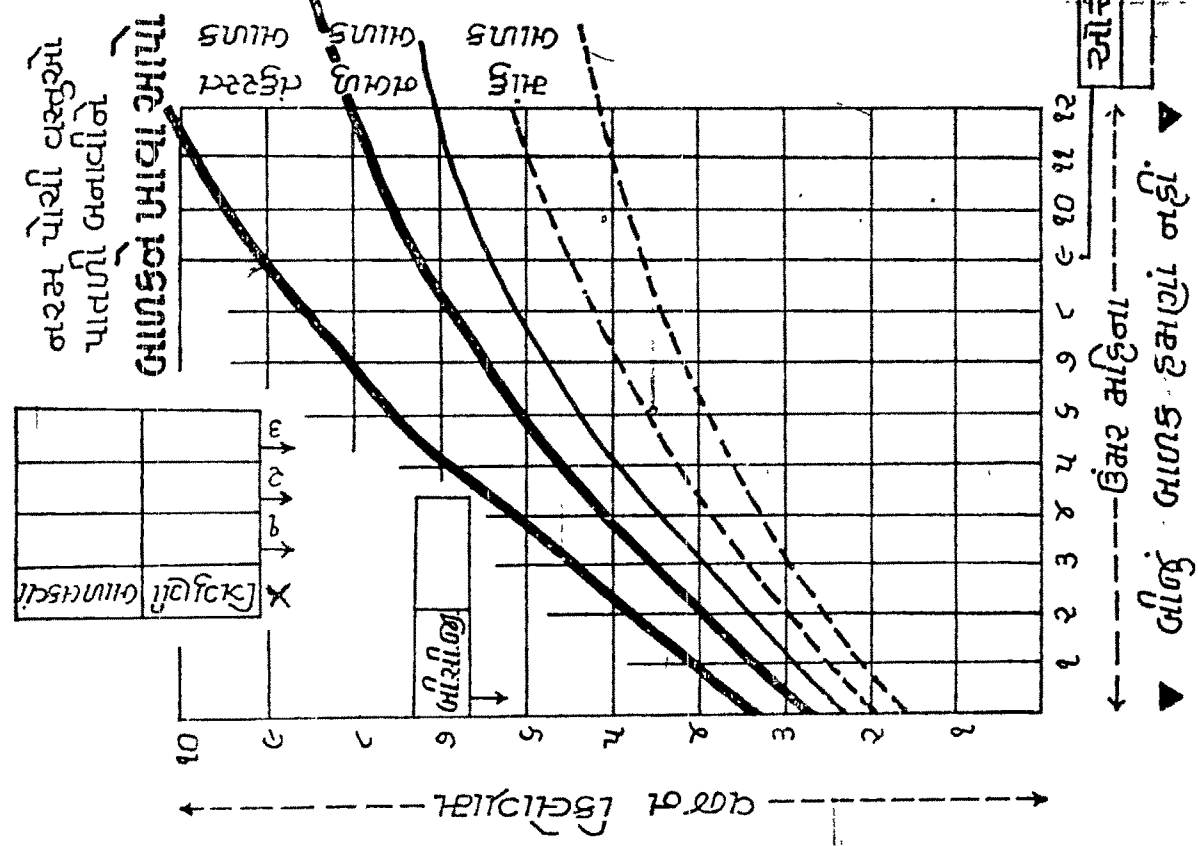
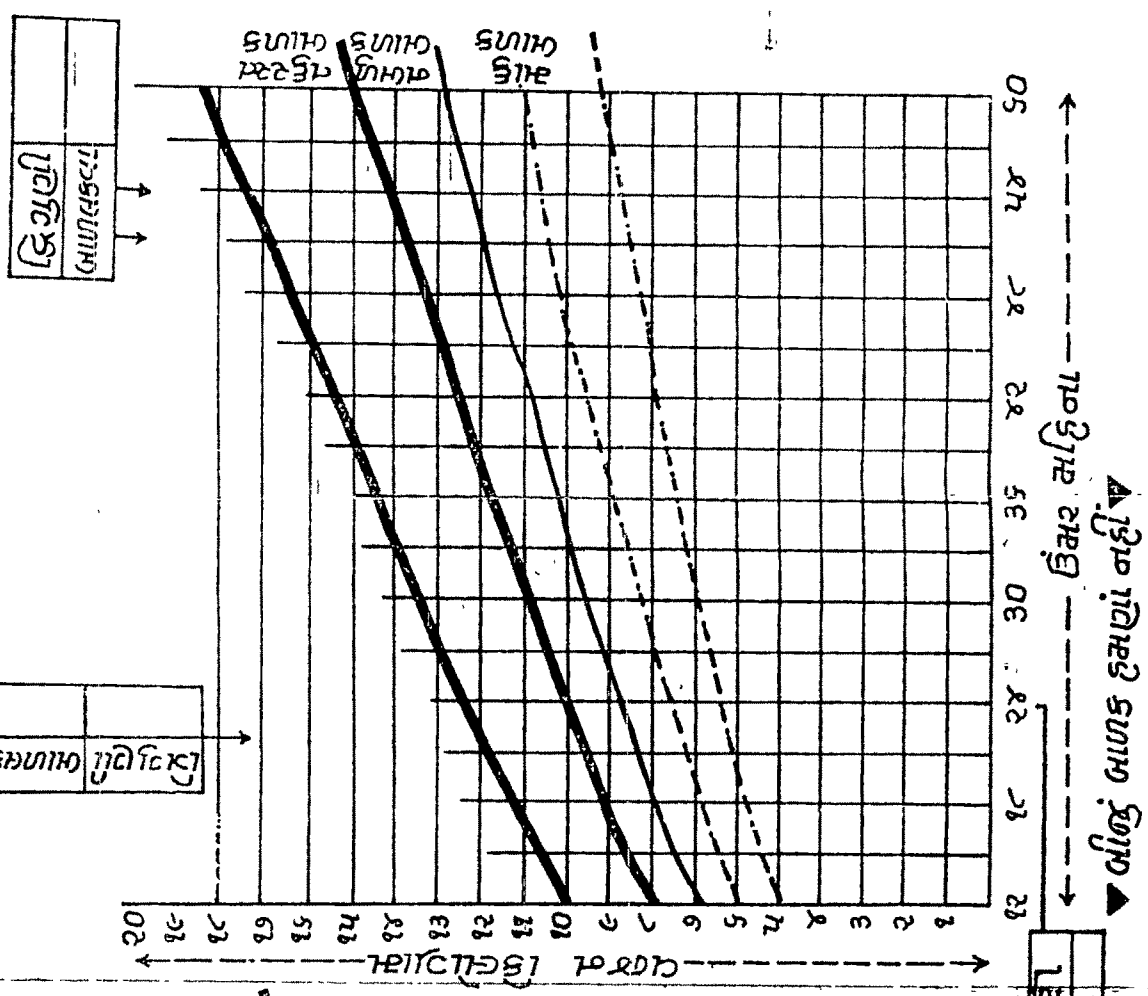


# APPENDIX D

305



તમારું બાળક રાષ્ટ્રની અમૃત્ય સંપત્તિ છે.  
- તેને કાળજીપૂર્વક સંભાળો.

△ બાળકને યોગ્ય ખોરાક આપો, નેથી તે શક્તિશાળી બનશે.  
 △ બાળકને રોગ પ્રતિબંધક રસી મુકાવો,  
 નેથી તેને રોગી રોગો સામે સંરક્ષણ મળશે.  
 △ બાળકને રોગ થતાં સમયસર ઠાકતરી હલાજ કરાવો,  
 નેથી તેનું દુઃખ જલદી મટશે.  
 △ એ બાળકો વચ્ચે ૨-૩ વર્ષનો ગાળો રાખો,  
 નેથી બાળકના આરોગ્ય પ્રત્યે પૂરતું ધ્યાત આપાશે.

ਭਾਗਵਤ ਪੁਰਾਣ

। जे त्रय महीनामां जी. सी. जं.

૧ : ત્રિગ્રાળી અતેભાળધકવાનીરસીરહોડાઝ

२५३।३

સે: " " "

∴ राक्षस होय तो ज्ञारी, जर्मन ज्ञारी

અંતે ગ્રાહપત્યોજાની રસી

બે વર્ષે : ત્રિગણી અતે બાળકશ્રવાની રસી

વર્ષે : દ્વિગણી અને માળલકવાની રસી

આણકરે આવા શું આપવું ?

માતાનું દૂધ એ નાના બાળક માટે સૌથી ઉત્તમ  
ખોરાક છે.

પહેલા ૯-૧૦ મહીના સુધી ધાવણ આપવું, ઉપરાંત  
૨ થામસિનું: ઉપરવું દૂધ (પાણી નાખ્યા વગર)

ઓસામ્બુ, દાણતું પાણી વિ.  
ચાલ હરી ધામે ધામે ભડં કરવું.

૭-૮મીને: ભાત દાળ, બટાકા વિ. બાફેલી, પોચી વસ્ત્રો પાતળી બનાવીને

આપવી.

વસ્તુઓ નરમ કરીને બાળક  
દેહ માં છે.

आडा थायतो आंड भीठनुं पाणी आपोः जेसी न रहेशो. धावणु पणु  
अंध न करेशो.

અળ છે તંદુરસ્તીમાં સંપ્રધામાં નથી. <sup>Comed.</sup>

જન્મ તારીખ  
૧-૧૦-૬૫

५-६. हलदिगिह गीह

62  
5145

Alfred  
Nakazon

સરનામું  
કોચીર જામ

કેન્દ્રની મૂલાકાતની તારીખો।

हार्दिक

ગાંધીર માંદગીની નોંધ

Δ "હવા કેવી રીતે બનાવવી ? ઉઝાગેલાં ઠંડા પાણીને હવાની બાટલીમાં ઓંકા અથવા નિશાન સુધી નાખો. હવાયો અને પછી કહેલા માપ પ્રમાણે આપો.