বসতবাড়ির আঙ্গিনায় সারাবছর শাক-সবজি চাষ

সুস্থ ও সবলভাবে বেঁচে থাকতে পুষ্টিকর খাবার খেতেই হবে। একজন পূর্ন বয়স্ক লোকের দৈনিক ২১৩ গ্রাম সবজি খাওয়া প্রয়োজন। কিন্তু আমরা গড়ে মাত্র ৫৩ গ্রাম শাক-সবজি গ্রহণ করি। এই কারণে এদেশের কোটি কোটি মানুষ দৈহিক ও মানসিক অসুখে ভুগছে। এর মধ্যে বেশির ভাগই হচ্ছে শিশু এবং নারী। আমাদের মোট জনসংখ্যার শতকরা প্রায় ৭০ ভাগ, বিশেষ করে মহিলারা লৌহের অভাবে রক্তশূন্যতার শিকার। একমাত্র ভিটামিন-এ'র অভাবে বছরে ৩০ হাজার শিশু অন্ধ হয়ে যায়। এসব সমস্যা সমাধানে শাক-সবজি খাওয়ার বিকল্প নেই। কারণ শাকসবজি রোগ প্রতিরোধ ক্ষমতা ছাড়াও সব ধরনের পুষ্টি সরবরাহ করে। তবে সে সবজি হতে হবে অবশই বিষমুক্ত। যেহেতু সব বসতবাড়ির আঙ্গিনায় কম বেশি খোলা জায়গা থাকে। তাই সেসব শাকসবজি চাষ করে পারিবারিক পুষ্টির চাহিদা মিটানোর পাশাপাশি বাড়তি আয়েরও ব্যবস্থা করা যায়।

সবজি উৎপাদন মডেল:

বৈজ্ঞানিক পদ্ধতিতে শাক সবজি আবাদের লক্ষ্যে দেশের বিভিন্ন অঞ্চলে বেশ ক'টি সবজি মডেল উদ্ভাবন হয়েছে, যার মধ্যে কালিকাপুর সবজি উৎপাদন মডেল অন্যতম। পাবনা জেলাধীন ঈশ্বরদী উপজেলার কালিকাপুরে অবস্থিত ফার্মিং সিস্টেম গবেষণা এলাকায় ১৯৮৫ থেকে ১৯৯০ সাল পর্যন্ত গবেষনা কার্যক্রম চালিয়ে এ সবজি উৎপাদন মডেল উদ্ভাবন করা হয়। এ মডেল'র সবজি বিন্যাস অনুসরণ করে চাষাবাদের মাধ্যমে চার সদস্য বিশিষ্ট একটি পরিবারের সারাবছরে সবজি উৎপাদন করা সম্ভব। এজন্য বসতবাড়ির রোদযুক্ত উঁচু স্থানে ৬ মিটার লম্বা ও ৬ মিটার চওড়া জমি নির্বাচন করে পাঁচটি বেড তৈরি করতে হবে। যেখানে প্রতিটি বেডের প্রস্থ হবে ৮০ সে.মিটার এবং দুই বেডের মাঝখানে নালা থাকবে ২৫ সে.মিটার

সবজি বিন্যাস:

১) প্রথম খন্ডের বিন্যাস	মুলা/টমেটো-লালশাক-লালশাক পুইশাক
২) দ্বিতীয় খন্ডের বিন্যাস	লালশাক+বেগুন-লালশাক-ঢেঁড়স
৩) তৃতীয় খন্ডের বিন্যাস	পালংশাক-রসুন/লালশাক-ডাঁটা-লালশক
৪) চতুর্থ খন্ডের বিন্যাস	বাটিশাক-পেঁয়াজ/গাজর-কলমীশাক-লালশাক
৫। পঞ্চম খন্ডের বিন্যাস	বাঁধাকপি-লালশাক-করলা-লালশাক

সবজির নাম	মাটি	বপন/রোপন/সময়	বপন/রোপণ দুরত্ব (সে.মি)	বীজহার/শতাংশ বা ৪০ ব. মি (গ্রাম)	জাত
ডাঁটা শাক	বেলেমাটি ছাড়া যে কোন ধরনের মাটি। কিন্তু দো-আঁশ ও বেলে দো-আঁশ উত্তম।	সারা বছর চাষ করা যায়। তবে মার্চ-জুলাই বপনের জন্য উত্তম	গাছ-গাছ: ৫-৮ (পাতলাকরণের পর)	১০-১৫ গ্রাম	কান্ডের জন্য: কাটোয়া সবুজ, সুরেশ্বরী, দক্ষিণবাশ পাতা। পাতার জন্য: আমনী পুশাবারী
গীমাকলমী শাক	যে কোন ধরণের মাটিতে জন্মে দো-আঁশ ও এঁটেল দো-আঁশ উত্তম, জলাবদ্ধতা সহ্য করতে পারে।	বছরের যে কোন সময় জন্মানো যায়। উপযুক্ত সময় হচ্ছে ফেব্রুয়ারী-জুলাই	সারি-সারি: ৩০ গাছ-গাছ: ১৫	৪০ থেকে ৫০ গ্রাম বীজ এবং শাখা কাটিং থেকে জন্মানো যায়।	বাড়ি গীমা কলমী-১ এভরগ্রীন, এলপি-১
লাল শাক	সব ধরনের মাটি। কিন্তু বেলে দো-আঁশ উত্তম।	সারা বছর	ছিটিয়ে কিংবা সারিতে বপন করা যায়। গাছ-গাছ:১০-১৫ (পাতলাকরণের পর)	২০ গ্রাম	আলতা, পেটি, রক্তলাল ও ললিতা।
পালং শাক	দো-আঁশ, বেলে দো-আঁশ,ও এঁটেল দো-আঁশ। কিন্তু দো-আঁশ মাটি উত্তম।	সেপ্টেম্বর-জানুয়ারী	গাছ-গাছ:১০-১৫ (পাতলাকরণের পর)	১২৫-১৫০ গ্রাম	পালং ও পুষা জয়তি

সবজির নাম	মাটি	বপন/রোপন/সময়	বপন/রোপণ দুরত্ব (সে.মি)	বীজহার/শতাংশ বা ৪০ ব. মি (গ্রাম)	জাত
বাটি শাক	প্রায় সব ধরনের মাটিতেই চাষ করা যায় । তবে বেলে ও বেলে দো-আঁশ উত্তম।	সারা বছরই চাষ করা যায়। বীজ উৎপাদনের উপযুক্ত সময়:শীতকাল	গাছ-গাছ:২০-২৫ (পাতলাকরনের পর)	১০-১২	বারি বাটি শাক ১
পুঁই শাক	সুনিষ্কাশিত বেলে দো-আঁশ ও এঁটেল দো-আঁশ। পর্যাপ্ত সূর্যালোক দরকার।	ফেব্রুয়ারী-জুন সবচেয়ে উপযোগী সময়	সারি সারি:৪০-৫০ গাছ-গাছ:২০ (পাতলাকরনের পর)	১০-২০ ৩-৪ টি বীজ (মাদাপ্রতি)	প্রধানত দুটি সাদ বা সবুজ কান্ড ও লাল কান্ড বিশিষ্ট। এছাড়া বারিপুঁই শাক-১ বারিপুঁই শাক-২ মাধুরী,মনিষা
মুলা	প্রায় সব ধরণের মাটিতেই উৎপন্ন হয়। কিন্তু দো-আঁশ ও বেলে দো-আঁশ মাটি সবচেয়ে উত্তম।	জুলাই-ডিসেম্বর কিন্তু বপনের উত্তম সময় ১৫ নভেম্বর	সারি-সারি:২০-৩০ গাছ-গাছ : ৮-১০ (পাতলাকরনের পর)	২৫-৩০	গুরুত্বপূর্ণ জাত: তাসকিসান, মিনো আর্লি মিয়াসিকি,রেড বোম্বাই, এভারেস্ট
বেগুন	যে কোন ধরনের দো-আঁশ মাটি যেখানে সেচ ও নিস্কাশনের ব্যবস্থা আছে।	সারা বছরই জন্মানো যায়। বীজ তলায় বীজ বপনের সর্বোত্তম সময়: ১৫ জুলাই-সেপ্টেম্বর (শীতকাল) নভেম্বর-ডিসেম্বর (গ্রীষ্মকাল) ফেব্রুয়ারী-এপ্রিল (বর্ষাকাল)	সারি-সারি-৭৫ গাছ-গাছ:৪৫ ঝোপলো জাতের ক্ষেত্রে গাছ-গাছ: ৫৫-৬০	বীজ-২ চারা ৭০-৮০	ইসলাম পুরী, খটখটিয়া, সিংনাথ, উত্তরা, মুক্তাকেশরী, নয়নকাজল, বিজয় চমক-১ কাজলা, তারা পুরী, বারি বিটি বেগুন-১,২,৩,৪।
ঢেঁড়শ	সুনিস্কাশিত যে কোন ধরণের মাটিতে উৎপন্ন হয়। দো-আঁশ মাটি সবচেয়ে উত্তম।	সারা বছরই জন্মানো যায়। কিন্তু ফেব্রুয়ারী-মে উপযুক্ত সময়। সরাসরি বীজ বপন করাই ভাল।	সারি সারি:৬০-৭৫ গাছ-গাছ: ৪৫	২৫-৩০	পুষা শ্ওনী, পেন্টা গ্রীণ, কাবুলী ডোর্য়াফ, প্যাথিফিক গ্রীণ, বারি ঢেঁড়শ-১ ও অনামিকা।
টমেটো	সব রকমের মাটিতে জন্মে। তবে সুনিষ্কাশিত উর্বর দো-আঁশ মাটি উত্তম।	বীজবপনন:১৫-৩০ আগস্ট (আগাম), সেপ্টেম্বর-অক্টোবর (মধ্যম), নভেম্বর (নাবী), চারা রোপণ: ১-১৫ সেপ্টেম্বর (আগাম), অক্টোবর-নভেম্বর (মধ্যম), ডিসেম্বর (নাবী),	সারি-সারি:৬০-৮০ গাছ-গাছ: ৪৫-৫০	বীজ:১.৫ চারা: ৯০-১০০ টি	রোমোরিও,টিপু সুলতান, পুষারুবী,মানিক,রতন, রোমা ভি এফ,মারগ্লোব, অর্কহার্ট, মানি মেকার (শীতকাল জাত) বারি টমেটো -১০ বারি টমেটো-১৩,ওবারি হাইব্রিড টমেটো (গ্রীষ্মকালীন জাত)
বরবটি	পর্যাপ্ত জৈব পদার্থ সমৃদ্ধ যে কোন মাটিতে জন্মে। মাটি সুনিস্কাশিত হতে হবে। দো-আঁশ ও বেলে দো-আঁশ উত্তম।	ফেব্রুয়ারী জুলাই। তবে মার্চ-এপ্রিল বপনের সবচেয়ে উপযোগী সময়	সারি সারি: ১০০ মাদা-মাদা: ৫০ মাদার আকার: ৩৮‘,৩৮‘,৩৮	২০ ৪-৫ টি বীজ (মাদা প্রতি)	গুরুত্বপূর্ণ এবং জনপ্রিয় জাত কেগর নাটকি। এছাড়া লালবেনী, তকি ঘৃত সুন্দরী, বারি বরবটি-১
বাঁধাকপি	সেচ ব্যবস্থা আছে এমন প্রায় সব ধরনের মাটিতে জন্মে। তবে বেলে দো- আঁশ ও এঁটেল দো-আঁশ উত্তম।	১৫ আগষ্ট-অক্টোবর (আগাম), সেপ্টেম্বর-নভেম্বর (মধ্যম), নভেম্বর- জানুয়ারী (নাবী)	সারি-সারি: ৬০ গাছ-গাছ: ৪৫	১.৫-২.০ বা ১২০-১৫০ টি চারা	গ্রীণ এক্সপ্রেস, কে ওয়াই ক্রস, প্রভাতি, অগ্রদূত, এটলাস-৭০, ড্রামহেড

সবজির নাম	মাটি	বপন/রোপন/সময়	বপন/রোপণ দুরত্ব (সে.মি)	বীজহার/শতাংশ বা ৪০ ব. মি (গ্রাম)	জাত
করলা	সুনিস্কাশিত উর্বর বেলে দো-আঁশ, এঁটেল দো-আঁশ বা দো-আঁশ।	সারা বছরই জন্মে। তবে উপযুক্ত সময় হচ্ছে চৈতালী: জানুয়ারি-মার্চ, বর্ষাতি: এপ্রিল- জুন, রবি: অক্টোবর-ডিসেম্বর,	সারি- সারি: ১০০ মাদা-মাদা: ১০০ মাদার আকার:৪৫‘,৪৫‘,৩০	২৫ ৪-৫ টি বীজ (মাদাপ্রতি)	বারি করলা-১, বুলবুলি, টিয়া, গ্রীণ স্টার, গৌরব, গ্রীণ রকেট
গাজর	সুনিস্কাশিত দো-আঁশ	বীজ বপন: অক্টোবর ১৫ -ডিসেম্বর	সারি-সারি: ২০-২৫ গাছ-গাছ: ৬-৭	১২-১৪	বিইউ ক্যারট ওয়ান, পুশাকেশর, করোডা রেড, করোডা সানটিনি, সাইন করোডা, রয়েল করস, কোরেল করম, কিনকো সানটিনে রয়েল, স্কারলেট নান্টেস

সার প্রয়োগঃ

বসতবাড়ির আঙ্গিনায় চাষযোগ্য জমি যেহেতু কম তাই জৈব সার ব্যবহার করে শাক-সবজি চাষ করা উত্তম। এক্ষেত্রে সবজির ধরণ অনুযায়ী শতাংশ প্রতি ৬০-১০০ কেজি জৈব সার মাটির সাথে মিশিয়ে দিতে হবে। প্রয়োজন হলে অল্প পরিমাণ ইউরিয়া, টিএসটি এবং এমওপি সার দেয়া যেতে পারে।

পরিচর্যাঃ

আগাছা শাকসবজির অন্যতম শত্রু। এরা একদিকে যেমন খাদ্যের ভাগ বসায়, অন্যদিকে ক্ষতিকর পোকার আশ্রয়স্থল হিসেবে উপযুক্ত পরিবেশ সৃষ্টি করে। তাই আগাছা দেখামাত্র তুলে ফেলতে হবে। প্রয়োজন মতে সেচ এবং পানি নিস্কাশনের ব্যবস্থা নিতে হবে।

বালাই ব্যবস্থাপনাঃ

শাকসবজি প্রধান প্রধান ক্ষতিকর পোকার মধ্যে কুমড়া জাতীয় সবজির ফলের মাছি পোকা, বেগুনের ডগা ও ফল ছিদ্রকারী পোকা, টমেটো-বেগুন-ঢেঁড়সের সাদা মাছি, শিম-বেগুন-লাউ-বাধাকপি-টমেটো-শশা-কুমড়ার জাব পোকা উল্লেখযোগ্য। এসব পোকা আইপিএম বা সমন্বিত বালাই ব্যবস্থাপনার মাধ্যমে দমন করতে হবে। এক্ষেত্রে পোকা ধরে মেরে ফেলা, ফেরোমোন ফাঁদ, বিষটোপ এসব ব্যবস্থা গ্রহণ করা যেতে পারে। পোকা নিয়ন্ত্রন করা সম্ভব না হলেই কেবল অনুমোদিত কীটনাশক সঠিক সময়ে, নির্দিষ্ট মাত্রায় ব্যবহার করা উচিত।

শেষ কথাঃ

এ ধরনের একটি পারিবারিক পুষ্টি বাগান পরিবারের সব সদস্যদের অংশ গ্রহনে সহজেই গড়ে তোলা যায়। পারিবারিক পুষ্টি চাহিদা পূরণ করে বাড়তি সবজি বিক্রি করে নগদ টাকাও পাওয়া যায়। তাই প্রত্যেকটি বসতবাড়িতেই এ ধরনের বাগান তৈরি করলে সবাই লাভবান হতে পারবে।