Aide à l'Enfance de l'Inde et du Népal

పెరటి తోటలు - ప్రాముఖ్యత

ఎవరి ఇంటి వద్ద వారు స్వయంగా కాయకూరలు, ఆకుకూరలు, దుంపకూరలు మరియు పండ్లను పండించుకోవడాన్ని పెరటి తోటలు అంటారు

కూరగాయల మరియు పండ్ల పెంపకం

మన ఇంటికి పెరడు, నీటి వసతి ఉంటే పెరట్లో కూరగాయలు, పండ్ల మొక్కలను తోటలో లాగా పెంచడం వీలవుతుంది. ఇంట్లో వాడిన/మిగిలిన నీటిని సరైన కాలువలు చేసి పెరటిలోని మొక్కలకు పెట్టవచ్చు. వంటింటి వ్యర్థాలు, పశువులుంటే వాటి పేడ పోగుచేసి పెరట్లోనే ఒక మూల గోతిలో రోజూ వేసి అది నిండాక మట్టితో కప్పితే దానినుండి మంచి ఎరువు తయారవుతుంది. ఈ ఎరువును పెరట్లో పెంచే మొక్కలకు వాడవచ్చును. పెరటి తోటలకు ఉపయోగించే భూమిని చదును చేసుకోవడం, శ్రేష్టమైన విత్తనాలను ఎంపిక చేసి విత్తడం, ఎరువులు వాడడంలో శ్రద్ధ వహించాలి

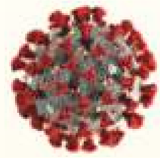
ఇంటి పంటలు - మెళుకువలు

- వంగ, టమాట, మిరప, కాబేజీ, కాలిఫ్లవర్ వంటి కూరగాయలను నారు పోసుకొని పెంచాలి
- కంచె పైన వేసవి కాలంలో పొట్ల, బీర, కాకర, దోస, దొండ వంటి తీగ జాతి మొక్కలని, శీతాకాలంలో చిక్కుడు, బటాణి వంటి పాదులని పెంచుకోవాలి
- కాబేజీ, కాలిఫ్లవర్ వంటి దీర్ఘ కాలిక వరుసల మద్య పాలకూర, బచ్చలి, కొత్తిమీర వంటి స్వల్పకాలిక వరుసలు వేసుకోవాలి
- బోదేకట్ల పైన కారట్, ముల్లంగి, బీట్ రూట్ వంటి దుంప కూరగాయలను పెంచుకోవాలి
- పూల మొక్కలని కూరగాయల మొక్కలని కలిపి వేసుకోవటం వలన పురుగుల బారినుండి కూరగాయ మొక్కలని కాపాడుకోవచ్చు
- పెసర, మినుములు, అలసందలు మొక్కలు నాటటం వలన మొక్కలకి నత్రజని బాగా అందుతుంది
- ఇదే మొక్కల నుండి విత్తనాలను సేకరించి తదుపరి సీజన్లో విత్తుకోవాడానికి ఉపయోగించుకోవాలి

పెరటి తోటలతో ప్రయోజనాలెన్నో

ఆహారం - పోషణ

ఏడాది పొడవున విటమిన్లు, సూక్ష్మ పోషకాలు అధికంగా కలిగిన కూరగాయలు, పండ్లు తాజాగా ప్రతిరోజూ అందుబాటులో ఉంటాయి



ఆరోగ్యం

అన్ని పోషకాలు అందటం వలన రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది సేంద్రియ ఎరువుల ద్వారా పండిచటం వలన రసాయనాల ద్వారా కలిగే చాలా జబ్బులనుండి రక్షణ కలుగుతుంది

ఆదాయం

పండ్లు, కూరగాయలు కొనే అవసరం లేదు కనుక డబ్బు ఆదా అవుతుంది. అధికంగా పండించిన వాటిని అమ్మటం వలన అదనపు ఆదాయం వస్తుంది

ఆనందం

కుటుంబ సభ్యులందరూ కలసి పనిచేయటం వలన పిల్లలకి చిన్నప్పటినుండే కూరగాయలు మరియు పండ్లు పెంపకం అవగాహన మరియు మంచి ఆహారపు అలవాట్లు మెరుగుపడతాయి

కురబలకోట ఉమెన్ ఫార్మర్ ప్రొడ్యూసర్స్ మ్యూచువల్లి ఎయిడెడ్ కోఆపరేటివ్ సొసైటీ లిమిటెడ్
జంగాలపల్లి, కడప మెయిన్ రోడ్డు
అంగళ్ళు పోస్టు, కురబలకోట మండలం
చిత్తూరు జిల్లా - 517350
ఫోన్: 91820 42224

వాల్మీకిపురం ఫార్మర్ ప్రొడ్యూసర్స్ మ్యూచువల్లి ఎయిడెడ్ కోఆపరేటివ్ సొసైటీ లిమిటెడ్
పాత సొసైటీ బిల్డింగ్, బైపాస్ రోడ్డు
వాల్మీకిపురం మండలం
చిత్తూరు జిల్లా - 517299
ఫోన్: 9398364218

మహిళా అభివృద్ధి సొసైటీ ప్రధాన కార్యాలయం
ప్లాట్ నెంబర్: 11 & 12
తానేషనగర్, మణికొండ
హైదరాబాద్ - 500089
ఫోన్: 08413403118 /19/20