

माझ्या पोषणाच्या कहाणीचा चढ-उतार

64 समाप्त	63 बाळाला आरंभीचे ६ महिने केवळ स्तनपान न करवणे	62	61	60	59 एल्वेंडाझोलची निर्धारित मात्रा न घेणे	58	57
49 आरोग्य केंद्र किंवा रुग्णालयामध्ये प्रसूती न होणे	51	52 एल्वेंडाझोलची गोळी	54	43 नवजात बाळाला जन्मानंतर १ तासाच्या आत आपले पहिले घट्ट दूध पाजणे	55 जेवण तयार करणे, खाणे आणि भरवण्यापूर्वी साबणाने हात न धुणे	41 बाळाच्या शौचाची विल्हेवाट शौचालयामध्ये न करणे	
33	34	46 स्तनदा महिलेने कॅल्शियमची निर्धारित मात्रा न घेणे	37 कॅल्शियमची गोळी	38 मुलीद्वारे मासिक पालीच्या स्वच्छतेबाबत निष्काळजीपणा	39		
नेहमी शौचालयाचा वापर	30 पिण्यासाठी शुद्ध आणि झाकलेल्या पाण्याचा वापर करणे	29	28	27	26	25 यादीनुसार मुलाचे नियमित लसीकरण न होणे	
17	18	14 जेवणामध्ये आयोडीनयुक्त मीठाचा वापर	13 मच्छरदाणीचा वापर न होणे	11 नवजात शिशुला जन्मानंतर लगेच पाणी, मध किंवा गुटी देणे	10	9	
६ महिने पूर्ण झाल्यानंतर स्तनपानासोबत वरचा आहार देणे	15	14	मुलाचे नियमितपणे वजन करणे	6		पौष्टिकीकृत दूध आणि तेलाचा वापर	
1	2	4					
शुरु							

- हा खेळ फाशाच्या मदतीने खेळला जाईल.
- याची सुरुवात कोणत्याही खेळाडूकडून फाशावरील ६ अंक आल्यानंतर होईल.
- यानंतर फाशावर जितकी संख्या येईल तितक्या घरावर खेळाडूला आपला फासा ठेवण्याची संधी मिळेल.
- या खेळाच्या दरम्यान जर खेळाडू शिडीवरील घरांमध्ये पोहोचला तर त्याला थेट वरच्या घरांमध्ये जाण्याची संधी मिळेल.
- शिडीच्या घरांमध्ये पोषणाचे योग्य वर्तन लिहिले आहे. त्यावर चर्चा करा.
- याच्या अगदी उलट जर खेळाडू सापाचं तोंड असलेल्या घरांमध्ये पोहोचला तर त्याला अनेक घरं थेट खाली उतरावे लागेल.
- सापाचं तोंड असलेल्या घरांमध्ये पोषणाचे चुकीचे वर्तन लिहिले आहे. सापाच्या शेपटीवरील घरातील चित्रांमधून पोषणाचे योग्य वर्तन दाखवले आहेत. त्यावर चर्चा करा.
- हा खेळ २-४ खेळाडूंच्या दरम्यान खेळता येतो.

खेळाने पोषण