



سبزینه

کنترل بیولوژیک یکی از روش های جایگزین استفاده از سموم شیمیایی

سبزیکاری

چگونگی کاشت جعفری



جعفری گیاهی است دو ساله که به صورت سالیانه رشد می کند. یک نقطه آفتابگیر و یا نیمه سایه را برای این گیاه انتخاب کنید.

خاک باید دارای زهکش مناسبی باشد و آب را به خوبی عبور دهد. برای تقویت خاک، به آن کود آماده گیاهی یا حیوانی اضافه کنید. می توان این گیاه را در گلدان نیز کاشت. در آخر زمستان زمانی که سرمای هوا کاهش یافت و احتمال یخ زدگی از بین رفت و زمانی که دمای خاک به ۲۵ درجه سانتیگراد رسید، بذر را بپاشید. بذر را با فاصله ۸ تا ۱۰ سانتیمتری از هم و در عمق نیم سانتیمتری قرار دهید. می توانید هشت هفته قبل از پایان سرما و یخبندان، بذر را داخل یک گلدان کاشته و در منزل نگهداری کنید و پس از زمان سرما و یخبندان آن را به بیرون منتقل کنید. پس از کاشت، آنها را آبیاری کنید. زمانی که ارتفاع گیاه به ۱۰ سانتیمتر رسید، فاصله آنها را به ۱۵ تا ۲۰ سانتیمتر برسانید. می توانید برای حفظ رطوبت خاک، از کود در پای آن استفاده کنید.

آبیاری و تقویت :

گیاه را در زمان رشد اصلی تحت نظر بگیرید. اجازه دهید در میان آبیاری ها، خاک خشک شود. ماهیانه با تقویت کننده آن را تغذیه کنید.

خوراکی هایی که توانایی حافظه شما را افزایش می دهد...



مغز برای فکر کردن درست و به یاد آوردن، به انرژی نیاز دارد، بهترین راه تامین سریع این انرژی، مصرف خوراکی های شیرین است بنابراین اگر در روز امتحان میل چندانی به خوردن صبحانه ندارید، حدود ۱۵ کشمش و ۲ گردوی کامل بخورید. اگر تمایل به مصرف خوراکی های گرم و نرم هم داشته باشید، می توانید یک لیوان شیر گرم را که با حداقل ۲ قاشق غذاخوری عسل شیرین شده است، بنوشید. اگر به شیر حساسیت دارید و دستگاه گوارشتان با خوردن آن بهم میریزد، به جای شیر یک سیب پوست کنده را با ۲ قاشق غذاخوری عسل بخورید.

تخم مرغ و لبنیات:

مواد غذایی سرشار از پروتئین مانند تخم مرغ، انواع مغزها، ماست، پنیر، نان های سبوس دار و شیر کم چرب، برای روزهای امتحان بهترین هستند.

آب پرتقال:

آب پرتقال و سایر مرکبات، هم شیرین و هم اشتها آور هستند. ویتامین C فراوان موجود در آنها هم میتواند به عملکرد بهتر مغز کمک کند. پس یک لیوان آب مرکبات هم میتواند یکی از بهترین نوشیدنی برای روزهای امتحان باشد.

انجیر خشک یا تازه:

انجیر یکی از منابع مواد قندی است و اگر ۳ عدد از آن را با ۵ مویز، ۱ قاشق غذاخوری عسل، ۱ گردو، ۲ بادام، ۲ پسته و ۵ توت خشک مخلوط کنید و بخورید، یک دوپینگ مغزی اساسی برای روز امتحان انجام دهید.

موز و هندوانه:

مصرف برخی میوه ها مانند موز، هندوانه، توت فرنگی، طالبی و پرتقال هم می تواند سوخت کافی برای داشتن تمرکز تامین کند و هم باعث تقویت حافظه برای به خاطر سپردن بیشتر و بهتر درس ها شود.

مبارزه بیولوژیک یعنی استفاده از حشرات مفید برای از بین بردن حشرات مضر. اگر از سموم و آفت کش ها استفاده نشود، قارچ ها و آفت ها همه گیاهان را از بین خواهند برد. از این رو، بهره گیری از دشمنان طبیعی علیه آفات می تواند بدون آسیب زدن به گیاهان، زمینه را برای همزیستی متقابل آن ها با گیاه فراهم آورد حشرات پارازیتوئید به عنوان یکی از عمومی ترین دشمنان طبیعی آفات به شمار می آیند که در برنامه های کنترل بیولوژیک به روش های مختلف مورد استفاده قرار می گیرند. به عنوان مثال نحوه عمل زنبور پارازیتوئید به این صورت است که در تخم یا پوره حشرات آفت تخم گذاری می کند و زمانی که لارو زنبور از تخم بیرون می آید از محتویات تخم یا پوره حشره میزبان تغذیه کرده و از آن بیرون می آید که در این حالت گفته می شود تخم یا پوره پارازیت شده است.



زنبور پارازیتوئید (خارج شده از تخم سن) تخم سن (تفریخ شده) تخم سن (پارازیت شده)

کفشدوزک های شکارگر یکی دیگر از دشمنان طبیعی آفات هستند که از آنها برای کنترل شته، کنه و آفات مکنده استفاده می شود. کفشدوزک ها از تخم، لارو و حشرات کامل شته، شپشک و سایر آفات تغذیه می کند و به این صورت جمعیت آنها را کنترل می کند.



با پرورش انبوه و رها سازی این حشرات در محل هایی که آفات حضور دارند می توان بدون استفاده از سموم شیمیایی جمعیت آفات را کنترل کرد.