पोषण

प्रारम्भिक देखरेख में

- बालवाड़ी/आंगनवाड़ी से बच्चों का पूर्ण विकास होता है।
- बच्चा बैठना सीखता है।
- माताओं को अपने बच्चों को सुरक्षित जगह रखने का लाभ मिलता है।
- बच्चों को खेलकूद की सुविधा मिलती है, जो उनके विकास में सहायक है।
- बच्चों को आवश्यक पोषाहार मिलता है, जो विकास का संकेत है।
- बच्चों को शाला पूर्व शिक्षा मिलती है।

जीवन की सर्वोत्तम शुरुआत के लिए

- माँ का पहला दूध कोलॉस्टाम 70 पोषण तत्व से भरपूर बच्चे के लिए अमृत है।
- छह माह तक बच्चे को केवल माँ का दूध ही पिलायें, पानी नहीं पिलायें।
- 6 माह बाद ऊपरी आहार, जैसे- भुनी हुई दाल, चावल, फल आदि खिलाएँ साथ ही निरन्तर माँ का दूध पिलाते रहें।
- बच्चे के लिए स्थानीय सब्जियाँ- पालक, मूली, गाजर, तुरई, ग्वार की फली, लोकी, बैंगन, टमाटर आदि उपयोगी हैं।
- स्थानीय आहार- चावल, दाल, दूध, घी, अनाज देना चाहिए।

बालवाड़ी/आंगनवाड़ी से अपने बच्चों को जोड़ना है, कुपोषण को जड़ से खत्म करना है।

ग्राम चेतना केन्द्र, खेड़ी मिलक, वाया-रेनवाल, जिला-जयपुर-303603, फोन : 01424-282234, 282256