

ક્ર.	નિયમ	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	પોઈએ.	કુલ
1	જિન પૂજા																			50	
2	ધવજાના દર્શાન સમયે 'ખામો જિષાણાં' ...																			50	
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિંહાં' ...																			50	
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી																			50	
5	શૈચિવંદન																			50	
6	ગુરુવંદન																			50	
7	સાંજના દર્શાન																			50	
8	૨૭ નવકાર																			50	
9	'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' ...																			50	
10	પાઠશાળામાં જવું																			50	
11	સૂતા ૭ અને ઉઠતા ૮ નવકાર																			50	
12	નવકારશી																			50	
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ																			50	
14	કંદમૂળ ત્યાગ																			50	
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ...																			50	
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન ...																			50	
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી																			50	
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ																			50	
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ																			50	
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું																			50	
21	અનુકૂળ દાન કરવું																			50	
22	જૂં ન બોલવું																			50	
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બંધારા ...																			50	
24	અપશબ્દ ન બોલવા																			50	
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન ...																			50	
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રદાન કરવા																			50	
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝોની પ્રદેશીયતા																			50	
28	નાહિયાના સાખુની ત્યાગ																			50	
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું																			50	
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન કરવા																			50	
	કુલ																				

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	જિન પૂજા															
2	ધવજાના દર્શન સમયે 'ખામો જિષાણા' બોલવું															
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું															
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી															
5	શૈચિવંદન															
6	ગુરુવંદન															
7	સાંજના દર્શન															
8	૨૭ નવકાર															
9	'અં ક્રી એઈ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...															
10	પાઠશાળામાં જવું															
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર															
12	નવકારશી															
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ															
14	કંદ્મૂળ ત્યાગ															
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)															
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું ...															
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી															
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ															
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ															
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું															
21	અનુકૂળ દાન કરવું															
22	જૂં ન બોલવું															
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ... 24 અપશબ્દ ન બોલવા															
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર....															
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક...															
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ															
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ															
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું															
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં															
	કુલ															

ક્ર.	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	જિન પૂજા																
2	ધવજાના દર્શાન સમયે 'ખામો જિણાણા' બોલવું																
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું																
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી																
5	શૈચિવંદન																
6	ગુરુવંદન																
7	સાંજના દર્શાન																
8	૨૭ નવકાર																
9	'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...																
10	પાઠશાળામાં જવું																
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર																
12	નવકારશી																
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ																
14	કંદમૂળ ત્યાગ																
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)																
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમાયાન બોલવું ...																
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી																
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ																
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ																
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું																
21	અનુકૂળ દાન કરવું																
22	જૂંન બોલવું																
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ... ત્યાગ																
24	અપશબ્દ ન બોલવા																
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર....																
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક...																
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ																
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ																
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું																
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં																
	કુલ																

ક્ર.	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	જિન પૂજા															
2	ધવજાના દર્શન સમયે 'ખામો જિણાણા' બોલવું															
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું															
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી															
5	ઘૈયવંદન															
6	ગુરુવંદન															
7	સાંજના દર્શન															
8	૨૭ નવકાર															
9	'અં ક્રી એઈ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...															
10	પાઠશાળામાં જવું															
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર															
12	નવકારશી															
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ															
14	કંદમૂળ ત્યાગ															
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)															
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું															
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી															
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ															
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ															
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું															
21	અનુકૂળ દાન કરવું															
22	જૂં ન બોલવું															
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ...															
24	અપશબ્દ ન બોલવા															
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર...															
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક...															
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ															
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ															
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું															
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં															
	કુલ															

ક્ર.	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	જિન પૂજા																
2	ધ્વજાના દર્શાન સમયે 'ખામો જિણાણા' બોલવું																
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું																
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી																
5	શૈચિવંદન																
6	ગુરુવંદન																
7	સાંજના દર્શાન																
8	૨૭ નવકાર																
9	'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...																
10	પાઠશાળામાં જવું																
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર																
12	નવકારશી																
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ																
14	કંદમૂળ ત્યાગ																
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)																
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમાયાન બોલવું ...																
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી																
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ																
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ																
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું																
21	અનુકૂળ દાન કરવું																
22	જૂંન બોલવું																
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ...ની																
24	અપશબ્દ ન બોલવા																
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર....																
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક...																
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ																
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ																
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું																
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં																
	કુલ																

ક્ર.	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	જિન પૂજા																
2	ધવાજાના દર્શાન સમયે 'ખામો જિષાણા' બોલવું																
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું																
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી																
5	શૈચિવંદન																
6	ગુરુવંદન																
7	સાંજના દર્શાન																
8	૨૭ નવકાર																
9	'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...																
10	પાઠશાળામાં જવું																
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર																
12	નવકારશી																
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ																
14	કંદમૂળ ત્યાગ																
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)																
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું ...																
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી																
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ																
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ																
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું																
21	અનુકૂંપા દાન કરવું																
22	જૂંઠ ન બોલવું																
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ... અનુકૂંપા દાન કરવું																
24	અપશબ્દ ન બોલવા																
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર....																
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક....																
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ																
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ																
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું																
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં																
	કુલ																

ક્ર.	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર. નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 જિન પૂજા															
2 ધ્વજાના દર્શન સમયે 'ખામો જિણાણા' બોલવું															
3 દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું															
4 3 પ્રદક્ષિણા આપવી															
5 ઘૈયવંદન															
6 ગુરુવંદન															
7 સાંજના દર્શન															
8 ૨૭ નવકાર															
9 'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...															
10 પાઠશાળામાં જવું															
11 સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર															
12 નવકારશી															
13 રાત્રિભોજન ત્યાગ															
14 કંદમૂળ ત્યાગ															
15 થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)															
16 પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું ...															
17 ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી															
18 અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ															
19 ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ															
20 કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું															
21 અનુકૂળ દાન કરવું															
22 જૂં ન બોલવું															
23 પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ... 24 અપશબ્દ ન બોલવા															
25 પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ... 26 માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક... 27 ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ 28 નાહવાના સાખુનો ત્યાગ 29 ૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું 30 રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં															
કુલ															

ક્ર.	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
1	જિન પૂજા																
2	ધ્વજાના દર્શન સમયે 'ખામો જિષાણા' બોલવું																
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું																
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી																
5	શૈચંદ્રવંદન																
6	ગુરુવંદન																
7	સાંજના દર્શન																
8	૨૭ નવકાર																
9	'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...																
10	પાઠશાળામાં જવું																
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર																
12	નવકારશી																
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ																
14	કંદમૂળ ત્યાગ																
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)																
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું ...																
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી																
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ																
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ																
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું																
21	અનુકૂંપા દાન કરવું																
22	જૂંન ન બોલવું																
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ...ન																
24	અપશબ્દ ન બોલવા																
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ્ર....																
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક....																
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ																
28	નાહિવાના સાખુનો ત્યાગ																
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું																
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં																
	કુલ																

ક્ર.	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર. નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 જિન પૂજા															
2 ધ્વજાના દર્શન સમયે 'ખામો જિષાણા' બોલવું															
3 દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિહિ' બોલવું															
4 3 પ્રદક્ષિણા આપવી															
5 ઘૈયવંદન															
6 ગુરુવંદન															
7 સાંજના દર્શન															
8 ૨૭ નવકાર															
9 'ॐ કૃતી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' નો ૨૭ ...															
10 પાઠશાળામાં જવું															
11 સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર															
12 નવકારશી															
13 રાત્રિભોજન ત્યાગ															
14 કંદમૂળ ત્યાગ															
15 થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ટાણું)															
16 પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમયાન બોલવું ...															
17 ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી															
18 અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ															
19 ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ															
20 કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું															
21 અનુકૂળ દાન કરવું															
22 જૂં ન બોલવું															
23 પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બદલ ક્ષ... 24 અપશબ્દ ન બોલવા															
25 પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન માટે પ... 26 માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્રણામ ક... 27 ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરીઝનો ત્યાગ 28 નાહવાના સાખુનો ત્યાગ 29 ૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું 30 રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન નહીં															
કુલ															

ક્ર.	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	પોઈં.	કુલ
1																50	
2																50	
3																50	
4																50	
5																50	
6																50	
7																50	
8																50	
9																50	
10																50	
11																50	
12																50	
13																50	
14																50	
15																50	
16																50	
17																50	
18																50	
19																50	
20																50	
21																50	
22																50	
23																50	
24																50	
25																50	
26																50	
27																50	
28																50	
29																50	
30																50	

ક્ર.	નિયમ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	પોઈએ.	કુલ
1	જિન પૂજા															50	
2	ધવણના દર્શન સમયે 'ખામો જિષાણાં' ...															50	
3	દેરાસરમાં પ્રવેશ કરતી વખતે 'નિસિ...'															50	
4	3 પ્રદક્ષિણા આપવી															50	
5	શૈચંદ્ર															50	
6	ગુરુવંદન															50	
7	સાંજના દર્શન															50	
8	૨૭ નવકાર															50	
9	'અં ક્રી અર્હ શ્રી સંભવનાથાય નમઃ' ...															50	
10	પાઠશાળામાં જવું															50	
11	સૂતા ૭ અને ઊઠતા ૮ નવકાર															50	
12	નવકારશી															50	
13	રાત્રિભોજન ત્યાગ															50	
14	કંદમૂળ ત્યાગ															50	
15	થાળી ધોઇને પછી પાણી પીવું (એક ...															50	
16	પાણી પીતા પહેલાં ભોજન દરમાન ...															50	
17	ધી વગર ૧ રોટલી ખાવી															50	
18	અભક્ષય ભોજનનો ત્યાગ															50	
19	ભોજન સમયે ટીવી/મોબાઇલનો ત્યાગ															50	
20	કોઈપણ પ્રાણીને ખવડાવવું															50	
21	અનુકૂંપા દાન કરવું															50	
22	જૂંન ન બોલવું															50	
23	પરિવારના સભ્ય પર ગુસ્સો કરવા બ...															50	
24	અપશાબ્દ ન બોલવા															50	
25	પરિવારના સભ્યના સારા કાર્ય/વર્તન ...															50	
26	માતા-પિતા અથવા તેમના ફોટોને પ્ર...															50	
27	ટીવી/મોબાઇલમાં ફિલ્મ-વેબ સિરી...															50	
28	નાહિયાના સાખુનો ત્યાગ															50	
29	૧૫ મિનિટ પરિવાર સાથે બેસવું															50	
30	રાતે ૧૧ થી સવારે ૬ સુધી ટીવી/ફોન ...															50	
	કુલ																