

8 July 2024

Date: / /

C.V.

पाठ-5
मोहापा: एक अधिशाप

शब्द

अर्थ

1. निहित → छुपा हुआ
2. अवस्था → दशा
3. कोर → ग्रास
4. अतिरिक्त → फायदा
5. परामर्श → सलाह
6. सम्मन्त्र अभिष्ट → इच्छा करने योग्य
7. निःश्रमता → बेकार
8. दुःप्रभाव → बुरा प्रभाव
9. अकारण → कारण के बिना
10. पुष्टि व वर्धक → पुष्ट करने वाला

11. सुपाचा → शीघ्र पचने वाला

12. चपम → चुनाव

निम्नालिखित प्रश्नों के उत्तर

प्रश्न मोटापा का क्या कारण है?

उ० मोटापा का मुख्य कारण निरुत्साह एवं आवश्यकत
से अधिक भोजन करना है।

प्रश्न मोटे व्यक्तियों को किस प्रकार की समस्याओं की
सामना करना पड़ता है?

उ० मोटे व्यक्तियों को उनके प्रकार की समस्याओं
का सामना करना पड़ता है जैसे → उठने, बैठने,
चढ़ने, उतरने, घूमने-ढाँड़ना आदि।

प्रश्न मोटापे का कारण किससे है - सौंन से रोग
ही सारे हैं।

उ० मोटापे के कारण पोलेया, सुगर तथा हृदय
से संबंधित ~~रोग~~ उनके रोग हो सकते हैं।

Date: / /
संघ. बिठले बैठने से क्या होता है?

30 बिठले बैठने से आवश्यक बढ़ता है, शरीर
मजबूत होता है।