

गोपियापार फाउंडेशन

गोपियापार,कप्तानगंज-बस्ती(उ.प्र)272131

वार्षिक प्रगति रिपोर्ट

वर्ष 2024-2025

कार्य प्रगति - ट्रस्ट गोपियापार फाउंडेशन,गोपियापार कप्तानगंज-बस्ती द्वारा वर्ष 2024-25 में शिक्षा,स्वास्थ्य,पर्यावरण,रोजगार प्रशिक्षण, साक्षरता,बाल कल्याण, कार्यक्रम, महिला एवं बल विकास कार्यक्रम,उपभोक्ता जागरूकता कार्यक्रम ,नशा मुक्ति कार्यक्रम (नशीली दवाओं के हानिकारक प्रभावों के बारे में लोगों को जागरूक करना), सामाजिक न्याय के पुरोधा / महापुरुषों एवं संतो के जन्मदिन एवं पुण्यतिथि मनाना सड़क सुरक्षा संबंधी नियमों का पालन करने के लिए जागरूक करना ,बाल श्रम उन्मूलन ले लिए कार्य करना जैसे होटल ,ढाबों ,दुकानों ,घरों में नाबालिक बच्चों से काम करवाने वालों को समझाना एवं उसकी सूचना पुलिस,मानवाधिकार ,श्रम कल्याण बोर्ड को देना ,पेयजल स्वच्छता कार्यक्रम , चप्पल वितरण कार्यक्रम, सरकार को सहयोग , तथा ग्रामीण क्षेत्रों में अनेक महत्वपूर्ण कार्य किये गये जो निम्नलिखित हैं -----



महात्मा ज्योतिबा फुले के जन्मदिन पर निबन्ध प्रतियोगिता

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित निबंध प्रतियोगिता एक सफल आयोजन साबित हुआ। इस प्रतियोगिता में कप्तानगंज बस्ती के रिपब्लिक स्कूल के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया और महात्मा ज्योतिबा फुले जी के जीवन और उनके कार्यों पर निबंध लिखे।

महात्मा ज्योतिबा फुले जी एक महान समाज सुधारक थे जिन्होंने महिलाओं और दलितों के अधिकारों के लिए संघर्ष किया। उन्होंने शिक्षा के क्षेत्र में भी महत्वपूर्ण योगदान दिया और महिलाओं के लिए पहली स्कूल की स्थापना की।

निबंध प्रतियोगिता के दौरान, छात्र-छात्राओं ने महात्मा ज्योतिबा फुले जी के जीवन और उनके कार्यों के बारे में विस्तार से लिखा। उन्होंने उनके संघर्षों और उनकी उपलब्धियों को याद किया और उनके आदर्शों को अपनाने का संकल्प लिया।

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के अध्यक्ष सुनील कुमार ने इस अवसर पर कहा, "महात्मा ज्योतिबा फुले जी एक महान व्यक्ति थे जिन्होंने समाज में वंचितों और दलितों के अधिकारों के लिए संघर्ष किया। हमें उनके आदर्शों को अपनाना चाहिए और समाज में सकारात्मक परिवर्तन लाने के लिए काम करना चाहिए।"

निबंध प्रतियोगिता के विजेताओं को विद्यालय के प्रबंधक श्री अनिल तिवारी जी एवं संस्था के अध्यक्ष सुनील कुमार के द्वारा पुरस्कार और प्रमाण पत्र दिए गए। यह कार्यक्रम एक सफल

आयोजन साबित हुआ और छात्र-छात्राओं को महात्मा ज्योतिबा फुले जी के आदर्शों को अपनाने के लिए प्रेरित किया।



पर्यावरण के क्षेत्र में- ट्रस्ट द्वारा पर्यावरण के क्षेत्र में महत्वपूर्ण कार्य किये गये/ ट्रस्ट के माध्यम से लोगो को यह समझाया गया कि पर्यावरण एक ऐसा उपहार है जिसे बहुत अधिक पोषण की आवश्यकता है। पर्यावरण वह परिवेश है जिसमें हम रहते हैं। इसमें जैविक और अजैविक दोनों तत्व होते हैं। मानव के शांतिपूर्ण और स्वस्थ अस्तित्व के लिए स्वच्छ पर्यावरण आवश्यक है। मानवीय गतिविधियाँ पर्यावरण पर नकारात्मक प्रभाव डालती हैं। इसलिए हमें अपने आस -पास जितना हो सके उतने पेड़ लगाने चाहिए और हमारे द्वारा पर्यावरण को हरा -भरा रखने के लिए जगह - जगह पर पेड़ लगवाया गया और पेड़ों को काटने पर रोक और अधिक से अधिक लगाने पर चर्चा भी की गयी ।/ प्रचार प्रसार के माध्यम से पर्यावरण प्रदुषण से होने वाले घातक परिणामों से अवगत कराया गया एवं उसके रोकथाम के लिये विभिन्न कारगर कदम उठाये गये । गोपियापार फाउंडेशन द्वारा पौधरोपण सार्वजनिक स्थलों पर ट्रस्ट के द्वारा किया गया तथा पर्यावरण संरक्षण पर बल दिया गया ।



शिक्षा / साक्षरता के क्षेत्र में - भारत सरकार की योजना के अंतर्गत ट्रस्ट द्वारा वर्ष 2023-24 में साक्षरता कार्यक्रम को बढ़ावा देने के उद्देश्य से निः शुल्क स्कूल बैग ,ड्रेस ,कापी-किताब ,पेन ,जामेट्री बॉक्स का वितरण किया गया । शिक्षा की गुणवत्ता में सुधार लाने के लिए हर घर में जाकर अभिभावकों और बच्चों को प्रेरित किया गया अपने बच्चों को शिक्षा प्रदान करने के लिए उन्हें बताया गया कि शिक्षित होना कितना जरूरी है अपनी लड़कियों को पढ़ाना कितना जरूरी है शिक्षा में नवचार को बढ़ावा दिया गया/ गोपियापार फाउंडेशन समुदाय को शिक्षित करने के लिए कार्य कर रही है वंचित बच्चों को शिक्षा प्रदान करने में उनका पूरा सहयोग कर रही है नए शिक्षण तरीकों को विकसित और उनका प्रसार कर रही है /



महिला एवं बाल विकास कार्यक्रम- महिलाओं की सुरक्षा और कल्याण के लिए बनाई गई सरकारी योजनाएं महिलाओं की सुरक्षा, संरक्षा और सशक्तिकरण के लिए कई योजनाएं शुरू की हैं, जिनमें "मिशन शक्ति" नामक एक अम्ब्रेला योजना भी शामिल है। जिसके बारे में लोगो को बताया गया जिससे उनकी मदद हो सके ट्रस्ट द्वारा हर संभव प्रयास किया गया जिसके अंतर्गत गर्भवती महिलाओं को उचित सलाह तथा बच्चों के भरण पोषण तथा स्वास्थ्य के देखभाल के लिए जानकारी प्रदान की गयी साथ ही कुपोषण एवं अन्य बीमारियों से बचाव, नियमित टीकाकरण आदि के बारे महिलाओं को जानकारी दी गयी / बच्चो को कैसे बचाया जा सकता है इन् सब के बारे में बताया गया जिससे मृत्यु - दर को कम किया जा सके / महिलाओं को सरकार के माध्यम से चलायी गयी सभी योजनाओं के बारे में प्रकाश डाला गया ।



सांस्कृतिक कार्यक्रम - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा गणतंत्र दिवस को आयोजित सांस्कृतिक कार्यक्रम एक महत्वपूर्ण आयोजन था, जिसमें विभिन्न सांस्कृतिक गतिविधियों का आयोजन किया गया था। इस कार्यक्रम में ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों ने भाग लिया और अपने विचारों को साझा किया तथा लोक गायन, लोक नृत्य आदि शामिल थे। इन कार्यक्रमों ने उपस्थित लोगों को बहुत प्रभावित किया और उन्हें अपनी संस्कृति के बारे में जानने का अवसर प्रदान किया। इस कार्यक्रम में अध्यक्ष सुनील कुमार ने धन्यवाद ज्ञापित किया और सभी अतिथियों को गणतंत्र दिवस की बधाई के साथ-साथ प्रशस्ति पत्र, अंगवस्त्र एवं उपहार भी दिया गया। सम्मानित होने वाले अतिथिगण राजेंद्र नाथ तिवारी अध्यक्ष जिला सहकारी बैंक, सुरेन्द्र प्रसाद प्रभारी थाना अध्यक्ष दुबौलिया, पवन कसौधन पूर्व अध्यक्ष भाजपा, राम शंकर यादव पूर्व प्रमुख कप्तानगंज, गौरव त्रिपाठी प्रबंधक, उमेश श्रीवास्तव, समरेश सकसेना, आलोक यादव, राजेश उपाध्याय, विनोद कुमार, दुर्गावती जी, निजामुद्दीन, प्रमोद श्रीवास्तव, प्रतिभा द्विवेदी, जाकिर अली, अफसर अली, ओम सिंह, सरोज बाला सोनी, सुरेन्द्र यादव, दिलीप कुमार,

लक्ष्मी देवी, मोहम्मद मुस्ताक, अमित राय कन्नौजिया, राजकुमार यादव, शारदा देवी, शिल्पा यादव रहे ।



अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस कार्यक्रम - अंतर्राष्ट्रीय योग दिवस पर सुनील यादव अध्यक्ष गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित कार्यक्रम का विवरण इस प्रकार है: गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य लोगों को योग के महत्व और इसके लाभों के बारे में जागरूक करना था। इस कार्यक्रम में सुनील यादव ने मुख्य अतिथि के रूप में भाग लिया और योग के महत्व पर प्रकाश डाला । कार्यक्रम के दौरान, योग विशेषज्ञों द्वारा योग के विभिन्न आसनों और प्राणायाम के बारे में बताया गया और लोगों को इन्हें अपने दैनिक जीवन में शामिल करने के लिए प्रेरित किया गया। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित इस कार्यक्रम ने लोगों को योग के महत्व और इसके लाभों के बारे में जागरूक करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाई। इस कार्यक्रम ने लोगों को अपने स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के लिए योग को अपनाने के लिए प्रेरित किया ।



तम्बाकू मुक्त दिवस - जिला प्रशासन बस्ती द्वारा तम्बाकू मुक्त दिवस के अवसर पर आयोजित कार्यक्रम में प्रबंधकारिणी के सदस्य महेश यादव ने सक्रिय रूप से भाग लिया। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य लोगों को तम्बाकू के हानिकारक प्रभावों के बारे में जागरूक करना और उन्हें तम्बाकू सेवन से होने वाली बीमारियों से बचाव के लिए प्रेरित करना था।

कार्यक्रम के दौरान, महेश यादव ने तम्बाकू सेवन के खतरों पर प्रकाश डाला और लोगों से तम्बाकू सेवन को त्यागने का आह्वान किया। उन्होंने यह भी बताया कि कैसे तम्बाकू सेवन से हृदय रोग, फेफड़ों का कैंसर और अन्य कई गंभीर बीमारियां हो सकती हैं।

इस कार्यक्रम में जिला प्रशासन के अधिकारियों और स्वास्थ्य विभाग के प्रतिनिधियों ने भी भाग लिया। उन्होंने तम्बाकू सेवन के खतरों के बारे में जानकारी दी और लोगों को स्वस्थ जीवनशैली अपनाने के लिए प्रेरित किया।



भोजन वितरण कार्यक्रम - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों द्वारा आयोजित भोजन वितरण कार्यक्रम एक सराहनीय पहल है जो समाज में जरूरतमंद लोगों की मदद करने के लिए की गई है। इस कार्यक्रम का मुख्य उद्देश्य गरीब और असहाय लोगों को भोजन उपलब्ध कराना है, जिससे वे अपने जीवन को बेहतर बना सकें।

इस कार्यक्रम में ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों ने भाग लिया और अपने स्तर पर जरूरतमंद लोगों की मदद की। कार्यक्रम के दौरान, भोजन वितरण के अलावा अन्य आवश्यक सामग्री भी वितरित की गई। इस पहल से समाज में एक सकारात्मक संदेश गया है और लोगों को जरूरतमंद लोगों की मदद करने के लिए प्रेरित किया गया है। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट की इस पहल की सराहना करनी चाहिए और समाज में ऐसी और पहलों को बढ़ावा देना चाहिए। इससे हमारा समाज अधिक सहयोगी और सहानुभूतिपूर्ण बन सकता है।



गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के द्वारा जिला चिकित्सालय बस्ती में फल

वितरण कार्यक्रम - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के स्थापना दिवस पर, अध्यक्ष जी और समस्त पदाधिकारियों ने एक अनोखा और सराहनीय कार्यक्रम आयोजित किया। उन्होंने जिला चिकित्सालय बस्ती के समस्त वार्डों के मरीजों में फल वितरण किया, जो एक बहुत ही प्रशंसनीय पहल है। इस कार्यक्रम के दौरान, ट्रस्ट के सदस्यों ने जिला चिकित्सालय बस्ती के विभिन्न वार्डों में जाकर वहाँ के स्टाँफ के साथ मिलकर मरीजों को फल वितरित किए। उन्होंने मरीजों के साथ बातचीत की और उनकी सेहत के बारे में पूछा। इस पहल से मरीजों को बहुत प्रसन्नता हुई और उन्हें यह महसूस हुआ कि समाज में उनके लिए भी लोग सोचते हैं। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के अध्यक्ष सुनील कुमार जी ने इस अवसर पर कहा, "हमारा उद्देश्य समाज में जरूरतमंद लोगों की मदद करना है। हमें उम्मीद है कि हमारी यह पहल मरीजों के लिए कुछ राहत प्रदान करेगी और उन्हें जल्दी से जल्दी ठीक होने में मदद करेगी।"

इस कार्यक्रम में ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों ने भाग लिया और अपने स्तर पर मरीजों की मदद की। यह पहल न केवल मरीजों के लिए बल्कि समाज के लिए भी एक अच्छा संदेश है कि हमें एक दूसरे की मदद करनी चाहिए और जरूरतमंद लोगों का साथ देना चाहिए।

उक्त अवसर पर डॉ. प्रवीण सिंह जादौन, ओमकार चौधरी, काज़ी फरज़ान, संजय चौरसिया, विनोद कुमार, आलोक यादव, सुरेंद्र यादव, ज्ञानेंद्र पटेल, राम सिंह यादव, शारदा देवी, शिल्पा यादव, शुभम, अमित राय कन्नौजिया, भारत भूषण श्रीवास्तव, प्राची यादव, अनिल, मोहम्मद मुस्ताक खान आदि लोगों ने अपना सहयोग दिया ।



गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा नशा मुक्ति हेतु जागरूकता अभियान -

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट ने हाल ही में एक नशा मुक्ति कार्यक्रम आयोजित किया, जिसका उद्देश्य नशीली दवाओं के हानिकारक प्रभावों के बारे में लोगों को जागरूक करना था। इस कार्यक्रम की मुख्य विशेषताएं:

- शराब एवं नशीली दवाओं के लत का उपचार ।
- धूम्रपान निषेध एवं मादक द्रव्यों के सेवन पर परामर्श।
- लत की पुनरावृत्ति पर रोकथाम ।
- जागरूकता और परामर्श सेवाएं ।
- नशीली दवाओं के प्रभावों पर विशेषज्ञों के व्याख्यान।
- नशा मुक्ति केंद्रों के बारे में जानकारी।
- योग और ध्यान के माध्यम से नशा मुक्ति के तरीके।

- स्थानीय स्तर पर नशा मुक्ति अभियान शुरू करने के लिए प्रेरणा।

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के अध्यक्ष सुनील कुमार ने कहा, "नशा हमारे समाज के लिए एक बड़ा खतरा है। हमें इसे रोकने के लिए एकजुट होना होगा।"

इस कार्यक्रम ने लोगों को नशीली दवाओं के खतरों के बारे में जागरूक किया।

सुनील कुमार ने कहा कि -"हमारा सपना एक ऐसा समाज है जहां नशा मुक्त जीवन हो ", हम नशे से जूझ रहे लोगों को आत्मविश्वास सम्मान और नयी सुरुवात का अवसर देते हैं हमारी ताकत हमारी मार्गदर्शक सिद्धांतों में निहित है ।



खेल -कूद प्रतियोगिता कार्यक्रम - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित

जूनियर स्तर की खेल कूद प्रतियोगिता एक सफल आयोजन साबित हुआ। इस प्रतियोगिता में जनपद बस्ती के ब्लॉक दुबौलिया के विभिन्न स्कूलों के छात्र-छात्राओं ने भाग लिया ।

प्रतियोगिता में विभिन्न खेलों का आयोजन किया गया, जिनमें दौड़, कुश्ती, खो खो, बोरा जंप, बेटल रेस, क्रिकेट, कबड्डी, फुटबॉल आदि शामिल थे। इन खेलों में भाग लेने वाले छात्र-छात्राओं ने अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन किया और अपने स्कूलों का प्रतिनिधित्व किया । इस

प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य छात्र-छात्राओं को खेलों के प्रति प्रेरित करना और उन्हें अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करने का अवसर प्रदान करना था। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के इस आयोजन ने छात्र-छात्राओं को अपने सपनों को पूरा करने के लिए प्रेरित किया और उन्हें अपने जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया

इस प्रतियोगिता का मुख्य उद्देश्य छात्र-छात्राओं को खेलों के प्रति प्रेरित करना और उन्हें

अपनी प्रतिभा का प्रदर्शन करने का अवसर प्रदान करना था। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट

के इस आयोजन ने छात्र-छात्राओं को अपने सपनों को पूरा करने के लिए प्रेरित किया और उन्हें अपने जीवन में आगे बढ़ने के लिए प्रोत्साहित किया ।



डॉ. भीमराव अम्बेडकर जी के महापरिनिर्वाण दिवस पर गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित चित्रकला / स्लोगन कार्यक्रम

चित्रकला प्रतियोगिता - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा 6 दिसम्बर डॉ. भीमराव अम्बेडकर जी के महापरिनिर्वाण दिवस पर आयोजित चित्रकला / स्लोगन प्रतियोगिता एक सफल आयोजन साबित हुआ। इस प्रतियोगिता में ग्रामीण क्षेत्रों के बच्चों ने भाग लिया और अपनी कलात्मक प्रतिभा का प्रदर्शन किया ।

चित्रकला प्रतियोगिता के दौरान, बच्चों ने विभिन्न विषयों पर चित्र बनाए, जिनमें नशा मुक्ति, प्रकृति, जानवर, और समाजिक मुद्दे शामिल थे। इन चित्रों में बच्चों की कल्पना और रचनात्मकता का प्रदर्शन स्पष्ट रूप से दिखाई दिया ।

इस प्रतियोगिता के विजेताओं को पुरस्कार और प्रमाण पत्र दिए गए। गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के अध्यक्ष ने इस अवसर पर कहा, "हमारा उद्देश्य बच्चों को उनकी

प्रतिभा का प्रदर्शन करने का अवसर प्रदान करना है। हमें उम्मीद है कि यह प्रतियोगिता बच्चों को अपने सपनों को पूरा करने के लिए प्रेरित करेगी।"

इस प्रतियोगिता में ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों ने भाग लिया और अपने स्तर पर बच्चों की मदद की। यह पहल न केवल बच्चों के लिए बल्कि समाज के लिए भी एक अच्छा संदेश है कि हमें बच्चों को उनकी प्रतिभा का प्रदर्शन करने का अवसर प्रदान करना चाहिए और उन्हें अपने सपनों को पूरा करने के लिए प्रेरित करना चाहिए।



चप्पल वितरण कार्यक्रम - गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा गरीबों और असहाय लोगों के बीच चप्पल वितरण कार्यक्रम एक सराहनीय पहल है। इस कार्यक्रम के माध्यम से ट्रस्ट ने जरूरतमंद लोगों की मदद करने के लिए एक महत्वपूर्ण कदम उठाया है। चप्पल वितरण कार्यक्रम के दौरान, ट्रस्ट के सदस्यों ने गरीबों और असहाय लोगों के बीच जाकर उन्हें चप्पल वितरित किए। इस दौरान, उन्होंने लोगों से बातचीत की और उनकी जरूरतों के बारे में जानकारी प्राप्त की। इस पहल से लोगों को बहुत प्रसन्नता हुई और उन्हें यह महसूस हुआ कि समाज में उनके लिए भी लोग सोचते हैं।

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट के अध्यक्ष ने इस अवसर पर कहा, "हमारा उद्देश्य जरूरतमंद लोगों की मदद करना है। हमें उम्मीद है कि हमारी यह पहल गरीबों और असहाय लोगों के लिए कुछ राहत प्रदान करेगी।"।

इस कार्यक्रम में ट्रस्ट के समस्त पदाधिकारियों ने भाग लिया और अपने स्तर पर जरूरतमंद लोगों की मदद की। यह पहल न केवल गरीबों और असहाय लोगों के लिए बल्कि समाज के लिए भी एक अच्छा संदेश है कि हमें एक दूसरे की मदद करनी चाहिए और जरूरतमंद लोगों का साथ देना चाहिए।



सड़क सुरक्षा जागरूकता अभियान:-

गोपियापार फाउंडेशन ट्रस्ट द्वारा आयोजित जागरूकता अभियान सड़क सुरक्षा और जीवन रक्षा के महत्वपूर्ण मुद्दों पर केंद्रित था। इस अभियान में सीट बेल्ट, हेलमेट और अन्य सुरक्षा उपायों के महत्व पर चर्चा की गई। लोगों को गोष्ठी के माध्यम से जागरूक किया गया, जिससे वे सड़क सुरक्षा के नियमों और उनके पालन के महत्व को समझ सकें।

- सीट बेल्ट और हेलमेट: ये दोनों सुरक्षा उपकरण सड़क दुर्घटनाओं में होने वाली मौतों और चोटों को कम करने में महत्वपूर्ण भूमिका निभाते हैं। सीट बेल्ट पहनने से दुर्घटना के समय शरीर को सुरक्षित रखने में मदद मिलती है, जबकि हेलमेट सिर की सुरक्षा करता है।

- सड़क नियमों का पालन: सड़क नियमों का पालन करना सड़क सुरक्षा के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण है। इसमें गति सीमा का पालन, सिग्नल का पालन और अन्य वाहनों के साथ सुरक्षित दूरी बनाए रखना शामिल है।

- जागरूकता और शिक्षा: सड़क सुरक्षा के बारे में जागरूकता और शिक्षा लोगों को सड़क नियमों का पालन करने और सुरक्षित तरीके से वाहन चलाने के लिए प्रेरित कर सकती है।
- सड़क दुर्घटनाओं में कमी: जागरूकता अभियान सड़क दुर्घटनाओं में कमी लाने में मदद कर सकता है।
- जान-माल की सुरक्षा: सड़क सुरक्षा के नियमों का पालन करने से जान-माल की सुरक्षा होती है।
- समुदाय में जागरूकता: जागरूकता अभियान समुदाय में सड़क सुरक्षा के प्रति जागरूकता बढ़ाने में मदद करता है।

