SAARTHI · सारथी

करियर मार्गदर्शन पोर्टल · Career Guidance Portal

"सही मार्गदर्शन, उज्ज्वल भविष्य।"

करियर शीट · CAREER SHEET

Elderly Caretaker

बुजुर्ग केयरटेकर (नॉन-क्लीनिकल) वरिष्ठ नागरिकों की रोज़मर्रा की ज़िंदगी में सम्मान के साथ सहारा देता है — उन्हें चलने-फिरने, खाना खाने, कपड़े पहनने, नहाने-धोने और व्यक्तिगत स्वच्छता में मदद करता है, समय पर दवा याद दिलाता है, और...

इस करियर की पूरी जानकारी — स्कैन करें

वेतन, परीक्षा, कॉलेज, प्रवेश के रास्ते और आगे के कदम — सब पोर्टल पर।

career.gsssjethantri.in/#/career/voc-6258

राजकीय उच्च माध्यमिक विद्यालय, जेठन्तरी

Govt. Sr. Sec. School, Jethantri · ब्लॉक समदड़ी · बालोतरा (Block Samdari · Balotra)

www.gsssjethantri.in · career.gsssjethantri.in

सुशील कुमार शर्मा
प्रधानाचार्य, रा.उ.मा.वि. जेठन्तरी · मास्टर ट्रेनर
Principal, GSSS Jethantri · Master Trainer

श्री चेनाराम चौधरी
प्रधानाचार्य, डाइट बाड़मेर
Principal, DIET Barmer

श्रीमती संघमित्रा
वरिष्ठ व्याख्याता, डाइट बाड़मेर (सहयोग)
Sr. Lecturer, DIET Barmer (Support)

भरत चौधरी
अभिकल्पना व विकास · व्याख्याता (इतिहास)
Designed & developed · Lecturer (History)

🙏 विशेष धन्यवाद · SPECIAL THANKS

सुरेन्द्र सिंह राठौड़
व्याख्याता (इतिहास) · रा.उ.मा.वि. कानाना

सुरेश कुमार सैन
व्याख्याता (भूगोल) · रा.उ.मा.वि. रामसीन मूंगड़ा

वनिता कुमारी
व्याख्याता (इतिहास) · रा.उ.मा.वि. रामसीन मूंगड़ा

कमलेश चौधरी
व्याख्याता (राजनीति विज्ञान) · रा.उ.मा.वि. टापरा

करियर मार्गदर्शन कार्यशाला, डाइट बाड़मेर (14–17 जुलाई 2026) में विकसित व लोकार्पित
Developed & unveiled at the Career Guidance Workshop, DIET Barmer (14–17 July 2026)

यह एक स्वतंत्र परियोजना है, जो सरकार की आधिकारिक करियर-मार्गदर्शन सामग्री पर आधारित है। · An independent project based on the Government's official career-guidance content.

1 यह करियर क्या है

बुजुर्ग केयरटेकर (नॉन-क्लीनिकल) वरिष्ठ नागरिकों की रोज़मर्रा की ज़िंदगी में सम्मान के साथ सहारा देता है — उन्हें चलने-फिरने, खाना खाने, कपड़े पहनने, नहाने-धोने और व्यक्तिगत स्वच्छता में मदद करता है, समय पर दवा याद दिलाता है, और उनके कमरे को साफ़-सुथरा व सुरक्षित रखता है। इसके साथ-साथ वह अकेलेपन में साथी बनकर बातचीत, टहलना और छोटी-छोटी गतिविधियों में उनका मन लगाता है। यह चिकित्सकीय नहीं बल्कि देखभाल और सहानुभूति पर आधारित काम है, जो भारत की बढ़ती वृद्ध आबादी के कारण एक स्थिर और सार्थक रोज़गार बनता जा रहा है।

2 एक नज़र में

न्यूनतम योग्यता	8वीं पास + 18 वर्ष (एनएसक्यूएफ लेवल 3)
कोर्स अवधि	लगभग 2–6 माह
आरंभिक वेतन	₹12,000–16,000/माह
कार्य-शैली	घर/वृद्धाश्रम में पूर्णकालिक देखभाल

3 क्या-क्या चाहिए

रुचियाँ

- अपने आसपास के लोगों, ख़ासकर बुज़ुर्गों की मदद करने में रुचि
- लोगों से जुड़ना, बातें करना और साथ देना पसंद
- सेवा और देखभाल के काम में सुकून महसूस करना

क्षमताएँ

- स्वभाव से सहानुभूति और धैर्य रखना
- अच्छा संचार और सुनने का कौशल
- शारीरिक रूप से स्वस्थ और सहनशील होना

ज़रूरी कौशल

- बुज़ुर्गों को चलने-फिरने, उठने-बैठने और नहाने-धोने में सहायता
- खाना खिलाना, कपड़े पहनाना और व्यक्तिगत स्वच्छता व ग्रूमिंग का ख़याल
- समय पर दवा याद दिलाना और दिनचर्या का ध्यान रखना
- साथी बनकर बातचीत, टहलना और मानसिक रूप से सक्रिय रखना

- कमरे की सफ़ाई, बिस्तर और सुरक्षित वातावरण बनाए रखना
- आपात स्थिति पहचानना और परिवार व एजेंसी को समय पर सूचित करना

4 कैसे पहुँचें

1. कक्षा 8 पूरी करें और 18 वर्ष की आयु प्राप्त करें।
2. बुज़ुर्ग देखभाल (नॉन-क्लीनिकल) / जनरल ड्यूटी असिस्टेंट / जेरिएट्रिक केयर के एनएसक्यूएफ लेवल 3 कोर्स में एनएसडीसी/हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल केंद्र पर नामांकन करें।
3. बुनियादी प्राथमिक उपचार, स्वच्छता और सुरक्षित हैंडलिंग का अभ्यास करें।
4. किसी वृद्धाश्रम, डे-केयर सेंटर या होम-केयर एजेंसी में व्यावहारिक अनुभव लें।
5. अनुभव के साथ प्रशिक्षु देखभालकर्ता से देखभालकर्ता और आगे पर्यवेक्षक तक बढ़ें; चाहें तो स्वतंत्र रूप से सेवाएँ भी दे सकते हैं।

प्रमुख परीक्षाएँ

- हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल/एनएसडीसी द्वारा कौशल मूल्यांकन एवं प्रमाणन

5 कहाँ से पढ़ें

सरकारी संस्थान

- राजस्थान कौशल एवं आजीविका विकास निगम (RSLDC) — जयपुर, राजस्थान (https://livelihoods.rajasthan.gov.in/rsldc/)
- राष्ट्रीय कौशल विकास निगम (NSDC) – जनरल ड्यूटी असिस्टेंट — अखिल भारतीय नेटवर्क (https://nsdcindia.org/general-duty-assistant)
- राष्ट्रीय सामाजिक रक्षा संस्थान (NISD) – वृद्धजन देखभाल — राजस्थान सहित अखिल भारतीय केंद्र (https://www.nisd.gov.in/)
- एनआईओएस व्यावसायिक प्रशिक्षण केंद्र — ऑनलाइन/निकटतम केंद्र खोजें (https://voc.nios.ac.in/registration/locate-study-centre)

निजी संस्थान

- हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल (HSSC) – जेरिएट्रिक केयरगिवर — मान्यता प्राप्त प्रशिक्षण भागीदार (https://www.healthcare-ssc.in/pdf/HSS_Q6002_v2.0_Geriatric_Caregiver.pdf)
- भारतीय रेड क्रॉस सोसाइटी – होम नर्सिंग/प्राथमिक उपचार प्रशिक्षण — जयपुर एवं ज़िला शाखाएँ, राजस्थान (https://indianredcross.org/)

ऑनलाइन

- स्किल इंडिया डिजिटल हब — ऑनलाइन (https://www.skillindiadigital.gov.in/)

- एनएसडीसी – प्रशिक्षण केंद्र खोजें — ऑनलाइन (https://www.nsdcindia.org/find-nsdc-training-centre)

फ़ीस

अधिकांश सरकारी योजनाओं (एनएसडीसी, आरएसएलडीसी, पीएमकेवीवाई, एनआईएसडी) के तहत यह प्रशिक्षण मुफ़्त या बहुत कम शुल्क पर उपलब्ध है। निजी संस्थानों के जेरिएट्रिक/होम-केयर कोर्स की फीस लगभग ₹5,000–25,000 तक हो सकती है।

छात्रवृत्तियाँ

- राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल (NSP) (https://scholarships.gov.in/fresh/onlineInstituteSearchIndex)
- Buddy4Study – ITI/Vocational Scholarships (https://www.buddy4study.com/article/iti-scholarships)
- SJE Rajasthan Scholarships (https://sje.rajasthan.gov.in/)

6 काम कैसा होता है

कहाँ काम

वरिष्ठ नागरिकों के अपने घर, वृद्धाश्रम, बुज़ुर्ग डे-केयर केंद्र, नर्सिंग होम, सीनियर लिविंग सोसाइटी और होम-केयर एजेंसियाँ।

कार्य-संस्कृति

अक्सर प्रति दिन 8–12 घंटे और सप्ताह में 6 दिन काम होता है; कई बार रात्रि या 24 घंटे की रेज़िडेंट देखभाल भी होती है। काम में सम्मान, धैर्य और भावनात्मक संबल की ज़रूरत होती है। यह क्षेत्र महिलाओं और पुरुषों दोनों के लिए समान रूप से खुला है।

कौन नौकरी देता है

- होम-केयर एजेंसियाँ जैसे Portea, Emoha, Care24 और Samarth
- बुज़ुर्ग डे-केयर केंद्र और नर्सिंग होम
- व्यक्तिगत परिवार जो अपने बुज़ुर्गों के लिए सीधे देखभालकर्ता रखते हैं
- वृद्धाश्रम, धर्मार्थ ट्रस्ट और सीनियर लिविंग सोसाइटियाँ
- अस्पतालों व होम-हेल्थ कंपनियों के अटेंडेंट/केयरगिवर विभाग
- स्वतंत्र (फ्रीलांस) देखभाल — अनुभव के बाद अपनी सेवाएँ देना

माँग (2026)

भारत में 60 वर्ष से अधिक आयु की आबादी तेज़ी से बढ़ रही है और 2050 तक यह लगभग 34 करोड़ तक पहुँचने का अनुमान है। संयुक्त परिवार टूटने और बच्चों के दूर शहरों/विदेश में बसने से घर पर भरोसेमंद देखभालकर्ताओं की माँग लगातार बढ़ रही है। इससे बुज़ुर्ग केयरटेकर एक स्थिर, सम्मानजनक और भविष्य में और अधिक ज़रूरी बनता करियर है।

7 आगे बढ़ने का रास्ता

1. प्रशिक्षु / जूनियर बुज़ुर्ग देखभालकर्ता
2. बुज़ुर्ग देखभालकर्ता (केयरगिवर)
3. वरिष्ठ देखभालकर्ता / केयर पर्यवेक्षक
4. केयर को-ऑर्डिनेटर / एजेंसी संचालक

कमाई

शुरुआत	₹12,000–16,000/माह
मध्य स्तर	₹18,000–28,000/माह
वरिष्ठ स्तर	₹30,000–45,000+/माह

एक बुज़ुर्ग केयरटेकर की शुरुआती आय आमतौर पर ₹12,000–16,000/माह होती है, और अनुभव के साथ ₹18,000–28,000/माह तक पहुँचती है। रेज़िडेंट (24 घंटे) देखभाल, वरिष्ठ देखभालकर्ता या केयर पर्यवेक्षक बनने पर तथा बड़े शहरों में आय ₹30,000–45,000/माह या उससे अधिक हो सकती है।

8 अच्छी बातें · चुनौतियाँ

अच्छी बातें

- बुज़ुर्गों की सेवा से मिलने वाला भावनात्मक संतोष और सम्मान
- बढ़ती वृद्ध आबादी के कारण स्थिर और लगातार बढ़ती माँग
- कम औपचारिक योग्यता से शुरुआत, अनुभव से पर्यवेक्षक/स्वरोज़गार तक रास्ता

चुनौतियाँ

- लंबे घंटे और कई बार रात्रि या 24 घंटे की ड्यूटी
- शारीरिक व भावनात्मक रूप से थकाने वाला काम
- शुरुआती स्तर पर वेतन सीमित हो सकता है

9 असल ज़िंदगी की कहानियाँ

Neha Sinha
बुज़ुर्ग देखभाल विशेषज्ञ, ईपॉक एल्डर केयर की सह-संस्थापक और सीईओ

क्लिनिकल साइकोलॉजिस्ट नेहा सिन्हा ने देखा कि भारत में डिमेंशिया से जूझ रहे बुज़ुर्गों की देखभाल के लिए कोई अच्छी व्यवस्था नहीं है। उन्होंने ईपॉक एल्डर केयर के ज़रिए बुज़ुर्गों के लिए घर जैसे प्यार भरे केयर होम बनाए, जहां हर बुज़ुर्ग की व्यक्तिगत देखभाल होती है। उनका काम दिखाता है कि बुज़ुर्गों की सेवा एक सम्मानजनक और ज़रूरी करियर है।

YourStory · https://yourstory.com/herstory/2020/07/woman-entrepreneur-epoch-elder-care-dementia

Saumyajit Roy
सह-संस्थापक एवं सीईओ, इमोहा एल्डर केयर

सौम्यजित रॉय ने वर्ष 2019 में इमोहा एल्डर केयर की स्थापना तब की जब यात्रा के दौरान उनके अपने माता-पिता एक आपात स्थिति में अकेले पड़ गए — इस अनुभव ने उन्हें एहसास दिलाया कि बुज़ुर्गों को घर पर भरोसेमंद सहारे की कितनी ज़रूरत है। रियल एस्टेट और सीनियर लिविंग में एक दशक से अधिक अनुभव लेकर उन्होंने इमोहा को खड़ा किया, जो 24 घंटे आपात सहायता, स्वास्थ्य देखभाल और साथी बनकर बुज़ुर्गों को अपने ही घर में सम्मान से जीने में मदद करता है। कंपनी प्रशिक्षित 'केयर बडी' रखती है जो बुज़ुर्गों के साथ जुड़ते हैं। उनका सफ़र दिखाता है कि एल्डर केयर करुणा और उद्यमशीलता दोनों का सार्थक क्षेत्र है।

YourStory · https://yourstory.com/2019/08/startup-eldercare-emoha-senior-citizens-army-gurugram

10 स्रोत व आगे पढ़ें

1. राजस्थान करियर गाइडेंस – बुज़ुर्ग केयरटेकर (नॉन-क्लीनिकल) — https://cg.rajasthan.gov.in/careerguidance/hi/career/%e0%a4%ac%e0%a5%81%e0%a4%9c%e0%a5%81%e0%a4%b0%e0%a5%8d%e0%a4%97-%e0%a4%95%e0%a5%87%e0%a4%af%e0%a4%b0%e0%a4%9f%e0%a5%87%e0%a4%95%e0%a4%b0-%e0%a4%a8%e0%a5%89%e0%a4%a8-%e0%a4%95%e0%a5%8d%e0%a4%b2/

2. एनएसडीसी – जनरल ड्यूटी असिस्टेंट — https://nsdcindia.org/general-duty-assistant

3. हेल्थकेयर सेक्टर स्किल काउंसिल – जेरिएट्रिक केयरगिवर क्वालिफिकेशन — https://www.healthcare-ssc.in/pdf/HSS_Q6002_v2.0_Geriatric_Caregiver.pdf

4. इनडीड – एल्डर केयर असिस्टेंट सैलरी — https://in.indeed.com/career/elder-care-assistant/salaries

5. राष्ट्रीय छात्रवृत्ति पोर्टल — https://scholarships.gov.in

और 770+ करियर — पूरा पोर्टल
रुचि व योग्यता परीक्षण, सरकारी नौकरियाँ, कौशल पाठ्यक्रम, बायोडाटा बनाने की सुविधा — सब मुफ़्त, बिना लॉगिन, इंटरनेट के बिना भी।
career.gsssjethantri.in