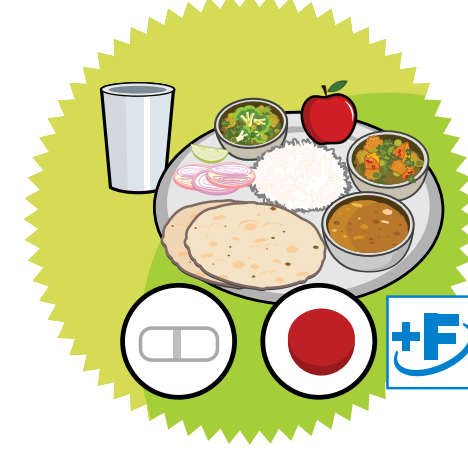


आमार पुष्टि काहिनी



आमि खाद्य ग्रहण करे थाकि

- ✓ प्रतिदिन आयरन आर भिटाविन युक्त विभिन्न प्रकारेर पुष्टिकर आहार
- ✓ पुष्टिकर दुग्ध आर तेल एवं आयोडिन युक्त लवन
- ✓ प्रतिदिन आईएफए-एर एकटि करे लाल रंगेर ट्याबलेट चतुर्थ मास थेके १४० दिन पर्यन्त
- ✓ क्यलसियामेर निर्धारित खोरक
- ✓ द्वितीय त्रैमासिके एकटि करे एन्डोजेल ट्याबलेट सेवन



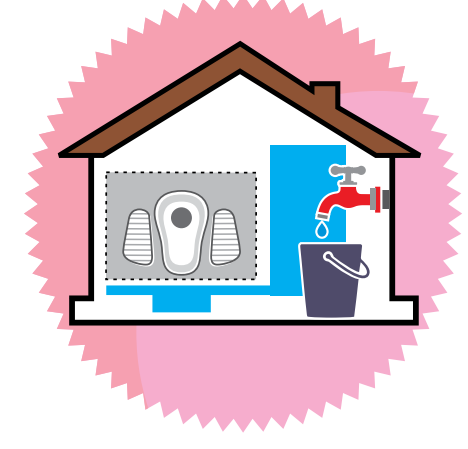
पान करे थाकि

- ✓ विशुद्ध एवं टाका देओया जल



आमि करिये थाकि

- ✓ कमपक्षे प्रसवेर समय चार बार गर्भकालीन चिकिंसासामूलक परीक्षा
- ✓ निकटवर्ती हासपताल किंवा चिकिंसाकेन्द्रे निजेर प्रसव



ग्रहण करे थाकि

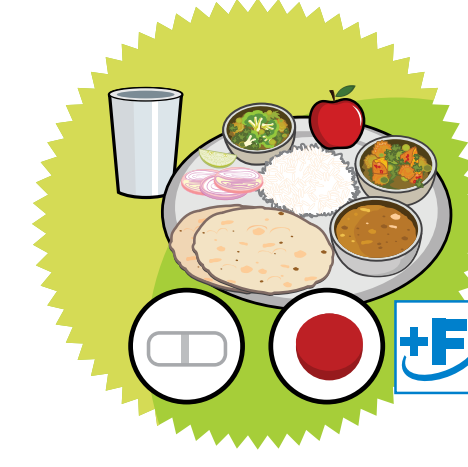
- ✓ खाबार वानाबार एवं खाद्य ग्रहण करवार पूरवे एवं शौचकर्मेर परे साबान एवं जल दिये हात धोओयार अभ्यास
- ✓ सर्वदा शौचालयेर व्यवहार

...आर आपनार?

सठिक पुष्टि, देशेर उन्नति
थाकवे ना अपुष्टिेर झति



आमार पुष्टि काहिनी



आमि खाद्य ग्रहण करे थाकि

- ✓ प्रतिदिन आयरन आर भिटाविन युक्त विभिन्न प्रकारेण पुष्टिकर आहार
- ✓ पुष्टिकर दुग्ध आर तेल एवं आयोडिन युक्त लवण
- ✓ प्रसवेण पर थेके ७ मास पर्यन्त (१८० दिन) प्रतिदिन आईएफए-एर एकटि करे लाल रङ्गेर ट्याबलेट
- ✓ क्यालसियामेण निर्धारित थोरक



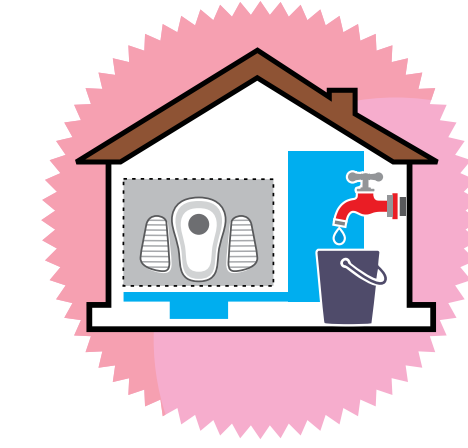
पान करे थाकि

- ✓ विशुद्ध एवं टाका देओया जल



पान करिये थाकि

- ✓ आमार सदयजात सन्तानके तार जन्मेण १ घन्टेर मध्येई प्रथम गाट हलुद दुग्ध
- ✓ शिशुण प्रथम ७ मास केवलमात्र निजेण स्तनपान
- ✓ ७ मासेण परे निजेण बुकेण दुग्धेण सङ्गे परिपोषक खाद्य



ग्रहण करे थाकि

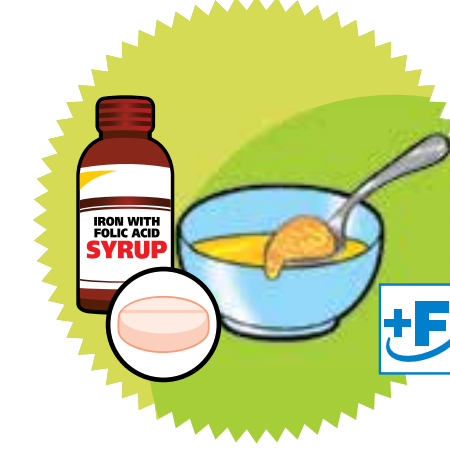
- ✓ खाबार वानाबार एवं खाद्य ग्रहण करवार पूर्वे एवं शौचकर्मेण परे सावान एवं जल दिये हात धोओयार अभ्यास
- ✓ निजेण एवं सन्तानेण जन्य सर्वदा शौचालयेण व्यवहार

...आर आपनार?

सर्धिक पुष्टि, देशेण उन्नति
थाकवे ना अपुष्टिण ऋति



आमार पुष्टि काहिनी



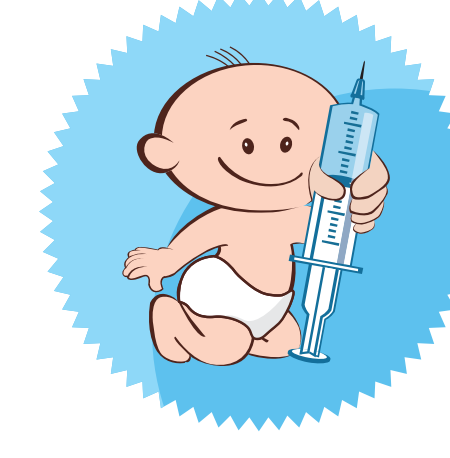
आमाके थाওয়ानो हय

- ✓ प्रतिदिन स्नानपानेनर साथे विभिन्न प्रकारेनर खाद्य माथा साथे गाढ परिपोषक खाद्य
- ✓ पुष्टिकर दुध आर तेल एवं आयोडिन युक्त लवन
- ✓ सप्ताहे दुवार करे आईएफए सिराप
- ✓ बछरे दु'वार पेटेर कीटेनर हात थेके रक्षा पेटे एन्सेन्डाजोलेनर ट्याबलेट



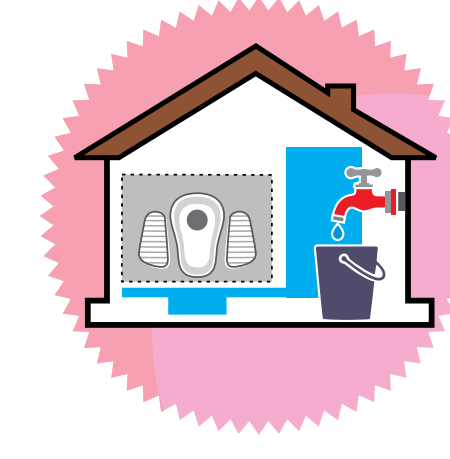
आमाके पान करानो हय

- ✓ विशुद्ध एवं टाका देওয়া जल



आमाके करानो हय

- ✓ ५ बछर अवधि सूची मेने नियमित टीकाकरण
- ✓ शारीरिक वृद्धि एवं मस्तिष्केनर विकाशेनर नियमित निरीक्षण



आमार जन्य ग्रहण करा हय

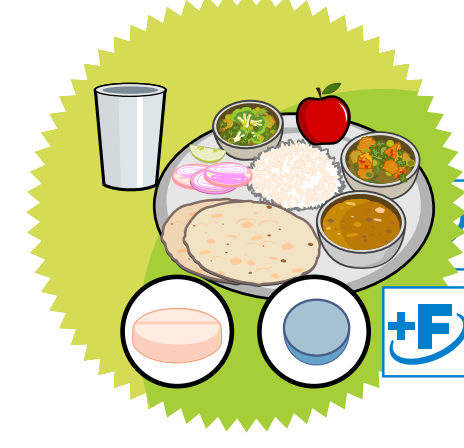
- ✓ साबान एवं जल सहकारे हात धोওয়ার अभ्यास:
 - खाबार बानाबार एवं थाওয়ानेर पूरे
 - आमार मल-मूत्र परिष्कार करार पर
- ✓ मल-मूत्र सर्वदा शौचालये फेले देওয়া

...आर आपनार?

सठिक पुष्टि, देशेर उन्नति
थाकबे ना अपुष्टिेर झति



आमार पुष्टि काहिनी



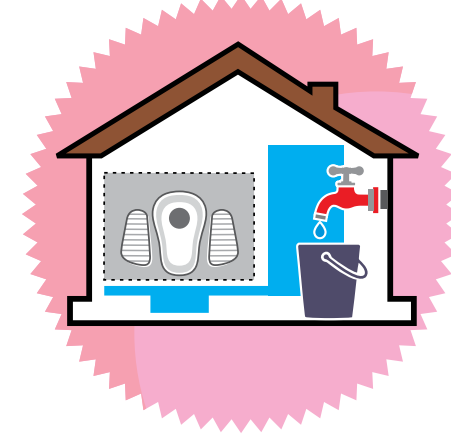
आमि खाद्य ग्रहण करे थाकि

- ✓ प्रतिदिन आयरन आर भिटाविन युक्त विभिन्न प्रकारेर पुष्टिकर आहार
- ✓ पुष्टिकर दुग्ध आर तेल एवं आयोडिन युक्त लबन
- ✓ सप्ताहे एकटि करे आईएफए-एर नील रंगेर ट्याबलेट
- ✓ बछरे दु'वार पेटेर कीटेर हात थेके रक्षा पेते एन्डोजोलेर एकटि करे ट्याबलेट



पान करे थाकि

- ✓ विशुद्ध एवं टाका देओया जल



ग्रहण करे थाकि

- ✓ खाबार बानाबार एवं खाद्य ग्रहण करबार पूर्वे एवं शौचकर्मेर परे साबान एवं जल दिये हात धोओयार अभ्यास
- ✓ मासिकेर समये नियमित परिष्कार-परिच्छन्नता एवं स्वच्छता
- ✓ सर्वदा शौचालयेर व्यवहार

...आर आपनार?

सठिक पुष्टि, देशेर उन्नति
थाकबे ना अपुष्टिेर क्षति

