নিরাপদ শিকড়

শহরে বাগান করার জন্য একটি নির্দেশিকা

GRASSROOTS GARDENS WNY

অন্যান্য ভাষায় এই নির্দেশিকাটির কপি ডাউনলোড করতে **grassrootsgardens.org/saferoots** দেখুন অথবা আপনি যদি আপনার সম্প্রদায়ের জন্য অনুলিপি চান তাহলে **৭১৬-৭৮৩-৯৬৫৩** নম্বরে গ্রাসরুট গার্ডেন ডব্লিউএনওয়াই কল করুন।

কপিরাইট ২০২২.

এই গাইডের উদ্দেশ্য

এই নির্দেশিকা সম্ভাব্য দূষিত শহুরে স্থানগুলিতে উৎপাদন বৃদ্ধির সময় অসুস্থতা প্রতিরোধের বিষয়ে তথ্য প্রদান করে। শিল্প ও আবাসিক দূষণের দীর্ঘ ইতিহাসের কারণে সৃষ্ট বাফেলো শহরের মাটির দূষণ সম্পর্কে অনেকেই সচেতন নন। বাফেলোতে নবাগত ব্যক্তিরা, বিশেষ করে যারা বাড়িতে খাবার ফলাতে অভ্যস্ত, তারা হয়তো জানেন না যে শহরের মাটিতে সীসা এবং অন্যান্য বিষাক্ত পদার্থ থাকতে পারে যা তাদের বা তাদের শিশুদের ক্ষতি করতে পারে। এই নির্দেশিকায় শহুরে বাগান করার জন্য সর্বোত্তম অনুশীলনগুলি অন্তর্ভুক্ত করা হয়েছে, যেমন পাত্রে এবং রেইজ বেড ব্যবহার করা। আমরা আপনার বাগান কোথায় তৈরি করতে হবে, নিরাপদ জল দেওয়া এবং সার দেওয়ার অনুশীলন এবং কীভাবে স্বাস্থ্যকর উপায়ে ফসল কাটা যায় সে সম্পর্কেও তথ্য সরবরাহ করেছি।

গ্রাসরুট গার্ডেন্স ডব্লিউএনওয়াই হল বাফেলোর কমিউনিটি গার্ডেনিং সংস্থা। আপনি যদি বাড়িতে রেইজ বেড বা পাত্রে বাগান করতে অক্ষম হন, আমরা আপনাকে আপনার কাছাকাছি একটি কমিউনিটি গার্ডেন সনাক্ত করতে সাহায্য করতে পারি, যোগ দিতে পারেন বিনা খরচে । আরও তথ্যের জন্য **৭১৬-৭৮৩-৯৬৫৩** এ আমাদের সাথে যোগাযোগ করুন।

TYLER STREET
COMMUNITY GARDE

GARDEN KIT

peas

এই গাইডে

সহায়ক সংজ্ঞা..1

বাফেলোর মাটির ইতিহাস..3

টক্সিন এবং মাটি শোষণ 5

কমিউনিটি গার্ডেন..7

রেইজড -বেড গার্ডেন এর সুবিধা...9

রেইজড -বেড গার্ডেন বানানো 11

বাগান সাইট নির্বাচন.. 13

নিরাপদ বীজ নির্বাচন করা.. 15

আপনার বাগান জল 17

সিন্থেটিক সার.. 19

জৈব সার 21

নিরাপদে ফসল কাটা.. 23

ডব্লিউএনওয়াই -এর গ্রাসরুট গার্ডেনস হল কমিউনিটি গার্ডেনার এবং অ্যাক্টিভিস্টদের একটি নিবেদিত গোষ্ঠী। আমাদের লক্ষ্য হল স্বাস্থ্যকর খাদ্য বৃদ্ধি, পদ্ধতিগত ক্ষতি নিরাময়, এবং কমিউনিটি গার্ডেনগুলির মাধ্যমে আশেপাশের সংযোগগুলিকে শক্তিশালী করার জন্য জ্ঞান, শক্তি এবং সংস্থানগুলি ভাগ করা।

আমাদের দৃষ্টিভঙ্গি হল একটি স্থায়ী নেটওয়ার্ক তৈরি করা ভূমি এবং মানুষের সুস্থ কমিনিউটি গড়ে তোলা। বর্তমানে আমাদের নেটওয়ার্কে নিউইয়র্কের বাফেলো এবং নায়াগ্রা ফলস শহরে ১০০ টিরও বেশি কমিউনিটি এবং স্কুল বাগান রয়েছে।

সহায়ক সংজ্ঞা

নিম্নলিখিত পদগুলি নির্দেশিকা জুড়ে আন্ডারলাইন করা হয়েছে, এবং তাদের সংজ্ঞাগুলি আপনার রেফারেন্সের জন্য নীচে দেওয়া হল।

কমিউনিটি গার্ডেন
একটি পাবলিক বাগান যেখানে প্রতিবেশীরা একসাথে বাগান করে

কম্পোস্ট
ক্ষয়প্রাপ্ত জৈব উপাদান (উদ্ভিদের স্ক্র্যাপ, পাতা ইত্যাদি) প্রাকৃতিক উদ্ভিদ সার হিসাবে মাটির জীবনীশক্তি এবং গঠন তৈরি করতে ব্যবহৃত হয়

দূষক
এমন কিছু যা একটি পদার্থকে ক্ষতিকারক বা অব্যবহারযোগ্য করে তোলে

দূষণ
ক্ষতিকারক পদার্থ ধারণকারী

ক্রস দূষণ
ক্ষতিকারক পদার্থগুলি এক জিনিস থেকে অন্য জিনিসে প্রেরণ করা

ভোজ্য
এমন কিছু যা খাওয়া যায়; খাদ্য

সার
যে কোনো পদার্থ যা মাটিতে পুষ্টি যোগায়

হিউমাস
মাটিতে অন্ধকার, জৈব উপাদান, যখন উদ্ভিজ্জ উপাদান ভেঙ্গে যায় এবং জমিকে উর্বর করে তোলে তখন উৎপন্ন হয়।

পুষ্টি
যে কোনও পদার্থ যা জৈব কিছুতে সুবিধা দেয়

জৈব
প্রকৃতি থেকে উদ্ভূত; বাগান করার ক্ষেত্রে, জৈব মানে বীজ, মাটি বা ফসলের বৃদ্ধি বা প্রক্রিয়াকরণে কোন কৃত্রিম রাসায়নিক ব্যবহার করা হয় না

অর্নামেন্টাল প্লান্টস
যে গাছপালা খাওয়া যায় না

প্যাথোজেন
কোনো রোগ-উৎপাদক, জীবন্ত বস্তু

দূষণকারী
যে কোনো পদার্থ যা বায়ু, মাটি, পানি বা অন্যান্য প্রাকৃতিক সম্পদকে কোনো নির্দিষ্ট উদ্দেশ্যে ক্ষতিকর বা অনুপযুক্ত করে তোলে

রেইজড বেড
মাটির উপরে একটি ফ্রেমে ঘেরা মাটি; সাধারণত কাঠ বা পাথর দিয়ে তৈরি।

প্রতিকার
দূষণকারী কমাতে বা অপসারণ করতে

সিন্থেটিক
মানুষের তৈরি

টক্সিন
যে কোনও কিছু যা বিষাক্ত বা ক্ষতিকারক হতে পারে

COPR. DETROIT PHOTOGRAPHIC CO.

বাফেলোর মাটির ইতিহাস

বাফেলোর বাসিন্দাদের সংখ্যা ক্রমবর্ধমান রয়েছে যারা তাদের বাড়ির পিছনের দিকের উঠোন, সামনের উঠানে বা কমিনিউটি বাগানে তাদের নিজস্ব খাদ্য বৃদ্ধিতে আগ্রহী হয়েছে। কম খরচে স্বাস্থ্যকর ফল এবং সবজি অ্যাক্সেস করার এটি একটি দুর্দান্ত উপায়। যাইহোক, শহুরে এলাকায় খাদ্য বৃদ্ধির সময় সতর্কতা অবলম্বন করা আবশ্যক।

বাফেলো একটি পুরানো আমেরিকান শিল্প শহর। এটি রেলপথ এবং জলপথের জন্য একটি পরিবহন কেন্দ্র ছিল। ইস্পাত প্ল্যান্ট এবং অন্যান্য উৎপাদনের কাজগুলি ছিল এর অর্থনীতির চালিকা শক্তি। অতীতে এই শিল্পগুলির উপর প্রবিধানগুলি আজকের মত কঠোর ছিল না। দূষণকারী এবং বিষাক্ত পদার্থ যেমন সীসা, আর্সেনিক এবং অন্যান্য ক্ষতিকারক পদার্থ লিক হয়ে মাটিতে এবং নিকটবর্তী নদী ও হ্রদে যায়। আজ অবধি, শহরটি এখনও দূষিত জমির প্রতিকার করছে।

কয়েক দশক ধরে, বাফেলো তার জনসংখ্যা হ্রাস দেখেছে কারণ লোকেরা কাজের জন্য অন্য এলাকায় চলে গেছে। ফলস্বরূপ, শহরের বেশিরভাগ আবাসন বেহাল হয়ে পড়ে এবং কিছু বাড়ি ভেঙে ফেলতে হয়েছিল। 1980-এর দশক পর্যন্ত বাড়িঘর ভেঙে ফেলার ধ্বংসাবশেষকে বুলডোজ করে জমিতে ফেলা সাধারণ অভ্যাস ছিল। এর মানে হল যে যদি একটি বাড়িতে সীসা রং বা অন্যান্য বিষাক্ত পদার্থ থাকে, যেমনটি 1970-এর দশকের আগে তৈরি করা হয়েছিল, সেই সীসা বা অন্যান্য বিষাক্ত পদার্থগুলি আপনার সামনে বা পিছনের উঠোনের মাটিতে আটকে যেতে পারে।

টক্সিন এবং মাটি শোষণ

সীসা, অ্যাসবেস্টস, পেট্রোলিয়াম পণ্য বা কীটনাশকের মতো বিষাক্ত পদার্থগুলি শহরের মাটিতে থাকতে পারে এবং গাছের শিকড়ের মাধ্যমে শোষিত হতে পারে। এই পদার্থগুলি উদ্ভিদের মাধ্যমে এবং আমরা যে অংশগুলি খাই তার মধ্যে প্রবেশ করে। এগুলি ক্ষতিকারক হতে পারে এবং বেশি পরিমাণে খাওয়া হলে অসুস্থতার কারণ হতে পারে।

আপনার বাড়ির আশেপাশের মাটি কোন বিশেষ পরীক্ষাগার দ্বারা পেশাদারভাবে পরীক্ষা না করেই খাদ্য উৎপাদনের জন্য নিরাপদ কিনা তা জানার কোন উপায় নেই। বাড়িতে ভোজ্য বাড়ানোর সবচেয়ে নিরাপদ উপায় হল রেইজড বেড বা গার্ডেন সেন্টার থেকে কেনা পরিষ্কার মাটি সহ পাত্রে। এটি নিশ্চিত করে যে আপনি এবং আপনার পরিবার বিষাক্ত পদার্থ দ্বারা দূষিত হতে পারে এমন খাবার খাচ্ছেন না।

কমিউনিটি গার্ডেন

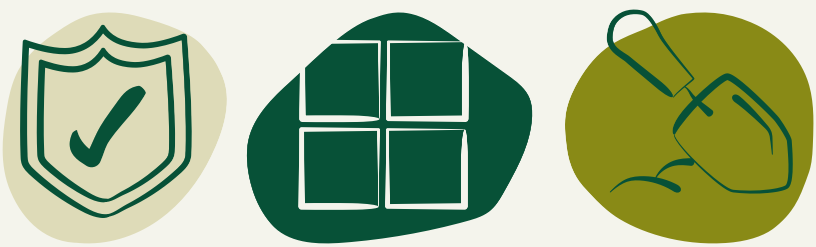
বাফেলোর কমিনিউট বাগানগুলি বাড়ির বৃদ্ধির একটি নিরাপদ বিকল্প। শহরের বেশিরভাগ বাগানই গ্রাসরুট গার্ডেন নেটওয়ার্কের অংশ। বাফেলো শহরের আমাদের সমস্ত সদস্য উদ্যানগুলি শুধুমাত্র পরীক্ষিত মাটি, ঢিবিযুক্ত মাটিতে বা মাটির উপরে রেইজড বেড বৃদ্ধি সহ নিরাপদে বৃদ্ধির জন্য সদস্যপদ প্রতিশ্রুতিতে স্বাক্ষর করে। আমরা কখনই রেইজ বেডের জন্য গ্রাউন্ড ফিল ব্যবহার করি না; পরিবর্তে, আমরা একজন বিশ্বস্ত বিক্রেতার কাছ থেকে জৈব মাটি সরবরাহ করি যারা এটি প্রতি বছর পরীক্ষা করে। এছাড়াও আমরা আমাদের সদস্য বাগানগুলির সকলকে অপরিশোধিত, প্রাকৃতিক কাঠ (প্রাথমিকভাবে সিডার) এবং মাটির মাটিতে বাধা তৈরি করার জন্য প্রয়োজনীয় ল্যান্ডস্কেপ ফ্যাব্রিকের অ্যাক্সেস দিয়ে থাকি। তদ্ব্যতীত, প্রতিটি বাগান কাঠের চিপ বা মাল্চ অ্যাক্সেস করতে পারে যাতে সীসা ধূলিকণার ঝুঁকি কমাতে তাদের লটে অতিরিক্ত বাধা হিসাবে কাজ করে।

প্রতিটি সদস্য-বাগান সেখানে ক্রমবর্ধমান কমিনিউটি সদস্যদের দ্বারা পরিচালিত হয়, এবং নিরাপদ ক্রমবর্ধমান অনুশীলনগুলি অনুসরণ করা হয় তা নিশ্চিত করতে গ্রাসরুট গার্ডেনগুলি নিয়মিতভাবে প্রতিটি বাগানের সাইট পরিদর্শন করে, প্রতি মরসুমে কমপক্ষে দুবার। গ্রাসরুট গার্ডেনে যোগদান বা শুরু করার জন্য কোন খরচ নেই। আপনার নিকটবর্তী কমিউনিটি গার্ডেনের সাথে সংযুক্ত হতে বা একটি কমিউনিটি বা স্কুল গার্ডেন শুরু করার বিষয়ে জানতে আমাদেরকে ৭১৬ -৭৮৩-৯৬৫৩ নম্বরে কল করুন।

আপনি বাড়িতে ফলাচ্ছেন বা একটি কমিনিউটি বাগানে ফলাচ্ছেন কিনা, এই নির্দেশিকায় দেওয়া তথ্যগুলিকে শহুরে বাগান করার সর্বোত্তম অনুশীলন হিসাবে বিবেচনা করা উচিত।

নিরাপদ

সহজ



সংগঠিত

রেইজড -বেড গার্ডেন এর সুবিধা

একটি রেইজড -বেড হল একটি কন্টেনমেন্ট ইউনিট বা ফ্রেমে ঘেরা মাটি, সাধারণত কাঠ বা পাথরের তৈরি, যা মাটির স্তরের উপরে যোগ করা মাটি বাড়াতে কাজ করে। রেইজড -বেড গাছের দূষণ প্রতিরোধে সহায়ক। তারা মাটি এবং গাছের শিকড়ের মধ্যে দূষক থাকতে পারে এমন একটি বাধা প্রদান করে।

রেইজড -বেড অনেক কারণেই বাগান করার জন্য দুর্দান্ত, শুধু সবজিকে দূষণকারী গ্রহণ করা থেকে বিরত রাখে না। তারা বাগানগুলিকে ঝরঝরে এবং সংগঠিত করে তোলে এবং অনেক লোকের জন্য বাগান করা সহজ করে তোলে। বাফেলোর বেশিরভাগ মাটিতে প্রচুর কাদামাটি থাকে। এটি নদী এবং জলাশয়ের কাছাকাছি জায়গায় ঘটে। মাটিতে খুব বেশি কাদামাটি থাকলে মাটিতে খনন করা কঠিন হয়ে পড়ে। রেইজড -বেড তৈরি করা নতুন মাটি দিয়ে রোপণ করা সহজ করে তোলে।

আপনি যদি বাচ্চাদের সাথে বাগান করেন, তাহলে রেইজড -বেড গাছগুলিকে তাদের চোখের স্তর পর্যন্ত নিয়ে আসতে পারে। বয়স্ক গার্ডেনাররা রেইজড -বেড থেকেও উপকৃত হতে পারেন। রেইজড -বেড গাছপালাকে উঁচু করে, তাই ফসল কাটা এবং আগাছা পরিষ্কার করতে কোমর কম বাঁকাতে হয়।

একটি রেইজড -বেড গার্ডেন নির্মাণ

রেইজড -বেডগুলি সাধারণত কাঠ বা পাথরের মতো কিছু ধরণের বাধা দ্বারা তৈরি করা হয়। রাসায়নিক দিয়ে চিকিৎসা করা কাঠ ব্যবহার করবেন না, যেমন রেল-রাস্তার কাঠ, চাপ-চিকিৎসা করা কাঠ, রঙ করা কাঠ, বা প্যালেট থেকে কাঠ কারণ এতে দূষক থাকতে পারে। বিছানার ফ্রেম তৈরি করতে মজবুত, অপরিশোধিত কাঠ ব্যবহার করুন, যেমন অপরিশোধিত পাইন বা সিডার, কমপক্ষে ১২-১৮ ইঞ্চি লম্বা। পানি নিষ্কাশন করতে এবং নতুন মাটি এবং স্থল মাটির মধ্যে যোগাযোগ প্রতিরোধ করার জন্য একটি ভেদযোগ্য বাধা দিয়ে নীচে লাইন করুন। বাগান কেন্দ্র বা বিশ্বস্ত কোম্পানি থেকে কেনা পরিষ্কার, পুষ্টিসমৃদ্ধ মাটি দিয়ে বিছানাটি পূরণ করুন। আপনার উঠোনের মাটি ব্যবহার করবেন না বা অন্য জায়গা থেকে ভরাট করবেন না, কারণ এটি দূষিত হতে পারে।

বাফেলোতে, ৪২৮ রোড আইল্যান্ড স্ট্রিটের আরবান রুটস কোঅপারেটিভ গার্ডেন মার্কেট মাটি বা কম্পোস্টের ব্যাগ কেনার জন্য একটি ভাল জায়গা। আপনি যদি পাত্রে ফসল ফলাতে চান তবে আপনি খাদ্য-নিরাপদ ক্রমবর্ধমান পাত্রও কিনতে পারেন।

বাগান সাইট নির্বাচন

আপনি যদি একটি নতুন রেইজড -বেড বা কন্টেইনার বাগান শুরু করেন, তাহলে আপনি আপনার গাছগুলিকে দূষণমুক্ত রাখতে একটি ভাল সাইট বেছে নিতে চাইবেন। রেলপথ বা ভারী পাচারের রাস্তা থেকে দূরে আপনার বাগান তৈরি করুন। রেইজড -বেডটি মাটিতে রাখার আগে, বিদ্যমান মাটি মালচ, কার্ডবোর্ড বা ঘাস দিয়ে ঢেকে দিন। তারপর নিশ্চিত করুন যে আপনার বিছানার নীচে প্রবেশযোগ্য ফ্যাব্রিকের মতো একটি বাধা রয়েছে।

নিশ্চিত করুন যে আপনি আপনার বাগানের জন্য যে সাইটটি চয়ন করেছেন তাতে রোদ এবং ভাল নিষ্কাশন রয়েছে। আপনি যেখানে ফসল ফলাচ্ছেন সেখানে পানি জমা না হয় তা নিশ্চিত করা গুরুত্বপূর্ণ। এর উৎস থেকে আপনাকে কতদূর জল বহন করতে হবে সে সম্পর্কেও চিন্তা করুন। আপনার বাগানের ইতিহাস জানুন, এমনকি যদি আপনি অর্নামেন্টাল প্লান্টস রোপণ করেন। প্রাক্তন পার্কিং লটে মাটিতে তেল এবং পেট্রল থাকতে পারে। যে সমস্ত সাইটগুলিতে পুরানো বিল্ডিং রয়েছে সেগুলির মাটিতে সীসা এবং অ্যাসবেস্টস থাকতে পারে। আপনি যেখানেই বাগান করুন না কেন, খেয়াল রাখবেন যেন ঘরে ময়লা না যায়। ভেতরে যাওয়ার আগে জুতা খুলে ফেলুন।

La Salle
VINEYARD

বীজ নির্বাচন করা

স্বাস্থ্যকর বীজ স্বাস্থ্যকর পণ্য উৎপাদন করবে। জৈব বীজ চয়ন করুন।

বাফেলোর ডাউনটাউন সেন্ট্রাল লাইব্রেরিতে একটি বীজ গ্রন্থাগার রয়েছে। আপনার বাগান শুরু করার জন্য বিনা খরচে বীজ "ধার" করার জন্য এটি একটি দুর্দান্ত জায়গা। গ্রাসরুট গার্ডেন ডব্লিউএনওয়াই আপনাকে জৈব বীজের পাশাপাশি সাংস্কৃতিকভাবে-নির্দিষ্ট বীজ খুঁজে পেতেও সাহায্য করতে পারে।

আপনার বাগানে জল দেওয়া

নিশ্চিত করুন যে আপনার বাগানের জন্য জল একটি নির্ভরযোগ্য উৎস থেকে আসে। নদী, স্রোত, কূপ এবং পুকুর দূষিত হতে পারে। শহরের পাইপলাইন থেকে আসা জল ব্যবহার করুন, যা বিশুদ্ধ করা হয়েছে।

বৃষ্টির ব্যারেল টেকসই পানির একটি বড় উৎস। তারা কাছাকাছি ছাদ থেকে বৃষ্টির জল সংগ্রহ করে যা আপনার বাগানের জন্য ব্যবহার করা যেতে পারে। যাইহোক, ছাদ দ্বারা সংগৃহীত বৃষ্টির জল ব্যবহার করার সময় কিছু বিবেচনা আছে। ধাতব ছাদ বা অ্যাসবেস্টস শিঙ্গলযুক্ত ছাদগুলি তাদের উপর ব্যবহৃত আবরণের কারণে বৃষ্টির জলকে দূষিত করতে পারে। যদি আপনার ছাদ ধাতব হয় বা অ্যাসবেস্টস শিংলস থাকে তবে এই বৃষ্টির জল শুধুমাত্র অরনামেন্টাল প্লান্টস এর জন্য ব্যবহার করুন, ভোজ্যের জন্য নয়।

শহরের পাইপলাইন

বৃষ্টির ব্যারেল

জৈব
সিন্থেটিক

সিনথেটিক সার

সার হল এমন কোন পদার্থ যা মাটিতে পুষ্টি যোগাতে ব্যবহৃত হয়। সিন্থেটিক সার মানবসৃষ্ট এবং এতে প্রচুর পরিমাণে পুষ্টি থাকে তবে ফিলার (বালি, করাত, বিষাক্ত বর্জ্য) যা সেগুলি বিতরণ করতে ব্যবহৃত হয়। বেশিরভাগ সিন্থেটিক সারে তাদের বৃহত্তম উপাদান হিসাবে নাইট্রোজেনের উচ্চ মাত্রা থাকে। নাইট্রোজেন উপরের বৃদ্ধিকে উৎসাহিত করে, কিন্তু উদ্ভিদে জলাবদ্ধ, দুর্বল কোষের বৃদ্ধি ঘটায়। জলীয় কোষ উদ্ভিদে পোকামাকড় এবং রোগ নিয়ে আসে। অত্যধিক নাইট্রোজেন গাছপালা এবং মাটি উভয়ের জন্যই ভারসাম্যহীনতা সৃষ্টি করে। এটি মাটি এবং জল সিস্টেমের মাধ্যমে নিয়মিত ধুয়ে যায়।

সিন্থেটিক সারগুলিতে "সুপার ফসফেট"ও থাকে যা বালি ধরে রাখে এবং অন্যান্য খনিজগুলিতে ধরে রাখে, যা উদ্ভিদের জন্য অনুপলব্ধ করে তোলে। সিন্থেটিক পটাসিয়াম গাছপালা-বিশেষ করে ফল ফসলের জন্য কঠোর। ভালো সারে পটাসিয়াম সালফেট থাকা উচিত। সময়ের সাথে সাথে, সিন্থেটিক সার মাটিকে তার জৈব পদার্থ এবং উপকারী জীবগুলি হারাতে দেয় যা মাটি তৈরি করতে সাহায্য করে। উদ্ভিদের বৃদ্ধিকে উদ্দীপিত করতে এটি আরও বেশি সিন্থেটিক সার লাগবে। প্রচুর পরিমাণে সিন্থেটিক সার ব্যবহার করার ফলে মাটিতে আর্সেনিক, ক্যাডমিয়াম এবং ইউরেনিয়ামের মতো বিষাক্ত রাসায়নিক পদার্থও জমা হতে পারে। এই বিষাক্ত রাসায়নিকগুলি অবশেষে গাছপালা, ফল এবং সবজি এবং আপনার শরীরে প্রবেশ করবে।

গাছপালা এবং মানুষের জন্য সিন্থেটিক সার থেকে দূরে থাকা এবং পরিবর্তে জৈব সার ব্যবহার করা অনেক ভালো।

জৈব সার

হিউমাস এবং পুষ্টিতে সমৃদ্ধ একটি জীবন্ত মাটি তৈরি করা ফল, শাকসবজি, প্রচুর ফুল এবং স্বাস্থ্যকর গাছ এবং গুল্মজাতীয় ফসল জন্মানোর চাবিকাঠি। জৈব পদার্থ সার হিসাবে কাজ করে এবং মাটির শারীরিক গুণাবলী উন্নত করে। জৈব সারে এমন খনিজ পদার্থ রয়েছে যা মাটিতে জৈবিক ক্রিয়াকলাপ বাড়াতে সিন্থেটিক সারের চেয়ে ভাল। এগুলি ধীরে ধীরে মুক্তি পায়, যা গাছের অতিরিক্ত সার দেওয়া এবং ক্ষতি করা কঠিন করে তোলে। একটি ভাল মাটি উদ্ভিদকে পুষ্টি এবং জল শোষণ করার ক্ষমতা প্রদান করে এবং শক্তিশালী রুট সিস্টেম বিকাশ করে। রাসায়নিক এবং লবণের বিষাক্ত জমা হওয়ার ঝুঁকি কম নয়। জৈব সার হল একটি মৌলিক বিল্ডিং ব্লক এবং একটি মৃদু সার যা মাটিতে সহায়ক জীবের বিকাশকে উৎসাহিত করে। আপনার মাটিতে জৈব সার যোগ করে, এটি পুষ্টির জন্য উদ্ভিদের প্রয়োজনীয়তা পূরণ করবে।

হোম-কম্পোস্টিং সম্পর্কে আরও জানতে গ্রাসরুট গার্ডেন ওয়েবসাইট দেখুন এবং কীভাবে কম্পোস্ট এক ধরনের জৈব সার আপনি অল্প বা বিনা খরচে তৈরি করতে পারেন।

গ্লাভস পরুন

পরিষ্কার সরঞ্জাম

পণ্য ধোয়া

নিরাপদে ফসল কাটা

যখন আপনার ফসল কাটার সময় হয়, তখন দূষণের ঝুঁকি কমাতে নিম্নলিখিত পদক্ষেপগুলি নিন এবং নিশ্চিত করুন যে আপনার খাবার পরিষ্কার আছে:

- আপনার হাত বা নখের নিচে ময়লা যাতে আটকে না যায় তার জন্য গ্লাভস পরুন
- ফসল কাটা পরিষ্কার পাত্রে বা ব্যাগে রাখুন
- বাগানে কাজ করা শেষ হলে আপনার হাত ভালো করে ধুয়ে নিন
- আপনার বাগানের সরঞ্জামগুলি পরিষ্কার করুন। এটি খাবারের মধ্যে ক্রস দূষণ প্রতিরোধ করবে, কারণ প্যাথোজেনগুলি কয়েক দিনের জন্য সরঞ্জামগুলিতে স্থির থাকতে পারে।
- গাজর এবং আলুর মতো মূল শস্যের খোসা ছাড়ুন
- বাঁধাকপি বা সবুজ শাক সবজি থেকে বাইরের পাতা সরান
- পণ্য ধোয়া

এই গাইডবুকটি বাড়ির এবং কমিনিউটি গার্ডেনারদের জন্য এবং একাধিক ভাষায় উপলব্ধ। এটি গ্রাসরুটস গার্ডেনস ডব্লিউএনওয়াই এবং ইউনিভার্সিটির বাফেলো কমিউনিটি ফর গ্লোবাল হেলথ ইক্যুইটি, আরবান রুটস কো-অপারেটিভ গার্ডেন মার্কেট এবং ওয়েস্টার্ন নিউ ইয়র্ক চিলড্রেনস এনভায়রনমেন্টাল হেলথ সেন্টারের অংশীদারদের সাথে নিয়ে এসেছে।

ডাঃ মেলিন্ডা ক্যামেরন, ডাঃ সারাহ ভেল্পে, প্যাটি জাবলনস্কি-ডপকিন এবং জোশুয়া গর্ডনকে তাদের অবদানের জন্য বিশেষ ধন্যবাদ। গ্রাফিক ডিজাইনের জন্য আমরা র‍্যাচেল ব্রিজসের কাছেও কৃতজ্ঞ। ইন্টারন্যাশনাল ইনস্টিটিউট অফ বাফেলো দ্বারা প্রদত্ত অনুবাদ। এই নির্দেশিকাটির জন্য অর্থায়ন ইউ.এস. ডিপার্টমেন্ট অফ হাউজিং অ্যান্ড আরবান ডেভেলপমেন্ট অফিস অফ লিড হ্যাজার্ড কন্ট্রোল অ্যান্ড হেলদি হোমস দ্বারা উদারভাবে প্রদান করা হয়েছে।

ACCREDITED™ LAND TRUST ACCREDITATION COMMISSION

Urban Roots Cooperative Garden Market

New York State Children's Environmental Health Centers NYSCHECK.ORG

University at Buffalo Global Health Equity Community of Excellence

www.grassrootsgardens.org-এ শহুরে বাগান করার সেরা অনুশীলন সম্পর্কে আরও জানুন