

Nk= , oa Nk=kvka ea ; ksu f'k{kk tkx: drk dk egRo

tdhy vgen
, e0, 0]uW/(t0vkj0, Q)

i Lrkouk & l ekt ds fuekzk , oa 0; fä ds mRFkku ea f'k{kk dk egRo iw kZ ; kxnku gkrk gA vkt orëku ifjLFkfr; ka dk voykdu dja rks ge ns[krs gä fd vkt ekuo eW; udkj kRed fn'kk dh vkj mled[k gks x; s gA ; pk ih<h ij ik'pkR; ns kka dk c<+jgk i Hkko ; ksu l a/kh eW; ka ea fxjkoV yk jgk gA ; ksu f'k{kk dk Kku mruk gh vko'; d g\$ ftruk fd nit js fo"K; ka dk Kku gkuk vko'; d gA gekjs ns'k ea fo|ky; ka , oa dKlyst rd ea ; ksu f'k{kk ds ckjs ea ugha crk; k tkrk g\$ ftl ds ifj.kkeLo: i ; ksu f'k{kk l s tMh Hkkr; k; ; ksu l a/kh v'kfo'okl vkj bl l s tMh dbZ l eL; k, a mRi é gkrh gA ijEijxR : i l s gekjh l aNfr ea fd'kkg ka dks ; ksu l a/kka ds ckjs ea tkudkjh ugha nh tkrh g\$ okLro ea bl eqs ij ckr djuk Hkh oftr ekuk tkrk g\$ ykx ekurs gä fd 'kknh l s igys ; ksu f0; kvka ds ckjs ea tkuuk t: jh ugha gkrk g\$ yfdu l e; cnyus ds l kFk gh ; ksu l a/kka dks ydij /kkj.kk Hkh cny tkrh gA WH.O. ds vuq kj 12 o"Kz vkj ml l s vf/kd mez ds cPpka ij ; ksu f'k{kk nh tkuh vfuok; l gA , d vkadMs ds vuq kj , p- vkbZ oh- l 0fer 0; fä; ka ea l s 34 ifr'kr 1 l s 19 vk; qoxl ds gA

'kCndks'k & WH.O. , ; ksu f'k{kk ijEijxR] Hkkr; k; v'kfo'okl] ih<h] ik'pkR; mRFkku] mled[kA

Nk= , oa Nk=kvka dks ; ksu f'k{kk dh vko'; drk & 0; fä ds 'kjhj dh ; ksu l j puk] ; ksu f0; k, j ; ksu iztuu] 'kjhj ea gkus okys gkekuy cnyko] l j f{kr ; ksu l a/kk] i xud h] egkokjh vkj cFkZ dA/ky ds ckjs ea cPpka vkj fd'kkg yMed&yMfd; ka dks crkuk ; ksu f'k{kk dgykrk gA ; ksu f'k{kk , d , d h i kd s g\$ ftl ea Ldhy ea Vhpj vkj ?kj ea ekr&fir k c<rs cPpka dks ; ksu l a/kh tkudkjh nrs gä rkd og viuh ; ksu f0; k djch fj'rs vkj ; ksu igpku ds ckjs ea tku l dA ; g f0; k cPpka dks ; ksu l a/kka ds ifr , d vPNh l e> i shk djrh g\$ ftl l s Hkfo"; ea os ; ksu l a/f/kr QS ys yus ea l {ke gkrs gA

; ksu f'k{kk dkOh dkj . kka l s egRo iw kZ g\$ t\$ s & fd'kkg koLFk ds l e; fd'kkg ka dks 'kkjhfd : i l s vius 'kjhj ea gkus okys ifjorZka dks tkuuk pkfg, A ; g dby l gh ; ksu f'k{kk inku djus l s l Hko gks l drk gA xHkzLFkk] ; ksu l pkfjr jks ¼, l VhMh½ vkj ekuo bE; wks ok; j l ¼, pvkbbh½ ds ckjs ea tkx: drk ykus ds fy, ; ksu f'k{kk dh vko'; drk g\$ rkd ; pk vf/kd ftEenkj cu l dA vkj ; ksu ds l Ecl/k cgrj fu.kz ys l dA fo|kFkz ka dks ; ksu f'k{kk ds ckjs ea fl [kkuk Hkh egRo iw kZ gA; ksu f'k{kk ds }kj k cPpka ea xM Vp vkj cM Vp igpkuus dh l e> dk fodkl gkrk gA Nk=ka dks

Ldny ea ; ksu f'k{kk nus l s muds Åij xgjk i Hkko i Mfk gs vksj mlga ; ksu l eL; kvka dh folrñr tkudkjñ i klr gkrñ gA

Hkkjr ea D; ka t: jh gs ; ksu f'k{kk &Hkkjrñ; l ekt eñ ; ksu tkx: drk i ñk djus ds fy, l koztfud LFkkuka ds ctk; ?kj ds vñj l Dl ij ppkz dh tkrñ gs o"KZ 1994 ea tul a[; k vksj fodkl ij l a ã jk"Vª vñjkZVh; l Eesyu ¼vkbZ hi hMh½ ea Hkkjr ds fd'kksj vksj ; ðkvka ds ; ksu iztuu vf/kdkjka dh i f"V dh xbZ FkhA l Eesyu ea ; g l e>k; k x; k Fkk fd fd'kksj kolLFkk vksj ; ðkvka ds fy, muds fyaxHkn vksj iztuu l s l ãf/kr l Hkh ekeyka ij eã : i l s fu.kz yus ea l {ke cukus grq mlga fyaxHkn ij 0; ki d f'k{kk dh vko'; drk gkrñ gs bl fy, vkbZ l h-i-h-Mh- , tMk ds rgr muds }kjk fd; s x; s oknka dks ij jk djus grq l jdkj fd'kksjka vksj ; ðkvka ds fy, eñr vksj vfuok; Z 0; ki d yfxd f'k{kk inku djus ds fy, Ldnyka dks ck/; dj jgh gA 2007 ea Hkkjr l jdkj us fd'kksj f'k{kk dk; Z ¼, -bZi h-½ dh 'kq vkr dhA gkykfid dbZ fojkskka vksj ekj y i fñl us bl dk; Døe ds i d j . k dks ^vuq ; ã* Bgjk; k Fkk vksj bl dk; Døe dks vf/kdkk jkT; ka ea i frcf/kr dj fn; k x; k Fkka ; ga rd fd udkjRed l f[kz ka ds ckn Hkh ; g dk; Døe mfpr dk; kZo; u ds fcuk pñunk l jdkjh@futh Ldnyka ea , bZ h vf'd'kksj f'k{kk dk; DøeZ 'kq fd; k x; k Fkka bl dk; Døe ea ckMh best] fgd k vksj nñ; }gkj] fyax vksj fyaxHkn ; ksu jksx tñ s l ãnu'khy eñka dks 'kkfey fd; k x; k Fkka

l w/y ckMZ vkñD l ãMjh , tpsku ¼l h-ch-, l -bZ½ us 2005 ea , d ifji= tkjh fd; k Fkk] fd'kksj kolLFkk iztuu vksj ; ksu LokLF; f'k{kk ¼, -vkj-, l -, p-½ i kstDV uked , d dk; Døe dk vk; kstu fd; k x; k Fkka dñæ l jdkj us bl s 2006 ea tkjh fd; k vksj rc l s dbZ jkT; ka us viuh vko'; drkva ds vuq kj dk; Døe ea FkkMk cnyko ds bl s ykxw fd; k gA Hkkjr ea ; g izu cuk gq/k gs fd D; k ge ml fclnq rd i gpp x, gñ tgg; ge vktkñ ds fcuk fdl h 'kez ds ; g 'kcn dksy l drs gA nñkkZ; l } vf/kdkk fo |ky; ka ea vkt Hkh ; ksu f'k{kk dny tyh; tarq ; k tkuojka ds mnkgj . kka rd gh l hfer gA tc ckr Nk=ka ds e/; ekuo ; ksu l s l ãf/kr v/; ; u dh vkrñ gs rks f'k{kd ml s crkus ea l ãkp djrs gñ vksj l Ei w kZ tkudkjñ ds ctk; cgr de tkudkjñ Nk=ka dks inku djrs gñ dñ Ldny gh ; ksu f'k{kk ds uke ij LokLF; vksj LoPNrk ij odZ kñw dk vk; kstu dj jgs gA ; ksu f'k{kk dk mñs ; & ; ksu f'k{kk ds fuEu mñs ; gA

- ; ksu xka dh l j puk , oa dk; Z l s voxr dj kuka
- ; ksu l Ecañh jksx o muds mi pkj ka dk Kku nuka
- lktuu fØ; k dk egRo l e>kuka
- अनैतिक तथा आप्रकृतिक यौन-कार्यो के दुष्परिणामों से अवगत कराना।

- vktou ; k& LokLF; dks etar vk/kkj cuk, a vks ; g l lko gkrk gsfdl h dh igpku] fj' rka vks vrjark ds ckjs ea l puk vks nf"Vdks k] eku; rkvka vks eW; ka ds ckjs ea tkudkj h i klr djda
- fo'o LokLF; l xBu }kjk i fjHkkf"kr fd; k x; k gsf d ; k& LokLF; dks u doy jks ; k , d nqyrk gsf cyd ; k&LokLF; dk l cak 'kkjhjd HkkoukRed] ekufi drk vks l keftd dY; k.k ds : i ea Hkh ekuk tkrk gA
- ; pkoLFk ea i dsk ds dkj.k ; pk vius 'kkjhjd fodkl vks vius 0; ogkj ea cnykoka dk vutko djrs g vkerk ij] fd'kkj koLFk 12&19 o"nz ds nks ku bl l Ecl/k ea f'k{kk dk i ko/kku , d egRo i k ; ä ga

Hkkjr ea l ekt dh cnyrh xfr'khyrk dks /; ku ea j [krs gq] Hkkjr us jk"Vh; f'k{kk uhfr dks o"nz 2016 ea ykxw fd; k Fkk] tks fd'kkj ka ds fy, Lohyka ea ; k& f'k{kk ds egRo dks l g {kk mi k; ka ds : i ea Lohdkj djrk gA l e; vk ppk gsf d f'k{koka }kjk fd'kkj ka dks ; k& f'k{kk dh mfpr tkudkj h nh tk, A D; kfd ; k& l cak cukus ds fy, vk/kh&v/kjh tkudkj h [krjukd gks l drh gsf vks fd'kkj ka dks tkx: d vks rsk jguk cgrj gA

; k& f'k{kk dk egRo &vKku l s foNr dksny c<rk gsf vks Kku l s foNr dksny de gkrk gA bl i ä ds l UnHkz ea ge ; k& f'k{kk ds egRo dks l e> l drs gA vkt l ekt dks l fjfLFkr; ka vks fd'kkj ka dks l gh exh'kz dh ryk'k dks n[krs gq ; k& f'k{kk dh t: jr egl l gkrh gA vkt l s 100 l ky igys dh ckr djars igys ds fjokt ds epkfd yMd&yMfd; ka 15&16 ; k 14&15 o"nz dh vk; q ea fookg cak ea cak tkrs FkA bl fy, 'kkjhjd fodkl ds ckn dN gNrka ; k dN o"nz rd gh l keftd fu; eka dh i kanih jgrh FkA vc ; pkvka ea 30 dh mez rd 'kknh gkrh gsf ij l keftd vadk ds fu; e os s gh cus gq g dN gNrka ds fy, rks , s s fu; eka dk ikyu fd; k tk l drk gsf yfdu 15 l ky rd , s s fu; eka dk ikyu djuk vl lko gsf; gh otg gsf d vupkgs xHkz , Mf ts h egkekjh vks cykRdkj ds idj.k gekjs nsk ea T; knk gA

gea ; g Lohdkj djuk gskx fd vc cgrj LokLF; vks i ksk.k ds dkj.k o; l f/k dh vk; q igys l s cgr de gks xbz gA ifji Dork Hkh vc tYnh vk tkrh gA 11 l s 13 o"nz ds fd'kkj vc ifji Do gks tkrs gA bl ds vykok vc pkjka rjQ ehfM; k ds dkj.k mihi u Hkh fn [kkbz nrk gsf rks tgg; , d vks fookg vf/kd mez ea gks jgs g ogha okrkoj.k Hkkoukva dks txkus okyk gA tc gkjkdl 'kjhj ea dkePNk dks c<kok nks rks bl rjg ds l cak Hkh cuA bl l e; dh l keftd vks tfod l eL; kvka

dk l ek/kku ; k&u f'k{kk ds ek/; e l s gks l drk gs tc fd'kksj vksj ; pk [kq dks dkePNk vksj l keftd eW; ka ds iKVka ds chp i krs gs rks fuf'pr : i l s cgd l drs gs , d s ea os dBr vksj i j's kku Hkh jgrs gs fcuk fd l h ekxh'k&u ds os xyr fn'kk ea vksx c<+ l drs gs vksj bl fy, mlga l gh l e> nuk cgr vko' ; d g&

fd'kksj ka ea ; k&u f'k{kk tkx: drk grq l pko &

- vfHkHkkod vi us ckydka ds fy; s ifjokj dks vf/kd l e; inku dja rFkk f'k{kd vi us Nk=&Nk=kvka dks i; k&r l e; inku dja
- fo | kFFkz ka ea ; k&u f'k{kk ds ifr tkx: drk c<kus ds fy, mi ; p& f'k{k.k fof/k; ka dh [kkst dh vko' ; drk g&
- ; k&u f'k{kk dh l eL; kvka l s Np/dkj ikus ds fy, fo | kFFkz ka dk , d k ekgsy gkuk pkfg, ftl ea og f'k{kdkal s rFkk vi us ifjokj tu l s vkl kuh l s ckr dj l d&
- ; k&u f'k{kk dh fo"k; oLrq dks bl idkj r& kj djuk pkfg, ftl l s fo | kFFkz ka dks ; k&u f'k{kk ds ckjs ea vkl kuh l s l e> ea vk tk; &
- fo | ky; Lrj ij ; k&u f'k{kk nh tk, ftl l s cPpka ea tkx: drk dk fodkl gks l ds vksj cPps ekuf l d ruko l s Hkh nij jg l d&
- ; k&u 'ksyh l s t&h chekfj; ka ds ckjs ea tkuus ds fy, Ldnyh Nk=ka dh fu; fer tkp o ; k&u f'k{kk dk iR; d ; k&stuk ea l Ec&k gkuk pkfg; &

fu"d"kl & mijka l kjkd ds vk/kkj ij dg l drs gs fd ; k&u f'k{kk Nk= rFkk Nk=kvka rFkk fd'kksj ka ds fy, vR; r vko' ; d gs ; k&u f'k{kk l s mlga l gh l e; ij vol j j [kuk pkfg, ftl l s mudk 'kkj hfj d] ekuf l d rFkk l keftd fodkl gks l d& l ekt ea gks jgs ndi fj . kkeka ¼, M+] cykRdkj rFkk efgyk ds xHkkzkkj . k& l s de fd; k tk l d& ; g l ekt dks dg hfr; ka l s cpkdj Nk=&Nk=kvka ds Hkfo"; dks l qkkjk tk l drk g&

l UnHk&

vj k&Mk idt % fo | ky; ka ea ; k&u f'k{kk&

'keZ vkj- , - & 'f'k{kk vuq 'dkku*] ej B] yky cpd fMi ka

HkVukxj] MKW vkj- i- , oa HkVukxj feuk{kh & 'f'k{kk vuq 'dkku*] ej B] yky cpd fMi ka

<k&<; ky , oa QkVd & ^ k&f{kd vuq 'dkku dk fof/k 'kkL=*] t; ij & jktLFkku fgnh x&k vdkneh&

i k. Ms jke'kpy & f'k{kk eukfoKku*] vkj- yky cpd fMi ks
MKW of'k"B & fo |ky; l xBu , oa Hkkj rh; f'k{kk dh l eL; k, ā
MKW dkBjh i dk'k & ^; k s f'k{kk l s feyxh fd'kkj ka dks l gh j kg*
ww.w. healthunben.com/yam.

<https://education-biogspot.com/2020/sex>