

صحت مند ماں و بچہ روشہ مستقبل کے ضمانت



AIMING
CHANGE FOR
TOMORROW

ضلعی دفتر: اے پی سی اے کالونی نزد بوائز ڈگری کالج نصیر آباد

رابطہ نمبر: +92 333 9365 524

کسی بھی رائے یا شکایت کی صورت میں مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں نمبر: 0800-93732 داس ایپ نمبر 0311-5821304 ای میل: feedback.pakistan@wfp.org

مماں کا دودھ۔ نئی زندگی کی صحت مند بنیاد



1 پیدائش کے ایک گھنٹے کے اندر بچے کو ماں کا پہلا پیلا گاڑھا دودھ پلائیں اور چھ ماہ تک صرف اور صرف ماں کا دودھ ہی پلائیں۔

2 ماں کا پہلا گاڑھا پیلا دودھ بچے کو بیماریوں سے بچاتا ہے اور اس میں قوت مدافعت پیدا کرتا ہے۔

3 نوزائیدہ بچے کو ماں کا دودھ دن اور رات میں 8 سے 12 دفعہ ضرور پلائیں۔



World Food Programme



AIMING
CHANGE FOR
TOMORROW

ضلعی دفتر: اے پی سی اے کالونی نزد بوائز ڈگری کالج نصیر آباد

رابطہ نمبر: +92 333 9365 524

کسی بھی رائے یا شکایت کی صورت میں مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں نمبر: 0800-93732 واٹس ایپ نمبر 0311-5821304 ای میل: feedback.pakistan@wfp.org

بچوں میں غذائی قلت کی علامات

- خون کی کمی
- موسمی بیماریوں کا جلد پکڑنا
- بالوں کا گرنا
- جلد کا خشک ہونا
- دانتوں کا جلدی خراب ہونا

ضلعی دفتر: اے پی سی اے کالونی نزد بوائز ڈگری کالج نصیر آباد
رابطہ نمبر: +92 333 9365 524

کسی بھی رائے یا شکایت کی صورت میں مندرجہ ذیل نمبر پر رابطہ کریں
نمبر: 0800-93732
واٹس ایپ نمبر 0311-5821304
ای میل: feedback.pakistan@wfp.org

