारि 3.5: महरगिरिफोरजों बाहायजानाय नखलि

नखलि एबा नखल' (सावगारि 3.5)
आ मोनसे धातुनि 'रिं' जेराव मोनसे
ओंखारनाय बथुवा रुगुं थायो, जायखौ
आरिमुगिरिफोरा जिखौ दैखानो थाखाय
बाहायो।

आं गावखौ आरो गुबुनफोरखौ माबोरै रैखाथि होनो हागोन?

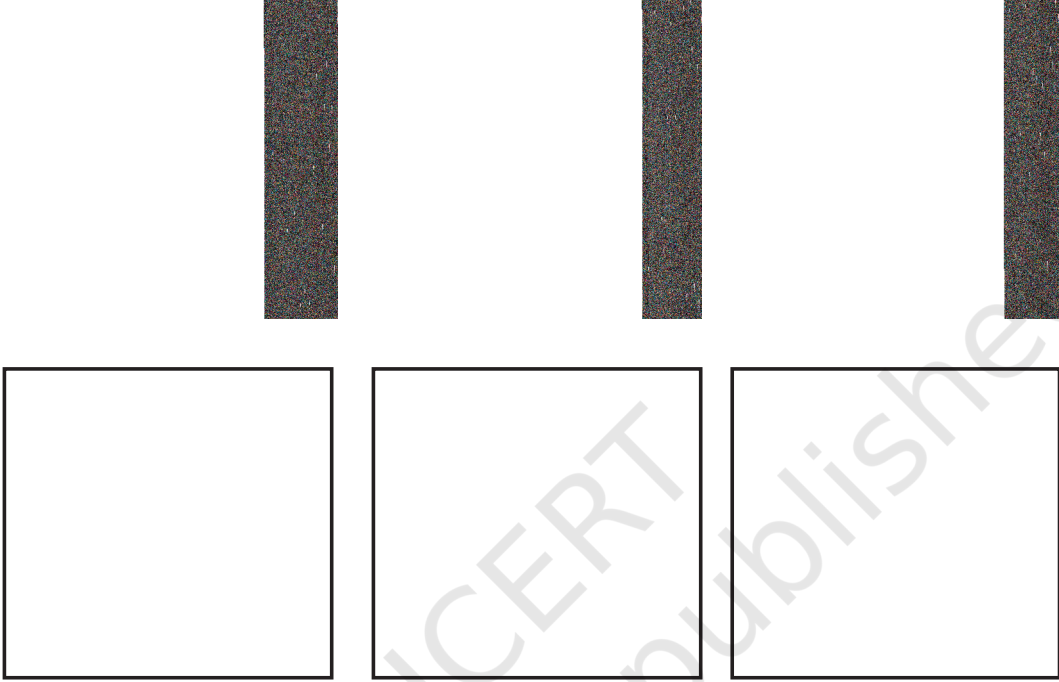
खानाय आरो गाब होनाय आदबजों लोब्बागोनां गुबुन गुबुन खामानिफोरनि समाव गाहाइव होनाय सांग्रांथिखौ लानो नांगोन:

1. गावनि आखाइखौ गुदुं गाबनिफ्राय रैखा खालामनो थाखाय आखाइ मुजा गान, आरो गाब बाहायनाय समाव गावनि जिफोरखौ रैखा खालामनो थाखाय एप्रन गान। गावनि खुगाआव गाब सारफावनायनिफ्राय रैखा मोननो थाखाय आरो गुदुं गाबजों जायखिजाया खफ'आव हां लानायनिफ्राय रैखा खालामनो थाखाय माक्स बाहाय। गावनि मेगनखौ गुदुं दैनिफ्राय रैखा खालामनो थाखाय गलस गान।
2. मोनसे मोजां-बार बारनाय जायगायाव खामानि माव जाहाथे मोनामनाय आरो खफ'आ नोंखौ खायसो खालामा।
3. जिखौ हानाय समाव खेमसिफोरखौ सांग्राडै सामलाय आरो खेमसिखौ – माब्लाबाबो गावनि फारसे एबा सोरनिबा गुबुननि फारसेथिं लानानै हानाडा।
4. थालांनाय जायखिजाया गाब गलायनायखौ हाखर एबा गरखायाव सांग्राडै गारहर। गाब बाहायनाय समाव, सिरदावनायफोरखौ होबथानो थाखाय खामानि मावनाय जायगाखौ साखोन सिखोन आरो रैखाथियै लाखिनो थाखाय सायाव प्लासटिक सिट दोन।

इन्टारनेट रैखाथि: इन्टारनेट बाहायनाय समाव गावनि फोरोंगिरिनिफ्राय मदद ला। चेक खालामालासिनो जेबो आपल'ड एबा डाउनल'ड खालामा होनना सांग्रां जा। गावारि फोरमायथिफोरखौ जेरावबो फोरमायनो नाडा।

जागायनायनि सिगां आं मा मिथिनांगोन ?

गाहाइनि सावगारि 3.6 आव बान्धनि मावदिन्धिफोरखौ नाय-मोनफ्रोम मावदिन्धियाव दाथाइफोरखौ खालामफिननाय जायो। नों मा दाथाइफोरखौ नायो? बेफोरखौ सावगारिनि गाहाइव थानाय बाक्सुआव एर।



सावगारि 3.6: गुबुन गुबुन बान्धनि मावदिन्धिफोर

दा, नों आखिनाय महरफोरखौ नोंनि लोगोफोर आखिनाय महरफोरजों रुजु। बेफोरखौ नोंनि लोगोफोरजों सावराय।

माखासे गुबुन खानाय आरो गाब होनाय आदबफोर

बान्धनि अनगायै मुंदांखा महरनि होबथानाय खानाय आरो गाब होनाय आदबफोरनि मोननै मावदिन्धिफोरखौ गाहाइव होनाय जादों:

1. **लेहेरिया:** गाब लागायनायनि सिगां जिखौ थननानै आरो खानानै बानायनाय जायो। जाय मोनसे दोहौ बायदि महर सोमजिहोयो। लेहेर सोदोबनि ओंथिया 'गुथाल'। बेयो दै आरो खायमानि दिन्धिमहर, जाय राजस्थान आरो गुजरात बायदि रायजोफोराव गोबां गोनांथि दं।
2. **सिब'रि:** सिब'रि आ मोनसे गोदो गोदायनि जापाननि खानाय आरो गाब होनाय आदब। सिब'रि सोदोबनि ओंथिया 'साफ्रेना-सेबनाय'। दोरोडारि सिब'रि आ गोबां समावनो मिथिंगायारि निला गाबखौ बाहायो जाय जिया गोथानिफ्राय निला गाबाव सोलायो मानोना फोराननाय समाव बारजों फिनजाथाय जायो।

नों गावनि खानाय आरो गाब होनायनि महरफोरखौ बानायनो जुरिजेननायनि सिगां, नों बबे जिखौ बाहायनांगोन बेखौ सिनायथिनांगौ। बबे जि-जोम आरो महरफोरा मुंदांखा आरो फाननो हाथाव बेखौ मिथिनाया हेफाजाब गोनां जागोन। नों खानाय आरो गाब होनायनि दिहुनथाइफोरनि बेसेनखौ गुबुन दिहुनथाइफोरजोंबो रुजुना नायनो हागोन।

बेखौ खालामनायनि मोनसे राहाया जाबाय जि फानग्रा गलायाव थांनाय। नों जायगानि बुटिक (जि ग'ला) बिगोमा एबा सासे फेसन डिजाइनरजोंबो रायज्जायनो हागोन।

मोनसे खानाय आरो गाब होनाय मावबादायाव थांनाया नोंखौ फारिखानथि गुदि गियान मोननो हेफाजाब होगोन। नों मोनसे दिनथिफुंनो थाखाय गावनि फरायसालिसिम सासे महरगिरिखौ लिंहरनोबो हायो। जिखिजायामानो, जुदि सासे महरगिरिखौ मोननो हानाया जाथाव नडा, अब्ला सासे सुबुंखौबो लिंहरनो हायो जाय मोनसे मोजांमोननाय मह्रै खानाय आरो गाब होनाय खालामो।

बेयो जानो हागौ दि खाथि खालायाव खानाय आरो गाब होनायनि मावबादा गैया। बे बादियाव, नों फारिखानथिखौ बुजिनो थाखाय मोनसे गाब होनाय हाबासालियाव थांनो हायो।

मावफारि 1: गंसे गलायाव नायगिदिंनाय

गलायाव नों बायदि रोखोमनि जि-जोमफोरखौ गुबुन गुबुन आदब बाहायनानै बानायनाय नुनो मोनगोन, जेरै सि दानाय, आगर सुनाय, गाब फुननाय आरो गोबां (सावगारि 3.7)।

गलायाव थांनाय समाव, गुबुन-गुबुन जिफोरखौ दांनानै मोनदांनो नाजा। नों बान्धनि/बाटिक/सिब'रि एबा जायखिजाया गुबुन रोखोमनि खानाय आरो गाब होनाय साजानाय मोननो हागोनना नाय।

दावबायहैनायनि सिगां, बे बाध्राखौ सानना नाय दि नों गलादारनाव मा मा सोंनो लुबैदों। माखासे दिन्थि लावथिफोरखौ फारि 3.1 आव होनाय जादों नाथाय अननानै बेयाव दाजाबदेर। खमैब्लाबो मोनबा रोखोमनि जिफोरनि थाखाय फिननायफोर ला।



सावगारि 3.7: गुबुन-गुबुन आदबफोरखौ बाहायनानै गुबुन-गुबुन जिफोरजों बानायनाय दिहुनथाइफोरनि बायदि रोखोम

फारिलाइ 3.1: गंसे गलायाव जिफोरखौ संदाननाय

फारि नं	सि-जोमनि रोखोम (जेरै खुन, सिल्क, लिनेन, सिन्थेटिक, फाथो)	दाथाइफोर बानायनो मा आदबखौ बाहायनाय जादों (जेरै, टाइ आरो डाय, ब्लक प्रिन्टि, डिजिटल प्रिन्टि, एमब्रयदारि)	बेसेन (मोनफ्रोम मिटाराव रां एबा गांसे सारिनि बेसेन)
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

- खानाय आरो गाबआ गोरलैयै मोनथावना नामा ?
.....
- जुदि नंगौ अब्ला बबे रोखोम (जेरै, सिब'रि, लेहेरिया, बान्धनि, ...) ?
.....
- बबे रोखोमनि सि-जोमआ बांसिन मोजां मोनजानाय (जेरै, सारि, दुपट्टा, स्कार्फ, स्टल, कुर्ता) ?
.....
- बबे जि-जोम आरो गाबफोरा बायग्राफोरनि गेजेराव बांसिन मोजां मोनजानाय आरो बांसिन फानजायो ?
.....

जुदि नों गोबां रोखोमफोर आरो दाथाइफोरखौ नागिरनो लुगैयो, अब्ला सोमोन्दो गोनां भिडिय' नागिरनो थाखाय बेफोर गाहाइ सोदोबफोरजों अनलाइन नागिर: भारताव बान्धनि सारि गलाफोर, बान्धनि जि गलाफोर एबा डिजाइननि रोखोमफोर (नोंनि सायख'नाय) + खौरां ।

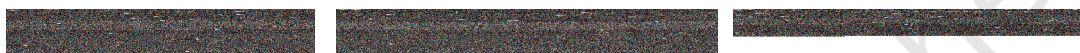
गुबुन गाहाइ सोदोबफोरखौ संदान जाय नोंखौ फारिलाइ आबुं खालामनायाव मदद होगोन । गोसोआव लाखि, जायगा सोलायनायजों लोगोसे गुबुन गुबुन जागोन, बेनिखायनो नोंनि गावनि नोगोर एबा गामि एबा खाथि खालानि जायगाफोरनिफ्राय खौरां नागिरनो नाजा ।

नों सान्दों कुर्ता, पगटा, सार्ट, सारि, दुपट्टा बायदि जि-जोमफोरनि अनगा आरो मा बायदिनि थाखाय खानाय आरो गाबखौ बाहायनो हायो ? सान, आरो नोंनि सानदांथिफोरखौ लिर ।

.....
.....

मावफारि 2: मोनसे खानाय आरो गाब वार्कसपआव नायगिदिनाय

वार्कसपखौ नायहैनाय समाव, सोरगिदिं गासैखौबो नोजोर हो आरो जेसेबां हायो एसेबां गोबां सोंथिफोर सों (सावगारि 3.8) ।



सावगारि 3.8: जिखौ गाब होनाय

फारिखान्थि दिन्थिफुंनायनि थाखाय सों, आरो जाथावनाब्ला माखासे हाबाफोरखौ गावनो मावनो नाजा ।

बेवहाय नोंखौ जागायजेनहोनो थाखाय माखासे सोंथिफोर दड । जेब्ला नों रोंगसाफोरजों रायज्जायगासिनो थायो
अब्ला गोबां गुबुन सोंथिफोरा गोसोआव फैफानो हागौ । बै सोंथिफोरनि फिननायखौबो लिरनो गोसोआव लाखि ।

- नों जिखौ माबोरै खायो ? नों माबोरै रोखा खालामो दि दाथाइफोरा एखे महरनि ? नों दाथाइखौ माबोरै गिदिरसिन एबा फिसासिन बानायो ?

.....
.....
.....

2. गाब लागायनो थाखाय नों बबे आगजु आरो मुवाफोरखौ बाहायो ? नों गाबखौ बबेनिफ्राय मोनो ?

.....
.....
.....

3. मा रोखोमनि जिफोरखौ गोरलैयै गाब लागायनो हायो ? बेफोर गासैबो जि-जोमफोरा खानाय आरो गाब फुननायनि थाखायबो मोजां नामा ?

.....
.....
.....

4. गाब होखांनायनि उनाव गाबनिफ्राय थै ओंखारैखौ नों माबोरै थि खालामो ?

.....
.....
.....

5. जेब्ला नों जिखौ सुयो अब्ला गाबनि बिदुडा मा जानांगौ ? मा बिदुआ गासैबो जि-जोम आरो गाबफोरनि थाखाय एखे जानांगौ नामा ?

.....
.....
.....

6. जिखौ गाबाव बेसेबां खेब सोमनाय जायो ?

.....
.....
.....

7. जिखौ माबोरै गाब होनाय जायो ? बेयो बेसे गोबाव लायो ?

.....
.....
.....

8. जि-जोमनि गुबुन-गुबुन बाहागोफोरखौ गुबुन-गुबुन गाबफोराव गाब लागायनाया जाथावना नामा ? बिदि जायोब्ला, नों फारिखान्थिखौ फोरमायनो हागोन नामा ?

.....
.....
.....

गाहाड़ाव होनाय सावगारि 3.9 खौ नाय, – बेयो खानाय आरो गाब होनायनि फारिखान्थिखौ दिन्थियो।

फारि 1: जिखौ सायख'

फारि 2: जिखौ सु

फारि 3: मिथिंगायारि गाबनि थाखाय लाइफांखौ सायख'

फारि 4: जिखौ खा

फारि 5: गाबखौ थियारि खालाम आरो फिसार होदेरफा

फारि 6: खानाय जिखौ गाब हो

फारि 7: गाबगोनां जिखौ फोरान

फारि 8: जिखौ खेव आरो डिजाइनखौ नाय

सावगारि 3.9: खानाय आरो गाब बिखान्थि बोहैनाय चार्ट

जुदि नों बबेबा मावबादायाव थांनो एबा सोरबा महरगिरिखौ लिंहरनो हायाखैब्ला, नों मोनसे सोमोन्दो गोनां भिदिअ' मोननो थाखाय इन्टारनेटआव गाहाड़ाव होनाय सोदोबफोरखौ नायगिरनानै मोनसे अनलाइन भिदिअ' नायनो हागोन: खानाय आरो गाब बिखान्थि, खानाय आरो गाब वार्कसप, बान्धनि वार्कसप, बान्धनि आर्टिसन इन्डिया।

जुदि नों माबा गुबुन नोजोर होदोंब्ला, बेखौ सावगारि 3.9 जों दाजाबदेर।

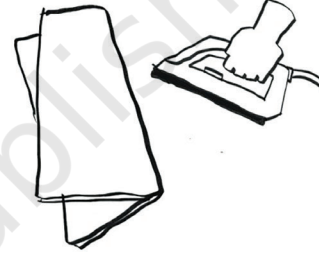
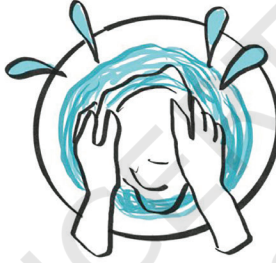
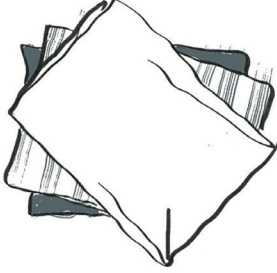
आं मा खालामनांगौ?

मावफारि 3: खानाय आरो गाब फुननायनि आरिमुखौ संदाननाय

नों नोंनि दिहुनजानाय बेसादखौ बानायनायनि सिगां, नों जि, गाब आरो डिजाइनफोरजों सर' खालामनांगोन आरो आनजाद नायनांगोन। गिबियाव, जि-जोमनि मोनसे फिसा थुखा सायाव माखासे मावदिन्थिफोर बानाय।

फारि 1: मावदिन्थिनि जिफोरखौ थियारि खालाम

मोनबा रुमाल-महरनि (6 × 6 इन्सि) जिफोर ला। बेफोर जि-जोमफोरा गोजाम सार्ट, कुर्ता, सारि एबा जायखि जाया बेसादनिफ्राय जानो हागौ जायखौ बांद्राय दा बाहायजायाखै। नों गुबुन गुबुन रोखोमनि जि-जोमनि गुसुं खुन, रोजा खुन, रेसम, लिनेन एबा जायखिजाया फिथाइफोरनि फारागथिखौ नायनो थाखाय, गुबुन जि-जोमखौ बाहायनो हायो। गुफुर एबा मोले—गाबनि जिजों जागायजेननो गोसोआव लाखि जाहाथे नों नोंनि डिजाइनफोरखौ साबसिनै नायनो हायो। सावगारि 3.10 आ सिखौ माबोरै थियारि खालामनांगौ बेखौ दिन्थियो।



फारि 1: जिखौ हा

फारि 2: मैलाआव थानाय फुरजा मुवारखौ बोखारनो थाखाय सु

फारि 3: जिखौ फोरान आरो जायखिजाया दागोखौ बोखारनो थाखाय बेखौ इस्ति खालाम

सावगारि 3.10: खानाय आरो गाब होनायनि थाखाय जि थियारि खालामनाय

नों जाय जिफोरखौ बाहायनांगोन बेनि गुवारै फोरमायथिफोरखौ गाहाइव होनाय फारिलाइ 3.2 आव लिर:

फारिलाइ 3.2: मावदिन्थिफोरनि चेकलिस्ट

मावदिन्थि अनजिमा	बाहायजानाय जि	सि-जोमनि थियारि खालामनाय (जेरै, महरखौ हानाय, सुनाय, फोराननाय आरो इस्ति खालामनाय)

फारि 2: जिखौ खानाय

नों सिगांनिफ्रायनो फरायबाय दि जेब्ला जों जिखौ खानाय जायो, अब्ला जों खानाय बाहागोखौ गाब लागायनानिफ्राय होबथायो। बे गाबखौ होबथानाया गाब लागायजानाय आरो गाब लागायजायै बाहागोफोरनि गेजेराव फारागथिनि थाखाय दाथाइफोर सोमजिहोयो। जिखौ गुबुन-गुबुन रोखोमै खानायआ गुबुन-गुबुन आरो रुजुजायै महरफोर सोरजियो।

रोंग'साफोरा रोखोमफोराव गाबफोरखौ सिनायथि होनो एखे जिखौ गोबां खेब खानाय आरो गाब लागायनो हायो— बे जिखौ गोबां खेब गाब लागायनानै खालामनाय जायो, मोनफ्रोम समावनो जिखौ गुबुन-गुबुन गाब आरो दाथाय मोननो थाखाय गुबुन-गुबुन बाहागोफोरखौ खानाय जायो। थेवब्लाबो, जों जि-जोमनि गुबै गाब आरो गाबनि गाब मोननै— गाबखौ हमथागोन।

बान्धनि सिब'रि, आरो लेहेरिया नि थाखाय जि खानाय आदबखौ फारियै 3.11 निफ्राय 3.13 अनजिमाफोराव होनाय जादों।

बान्धनि खानाय आदब

फारि 1: फिसा बेंखन/दट फोरखौ बाहायनानै जि सायाव मोनसे डिजाइन बानाय।

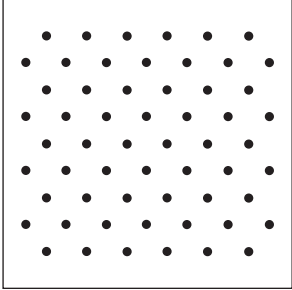
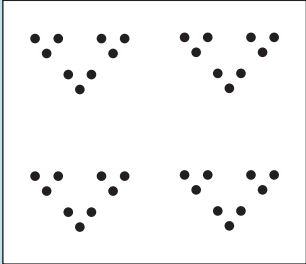
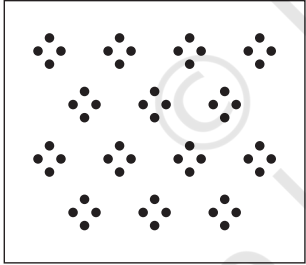
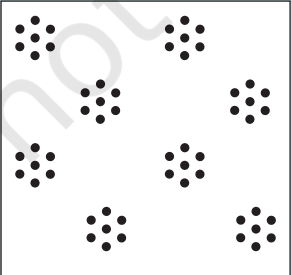
फारि 2: जि सायाव मोनसे बेसर बेगर दोन जेराव नों महरनि गुदिमुवा नुजानो लुगैयो। गावनि आसिफोरखौ बाहायनानै बेगरनि सोरगिदिं जि-जोमनि मोनसे फिसा बाहागोखौ थु।

फारि 3: बेगरखौ जिजों गोजूआव बो आरो बेखौ दिरंजों गोरायै खानाय। नों जाय डिजाइनखौ बानायनो लुबैदों बेनि थाखाय फारिखान्धिखौ खालामफिन

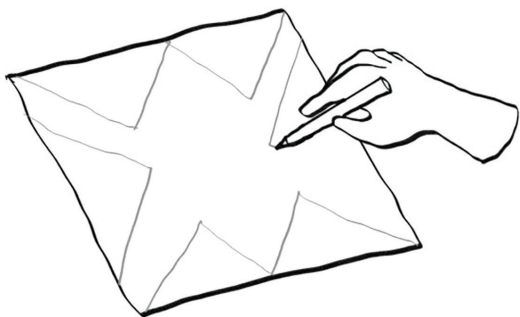
सावगारि 3.11: बान्धनि थाखाय खानाय आदब

दोरोडारि महरै, डिजाइनआव गान्धिफोरनि अनजिमानि सायाव सोनारना बान्धनि दाथाइफोरखौ गुबुन गुबुन मुं होनाय जायो। बेफोर महरफोरखौ गले-गले खालामफिननानै गिदिरसिन महरफोर बानायनाय जायो। माखासे मावदिन्धिफोरखौ फारियाव होनाय जादों; बेफोरनि जायखिजाया मोनसेखौ बाहायनानै गावनि महर बानायनो नाजा।

फारिलाइ 3.3: माखासे दोरोडारि बान्थनि महरफोरनि मावदिन्थिफोर

महर आरो सावगारिनि मुं	बे दाथाइखौ बाहायनानै नौनि डिजाइन
एकदालि: मोनसेल बिन्दो 	
त्रिकुन्ति: मोनथामनि हानजा 	
चौबान्दि/चौबासि: मोनब्रै हानजा 	
सतबन्दि: मोनसि हानजाफोर 	

सिब'रि खानाय आदब



फारि 1: जि सायाव डिजाइनखौ एर । नों डिजाइनखौ थोंजों
एबा दागो गोनां फारियाव बानायनो हायो ।

फारि 2: गावनि डिजाइननि सारिजों गोरलै खारनाय
सिलाइफोरखौ सुनो थाखाय बिजि आरो खुन्दुंखौ बाहाय ।
मोनसे मोजां-साफा महरनि थाखाय स्पेसिंखौ मोजाडै
लाखिनो थि खालाम ।

फारि 3: नोंनि गासिबो दाथाइखौ सोलिबोनाय
सुथाबनायजों रोखा खालामजासिम सुथाबनायखौ
सोलिहोबाय था । थुखाफोरखौ गुरै दोन, मानोना बेफोरखौ
उनाव बुधुमनाय जागोन ।

फारि 4: जिखौ बुधुमनो थाखाय खुन्दुंनि गुसेब
जोबथिफोरखौ लासैयै बोनाय, थन्नाय खालामो । नों जेसेबां
गोरा बोयो, नोंनि डिजाइनआ एसेबांनो रोखा जागोन ।

फारि 5: खनसे ज' जाखांनायनि उनाव, थननायफोरखौ जायगायाव हमथाना लाखिनो थाखाय खुन्दुंनि जोबनायाव मोनसे
गोखों गान्थि खानाय । बेखौ थि खालामदि बेयो गोरा, जाहाथे गाबआ फोलाउजानाय जायगायाव बोहैखारनो हाया ।

नों सुथाबनाय लावथाइ, हांखोफोरनि खनाफोरखौ गोरोब होनानै महरखौ सोलायनो हायो, आरो नों खुन्दुंखौ
बबेयाव आरो बेसेबां गोरायै खायो ।

सावगारि 3.12: सिब'रिनि थाखाय खानाय आदब

लेहेरिया खानाय आदब

फारि 1: जिखौ खावसेयाव थन आरो मिरु बिन्दोखौ नागिर। बेयो समान समान प्लेटस बानायनो हेफाजाब होगोन।

फारि 2: मोनसे एकडियन बायदि जिखौ उन-सिगां थननानै फिसा, समान प्लेटस बानायनो जागाय। रोखा खालाम दि मोनसे साखोन-सिखोन दाथाइनि थाखाय खननायफोरा साखोन-सिखोन।

फारि 3: गासै जिखौ खननाय जायागौमानि थनबाय था। थननायफोरखौ लाखिनो थाखाय जिखौ गोरायै हमथा।

फारि 4: खननायफोरखौ सांग्राडै हमथा आरो बिफोरखौ मिरुआव दिरुजों गोरायै खानाय। थि खालाम दि खननायफोरखौ जायगायाव लाखिनो थाखाय गान्थिफोरा रैखाथि गोनां।

फारि 5: जिखौ मिरुनि फारनैथिंबो समान थादनायफोराव खानाय। बेयो गाब होनायनि उनाव लेहेरिया दाथाइखौ सोरजिनो हागोन।

नों खननायनि अनजिमाखौ खमायना एबा बांहोनानै डिजाइनखौ सोलायनो हायो, लोगोसे जाय जानथायाव नों खुन्दुखौ खानाय जायो।

सावगारि 3.13: लेहेरियानि थाखाय खानाय आदब

दा, नों नोंनि गिबि मावदिन्थिखौ बोननो थाखाय थियारि। गिबियाव, मोनसे डिजाइननि बादै सान, बेखौ जि सायाव एर आरो बेनि उनाव नोंनि गिबि मावदिन्थि जिखौ खा। गासिबो मावदिन्थिफोरखौ ज'खालामनानै गाब दाहो। मोनसे समाव मोनसे मावदिन्थि खालामनाया नोंनि खानाय आदबखौ साबसिन खालामनायाव मदद होगोन। नों बबे आदबखौ बाहायनांगोन बेखौ थि खालामनो हायो; जिखिजायामानो, बेखौ गनायथिनाय जायो दि नों मोनसेनिफ्राय बांसिन आदबखौ बाहाय।

नोंनि खानाय मोन्दांथिनि सायाव बिथा खालामनानै, फारि 3.4 खौ आबुं खालाम । मावदिन्थिनि डिजाइनखौ आखिना ला आरो नोंजों मोगा-मोगि जानांनाय आरो बेफोरखौ माबोरै सुसांदों बेखौ नोजोर हो । गोनांथि जायोब्ला नों गुबुन मावदिन्थिफोर बानायनाय हायो ।

फारिलाइ 3.4: मावदिन्थिफोर बानायनाय

मावथाइफोर	गुवरै फोरमायथिनाय	जेंनाफोर आरो राहाफोर
मावदिन्थि अनजिमा आरो सि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्थिनि डिजाइन		
मावदिन्थि अनजिमा आरो जि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्थिनि डिजाइन		
मावदिन्थि अनजिमा आरो जि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्थिनि डिजाइन		

मावदिन्धि अनजिमा आरो जि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्धि डिजाइन		
मावदिन्धि अनजिमा आरो जि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्धि डिजाइन		
मावदिन्धि अनजिमा आरो जि-जोम: खानाय आदबखौ बाहायनाय जायो:		
मावदिन्धि डिजाइन		

फारि 3: गाबखौ थियारि खालामनाय

हाथायाव गोबां रोखोमनि रासायनिक आरो मिथिंगायारि गाबफोर मोननो हायो । बेफोरनि गेजेराव, मिथिंगायारि गाबफोरा बांसिन बारहावायारि लोगोआरि ।

मिथिंगायारि गाब बानायनो थाखाय, नों लुगैनाय गाबनि सायाव बिथा खालामनानै मुवाफोरखौ सायख' (जेरै, गोमो गाबनि थाखाय हालदै/मेरिगल्ड बिबार, गलाब गाबनि थाखाय बिटरुट, गोथां गाबनि थाखाय फालें बिलाइ, खायमा गाबनि थाखाय खायमा हिबिस्कास/ब्लुबेरि/खायमा मटर बिबार) ।

नों गाहाइ सोदोबफोर बाहायनानै गुबुन गुबुन गाबफोराव मिथिंगायारि गाब बानायनायनि आदबफोरखौ अनलाइन नागिरनो हायो: बिखान्थि जेरै बिफां-लाइफांनिफ्राय मिथिंगायारि गाब बानायनायनि गाब (नोंनि सायख'नाय गाबखौ मुंख')।

सावगारि 3.14 आ बिटरुटखौ बाहायनानै गलाब/गोजा गाब गलायनाय बानायनायनि फारिखान्थिखौ दिन्थियो।

गलाब/गोजा गाब बानायना

फारि 1: मोनसे मिथिंगायारि बिटरुट गाब बानायनो थाखाय, मोननै गेजेर थाखोनि बिटरुटखौ हानानै एबा सोखावनानै जागाय। बेयो गाबखौ गोहोम गोनां महुरै हगारनायाव मदद खालामो।

फारि 2: 1 लितार दैयाव हुख्रेमनाय बिटरुटखौ होदेर आरो बेखौ घन्टासेसो लासै-लासै फुदुनो हो। बेयो बिटफोरनिफ्राय गोथौ गोजा गाबखौ दिहुनगोन।

फारि 3: खनसे गलायनाया गुसु जाखांनायनि उनाव, जायखिजाया गोरु थुखाफोरखौ बोखारनो थाखाय खुननि जि एबा सरग्रा बाहायनानै दैलाव-मुवाखौ सो, गाबगोनां दैलाव-मुवाखौल दोन।

फारि 4: जोबनायाव, गाब गलायनायाव सामुससेनिफ्राय नैसिम संखि हो। बेयो मोनसे थि महुरै खामानि मावो, आरो गाबखौ थि खालामनायाव मदद खालामो, जायजों बेखौ जि गाब लागायनो थाखाय बांसिन गोहोम गोनां खालामो।

नोंनि मिथिंगायारि बिटरुटनि गाबखौ दा बाहायनो थाखाय थियारि। लाइफां (मैगं/बिबार/फिथाइ) आरो दैन बिबाडा गोनां गाबनि सायानि सायाव सोनारो आरो जि-जोमनि—लिरथाया गाबखौ गोसोमसिन खालामो आरो जि-जोखौ गिलिरसिन खालामो, बिनि बिबाडा नांगौ जायो।

सावगारि 3.14: बिटरुटखौ बाहायनानै गलाब/गोजा गाब खालामनाय

सावगारि 3.15 आ हालदैखौ बाहायनानै गोमो गाब बानायनायनि आदबखौ दिन्थियो, जाय न'आव गोरलैयै मोननो हायो।

गोमो गाब खालामनाय

फारि 1: सामुस 2 हालदै गुन्दैखौ सु आरो बेखौ मोनसे गामब्लायाव बाहायनायनि थाखाय थियारि दोन।

फारि 2: गिलास खावसे गुसु दै ला आरो सामुस मोनसे बाहायनानै बेयाव हालदैखौ गलाय।

फारि 3: मोनसे गिदिर दोआव 1 लि. दैखौ सुना ला। बेखौ गुदुआव दोन आरो बेखौ रुनानै दोन।

फारि 4: दुब्रुद दैयाव गुसु दै आरो हालदैनि गलायनायखौ हो आरो बेखौ घन्टासेनि थाखाय रुनानै दोन।

फारि 5: गाबाव 1-2 टेबोल सामुस संखि/बेकिं पाउडार/भिनेगार दाजाबदेर – बेयो मोनसे थि महुरै खामानि मावगोन।

नोंनि मिथिंगायारि हालदै गाबआ दा बाहायनो थाखाय थियारि जाबाय। जेसेबां गोमो आरो जि जेसेबां गिलिर जागोन, एसेबांनो नोंनो हालदै नांगोन।

सावगारि 3.15: हालदैखौ बाहायनानै गोमो गाब खालामनाय।

नों मिन्थियो ना?

गाब होनाय खान्थियाव गुदु खालामनाया मोनसे गोनां बिफाव लायो मानोना बेयो दैयाव गाब गलायनायखौ बांहोयो, गाब होनाय बिखान्थिखौ गोखै खालामो आरो जिआव गाब होनायखौ थि खालामनायाव मदद खालामो। बबेखानि, माखासे गाबफोर आरो बिखान्थिफोर दं जायनि थाखाय जेबो एबा एसेल 'गुदु खालामनायनि गोनांथि जाया। जेराव गोबां आदबफोर दं, मोननैखौ बेयाव मुंखनाय जादों:

गुबै बिदुं बिखान्थि

जुदि समा मोनसे हेंथा नडा, अब्ला सानआरि गोहोखौ बाहायनानै गाबखौ थियारि खालामनो हायो। बेनि थाखाय गाब आरो जिखौ गंसे ग्लासनि जाराव दोननांगौ जागोन आरो एसे बिदुंजों लासै-लासै गाबखौ दिहुननो थाखाय बेखौ सान्दुं गोनां जायगायाव दोननांगौ जागोन। बे खान्थिया गोबां साननिफ्राय सप्ताहसिम लानो हागौ- गाबनि सायानि सायाव सोनारना नों गाबखौ जेसेबां रोजा गाब होनो लुबैदों, एसेबां गोबाव सम लानो हागौ।

गुसु दैनि गाबफोर

गुसु दैनि गाबफोर, जाय बिदुंनि बदलै गाबखौ थि खालामनो थाखाय रासायनारिफोर बाहायो, हाथायाव मोननो हायो। गाबखौ खथानि बिदुडाव गुसु दै एबा दैयाव गलायनाय जायो। खानाय जिखौ गाबाव सोमनाय जायो, आरो फिन जोबथा सुनायनि सिगां मोनसे फिसारजों बानायनाय गलायनायाव।

फारिलाइ 3.5 आव लाइफांफोरनिफ्राय गुबुन-गुबुन गाबफोरनि गाब संनायनि गुबुन-गुबुन मावदिन्थिफोर दड।

फारिलाइ 3.5: लाइफांफोरनिफ्राय गाब बानायनाय

गाब	लायफां	सावमु	गाब थियारि खालामनायनि राहाफोर (गाबनि नांगौ बिबाडा नों मोन्नो लुगैनाय सायानि सायाव सोनारो)
खा य मा (निला)	खायमा हिबिस्कास		• 1 लिटर. दैयाव 100 ग्राम खायमा (निला) हिबिस्कासखौ गलायनानै • दैखौ गोदौनाय बिन्दोसिम लाबो • बिबारफोरखौ बोखारनो थाखाय गलिलावखौ सर आरो 250 मि.लि भिनेगार होदेर
मुगा गाबनि	साहा/कफि		• 1 लिटर दैयाव 100 ग्राम कफि गुन्दै/साफाथ गुन्दैखौ गलाय • दैखौ गोदौनाय बिन्दोसिम लाबो • जायखि जाया कफिनि गुन्द्रासाफोरखौ बोखारनो थाखाय गलिलावखौ सर आरो 250 मि.लि भिनेगार होदेर
गोथां	पालें		• 100 ग्राम फालेंखौ हानानै ला • बेखौ 1 लिटरनि दैयाव सोदेर, • दैखौ गोदौनाय बिन्दोसिम लाबो • जायखिजाया मैगंनि थुखाफोरखौ बोखारनो थाखाय गलायमोन्देरखौ सर आरो 2 सामुस संखि दाजाबदेर

गोमो	मेरिगल्ड		• 1 लि दैयाव 100 ग्राम मेरिगल्डखौ गलाय • दैखौ गोदौनाय बिन्दोसिम लाबो • बिबारफोरखौ बोखारनो थाखाय गलिलावखौ सर आरो 250 मिलि भिनेगारखौ गलिलावआव होदेर
गोजा	दालिम		• 1 लिटार दैयाव 100 ग्राम दालिमनि बेगरखौ गलायनानै • दैखौ गोदौनाय बिन्दोसिम लाबो, • बेगरफोरखौ बोखारनो सर आरो 2 सामुस संखि दाजाबदेरना गलायनायखौ गलायनानै ला

मावदिन्धिफोरखौ गाब लागायनो थाखाय नों बबे गाबखौ सायख'दों?

मोनफ्रोम मावदिन्धिनि थाखाय— नों थियारि खालामनाय गाबनि थाखाय फारिलाइ 3.6 खौ आबुं खालाम, जुदि नों एखे गाबखौ बाहायदोंब्ला, अन्नानै गुवारै मुंख ।

फारिलाइ 3.6: गुबुन गुबुन लाइफांफोरजों गाब लागायनाय थियारि खालामनाय

फारिफोर	गुवारै फोरमायथिनाय
गाबखौ थियारि खालामनायाव बाहायनाय मुवाफोर	
मुवाफोरनि बिबां	
दैनि बिबां	
गाब लागायनो थाखाय बाहायनाय मुवाफोर	
रैखाथिखौ सांग्रां खालामना लानाय जादों	
जायखिजाया गुबुन मुवा जाय रोखोमसे गाब होगोन	

सावगारि 3.16 आ खानाय जिखौ गाब लागायनायनि फारिखान्थिखौ दिन्थियो ।

जिखौ गाब हो, फोरान आरो खेव

20–30
मिनट

फारि 1: खानाय जिखौ सरासनसा दैयाव सोमना
दोन ।

फारि 2: जिखौ दुंबुद गाब गलायनायाव 20–30 मिनटनि
थाखाय सोमना दोन ।

फारि 3: गाबनिफ्राय जिखौ दिहुनना नों आखाइ
मुजा गानायखौ रोखा खालाम ।

फारि 4: बांद्रायनाय गाबखौ खोमोरनो थाखाय बेखौ खनसे
गोजों दैजों सु ।

24 घन्था

फारि 5: बेखौ सानसेनि थाखाय फोराननो मोनसे
साखोन-सिखोन जायगायाव दोन ।

फारि 6: अखानायै, नों जिखौ खेवनो आरो इस्त्रि होनो हायो ।

गासै मोन 5 मावदिन्थिनि थाखाय थाखो 1–6 निफ्राय फारिखान्थिखौ खालामफिन ।

सावगारि 3.16: फोराननाय आरो खेवनायनि बिखान्थि जिखौ गाब होनाय

नों फारिलाइ 3.7 आव फारिलाइ खालामजानाय जायखि जाया जेंनाफोरजों मोगामोगि जादों
नामा ? नाय दि नों गुबुन मावदिन्थिफोरजों बेफोर जुजिनायफोरखौ फेजेननो हागोन ना हाया ।

फारिलाइ 3.7: सरासनस्रा जेनाफोर आरो बिसोरनि राहाफोर

जुजिनाय	बे राहाखौ नाजा
गाब होनाय समाव खुन्दुआ जदोंमोन ना गेवदोंमोन?	गाब फुननाय जिखौ गोरायै खा आरो बेखौ सांग्राडै सामलायनाय जाहाथे फारिखान्थिनि समाव बेयो गुरै जाया बेखौ रोखा खालाम।
बे फारिखान्थिनि समाव नों गाब गलायनायखौ लुफावदों नामा?	रोखा खालाम दि बैयाव थोजासे जायगा दं जेराव नों गाब आरो गुबुन मुवाफोरखौ दोननो थाखाय खामानि मावगासिनो दं। गुदु दोखौ हमनो थाखाय जि एबा आखाइ मुथा बाहाय।
नों गोरथिजों जिखौ बोखारनाय समाव जिखौ हासदोंमोन नामा?	खुन्दुखौ हासनो थाखाय खेमसि बाहायनाडा। नों खुन्दुनि बिन्दोखौ नागिरनो थाखाय बिजिखौ बाहायनो हायो आरो बेखौ आरोबाव खेवनो थाखाय गावनि आखायखौ बाहायनो हायो।

मावदिन्थिफोरखौ सांग्राडै नाय

मावदिन्थि 1-5 निफ्राय थांनायाव नों मा खालामनो सोलोंखो/मा खालामा?

.....

.....

.....

.....

.....

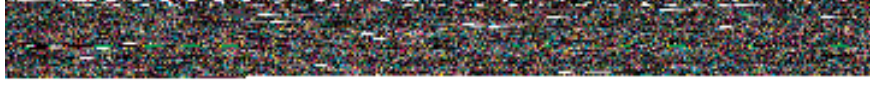
.....

.....

फारि 4: मोनसे स्वाच्छ फाइलनि दकुमेन्ट खालामनाय

गावनि मावदिन्थिफोरखौ नायनो थाखाय मोनसे स्वाच्छ फाइल बानाय (सावगारि 3.17)। मोनसे स्वाच्छ फाइलआ माखासे गुदिखिथाफोरजों लोगोसे नोंनि सोरजिलु मावदिन्थिनि मोनसे जथाय। नों बे फाइलखौ नोंनि मावदिन्थिफोरखौ दिनथिनायनि थाखाय बाहायगोन। मोनफ्रोमबो मावदिन्थिनि थाखाय गाहाइव होनायफोरखौ लाफादेरो।

1. सि-जोमनि मावदिन्थि
2. सि-जोमनि रोखोम
3. खानाय आरो गाब फुननायनि थाखाय बाहाय जानाय आदब
4. जि-जोमफोर आरो गाब बाहायनाय जायो
5. मावदिन्थि बानायनायाव जेनाफोरनि मोगामोगि जादोंमोन
6. मावदिन्थिफोरखौ थियारि खालामनायनि फारि-फारि बिखान्थि।



मावदिन्थि 1:

सि-जोमनि रोखोम:

खानाय आदब:

खानायाव बाहायनाय मुवा:

गाब फुननो थाखाय बाहायनाय
लाइफां:

बे मावदिन्थिखौ बानायनो थाखाय लानाय फारिफोर:

बे मावदिन्थिखौ बानायनायाव मोगामोगि जानायफोर:

सावगारि 3.17: मोनसे स्वाच्छ फाइलनि मावदिन्थि

मावफारि 4: जोबथा बेसादखौ बानायनाय ।

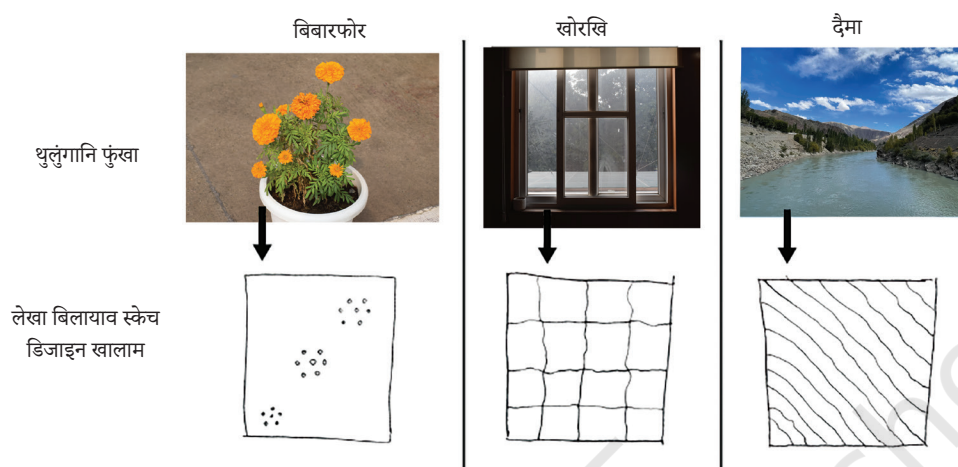
5 मावदिन्थिफोराव नोंनि आखाइखौ आनजाद नायखांनायनि उनाव, नों खानाय आरो गाब होनायनि थाखोआरि बिखान्थिखौ सोलोंबाय । दा, नों मोनसे दिहुनथाइ बानायनो थाखाय थियारि जायखौ नों बाहायनो हायो ।

फारि 1: मोनसे दिहुनजानाय बेसादखौ सायख'नाय

मोनसे दिहुनजानाय बेसाद सायख जायखौ नों बानायनो लुबैदों, जेरै, दुपट्टा, गान्दुनि खोबग्रा, स्कार्फ एबा गाननाय-जोमनाय मुवा । गिबियाव, जि-जोमखौ सायख—आरो न'आव गोजाम जिफोर नागिर जाय दा गान्नाय नडा एबा गोजाम एम बग्रा सादोर, आरो बेफोरखौ गोनांथि बादियै हास' । सावगारि 3.18 आ माखासे दिहुनजानाय बेसादनि रोखोम चार्टखौ दिन्थियो ।

फारि 2: डिजाइन, गाब आरो खानाय आदबखौ रोखा खालाम

नों खानाय आरो गाब होनाय आदबखौ बाहायनो थाखाय मोनसे डिजाइन बानायनांगोन। नों गावनि खाथि-खालानि जिरादफोरनिफ्राय 'डिजाइन थुलुंगानाय' लानो हायो। सावगारि 3.19 आ सानफ्रोमबोनि जिरादफोरजों थुलुंगाहोजानाय माखासे डिजाइन मावदिन्थिफोरखौ दिन्थियो।



सावगारि 3.19: डिजाइन थुलुंगानाय आरो खानाय आरो गाबनि थाखाय डिजाइनफोर

दा, सावगारि 3.20 आव बिबारजों थुलुंगानाय मोनसे डिजाइन बानायनो नाजा।



सावगारि 3.20: मोनसे बिबारजों थुलुंगानाय डिजाइन

रंजाबाजायै थाबायग्लां आरो मुलुगनिफ्राय थुलुंगानाय ला। मिथिंगा, आरिमु, बबेखानि नोंनि मोजांमोननाय सानस्रिखौ जोंखांहोनो थाखाय जिरादफोरखौबो डिजाइन खालाम। सानना नाय, मिथिंगाया खानाय आरो गाब होनाय आदबफोरनि महरफोरखौ थुलुंगा होनो हायो। नों जोबनायाव सायखनाय दाथाया बेबादि 'डिजाइन थुलुंगानाय' नि सायाव बिथा खालाम जानाय जानो हागौ।

नों गावनि डिजाइनफोरखौ थि खालामनायनि उनाव, गाब होनाय गाब आरो खानाय आरो गाब होनाय आदबखौ सायख ।

1. नोंनि डिजाइननि थुलुंगाया मा?

.....
.....

2. बाक्सुआव नोंनि दिहुनजानाय बेसादनि सायाव नों लुगैनाय डिजाइनखौ एर ।

3. नों गाब बानायनो थाखाय बबे लाइफां (मैगं-थाइगंफोर/बिबारफोर/फिथाइफोर) नि एबा गुबुन मुवाफोर (जेरै- साहा, कफि) खौ बाहायगोन ?

.....
.....

4. नों बबे खानाय आरो गाब आदबखौ बाहायगोन ?

.....
.....

फारि 3: दिहुनजानाय बेसादखौ खानाय आरो गाब होनाय

बेयो नोंनि खानाय आरो गाबनि सिमांखौ जिवगोनां खालामनायनि सम । गावनि जिखौ थियारि खालाम आरो बेखौ खानाय आरो गाब खालामनायनि खान्थिनि थाखाय थियारि खालाम । गावनि डिजाइनखौ उनसं आरो सोरजिलु राहाजों जिखौ खानायजों दाथाइफोर बानाय ।

रोखा खालाम दि नों गासैबो रैखाथि नेमफोरखौ फालियो । बे समाव नोंनाव नोंनि मावदिन्थि जिफोरनि रुजुनायाव मोनसे गिदिर जि दं बेनिखायनो लाइफांनि गाबखौ गोबां बिबाडाव बानायनो थाखाय 2-3 लिटार दै बाहाय । जिखौ गाब होखांनायनि उनाव, बेखौ सानसेनि थाखाय फोराननो दोन ।

फारिलाइ 3.8 आव नों मा खालामदों बेखौ फोरमाय ।

फारिलाइ 3.8: जोबथा दिहुनजानाय बेसादखौ बानायनायनि फारिखान्थिखौ रेबगान्थि खालाम

मावथाइफोर	लानाय आगानफोर
जिखौ थियारि खालामनाय	
खानाय	
गाबखौ थियारि खालामनाय	
गाब होनाय आरो फोराननाय	

फारि 4: दिहुनजानाय बेसादखौ बेखेवनाय

जोबथा आगानआ नोंनि एखुथा महरखौ बेखेवनो थाखाय सांग्राडै फोराननाय जिखौ बेखेवनाय । खेबसे गान्थिफोरखौ बोखारब्ला, जायखिजाया थनथ्रनायखौ समान खालामनो थाखाय नोंनि दिहुनजानाय बेसादखौ इस्त्रि खालाम । इस्त्रिनि बिदुंखौ सि-जोमनि बायदियै सायखनांगोन ।

नों मिन्थियो नामा ?

माखासे गोदान मुगानि खानाय आरो गाब आरिमुगिरिफोरा रिभार्स खानाय आरो गाब (रिभार्स टाइ एण्ड डाइ) मुनि मोनसे आदब बाहायो । जिडाव गाब लागायनायनि बदलै, बिसोरो गोसोम बेकग्राउन्डनि सायाव गोमो महर बानायनो थाखाय ब्लिच एबा गुबुन रासायनारिफोरखौ बाहायनानै गाबखौ बोखारो ।

- नों जाय डिजाइनखौ लुगैयो बेखौ बानायनायाव जाफुंसारदों नामा ? नडाब्ला, बेनि जाहोना मा जानो हागौ ?

.....

मावफारि 5: नों माबेयाव रां बाहायदोंमोन ?

नों मोन्नैबो समाव रां बाहायदोंमोन आरो जानो हागौ माखासे रांखौ बेसाद बुथुमनायाव बाहायनाय जादोंमोन । सावगारि 3.9 आ नोंखौ दिहुनजानाय बेसादनि बेसेनखौ सान्नायाव मदद खालामगोन ।

फारिलाइ 3.9: दिहुनजानाय बेसादनि बेसेन

मुवाफोरनि फारिलाइ	बेसादनि बिबां	बेसादनि बेसेना (रां 0/-नों मुवाफोरखौ रिसाइकेल खालामब्ला)

आं गुबुनफोरनिफ्राय मा सोलोडो?

- नों फोथार दावबायनाय, रोंगसाफोर, नखर आरो लोगोफोर, फोलेरारि सोद्रोमाफोर आरो गुबुन फुंखाफोरजों अनलाइन आरो अफलाइन रायज्जायनायनि समाव सोलोडो। नों बबेखौ बांसिन गोसोनांथाव मोनो?

.....

.....

.....

- नों नखरनि सुबुं समाजनिफ्राय मा सोलोडो (जेरै, न'आव/दोरोडारि जि-जोम, जि-जोम बानायनायनि सल' एबा जि-जोमजों सोमोन्दो थानाय जुनिया गोसोखांथिफोर)?

.....

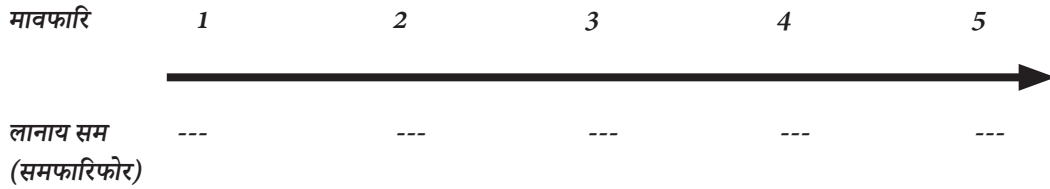
.....

.....

आं मा खालामदोंमोन आरो बेसे गोबाव लादोंमोन?

मोनसे मावफारिखौ फोजोबनो थाखाय बेसेबां सम नांगौ बेखौ बुजिनाया गोनांथार।

मोनफ्रोमबो मावफारियाव नों बारनाय घन्टायाव समनि खाथिखाला बिबांखौ सान्ना ला। उननि बिलायाव टाइमलाइनाव बेफोरखौ सिन हो। जुदि नों बिजाबाव सुबुरुन होनाय खामानिफोरनिखुइ बांसिन खालामदोंब्ला, अन्नानै लानाय अनजिमा आरो समखौ दाजाबदेर।



आं आरो मा खालामनो हागोन ?

साजायनाया नोंनि सोरजिनायाव बै जुनिया मोनदांथिखौ दाजाबदेरनायनि सोमोनदै। नों दिहुनजानाय बेसादखौ साजायनो थाखाय गावनि सोरजिलुखौ दाजाबदेरनो हागोन। नोंनाव सिगांनिफ्राइनो रिसाइकेल खालामनाय बेसादफोर— थालांनाय जिफोर, गुदामफोर, रेसम एबा खुननि दिरं, आयनाफोर बायदि बेसादफोर नागिर। सावगारि 3.10 आव माखासे मावदिन्थिफोर दं; नों गावनि फोरोंगिरि, नखरनि सोद्रोमाफोर एबा लोगोफोरनिफ्राय गोबां सानदांथिफोर मोन्नो हायो।

फारिलाइ 3.10: आव नोंनि जोबथा दिहुनजानाय बेसादखौ साजायनाय

साजायनायनि रोखोमफोर	बेखौ माबोरै खालामनो ?
	• नों बेखौ जेराव सुजाबनो लुबैयो बे जिनि सायाव लेसखौ दोन। • सिजों लेसखौ सुनानै हो जाहाथे नों सुनाय समाव बियो सोलाया। • जिजों जिखौ थि खालामनो थाखाय मोनसे गोरलै खारनाय सुथेनाय बाहाय।
	• नोंनि मोजां मोन्नाय गुदामफोरखौ सायख। • नों बेफोरखौ माबोरै बाहायगोन बेनि बिथांखि बानाय - मावदिन्थि महरै, नों नोंनि स्कार्फनि खनायाव 4 गुदाम एबा दुपट्टानि फारफ्रोमथिंबो 5 गुदाम दाजाबदेरनो लुबैनो हागौ। • बिजि आरो खुन्दुंखौ बाहायनानै सिनि सायाव गुदामफोरखौ सुना हो।
	• नों मोजां मोन्नाय पम-पम एबा टासेलखौ सायख'। • नों बेफोरखौ माबोरै बाहायगोन साननानै ला। मावदिन्थि बादियै, नों गावनि गान्दु खोबग्रानि खनायाव 4 टेसेल एबा दुपट्टानि फारफ्रोमथिंबो मोन 7 टेसेल दाजाबदेरनो लुबैनो हागौ। • बिजि आरो खुन्दुंखौ बाहायनानै पम-पम एबा टासेलखौ सिजों सुनानै ला।

नों फारिलाइ 3.10 आव मुंखनाय बेसादफोरनि अनगा एमब्रयदारि, बिडवार्क आरो थाखो फारिफोरखौबो नागिरना नायनो हागोन। बेयो नोंनि दिहुनथाइखौ आरोबाव बांसिन रुजुजायै खालामगोन।

सान आरो फिन

1. नों मा मावनो मोजां मोनोमोन?
2. नों मा मा जेंनाफोरजों मोगा-मोगि जादों मोन?
3. फैगौ समाव नों मा गुबुन रोखोमै खालामगोन?
4. गोथां मुवा दिहुननायनिफ्राय हाथाइसिम सौहैनाय मोनसे खानाय आरो गाब दिहुनथाइनि दावबायनायखौ लिर। बे खान्थियाव बबे मा हाबाया हाबफाना दं?
5. नों बावैसो खालामनाय खामानिजों सोमोन्दो थानाय खामानिफोरनि माखासे मावदिन्थिफोरखौ सिनायथि हो। मावदिन्थि महरै, महरगिरि, गाब फुनग्रा, फेसन डिजाइनार, खुस्रा फानग्रा आरो सि-जोम बिजिरसंगिरि। सोरगिदिं नाय, मानसिफोरजों रायज्जाय आरो गावनि फिननायखौ लिर।