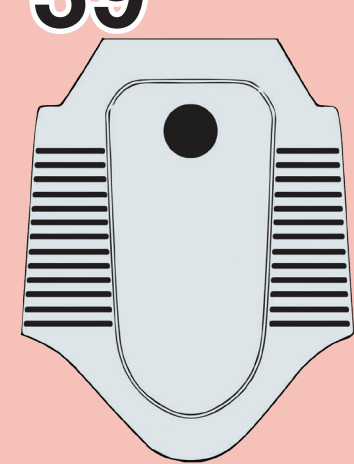
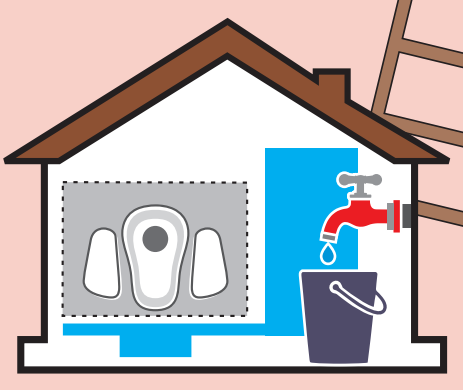
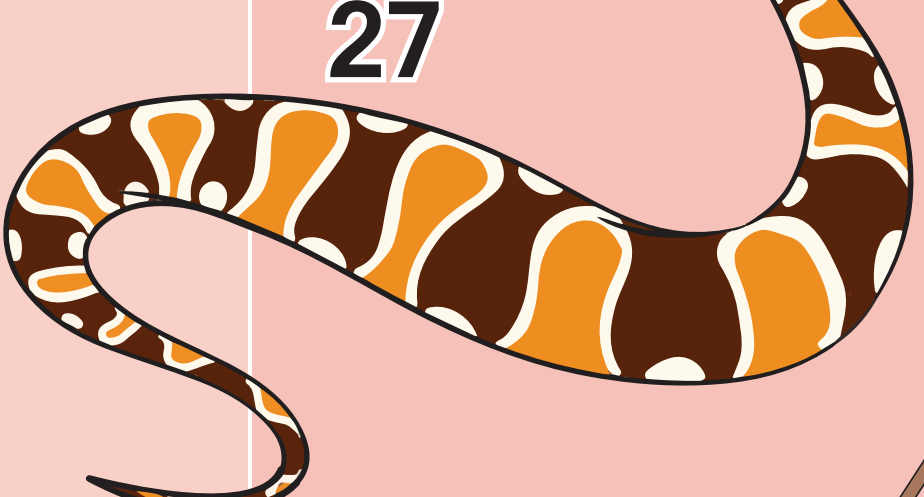
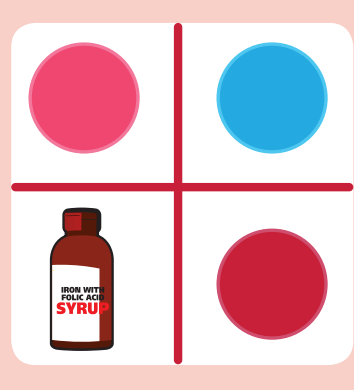
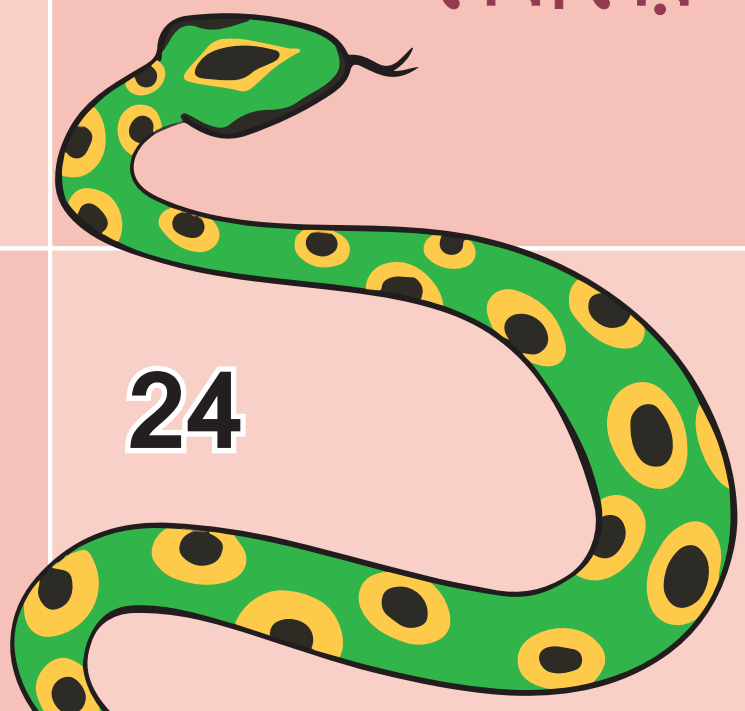
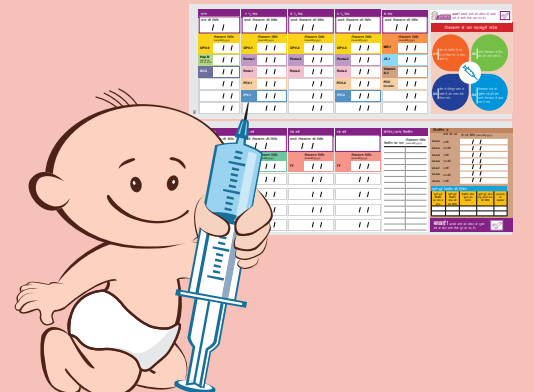
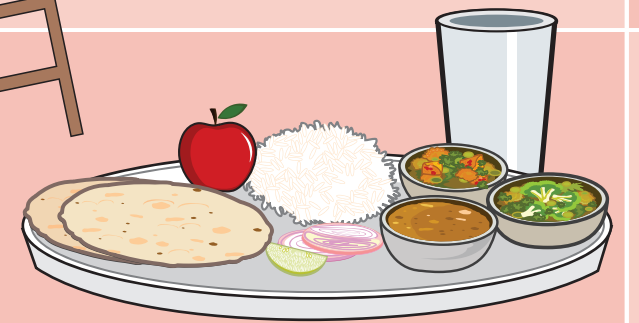
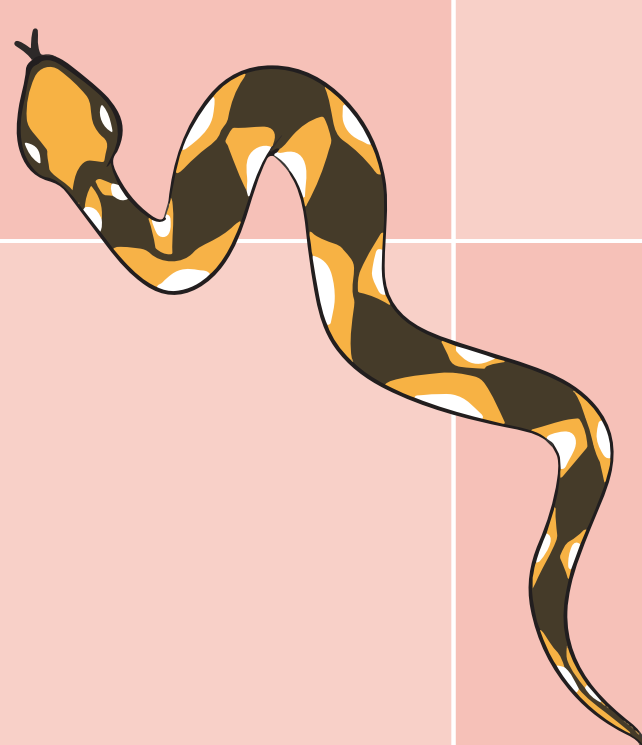


আমার পুষ্টির গল্পের উঁচু এবং নিচু

64 শেষ	63 প্রথম ছয় মাস শিশুর জন্য একান্তে স্তন্যদান অবহেলা	62	61	60	59 অ্যালব্যান্ডেজোল ট্যাবলেটের নির্দিষ্ট ডোজ না খাওয়া	58	57
49 কোনও স্বাস্থ্য কেন্দ্র বা হাসপাতালে গর্ভবতী মহিলার প্রসব করা প্রয়োজন		51	52 এলবেনডাজোল ট্যাবলেটের নির্ধারিত ডোজ	54	55 রান্না, খাবার বা বাস্কা খাওয়ানোর আগে জল এবং সাবান দিয়ে হাত ধুয়ে ফেলতে ব্যর্থতা		
		46 স্তন্যদান সময়কালে ক্যালসিয়ামের নির্ধারিত ডোজ গ্রহণে ব্যর্থতা		43 গর্ভাবস্থায় কমকরে চারটি প্রসবোত্তর চিকিৎসার জন্য যাওয়া জরুরি	41 শিশুর মল অপ্রচল নিষ্পত্তি		
33 	34	উঁচু জায়গায় ঢেকে রাখা শুদ্ধ নিরাপদ জল পান করা	37 ক্যালসিয়াম ট্যাবলেটের নির্ধারিত ডোজ	38 মাসিক স্বাস্থ্যবিধি পর্যবেক্ষণে অবহেলা	39 		
		30	29	28 	27 	26	25 নিয়মিত টিকাদান শিশুর প্রতি অবহেলা দেখা দেয়
সবসময় শৌচালয়ের ব্যবহার		30 আয়োডিন যুক্ত লবণ		28 সমস্ত জীবন পর্যায়ে আইএফএ-র নির্ধারিত ডোজটি নিশ্চিত করুন	23 		24 
17 	18	সর্বদা আয়োডিন যুক্ত লবণের ব্যবহার	13 মশারি নেট ব্যবহার করায় অবহেলা	11 শিশুকে জল, মধু বা গ্রাইপের জল প্রদান করা	10		9 
স্তন্যদানের ছয় মাস সমাপ্তি পরে স্তন্যপানের সাথে সাথে সম্পূর্ণ খাবার দিন	15	14 	4 	6 			পুষ্টির দুধ, তেল এবং আয়োডিন যুক্ত লবণ খাদ্য গ্রহণ করা
1 শুরু	2	বিভিন্ন পুষ্টির খাদ্য গ্রহণ যা ভিটামিন ও আইরন সমৃদ্ধ					

- এই খেলা একটি পাশা নিয়ে খেলা করা যাবে।
- কোনও অংশগ্রহণকারী এই স্থানটি শুরু করতে পারেন। যদি অংশগ্রহণকারী পাশায় ছয় বস্তুর পায়, তবে সে খেলা খেলতে শুরু করতে পারে।
- পরের সংখ্যাটি ছয় হলে, অংশগ্রহণকারী আবার পাশা খেলার সুযোগ পাবেন এবং যে সংখ্যাটি প্রদর্শিত হবে, সেই বস্তুর উপর তার কাউন্টারটি রাখবে।
- পাশ এবং সিঁড়ি খেলার, অংশগ্রহণকারী সিঁড়ির উপরে উঠতে যথেষ্ট সৌভাগ্যবান হতে পারে।
- এতে অংশগ্রহণকারীকে খেলার শেষে নিয়ে আসে চিহ্নিত করে ভাল পুষ্টির অভ্যাস।
- অন্য দিকে, অংশগ্রহণকারী দুর্ভাগ্যবশত একটি সাপের কামড়ে নীচে নেমে আসাকে চিহ্নিত করে দরিদ্র পুষ্টির অভ্যাস।
- সাপের মুখের উপর মেসেজ বক্স খোলা খারাপ পুষ্টির অভ্যাস প্রতিকলিত করে। সাপের লেজের বাক্সটি খারাপ পুষ্টির অভ্যাসগুলির একটি দৃষ্টান্তমূলক সংশোধন।
- এটি কমপক্ষে দুই অংশগ্রহণকারী এবং সর্বাধিক চার অংশগ্রহণকারী এই খেলাটি খেলতে পারেন।

- এই খেলা একটি পাশা নিয়ে খেলা করা যাবে।
- কোনও অংশগ্রহণকারী এই স্থানটি শুরু করতে পারেন। যদি অংশগ্রহণকারী পাশায় ছয় বস্তুর পায়, তবে সে খেলা খেলতে শুরু করতে পারে।
- পরের সংখ্যাটি ছয় হলে, অংশগ্রহণকারী আবার পাশা খেলার সুযোগ পাবেন এবং যে সংখ্যাটি প্রদর্শিত হবে, সেই বস্তুর উপর তার কাউন্টারটি রাখবে।
- পাশ এবং সিঁড়ি খেলার, অংশগ্রহণকারী সিঁড়ির উপরে উঠতে যথেষ্ট সৌভাগ্যবান হতে পারে।