



ಇಂದಿನಿಂದಲೇ ಸುರಕ್ಷಿತ ಹೆರಿಗೆಗಾಗಿ ಸಿದ್ಧರಾಗಿ

ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿನ ಜನನಕ್ಕೆ ಸಿದ್ಧತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಬಹಳ ಮುಖ್ಯ. ಕೆಲವು ದಿಕ್ಕೊಚ್ಚಿಗಳನ್ನು ನೆನಪಿನಲ್ಲಿಡಿ, ನಿಮ್ಮ ಮಗುವಿಗೆ ನೀವೇ ರಕ್ಷಾಕವಚವಾಗಿರಿ.



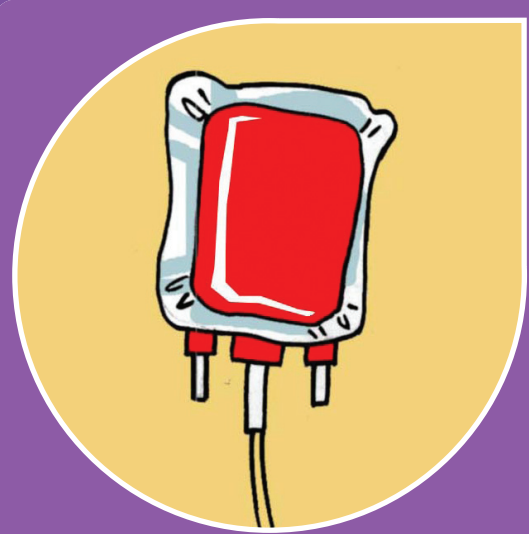
ಕೇವಲ
4
ಅಂಶಗಳನ್ನು ನೆನಪಿಡಿ



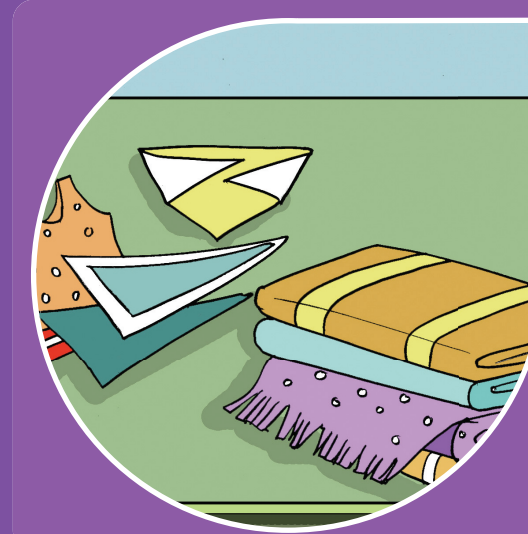
ಅನಿರೀಕ್ಷಿತ ಸಮಸ್ಯೆಗಳಿಂದ ತಪ್ಪಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಜನನಿ ಸುರಕ್ಷ ಮತ್ತು ಜನನಿ ತಿರುಸುರಕ್ಷ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮಗಳಡಿಯಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವ ಸಹಾಯದ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದು ಪಡೆದುಕೊಳ್ಳಿರಿ.



ಸಾರಿಗೆ ಸೌಲಭ್ಯ ಬಗ್ಗೆ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಿ



ರಕ್ತದಾನಿಗಳನ್ನು ಗುರುತಿಸುವುದು



ತಾಯಿ ಮತ್ತು ಜನಿಸಲಿರುವ ಮಗುವಿಗೆ ಬೇಕಾಗುವ ಬಟ್ಟೆ ಹಾಗೂ ಇತರ ವಸ್ತುಗಳನ್ನು ಕೂಡಿಸಿ ಇಡಿ

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗೆ ಆರೋಗ್ಯ ಕಾರ್ಯಕರ್ತರನ್ನು ಭೇಟಿ ಮಾಡಿ.