

دئاعم اک لامعتسا ک دئاعم ک مٹسس یپاک سکیراف

راضی و اک سکیراف اٹسنا ینپمک روطہ { پورگ سکیراف اٹسنا } اگ ئالک ی دئاعم س با { دئاعم یقیریف س دوجوم روا کسرک لصاح عفن کات } اتھکر رادا ای اتھاچ انرک یپاک وک ڈیڑٹ ویئول یک فراص روا یسک ک ینپمک وک وک ڈیڑٹ ینپا وک وک فراص و اک سکیراف اٹسنا روا { اگ ئالک رولاف } ربخاب لمکم لواح ک ناصقن یلامتجا ینکمم اگ { ئالک رجات } ہکر دارا اک سا ای یھاچ انورک یپاک

1.

فی رعت

و ہتاس ہتاس ک مراف ٹیلپ یتراجت رڈیڑٹ اٹسنا وک وک پورگ سکیراف اٹسنا بلطم اک ینپمک یپاک سکیراف اٹسنا { ٹنملٹیس / نید نیل اک مقرر زڈیڑٹ روا رولاف سیم سجک } اترک مہارف مٹسس نی تکسرک { مٹسس

س ضرغ سا وک وک فراص و اک ینپمک سیم مٹسس یپاک سکیراف وک وک وک فراص و اک ینپمک دارم س رجات روا اک نوا ہتاس ہتاس ک نید تزاجا یک نرک ولاف ڈیڑٹ ینپا وک نیفراص رسود ک ینپمک وک وک وک وک رٹسجر اگ ئالک "رجات" اگ رکنیم ٹنواکا یھب اپا

سیم مٹسس وک وک وک لماش س دارا سیم مٹسس یپاک سکیراف وک وک وک فراص و اک ینپمک دارم س رولاف کسرک لقن یک زلیڈ یک رجات یسک رٹسجر

یمومع تامولعم س لواح ک نارجات وک وک وک حفص صاخ کیا و اک ٹئاس بیو یک ینپمک دارم س گنرٹینام شپ سیم نشکیس یپاک سکیراف سیم ٹنبیکی یک رولاف ای رجات روا ٹئاس بیو یک ینپمک رپ روط اتاج ای

2.

تاکن یمومع

1.

تالیصفت یک مٹسس یپاک سکیراف

س بناج یک ینپمک روا ٹیکلم یک ینپمک وک وک ریئو ٹفاس کیا مٹسس یپاک سکیراف وک لمع مامت ک یپاک نایمرد ک سٹنواکا رٹسجر سیم ینپمک دصقم اک سج ایگ ایانب وک لحارم راک دوخ لید جرد مٹسس یپاک سکیراف - انانب راک دوخ روا نکمم س رابتعا لکیکیٹ اتانب نکمم

1. جاردنا اک رولاف سیم مٹسس یپاک سکیراف
2. جاردنا اک رجات سیم مٹسس یپاک سکیراف
3. ک رجات روا کس وک یپاک یک ڈیڑٹ کات ان و بئارکسبس سیم ٹنواکا ک رجات اک رولاف نیکیس گل یھب سیم ٹنواکا ک رولاف زردآ ئگ ئاگل
4. یلاو ناج یک ادا وک رجات س بناج یک رولاف رپ زڈیڑٹ شخب عفن یئگ یک یپاک باسح اک نشیمک
5. باسح اک نشیمک یلاو ناج یک ادا وک رجات س بناج یک رولاف رپ ڈ نشپیرک سبس ر
6. ان و ٹڈیرک اک نشیمک سیم ٹنواکا ک رجات
7. اناج ای اگل اک طئارش یک یپاک س بناج یک رجات ئل ک یپاک یک ڈیڑٹ
8. اناج ای اگل اک زرتیم اریپ س بناج یک رولاف ئل ک یپاک یک ڈیڑٹ
9. ان و راط سیم ٹنبیکی یک رولاف روا ان و ٹیڈ پآ اک تامولعم یک ٹنواکا یک رجات

2. وک وک بایتسد ئل ک فرآص یھب یسک ک ینپمک سیم ٹنبیکی ٹنئالک مٹسس یپاک سکیراف یپاک سکیراف 6 لکیڈرآ - ل اورک جاردنا اپا رجات ای رولاف روطہ سیم مٹسس یپاک سکیراف ک اترک نایب وک دغواق لکیکیٹ ک مٹسس

3. روا ۽ اتڪس آ س بناج يڪ رجات سيم ڏيرٿ سڪيراف وچ ڪسر ۽ دوجوم سيم مٿس س يپاڪ سڪيراف سڪيراف روا مراف ٿيلپ يتراجت ۽والع ڪ سا ۽ اتڪس ۽ ٻه سيم ڏيرٿ يئگ يڪ يپاڪ يڪ رولاف ۽ اتڪس ۽ ڪسر س ۽جو يڪ صقن يسڪ ٻه سيم مٿس س يپاڪ

3.

ضئارف و قوقح ڪ ينپمڪ

سيم ٽنم ڀرگيا رفا ڪلپ وچ ڪ گ ۽ ۽والع ڪ نڙا ڪ وچ اگ رڪ نيغت اڪ ضئارف و قوقح ڪ ينپمڪ ۽دئاعم ي ينپمڪ ۽ اترڪ ماڪ تسرد رورس اڪ ينپمڪ ڪ ي رگم - سي ۽ گ ۽ ڪ لوبق ۽ ۽ ڪر ڪنپوا ٽنواڪا روا ي دوجوم ي گ رڪ لمڪم سايراد ۽مذامت ينپا

1.

يپاڪ يڪ رڏيرٿ

نپڪٽنواڪا ڪ رجات ڪ وچ ي گ رڪ ڏراڪير وڪ تساوخردي ڪر ڪ يپاڪ وڪ ڏيرٿ يڪ رولاف ينپمڪ س ٽنواڪا ڪ رجات دعب ٽنم 30 ڪر ڪر لوبق تساوخردي س بناج يڪ رجات روا يگ ۽ يئگ يڪ ڪر يگ يئاج ۽ عورش ان ۽ يپاڪ ڏيرٿ سيم ٽنواڪا ڪ رولاف

يگ رڪ يپاڪ سيم ٽنواڪا ڪ رولاف س ٽنواڪا ڪ رجات وڪ ڏيرٿ سوت يڪ وچ / مٿا ٿ ليئر ينپمڪ ۽ يتڪس ۽ يڪ سٽنم 2 ريخات يلامتحا سيم سچ

ٽنواڪا ڪ رجات ۽ ۽ ۽ يتڪس ۽ يم اڪان يڪر ڪر يپاڪ سيم ۽ ۽ ڪر ڪنپوا ۽ ڪر ڪر س سٽنم 2 وڪ زردآ ۽و يڪس ۽ يپاڪ سيم ٽنواڪا ڪ رولاف س

ليدبت لويل ٿفارپ ڪيٿ اي لويل سال پاٿس اڪ ڏيرٿ ڪنپوا يسڪ رجات يپاڪ سڪيراف رگا 2 س ڪي ڪ وچ ي گ ۽ ۽ سيم لمع ٻه سيم ٽنواڪا ڪ رولاف يپاڪ سڪيراف يلیدبت ي وٽ ۽ اترڪ ۽ اترڪ رطا تعاضرينپا س يلیدبت سا فراص ي گ ل ۽ينارود اڪ ٽنم

2.

ڏراڪير اڪ ناصقن روا عفن

ينپمڪ س دعب ۽ عورش تراجت روا دعب ڪر ڪر لوبق تساوخردي يڪ يپاڪ س بناج يڪ رجات يڪ رجات وچ ڪ اگ ۽ اڪ ڏيرٿ نڙا ڪ وچ ي گ رڪ ڏراڪير وڪ ناصقن روا عفن لاو ۽ سيم ۽ينارود فلتخم ۽بترم ڪي سيم ۽ٽنھگ ڪي ڏراڪير ي روا ۽ يئو ۽ يپاڪ سيم ٽنواڪا ڪ رولاف روا ڪنپوا سيم ٽنواڪا اگ ۽ بايتسد سيم ٽنبيڪ يڪ رجات روا رولاف ڪ ات اگ ۽ بايتسد

3.

يخوسنم يڪ نشيريڪسبس يڪ يپاڪ يڪ ڏيرٿ

سا ينپمڪ وٽ ۽ اترڪ تساوخردي يڪر ڪر خوسنم وڪ تلو ۽ س يڪ يپاڪ يڪ ڏيرٿ رجات اي رولاف رگا فلتخم س عفن سڙا عفن الاو ۽ ناج ايڪ ادا وڪ رولاف روا ي گ رڪ لمع سيم سٽنم 30 رپ تساوخردي سيم تروص سا ي ۽ ۽ رطا سيم ٽنبيڪ يڪ رولاف تقو ۽ تيد تساوخردي يڪ يخوسنم ڪ وچ ۽ اتڪس ۽ ۽ ٿي ڏي پآ ڪ تامولعم اي ۽ يئو ۽ زولڪ ڏيرٿ يڪ سا روا ۽ او ۽ ناصقن ۽ رجات بچ ڪ ۽ اتڪس ۽ ٻه ۽ او ۽ ٿو پآٿس

4.

ڪس ۽ن اولڪن رجات ڪ طفحت اڪ مقر يڪ رولاف

مقر س ٽنواڪا ڪ رولاف ۽ ۽ ۽ سيم ۽ن لباڪ سا رجات ڪ ۽ يترك م ۽ارف تنامض يڪ تاب سا ينپمڪ يڪ نچرام راکرد ۽ ڪر ڪنپوا وڪ ڏيرٿ يسڪ رجات ڪ ي ديزم - ڪس اولڪن نارود ڪ نشپيريڪسبس اتڪس سيم ۽ن ولڪن هچڪ ٻه سيم مقر

5.

يم ۽ارف يڪ تامولعم ۽طبار

ک نارجات نا {رہمن نوف روا لیم یا} تامولعم طبار یک رولاف ک یگ د تنامض یک تاب سا یں پمک
و بج ک یگ و بای تسد بت وک رجات تامولعم ی - و ی راج یک ی پاک ڈی رٹ یک نج ک یگ و بای تسد
و اگج رک لوبق تس اوخرد یک نرک ی پاک یک رولاف

7. یٰۤاَیْنَیْنَپَمَکَ رَگَا ۚ کَ دَرَکَ لَیْدِبَتَ تَامَوْلَعَم ۚ فَرَطَ کَیْ یَّئُوکَ سَ لَاحَ کَ رَجَات ۚ کَ ۚ یَّتْهَکَرَقَح ۚ یٰۤیْنَپَمَکَ
نَا رَپَ رَوطَ یَّوْجَ اَیْ لَمَکَم ۚ کَ وِجَ سَیْ ۚ یَکَ مَ ۚ اَرَفَ تَامَوْلَعَم ۚ یَسَیْ اَیَّوْکَ رَکَ هَجَوْبَ نَاجَ نَ رَجَات ۚ کَ رَکَ ثَوْنِ
سَ بَنَاجَ یَکَ رَجَات رَوَا یَسَکَ ۚ کَ وِجَ سَ تَامَوْلَعَم نَا ۚ یَیْ ۚ یَّتْهَکَرَقَح تَقَبَاتَم اَیْ یَّتْلُجَ یَّتْلَم سَ تَامَوْلَعَم
مَثَسَسَ یَپَاکَ سَکَیْ رَافَ سَیْمَ سَوْتَرَوْصَ ضَعَبَ کَ سَاجَ اَیْکَ ۚ اَرَمَگَ وِکَ رَوَلَا فَکَات ۚ یَیْ ۚ یَّیْئَگَ یَکَ مَ ۚ اَرَفَ
یَیْ ۚ یَّتْکَسَاجَ یَکَ ثَوْنِ ۚ هَبَ سَایْمَ رَگَرَسَ یَکَ رَجَات سَیْمَ

9. یک لمع رپ زم رٹ یلاو ناچ یک بئارکسبس س بن اچ یک رولاف ک یک ئان ب ینی قی وک تاب سا اک نچ ک یک یی اچ یک ی پاک رپ طئارش نا سیم ٹنواکا یک رولاف س ٹنواکا س رجات ک وچ ئاچ ک وچ یی رپ نش پی رکسبس ضاا سا طئارش یک ی پاک و ایگ ایک س بن اچ یک رجات باحت نا سیم طئارش یک نرک ی پاک رجات رگا - و یک بحت نم ئ و تاورک بئارکسبس وک رجات ن رولاف یگ و یی ئل ک زربئارکسبس ئن فرص طئارش یی ئن و ت رکیلی دبت

[illegible]

روا ۛ کاردا لم کم اک کسر ۛ گ ۛ ئک نایب ۛ ۛم 7 ربمن لکی ۛرآ وک ۛا ۛ ک ۛ اترک رارقا اک تاب سا رولاف روا ۛ ۛ ترک نن ۛ طاح اک ۛ وازر ۛ س لواح ک کسر ۛ نکم ۛ ک ۛ اتکس ۛ ری رحت دوجوم س لواح ک کسر ۛ ک ۛ ۛ ۛ اچ نپ لاحت بروس ۛ ۛ وک یک کسر س پن اچ یک قیرف رسی ت ۛ سک ای ۛ نپمک ۛ ک ۛ نکم

دعائق لکینکیٹ ک مٹس س یپاک سکی راف ک اترک لوبق روا اترک رارقا اک تاب سا رولاف اتھکر کاردا ھب اک کسر کلسنم س نا روا ی گئ ئک نایب سیم 6 لکینکیٹ آ

اک مٹس سس ی پاک سکی راف فرص ین پمک تحت ک دئاعم سا ک اترک رارقا اک تاب سا رولاف

مذہب کو اک جیتن ک تراجت یلاو نو سیم ٹنواکا ک رجات ک بج یتان ب ینی قی دوج ولکی نیکی ٹ
 یں رپ نی پم

4. طَبَّارِ سَ لَاحِ كِ ثَنِّ مَجْنَمِ ثَنِّ وَاكِهَتِ اس كِ رَجَاتِ

رېمڼ فارگ اړي پ ۵۰۰ ي ئل ک س ج اگ رک طبار تسار ۱۰۰ ر ب دوخ ئل ک ثن م جنيم ثن واکا س رجات رولاف
س ل او ح ک م ث س س ي پاک سک ي راف رگا ۱۰۰ اتک ساچ ايک لامعتسا وک تامول عم طبار دوجوم يم 3 5
۵۰۰ ي ئو ۱۰۰ ن حض او طئ ارش

5. انرکی پک ڈیڑٹ سٹنواکا کی رجات

[illegible]

6. یئاسررکت تایرامش ک ثنواکا ک رجات

یہاں اسرارِ ارب کت تا یرامش ک عف ن لاو ن وں یم ثنواکا ک رجات روا یثوکیا ، سننلیب وک رولاف
رپ داین ب یک تامولعم نا - {دعب ٲٹھگ ر امومع} سی ٲر ت و ٲٹڈ ٲآ لسلسم ٲک وچ یگ و ٲلصاح
وک رولاف لاح ر ٲ - ٲ اتکسرک ٲلصیف اک یحوسنم یک تل و ٲس یک ی ٲاک یک ڈی رٹ یک رجات رولاف
کیا یم تالاح ی مومع ٲک وچ یهاچ ان ر ربخاب یھب س لواح ک ریخات ٲنکم یم لمع ک ٲٹڈ ٲآ سا
یت و ٲس ٲٹھگ

7. انور زولک اک زڈی رٹ سی م ٹنواکا ک رولاف

ای ای یگسوں یم ٹنواکا ک رجات بج ےک یگ سوں زولک تقوی سنا لکلب ڈیئرٹ یم ٹنواکا ک رولاف
ٹیلپ ریڈیئرٹ اٹسنا ےوالع ک مامت سا - یگ سوں زولک س ےقی رط راک دوخ تحت ک 6 13 ربمن فارگ اریپ
کسرک زولک وک ریڈیئرٹ س دوخ رپ روط نپا ےو ےک اگ رک لباق سا وک رولاف مراف

8. یحوسنم یک تلویزیون گریک لصاح

رگاک گ سیئاج سو حوسنم زڈیرٹ یئگ یکی پاک

1. رک ت ساو خرد یک حوسنم یک سورس سا رولاف ای رجات

2. سیم ترویص یک نو مقرریم اکان سیم ٹنواکا ک رولاف

3. سیم تروص کی نوآموز مقرریم اکان ئل کی گیئی ادا کی نشی م کو رجات سیم ٹنواکا کی رولاف

5. ضئارف و قوقح ك رجات

ٹنواکا کے وجہ سے ریڑھ کے ٹکڑے سب سے زیادہ پریشانی کا شکار ہوتے ہیں۔ اس کے علاوہ، گردن، کمر اور ہاتھوں کی جڑیں بھی متاثر ہو سکتی ہیں۔

1. یـگـآ س لـا و ح ک ک س ر نـک م م

رارقا اک نو رباب لم کم س تروص نکمم یک کسر یئگ یک نایب می 7 ربمن قش س ی رجات ۱
تامول علم لم کم س لواح ک سوتروص عقوتم یک ناصقن ک ۱ اترک رارقا یھب اک تاب سا رجات- ۱ اترک

یہب ۛوالع ک سا ناصقن ۛی س بناج یک قیری رسی ت یسک ای ینپمک ۛی روا ۛی ۛی ن جرد ۛی
س بناج یک رولاف ک سا ای س بناج یک سا ۛک وج ۛک ۛ اترک یہب رارقا اک یراد ۛمذ سا رجات - ۛ اترکس ۛ
ۛ اترکس ۛی م گنڈی رث سکی راف

2. هجوب هجمس یک دعاوق لکی نکی ٹ ک مٹسس یپاک سکی راف

لمکم اک دعاوق لکی نکی ٹ ک مٹسس یپاک سکی راف ئگ ئک نایب ۛی م 6 ربمن لکی ٹرآ ۛی رجات
ۛ اترک کاردا اک ۛو ۛاگا یہب س ناصقن یلامتحا س ۛجو یک نا ۛک ۛی روا ۛ اترک رارقا اک نهکر کاردا

3. رارقا اک سٹیٹس / جرد ک ینپمک

لکی نکی ٹ اک مٹسس یپاک سکی راف ینپمک تحت ک دئاعم سا ۛک ۛ اترک رارقا اک تاب سا رجات
ۛ راد ۛمذ یک لاحتروص یترجات یسک یلاو ۛو ۛی م ٹنواکا یک رجات ۛک بج یگ ئانب ینیقی یک لمع
ۛ ص یئوک ۛی م عفن اک سا ی ۛن روا ۛ راد ۛص ۛی م ڈی رث یسک یک رجات وت ۛن ینپمک یگو ۛ

4. طبار س رولاف ئل ک ٹنمجنیم ٹنواکا

ئل ک سج ۛ اترکسرک طبار رپ ۛلئسم یہب یسک ئل ک ٹنمجنیم ٹنواکا س رولاف تسار ۛارب رجات
یپاک سکی راف رگا ۛک ۛ اترکسرک لامعتسا تامولعم طبار تحت ک 3 5 ربمن فارگ اریپ ۛی ۛو
ک سوٹنهگ 72 رجات یئگ یک ۛی ۛن نایب رپ روط حضاو طرش یئوک س بناج یک رجات ۛی م مٹسس
ۛی رگا روا اگو ۛو نارود ک ۛی نارود ک نشیری کسبس ۛک وج اگ د باوج اک لاوس یہب یسک ک رولاف ردنا ردنا
اگو ۛو دنباپ اک نید باوج ردنا ک ند 30 ۛو ایگ ۛو ایگو ۛ متخ ۛی نارود

5. گنرٹی نام روا تامولعم

گنرٹی نام س لمع راک دوخ کی ا ٹنواکا اک سا دعب ک چاردنا ۛی م مٹسس یپاک سکی راف ک رجات
یسک رولاف - ۛ اتو ۛو ۛا ط ۛی م ٹنبیکی ٹنئالک روا ٹئاس بیو یک ینپمک ۛک وج ۛ اتاجو ۛو لاماش ۛی م
ۛی ۛکسرک لامعتسا وک تلو ۛس یک گنرٹی نام ئل ک باحتنا ک رجات رت ۛب یہب

6. اناج ایکی لوبق اک تساوخرد یک رولاف ئل ک یپاک یک ڈی رث

یک رولاف ئل ک نرک یپاک وک ڈی رث ینپا رجات دعب ک چاردنا ۛی م مٹسس یپاک سکی راف
ۛ اترکسرک یہب در وک تساوخرد تقو یہب یسک ۛو ۛک ۛ قح ۛی ساپ ک رجات - ۛ اترکسرک لوبق تساوخرد
ۛی ۛن حوسنم سورس یک رولاف ئو ۛک ۛک ل صیف ی ۛو ۛو رجات وتو ۛو ۛو ۛو ناصقن وک رولاف رگا لاج ۛب
اترکسرک.

7. یحوسنم یک تلو ۛس یک نرک یپاک وک ڈی رث س مٹسس یپاک سکی راف

رگا ۛک یگ ئاجو ۛو حوسنم تلو ۛس یک نرک یپاک وک ڈی رث ۛی م مٹسس یپاک سکی راف

1. رک لامعتسا نٹب اک "بئارکسبس نآ" ۛی م ٹنبیکی ینپا رجات
2. رک لامعتسا نٹب اک بئارکسبس نآ" ۛی م ٹنبیکی ینپا رولاف
3. ۛو یفاکان مقرر ئل ک نرک ادا نشیمک وک رجات ۛی م ٹنواکا ک رولاف
4. وک ٹنمٹراپی ڈی رپس تساوخرد یک یحوسنم یک سورس س بناج یک رجات ای رولاف
درک حوسنم سورس ۛی ینپمک دعب ک ۛو لصاح

ۛی ئل ک رولاف رپ روط نپا رجات وت ۛو ۛررک انماس اک ناصقن رپ نرک یپاک وک ڈی رث رولاف رگا
اترکسرک ۛی ۛن متخ تلو ۛس

8. ییگی ئادا یک نشیمک وک رجات

قش یک دئاعم سا وت و او سیم یانارد ک تلوس س زڈی رٹ ئگ یک ی پاک ک وج و او عفن وک رولاف رگا وج یگ ئاج و عمچ نشیمک و ایگ ک رگا ک سیم ثنواکا روا یسک ای ثنواکا ک رجات قباطم ک 6 ربمن یگ و قباطم ک 6 9 ربمن گارگ اریپ ک

6.

دعواق لکی نکیٹ ک مٹس س ی پاک سکی راف

1. گ سیرک نایب یانارد اک نوا روا دادعت یک لحارم راک دوخ دعواق لکی نکیٹ ک مٹس س ی پاک سکی راف یک سچ اگ و ایک نایب س ی ک وج ی تھکر کاردا اک لئسم لکی نکیٹ یھب یسک رولاف روا رجات - ی تکس و ی بارخ سیم ریئو ثفاس ای لکی نکیٹ ج و

2. اگ و رپ روم لیز جرد قالطا اک دعواق لکی نکیٹ ک مٹس س ی پاک سکی راف

1. سیم مٹس س ی پاک سکی راف اک رڈی رٹ روا رولاف سیم ثنوبی ک ثنئالک یک ینپمک جاردنا
2. نیقیرف تحت ک دئاعم سا تامولعم ی -ان و طوفحم اک تامولعم طبار یک رولاف روا رجات گ سیکسرک لامعتسا ئل ک طبار
3. تساوخرد یک رولاف ئل ک ی پاک یک ڈی رٹ
4. اناج ایک حوسنم ای لوبق اک تساوخرد یک رولاف س بناج یک رجات
5. ڈراکیر اک زڈی رٹ یلاو ناج یک ی پاک یک رجات بناج یک رولاف
6. ڈراکیر اک زریئپ یسنرک ک زڈی رٹ یلاو ناج یک ی پاک س ناج یک رولاف
7. ڈراکیر اک نشیمک یلاو ناج یک ادا وک رجات س بناج یک رولاف رپ ڈی رٹ شخب عفن ر
8. یلاو ناج یک ادا وک رجات س بناج یک رولاف رپ ڈی رٹ شخب عفن س رابتعا ک ثال 0 01 ر ڈراکیر اک نشیمک
9. الهگ ادا وک رجات س بناج یک رولاف ک وج ڈراکیر اک ص س ا ک عفن س بناج یک رولاف
10. روا زڈنی کیو ک وج ڈراکیر اک نشیمک یلیڈ یلاو ناج یک ادا وک رجات س بناج یک رولاف ر رک ٹ س ڈ فآ سکی راف
11. ی پاک نئال نآ یک ڈی رٹ سیم ثنواکا ک رولاف س ثنواکا ک رجات
12. تساوخرد یک رولاف ئل ک ی حوسنم یک سورس
13. تساوخرد یک رجات ئل ک ی حوسنم یک سورس
14. ی حوسنم یک تلوس س ی پاک یک ڈی رٹ سیم ثنواکا یک رولاف س ثنواکا ک رجات \
15. ک رجات روا ٹسل گنرٹینام ک وج یئاسرکت تایرامش ی پاک سکی راف یک رولاف ر س لاج ک تالیصفت یک ثنواکا
16. گنزولک راک دوخ یک زڈی رٹ س ثنواکا ک رولاف

3.

جاردنا

1. جاردنا اک رولاف

۱. و دغب نرک لوبق وک دئاعم دوجوم س بناج یک فراص سیم ثنبنیکی ثنائالک یک ینپمک
 طیارنپا رولاف تقو ک چاردنا - اگ ئاج و لماش سیم مٹسس یپاک سکیراف رولاف روطب
 بای تسد وک زولاف نئا ک وج اگ رک مارف {رجنسم بیو روا ربمن نوف ، لیم یا} تامولعم
 ی تقو یھب یسک رولاف - اگ و ررک لولاف ی یپاک یک سج ک یگنو
 ی لیم گ رولاف ثنبنیکی رولاف دغب ک ناورک چاردنا س بناج یک رولاف - اتکسرک
 یگ و بای تسد سیم ثنبنیکی ثنائالک یک

2.

چاردنا اک رجات

۱. و دغب نرک لوبق وک دئاعم دوجوم س بناج یک فراص سیم ثنبنیکی ثنائالک یک ینپمک
 طیار ینپا رجات تقو ک چاردنا - اگ ئاج و لماش سیم مٹسس یپاک سکیراف رجات روطب
 بای تسد وک زولاف نئا ک وج اگ رک مارف {رجنسم بیو روا ربمن نوف ، لیم یا} تامولعم
 ی تقو یھب یسک رجات - اگ و ررک لصاح تل و س یپاک س رجات سا و ک یگنو
 رجات ک اگ رک بحتنم مقر یک نشیمک رجات تقو ک چاردنا - اتکسرک لیدبت تامولعم
 یگ ئاج یک لماش رپ داینب یک نازور رپ تراجت شخب عفن ر یک رولاف سیم ثنواکا ک
 ئل ک رجات ثنبنیکی رجات دغب ک ناورک چاردنا س بناج یک رجات - ک تالی طعت ئاوسام
 یگ و بای تسد سیم ثنبنیکی ثنائالک یک ینپمک

4.

تساوخرد یک رولاف ئل ک یپاک یک ڈی رٹ

یک ڈی رٹ اک رجات ئ و ترک باحتنا س رجات س ٹسل گنرٹینام دوجوم سیم ثنبنیکی ینپا رولاف
 ک ثنم 30 ک لوبق تساوخرد مٹسس و لرک لوبق تساوخرد ی رجات رگا اگ د تساوخرد یک یپاک
 ک رولاف مٹسس و رک ن لوبق تساوخرد ی رجات رگا اگ درک عورش انرک یپاک وک ڈی رٹ ردنا
 اگ رک سی ن یپاک ڈی رٹ سیم ثنواکا

5.

اناج ایک لوبق اک تساوخرد ئل ک یپاک یک ڈی رٹ س بناج یک رجات

ک رجات - سی ی و بای تسد سیم ثنبنیکی یک رجات وک رجات سی تساوخرد ی ن یپاک یک ڈی رٹ
 درک حوسنم ای لوبق وک تساوخرد سا ردنا ردنا ک سوٹنھگ 72 ک نو لوصو تساوخرد و ک قح ک ساپ
 اتکسرک زادن رطن وک تساوخرد رجات رگا اتکسرک لامعتسا سیم ثنبنیکی نشپ لقعتم ئل ک سج
 یگ ئاج و حوسنم دوخ دغب ک سوٹنھگ 72 ی و

6.

انو عورش اک یپاک یک ڈی رٹ سیم ثنواکا ک رولاف

ڈی رٹ ردنا ردنا ک ثنم 30 مٹسس دغب نرک لوبق تساوخرد یک یپاک یک رولاف س بناج یک رجات
 اتی درک عورش انرک یپاک وک

7.

انو حوسنم اک یپاک یک ڈی رٹ سیم ثنواکا ک رولاف

30 تل و س ی مٹسس و د تساوخرد یک نرک متخ تل و س یپاک یک ڈی رٹ رولاف بج بترم کی
 اگ درک متخ سیم ثنم

8.

تامولعم س لواح ک عفن ک رولاف روا رجات

ثنبنیکی یک رجات تامولعم روا سی ی و ثیڈ پآ لسلسم تامولعم س لواح ک عفن ک رولاف روا رجات
 سی ی و دوجوم سیم ثنبنیکی یک رولاف روا

9.

انو ٹڈی رٹ اک نشیمک سیم ثنواکا ک رجات

نشپ یرک سبس - لمع راک دوخ کی ان و ٹڈی رٹ سیم ثنواکا ک رجات اک سا روا باسح اک نشیمک

روا سٹال 01 0 یف نشی کم ، ڈیڑھ رپ نشی کم ، اتوں عفن یئووک وک رولاف رگا دب ک نو حوسنم رادموراد اک نشی کم - اگوں عمج سیم ٹنواکا ک رجات روا اگ ئاج ایک ءنم ک ٹنواکا ک رجات عفن نشپیری کسبس ک سورس یپاک سکیراف ک وج { ناصقن لم کم / عفن لم کم } رپ جئاتن یتراجت عمج سیم ٹنواکا ک رجات زور رگا دب ک نو ءنم س ٹنواکا ک رولاف نشی کم یلیڈ - وں اوں سیم یارود تالیطعت زج ی تو

10. انوں چراچ یر / انوں عمج مقر سیم ٹنواکا ک رجات
- ک وج اتکس اورک عمج مقر ئوں ترک لامعتسا وک قیروطیمومع یھب یسک سیم ٹنواکا نپا رجات دب ک نوں لوصو مقر وک ینپمک - ی تکساج یک عیرد ک ایریا ڈروکیس ک ٹئاس بیو یک ینپمک یگ ئاج یدرک ٹڈیرک سیم ٹنواکا ک رجات ی

11. انوں چراچ یر / انوں عمج مقر سیم ٹنواکا ک رولاف
- ک وج اتکس اورک عمج مقر ئوں ترک لامعتسا وک قیروطیمومع یھب یسک سیم ٹنواکا نپا رولاف دب ک نوں لوصو مقر وک ینپمک - ی تکساج یک عیرد ک ایریا ڈروکیس ک ٹئاس بیو یک ینپمک یگ ئاج یدرک ٹڈیرک سیم ٹنواکا ک رولاف ی

12. یئاسرکت تایرامش ک مٹسس یپاک سکیراف
- لماش سیم تایرامش ک مٹسس یپاک سکیراف
1. ینپمک جیپ گنرٹینیام - گنرٹینیام یک سٹنواکا سیم ٹنوبی ک ٹنئالک یک ینپمک اتکسون لقن / سکع اک ٹئاس بیو یک رنٹراپ یسک ک ینپمک ای ٹئاس بیو یک
 2. تامولعم یک یٹوکیا روا سنللیب یک تقو ک ٹیڈ پآ رخآ
 3. زڈیرٹ یلاح یئوگ یک یپاک س ٹنواکا س رجات روا کتبا س نشپیری کسبس
- یئوچلت رولاف ک سی تاج ئک مآرف ئل سا س بناج یک ینپمک تایرامش ک یپاک سکیراف نوں ٹیڈ پآ ک تایرامش ک یھاچ انوں کاردا اک تاب سا وک رولاف روا رجات لاج رگا ب - کس هکر رظن رپ سی تیل تقو اک ٹنھگ 2 ای 1 امومع ک وج ی تکسون ریخت سیم

13. گنزولک راک دوخ یک ڈیڑھ سیم ٹنواکا ک رولاف
1. یراج وت ئاج یئاپ مقر یفاکان ئک ک نرک یپاک یک ڈیڑھ سیم ٹنواکا ک رولاف رگا نشپآ ی سیم ٹنوبی ک ٹنئالک رگا ک بچ اگ ئاج یدرک زولک رپ تمیق دوجوم وک زڈیرٹ سی هکر نپوا وک زڈیرٹ سیم تروص یک نوں یفاکان مقر ک وں یئوگ یک کیچ
 2. یلاح زڈیرٹ یراج وت وں یفاکان مقر ئل ک نید نشی کم وک رجات سیم ٹنواکا ک رولاف رگا یگ یئوچلت زولک رپ تمیق

14. وں رٹسجر رپ مان ک راد تشریبیری ق یسک روا ینپمک ای مان ی کی ٹنواکا اک رولاف روا رجات رگا رپ ٹال یئوگ یک تراجت رگا یگ وں سی ن بایتسد تل وں س یک یپاک سیم سٹنواکا سیا وت وں یئوگ یک ٹیس نشی کم
15. یگ وں سی یپاک سیم ٹنواکا ک رولاف وں یئوچلت زولک یوزج س ج و یک زڈیرٹ فلاحم وج وک زڈیرٹ و
16. مقر یک نشی کم دس ادا رگا ، سی یھب زڈیرٹ میا میا ا یپ وج یل ک زولاف نا ک یپاک سکیراف سی تاج یدرک خوسنم زنشپیری کسبس وت ئاج وں دایز س 5% مک زامک ک مقر یتاذ

7. ابتناس لواح ک ناصقن یلامتجا / ٹنمٹیس رزولک سڈ کسر
1. قفتم س ٹنمٹیس رزولک سڈ کسر رولاف روا رجات عیرد ک چاردنا سیم مٹسس یپاک سکیراف سی ترک رارقا اک نو

2. ل او ناچ یک س بن اچ یک رجات ک ک کاردا لم کم اک تاب سا وک س ا ک اترک رارقا اک تاب سا رولاف ا اتکسو و متخ رپ روط لم کم ا یامرس اک س ا س زڈیرٹ ماکان
3. 6 2 ربن فارگ اری پ ئ گ ئک نایب ل ی ک ک کاردا اک تاب سا وک س ا ک اترک رارقا اک تاب سا رولاف تکسو و فل تخم س تایرامش نیرت زات تایرامش ل او نو و راط ی م مٹس س ی پاک س کی راف قباطم ک ، سن لیب ا اتکسو و یھب ناصقن اڑب یئوک وک رجات س ج وک یک نو و ن ٹیڈ پ آ تایرامش اصوصخ - ی ا ات و راکرد تقو اک سوٹنھگ 2 ای 1 امومع ی م ٹیڈ پ آ ک تامولعم یرسود روا یٹوکی
4. س ریخات ی م نو و ٹیڈ پ آ تایرامش ک یٹوکیا روا سن لیب ، عف ن ک اترک رارقا اک تاب سا رولاف تامولعم ی ل او نو و راط ی م مٹن بیک یک رولاف ک اترک رارقا اک تاب سا رولاف - ا اتآ مزال ک سرکیا باسح اک عف ن ک زڈیرٹ یئوگ یک ی پاک بن اچ یک رولاف ک وچ ی ی اتکسو و فل تخم س تامولعم ن ا نو و یئوگ یک لامعتسا ئل ک ناگل
5. ٹنم 15 ریخات ی م نرک س سارپ رڈ آ یئوک اک مٹس س ک ی اترک رارقا اک تاب سا رجات روا رولاف تروص یک ل لئسم لکی نیکیٹ س بن اچ یک ی نپم ک - ا اتکسو و ناصقن س سا روا ی اتکسو و دای س رپ تس اوخرد یک نرک حوسنم ای لصاح تل و س ک یترک ی ی ن م ارف تنامض یک تاب سا ی نپم ک ی م اک تاب سا ل ج رجات روا رولاف گ نو و ٹیڈ پ آ تقورب تایرامش ک ی پاک س کی راف ای اگ و لمع تقورب ترک لوبق یھب وک کسرک لسنم ک ریخات سا ی م مٹس س ی پاک س کی راف ی ی و ی تھکر کاردا ا اتکسو و ناصقن اک رولاف ای رجات س ج وک یک سچ ک ی