

# आत्महत्या





# आत्महत्या

Bangani  
uttarkashi, uttrakhand, india

For permission to reuse, contact the copyright holder.

Big book in Bangani language  
Community based Book

प्रकाशण:-  
NLCI  
बंगाणी मसी समिति समू

## दो बात

यह किताब बंगाणी भाषा में बनायी गयी है। इस किताब में एक कहानी है जिसे 10-12 पेजों में बनाया गया है और हर पेज में लगभग 2-3 वाक्य है। इस किताब में हर एक वाक्य के अनुसार चित्र भी डाला गया है। इन चित्रों के आधार से पढ़ने वाला कहानी बता सकता है और पढ़ाने वाला कहानी सुना सकता है। इस पुस्तक का उपयोग साक्षरता कार्यक्रम में किया जाता है। यह किताब बढ़े ही आसान और बहुत ही कम शब्दों में और बहुत सरल रीति से बनायी गयी है। ताकि जो लोग पढ़ने की शुरूआती स्तर में हैं वह आसानी से इस कहानी को अपनी अपनी मातृ-भाषा में पढ़के आसानी से समझ सकें और अपनी मातृ-भाषा में पढ़ने और लिखने का प्रयास कर सकें।

॥धन्यवाद ॥



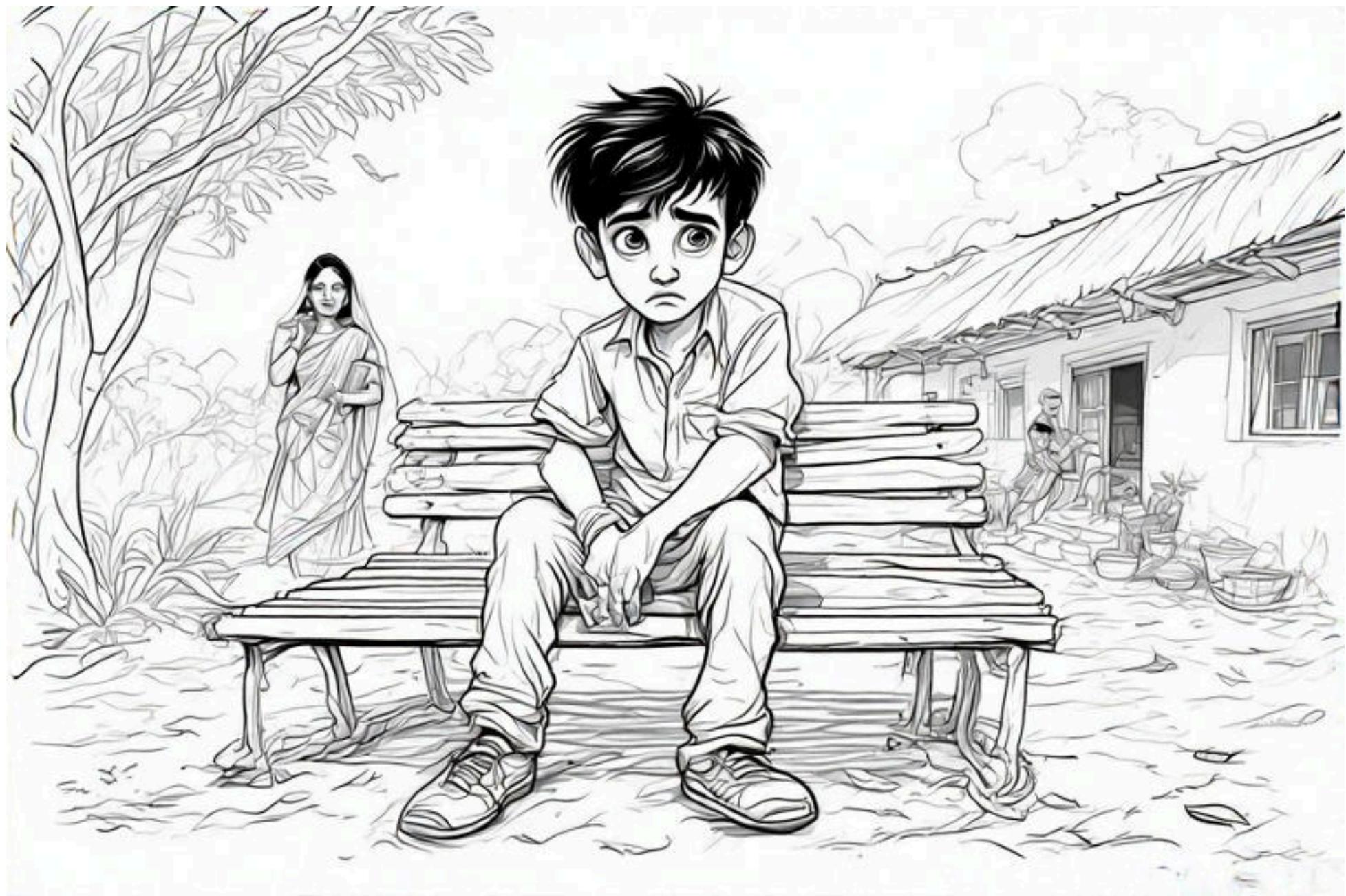
एक गाउँ दि आरब नौऊँ रै एक 17  
साल रै लौड़कौ आपडै आमा पापा रै  
साथै रैयै थौ। सेउ पौड़ने दि काफी तेज़  
थौ। पर कुछु दूस बासियै एशौ उवौ  
कि तेसरौ ज़िउ पौड़ाइ दि ना रै थौ  
लाग्दै लागी।



आरब रै आमा पापाइ सेउ देखौ कि सेउ  
काफी दूस कौइ उदास औज़ि बौरी  
चिन्ता दी। तिउँ सुँचौ कि शाइद एज़ि  
उमर दि एशौइ उवौ औलौ एज़ि बौज़ै  
कौइ तिउँ सेउ नजरअंदाज कियौ।



इस्कुलोदि बी आरबेइ तेसरै कुछ दोस्त  
तेस पौरेशान कौरेण थे। सेउ तेसरै बारे  
दि कासिउँ रै साथै ना बोलै थौ।  
केलाकि सेउ बोलणेखि हिचकिचा थौ।



आराम आराम कौइ आरब आपडै दोस्तु

कौइ दुरै रौन्दे लागै, सेउ आपरिख  
एखुलिया मैसूस कौरे थौ। एजि बौजै  
कौइ सेउ बौरी पैरेशान रौन्दे लागौ।



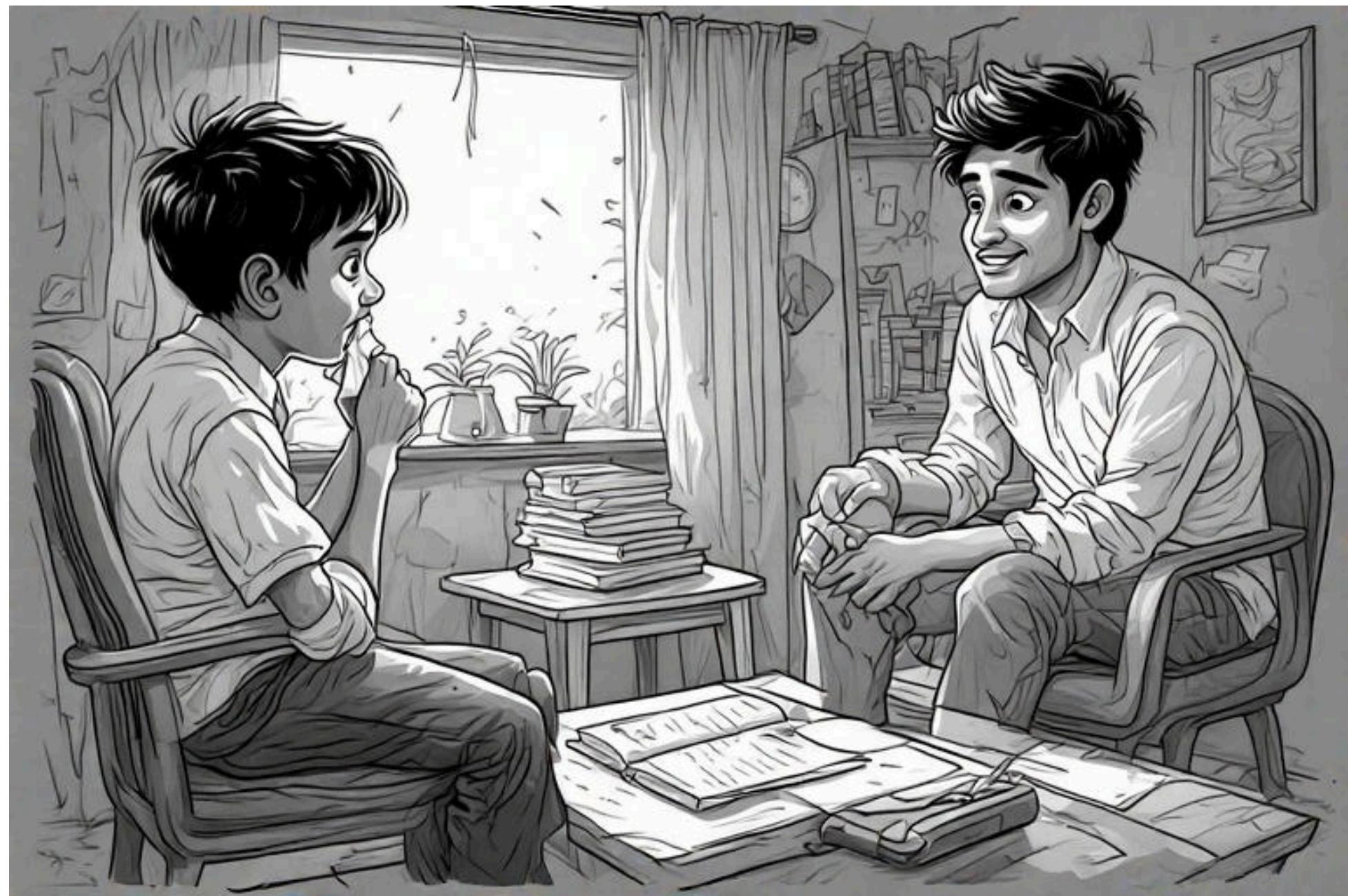
एक दूस आरबेड सुँचौ कि ईं सौमस्या रौ  
एवै कोइ समादान ना औई सौकदौ। एजि  
बौजै कोइ तिणी आत्महत्या कोरणे रे  
बारेदि सुँचौ।



सेउ एशौ सुँचदेइ रौ थौ लागी, तेसरी  
छोटी बौइणिएइ तेसदि कुछ बौदलाव  
देखौ, तिंयै तेत्राइ आपडे आमा पापा कै  
तेसरी जानकारी देणी ।



तेसरै आमा पापाइ तेत्राइ आरब कौइ  
बात कि औज़ि तेसरी बावनाइ  
सौमजुणेरी कौशिश कौरदै लागै। औज़ि  
बोल्दै लागै कि आमै सौदाइं तेरेइ  
साथै।



तिउँ आरब एक मनोवैज्ञानिक कौइ  
मिलणेखि बोलौ। आरब तेसारी आपडी  
सौमस्याउँ रै बारेदि सारी बुशै बोली  
देणी।



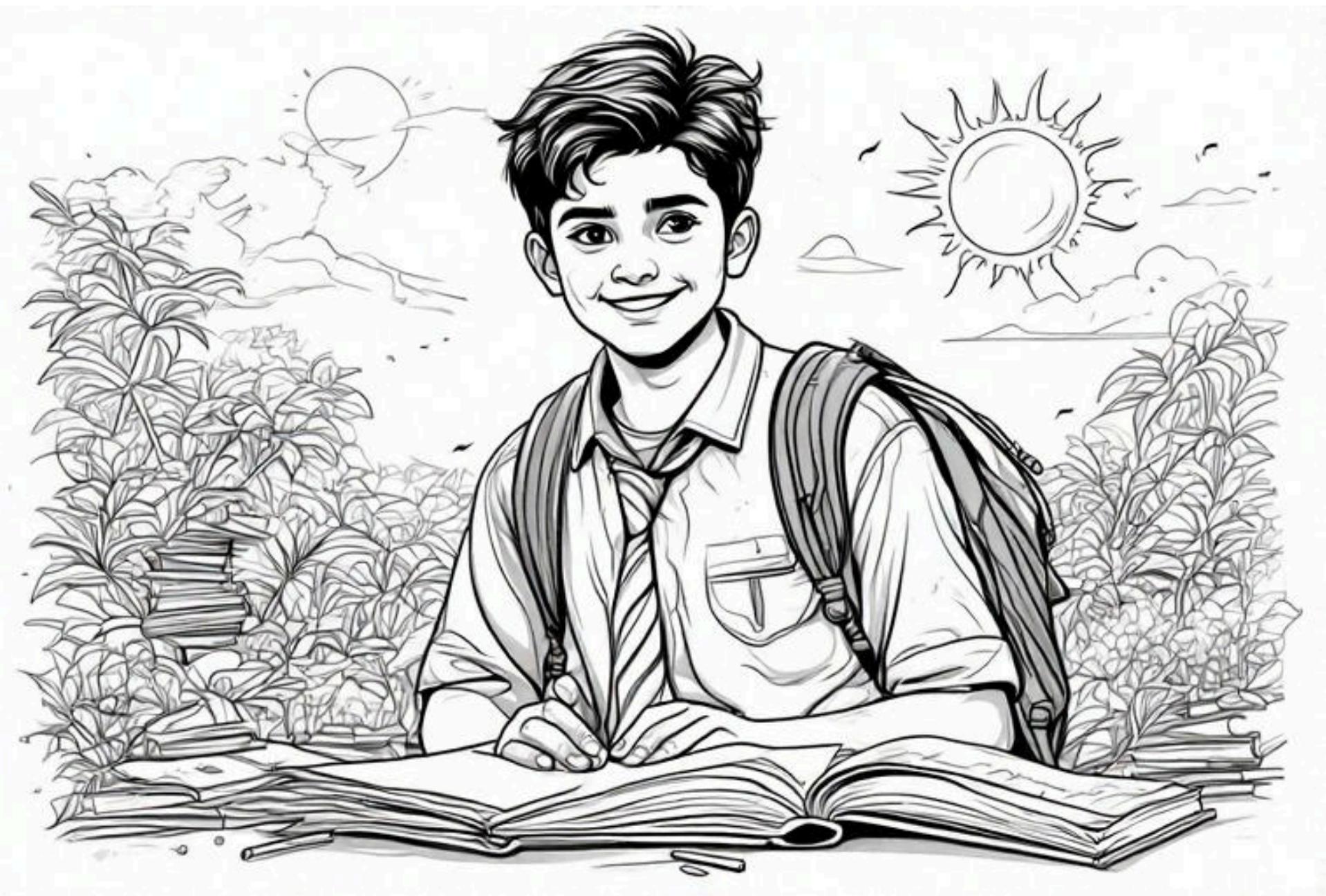
मनोवैज्ञानिकेह आरब कै सकारात्मक  
सोच औज़ि तनाव प्रबंद्न रै बारेद दि  
शिकाओ। एज़ि बौज़े कौइ आरब दि  
आराम आराम कौइ सुदार औन्दै लागौ।



आरबेइ आपडै आमा पापा औज़ि  
आपडै दोस्तु आरी आपडौ अनुबव रै  
अबरेदि बोलौ। तिणी एशौ मैसूस कियौ  
कि बुशै लाणै कौइ मन औळखौ औयै।



ਗਾਉਂ ਦਿ ਮਾਨਸਿਕ ਸ਼ਵਾਸਥਿ ਖਿ  
ਜਾਗਰੂਕਤਾ ਬੌਡਾਣੇਖਿ ਏਕ ਬੈਠਕ  
ਬੋਲਾਈ। ਤਿੰਨਾਂ ਲੋਗੁ ਸ਼ਿਕਾਂ ਕਿ  
ਮਾਨਸਿਕ ਸੌਮਲਾਉਂ ਰੈ ਸੰਕੇਤੁਂ ਕੇਵੈਂ  
ਪੈਰਿਧਾਣੀ ਸੌਕਿਣ ।



आरब ऐवै आपड़ी ज़िन्दगी बौद्धिया  
कौइ जिन्दे लागौ। तिणी एशौ सुँचौ कि  
ज़िन्दगी दि सौमस्या आन्दु रायै। पर  
तेसरौ सौमादान बी औस्ती।

## सवाल

सवाल : - जौ तुमारै दोस्त या कोइ पौरिबार वाळौ उदास या  
चिन्ता रै लक्षण दिशैण तै तुमै तेसखि का कौरैण?

सवाल : - जौ तुमु इस्कुलेदि या सौमाज दि केज़ि बी मानसिक  
या भावनात्मक पौरेशानी औयै, तै तुमै तेसखि का कौरैण?

सवाल :- ईं कांङ्णी कौइ तुमु आत्महत्या रोकणै औज़ि मानसिक  
स्वास्थ्य सुदारणेखि ज़ौरूरी बुशै का शिकी?

## For the Teacher

This Big Book is designed to be used for two weeks. It promotes enjoyment of storybooks, development of vocabulary, the skills of prediction, sequencing and main idea, and the understanding that books are made up of words.

On **Monday**, the teacher

- shows everyone the cover of the book
- reads the title, while moving a finger under it
- turns to the first page, and discusses the picture (asks the children to predict what will happen)
- reads the text on the first page, fluently (not slowly), and
- asks the children what they think they will see on each page. (The teacher is the only one “reading.”)

On **Tuesday**, the teacher

- shows everyone the book, and
- reads the story again, following the words with a finger, without as much discussion of the pictures.

On **Wednesday**, the teacher

- invites children to join in with “reading” when the story comes to parts which are familiar to them
- shows a flashcard from the story and tells the class what the card says, and
- invites children to find the same word in the storybook (or to match the card with the word in the book to see if it is the same)

On **Thursday**, the teacher

- points smoothly to the words in the story and lets some volunteers “read” a page, if they can remember the story by now, and
- lets the children match the flashcards to the words in the story.

On **Friday**, the children

- act out (dramatize) the story as others help the teacher “read” it.



यह किताब NLCI के द्वारा तैयार की गई है।

हम मात्रभाषा में साक्षरता कार्यक्रम करते हैं। जिसके अन्तर्गत हम अपने क्षेत्र में अलग अलग भागों में शिक्षा देते हैं। जिसमें हमारा उद्देश्य यह है कि, हमारे क्षेत्र के असाक्षर लोग और बच्चे साक्षर हो सकें।

और पढ़ लिख कर अपने समाज का विकास कर सकें।

हम जानते हैं कि हमारे क्षेत्र के अधिकतम लोग बोल-चाल में हो या काम-काज में हर स्थान पर अपनी मात्रभाषा का उपयोग करते हैं। इसलिए हम अपने क्षेत्र के लोगों के लिए जो भी पाठ्य सामग्री तैयार करते हैं। उसे उन्हीं की मात्रभाषा में तैयार करते हैं। जिससे उन्हें पढ़ने और लिखने में आसानी हो और वो जल्दी ही पढ़ना और लिखना सीख सकें।

हम अपनी संस्था में साक्षरता के द्वारा मात्रभाषा में वयस्क शिक्षक ही नहीं चलाते बल्कि, अपने क्षेत्र में पढ़े-लिखे लोगों के लिये तथा बच्चों के लिये भी अलग-अलग तरह की पाठ्य सामग्री भी उन्हीं की मात्रभाषा में उपलब्द कराते हैं। जिससे की बच्चे अपने बचपन से ही अपनी मात्रभाषा को महत्व दें जिससे हमारी भाषा लुप्त ना हो। हम प्रार्थना करते हैं कि हमारे क्षेत्र के सभी लोग पढ़ लिख सकें और हमारे क्षेत्र का और अधिक विकास हो सकें।

,,,,,,,,, धन्यवाद ,,,,,,,

