

زراعة نصوب جديدة

إليك بعض النصائح التي يجب أخذها بعين الاعتبار عند إنشاء بستان جديد أو زراعة أشجار جديدة في بستانك :



يجب زرع النصب فور استلامها من المشتل



تقص الأشجار على إرتفاع يُحدّد وفقاً لنظام التربية (ملكي - شبه ملكي - كاسي)



أفضل فترة للغرس هي فترة الركود النباتي



يُستحسن إضافة سماد عضوي مخمّر (كومبوست)



يجب زرع الشجرة على عمق مناسب في وسط الحفرة المُعدّة سابقاً



يجب إزالة الجذور المجروحة وتقليم الجذور الأساسية مع المحافظة على أكبر قدر من الجذور الثانوية



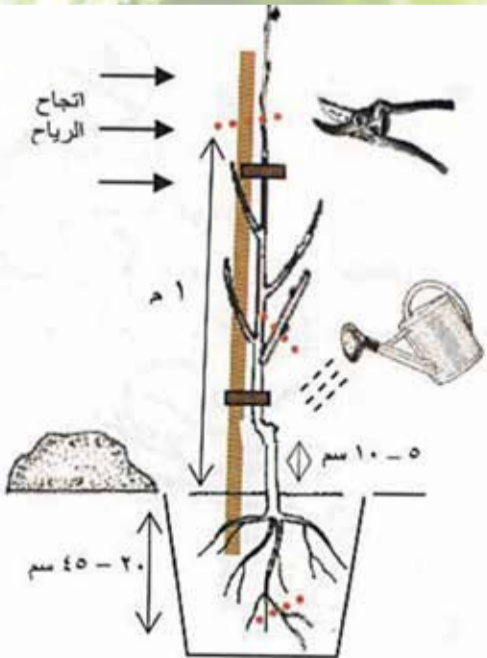
تجنب وضع الأسمدة الكيميائية خلال الفترة الأولى



يجب وضع مسند (على بعد سم من النسبة) من جهة الرياح وربطها بعقدة واسعة



يجب طمر الحفرة بالتراب وريّها بالمياه مباشرة بعد الزرع



نصائح أساسية لتخزين المواد الغذائية خلال الأزمات

نظرا للظروف الراهنة التي نمر بها، من المهم أن نستعد جيدا من خلال شراء الطعام المناسب لك ولعائلتك. ومع ذلك، يمكن أن يؤدي الإفراط في الشراء وسوء التخزين إلى هدر الطعام وعدم توفر السلع الضرورية للآخرين. إليك كيفية التخطيط بذكاء.

1 المواد الغذائية التي يجب تخزينها:

1

- المأكولات غير القابلة للتلف: اختر مأكولات طويلة الأمد مثل الخضروات المعلبة، الفاصوليا، الأرز، المعكرونة، العدس والحبوب الأخرى.
- الأطعمة الجافة: قم بتخزين الطحين والحليب المجفف والقهوة.
- البروتينات المعلبة: على سبيل المثال، يمكن أن يوفر الطون، الفاصوليا، الحمص والسردين المعلب البروتين الضروري.
- خضروات طويلة الأمد: على سبيل المثال، تبقى البطاطا والبصل والجزر صالحة للأكل لمدة طويلة عند تخزينها بشكل صحيح.
- الأطعمة الغنية بالطاقة: قم بتخزين المكسرات والبذور والفواكه المجففة.

2 تجنب الإفراط في التخزين:

2

- اختر الكميات بحسب احتياجات أسرتك: قم بتقدير كمية الطعام التي تستهلكها أسرتك خلال فترة أسبوع أو شهر، ثم أضف حاجزاً صغيراً. تجنب شراء كميات كبيرة من السلع القابلة للتلف.
- استخدم نظام التناوب: قم بتدوير مخزونك بحيث يتم استخدام السلع القديمة أولاً.
- تحقق من تواريخ انتهاء الصلاحية: اختر المأكولات ذات مدة صلاحية طويلة، وتجنب السلع التي تنتهي صلاحيتها قريباً.

3 نصائح التخزين لتقليل هدر الطعام:

3

- اختر مكان بارد، جاف ومظلم: قم بتخزين الطعام في مكان بارد وجاف بعيداً عن أشعة الشمس.
- استعمل حاويات وعلب محكمة الإغلاق: لتخزين المأكولات الجافة، استخدم حاويات محكمة الإغلاق لمنع الآفات والرطوبة.
- استعمل أكياس تفرغ الهواء إذا أمكن: يمكن أن يساعد الختم الفراغي في الحفاظ على نضارة وعمر المأكولات مثل الحبوب والأرز وحتى بعض أنواع الخضار.
- مراقبة درجة الحرارة والرطوبة: إذا أمكن، احتفظ بمقياس حرارة في منطقة التخزين لمنع التلف الناجم عن الحرارة الزائدة أو الرطوبة.

باتباع هذه النصائح، يمكنك التأكد من أن تدوم إمداداتك الغذائية لفترة أطول، تبقى آمنة، وأن تقلل من هدر الطعام، مما يساعدك في الأوقات الصعبة والأزمات.

