

## गृह व्यवस्था



सत्यमेव जयते

भारत सरकार  
अल्पसंख्यक कार्यो का मंत्रालय



राष्ट्रीय जन सहयोग एवं बाल विकास संस्थान  
एवं बाल विकास संस्थान

# गृह व्यवस्था



## गृह व्यवस्था

गृह व्यवस्था घर को सुरक्षित, संरक्षित, बेहतर बनाने और उसके रख-रखाव की प्रक्रिया है। ज्यादातर लोग सोचते हैं कि गृह व्यवस्था घर का रख-रखाव है लेकिन असल में यह घर के निर्माण की प्रक्रिया है। एक अच्छा, व्यवस्थित घर ज्यादा संतुष्टि देता है, धन बचाता है और समय प्रबंधन में सुधार लाता है। प्रभावी गृह व्यवस्था क्रियाएं, एक बेहतर तरीके से गृह व्यवस्था में बहुत मदद करती हैं।

### आय

- ❖ किसी व्यक्ति द्वारा एक नियत समयावधि में किसी रोजगार या उद्यम से जो प्राप्ति होती है उसे आय कहते हैं। इसे सामान्यतः मुद्रा के रूप में व्यक्त किया जाता है।
- ❖ तथापि, घरेलू और वैयक्तिक संदर्भ में आय एक समय सीमा में प्राप्त वेतन, लाभ, सूद, किराया और कमाई के सभी साधनों का योग है।



आय का हिसाब निम्नलिखित तरीकों से रख सकते हैं:

### दैनिक हिसाब



दिनांक	खरीदा हुआ सामान	मात्रा	कितना खर्च हुआ (₹)

## साप्ताहिक और मासिक हिसाब



	सोम	मंगल	बुध	गुरु	शुक्र	शनि	रवि	जमा
पहला सप्ताह								
दूसरा सप्ताह								
तीसरा सप्ताह								
चौथा सप्ताह								
योग								

## वार्षिक हिसाब



महीना	आय	व्यय	बचा हुआ/बचत
जनवरी			
फरवरी			
मार्च			
अप्रैल			
मई			
जून			
जुलाई			
अगस्त			
सितम्बर			
अक्टूबर			
नवम्बर			
दिसम्बर			
योग			

## रिकार्ड बनाने के लाभ:

- ❖ व्यय पर निगरानी रख सकते हैं।
- ❖ व्यर्थ के व्यय को कम करने में मदद करता है।
- ❖ परिवारिक जरूरतों को निभाने में मदद मिलती है।

## बजट क्या है?

- ❖ आमतौर पर बजट सभी खर्चों और राजस्व की योजना है। यह व्यय और बचत की पूरी योजना होती है।
- ❖ हम सभी को इसे रोजमर्रा के जीवन में शामिल करना चाहिए।



## बचत

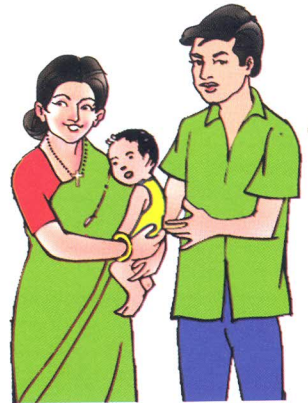
बचत आय का संरक्षण है। बचत आय के एक हिस्से को नकद, बचत खाते या डाकघर या अन्य सुरक्षित तरीका जैसे—सरकारी बंध पत्र के रूप में रखने की प्रक्रिया है।



## बचत के लाभ

### बचत करने में मदद

- ❖ परिवार की जरूरतों को पूरा करने के लिए
- ❖ आपातकाल स्थिति में राहत के लिए
- ❖ बुढ़ापे की सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए
- ❖ जीवन स्तर को बनाए रखने के लिए

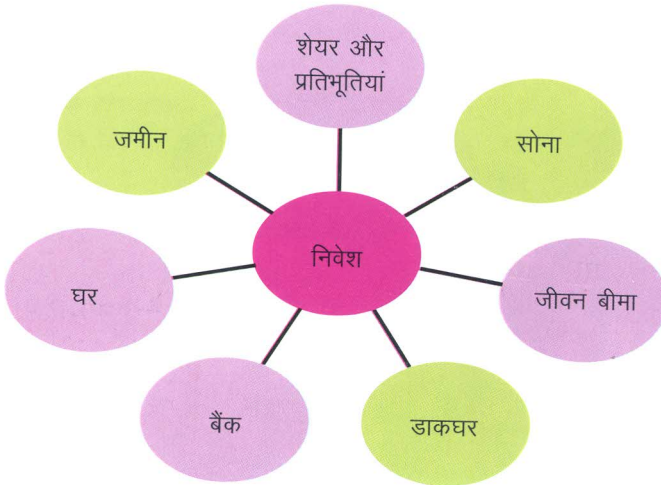


## निवेश

- ❖ निवेश धन या पूंजी से वित्तीय साधनों या अन्य परिसंपत्तियों की खरीद के लिए, ब्याज, लाभांश, अभिवृद्धि के लिए लाभदायक रिटर्न प्राप्त करने की प्रतिबद्धता है।
- ❖ यह एक ऐसी प्रक्रिया है जिसमें धन किसी संगठन में सुरक्षित रखने व ब्याज प्राप्त करने के लिए दिया जाता है जैसे कि बैंक।
- ❖ निवेश स्थायी संपत्ति के रूप में भी किया जा सकता है, जैसे जमीन की खरीद, ट्रैक्टर या सोना खरीद कर रखना।
- ❖ निवेश प्रायः बैंक, डाकघर और जीवन बीमा निगम जैसी संस्थाओं में भी किया जा सकता है। जमीन, सोना, शेयर या स्टॉक के रूप में भी निवेश कर सकते हैं।

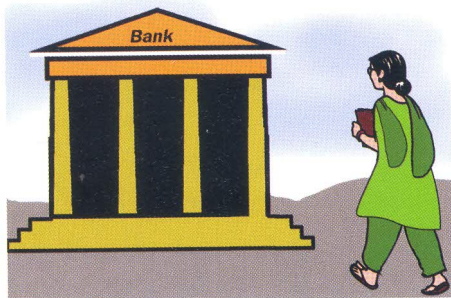


## निवेश के साधन



## बैंक में निवेश

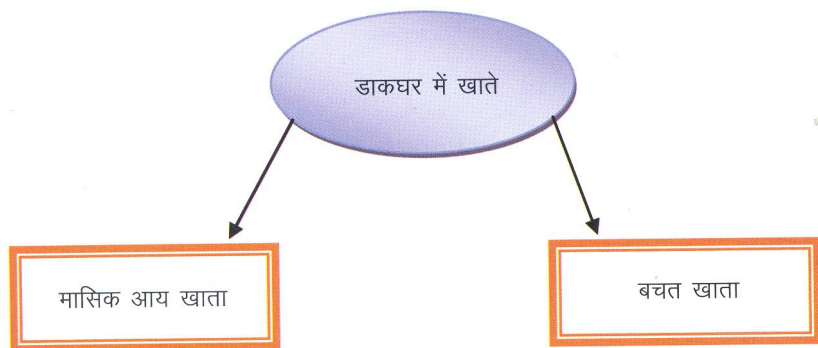
- ❖ बैंक में खाता खोलना व उसका प्रबंध बहुत ही सरल है। यह केवल धन को सुरक्षित रखने का तरीका ही नहीं बल्कि इसमें धन कभी भी आसानी से निकाला जा सकता है।



- ❖ बैंक में खाता खोलने के लिए व्यक्ति के पास उसका नाम, जन्मतिथि, पता और पहचान पत्र का प्रमाण होना चाहिए।
- ❖ खाता खोलने के बाद आप आसानी से धन जमा करवा व निकलवा सकते हैं। एटीएम के प्रयोग से यह कार्य और भी सरल हो गया है।

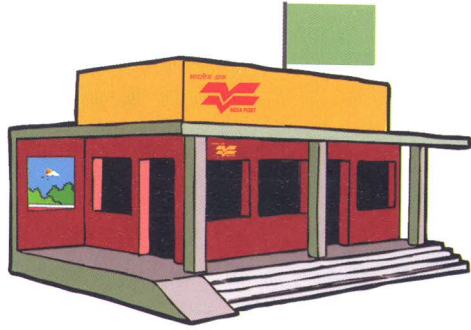
## डाकघर में निवेश

भारत में डाकघरों का नेटवर्क सर्वाधिक व्यापक है। डाकघरों की संख्या बैंक की शाखाओं से भी कहीं अधिक है इसलिए सरकार भी डाकघरों में मासिक आय खाता व बचत खाता चला रही है।



## डाकघर मासिक आय खाता

- ❖ यह उन निवेशकों के लिए है जो एकमुश्त रकम निवेश करना चाहते हैं या अपनी जीविका के लिए हर महीने ब्याज पाना चाहते हैं ।



- ❖ किसी भी मुख्य डाकघर/उपडाकघर में नकद/डिमान्ड ड्राफ्ट या स्थानीय चैक से निवेश कर सकते हैं। इसके लिए एक निर्धारित प्रपत्र भर कर राशि के साथ जमा करना होता है। इसके बाद निवेशक प्रत्येक माह राशि निकालने का हकदार हो जाता है ।
- ❖ कम से कम निवेश करने की राशि 1500 रुपये है और अधिकतम राशि 4.5 लाख व संयुक्त खाते में 9 लाख रुपये की है। वयस्क के लिए 3 लाख रुपये निवेश करने की सीमा है, इसे अभिभावक की निवेश सीमा के साथ नहीं जोड़ा जा सकता है ।

## निवेश कौन कर सकता है?

- ❖ कोई एक वयस्क
- ❖ दो या तीन वयस्क संयुक्त रूप से
- ❖ कम से कम 10 साल का वयस्क/मानसिक रूप से विक्षिप्त व्यक्ति
- ❖ अव्यस्क या मानसिक रूप से अस्थिर व्यक्ति की ओर से अभिभावक



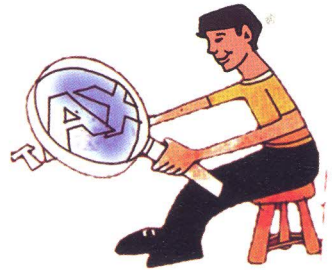


## परिपक्वता और ब्याज दर

- ❖ छः साल के खाते पर प्रतिवर्ष 8% का लाभ दिया जाता है जो देय है।
- ❖ आवश्यकता हो तो व्यक्ति समय से पहले भी धन निकाल सकता है।
- ❖ यदि एक से तीन साल के बीच खाते को समयपूर्व बंद किया जाए तो उस पर 2% की कटौती की जाती है।
- ❖ तीन साल के बाद खाते को समयपूर्व बंद करने पर 1% की कटौती की जाती है।
- ❖ परिपक्व राशि को पुनर्निवेश करने की सुविधा उपलब्ध है।
- ❖ परिपक्व आय को न निकालने पर उस पर अधिकतम 2 साल तक ब्याज मिलता है और यह ब्याज दर बचत खाते की ब्याज दर के बराबर होती है।
- ❖ भारत के किसी भी एक डाकघर से दूसरे डाकघर में खाते को बिना किसी प्रभार के बदला जा सकता है।
- ❖ नामांकन की सुविधा उपलब्ध है।
- ❖ मासिक ब्याज को उसी डाकघर में बैंक बचत खाते में भी जमा किया जा सकता है।
- ❖ 5% परिपक्व लाभ भी दिया जाता है।

## आयकर के लाभ

- ❖ सेक्शन-80 सी के अंतर्गत जमा की हुई राशि पर छूट नहीं दी जाती है।
- ❖ जमा की हुई राशि सम्पत्ति कर से मुक्त होती है।
- ❖ स्रोत पर आयकर नहीं काटा जाता।

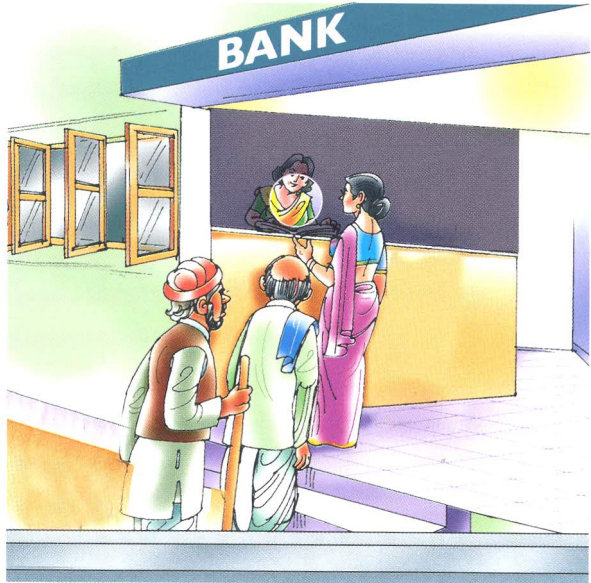


## डाकघर बचत खाता

- ❖ डाकघर बचत खाता बैंक बचत खाते के समान ही है। डाकघर बचत खाते विशेष रूप से ग्रामीण व अर्धग्रामीण क्षेत्रों में रहने वाले लोगों के अनुकूल हैं।
- ❖ एक वयस्क व कम से कम 10 साल का अवयस्क खाता खोल सकता है। किसी अवयस्क या मानसिक रूप से विक्षिप्त व्यक्ति की ओर से कोई भी वयस्क खाता खोल सकता है। दो या तीन वयस्क संयुक्त रूप से खाता खोल सकते हैं।
- ❖ डाकघर में कम से कम 500/- रुपये से खाता खोला जा सकता है। एकल खाते में अधिकतम एक लाख व संयुक्त खाते में दो लाख की राशि जमा कर सकते हैं।
- ❖ इसमें कोई भी निश्चित या परिपक्वता समय नहीं होता है। खाते खोलने के लिए व्यक्ति को डाकघर में क्लर्क से मिलकर खाता खोलने का फार्म भरना होता है। इसके लिए दो फोटो और पहचान प्रमाण की आवश्यकता होगी।

## धन निकालना

किसी भी समय धन निकाला जा सकता है परन्तु बचत खाते में न्यूनतम 100 रुपये की राशि होनी चाहिए व चैक सुविधा देने वाले खाते में 500 रुपये की राशि शेष होनी चाहिए।

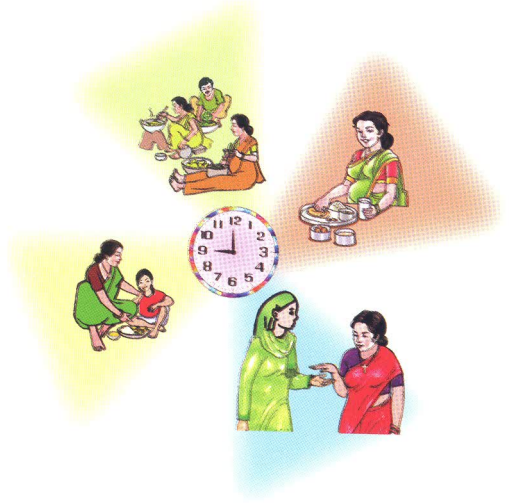


## ब्याज का भुगतान

केन्द्रीय सरकार समय-समय पर ब्याज दर को निर्धारित करती है। ब्याज मासिक बचत पर आंका जाता है व वार्षिकी तौर पर दिया जाता है। यह तीन से चार प्रतिशत के बीच होता है। नामांकन व आयकर लाभ की सुविधा दी जाती है।

## समय प्रबंधन

- ❖ आमतौर पर आपको उन सभी कार्यों के लिए पर्याप्त समय नहीं मिल पाता है जिन्हें आप करना चाहते हैं। कुछ सरल तरीकों की मदद से आप अपने समय का बेहतर प्रबंधन कर सकते हैं।



- ❖ समय प्रबंधन आपके पूरे दिन की एक साधारण योजना और संरचना की प्रक्रिया है।

## समय प्रबंधन में क्रम

- ❖ योजना
- ❖ योजना का अनुसरण
- ❖ योजना के प्रभाव की समीक्षा
- ❖ जरूरत के अनुसार आवश्यक बदलाव करना

## समय योजना में निम्नलिखित कारकों को सम्मिलित करना चाहिए

- ❖ प्राथमिकता
- ❖ तनाव से मुक्ति
- ❖ अभ्यास
- ❖ लचीलापन
- ❖ संतुलित कार्य

### कुछ नुस्खे

सभी कार्यों के लिए वास्तविक समय निर्धारित करें: पूरे दिन की योजना बनाने से पहले वास्तविकता से सोचें कि प्रत्येक कार्य के लिए कितना समय चाहिए।

#### उदाहरण:

दूध व ब्रैड को किराने की दुकान से खरीदने में 5 मिनट लगते हैं पर दुकान पर जाने और आने के समय का क्या? हो सकता है कि आप रास्ते में किसी से बात करने के लिए रुकें। यह सब चीजें आप के 5 मिनट के कार्य समय को बढ़ा देती हैं, इसका अर्थ है, कि आप अपनी सारणी से काफी पीछे चले जाते हैं। इसलिए हर कार्य के लिए पर्याप्त समय निर्धारित करें।

जितना आप चीजों को ध्यान से निर्धारित करेंगे उतनी कम परेशानी होगी। कम परेशानी से आप कार्य करने में अधिक निपुण होंगे।

**स्थान के आधार पर कार्य सम्पूर्ण:** काम को समूह में विभाजित कर दें ताकि आप पूरा दिन इधर-उधर न भागें।

#### उदाहरण:

यदि आप डाकघर जा रहे हैं तो कपड़ों की धुलाई और किराने की दुकान का काम एक ही यात्रा में कर सकते हैं। जितना कम समय आप आने जाने में लगाएंगे उतना कम समय कार्य को पूरा करने में लगेगा। दिन के अंत तक आपको अपनी समय सारणी से थोड़ा आगे होना चाहिए।

**5 मिनट में पूरे होने वाले कार्यों की सूची बनाएं:** यह हैरान करने वाली बात है कि आप 5 मिनट में क्या-क्या कार्य कर सकते हैं। प्रतिदिन घर के हर कमरे के उन कार्यों की सूची बनाएं जिन्हें आप 5 मिनट में कर सकते हैं।

#### उदाहरण:

प्रतिदिन कम से कम तीन ऐसे पांच मिनट में पूरे होने वाले कार्यों को अपनी सूची में डालें जिन्हें आप बच्चों द्वारा उनके दांत साफ करने व दोपहर के समय पास्ता बनाने के दौरान कर सकते हैं।

**खाली समय का सही उपयोग:** खाली समय का प्रयोग आगे की योजना बनाने में करें।

#### उदाहरण:

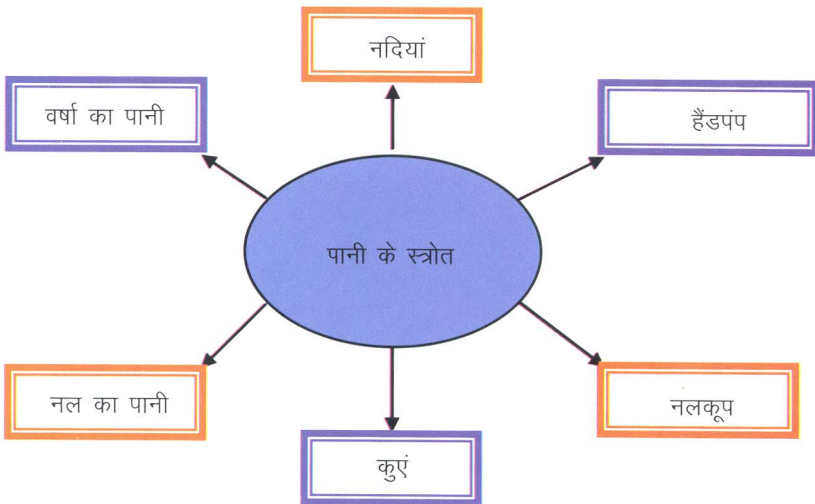
यदि आप बच्चों का स्कूल से लौटने का इंतजार कर रहे हैं या फोन पर किसी का इंतजार कर रहे हैं तो सोचें कि अगला कौन सा कार्य करना है? यह न केवल अगले कार्य को आपके दिमाग के सामने लाएगा बल्कि उसे कैसे पूरा करना है, इस बारे में भी मददगार होगा।

साथ ही आप दिन के अगले कार्यों के बारे में भी सोच सकते हैं जिनके लिए आप तैयार नहीं हैं। जैसे आप को ग्राहक से मिलने के लिए या दोपहर के खाने के लिए क्या-क्या चाहिए?

## सुरक्षित पेय जल

### पीने के लिए साफ पानी का महत्व और जरूरत

- ❖ साफ पीने का पानी मनुष्य के स्वस्थ जीवन की मौलिक जरूरत है। दुर्भाग्यवश, छः में से एक व्यक्ति को अभी भी यह उपलब्ध नहीं है।
- ❖ साफ पानी बहुत सी बीमारियां जैसे—डायरिया, पीलिया इत्यादि से बचाव रखता है।



## पानी के स्रोत

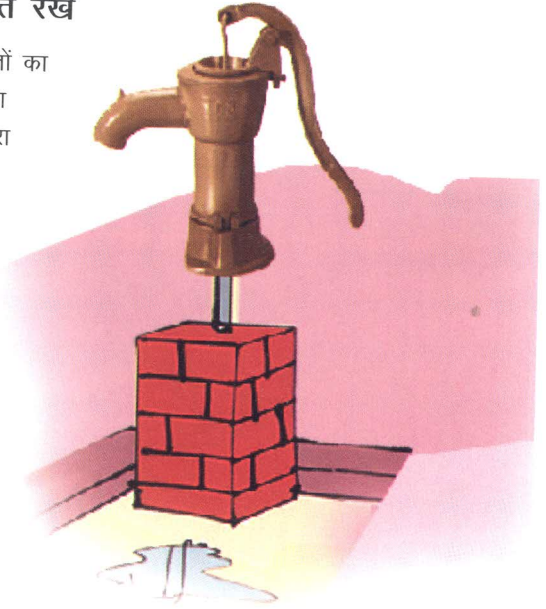
### पानी असुरक्षित कैसे हो जाता है?

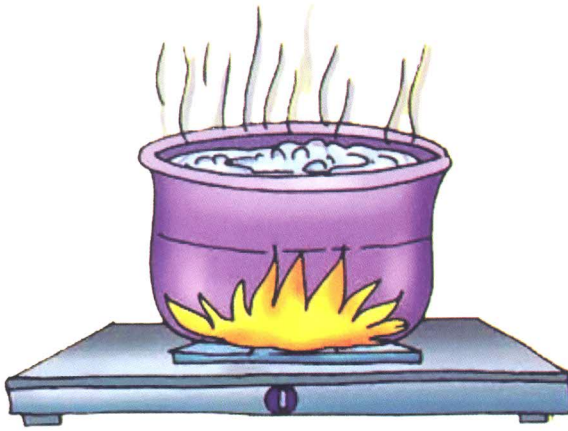
- ❖ बीमारी फैलाने वाले कीटाणुओं से पानी असुरक्षित हो जाता है जो मानव तथा पशुओं के मल व अन्य स्रोतों से फैलते हैं।
- ❖ पानी के स्रोतों के आस-पास मानव गतिविधियों के कारण पानी दूषित हो जाता है।



### पानी को कैसे सुरक्षित रखें

- ❖ केवल सुरक्षित स्रोतों का उपयोग: पाईप द्वारा उपलब्ध पानी, गहरा हैंडपंप, व ढका हुआ कुआं।
- ❖ पानी को ढक कर रखें।





- ❖ पानी को साफ कपड़े में छानें। इससे बड़े कण निकल जाते हैं।
- ❖ पीने के पानी के बर्तन में हाथ न डालें। पानी निकालने के लिए लोटे का प्रयोग करें।
- ❖ पीने के पानी को निरापद करने के लिए इसे कम से कम 15-20 मिनट तक उबालें।

### पानी को साफ करने का साधारण तरीका

- ❖ बर्तन में 1 लीटर पानी लें।
- ❖ उसमें एक छोटा चम्मच ब्लिचिंग पाउडर डालें।
- ❖ इसे अच्छी तरह से हिलाएं व 5 मिनट तक रखें।
- ❖ अब इस पानी को छानकर प्लास्टिक की बोतल में उलट दें।
- ❖ अघुलनशील पाउडर को हटा दें।
- ❖ बोतल को बंद कर दें, इसे 2 दिन तक प्रयोग में लाया जा सकता है।



# दूषित पानी से होने वाले संक्रमण और बीमारियां

## कॉलरा (हैजा)

### कारण

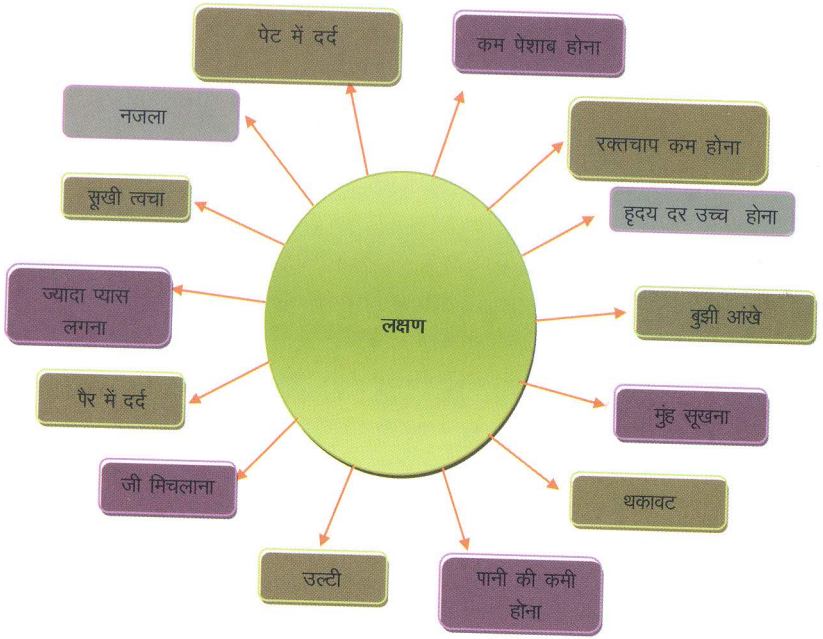
सबसे सामान्य कारण :

- ❖ अस्वच्छता
- ❖ कच्चा या अधपका खाना
- ❖ नियमित अस्वच्छ पानी व अपर्याप्त खाद्य आपूर्ति

### कॉलरा (हैजा) के लक्षण और संकेत

- ❖ केवल क्लोरीनयुक्त, या उबला हुआ पानी ही पिएं।
- ❖ अधपका व कच्चा भोजन न खाएं।





- ❖ सुनिश्चित कर लें कि सभी सब्जियां अच्छी तरह से पकी हुई हैं।
- ❖ सड़क के किनारे मिलने वाले भोजन तथा सब्जियों के सेवन से बचें।
- ❖ सही साफ-सफाई और पानी की शुद्धता की विधि को परखें।
- ❖ रोगी को द्रव्य भोजन, नींबू, प्याज और पुदीना दें।



- ❖ शरीर में प्रतिरक्षा की क्षमता को बढ़ाने के लिए कॉलरा के नए टीके उपलब्ध हैं जिसके बहुत कम हानिकारक प्रभाव हैं।

## कॉलरा का घरेलू उपचार

- ❖ **नींबू का उपयोग**— नींबू का रस (मीठा या नमकीन) रोगी को बीमारी पर काबू पाने में लाभ देता है।

- ❖ **प्याज का उपयोग**— कॉलरा के उपचार में प्याज एक अन्य उपाय है। 30 ग्राम प्याज और काली मिर्च को पीसकर रोगी को एक दिन में 2-3 बार देना लाभकारी होता है।

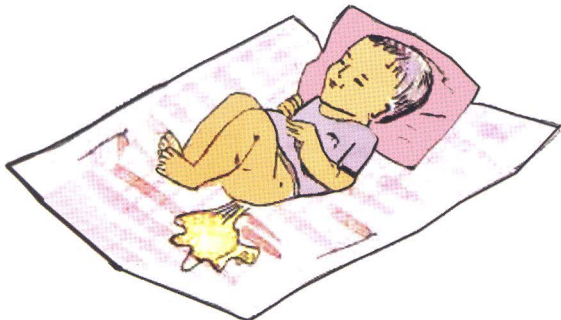
- ❖ **करेले का उपयोग**— कॉलरा के उपचार में शुरुआती दौर में करेले का ताजा रस फायदेमंद होता है। 2 छोटे चम्मच करेले का रस, समान मात्रा में सफेद प्याज का रस तथा 1 छोटा चम्मच नींबू के रस का घोल रोगी को एक दिन में 2 बार देना चाहिए।

- ❖ **लौंग का उपयोग**—कॉलरा में लौंग का उपयोग भी फायदेमंद है। लगभग 4 ग्राम लौंग को 3 लीटर पानी में डालकर तब तक उबालें जब तक यह आधा ना रह जाए। यह पानी रोगी को 1 दिन में कई बार पिलाना चाहिए।

## डायरिया (अतिसार)

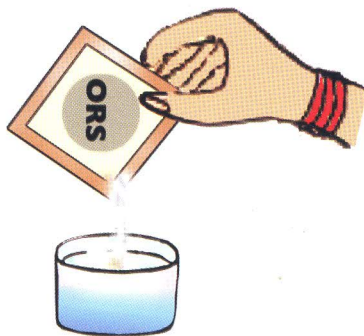
### डायरिया के कारण

- ❖ **जीवाणु/विषाणु संक्रमण**— बहुत से जीवाणु/वायरस हमारे शरीर में दूषित भोजन और पानी के द्वारा प्रवेश करते हैं और डायरिया का कारण बनते हैं।
- ❖ साफ सफाई में असावधानी और दूषित भोजन से भी डायरिया हो सकता है।
- ❖ **परजीवी संक्रमण**— परजीवी संक्रमण भी डायरिया का एक कारक है।
- ❖ **भोजन का न पचना**— कुछ लोग भोजन के विशेष अवयवों को पूर्ण रूप से पचाने में असमर्थ होते हैं जैसे लेक्टोज (दूध में पाया जाने वाला मीठा घटक) जो डायरिया उत्पन्न कर सकता है।



### डायरिया के घरेलू उपचार

- ❖ घर पर उपलब्ध द्रव्य पदार्थों का सेवन करें।
- ❖ ओ आर एस (जीवन रक्षक घोल) पिलाएं।
- ❖ बार-बार खाने को दें।
- ❖ बच्चे को मां का दूध पिलाते रहें।



## हेपेटाइटिस

- ❖ यकृत की कार्यप्रणाली में विकार को हेपेटाइटिस कहते हैं इसके कई संक्रामक और असंक्रामक कारण हैं।
- ❖ संक्रामक कारणों के अंतर्गत हेपेटाइटिस ए और ई पानी की कम आपूर्ति और अस्वच्छता से जुड़े हैं जिससे यकृत संक्रमित होकर सूज जाता है।
- ❖ हेपेटाइटिस ए और इ दोनों अलग-अलग विषाणु हैं जो मल, गंदे पानी व एक संक्रमित व्यक्ति से दूसरे व्यक्ति में फैलते हैं।
- ❖ हेपेटाइटिस ए संक्रमित व्यक्ति द्वारा बनाए गए भोजन, अधपके भोजन और पके हुए भोजन की सही देखरेख न होने से भी फैलता है। इसमें बीमारी की शुरुआत अचानक बुखार आ जाने, कमजोरी, भूख न लगने, उल्टी और पेट दर्द से होती है और फिर कुछ दिनों में यह बढ़कर पीलिया हो जाता है।
- ❖ यह बीमारी मृदु स्थिति में 1-2 सप्ताह तक और गंभीर स्थिति में कई महीनों तक रहती है।

### हेपेटाइटिस की रोकथाम

- ❖ स्वच्छता
- ❖ व्यक्तिगत स्वच्छता
- ❖ पर्याप्त पीने का पानी



## टायफाइड बुखार (मोतीझरा)

❖ टायफाइड बुखार एक जीवाणु के संक्रमण से होता है। संक्रमित व्यक्ति से टायफाइड के जीवाणु उनके शौच तथा पेशाब के द्वारा फैलते हैं।

❖ दूषित पानी भी इस बीमारी के फैलने का एक रास्ता है।

❖ संक्रमित व्यक्ति के द्वारा बनाये गए भोजन और पेय पदार्थ ग्रहण करने से या दूषित संक्रमित पानी का प्रयोग करने से भी संक्रमण फैलता है।



❖ 39–40 डिग्री बुखार, उल्टी, सिर दर्द, कब्ज और डायरिया, छाती पर लाल धब्बे होना, यकृत और तिल्ली का बढ़ना इसके लक्षण हैं और ये लक्षण 1–3 सप्ताह बाद दिखने शुरू हो जाते हैं।

❖ टायफाइड ठीक होने के बाद भी कुछ व्यक्ति में कुछ कीटाणु रह जाते हैं जो दूसरे लोगों के लिए संक्रमण का कारण बनते हैं।

## टायफाइड की रोकथाम

- ❖ स्वच्छ पीने का पानी
- ❖ सही स्वच्छता प्रणाली
- ❖ खाने से पहले व शौच के बाद हाथ धोएं
- ❖ व्यक्तिगत स्वच्छता



## बिजली आपूर्ति

### बिजली आपूर्ति का अधिकार किसे है

अधिकांश परिस्थितियों में एक बिजली कंपनी आपको बिजली की आपूर्ति के लिए बाध्य है। तथापि वह बिजली आपूर्ति के लिए मना कर सकती है अगर—

- ❖ आपके घर में तारों (वायरिंग) खतरनाक स्थिति में हैं।
- ❖ एक बार बिजली आपूर्ति काटी जा चुकी हो और इसे दुबारा चालू करने के लिए वह बाध्य नहीं हो।
- ❖ प्रतिभूति की मांग का भुगतान नहीं किया गया हो।
- ❖ एक पूर्व भुगतान मीटर को आपकी ओर से मना कर दिया गया हो।

### बिजली मीटर

- ❖ मीटर मुख्य सेवा घर से बिजली आपूर्ति प्राप्त करता है और घर में जितनी बिजली की खपत होती है, उसे दर्शाता है।

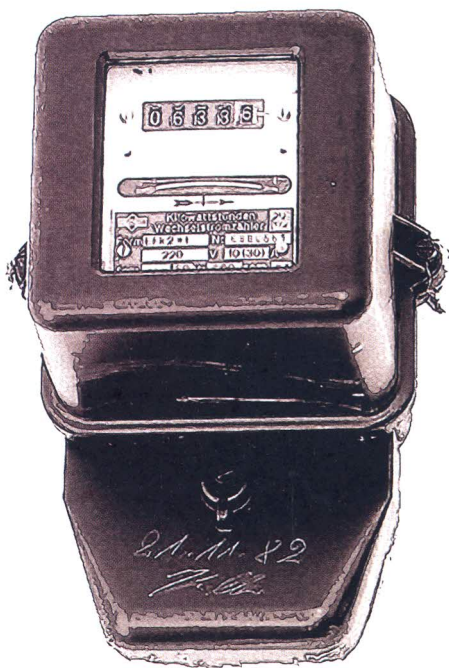
- ❖ मीटर पर लगा डायल बिजली की इकाइयों की संख्या बताता है जिनके आधार पर बिल का भुगतान किया जाता है।

## बिजली का बिल

बिजली का बिल नियमित अंतराल पर घर पर भेजा जाता है।

## बिजली के बिल का भुगतान

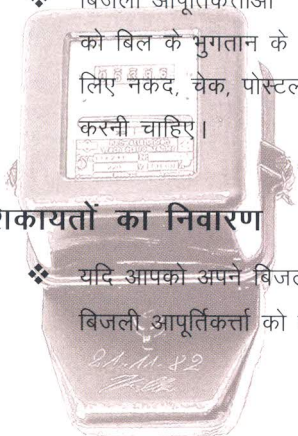
- ❖ यदि आपके पास क्रेडिट मीटर है तो बिजली आपूर्तिकर्ताओं को बिल के भुगतान के लिए विभिन्न प्रकार के तरीके प्रदान करने चाहिए जैसे- सरल बिल केन्द्र, बैंक व क्षेत्र के विद्युत कार्यालय (बीएसईएस)।



- ❖ बिजली आपूर्तिकर्ताओं को बिल के भुगतान के लिए नकद, चेक, पोस्टल आर्डर या सीधे मासिक विकलन की सुविधा प्रदान करनी चाहिए।

## शिकायतों का निवारण

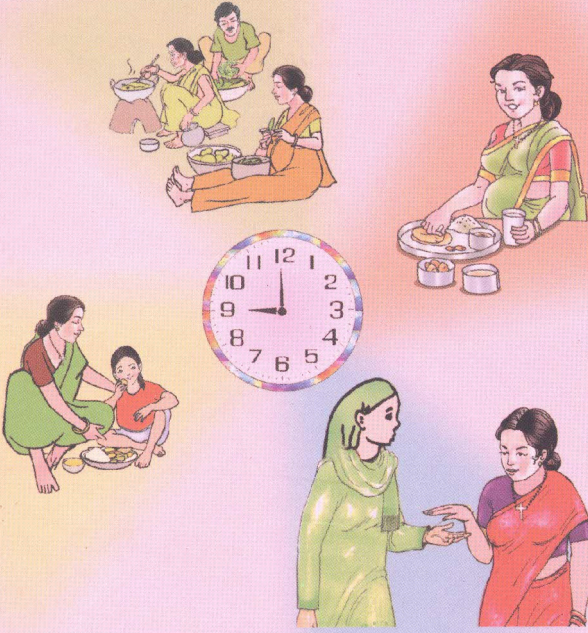
- ❖ यदि आपको अपने बिजली आपूर्तिकर्ता से शिकायत है तो सबसे पहले आप बिजली आपूर्तिकर्ता को बताएं।





- ❖ तथापि, उन ग्राहकों के लिए शिकायत प्रक्रिया अलग है जिनकी बिजली आपूर्ति काट दी गई हो या जिन्हें बिजली आपूर्ति काटने की चेतावनी दी गई हो या जो अतिसंवेदनशील माने जाते हैं।
- ❖ आप को इस समस्या को सबसे पहले अपने बिजली आपूर्तिकर्ता के साथ सुलझाने की कोशिश करनी चाहिए, अगर कोई उपाय न मिले तो आप ग्राहक उपभोक्ता केन्द्र में सीधे शिकायत कर सकते हैं।





ले-आउट तथा मुद्रण : फाउण्डेनहेड साल्यूशंस (प्रा.) लिमिटेड



भारत सरकार

अल्पसंख्यक कार्यो का मंत्रालय

11 वीं मंजिल, पर्यावरण भवन  
सीजीओ कॅम्प्लेक्स, लोदी रोड  
नई दिल्ली 110016



राष्ट्रीय जन सहयोग

एवं बाल विकास संस्थान (निपसिड)

5, सीरी इंस्टीटयूशनल एरिया, हौज खास  
नई दिल्ली-110016