

प्रथम 1000 दिन क्या हैं ?

शिशु के गर्भ में आने से लेकर उसके 2 साल तक
का हो जाने की अवधि को जीवन के
प्रथम सुनहरे 1000 दिन कहा जाता है।

कुपोषण चक्र को तोड़ने के लिए प्रथम 1000 दिन
बहुत महात्वपूर्ण हैं और उसमें निवेश करने की
आवश्यकता को समझना ज़रूरी है।



270 दिन

गर्भवस्था

मातृ पोषण एवं प्रसव पूर्व देखभाल



180 दिन

0-6 माह

शीघ्र एवं केवल स्तनपान



550 दिन

6-24 माह

ऊपरी आहार एवं स्तनपान



प्रथम 1000 दिन ही क्यों?

- ✓ गर्भवती एवं धात्री महिलाओं के स्वास्थ्य के लिए
- ✓ दो वर्ष से कम उम्र के बच्चों के शारीरिक एवं मानसिक विकास के लिए
- ✓ कुपोषण से बचने के लिए
- ✓ परिवार की बेहतर आजीविका के लिए