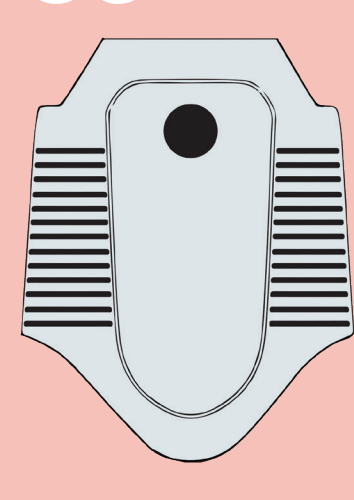
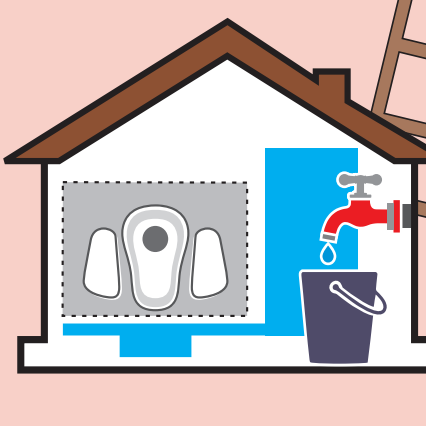
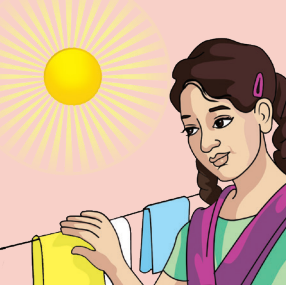
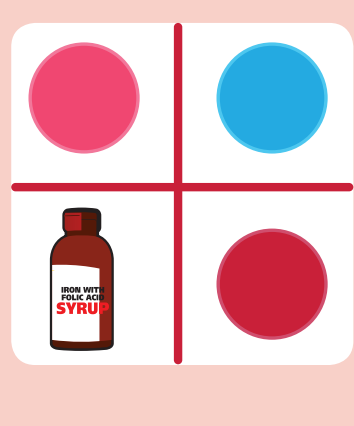
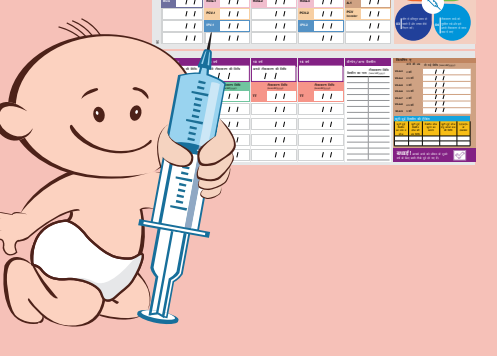
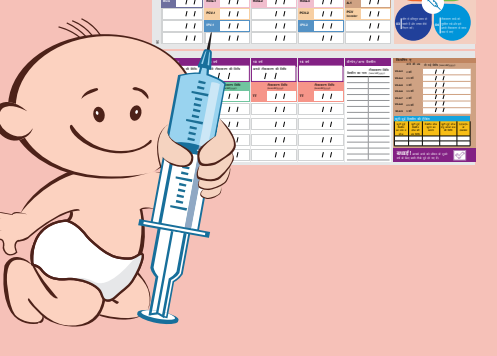
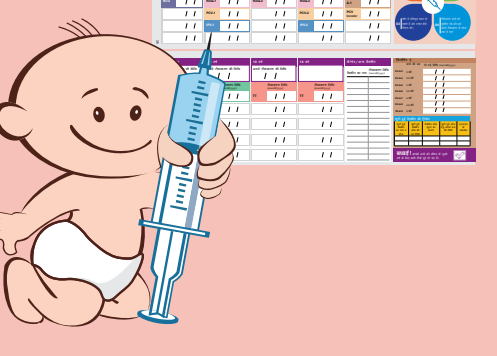


ನನ್ನ ಪೋಷಣೆ ಕತೆಯ ಹಾವು-ಬಣೆ

64 ಮುಕ್ತಾಯ	63 ಶಿಶುವಿಗೆ ಆರಂಭದ 6 ತಿಂಗಳು ಕೇವಲ ತಾಯಿಹಾಲನ್ನು ಕುಡಿಸದೇ ಇರುವುದು	62	61	60	59 ಎಲ್ಲೆಡೆಹೋಲೋನ ಮಾತ್ರ ಸೇವಿಸಲಲ್ಲ	58	57
49 ಆರೋಗ್ಯ ಕೇಂದ್ರ ಅಥವಾ ಆಸ್ಪತ್ರೆಯಲ್ಲಿ ಹೆರಿಗೆ ಮಾಡಿಸಲಲ್ಲ		51	52 ಎಲ್ಲೆಡೆಹೋಲೋ ಮಾತ್ರ	54	43 ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ಜನಿಸಿದ 1 ಘಂಟೆಯೊಳಗೆ ತನ್ನ ಮಾದಲ ಹಳದಿ ಹಾಲು ಕುಡಿಸುವುದು	55 ಅಡುಗೆ ಮಾಡುವ, ಉಣ್ಣುವ ಹಾಗೂ ಉಣಿಸುವ ಮೊದಲು ಸಾಬೂನಿನಿಂದ ಕೈ ತೊಳೆಯುವುದಿಲ್ಲ	41 ಮಗುವಿನ ಶೌಚವನ್ನು ಶೌಚಾಲಯದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ
33 	34	46 ಹಾಲುಣಿಸುವ ತಾಯಿ ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂನ ನಿಗದಿತ ಡೋಸ್ ಸೇವಿಸುವುದಿಲ್ಲ	37 ಕ್ಯಾಲ್ಸಿಯಂ ಮಾತ್ರ	38 ಮುಟ್ಟಿನ ವೇಳೆ ಸ್ವಚ್ಛತೆಯ ಕಡೆ ಅಸಡ್ಡೆ	39 		
 ಯಾವಾಗಲೂ ಶೌಚಾಲಯದ ಬಳಕೆ		30 ಎತ್ತರದಲ್ಲಿ ಮುಚ್ಚಿಟ್ಟು, ಶುದ್ಧ ನೀರನ್ನೇ ಕುಡಿಯುವುದು	29	28 	27 	26	25 ಮಗುವಿಗೆ ನಿಗದಿತ ಲಸಿಕೆ/ ಚುಚ್ಚುಮದ್ದನ್ನು ಕೊಡಿಸಲಲ್ಲ
17 	18	30 ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಅಯೋಡಿನ್ ಇರುವ ಉತ್ಪನ್ನ ಬಳಕೆ	28	27 ಆಯಾ ವಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಐ.ಎಫ್.ಎ ದ ನಿಗದಿತ ಡೋಸ್ ಕೊಡಿಸುವಿಕೆ	23 	24 	9 
6 ತಿಂಗಳಾದ ಮೇಲೆ ಸ್ತನಪಾನದೊಂದಿಗೆ ಮೇಲಾಹಾರ ತಿನ್ನುವುದು	15	14 ಸೂಕ್ಷ್ಮಪರದೆಯ ಬಳಕೆ ಇಲ್ಲ	13 ಮಗುವಿನ ತೂಕದ ನಿಯಮಿತ ನಿಗಾವಣೆ	11 ನವಜಾತ ಶಿಶುವಿಗೆ ಹುಟ್ಟಿದ ತಕ್ಷಣ ನೀರು, ಜೇನು ಅಥವಾ ಜೇನು ಕುಡಿಸುವುದು	10 	10 	9 
1 ಶುರು	2	14 ದಿನಾಲೂ ಐರನ್ ಮತ್ತು ವಿಟಮಿನ್ ಇರುವ ಬಗೆಬಗೆಯ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ	4 	6 	6 	10 	9 

- ಈ ಅಟವನ್ನು ದಾಳದ ಸಹಾಯದಿಂದ ಅಡಚಿಕು
- ಯಾರೇ ಅಟಗಾರನಿಗೆ ದಾಳದಲ್ಲಿ 6 ಸಂಖ್ಯೆ ಬಂದಾಗ ಅಟ ಆರಂಭವಾಗುತ್ತದೆ
- ದಾಳದಲ್ಲಿ ಯಾವ ಸಂಖ್ಯೆ ಬರುತ್ತದೋ ಅಷ್ಟು ಮನೆಯಲ್ಲಿ ತಮ್ಮ ಕಾಯಿಯನ್ನು ಇಡುವ ಅವಕಾಶ ಸಿಗುತ್ತದೆ.
- ಕಾಯಿಯನ್ನು ನಡೆಸುವಾಗ ಏಳೆ ಇರುವ ಮನೆಯನ್ನು ತಲುಪಿದರೆ, ಆಗ ಕಾಯಿ ಬಣೆಯನ್ನು ಬರುತ್ತದೆ
- ಏಳೆ ಇರುವ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ಉತ್ತಮ ರೂಢಿಯನ್ನು ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ.
- ಕಾಯಿ ಒಂದು ವೇಳೆ ಹಾವಿನ ಬಾಯಿ ಇರುವ ಮನೆಯನ್ನು ತಲುಪಿದರೆ ಆಗ ಅದು ಕೆಳಗೆ ಇಳಿಯ ಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ
- ಹಾವಿನ ಬಾಯಿ ಇರುವ ಮನೆಯಲ್ಲಿ ಅಪೌಷ್ಟಿಕ ಆಹಾರ ಸೇವನೆಯ ರೂಢಿಯನ್ನು ಬರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಹಾವಿನ ಬಾಲದ ತುದಿಯಲ್ಲಿ ಅದನ್ನು ಸರಿಪಡಿಸುವ ವಿಧಾನವನ್ನು ತೋರಿಸಲಾಗಿದೆ.
- ಈ ಅಟವನ್ನು 2-4 ಅಟಗಾರರು ಅಡಚಿಕು.