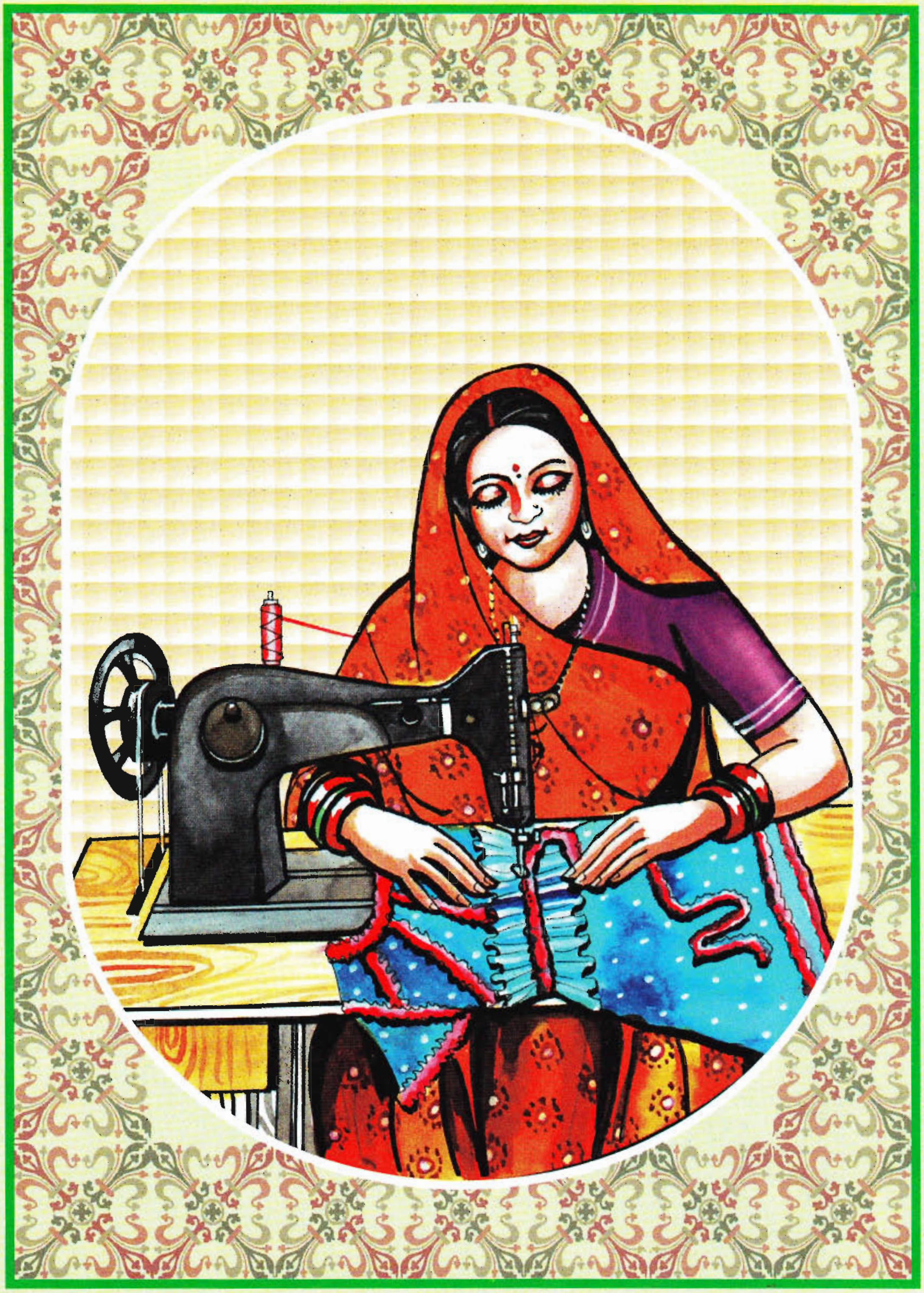
पोशाक निर्माण

(कौशल विकास मार्गदर्शिका)



प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, भारत सरकार, नई दिल्ली हेतु
राज्य संसाधन केन्द्र, प्रौढ़ शिक्षा, भारतीय ग्रामीण महिला संघ, इन्दौर (म.प्र.) द्वारा प्रकाशित

पोशाक निर्माण

प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, नई दिल्ली द्वारा राज्य संसाधन केन्द्र, प्रौढ़ शिक्षा, कोलकाता (प.बंगाल) एवं राज्य संसाधन केन्द्र, प्रौढ़ शिक्षा, इंदौर (म.प्र.) के सहयोग से कौशल आधारित सामग्री निर्माण कार्यशाला में तैयार।

- मार्गदर्शन — **डॉ. वी. मोहनकुमार**, निदेशक, प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, भारत सरकार, नई दिल्ली

  श्री सत्यनारायण, स्रोत व्यक्ति, भारत सरकार, नई दिल्ली

  श्रीमती नंदिनी कुजूरी, निदेशक, राज्य संसाधन केन्द्र, कोलकाता

  सुश्री कुन्दा सुपेकर, निदेशक राज्य संसाधन केन्द्र, इन्दौर

- सम्पादन — **श्रीमती तारा जायसवाल**, कार्यक्रम समन्वयक, राज्य संसाधन केन्द्र इन्दौर

- राज्य संसाधन केन्द्र, कोलकाता कार्यशाला के प्रतिभागी

  श्रीमती निशात फातमा, राज्य संसाधन केन्द्र, पटना

  श्रीमती सीमा मुखोपाध्याय, राज्य संसाधन केन्द्र, कोलकाता

  श्रीमती सुचित्रा दासगुप्ता, राज्य संसाधन केन्द्र, कोलकाता

  श्री नीरज रिछारिया, राज्य संसाधन केन्द्र, भोपाल

- राज्य संसाधन केन्द्र, इंदौर अनुवर्ती लेखन कार्यशाला के प्रतिभागी

  श्रीमती तारा जायसवाल, कार्यक्रम समन्वयक, राज्य संसाधन केन्द्र, इन्दौर

  डॉ. बी.एस. बघेल, कार्यकारी निदेशक, जनशिक्षण संस्थान, इन्दौर

  श्रीमती विभा नरगुन्दे, कार्यक्रम समन्वयक, राज्य संसाधन केन्द्र, इन्दौर

  श्री वीरेन्द्र तँवर, लेखक, इन्दौर

  श्रीमती रेखा टेलर, जनशिक्षण संस्थान, उज्जैन

  श्रीमती रोहिणी कर्णिक, जनशिक्षण संस्थान, इन्दौर

- चित्रांकन — **श्री दीपक मालवी**, राज्य संसाधन केन्द्र, इन्दौर

  श्री इस्माइल लहरी, चित्रकार

- मुद्रक — **सिद्धार्थ ऑफसेटस्** 81, रविन्द्र नगर, इन्दौर ✆ 2493745

विषय सूची

अध्याय - 1 सिलाई मशीन, औजारों व उपकरणों का उपयोग

★ जीवन प्रोन्नत शिक्षा (LEE)
प्राथमिक उपचार और सावधानियाँ

अध्याय - 2 पोशाक बनाने के लिए जरूरी हुनर

★ जीवन प्रोन्नत शिक्षा (LEE)
आँखों की देखभाल

अध्याय - 3 कपड़ों की ड्राफ्टिंग तथा पैटर्न बनाना

★ जीवन प्रोन्नत शिक्षा (LEE)
जनसंख्या और विकास शिक्षा

अध्याय - 4 पोशाक बनाने के लिए कपड़ों व रंगों का सही चयन

★ जीवन प्रोन्नत शिक्षा (LEE)
पोषक आहार एवं पौष्टिक व्यंजन

अध्याय - 5 पोशाक बनाने का हुनर

- बच्चों के लिए
- महिलाओं के लिए
- पुरुषों के लिए

★ जीवन प्रोन्नत शिक्षा (LEE)
सफल उद्यमी

अध्याय - 6 प्रेस करना, तह करना व लपेटना

इस मार्गदर्शिका के बारे में ...

सिलाई एक ऐसी कला है जिसे सीखकर महिला व पुरुष दोनों ही इसे व्यवसाय के रूप में अपना सकते हैं। इस व्यवसाय के लिए बहुत अधिक पूँजी की आवश्यकता नहीं होती है। अल्पशिक्षित, गरीब एवं मध्यम वर्ग की महिलाओं में इस कौशल को सीखने के प्रति विशेष रूझान होता है। इनके प्रशिक्षण हेतु ही इस मार्गदर्शिका का निर्माण किया गया है। इसका उपयोग अनुदेशकों एवं प्रशिक्षुओं दोनों के लिए लाभकारी होगा।

मार्गदर्शिका में सिलाई मशीन तथा सिलाई-कटाई के उपकरणों, उनका रख-रखाव की जानकारी दी गई है। साथ ही बच्चों व महिला-पुरुषों की पोशाकें, उनकी ड्राफ्टिंग करना, पैटर्न बनाना, कपड़ों व रंगों का चयन करना, उनका नाप लेना, कटाई व सिलाई करना तथा सिलाई के विभिन्न प्रकार के टांकों के बारे में जानकारी दी गई है।

मार्गदर्शिका में जीवन प्रोन्नत शिक्षा जैसे प्राथमिक उपचार व सावधानियाँ, आँखों की देखभाल, जनसंख्या एवं विकास शिक्षा, पोषक आहार तथा उद्यमशीलता जैसे जीवनोपयोगी मुद्दों को भी स्थान दिया गया है।

आशा है, इस मार्गदर्शिका के माध्यम से प्रशिक्षण प्राप्त कर महिला व पुरुष घर पर रहकर या दुकान खोलकर स्वतंत्र रूप से अपना स्वयं का व्यवसाय शुरू कर सकते हैं। स्वयं का व्यवसाय शुरू करने से पहले बेहतर होगा कि किसी विशेषज्ञ के साथ कुछ समय कार्य करके अनुभव एवं आत्मविश्वास अर्जित कर लें।

अध्याय - 1

सिलाई मशीन, औजारों व उपकरणों का उपयोग

इस अध्याय में हम सीखेंगे

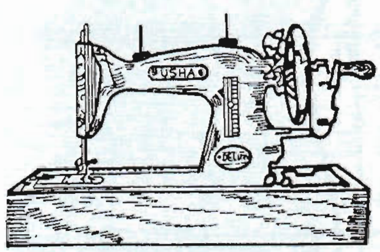
- मशीन के बारे में जरूरी बातें।
- मशीन के भाग, पुर्जे और उसके काम
- नाप लेने, ड्राफ्टिंग, कटिंग एवं सिलाई के औजार
- औजारों और मशीन की देखभाल

आइए हम शुरू करें

मशीन के बारे में जरूरी बातें

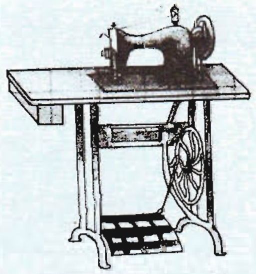
आपने सिलाई मशीन जरूर देखी होगी। सिलाई मशीन चार प्रकार की होती हैं। जैसे हाथ की मशीन, पैर से चलने वाली मशीन, बिजली से चलने वाली मशीन और फैशन मैकर।

सिलाई मशीन के प्रकार

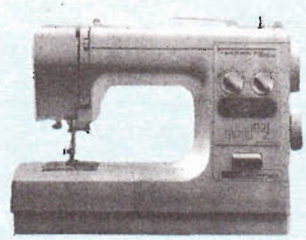


हाथ से चलाने वाली मशीन

मोटर से चलाने वाली मशीन



पैर से चलाने वाली मशीन



फैशन मेकर

हाथ से चलने वाली मशीन

इसमें चलाने के लिए हैंडल होता है। इसमें डोरी, बेल्ट व पायदान नहीं होता।

पैर से चलने वाली मशीन

इसमें हैंडिल नहीं होता। यह एक टेबिल पर रखी होती है। इसमें एक डोरी या बेल्ट लगा होता है जो चक्के पर कसा होता है। इसमें एक पायदान होता है, जिससे मशीन चलती है।

बिजली से चलने वाली मशीन

यह मशीन बिजली की मोटर से चलती है।

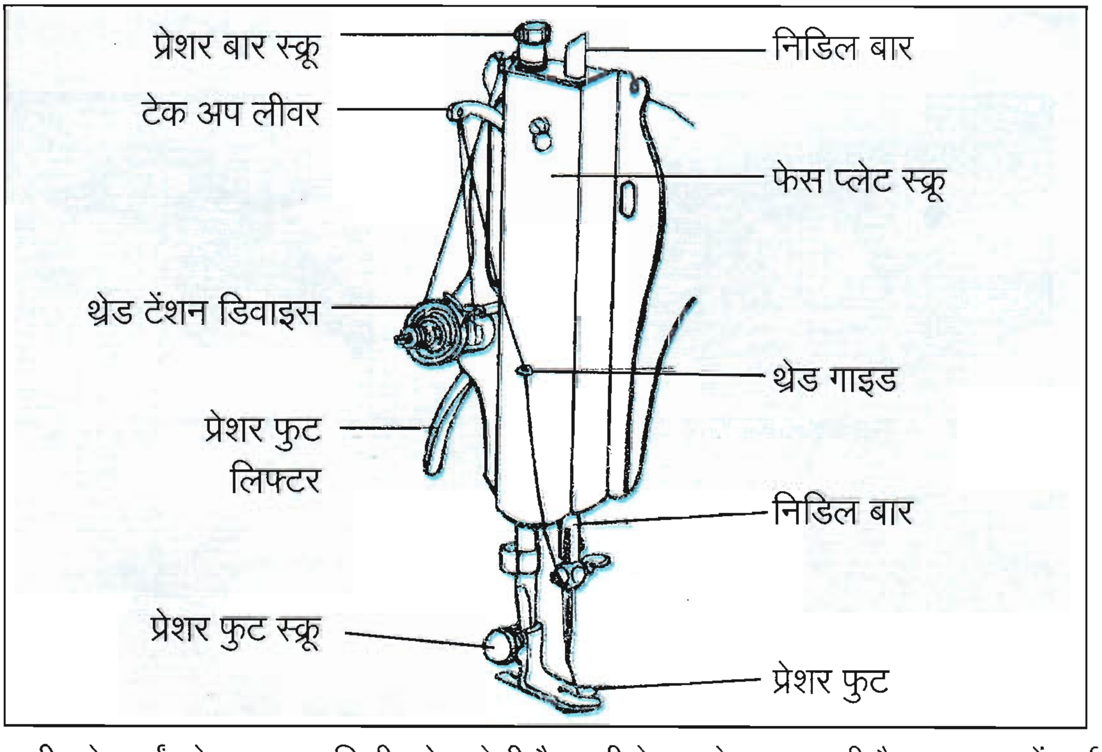
फैशन मेकर

तरह-तरह के डिजाइन बनाने के लिए इस मशीन का उपयोग होता है। यह भी बिजली की मोटर से चलती है।

सिलाई मशीन के भाग

सिलाई मशीन को चार भागों में बांटा जा सकता है

आगे का भाग (फेस प्लेट)



मशीन के बाईं ओर एक चमकीली प्लेट होती है। यही फेस प्लेट कहलाती है। इस भाग में सुई का गज, धागा डालने व कपड़ों पर दबाव डालने वाले पुर्जे होते हैं।

प्रेशर बार (पैर का गज) : यह एक डंडी होती है, जिसमें एक पैर लगा होता है। इसी से कपड़े पर दबाव डाला जाता है।

प्रेशर बार स्क्रू : यह प्रेशर बार के ऊपर गोल पेंच की तरह होता है। इससे कपड़े के दबाव को कम या अधिक किया जाता है।

प्रेशर फुट (पैर) : यह कपड़े पर दबाव डालता है।

फेस प्लेट स्क्रू : इसके द्वारा फेस प्लेट को मशीन से जोड़ा जाता है। यह एक छोटा स्क्रू होता है।

प्रेशर फुट स्क्रू : इसकी मदद से प्रेशर फुट को प्रेशर बार में लगाते हैं।

प्रेशर फुट स्क्रू : इसे घोड़ा भी कहते हैं । यह पैर के गज को ऊपर नीचे करता है।

निडिल बार (सुई का गज) : जिस गज में सुई लगाई जाती है उसे सुई का गज कहा जाता है।

क्लैंप स्क्रू (चुटकी) : जिस भाग में सुई लगी होती है उसे चुटकी कहते हैं।

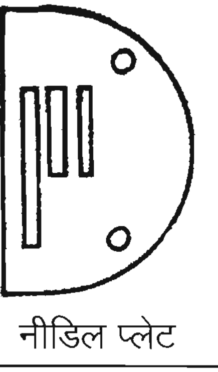
थ्रेड टेंशन डिवाइस (थालियाँ) : ये थालियों जैसी होती है । ये धागे के कसाव को सही रखती है।

टेक अप लीवर (नथ) : यह धागे को ऊपर-नीचे करती है।

थ्रेड टेंशन डिवाइस व नट : थालियों के आगे एक स्प्रिंग होती है। उसके आगे एक पेंच रहता है उसे टेंशन स्प्रिंग और टेंशन नट कहते हैं।

थ्रेड गाईड (घुण्डी) : टेंशन स्प्रिंग और नट के नीचे एक छोटी घुण्डी होती है। इसके सहारे धागे को सीधा रखा जाता है।

नीडल प्लेट (सुई की प्लेट) : इसका आकार आधे चाँद की तरह होता है। यह सुई के गज के नीचे होती है। इसमें एक छेद होता है। सुई इसी छेद में नीचे जाकर धागे को ऊपर लाती है।



नीडिल प्लेट

टेंशन स्टड (कीली) : एक कीली जैसी चीज फेस प्लेट पर होती है। इसके ऊपर थालियाँ व स्प्रिंग लगे रहते हैं।

स्लाइड प्लेट (खिसकने वाली प्लेट) इसे खिसकाकर बॉबिन को निकाला जाता है।

फीड डॉग (दांते) : ये कपड़े को आगे खिसकाते हैं। इनमें दाँते होते हैं। यह सुई की प्लेट के नीचे लगे होते हैं।

मशीन देखकर बताइए

- मशीन कितने प्रकार की होती है?
- सिलाई मशीन के मुख्य भाग
- मशीन के आगे के भाग के पुर्जों के कार्य

आइए, अब आगे बढ़ें

बीच का भाग (आर्म या बॉडी)

बीच के भाग के पुर्जे निम्नलिखित हैं -

बॉबिन बाइंडर : इसकी सहायता से बॉबिन में धागा भरा जाता है।

बॉबिन भरने वाली रबर : इसकी सहायता से बॉबिन में धागा सुविधापूर्वक भरा जा सकता है। यह नली के पास लगी होती है।

स्टिच रेग्युलेटर : यह एक पेंच होता है। इस पेंच को ऊपर-नीचे कर बखिया छोटा-बड़ा किया जाता है।

तेल डालने की गोल चकती : मशीन के पीछे एक ढक्कन लगा रहता है। इसमें से मशीन के अन्दर तेल डाला जाता है।

हत्थे वाला भाग (हैंडिल)

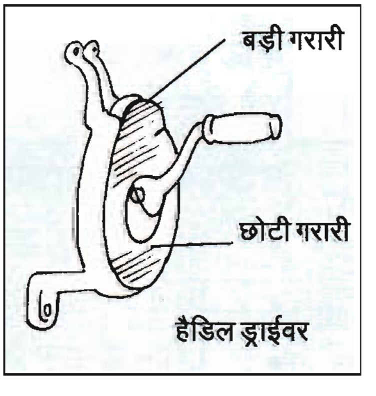
इस भाग के पुर्जे निम्नलिखित हैं -

हत्था : इससे मशीन चलती है।

फ्लाई व्हील पहिया : इससे मशीन चलती है। इसके सहारे से मशीन को तेज या धीमा किया जा सकता है।

पहिया चलाने वाला लीवर : हत्थे के साथ एक क्लैम्प लगा होता है । इस क्लैम्प को बड़े चक्कर में फंसा दिया जाता है।

मशीन को रोकने वाला छोटा पहिया : इसे ढीला कर देने से मशीन नहीं चल सकती है।



हत्थे की मुठिया : यह मुठिया लकड़ी या प्लास्टिक की बनी होती है।

बड़ी गरारी : बड़ी गरारी के चारों ओर दांते (गरारे) होते हैं।

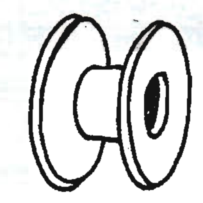
छोटी गरारी : इसमें भी दांते होते हैं। बड़ी गरारी में छोटी गरारी में फिट की जाती है तभी वह काम करती है।

भीतरी भाग

मशीन के भीतरी भाग में कई पुर्जे होते हैं । जैसे -

बॉबिन (फिरकी) : इसमें धागा भरा जाता है। इसमें धागा ढीला या ज्यादा भरा जाता है तो सिलाई ठीक नहीं होती।

बॉबिन केस (डिब्बी) : फिरकी के ऊपर बॉबिन केस होता है।



बॉबिन

शटल : यह आधे चाँद के आकार का होता है। बॉबिन या फिरकी केस में डालकर इसमें ही लगाई जाती है। यह शटल केस में आधा चक्कर काटता है।

दाँते : दाँते का हिस्सा मशीन के ऊपर दिखाई देता है। यह शटल केस में आधा चक्कर काटता है।

शटल

शटल ड्राइवर : मशीन के निचले भाग में एक पुर्जा होता है जिसके अन्दर शटल रखकर शटल ड्राइवर के ऊपर फिट किया जाता है। इसके ऊपर एक पत्ती चढ़ी हुई होती है, यह शटल कहलाती है।

मशीन देखकर बताइए व चर्चा कीजिए

- मशीन के बीच के भाग के पुर्जे और उनके कार्य।
- मशीन के हत्थे वाले भाग के पुर्जों के मुख्य कार्य।

करके देखें

- बॉबिन में धागा भरें
- स्टिच रेग्यूलेटर की सहायता से बखिया को छोटा या बड़ा करने का अभ्यास करें।
- सुई निकालकर लगाएँ।

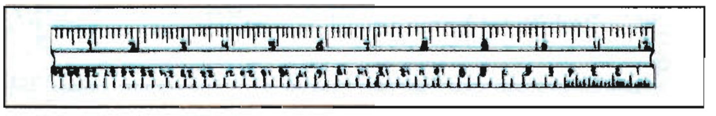
अब आगे बढ़िए

नाप लेने, ड्राफ्टिंग, कटिंग एवं सिलाई के औजार

नाप लेने व ड्राफ्ट बनाते समय उपयोग में आने वाले औजार

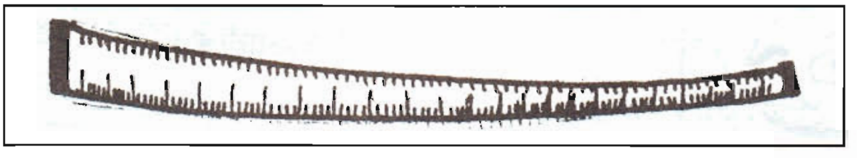
स्केल (फुट)

यह लकड़ी, प्लास्टिक या लोहे का बना होता है। इसमें इंच और सेंटीमीटर के निशान होते हैं। ड्राफ्ट बनाते समय इससे मदद लेते हैं।



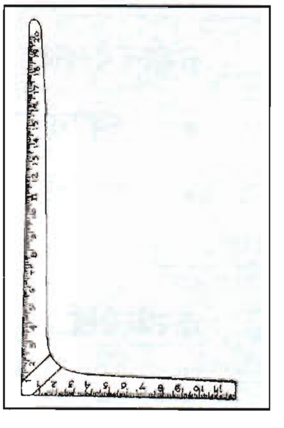
लैग शेपर

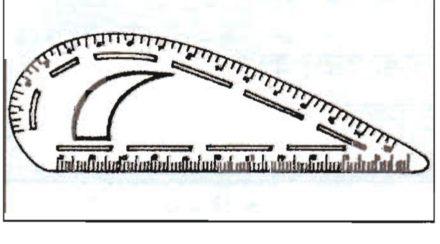
यह भी लकड़ी या प्लास्टिक का बना स्केल होता है। एक सिरा 3 इंच और दूसरा 1½'' इंच का होता है, लम्बाई 24'' से 30'' तक होती है। इस पर भी इंच तथा सेंटीमीटर के निशान बने होते हैं। यह हल्का गोलाई लिए होता है। इसका उपयोग पैंट का पायचा तथा कोट की बाजू का आकार बनाने में होता है।



एल स्केल

इसका आकार एल अक्षर की तरह होता है। इसीलिए इसे एल स्केल कहते हैं। इसमें एक तरफ 12'' तथा दूसरी तरफ 24'' के निशान होते हैं। इसके द्वारा लम्बाई और चौड़ाई दोनों लाइनें एक साथ लगा सकते हैं। यह लकड़ी, प्लास्टिक या धातु का बना होता है।



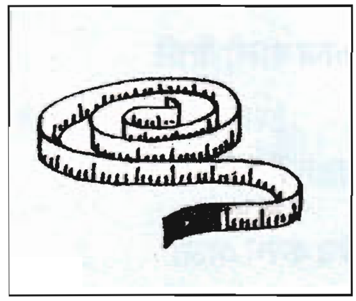


शेपर

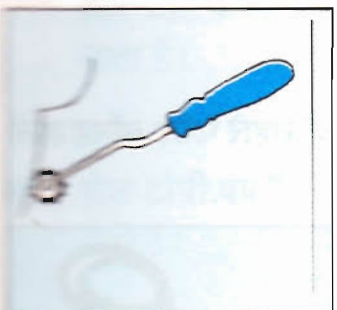
ये कई प्रकार के होते हैं। ये अंग्रेजी अक्षर एस और यू आकार के मिलते हैं। इन्हें फ्रेंच कर्व भी कहा जाता है।

ये 12 के सेट में मिलते हैं। टेलरिंग में 3 या 4 नम्बर का ही प्रयोग किया जाता है। इनका उपयोग गले, मुड्डा, आर्म की गोलाई आदि की ड्राफ्टिंग के लिए होता है।

इंच टेप



इसकी लम्बाई 5 फीट होती है। इसे नापने के काम में लाते हैं। इसके सिरों पर धातु की पत्ती लगी होती है जो इसके सिरे को खराब होने से बचाती है। इससे लपेटने में आसानी रहती है। टेप कपड़े और प्लास्टिक का बना होता है। इसमें एक ओर इंच व सेंटीमीटर के निशान होते हैं। दूसरी तरफ सिर्फ इंच के निशान होते हैं।



ट्रेसिंग व्हील

यह प्लास्टिक या लकड़ी की मूठ लगा एक दाँते वाला चक्कर होता है। इससे सूती या रेशमी कपड़ों पर एक तह से दूसरे तह पर निशान उतारा जाता है। ऊनी और रोयेंदार कपड़ों पर इसका इस्तेमाल नहीं किया जाता है।

कटिंग के औजार

बड़ी कैंची (शीयर)

यह कैंची मोटा कपड़ा काटने के काम में आती है। इससे एक साथ पाँच से छः तहें कट जाती हैं। इस कैंची की लम्बाई 10'' से 14'' तक होती है। यह भारी होती है इसलिए इसका दबाव कपड़े पर अच्छी तरह पड़ता है। इससे कपड़ा अच्छी तरह कटता है। इसके नीचे का ब्लेड सीधा तथा ऊपर का ब्लेड थोड़ा तिरछा होता है। बाहर के किनारे अन्दर के किनारों से ज्यादा तेज व पैने हाते हैं।

साधारण कैंची

यह कैंची घरों में कपड़ा काटने के काम आती है।

ट्रिमिंग कैंची

यह 4''-5'' लम्बी होती है। इसका उपयोग कपड़ों में फिनिशिंग के लिए उपयोग किया जाता है। इसे छोटी कैंची भी कहते है।

कटावदार कैंची (पिकिंग सीजर)

इसके दोनों ब्लेड कटावदार होते हैं। इससे कपड़ा काटने से कटे हुए किनारों से तार (फाइबर) नहीं निकलते हैं। कटे हुए किनारों को फिनिश करने के लिए इसका प्रयोग किया जाता है।

काज वाली कैंची

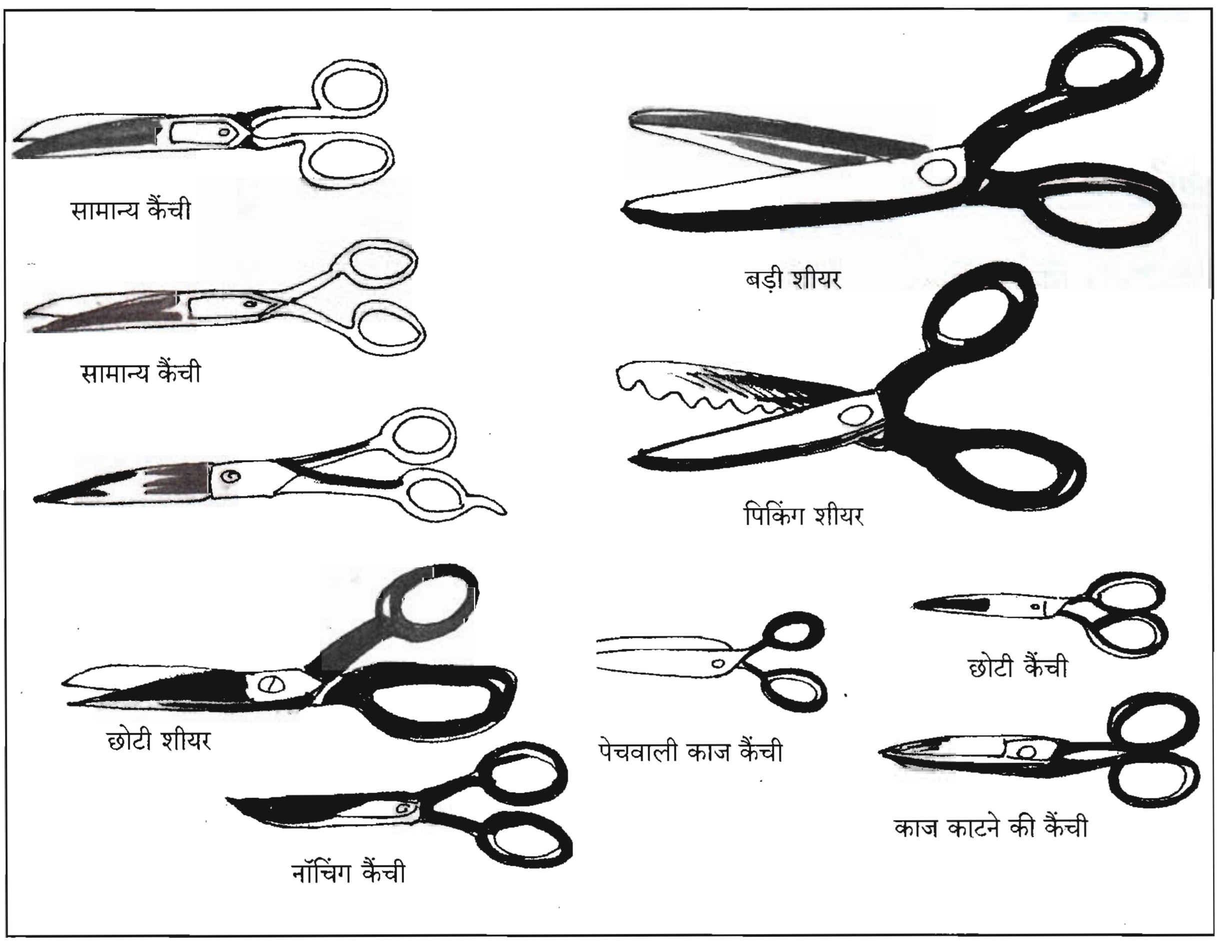
इससे काज काटे जाते हैं। इसमें एक पेंच लगा होता है। जिससे काज को छोटा या बड़ा किया जाता है।

छेद करने वाला

इसे पॉकर या होलमेकर भी कहते हैं। इसका आगे का हिस्सा नुकीला और पीछे का हिस्सा गोल होता है।

नॉचिंग कैंची

इसे टक मार्कर भी कहते हैं। यह लोहे या टीन का बना होता है। इसके सहारे प्लीट बगैरह डाले जाते है। इसमें मोटे-मोटे कटाव होते हैं।



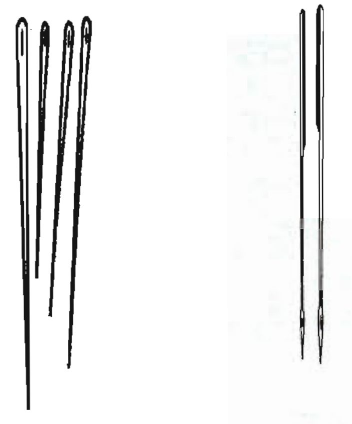
सुइयाँ दो तरह की होती हैं : 1. मशीन की सुइयाँ, 2. हाथ की सुइयाँ

मशीन की सुइयाँ

ये दो तरह की होती हैं-

क. **चपटी टोपी वाली :** इस तरह की सुई एक तरफ से चपटी होती है। ये तीन तरफ से गोल होती है, इसके कई नम्बर होते हैं। मोटे कपड़े पर मोटी और पतले कपड़े पर पतली सुई का प्रयोग किया जाता है।

ख. **गोल टोपी वाली :** यह सुई चारों तरफ से गोल होती है।



हाथ की सुइयाँ मशीन की सुइयाँ

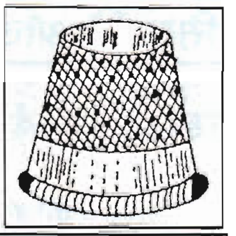
मशीन की सुइयाँ 9 नम्बर से 24 नम्बर तक की होती है। कम नम्बर की सुइयाँ पतली होती हैं। ये नम्बर बढ़ने के साथ में मोटी होती जाती है।

हाथ की सुइयाँ

हाथ की सुइयों के भी कई नम्बर होते है। जैसे-जैसे इसका नम्बर बढ़ता है सुई पतली होती जाती है।

कपड़े	हाथ की सुइयों के नम्बर	मशीन की सुइयों के नम्बर
बोरी, तिरपाल, लैदर	0-1	19
कॉलर की नोक, सोफा	2-3	18
मिलिट्री की वर्दी, मोटे गर्म कपड़े	4-5	18
रेशमी व सूती कपड़े	6-8	12-14
शिफान, नायलॉन, टेरिलीन	9-10	9-11
सितारे, गोटी आदि लगाने में	11-12	9-11

3. अंगुश्तान/अंगूठी



हाथ की सिलाई या तुरपाई करते समय सुई न चुभे इसके लिए अंगुस्तान या अंगूठी का इस्तेमाल करते हैं।

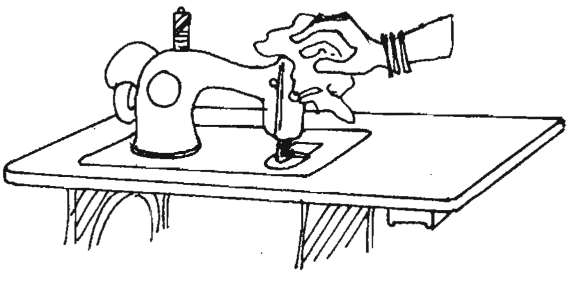
करके देखिए

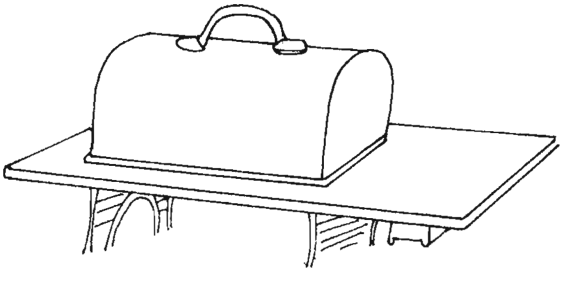
- तरह-तरह के कपड़ों पर सही नम्बर की सुई से सिलाई करने का अभ्यास करें।
- इंच-टेप की मदद से पायजामे का नाप लेकर देखें।
- एल स्केल की मदद से पायजामे के पांयचे की लम्बाई चौड़ाई का नाप लें।
- अंगुश्तान का उपयोग क्यों किया जाता है।

सोचिए और चर्चा कीजिए

- एल स्केल से लम्बाई और चौड़ाई एक साथ किस तरह नापी जाती है।
- ट्रिमिंग कैंची का उपयोग कब और क्यों किया जाता है।
- सुइयाँ कितने प्रकार की होती हैं।

सिलाई मशीन की देखभाल





- सिलाई करने से पहले मशीन को पोंछ लें।
- मशीन के भीतरी भाग की सफाई सावधानी से करें।

- सफाई के लिए छोटे ब्रश एवं सूती कपड़े का उपयोग करें।
- मशीन की सफाई के लिए पुर्जे न खोलें।
- मशीन में तेल हमेशा सफाई के बाद दें।
- तेल हमेशा कुप्पी से डालें।
- हमेशा मशीन का ही तेल डालें।
- काम के बाद मशीन को ढंककर रखें।
- मशीन को गीले स्थान से दूर रखें।
- काम के बाद सुई से धागा निकालकर रखें।
- मशीन को बच्चों से दूर रखें।
- सुई और धागा कपड़े के अनुसार हो।
- मशीन में सुई ठीक से फिट हो।
- ऊपर-नीचे के धागों का तनाव एक जैसा हो।
- सुई तिरछी, उल्टी व ढीली न लगाएँ।

अब तक हमने सीखा

- सिलाई मशीन के प्रकार
- सिलाई मशीन के मुख्य भाग और उनके कार्य।
- नाप लेने, ड्राफ्टिंग, कटिंग व सिलाई के औजार।
- सिलाई मशीन की देखभाल करना।
- सिलाई करते समय ध्यान रखने योग्य बातें।

प्राथमिक उपचार और सावधानी

सुरक्षा एवं सावधानियाँ

- पैर की मशीन का उपयोग करते समय स्टूल की ऊँचाई अपनी सुविधानुसार हो।
- कार्य करते समय रोशनी बाईं ओर से आनी चाहिए।
- आँखों की सुरक्षा का विशेष ध्यान रखें। मशीन की सुई से आँखों की दूरी एक फीट रखें।
- अधिक झुककर सिलाई का काम न करें।
- हाथ, पाँव, अँगुली को मशीन से बचाएं।
- मशीन पर सिलाई करते समय बाल खुले न रखें।
- साड़ी का पल्लू व चुन्नी बाँधकर रखें। ऐसा न करने पर ये पहिये में आ सकते हैं।
- सुई तथा कैंची का सावधानी से उपयोग करें।
- सिलाई के सभी उपकरण व औजार संभालकर रखें।
- हाथ में सुई घुस जाने पर उसे धीरे से निकालने की कोशिश करें।
- सुई अंगुली में टूट जाने पर मरीज को तुरन्त डॉक्टर के पास ले जाएँ।
- घाव पर डिटाल लगाएँ। उस पर डॉक्टर से पट्टी करवाएँ।
- टिटनेस का इंजेक्शन लगवाएँ।
- कैंची से कट जाने पर घाव को डिटॉल से धोकर पट्टी बाँधें।
- घाव गहरा होने पर डॉक्टर के पास ले जाएं।
- आँख में कुछ चला जाए तो आँखों को जोर-जोर से न मसलें।
- आँख में चोट लगने पर डॉक्टर के पास ले जाएँ।
- बिजली का झटका लगे तो सबसे पहले बिजली का स्विच बंद कर दें।
- सूखी लकड़ी, लाठी की मदद से व्यक्ति को छुड़ाएँ ।
- आप स्वयं रबर के जूते या लकड़ी की खड़ाऊ पहनें।

अध्याय -2

पोशाक बनाने के लिए जरूरी हुनर

इस अध्याय में हम सीखेंगे

- हाथ के टाँके
- सजावटी टाँके
- मशीन द्वारा सिलाई
- कपड़ों का नाप लेना

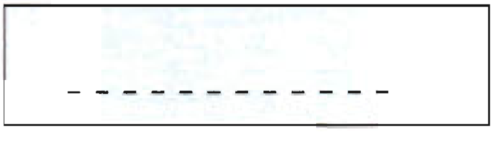
आइए हम शुरू करें

हाथ से बनाए जाने वाले टाँके

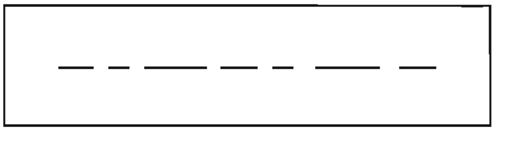
सिलाई के लिए कुछ बुनियादी टाँकों की जानकारी जरूरी है। इनसे पोशाकों में मजबूती आती है तथा उन्हें आकर्षक व सुन्दर बनाया जाता है।

कच्चा टाँका

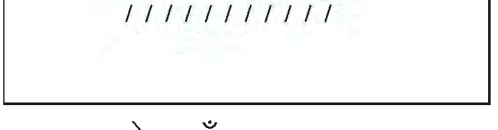
इस टाँके में सुई को ऊपर से नीचे और फिर नीचे से ऊपर करते हैं। ये टाँके कच्चे होते हैं। रेशमी कपड़ों पर सिलाई अच्छी तरह हो, इसके लिए भी इस टाँके का उपयोग होता है। यह टाँका कई तरह का होता है। जैसे



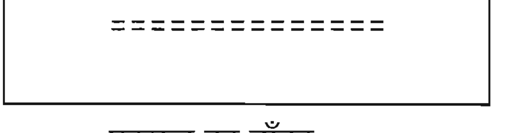
समान कच्चा टाँका



असमान कच्चा टाँका

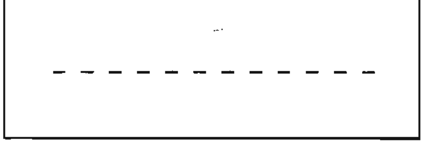


टेढ़ा टाँका



परसूज का टाँका

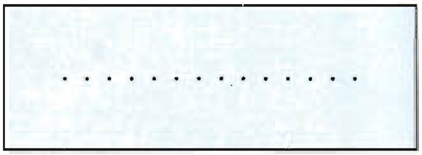
बखिया : यह पक्का टाँका होता है। कपड़े के दो भागों को जोड़ने के लिए इस टांके का उपयोग होता है। यह टांका लगाने के लिए सुई में धागा डालकर सुई को कपड़े के नीचे से ऊपर निकालते



हैं। हर टाँके के बाद सुई को पीछे की ओर लेकर टाँका लगाते हैं। इसी प्रकार सुई को आगे निकाल कर पीछे की ओर टाँका लगाते हुए आगे बढ़ते हैं।

चाम्पे का टाँका (फाइन स्टिच)

यह टांका भी बखिया की तरह ही लगाया जाता है। इसमें छोटे-छोटे टाँके निकाले जाते हैं। एक बार सुई को कपड़े के ऊपर निकालकर ऊपर छोटा सा टाँका लेकर सुई नीचे निकालते हैं। इससे कपड़े के ऊपर बिंदु जैसा छोटा सा टाँका दिखता है और नीचे बड़े टाँके दिखाई देते हैं।

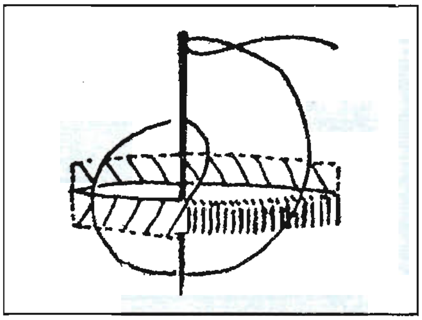


तुरपाई का टाँका (हेम स्टिच)

नीचे के कपड़े का एक तार तथा ऊपर के कपड़े के दो तार लेकर तुरपाई के टाँके लगाते हैं। इस टाँके का उपयोग कपड़े को मोड़ने या किनारे को पक्का करने के लिए किया जाता है।

काज का टाँका (बटन होल स्टिच)

इस स्टिच द्वारा काज बनाया जाता है। इसमें पहले बटन के बराबर छेद करते हैं फिर एक जगह से टाँका लेना शुरू करते हैं। सुई को कपड़े के ऊपर लाते है फिर सुई के ऊपर धागे का फेरा देते हैं। इसी तरह काज के एक किनारे से दूसरे किनारे तक पक्का किया जाता है। अंत में गाँठ लगाकर धागा तोड़ लिया जाता है।



सोचिए एवं चर्चा कीजिए

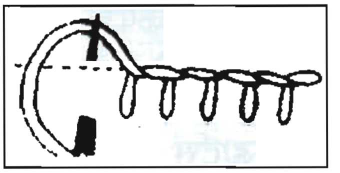
- टाँके कितने प्रकार के होते हैं।
- कच्चे टांके कितने प्रकार के होते हैं। ये क्यों लगाए जाते हैं।
- किस टांके का उपयोग कपड़े के दो भाग को जोड़ने में होता है।
- मोड़ने या किनारे को पक्का करने के लिए किस स्टिच का उपयोग करते हैं।

आइए, अब आगे बढ़ें

सजावटी टाँके

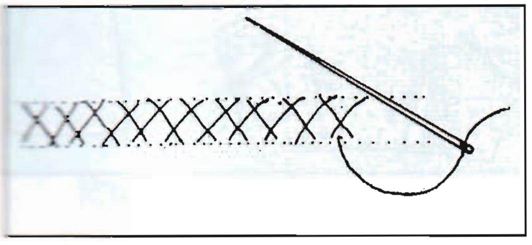
वस्त्रों को सजाने के लिए सजावटी टाँकों का उपयोग किया जाता है।

कम्बल टाँका



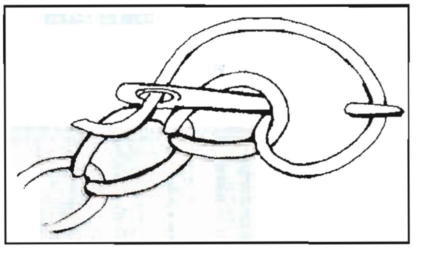
इस टाँके का उपयोग कम्बल के किनारों को मोड़ने के लिए किया जाता है। धागे को सुई के आगे रखकर सिला जाता है।

हेरिंग बोन स्टिच

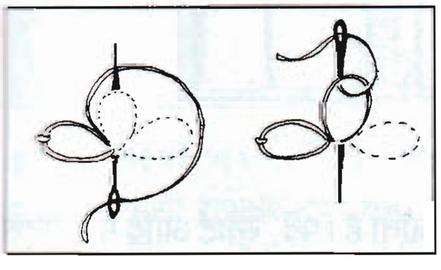


इस स्टिच से किनारा मोड़ा जाता है। इसका प्रयोग दो लाइनों में किया जाता है। एक लाईन से सुई डालते हैं फिर उस लाइन से निकालकर दूसरी लाईन पर लेते हुए आगे बढ़ते हैं। इसे मछली टाँका भी कहा जाता है।

चेन स्टिच (जंजीरा)

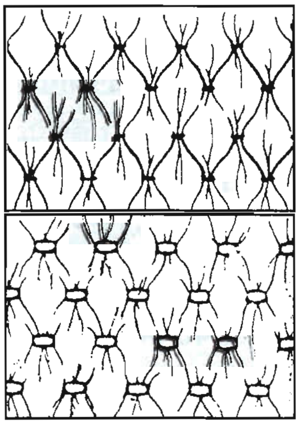


इस टाँके की बनावट चेन या जंजीर की तरह होती है। इस स्टिच में सुई को कपड़े के ऊपर निकालकर उस पर धागा घुमाया जाता है। इससे U आकार का धागा बन जाता है। अब धागे के घुमाव की जगह फिर सुई निकाल कर उसी तरह लगाते हैं। इसी तरह से आगे चेन बनाते जाते हैं।



लेजी-डेजी स्टिच

यह भी चेन स्टिच की तरह होती है पर इसे पंखुड़ी बनाते समय चारों ओर घुमाकर बनाया जाता है यह बहुत आसान टाँका है।



स्मॉकिंग

सबसे पहले कपड़े पर कच्चे टांके लगाए जाते हैं। फिर टांका खींचते हैं। इससे कपड़े पर सिलवटें पड़ जाती हैं जिन पर रंग बिरंगे धागों से कशीदाकारी करते हैं। यह टाँका इलास्टिक की तरह खिंचता है। यह बच्चों या महिलाओं की पोशाकों पर अधिक बनता है।

मशीन द्वारा सिलाई

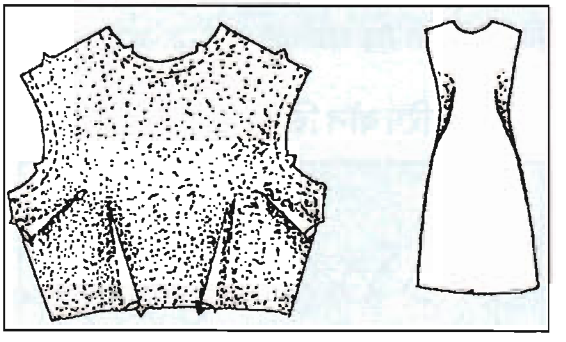
पोशाक तैयार करने के लिए कई तरह से सिलाई की जाती है -

सीम्स

यह दो कपड़ों को जोड़ने के लिए किया जाता है। इससे कपड़े एक-दूसरे से मजबूती से जुड़ जाते हैं। इससे फिनिशिंग तो आती ही है, कपड़े का आकार भी सही आता है।

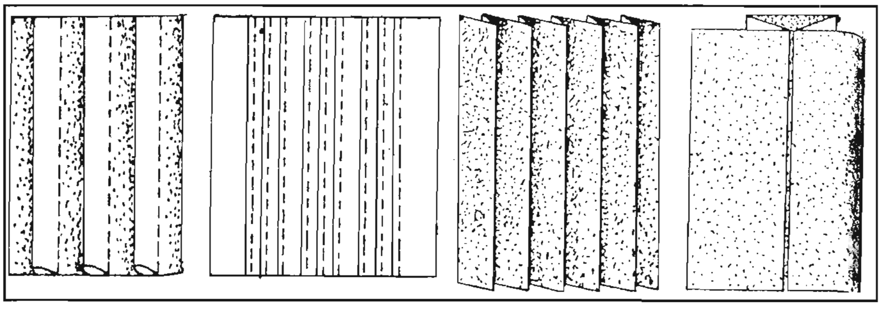
डार्टस

पोशाक को एक सही आकार देने के लिए डार्टस देते हैं। कभी-कभी कपड़े को एक खास आकार में मोड़कर बखिया लगाया जाता है। इसे ही डार्ट कहते हैं। उससे पोशाक सुन्दर बनती है तथा शेप सही आता है।



टक्स

कई बार कपड़े या सिलाई में दोष आ जाते हैं। उन्हें छुपाने के लिए या कपड़े में सुन्दरता और फिटिंग के लिए भी टक्स लगाते हैं। कपड़े को सीधी तरफ से मोड़कर एक खास चौड़ाई में बखिया किया जाता है। इसे ही टक्स कहते हैं।



प्लीट्स

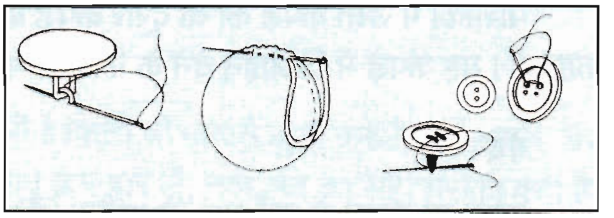
इसका उपयोग घेरे बनाने और चुन्नट डालने के लिए किया जाता है। पर्दे, स्कर्ट आदि में प्लीट्स डाली जाती है। इसके लिए ज्यादा कपड़े की जरूरत होती है। अधिक कपड़े को तह जैसी प्लीट्स लगाकर कम किया जाता है। इसे ही प्लीट्स कहते हैं।

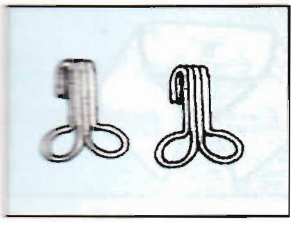
बटन होल

यह हाथ से बनाना सीख चुके हैं। इसे मशीन से भी बनाया जाता है। मशीन द्वारा कपड़े के कट भाग पर बटन होल का टाँका लगाया जाता है।

बटन

कपड़ों की ओपनिंग या खुले भाग पर बटन लगाए जाते हैं। ये खुले भाग को जोड़ते हैं। बटन काज के साइज के हिसाब से लगाने चाहिए। बटन अनेक तरह के होते हैं। जैसे- टिच बटन, सिम्पल बटन, शर्ट के बटन, कोट बटन, पैंट के बटन, कपड़े से बने हुए बटन आदि।



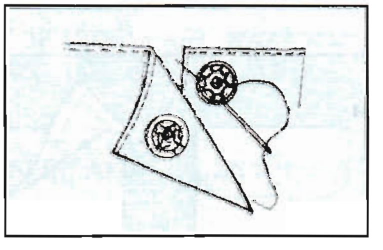


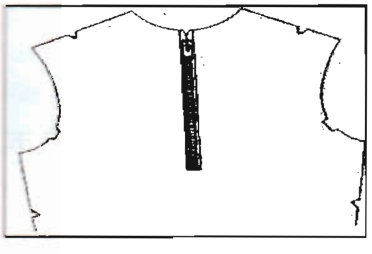
हुक व आई

हुक का प्रयोग भी कपड़े के खुले हुए भाग को बन्द करने के लिए किया जाता है। हुक को आई में लगाकर फिर बंद करते हैं। हुक कई तरह के होते हैं। जैसे ब्लाउज के हुक, पैंट के हुक, प्रेस के हुक वगैरह।

टिच बटन

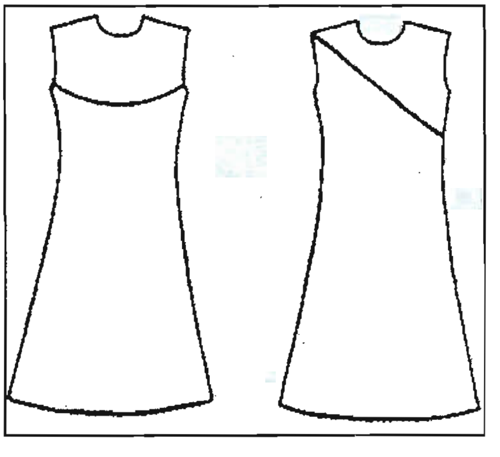
इन्हें प्रेस बटन या चुटपुटिया भी कहते हैं। ये भी कपड़े के खुले भाग को बन्द करते हैं। इनके दो भाग होते हैं। एक पर दूसरे बटन को रखकर दबाया जाता है तो ये बंद होते हैं। इनमें तीन या चार छेद होते हैं। कपड़े पर रखकर काज स्टिच से उन्हें लगा दिया जाता है।





जिप लगाना

खुले भाग को बन्द करने के लिए जिप लगाते हैं। जिप कई प्रकार की होती है। यह अलग-अलग लम्बाई की भी होती है। यह नायलोन, लोहा, पीतल या प्लास्टिक की बनी होती है। कपड़े में जहाँ जिप लगाना होता है उस स्थान पर टाँके के सहारे जिप को फिट करते हैं। उसे सीधी रखकर तथा बन्द करके लगाई जाती है। फिर उसे सिलाई से पक्का कर दिया जाता है। पर्स, बैग, फ्राक, पैंट आदि में जिप लगायी जाती है।



इलास्टिक लगाना

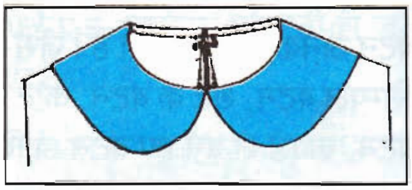
बच्चों की नेकर, चड्डी आदि में इलास्टिक लगाई जाती है। यह गोल, चपटी या चौड़ी होती है। पायजामे, नेकर आदि में इसे नेफे में डाला जाता है।

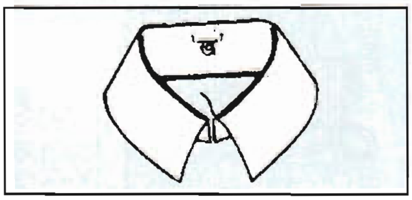
योक (मिडरिफ्ट)

पोशाकों में उसी कपड़े का या दूसरे कपड़े का जोड़ लगाया जाता है। इसी जोड़ लगाने को योक कहते हैं। यह कपड़े में डिजाइन देने के लिए या मजबूती देने के लिए लगता है।

गेदर

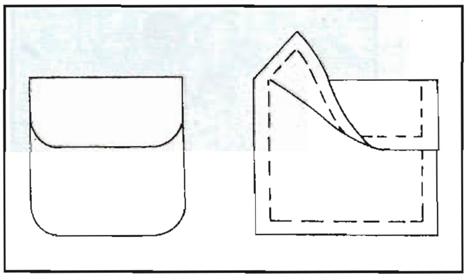
फ्राक या झबले में सुई धागे से बारीक टाँके या 5 नं. की मशीन की सिलाई लगाकर एक तरफ से धागा खींचकर कपड़े में चुन्नट डाली जाती हैं।





कॉलर

शर्ट, फ्राक, टॉप आदि में गले की सजावट के लिए विभिन्न आकार की पट्टी काटकर लगाई जाती है। यह कॉलर कहलाती है।



पॉकेट

छोटी-मोटी चीजें रखने के लिए व कपड़े की सजावट के लिए शर्ट, पेंट, फ्राक, टॉप, मिडी आदि कपड़ों में पॉकेट (जेब) लगाई जाती हैं। पॉकेट अन्दर व बाहर तथा दोनों साइड में भी लगाई जाती है।

वेल-क्रो

आजकल हुक-आई या काज-बटन के अलावा वेल-क्रो लगाने का भी फैशन है। यह कपड़े के दो भागों को मिलाने के लिए लगाया जाता है। यह लगाने में आसान होता है।

करके देखिए

- हुक-आई लगाएं।
- विभिन्न प्रकार के जिप लगाएँ।
- अलग-अलग तरह के इलास्टिक के उपयोग करें।
- योक लगाएँ।
- गेदर से कपड़े में चुन्नट डालें।

यह भी सीखिए

कपड़ों का नाप लेना

कपड़े की फिटिंग के लिए सही नाप बहुत जरूरी है किसी भी नाप से जुड़ी जरूरी बातें जानें- जैसे नाप कैसे लें, नाप लेने में क्या सावधानियाँ बरतें, नाप क्रम वार लें, नाप लेने का सही तरीका क्या है।

इंच-टेप का प्रयोग

सिलाई करने के पहले व्यक्ति के शरीर का नाप लेना जरूरी है। नाप इंच-टेप से लिया जाता है। टेप के 3'' पत्ती वाले भाग की तरफ से लम्बाई नापते हैं। 1/2'' वाली पत्ती की तरफ से गोलाई और चौड़ाई नापते हैं। इसमें सूत में भी नाप दर्शाया रहता है। 1'' में 8 सूत दिए रहते हैं।

नाप लेने का तरीका

यदि सही तरह से नाप न लिया जाए तो कपड़े की फिटिंग सहीं नहीं आ पाएगी। अत: नापते समय सही तरीके से नापना जरूरी है।

1. **सीधे नाप द्वारा :** इस तरीके से नाप लेते समय शरीर के सभी भागों को अलग-अलग नापते हैं।
2. **छाती का नाप :** इस तरीके से छाती का नाप लिया जाता है। उसी आधार पर पूरे शरीर के साइज का अनुपात निकालकर ड्राफ्ट किया जाता है।

नाप को तीन भागों में बाँटते हैं

1. **लम्बाई का नाप :** लम्बाई के नाप में कंधे से कमर तथा बाजू की लम्बाई आदि आती है।
2. **चौड़ाई का नाप :** इसमें अन्तर्गत कई नाप लिए जाते हैं जैसे तीरा, क्रास, चेस्ट आदि।
3. **गोलाई का नाप :** यह इंच टेप घुमाकर ली जाती है। इसमें छाती, कमर, गला, हिप, घुटना, पिण्डली, मोहरी आदि की नाप आती है।

कौन-कौन से हिस्सों की नाप लेना चाहिए

- सीने का नाप
- गले का नाप
- कमर का नाप
- सीट का नाप
- तीरे का नाप
- बाँहों का नाप

नाप लेते समय कुछ बातों का ध्यान रखें

- इंच टेप पूरी तरह खुला हो, मुड़ा न हो।
- गोलाई का नाप 3-4 उंगलियों को टेप पर रखकर लें। नापते समय अंगूठा बाहर रखें।
- लम्बाई लेते समय टेप की 3'' वाली पत्ती की ओर से लें। चौड़ाई का नाप 1/2'' पत्ती वाले भाग की ओर से ले।
- नाप लेते समय ध्यान रखें कि हाथ व्यक्ति के किसी अंग को न छुए।
- नाप सीधे खड़ा करके लें।
- नाप लेते समय व्यक्ति के दाएं तरफ खड़े रहना चाहिए।
- नाप साइड में होकर लेना चाहिए ताकि इंच टेप मुड़े तो पता चल जाए।
- नाप लेते समय अधिक बोलना नहीं चाहिए।
- सही नाप लेकर नोट बुक में लिख लेना चाहिए।
- नाप लेते समय ऊनी कपड़े उतारकर नाप लेना चाहिए।

सोचिए और चर्चा कीजिए

- इंच टेप का प्रयोग क्यों किया जाता है ?
- टेप की 3'' वाली पत्ती की ओर से क्या नापते हैं।
- 1/2'' वाली पत्ती की ओर से क्या नापते हैं।
- सही नाप न लें तो क्या होगा।
- नाप लेते समय कौन-कौन सी बातों का ध्यान रखना चाहिए।

आइए, अब आगे बढ़ें

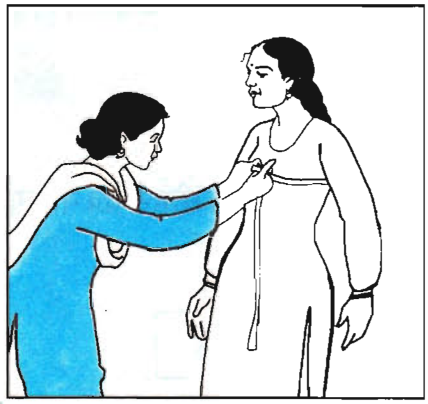
नाप लेने के तरीके

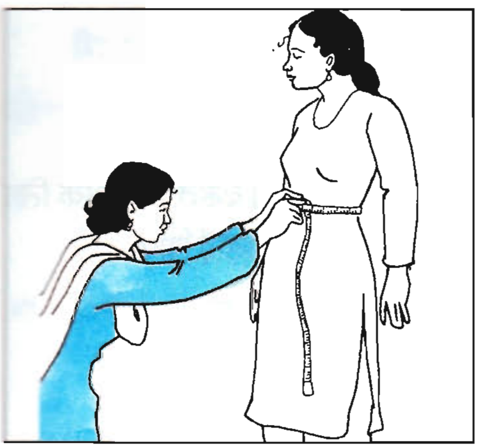
नाप हमेशा क्रम से यानी एक के बाद एक अंग का लेना चाहिए । अगर ऊपर से ले रहे हैं तो ऊपर से नीचे नाप लें। अगर चौड़ाई में लें तो सभी चौड़ाई के नाप एक साथ लें। लम्बाई के सभी नाप एक साथ लेना चाहिए।

गोलाई का माप

सीने का नाप

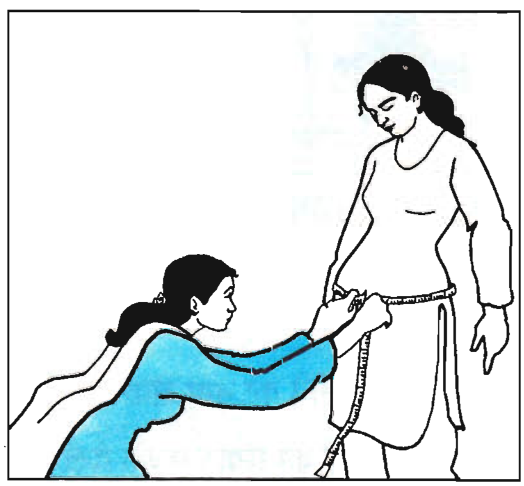
सीने (छाती) के नाप को गोलाई में लेते हैं। इसके लिए इंच टेप को दोनों बगलों के बीच से निकालकर गोलाई में नाप लेते हैं। मर्दों की छाती की नाप को चेस्ट की नाप लेना कहते हैं। औरतों की छाती की नाप को ब्रेस्ट की नाप कहते हैं।





कमर का नाप

कमर का नाप भी गोलाई में लेते हैं। कमर का नाप छाती और हिप के बीच के कम भाग में लिया जाता है।



सीट का नाप

कमर के नीचे उभरे हुए (हिप) भाग के नाप को सीट का नाप कहते हैं।

गले का नाप

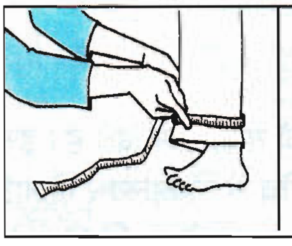
गर्दन का नाप गोलाई में लिया जाता है। नापते समय उंगली अंदर और अंगूठा बाहर होना चाहिए।

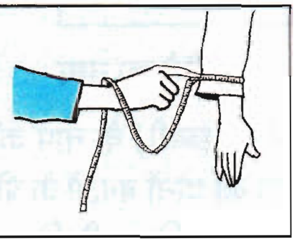
घुटने का नाप

घुटने का नाप इस पर निर्भर करता है सिलाई होने वाला कपड़ा ढीला रहेगा या टाइट जैसे पैंट का नाप ढीला रखा जाता है। मगर चूड़ीदार पायजामा टाइट होता है।

पिण्डली

चूड़ीदार पायजामे के लिए पिण्डली का नाप में लिया जाता है।

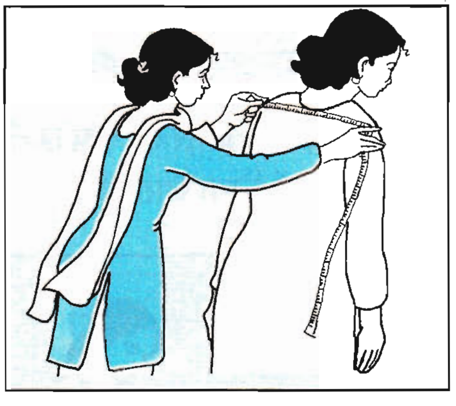




मोहरी

बाजू का कफ तथा मोहरी का नाप गोलाई में लिया जाती है।

चौड़ाई का नाप



तीरे का नाप

कंधे की नाप को तीरे का नाप लेना कहते हैं। इसके लिए एक कंधे से दूसरे कंधे तक की चौड़ाई नापते हैं।

लम्बाई का नाप

करके देखिए

- कमर व सीने का नाप लेकर नोट करें।
- एल स्केल का प्रयोग करके देखें।

आस्तीन का नाप

कंधे से लेकर बाजू की जितनी लम्बाई की जरूरत होती है, उसके अनुसार नाप लिया जाता है।

कंधे से कमर तक का नाप

कंधे से कमर तक का नाप पीछे से लिया जाता है।

पैर की लम्बाई

पैंट या सलवार का नाप नाभि से 1'' नीचे रखकर पैर के अंगूठे तक लिया जाता है।

गिदरी की लम्बाई

जाँघ के नीचे से लम्बाई जितनी रखनी है उस अनुसार नाप लिया जाता है।

करके देखिए

- कमर व सीने का नाप लेकर नोट करें।
- एल स्केल का प्रयोग करके देखें।

अब तक हमने सीखा

- हाथ से बनाए जाने वाले टाँके।
- सजावटी टाँकों से पोशाक को सजाना।
- मशीन द्वारा की जाने वाली विभिन्न प्रकार की सिलाई।
- पोशाक तैयार करने हेतु लम्बाई, चौड़ाई तथा गोलाई में नाप लेना।

आँखों की देखभाल

आँखें ईश्वर की अनमोल देन है। आँखों से ही हम इस दुनिया को देख सकते हैं। आँखें हमारे शरीर का सबसे महत्वपूर्ण एवं नाजुक अंग है। इसलिए इनकी उचित देखभाल करना बहुत जरूरी है। आँखों को स्वस्थ एवं सुरक्षित रखने के लिए निम्नलिखित बातों को ध्यान में रखें :

ऐसा करें

- सुबह उठते ही आँखों को साफ पानी से धोएं।
- आँखों को स्वस्थ रखने के लिए विटामिन 'ए' वाले पदार्थों का सेवन करें। जैसे- हरी पत्तेदार सब्जियाँ, दूध, अण्डे, मछली, आम, पपीता, गाजर, टमाटर आदि।
- शिशु को विटामिन 'ए' की खुराक 9 माह, 18 माह, 24 माह, 30 माह और 36 माह की उम्र में पिलाएं। इससे रतौंधी की बीमारी से बचाव होगा।

ऐसा न करें

- कम रोशनी में सिलाई और पढ़ने का काम न करें। इससे नजर कमजोर हो जाती है।
- तीर-कमान, नुकीली चीजें जैसे- कैंची, चाकू, सुई आदि को बच्चों की पहुँच से दूर रखें।
- बच्चों को नुकीली चीजों से खेलने न दें।
- चूना, डिटरजेंट पावडर, एसिड आदि संभालकर बच्चों से दूर रखें।
- आँख में कोई चीज, धूल, मिट्टी, कचरा आदि जाने पर आँख को मसले नहीं। किसी प्याले या हथेली में साफ पानी लेकर उसमें आँखें खोलें व बंद करें।

इन स्थितियों में लापरवाही न करें

- जब आँखों में कचरा, धूल या कोई अन्य चीज चली जाए जो आँखों को पानी से धोने पर भी न निकले।
- आँखों में जलन होने पर या आँखें लाल होने पर।
- सिलाई करते समय, पढ़ते समय या टी.वी. देखते समय सिरदर्द होता हो या साफ न दिखाई देता हो।
- शिशु की आँखें बहुत अधिक चिपकती हों या अधिक आँसू आते हों।
- बच्चा बहुत पास से किताब पढ़ता हो या टी.वी. देखता हो।
- आँखों में कोई बीमारी होने पर। जैसे- मोतियाबिन्द, काँचबिन्द, रोहे, आँखें लाल होने की बीमारी (कंजेक्टिवाइटिस) आदि।
- मोतियाबिन्द का इलाज सिर्फ एक छोटा-सा ऑपरेशन है। इससे अधिकांश लोगों के आँखों की रोशनी वापस आ सकती है।
- आँख में भेंगापन हो या बहुत अधिक हिलती हो।
- रात में कम दिखाई देता हो या बिल्कुल न दिखाई देता हो।
- ऊपर बताई गई स्थितियों में आँखों के डॉक्टर से सम्पर्क करें।
- यदि नजर कमजोर है तो आँखों की जाँच करवाकर चश्मा लगाएं। चश्मा लगाने में कोई शर्म की बात नहीं है। चश्मा न लगाने से नजर और अधिक कमजोर हो सकती है। चश्मा लगाने के बाद साल भर में एक बार आँखों की जाँच जरूर कराएं। हो सकता है आपके चश्मे का नम्बर कम या अधिक हो गया हो।
- आँखों के मामले में लापरवाही करना ठीक नहीं है। इससे आँखों की रोशनी चले जाने का खतरा हो सकता है। कभी भी नीम-हकीम से इलाज न कराएं।

अध्याय -3

कपड़ों की ड्राफ्टिंग तथा पैटर्न बनाना

इस अध्याय में हम सीखेंगे

- ड्राफ्टिंग करना
- पैटर्न बनाना
- लेआऊट बनाना
- सिलाई कटाई के प्रचलित शब्द

आइए हम शुरू करें

ड्राफ्टिंग तथा पैटर्न बनाना

ड्राफ्टिंग का अर्थ : पोशाक बनाने के लिए नाप लेकर कागज या कपड़े पर एक खाका बनाया जाता है। इसे ही ड्राफ्टिंग कहते हैं। ड्राफ्टिंग करने का उद्देश्य होता है वस्त्र को सही फिनिशिंग तथा सही नाप देना। इससे समय की बचत तो होती ही है, साथ ही गलत कटाई के कारण कपड़े का नुकसान होने की संभावना नहीं रहती। पोशाक की फीटिंग सही आती है। ड्राफ्टिंग कर लेने से आल्टरेशन करने की जरूरत नहीं पड़ती।

ड्राफ्टिंग दो प्रकार की होती है

स्केल ड्राइंग : कुछ ड्राफ्टिंग छोटे आकार में नमूने के लिए किए जाते हैं। इन्हें कॉपी या कागज पर उतारा जाता है। इसे स्केल ड्राइंग कहते हैं।

ड्राफ्टिंग : पोशाक सिलने के लिए कपड़े, कागज या मिल्टन क्लॉथ आदि पर जो ड्राइंग बनाई जाती है उसे ड्राफ्टिंग कहते हैं।

पेपर पैटर्न बनाना

पैटर्न काटने के पहले पूरा पैटर्न चैक कर लें। पैटर्न को लाइनों पर से काटें। कटिंग करते समय कपड़े को सावधानी से काटना चाहिए।

पोशाक बनाने के पहले पेपर या कागज पर पैटर्न या नमूना काट लिया जाता है। पेपर पैटर्न बना लेने से उसी के अनुसार कपड़े का नाप ले सकते हैं। इससे समय की बचत होती है और लेआऊट करने में सुविधा होती है। कई डिजाइन कागज पर बनाकर देखे जा सकते हैं। पैटर्न बनाकर नमूने को अपने पास रखा जा सकता है। जरूरत पड़ने पर इसका उपयोग जब चाहें तब कर सकते हैं।

पेपर पैटर्न के प्रकार

ये कई प्रकार के होते हैं

साधारण पैटर्न (आर्डिनरी पैटर्न) : सामान्यतौर पर पेपर पर जो पैटर्न काटा जाता है उसे साधारण पैटर्न कहते हैं। चाहे यह छोटा पैटर्न हो या किसी नाप को लेकर बनाया गया हो।

व्यक्तिगत (इनडीविजुअल) पैटर्न : यह किसी व्यक्ति की खास नाप लेकर बनाया गया पैटर्न होता है।

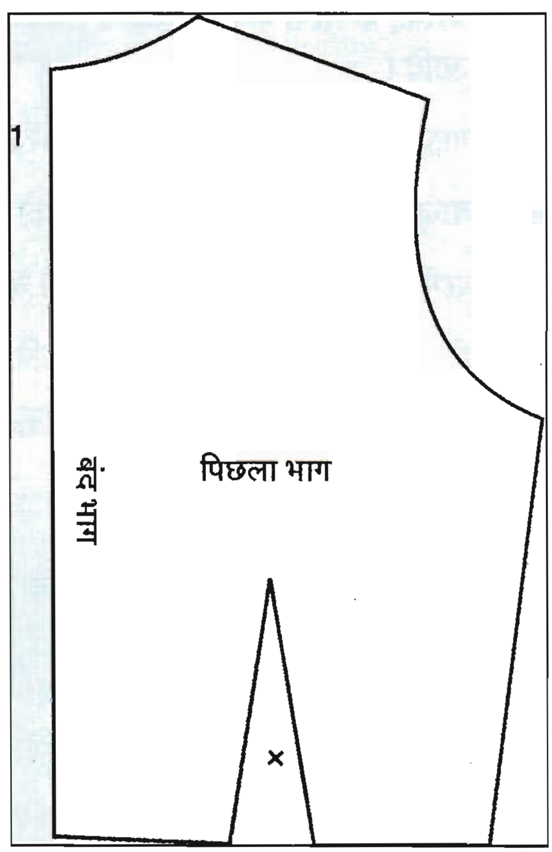
अंतिम पैटर्न (फाइनल पैटर्न) : जिस पैटर्न में कोई कमी नहीं रहती उसे फाइनल मान लिया जाता है।

ग्रेडेड पैटर्न : यह एक ही पैटर्न अलग-अलग साइजों में कटा होता है। जैसे 32″, 36″, 40″ के चेस्ट के पैटर्न बने होते हैं।

पेपर पैटर्न बनाने की विधि

ड्राफ्ट बनाने के बाद कागज को उसी अनुसार काट लेते हैं। यही पेपर पैटर्न है। इसे बनाने की विधि इस प्रकार है -

- सबसे पहले नोट बुक सामने रखें।
- पैटर्न पूरी साइज का होना चाहिए।
- ड्राफ्टिंग कागज की खुरदरी तरफ बनाना चाहिए।
- ड्राफ्ट हमेशा फुल स्केल पर बनाएँ।
- लाइनें चॉक से बनाएँ। फालतू लाइनें हों तो उन्हें काट दें।
- पैटर्न बनाने के पहले डार्ट, गैदर्स, टर्निंग आदि के निशान लगाएँ।
- जेब, बटन होल, बटन आदि के निशान लगाएँ।



- यदि कपड़े के दो हिस्से बराबर हों तो आधे हिस्से का पैटर्न बना सकते हैं जैसे- फ्रंट का आधा बैक का आधा।
- पैटर्न बनाते समय बड़ा हिस्सा पहले बनाएँ, छोटा हिस्सा बाद में बनाएँ।

ड्राफ्टिंग व पेपर पैटर्न बनाते समय ध्यान रखें

- सभी उपकरण आपके पास होने चाहिए
- ड्राफ्टिंग हमेशा बोर्ड, टेबल या कड़ी चीज पर करें।
- ड्राफ्ट बनाते समय कागज में ड्राफ्ट पिन लगाकर उसे फिक्स कर दें ।
- मार्जिन के लिए कागज पर 1'' की जगह जरूर छोड़ें।
- लम्बाई की साइड में आड़ी लाइन खींचें यह 1. बॉटम लाइन तथा 2. टॉप लाईन के लिए होगी।
- टॉप लाइन दाईं तरफ तथा बॉटम लाइन बांई तरफ होती है।
- लम्बाई की लाइन पर सभी लम्बाई के नापों के निशान लगाएं जैसे छाती, कमर, गला, आसन आदि।
- चौड़ाई के नापों के निशान लगाएं जैसे गले की चौड़ाई, तीरे की चौड़ाई, छाती व कमर की नाप आदि।
- गाइड लाइन का इस्तेमाल जरूर करें।
- बाजू (आर्म होल) तथा गले आदि को गोलाई में शेप दें।
- सभी लाइनें सीधी तथा पतली होनी चाहिए।
- डिजाइन दिखाने के लिए दूसरे रंग की पेंसिल या पेन का उपयोग करें।
- ड्राफ्टिंग हमेशा कपड़े के उल्टे भाग पर करें।
- ड्राफ्टिंग साफ सुथरी होनी चाहिए।

करके देखिए

- ड्राफ्ट बनाएँ। पहले कागज पर फिर कपड़े पर बनाएँ।
- पैटर्न बनाकर बताएँ।
- विभिन्न प्रकार के पैटर्न बनाना सीखिए।

अब आगे बढ़ें

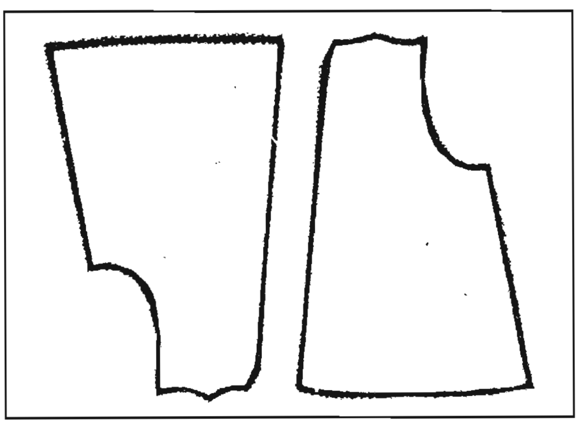
ले आऊट बनाना

कपड़े पर पैटर्न रखकर जो निशान बनाए जाते हैं उसे ले आऊट कहते हैं। कपड़े पर दबाव का ध्यान रखकर और कपड़े की बचत करते हुए निशान लगाए जाते हैं। कपड़ा कम हो तो ले आऊट से आसानी होती है। ले-आऊट से हमारे सामने कपड़े की स्थिति सामने आ जाती है कि कपड़ा पर्याप्त होगा या कम पड़ेगा। ले-आऊट बनाने के पहले कपड़ा पानी में भिगोकर श्रिंक कर लें ताकि कपड़ा सही नाप का बन सके।

ले आऊट बनाने का तरीका

कपड़े को फोल्ड करके उस पर पैटर्न रखते हैं। फ्रन्ट ओपन रखने पर फ्रन्ट पीस का पैटर्न, कमी वाली साइड व बैक का फोल्ड साइड रखेंगे। सामने का भाग रखने के बाद उस पर दबाव व टर्निंग रखेंगे। इसी प्रकार बैक में भी दबाव रखा जाएगा। ले-आउट हमेशा कपड़े के उल्टे भाग पर करें। ले आऊट करने के पहले कपड़े को पानी में भिगोकर श्रिंक कर लेना चाहिए। उसके बाद कपड़े को आयरन करके ही ले आऊट बनाएँ।

ले आऊट के कुछ नमूने



कपड़ा दुहरी तह

सोचिए और चर्चा कीजिए

- ले आऊट क्यों बनाया जाता है ?
- ले आऊट करने के पहले कपड़े को श्रिंक क्यों कर लेना चाहिए ?
- ड्राफ्टिंग बनाने के क्या लाभ हैं ?
- पेपर पेटर्न बनाने की विधि।

आइए आगे बढ़ें

सिलाई-कटाई के कुछ प्रचलित शब्द

ताना-बाना : कपड़े के लम्बाई की ओर से ताना कहलाता है। चौड़ाई की ओर जा रहे धागे को बाना कहते हैं।

ग्रेन लाइन : ताने एवं बाने की दिशा को ही कपड़े की ग्रेन लाईन कहते हैं।

सीम : दो कपड़ों को जोड़ने के लिए जो सिलाई होती है उसे ही सीम कहते हैं।

फेसिंग : कपड़े के अन्दर की तरफ जो पट्टी रहती है उसे फेसिंग कहते हैं।

बेस लाइन : जिस लाइन पर ड्राफ्टिंग की जाती है उसे बेस लाइन कहते हैं।

उरेब पट्टी : 45° के कोण पर काटी गई कपड़े की तिरछी पट्टियों को उरेब या बायस पट्टी कहते हैं।

हेम : फिनिशिंग देने के लिए कपड़े को मोड़कर हाथ की सिलाई करने को हेमिंग या तुरपई कहते हैं।

लेइंग : कटिंग करने के पहले कपड़ा बिछाने को लेइंग कहते हैं।

ओपनिंग : कपड़े को पहनने तथा उतारने की सुविधा के लिए कपड़े में कुछ खुला भाग छोड़ा जाता है। उसे ओपनिंग कहते हैं।

स्लिट : साइड में जो खुला भाग होता है उसे चाक या स्लिट कहते हैं।

मार्जिन : कपड़े की सिलाई के बाद कुछ गुंजाईश रखी जाती है ताकि जरूरत पड़ने पर कपड़ा खोलकर बढ़ाया जा सके, ढीला किया जा सके।

लाइनिंग : पतले कपड़ों के नीचे अलग से जो कपड़ा लगाते हैं उसे लाइनिंग कहते हैं।

टर्निंग : कपड़े की लम्बाई को नीचे से ज्यादा मोड़ा जाता है। जरूरत पड़ने पर कपड़े की लम्बाई बढ़ाई जा सकती है।

टर्न-अप : टर्निंग के बाद जो कपड़ा सीधी ओर (बाहर की तरफ) मोड़ा जाता है, उसे टर्न-अप कहते हैं।

फिनिशिंग : सिलाई के बाद कपड़े और सिलाई की सफाई के लिए धागे काटे जाते हैं। इसे फिनिशिंग कहते हैं।

बटन स्टैण्ड : जिस पट्टी पर बटन लगाए जाते हैं उसे बटन स्टैण्ड कहते हैं।

वार्प : कपड़े के ताने को वार्प कहते हैं।

पेपर पैटर्न : पेपर पर ड्राफ्टिंग बनाकर उसे काटने को पेपर पैटर्न कहते हैं।

आर्म होल(मोढ़ा): बाजू के लिए जो गोलाई काटते हैं उसे आर्म होल कर्व कहते हैं।

ट्राई : कपड़े को कच्चा करके नापने के लिए बनाने को ट्राई कहते हैं।

ड्रैम्प क्लाथ : ऊनी कपड़ों को प्रेस करते समय कपड़ा गीला करके उस पर प्रेस करते हैं। इसे ड्रैम्प क्लाथ कहते हैं।

ट्रिमिंग : कपड़े को सजावट देने के लिए कुछ चीजों का प्रयोग होता है, उसे ट्रिमिंग कहते हैं।

गिदरी : टाँगों के नीचे का भीतरी भाग गिदरी कहलाता है।

प्ले किट : कपड़े का खुला भाग जिसे हुक, बटन, जिप से बन्द किया जाता है।

ऑल्टरेशन : सिलाई में यदि कोई कमी रह जाती है तो उसे खोलकर ठीक करने को ऑल्टरेशन कहते हैं।

सेल्वेज : कपड़े की कत्री (दोनों किनारों) को सेल्वेज कहते हैं।

टैकिंग : लेस आदि के साथ कपड़े को जोड़ना टैकिंग कहलाता है।

स्लीव हैड : आस्तीन की ऊपरी गोलाई स्लीव हैड कहलाती है।

रिनोवेशन : पुराने कपड़े को नया रूप देना रिनोवेशन कहलाता है।

फ्लेयर : किसी भी कपड़े के घेरे को फ्लेयर कहते हैं।

गार्ज : गले की गोलाई को गार्ज कहते हैं।

आयरन स्कीपिंग : गर्म आयरन में जब पानी सटता है तो एक आवाज होती है उसे आयरन स्कीपिंग कहते हैं।

अब तक हमने सीखा

- पोशाक तैयार करने हेतु ड्राफ्टिंग करना।
- पेपर पैटर्न के विभिन्न प्रकार।
- पेपर पैटर्न बनाने की विधि।
- ड्राफ्टिंग एवं पेपर पैटर्न बनाते समय ध्यान रखने योग्य बातें।
- ले आऊट बनाना।
- सिलाई-कटाई के कुछ प्रचलित शब्द।

जनसंख्या एवं विकास शिक्षा

दुनिया में चीन के बाद भारत ही ऐसा देश है जहाँ विश्व की सबसे ज्यादा जनसंख्या रहती है। जनसंख्या की वृद्धि इतनी ज्यादा हो रही है कि प्रतिवर्ष हमारे देश में आस्ट्रेलिया की जनसंख्या के बराबर शिशु जन्म लेते हैं।

- तेजी से जनसंख्या बढ़ने के कारण भारत में भुखमरी एवं गरीबी की समस्या बढ़ रही है। भोजन की समस्या सबसे गम्भीर समस्या है।
- जनसंख्या की वृद्धि से निरक्षरता एवं बेकारी बढ़ रही है।
- जनसंख्या की वृद्धि से आवास की समस्या बढ़ रही है। यही कारण है कि दिन प्रतिदिन मलीन बस्तियाँ (गन्दी बस्तियाँ) बढ़ती जा रही हैं। जीवन स्तर निम्न होता जा रहा है। यहाँ कई अपराधिक गतिविधियाँ पनपती हैं।
- रहने के मकान कम होने से कच्चे मकान और झोपड़ियों की संख्या बढ़ती जा रही है जहाँ इलाज एवं दवाइयाँ भी नहीं मिल पाती हैं।
- स्वास्थ्य सेवाएं न मिल पाने से लोग गंभीर रोगों के शिकार होते हैं।
- हमारे देश में नवजात शिशुओं की मृत्युदर बहुत ज्यादा होती है।
- लड़का एवं लड़की का भेदभाव भारत में भी देखने को मिलता है।
- आबादी बढ़ने से बेरोजगारी बढ़ी है।
- 11 मई, 2000 को भारत की जनसंख्या 1 अरब हो गई है।
- भारत में हर साल 1 करोड़ 55 लाख जनसंख्या की वृद्धि होती है।
- देश में आर्थिक, सामाजिक विकास की गति को तेज करने के लिए जरूरी है कि जनसंख्या वृद्धि पर रोक लगाई जाए।

अध्याय - 4

विभिन्न पोशाक बनाने के लिए कपड़ों व रंगों का सही चयन

इस अध्याय में हम सीखेंगे

- पोशाक के अनुसार सही कपड़ों का चयन।
- रंगों का चुनाव।
- रंग संयोजन।
- कलर हारमोनी।

आइए हम शुरू करें

सही कपड़ों का चयन

कपड़े खरीदते समय जो पोशाक बनानी है उसी के अनुसार कपड़े का चयन करना चाहिए। जैसे- ब्लाउज के लिए रूबिया, पायजामे के लिए पॉपलीन। आइए अन्य पोशाकों के लिए कपड़ो का चयन कैसे करे जानिए :

फ्राक फ्राक बनाने के लिए रूबिया, क्रेप, सूती, टेरीकाट, पापलीन, वायल आदि कपड़े ठीक रहते हैं। यदि कपड़े ब्रॉकेट, लेस, अरगंडी आदि के हों तो लाइनिंग दी जाती है ताकि कपड़ा बच्चों को चुभे नहीं।

नाईट सूट (नाईटी) सूती, रूबिया, टेरीकॉट, वाश-एन-वियर आदि कपड़ों से रात को पहनकर सोने वाले कपड़े बनते हैं।

ब्लाउज रूबिया, टेरी रूबिया, टेरी सिल्क आदि।

सलवार सूट सिल्क, सूती, रूबिया, लिजी-बिजी, क्रेप, जॉरजेट आदि।

पैंट मोटे कपड़े जैसे कॉडरा, क्रेप, खद्दर, टेरीकॉट, टेरीवूल आदि।

जीन्स जीन्स बनाने के लिए जीन के कपड़े।

शर्ट टेरीकॉट, कॉट्स-वूल, सेंचुरी, सूती कपड़े।

कुर्ता पायजामा मुलायम कपड़ा जैसे टेरीकॉट, पापलीन, खादी, सिल्क, मलमल।

स्कर्ट सूती, जीन, टेरीकॉट आदि।

करके सीखें

1. विभिन्न प्रकार के कपड़ों को देखकर पहचानें।

आइए, अब आगे बढ़ें

रंगों का चुनाव

- गोरे रंग के लिए - पीला, गहरा नीला, लाल, परपल, भूरा रंग जँचता है।
- सुनहरा भूरा रंग - लाल बाल, नीली आँखें और गोरी त्वचा के लिए - लाल, सन्तरी, जामुनी, लाल ब्राउन, गुलाबी, सफेद रंग जंचते हैं।
- सांवला रंग - सफेद, पीले और जामुनी रंगों का प्रयोग ऐसे रंग वाले लोगों को नहीं करना चाहिए।
- मौसम के अनुसार रंग - गर्म मौसम में हल्का रंग ठीक रहता है। यह शीतल तथा आराम दायक होता है। ठंड में गहरे रंग के मोटे कपड़े पहने जाते हैं।

रंग संयोजन

कपड़ों की सिलाई में रंगों के मेल का बहुत महत्व है। यदि रंगों का मेल, बटन तथा धागों का मेल सही नहीं है तो कपड़े की सुन्दरता फीकी पड़ जाती है। इसलिए रंगों के मिलान तथा उनके काम्बीनेशन की जानकारी होना बहुत जरूरी है।

रंग संयोजन कपड़े की कई कमियों को छुपा देता है। यदि आकर्षक और सुन्दर रंगों का तालमेल हो तो कपड़े लोगों को अपनी ओर आकर्षित करते हैं।

रंगों का चुनाव करते समय यह ध्यान रखें कि जिसके लिए पोशाक बन रही है उसके -

- बालों का रंग, आँखें और चेहरा कैसा है।
- आयु कितनी है।
- पूरा व्यक्तित्व कैसा है।
- किस जगह काम करता है और किस तरह का काम करता है।

कलर हारमोनी

जिन रंगों का मेल मन को आकर्षित करे वह कलर हारमोनी कहलाती है। पाँच रंगों से अधिक के मेल का प्रयोग कभी नहीं करना चाहिए। जो भी रंग आपस में लगाए जाएँ उनके बीच तालमेल होना जरूरी है। कलर हारमोनी के मुख्य रंग हैं -

अनुरूप हारमोनी

ये वो रंग हैं जो धीरे-धीरे आपस में मिल जाते हैं। जैसे पीले में हरा या लाल में नारंगी।

एकरंगा हारमोनी

जहाँ एक ही रंग के गहरे व हल्के रंग लगाए जाते हैं उसे मोनोक्रोमेटिक कहते हैं। जैसे हलका पीला, पीला, गहरा पीला।

पूरक व विपरीत हारमोनी

विपरीत रंगों के मिलने से जो रंग बनता है उसे कॉम्पलीमैन्ट्री हारमोनी कहते हैं। जैसे पीला और हरा विपरीत रंग है। जो देखने में अच्छा लगता है।

प्रभावशाली या आकर्षक हारमोनी

रंगों का उभार लाने के लिए कई प्रकार के शेड्स का प्रयोग होता है। इसे डोमीनेट हारमोनी कहते हैं।

सम्बन्धित हारमोनी

दो प्राइमरी रंगों को मिलाकर जो तीसरा रंग बना है उसे लगा दिया जाता है। इसके साथ ही न्यूट्रल कलर स्कीम लगा दी जाती है। जैसे लाल + पीला, नारंगी + स्लेटी, नारंगी + काला, नारंगी + सफेद।

कलर कंट्रास्ट

कलर कंट्रास्ट की वजह से कपड़े सुन्दर लगते हैं। हर एक प्राइमरी रंग दूसरे प्राइमरी रंगों का कंट्रास्ट होता है। जैसे

लाल रंग का कंट्रास्ट कलर पीला, नीला, हरा है।

पीले रंग का कंट्रास्ट कलर नीला, लाल, जामुनी है।

नीले रंग का कंट्रास्ट पीला, लाल, नारंगी है।

कंट्रास्ट की जानकारी रहने से कपड़े की डिजाईन करने में सुविधा रहती है।

रंग संयोजन करते समय ध्यान रखने योग्य बातें

वस्त्र के आधार रंग (बेस कलर) के अनुसार

वस्त्र का आधार रंग (बेस कलर) कैसा है इस पर सबसे पहले विचार करना चाहिए। पहले एक रंग

लगाएं फिर धीरे-धीरे उससे मैच करते हुए दूसरे रंग लगाना चाहिए। दो या तीन रंगों से अधिक का प्रयोग नहीं करना चाहिए।

डिजाइन के अनुसार

कपड़ों में डिजाइन रंगों के अनुसार भी किया जाता है। जैसे - पेड़-पौधों का रंग दिखाना हो तो हरे रंग का इस्तेमाल करें। फूलों के लिए गुलाबी, जामुनी, नीला, सफेद रंग का इस्तेमाल करें।

पहनने वाले के अनुसार

बच्चों के लिए आकर्षक, भड़कीले और चटकीले रंगों का प्रयोग किया जा सकता है। बड़ों के लिए उनकी उम्र को देखते हुए सामान्य (हल्के रगों) का प्रयोग करना चाहिए। पोशाक और उम्र को देखते हुए कपड़ों का डिजाइन बनाना उचित रहता है।

जलवायु और मौके के अनुसार

ठण्डे प्रदेशों के लिए गहरे रंग की पोशाकों की जरूरत होती है और गर्म प्रदेशों के लिए हल्के रंग की पोशाकें ठीक रहती हैं।

सोचिए और चर्चा कीजिए

- पोशाक के अनुसार कपड़े का चयन कैसे करेंगे ?
- पोशाक बनाते समय कपड़े के रंगों का चुनाव कैसे करेंगे ?
- कलर हारमोनी किसे कहते हैं।
- गोरे लोगों ने किस रंग के कपड़े पहनना चाहिए ?
- मौसम के अनुसार कपड़ों का चयन कैसे करेंगे ?

अब तक हमने सीखा

- पोशाक के अनुसार सही कपड़े का चयन करना।
- पोशाक के लिए रंग संयोजन करना।
- व्यक्तित्व व त्वचा के रंग के अनुसार रंगों का चयन करना।
- कलर हारमोनी द्वारा रंगों का सही तालमेल करना।

पोषक आहार एवं पौष्टिक व्यंजन

स्वस्थ शरीर में ही स्वस्थ मन का निवास होता है। यदि शरीर स्वस्थ रहेगा तो घर-बाहर के सभी काम अच्छी तरह किए जा सकते हैं।

भोजन हमारे शरीर की पहली आवश्यकता है। यह अच्छे स्वास्थ्य का आधार है। स्वस्थ शरीर के लिए पोषक एवं संतुलित आहार जरूरी है। पोषक एवं संतुलित आहार का मतलब ऐसा भोजन जिसमें सभी तत्व मौजूद हों। भोजन के मुख्य छह तत्व हैं। कार्बोज, प्रोटीन, वसा (चिकनाई), खनिज लवण, विटामिन और पानी।

कार्बोज

यह हमें ताकत देता है यह अनाजों, मीठे फलों तथा गुड़-शक्कर से मिलता है।

प्रोटीन

यह तत्व शरीर की बाढ़ के लिए जरूरी है। यह हमें दालों, दूध-दही, अंडा, मांस, मछली, सूखे मेवों आदि से मिलता है।

वसा (चिकनाई)

इससे शरीर को ऊर्जा मिलती है। त्वचा चिकनी बनती है। यह चर्बी बनाती है। चोटों से शरीर की रक्षा करती है। वसा घी, तेल, मक्खन, मूंगफली, तिल्ली, नारियल आदि से मिलती है।

खनिज लवण

ये हड्डियों, दांतों, मांसपेशियों और स्नायुओं का निर्माण करते हैं। ये लवण शरीर में नमक तथा पानी का संतुलन बनाए रखते हैं। ये कई तरह के होते हैं। जैसे- कैल्शियम, लौह, आयोडिन, पोटेशियम, नमक आदि। ये हमें दूध-दही, हरी पत्तेदार सब्जियों, कंद, सूखे मेवे, अंडा, मांस, कलेजी, दलिया-गुड़ आदि से मिलते हैं।

विटामिन

ये शरीर को चुस्त-दुरूस्त करते हैं। शक्ति देते हैं। बीमारियों से रक्षा करते हैं। विटामिन हमें फलों, सब्जियों, छिलके वाली दालों, अंकुरित अनाजों से मिलते हैं। पांच प्रमुख विटामिन हैं-विटामिन ए, बी, सी, डी और ई।

पोषक एवं संतुलित आहार से ही शरीर निरोगी, ताकतवर और चुस्त बना रहता है।

पानी

पानी भोजन का सबसे महत्वपूर्ण तत्व है। यह भोजन पचाने में मदद करता है। शरीर से गंदगी बाहर निकाल देता है। हमें रोज 8-10 गिलास पानी जरूर पीना चाहिए।

कम लागत के पौष्टिक व्यंजन बनाने की विधियाँ

कम लागत में भी पौष्टिक व्यंजन तैयार किए जा सकते हैं। ये चीजें हमारे घरों में ही मौजूद रहती हैं। जैसे- मूँग, मोठ, तरह-तरह की दालें, मूंगफली के दानें, गुड़-शक्कर आदि।
आइए कुछ पौष्टिक व्यंजन बनाने की विधियों के बारे में जानें -

1. अंकुरित मूंग, मोठ, चने

अंकुरित अनाज बहुत ही पौष्टिक आहार है। यह सरलता से बनकर तैयार हो जाता है। मूंग, मोठ या चने को रात्रि में पानी में भिगोकर रखें। सुबह पानी निथारकर एक सूती कपड़े में बांधकर ढंककर रख दें। दूसरे दिन उनमें अंकुर निकल आएँगे। थोड़ी-थोड़ी मात्रा में इनका नियमित सेवन करें। तेल गरम कर जीरे से तड़का लगाकर व नींबू, नमक डालकर स्वाद बढ़ाया जा सकता है।

2. गुड़, मूंगफली, तिल के लड्डू

बच्चों को मूँगफली पसन्द होती है। उसकी चक्की या लड्डू भी स्वादिष्ट व पौष्टिक होते हैं। दानों को सेंक लें और दरदरे पीस लें । अब गुड़ की गाढ़ी चाशनी बनाकर उसमें दाने का चूर्ण डाल दें व थाली में घी लगाकर जमा दें। सूख जाने पर काटें। पौष्टिक मिठाई तैयार है। तिल के लड्डू भी इसी तरह बनाए जा सकते हैं। सर्दियों का यह एक सस्ता व पौष्टिक नाश्ता है।

3. मिश्रित दालें

इसके अलावा भोजन में दालों का सेवन नियमित करें। एक ही प्रकार की दाल खाते-खाते ऊब हो जाती है तो तुअर, चने, मूंग, उड़द की थोड़ी-थोड़ी दाल लेकर मिश्रित (मिक्स) दाल बनाएं। स्वाद भी बदलेगा और गुणवत्ता भी बढ़ जाएगी।

4. सत्तू

गेहूं व चने को सेंककर पीसवा लें। यह सबसे सरल, सस्ता व पौष्टिक आहार है। सत्तू में शकर डालकर व ठंडे पानी से घोलकर खाएं। स्वादिष्ट होने के साथ ठंडा व सुपाच्य भी होता है। यह कम समय में बनकर तैयार हो जाता है।

मौसमी फलों तथा हरी सब्जियों का उपयोग

मौसम के सभी फलों का उपयोग करें। आम, अमरूद, जामुन, तरबूज, खरबूज, आँवला, केला आदि सभी फल का सेवन करें। फलों के सेवन से शरीर व मस्तिष्क स्वस्थ रहते हैं।

हरी सब्जियों का भरपूर सेवन स्वास्थ्य के लिए लाभदायक है। नियमित रूप से किसी न किसी हरी सब्जी का उपयोग अवश्य करना चाहिए। पालक, मेथी, टमाटर, पत्तागोभी, गोभी, लौकी, गिलकी, भिण्डी, तुराई आदि सभी सब्जियाँ हमारे पेट को साफ रखती है व खून बढ़ाती हैं।

अध्याय - 5

पोशाक बनाने का हुनर

इस अध्याय में हम सीखेंगे

- वस्त्र निर्माण
- बच्चों के लिए पोशाक बनाना
- महिलाओं के लिए पोशाक बनाना
- पुरुषों के लिए पोशाक बनाना

आइए हम शुरू करें

वस्त्र निर्माण

वस्त्र निर्माण कार्य सुचारू व व्यवस्थित रूप से करने के लिए कुछ बातों का ध्यान रखना चाहिए। हमने पिछले पाठ में ड्राफ्टिंग, पेपर पैटर्न बनाने के बारे में सीखा है। सिलाई का कार्य शुरू करने से पहले इन्हीं के अनुसार क्रम से नाप लेकर पेपर पर ड्राफ्ट बनाएं, पेपर कटिंग करके उसी के अनुसार कपड़े काटें। फिर सिलाई करें। इससे सही फीटिंग के वस्त्र तैयार होंगे।

ड्राफ्ट या फर्मा बनाना

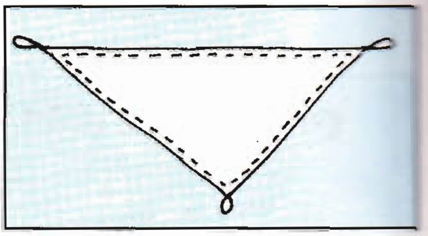
सिलाई हेतु कपड़ा काटने से पहले कागज पर नमूना या खाका बना लेना चाहिए। इससे कपड़ा बिगड़ने का डर नहीं रहता। खाका सही नाप के आधार पर बनाया जाता है। ड्राफ्ट बनाकर पेपर पैटर्न बनाया जाता है। ड्राफ्ट बार-बार बनाकर सीखें। एक ही नाप के कपड़े सिलने के लिए पेपर पैटर्न तैयार कर लें। पेपर पैटर्न सही रेखा पर काटें। पेपर पैटर्न हमेशा पूरे नाप पर बनाएँ। इससे वस्त्र सही फ़िटिंग के अनुसार तैयार होंगे।

कपड़े काटना तथा सिलाई करना

आगे बच्चों तथा महिलाओं की पोशाक बनाने का तरीका सिखाया जा रहा है। बच्चों की पोशाक बनाने में डिजाइनों का बहुत महत्व होता है। नए-नए डिजाइन देकर बच्चों के सुन्दर कपड़े तैयार किए जा सकते हैं।

बच्चों के कपड़े

नेपकिन (लंगोट)



नेपकिन मुलायम कपड़ों से बनाया जाता है। जैसे- पॉपलिन, वायल, फलालेन आदि कपड़ों से। पुराने कपड़ों का भी नेपकिन (लंगोट) बनाया जाता है। यह बच्चों के लिए आरामदायक होता है।

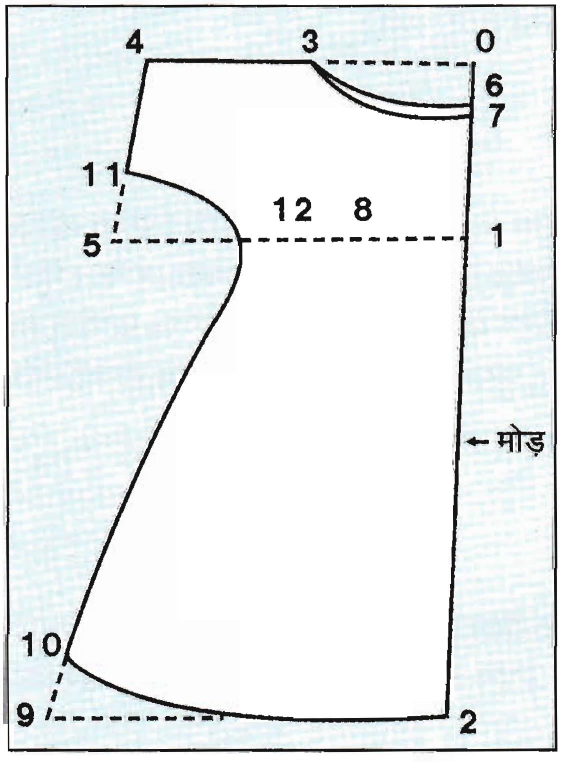
30 से.मी. का चौकोर कपड़ा लें। कपड़े के आमने-सामने के कोनों को मिलाते हुए दोहरा कर लें। कपड़ा तिकोने आकार में आ जाएगा। उस पर सिलाई लगा दें। पलटने के लिए कुछ हिस्सा खुला छोड़ दें। फिर ऊपर से सिलाई लगा दें। लूप लगाने के लिए पट्टी बना लें। पट्टी से लूप बनाकर तीनों कोनों पर लगा दें।

झबला

झबला छोटे बच्चों का आरामदेय वस्त्र है। यह खुला होता है। अत: इसे पहनाने और उतारने में आसानी होती है। 6-7 महीने तक के बच्चों के लिए झबले पहनाना अच्छा रहता है।

नाप : लम्बाई = 15″; छाती 18″; गरदन से आस्तीन की लम्बाई = 4″

0 से 2 झबले की लम्बाई + हेम के लिए 1/2″



0-1 छाती का ¼

(4-½- या 11-¼ से.मी.)

0, 1 तथा 5 आड़ी रेखा खींचे

0 से 3 छाती का ¼ + 1-½ = 6 या 8 से.मी.

3-4 = आस्तीन की लम्बाई 4″ (10 से.मी.)

0-6 = ¾″

6-7 = ½″

6-3 तक गले का आकार

1-8 छाती का ¼ + 2″

2-9 छाती का ¼ +3″

9-10 = ½ '' 10 से 2 तक आकार दीजिए

11-5 = ½" (बिन्दु 5, 4 से खींची सीधी रेखा पर)

12-8 = 1" सिलाई के लिए

11, 12 तथा 10 को छूते हुए आकार बनाइए

जांघिया

शिशु जब बैठने लगता है तब उसे जांघिया पहनाना अच्छा रहता है। ये जाँघिये बचे हुए कपड़ों से बनाना आसान रहते हैं। इन जाँघियों में इलास्टिक, पाइपिन, लेस या झालर लगाकर सुन्दर भी बनाया जाता है। कमर में मुलायम इलास्टिक डालना अच्छा रहता है। जाँघ के पास के भाग (गिदरी पर) दोहरा कपड़ा लगाना चाहिए । खाका चार तह कपड़े पर काटें।

नाप : हिप (सीट) = 24"

1-0 = सीट का तीसरा + 2" अधिक

2-1 = सीट का तीसरा + 1" अधिक

3-2 = 1-0 के बराबर

4-1 = 1" नेफा

5-2 = 4-1 के बराबर

6-5 = 1"

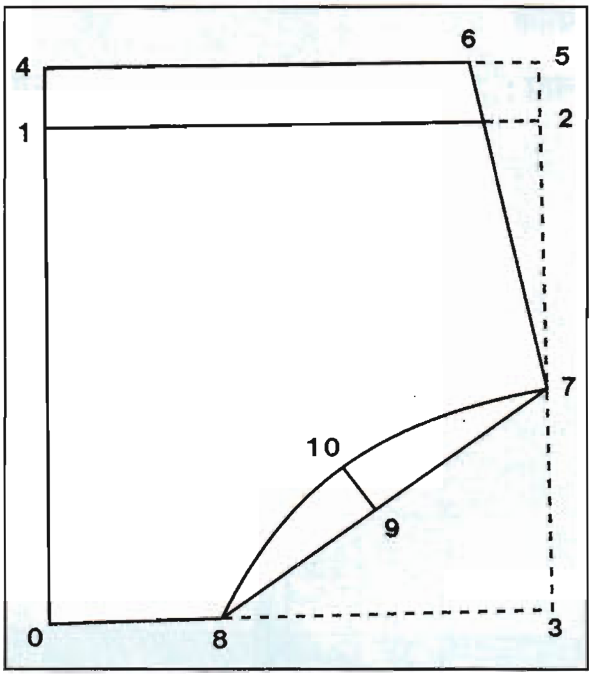
7 = 3-2 का मध्य

8-0 = सीट का तीसरा

9 = 8-7 का मध्य

10 -9 = 1"

8-10-7 को गोलाई से जोड़े।



बीब

नाप : सीना = 18″

1-0 = सीने का तीसरा + 1″

2-1 = सीने का छठा 4½″ अधिक

3-0 = 2-1 के बराबर

4-1 = 1½″ गले के लिए

5-1 = 1½″ गले के लिए

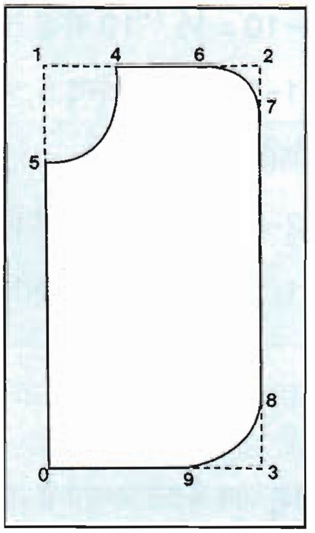
6-2 = 1″

7-2 = 1″

8-3 = 1″

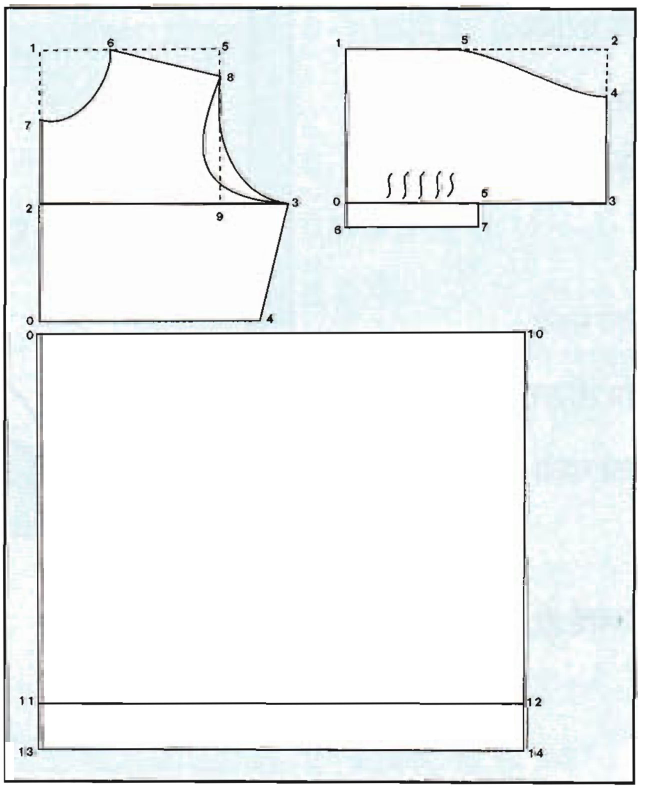
9-3 = 1″

6 -7 तथा 8 - 9 को गोलाई से मिलाएं।



फ्राक

नाप : लंबाई = 20″; सीना = 20″; शोल्डर = 9″; बॉडी लम्बाई = 8″



बॉडी

1 - 0 = बॉडी लम्बाई

2 - 1 = सीने का चौथा - ½″ कम

3 - 2 = सीने का चौथा + 1½″अधिक

4 - 0 = सीने का चौथा + 1″ अधिक

5 - 1 = शोल्डर का आधा + ½″ अधिक

6 - 1 = सीने का बारहवाँ-गला

7 - 1 = सीने का बारहवाँ + 1″ अधिक

8 - 5 = ½″ कंधे का उतार

9 - 2 = 5-1 के बराबर

घेर 10-0 सीने का तिगुना

11-0 = पूरी लम्बाई में से बॉडी लम्बाई कम करके घेर की लम्बाई आएगी।

12-11 = 10-0 के बराबर

13-11 = 1″ पट्टी मोड़ने के लिए।

आस्तीन

1 - 0 = आस्तीन की लम्बाई

2 - 1 = सीने का चौथा + 1

3 - 0 = 2-1 के बराबर

4 - 2 = सीने का बारहवाँ

5 - 0 = आस्तीन की गोलाई का आधा + 1″ अधिक

6 - 0 = 1½″

7 - 5 = 6-0 के बराबर

करके देखिए

- बच्चे के कपड़ों के ड्राफ्ट बनाइए।
- बनाए गए ड्राफ्ट की पेपर कटिंग करें।
- किसी पुराने मुलायम कपड़े से बच्चे के लिए नेपकिन बनाइए।

शमीज

नाप- लंबाई = 16″ ; सीना = 22″ ; शोल्डर = 10″

1 - 2 = लम्बाई 16″ + 1 अधिक

1 - 10 = 7″

1 - 6 = ½ शोल्डर – 1

7 - 6 = ½″ तिरछा

1 - 7 = 2″ (सीने का $\frac{1}{12}$ भाग)

1 - 8 = 2″ पीछे के गले के लिए

1 - 9 = 3 $\frac{1}{3}$″

8 - 7 = 9 - 7 गोलाई गले के लिए

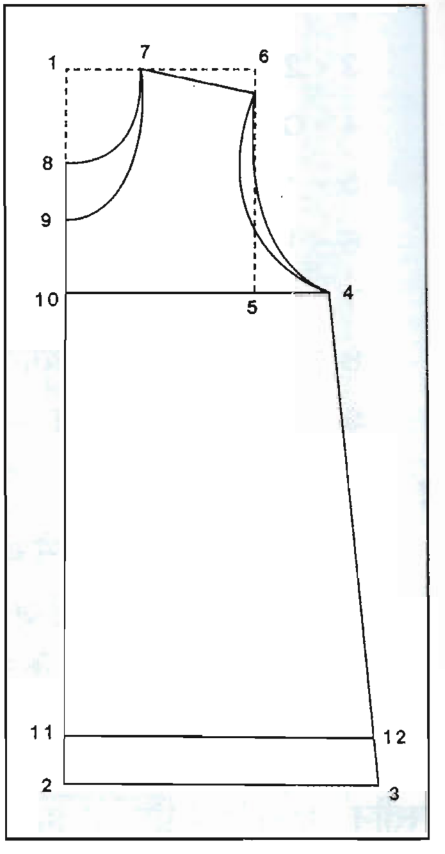
6 - 5 = सीने का ¼ = 5½″

6 - 4 = गोलाई बनाना बगल के लिए

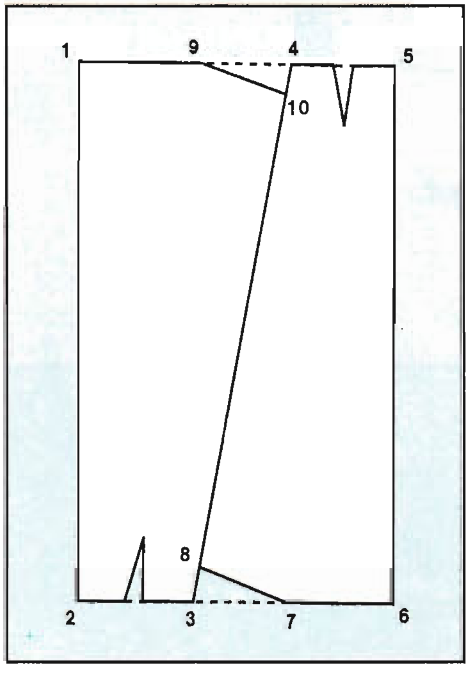
10-4 = ¼ सीना + 1″ अधिक

11-2 = 1″ मोड़ने के लिए

2 - 3 = ¼ सीना + 2″



पेटीकोट



अब कलीदार पेटीकोट ज्यादा चलने लगे हैं। कली वाले पेटीकोट 4 कली या 6 कली के होते हैं। इसे बनाने के लिए सूती कपड़ा-पापलिन, लठ्ठा आदि सही रहता है। कपड़े को दोहरा करके बिछा दीजिए।

नाप : 34 लम्बाई ; 36 कमर

1-2 = लम्बाई = 34

4-5 = ¼ कमर + 1½ अधिक डॉट व सिलाई

1- 4 = ¼ घेर + सिलाई के लिए ½″

4 - 10 = ½″

8-3 = 4-10 = ½″

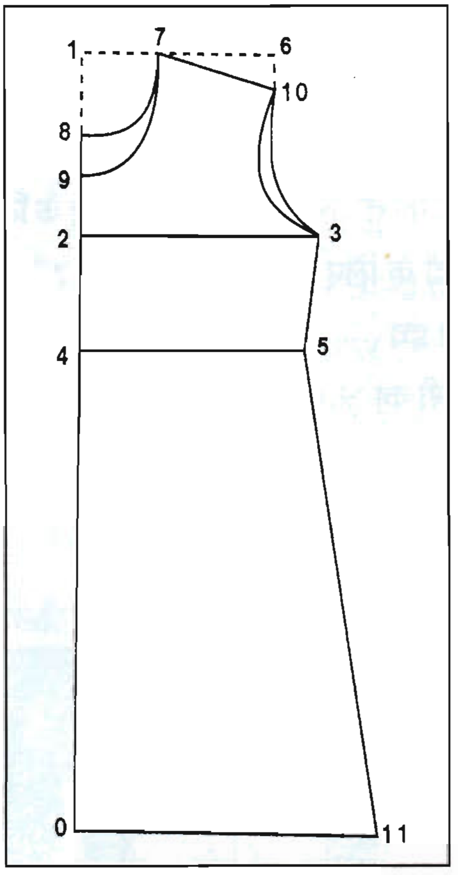
9-10= 8-7 = ½″ लेकर गोलाई में मिलाए

कमर पट्टी (नेफा) - 36″ लम्बाई, 4″ चौड़ाई

सामने की ओर दो-दो कलियाँ कट जायेंगी। कलियाँ जोड़ते समय कली के एक सीधे पल्ले के साथ तिरछा पल्ला जोड़िए। चारों कलियों के मध्य डार्ट लगाकर कमर की नाप के बराबर नेफा लगाइए। नीचे से मोड़ दीजिए।

लेडीज कमीज (कुर्ती)

नाप : लंबाई = 20″; सीना = 20″; शोल्डर =10″; कमर ऊंचाई = 8″



1 - 0 = पूरी लम्बाई + 2″ अधिक

2-1 = सीने का चौथाई - ½″ कम

3-2 = सीने का चौथाई + 2″ अधिक

4-1 = कमर की ऊंचाई

5-4 = सीने का चौथाई+2″ अधिक

6-1 = शोल्डर का आधा

7-1 = सीने का बारहवाँ गला।

8-1 = सीने का बारहवाँ पीछे का गला

9-1 = सीने का बारहवां+1″ आगे का गला

10-6= ¼″ कंधा उतार

5-11 = लाइन खींचकर मिलाएं

आस्तीन

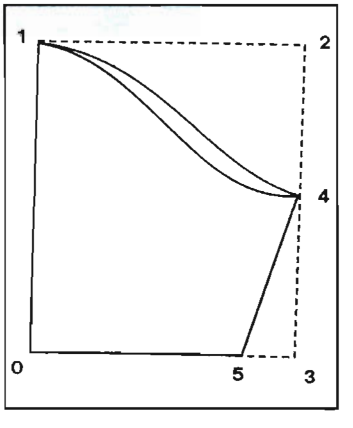
1-0 = आस्तीन की लम्बाई + 1″ अधिक

2-1 = शोल्डर का आधा + 2″

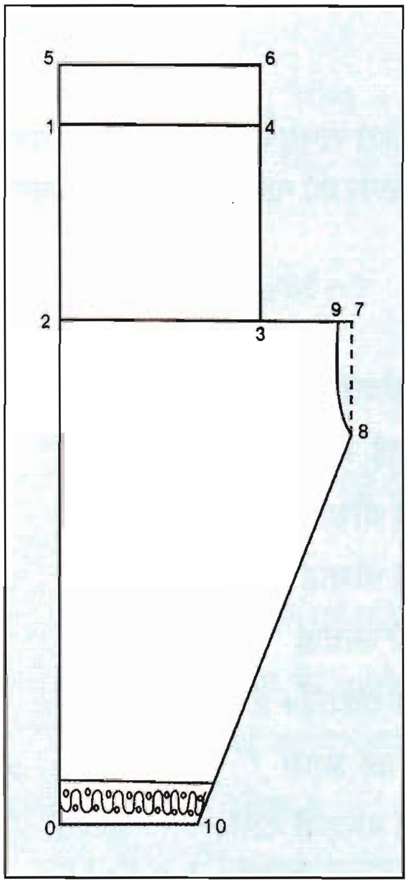
3-0 = 2-1 के बराबर

4-2 = सीने का बारहवां

5-3 = ½ ″ (4 से 1 गोलाई दें)



बेल्ट वाली सलवार



नाप : लम्बाई = 25″; सीट = 24″; मोहरी = 8″

1-0 = पूरी लम्बाई

2-1 = बेल्ट की लम्बाई
छोटों के लिए 5″, बड़ों के लिये 7″

3-2 = सीट का चौथाई + 2″ अधिक
बेल्ट की चौड़ाई

4-1 = 3-2 के बराबर

5-1 = 2″ नेफा

6-5 = 3-2 के बराबर

7-2 = सीट का तीसरा + 5″ अधिक सल के लिए

8-7 = छोटों के लिए 3½″ बड़ों के लिए 7″

9-7 = पौन इंच

10-0 = मोहरी का आधा + 1″ अधिक

सादा ब्लाउज

नाप : लम्बाई = 13″; सीना = 32″; शोल्डर = 13″;
आस्तीन लम्बाई = 10″; आस्तीन गोलाई = 10″; कमर = 28″

आगे का भाग

1-0 = पूरी लंबाई + 1″ अधिक

2-1 = शोल्डर का आधा

3-2 = सीने का चौथाई + 1½″ अधिक

4-0 = सीने का चौथाई + 1″ अधिक

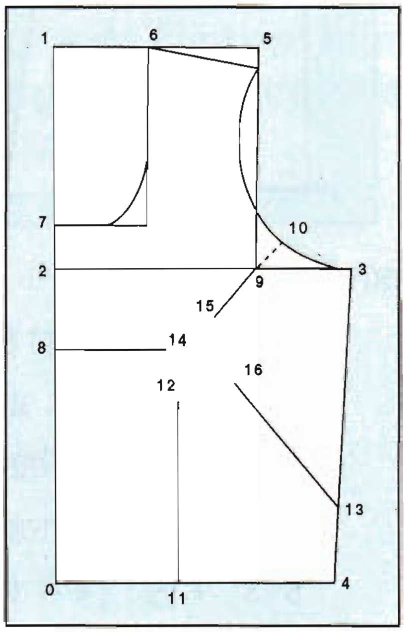
5-1 = शोल्डर का आधा

6-1 = सीने का बारहवाँ गला

7-1 = 5″ आगे का गला

8-14 = 3½″ टक्स के लिए

9-10 = 1″



11-0 = 4″ टक्स की दूरी

12-6 = 9½″ टक्स दूरी

13-4 = 2″ टक्स दूरी

15-9= पौने 3″ टक्स के लिए

16-15, 14-15, 12-14 के बीच की दूरी 1 से 1½″ लेंगे

पीछे का भाग

1- 0 = पूरी लंबाई + 1″ ; 2-1 = शोल्डर का आधा (मुड्ढे)

3 - 2 = सीने का चौथाई + 1½″

4 - 0 = सीने का चौथाई + 1″

5 - 1 = शोल्डर का आधा

6 - 1 = सीने का बारहवाँ

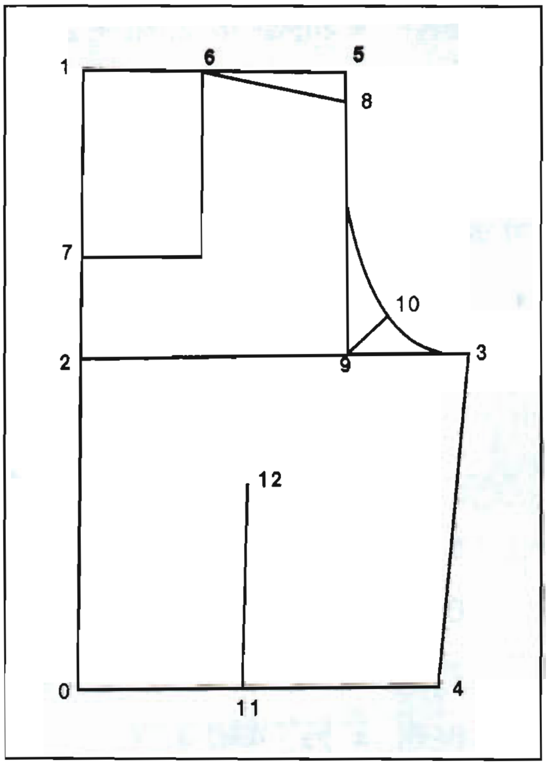
7-1 = 4″ पीछे का गला या इच्छानुसार

8 - 5 = ½″ कंधा उतार

9 -10 = 1½″

11 -0 = 4″; 12-11 = 4½″

8-10-3 बगल की गोलाई दें



आस्तीन

1-0 = आस्तीन लम्बाई+1″ अधिक

2-1= शोल्डर का आधा+2″ अधिक

3 - 0 = 2-1 के बराबर

4 - 2 = सीने का बारहवाँ

5 - 0 = आस्तीन गोलाई का आधा + ½″ अधिक

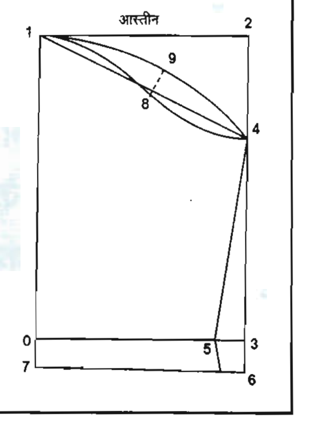
6 - 3 = 1″ पट्टी मोड़ने के लिए

7 - 0 = 6 - 3 के बराबर

8 = 4-1 का मध्य

9-8 = 1″;

1-9-4 = गोलाई दें।



बाबा सूट (बुशर्ट)

पीछे का भाग

1-0 = पूरी लंबाई + 1

2-1 = सीने का चौथाई
½'' कम मुड्डे के लिए

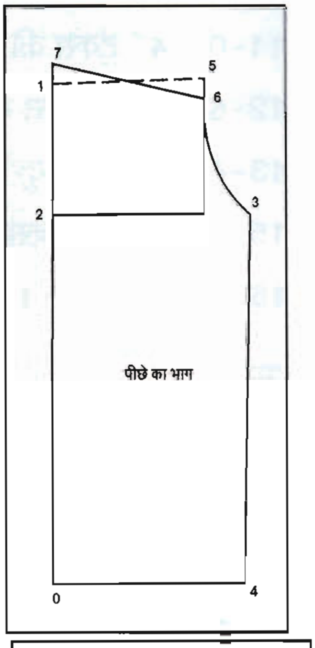
3-2 = सीने का चौथाई + 2''
अधिक

4-0 = सीने का चौथाई + 2'' अधिक

5-1 = शोल्डर का आधा + 2'' अधिक

6-5 =½'' कंधा उतार

7-1 = ½''



आगे का भाग

1-0 = पूरी लंबाई + 1'' अधिक

2-1 = सीने का चौथाई + 2'' अधिक

3-2 = सीने का चौथाई + 2'' अधिक

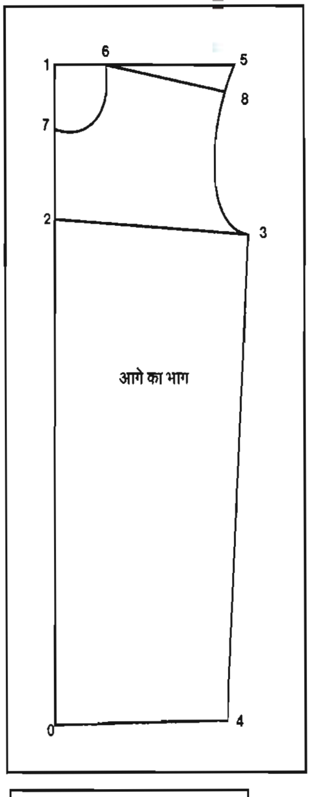
4-0 = सीने का चौथाई + 2'' अधिक

5-1 = शोल्डर का आधा + ½'' अधिक

6-1 = सीने का बारहवाँ गला

7-1 = सीने का बारहवाँ आगे का गला

8-5 = ½'' कंधा उतार



आस्तीन

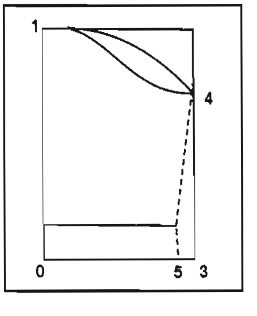
1-0 = आस्तीन लंबाई + 1'' अधिक

2-1 = गले का आधा + ½'' अधिक

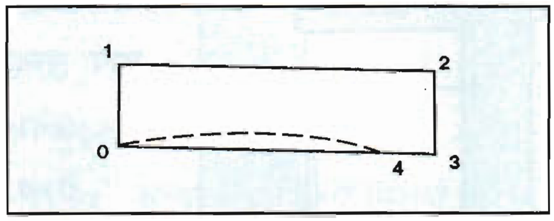
3-0 = 2-1 के बराबर

4-2 = सीने का बारहवाँ

5-3 = ½''



कॉलर



1-0 = कॉलर चौड़ाई = 2''

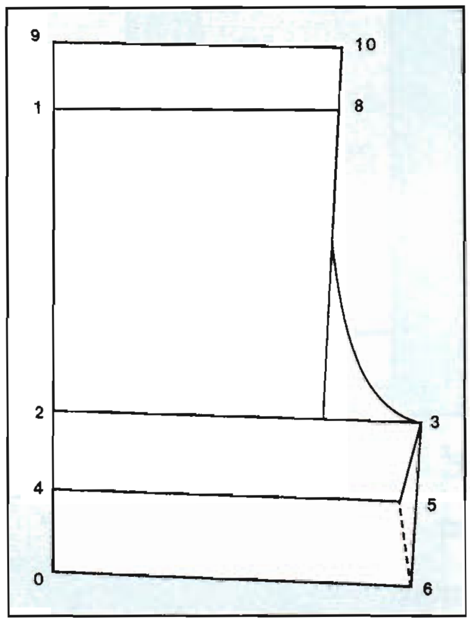
2-1 = गले का आधा + 1'' अधिक

3-2 = 1 - 0 के बराबर

4-3 = 1''

बाबा सूट की (इलास्टिक) चड्डी

नाप



लम्बाई = 10'' ; सीट = 24''

1-0 = पूरी लम्बाई + 2'' पट्टी के लिए

2-1 = सीट का तीसरा

3-2 = सीट का चौथाई + 2'' अधिक

4-1 = पूरी लंबाई

5-4 = सीट का चौथाई + 1'' अधिक

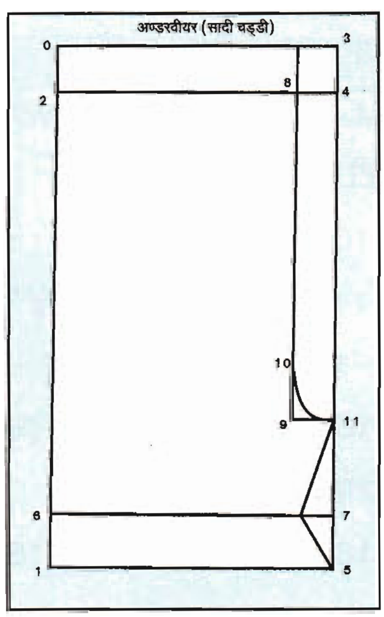
6-0 = 2 - 3

8-10 = 2'' इलास्टिक के लिए

9-1 = 2''

अण्डरवीयर (सादी चड्डी)

नाप : सीट 36, लम्बाई 15



0 - 1 = लम्बाई + 4''

0 - 2 = 2'' नेफा

0 - 3 = सीट का चौथाई + 2''

3-4 = 2''

2-4 = नेफे की लाइन

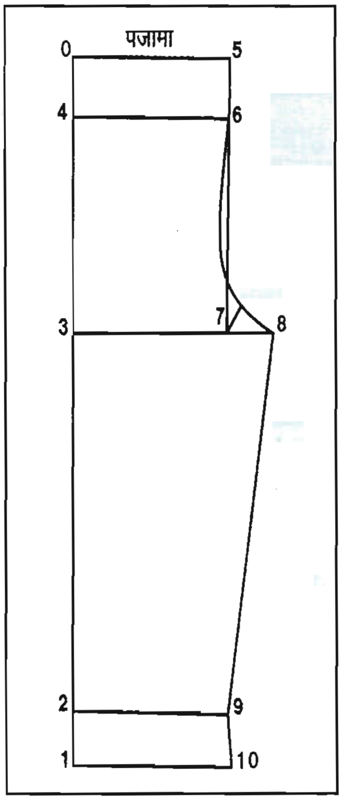
3-5 = 0-1

1-6 = 5-7 = 2'' मोड़ने के लिए

8-9 = सीट का 1/3 भाग

9-10 = 2½''

10-11= तक गोलाई दें



पायजामा

नाप लम्बाई = 20'' ; सीट = 21''; मोहरी = 12''

0-1 = लम्बाई + 4 अधिक

0-4 = 2 इंच नेफे के लिए

2-1 = 2 इंच मोहरी के लिए ओटना

0-5 = 7 इंच = सीट का 1/3

4-3 = सीट का 1/3

6-7 = सीट का 1/3

3-7 = सीट का 1/3

7-8 = 2''

1-10 = ½ मोहरी + 1'' अधिक

5-8 = गोलाई के द्वारा मिलाना

शर्ट

नाप लम्बाई = 30'', सीना = 34'', तीरा = 16'' , गर्दन = 15'', बांह लम्बाई = 24''

विवरण

सामने का व पिछला भाग

1-2 लम्बाई + 1''

1-3 = ¼ सीना + 1''

3-4 = ¼ सीना+ 2'' + बटन स्टैण्ड

पट्टी का भाग 1½''

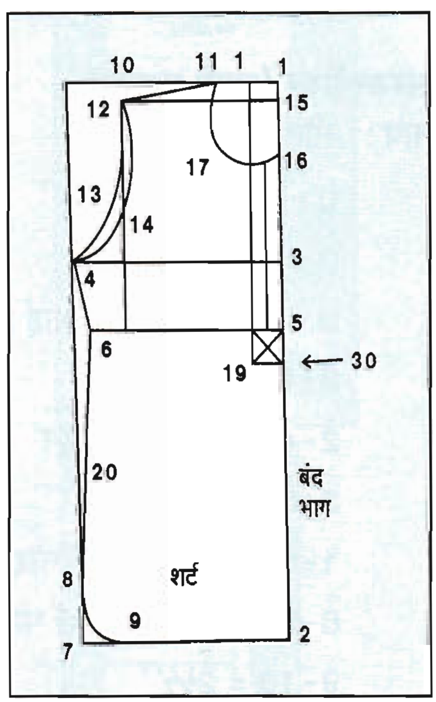
1-10 = ½ तीरा + 1½''

1-11 = 1/12 सीना + 1½''

10-12 = 1'' कंधे का उतार

1-15 = 1'' लेकर मिलाएँ व इस रेखा पर पिछला भाग काटें।

1-16 = 1/12 सीना लेकर 16-17 - 11 मिलाएं



सामने भाग का गला (गले की पिछली गोलाई तीरे में ली जाएगी)

18-19 कमर रेखा तक बटन पट्टी की रेखा खींचे (1-18 व 5-19 = 1½'')

12-13-4 पर पिछले व 12-14-4 पर सामने मुड्ढे की आकृति बनाएं।

3-5 = 4'' लेकर 5-6 रेखा खीचे फिर नं. 6 पर ½'' अन्दर लेकर 6-7 मिलाएं

2-7 घेर रेखा 3-4 के बराबर ही लेकर 9-8 गोलाई से मिलाएं

7-20 खुला चॉक करें।

2-9-8-20-6-4-13-12-15 पिछला भाग तथा

2-9-8-20-6-4-14-12-11-17-16 पर सामने का भाग काट लें तथा 16-17 व 5-19 बटन पट्टी के भाग के मध्य डैश रेखा पर बटन पट्टी के लिए कपड़ा काटें।

तीरा

1-2 = 4''

1-6 = तीरे का ½ + ½''

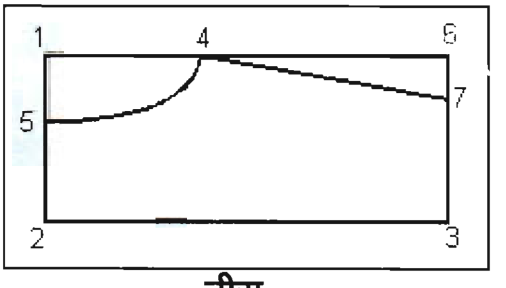
1-5 = 1½''

1-4 = 1/6 गर्दन के नाप का

6-7 = 1½'' लेकर 7-4 मिलाएं

4-5 = गले की गोलाई निकालें।

2, 3, 7, 4, 5 पर कटाई करें।



तीरा

कॉलर

1 - 2 = कॉलर की चौड़ाई 1½''

1 -3 = गले के नाप का आधा

3-4 = 1 से 2

1 - 5 = 1 से 3 का आधा

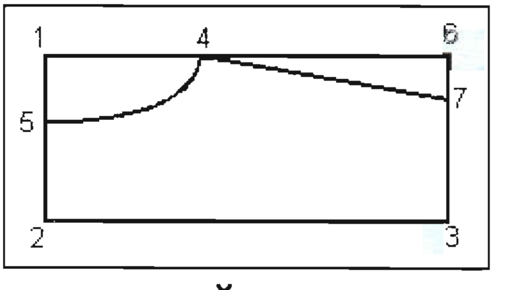
4-6 = पौन इंच

3-5 को मिलाया

5 पर ½ '' अन्दर निशान लगाया

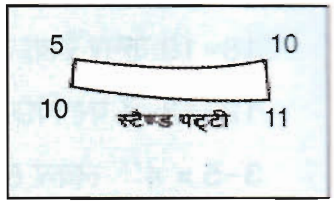
1,5, 3 तक गोलाई के निशान पर काटें

3 -6 सीधा काटें



कॉलर

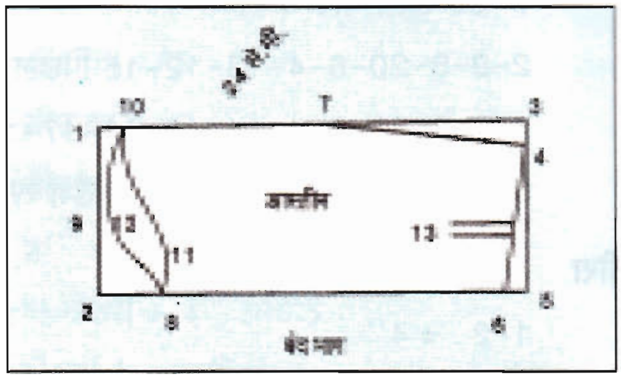
स्टैण्ड पट्टी



2 से 6 वाले कॉलर के भाग को कपड़े पर रखकर 1'' चौड़ी पट्टी काटें।

कफ, कॉलर व स्टेण्ड पट्टी के बीच में केनवास लगाएं।

आस्तीन



1-3 = लम्बाई + 1''

3 से 5 व 1 से 3 मिलाएं

3 - 4 = 1''

5-6 = ½''

4-6 = सीधे मिलाएं

4 से 6 = सीने का 1/16 + 1''

5 से 2 = 1 से 3

9 = 1 से 2 का मध्य

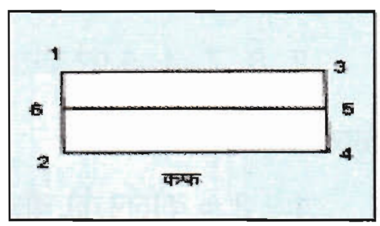
1 से 10 तक ½ '' लेकर 8-11 = 1½''

8, 11 से 10 तक व 8,9 से 10 तक मिलाएं (मुड्ढे की गोलाई)

4 से 7 पर 3¼'' खुले चाक का निशान लगाएं

13 पर प्लीट का निशान लगाएं व काटें

कफ



लम्बाई 10'' व चौड़ाई 5½'' लेकर सीधा काटें। टर्न कफ के लिए दोहरा कपड़ा लिया गया है। सिंगल कफ के लिए चौड़ाई 3'' रखें कि तैयार कफ 2½'' आए।

करके देखिए

- विभिन्न कपड़ों की नाप लें।
- उनके ड्राफ्ट तैयार करें।
- बनाए गए ड्राफ्ट की पेपर कटिंग करें।
- कपड़े पर निशान लगाएं।

अब तक हमने सीखा

- नाप लेना,
- ड्राफ्ट बनाना,
- कटिंग करना।
- बच्चों के वस्त्र,
- महिलाओं के वस्त्र,
- पुरुषों के वस्त्र बनाना।

सफल उद्यमी

प्रत्येक व्यक्ति के पास कुछ न कुछ हुनर होता है। कुछ व्यक्ति अपने हुनर का उपयोग शौकिया तौर पर करते हैं। कुछ अपने हुनर को व्यावसायिक तौर पर अपना कर मेहनत के बल पर अपनी आजीविका चलाते हैं और आमदनी बढ़ाने के प्रयास करते हैं। ऐसे व्यक्ति उद्यमी कहलाते हैं। हम अपने आसपास ऐसे कई लोगों का जानते हैं जिन्होंने शुरुआत में बहुत छोटे रूप में अपना काम धंधा शुरू किया था और आज सुखी और सम्पन्न जीवन बिता रहे हैं।

सफल उद्यमी के कुछ गुण

- **पूरी जानकारी :** चुने हुए रोजगार के बारे में पूरी जानकारी होना।
- **साहसी :** साहसी लगन के साथ अपने काम-धन्धे में जुट जाना।
- **दृढ़ निश्चयी :** अपने व्यवसाय को दृढ़तापूर्वक चलाना।
- **जोखिम उठाने की क्षमता :** व्यवसाय में उतार चढ़ाव आते रहते हैं। कभी-कभी धन्धा मन्दा हो जाता है। घाटा भी सहना पड़ता है इसलिए व्यवसायी को घबराना नहीं चाहिए बल्कि हिम्मत से काम लेना चाहिए।
- **सहनशीलता :** हर तरह के हालात को सहन करना।
- **व्यवहार कुशलता :** सफल व्यापारी बहुत व्यवहार कुशल होता है। क्योंकि व्यवहार कुशलता से ही उस पर विश्वास जमता है।
- **हिसाब-किताब रखने की योग्यता :** व्यवसाय में रोज रुपये-पैसों का आदान-प्रदान करना पड़ता है। कच्चा माल खरीदना पड़ता है, तैयार माल बेचना पड़ता है तथा अपना मुनाफा भी बचाना होता है। अत: व्यापारी को रोजाना हिसाब-किताब लिखना चाहिए।

रोजगार के अवसर :

सिलाई सम्बन्धी इस कोर्स को करने के बाद व्यक्ति अपना रोजगार शुरू कर सकता है। व्यक्ति स्व-रोजगार का समूह बनाकर भी रोजगार कर सकता है या किसी दुकान/फैक्टरी आदि में नौकरी कर सकता है।

नौकरी :

व्यक्ति इस कोर्स को करने के बाद टेलरिंग की दुकान, रेडिमेड पोशाकें बनाने की फैक्ट्ररी तथा किसी निर्यात केन्द्र में कटर/टेलर/नियन्त्रक/ड्रेस डिजाइनर के रूप में नौकरी प्राप्त कर सकते हैं।

स्वरोजगार

- अपने घर से ही वे अपना काम (सिलाई की दुकान) शुरू कर सकते हैं।
- अपनी दुकान/बुटिक खोल सकते हैं।
- फैक्टरी/स्कूल/जेल/अस्पताल और अन्य संगठनों तथा संस्थानों से तरह तरह की पोशाकें बनाने के आर्डर प्राप्त करके भी अपना कार्य कर सकते हैं।

समूह में रोजगार :

स्वसहायता समूह/सहकारी समिति आदि बनाकर बैंक से लोन प्राप्त करके अपनी दुकान/फैक्टरी खोल सकते हैं। समूह की सहायता से आर्डर भी प्राप्त कर सकते हैं।

अध्याय - 7

प्रेस करना, तह करना व लपेटना

इस अध्याय में हम सीखेंगे

- कपड़ों पर प्रेस करने की जरूरत
- प्रेस करते समय कौन-कौन सी सावधानियाँ बरतें
- कपड़े को तह करना

आइए शुरू करें

कपड़े पर प्रेस करना

प्रेस करने की जरूरत

सिलाई में सफाई : प्रेस करने से सिलाई में सफाई आ जाती है। सिलाई सेट हो जाती है और उससे संबंधित छोटे-छोटे दोष भी छिप जाते हैं।

समय की बचत : नए कपड़े में कभी-कभी सिलवटें (सिकुड़न) होती है। इसे यदि प्रेस नहीं किया जाए तो कपड़े की सिलाई में बाधा आती है। इससे सिलाई भी ऊँची-नीची हो सकती है। कच्चा करने के लिए पहले प्रेस करना अच्छा रहता है। यदि कपड़े को मोड़ना हो तो उस पर प्रेस कर लेने से उसे मोड़ने में आसानी होती है।

पैकिंग के पहले : कपड़े फाइनल शेप में लाने के लिए कई भागों पर प्रेस करना जरूरी होती है। जैसे कॉलर, चुन्नट या प्लीट्स के ऊपर प्रेस चलाने से सिलाई अच्छी तरह हो जाती है।

प्रेस करते समय सावधानियाँ

हर कपड़े को प्रेस करने का तरीका अलग होता है। कुछ कपड़ों के लिए ज्यादा गर्म आयरन की जरूरत होती है। हर कपड़े पर प्रेस करने का तरीका भी अलग-अलग होता है। प्रेस करते समय इन बातों का ध्यान जरूर रखें -

- प्रेस करने के पहले प्रेस को गर्म करके किसी कागज, अखबार या पुराने कपड़े पर चला लें ताकि यदि प्रेस में जंग लगी हो तो वह छूट जाए। अगर जंग नहीं छूट रही हो तो उसमें मोम लगाकर साफ कर दें।
- यदि प्रेस बिजली वाली हो तो ध्यान रखें कि उसके तार वगैरह खुले न हों। प्लग लगाते समय स्विच को बन्द कर दें।
- जिस कपड़े पर प्रेस करनी हो उस पर सीधे प्रेस न करें। पुराने कपड़े पर पहले प्रेस चलाकर देख लें। इससे कपड़ा जलने का खतरा नहीं रहता।
- कभी कपड़े पर हल्की प्रेस की जरूरत होती है तो कभी भारी प्रेस की।
- प्रेस यदि ऑटोमेटिक हो तो कपड़े के हिसाब से उसे सेट करें। ऊनी, सूती, सिल्क तथा नायलोन कपड़ों के लिए अलग ताप चाहिए।
- सिलाई के बीच में यदि प्रेस करनी जरूरी हो तो कपड़ा उल्टा कर प्रेस करें।
- गर्म कपड़े या सिल्क के कपड़े पर गीला कपड़ा रखकर प्रेस करना चाहिए।
- प्रेस करते समय हमेशा रबर की चप्पलें पहनना चाहिए।
- प्रेस करते समय हाथ गीले नहीं रहने चाहिए।
- कुछ कपड़ों पर पानी नहीं छिड़कना चाहिए इससे कई बार कपड़ों पर धब्बे पड़ जाते हैं।

सोचिए एवं चर्चा कीजिए

- कपड़ों पर प्रेस करने की जरूरत क्यों पड़ती है ?
- प्रेस करते समय आप कौन-कौन सी सावधानियाँ रखेंगे ?
- बिजली की प्रेस का उपयोग करते समय क्या साधवानी रखना चाहिए ?

अब आगे बढ़ें

कपड़े को तह करना

कपड़े को प्रेस करने के बाद सलीके से तह लगाना भी जरूरी है। इससे कपड़े व्यवस्थित लगते हैं। यदि पैकिंग करना हो तो तह अच्छी लगी हो तो आसानी से पैकिंग हो जाती है। तह लगाने से कुछ फायदे होते हैं जैसे -

- तह किए कपड़े सुन्दर लगते हैं।
- सिलवटें दूर हो जाती हैं।
- कम जगह लेता है। रखने में आसानी रहती है।
- अधिक समय तक ऐसे कपड़े रखे जा सकते हैं।
- इन्हें एक जगह से दूसरी जगह ले जाना आसान होता है।

तह करते समय कुछ बातों का ध्यान रखें

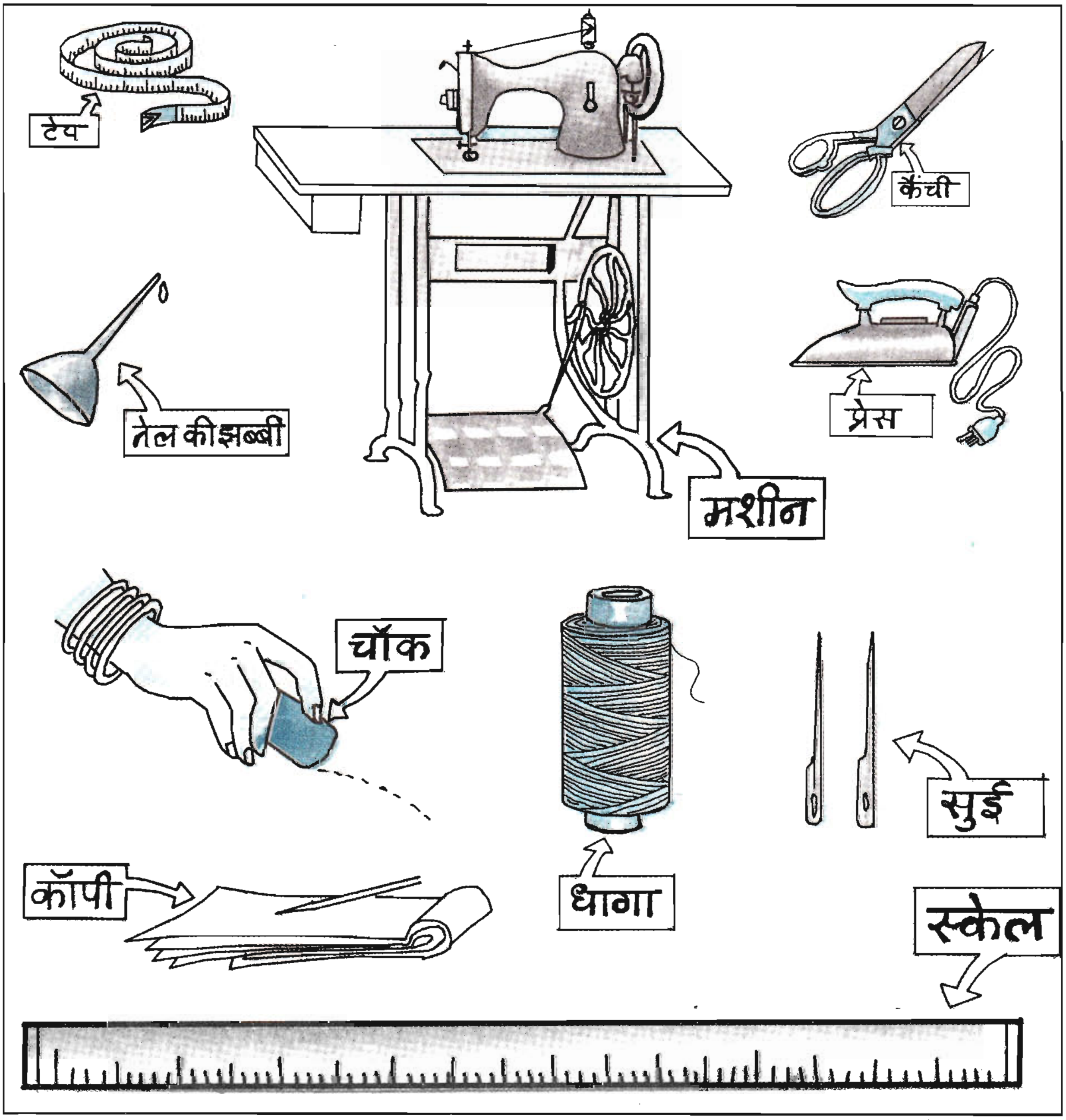
- कपड़े पर पहले प्रेस करें तब उन्हें तह करें।
- ध्यान रखें पैंट या शर्ट की क्रीज खराब न हो।
- तह हमेशा दोनों तरफ बराबर लगाना चाहिए।
- अंदर की तहें मुड़ न जाएं इसका ध्यान रहे।
- कपड़े पहले चौड़ाई में फिर लम्बाई में दो या तीन तहें देकर मोड़ें।

करके देखिए

- शर्ट की तह लगाए।
- फ्राक एवं पैंट की तहें लगाएँ।
- ब्लाउज को प्रेस करें।
- ऊनी कपड़े को प्रेस करने का अभ्यास करें।

अब तक हमने सीखा

- कपड़ों पर प्रेस करने की आवश्यकता।
- प्रेस करते समय ध्यान रखी जाने वाली बातें।
- कपड़ों की तह लगाने के फायदे।
- तह करते समय ध्यान रखने योग्य बातें।


टेप
कैंची
तेल कीझब्बी
प्रेस
मशीन
चॉक
धागा
सुई
कॉपी
स्केल

प्रौढ़ शिक्षा निदेशालय, भारत सरकार, नई दिल्ली हेतु
राज्य संसाधन केन्द्र, प्रौढ़ शिक्षा, इन्दौर, म.प्र.
भारतीय ग्रामीण महिला संघ द्वारा प्रकाशित
महालक्ष्मी नगर, सेक्टर आर, इन्दौर - 452 010
फोन - 2551917, 2574104 फैक्स - 2551573
email : srcindore@dataone.in, literacy@satyam.org
web : www.srcindore.org

संस्करण
प्रथम, अप्रैल 2006

प्रतियाँ
1000