

# Bihar Forces

## Report

### National Poshan Month

Bihar forces organized a community meeting on the celebration “Of Poshan Month on 28th September 2024. The purpose of the community meeting was to spread awareness of Good Nutrition Practices to the mothers and children. An awareness program was conducted by Bihar Forces on 28th September through 17 organizations across Bihar.

Bihar forces conducted 22 community awareness programs in 22 villages/wards in which a total of 1012 people participated (children- 141, Females - 681, Males- 108, stakeholders - 36). All the organisations carried out this awareness program through community meetings, seminars and camps in which anaemia was discussed with focus.

Iron deficiency causes both the risk of anaemia and an increased risk of infection in children. To overcome iron deficiency, we need To include green leafy vegetables like spinach, fenugreek, taro leaves, mint and mustard seeds, figs, and haleem seeds. You can eat pomegranate, carrots, and beetroot. nutritious food in the form of soup, juice or salad Can take. If you are a non-vegetarian then your Mutton and egg in food in equal quantity can include.

1



Khaira mairwa, siwan



Khaira mairwa, siwan

2



Patna Sadar



Patna City



3



Patna Sadar



Hajipur

4



Bochha, Muzafferpur



Saraiya, Muzafferpur

5



Sitamadhi



Khagariya



6



Guthani, Siwan



Guthani, Siwan

7



Navada



Navada

8



Matihani, Begusarai



Jamui



9



Jamui



Jamui

10



Maner, Patna



Maner, Patna

11

प्रकाशन का 20वां वर्ष एक अखबार संपूर्ण बिहार फा 11 की कीमत 11 रु.

# सन्मार्ग

सूचना 5.00

## पौष्टिक आहार अपनाओ कुपोषण दूर भगाओ विषय पर कार्यक्रम आयोजित

मानसिक पोषण के संबंध में भी चर्चा की गई। पौष्टिक आहार के लिए महंगे सामानों की जरूरत नहीं होती है अपितु इसके लिए जानकारी का होना तथा इसका अच्छे तरीके से बनाने का तरीका जानना आवश्यक है। (जच्चा एवं बच्चा का स्वस्थ होना दोनों आवश्यक है। निर्धारित समय पर बच्चों को सभी टीका देना आवश्यक है। महिलाओं में भी कैल्शियम एवं आयरन की कमी को दूर करने के लिए समय-समय पर डॉक्टर की सलाह पर इसे लेते रहना चाहिए। इस अवसर पर पौष्टिक आहार अपनाओ कुपोषण दूर भगाओ विषय पर व्यापक चर्चा की गई। राष्ट्रीय पोषण माह संबंधित कंफ़लीट का वितरण माताओं के बीच में किया गया। कार्यक्रम को आंगनबाड़ी सेविका गौरी कुमारी, आंगनबाड़ी सहायिका सुनीता देवी, आशा कार्यकर्ता अनुलक्षी समेत सीमा, गजाला खातून, अनवरी खातून, नीतू देवी समेत अन्य ने संबोधित किया।

## गोष्ठी में बच्चों को दिये जाने वाले पौष्टिक आहार पर की गयी चर्चा

गोष्ठी में भाग लेती महिलाएं.

**संवाददाता, बैंगलुराय**

राष्ट्रीय पोषण माह के अवसर पर बिहार ग्रामीण जागरूकता अभियान समिति द्वारा मटिलानी प्रखंड के आंगनबाड़ी केंद्र संख्या 28 में छात्री एवं माता के बीच जागरूकता पैदा करने के उद्देश्य से एक गोष्ठी का आयोजन किया गया। यह कार्यक्रम नेशनल फोर्सेस एवं बिहार फोर्सेस के सहयोग से आयोजित किया गया। कार्यक्रम को संबोधित करते हुए संस्था के महिला एवं विकास कार्यक्रम की संयोजिका खुशबू कुमारी एवं मोहित कुमार ने बच्चों के विकास के ऊपर विस्तार से चर्चा किया। बच्चों को दिए जाने वाले पौष्टिक आहार एवं उनके तैयार करने के तरीके समेत उनके पारंपरिक एवं आधुनिक पोषण के संबंध में भी चर्चा की गई। पौष्टिक आहार के लिए महंगे सामानों की जरूरत

नहीं होती है अपितु इसके लिए जानकारी का होना तथा इसका अच्छे तरीके से बनाने का तरीका जानना आवश्यक है, जच्चा एवं बच्चा का स्वस्थ होना दोनों को सभी टीका देना आवश्यक है। निर्धारित समय पर बच्चों को सभी टीका देना आवश्यक है। महिलाओं में भी कैल्शियम एवं आयरन की कमी को दूर करने के लिए समय-समय पर डॉक्टर की सलाह पर इसे लेते रहना चाहिए। इस अवसर पर पौष्टिक आहार अपनाओ कुपोषण दूर भगाओ विषय पर व्यापक चर्चा की गई। राष्ट्रीय पोषण माह संबंधित कंफ़लीट का वितरण माताओं के बीच में किया गया। कार्यक्रम को आंगनबाड़ी सेविका गौरी कुमारी, आंगनबाड़ी सहायिका सुनीता देवी, आशा कार्यकर्ता अनुलक्षी समेत सीमा, गजाला खातून, अनवरी खातून, नीतू देवी समेत अन्य ने संबोधित किया।

غذائیت سے بھرپور خوراک اپنائیں اور غذائی قلت کو دور کریں کے عنوان پر پروگرام منعقد



چاہیے۔ اس موقع پر خدائیت سے بھرپور خود کو اپنانے اور فرائضِ غلت کے خاتمے کے موضوع پر تعمیلی گفتگو ہوئی۔ ماؤں میں فرائضِ غلت کے سبب سے متعلق مکمل تقسیم کیے گئے۔ پروگرام کو آنگن باڑی اور گورگری کماری، آنگن باڑی اسسٹنٹ سنیادی، آشادگرہ انول کشمی کے ساتھ سیما، غزوالہ خانوان، نوروی خانوان، نیوادیوی اور دیگر نے خطاب کیا۔

[illegible]

बिहार फोर्सेस

**Bihar FORCES Secretariat: Nidan, 304 Maurya Tower, Maurya Lok Complex.  
Patna - 800001**

**Partner NGOs** – Adithi Patna, Alpsankhayak Kalyan Samiti, Azad Bachpan, Bachpan Bachao Andolan, Bihar Gramin Jagrukta Abhiyan Samiti, Centre Direct, Gaon Vikas Manch, Ghoghardiha Prakhanda Swaraj Vikas Sangh, Harijan Adivasi Shikshan Prashikshan Kalyan Sansthan, Idea, Integrated Development Foundation, Mahila Sewak Samaj, Narayani Sewa Sansthan, Nidan, Plan India, Pratham, Saran Jila Samagra Vikash Sewa Sansthan, Sarthi, Shape, Suman Samaj Kalyan Samiti, Suraje, Save The Children

**Latest News** भले चोट के निशान, तो कैसे हुई

## गोष्ठी में बच्चों को दिये जाने वाले पौष्टिक आहार पर की गयी चर्चा



गोष्ठी में भाग लेती महिलाएं.

संवाददाता, बैंगूलराय

[illegible][illegible]