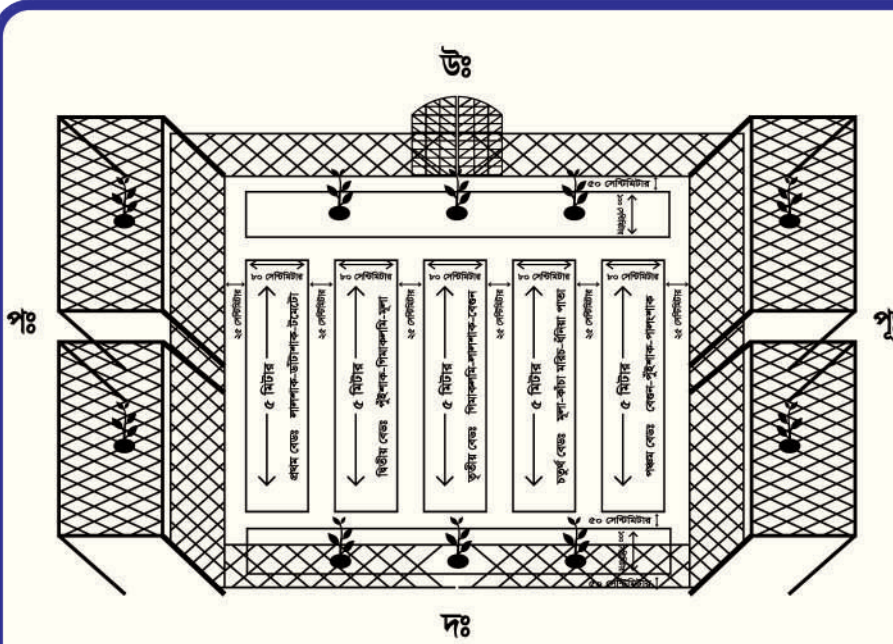
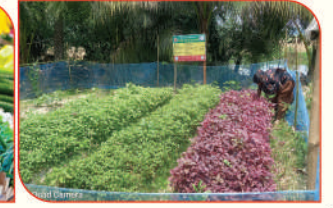


সুস্থ্য সবল দেহ চান, সৃজন করেন পুষ্টি বাগান

পারিবারিক পুষ্টি বাগান মডেল



- পারিবারিক পুষ্টিবাগানের ৫টি বেডে শাক ও সবজি জাতীয় ফসল উৎপাদন করা যায়;
- পূর্ব ও পশ্চিম দিকে ৪টি মাঁচায় লতানো সবজি (শীম, লাউ, করলা, শসা, কাঁকরোল, বিঙ্গা, চিচিঙ্গা, মিষ্টি কুমড়া, বরবটি, পটল, ধুন্দল) উৎপাদন করা যায়;
- পারিবারিক পুষ্টি বাগানের বেড়াতেও লতা জাতীয় সবজি লাগানোর সুযোগ রয়েছে;
- বাগানের উত্তর ও দক্ষিণ উভয় দিকে ৩টি করে মোট ৬টি কম ক্যানোপি যুক্ত ফলগাছ লাগানো যায়;
- ফলগাছের মধ্যবর্তী ফাঁকা স্থানেও শাক সবজি চাষাবাদ এর সুযোগ রয়েছে;
- একটি মৌসুমে ১০-১২ প্রকারের শাক সবজি আবাদ করা যায়;
- সর্বোপরি একটি পারিবারিক পুষ্টিবাগান হতে পরিবারের জন্য নিরাপদ ও সতেজ শাক সবজি ও ফলমূল পাওয়া যায়।



বসতবাড়ির আশপাশ
শাকসবজি করা চাষ

বেশি বেশি সবজি চাষে
অর্থ পুষ্টি দুইই আসে

নমুনা শস্য বিন্যাসের ছক



৫ টি বেডে রোপনকৃত সবজির নাম			রোপনকৃত ফলের চারার নাম	মাঁচায় রোপনকৃত সবজির নাম		
খরিপ-১	খরিপ-২	রবি		খরিপ-১	খরিপ-২	রবি
১	২	৩	৪	৫	৬	৭
১। ডাটাশাক	১। ডাটাশাক	১। বাঁধাকপি	১। পেঁপে	১। করলা	১। চিচিঙ্গা	১। লাউ
২। টেঁড়শ	২। টেঁড়শ	২। মূলা	২। পেয়ারা	২। চালকুমড়া	২। শসা	২। শিম
৩। পাটশাক	৩। বেগুন	৩। পালংশাক	৩। আম	৩। ধুন্দল	৩। কাঁকরোল	
৪। গীমা কলমি	৪। গীমা কলমি	৪। টমেটো	৪। লেবু	৪। চিচিংগা	৪। করলা	
৫। পুঁইশাক	৫। পুঁইশাক	৫। লাল শাক	৫। আমড়া	৫। বিংগা	৫। ধুন্দল	
			৬। অরবরই		৬। বরবটি	
			৭। কদবেল		৭। কুমড়া	



*জেলা/উপজেলা প্রণীত সবজি বিন্যাস অনুসরণ করতে হবে;

*এলাকা উপযোগী ফসল, পুষ্টিগুণ বিবেচনায় এবং পারিবারিক পছন্দ অনুযায়ী সবজি বিন্যাস প্রয়োজনে পরিবর্তন হতে পারে।



অনাবাদি পতিত জমি ও বসতবাড়ির আঙ্গিনায় পারিবারিক পুষ্টি বাগান স্থাপন প্রকল্প
কৃষি সম্প্রসারণ অধিদপ্তর

