

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ



ಜಲಸಂವರ್ಧನೆ ಯೋಜನಾ ಸಂಘ, ಜಿಲ್ಲಾ ಯೋಜನಾ ಘಟಕ, ದಾವಣಗೆರೆ
ತರಳಬಾಳು ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ, ದಾವಣಗೆರೆ

ಇವರ ಸಂಯೋಜನೆಯೊಂದಿಗೆ

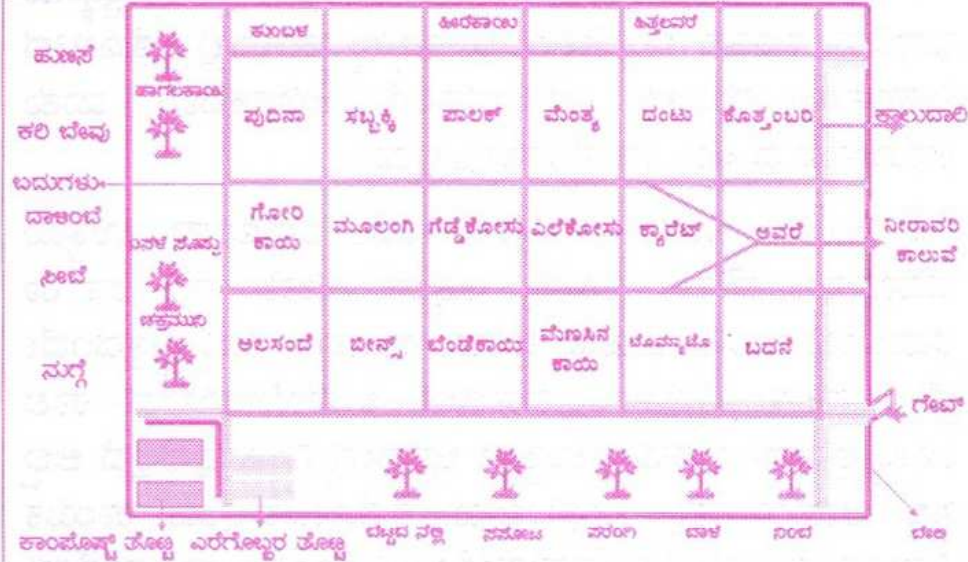
ಮನೆಗೊಂದು ಕೈತೋಟ



ಮಾದರಿ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಕೈತೋಟದ ನಕ್ಷೆ

ದಿಶ್ಚೀರ್ಣ : 15 ಮೀ. X 10 ಮೀ. (150 ಚ.ಮೀ.)

ಉ



ಲೇಖಕರು :

ಶ್ರೀ ಬಸವನಗೌಡ ಎಂ.ಜಿ. ಡಾ. ದೇವರಾಜ ಟಿ.ಎನ್. ಡಾ. ಪ್ರದೀಪ್ ಹೆಚ್.ಎಂ.

ಹೆಚ್ಚಿನ ಮಾಹಿತಿಗಾಗಿ ಸಂಪರ್ಕಿಸಿರಿ :

ತರಳಬಾಳು ಕೃಷಿ ವಿಜ್ಞಾನ ಕೇಂದ್ರ,

ಕದಳೀವನ, ಎಲ್.ಐ.ಸಿ. ಕಾಲೋನಿ ಲೇಔಟ್, ಬಿ.ಐ.ಇ.ಟಿ. ರಸ್ತೆ,

ದಾವಣಗೆರೆ 577004

ದೂರವಾಣಿ : 08192-263462, ಫ್ಯಾಕ್ಸ್ : 08192-260969

ಮಿಂಚಂಚೆ : dvgtkvk@yahoo.com,

ವೆಬ್‌ಸೈಟ್ : www.taralabalukvk.com

ಮನೆಗೊಂದು ಕೈತೋಟ

ಮನೆಯ ಹಿಂಭಾಗದಲ್ಲಿರುವ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸಿ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ತರಕಾರಿ ಮತ್ತು ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಸುವುದೇ ಕೈತೋಟ, ದೈನಂದಿನ ಕಾರ್ಯ ಚಟುವಟಿಕೆಗಳನ್ನು ನಿರ್ವಹಿಸಲು ಒಬ್ಬ ಮನುಷ್ಯ ದಿನಕ್ಕೆ 300 ಗ್ರಾಂ ತರಕಾರಿಯನ್ನು, 90 ಗ್ರಾಂ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಸೇವಿಸಬೇಕು. ಆದರೆ ಬೆಳೆಯುತ್ತಿರುವ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯಿಂದಾಗಿ ಇವುಗಳ ಲಭ್ಯತೆ ತೀರ ಕುಂಠಿತವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇತ್ತೀಚಿನ ದಿನಗಳಲ್ಲಿ ಮಾರುಕಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿಗಳ ಬೆಲೆ ದುಬಾರಿಯಾಗಿದ್ದು, ತಾಜಾತನದಿಂದ ಕೂಡಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶದಲ್ಲಿ ಉತ್ಕೃಷ್ಟ ಮತ್ತು ಅಧಿಕ ಪೌಷ್ಟಿಕತೆಯ ತರಕಾರಿಗಳ ಉತ್ಪಾದನೆ ಬಹಳ ಮಹತ್ವವೆನಿಸಿಕೊಂಡಿದೆ. ದಿನ ದಿನಕ್ಕೆ ಹೆಚ್ಚುತ್ತಿರುವ ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳ ಬೆಲೆಗಳು ಜನಜೀವನ ನಿರ್ವಹಣೆಯನ್ನು ಸಂಕಷ್ಟಕ್ಕೀಡು ಮಾಡಿವೆ. ಇಂತಹ ಸನ್ನಿವೇಶಗಳಲ್ಲಿ ಇದ್ದಷ್ಟು ಜಾಗದಲ್ಲಿ ಕೈತೋಟದ ನಿರ್ಮಾಣ ದುರ್ಬಲ ವರ್ಗದವರಿಗೆ ಅರ್ಥಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಆರೋಗ್ಯದ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೆರವಾಗಬಲ್ಲದು.

ಕೈತೋಟದ ನಿರ್ಮಾಣ ಒಂದು ಕಲೆ. ಇದೊಂದು ಉತ್ತಮ ಹವ್ಯಾಸವೂ ಹೌದು. ಇದನ್ನು ಅತ್ಯಂತ ಕಡಿಮೆ ವೆಚ್ಚ ಹಾಗೂ ಶ್ರಮದಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಪ್ರತಿಫಲ ಕೊಡುವ ಪುಟ್ಟ ಕ್ಷೇತ್ರವೆಂದೇ ಹೇಳಬಹುದು. ಕೈತೋಟ ಮಾಡಲು ಉಪಯೋಗಿಸುವ ಕಾಲ ಮತ್ತು ಶ್ರಮದಾನ ನಮಗೆ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯ ನೀಡುವುದಲ್ಲದೆ ಅಲ್ಪ ಸ್ವಲ್ಪ ಆದಾಯವನ್ನು ನೀಡಬಲ್ಲದು. ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿಯ ಕಾಯಕ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಸಮಯವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾರ್ಥಕತೆಯ ಜೀವನ ನಡೆಸಲು ಸಹಾಯಕವಾಗಬಲ್ಲದು. ಪ್ರತಿ ಮನೆಗೆ ತನ್ನದೇ ಆದ ಒಂದು ಕೈತೋಟ ಹೊಂದಿದ್ದರೆ ಅದೆಷ್ಟು ಚೆನ್ನೆ ? ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಂದ ಹಿಡಿದು ವೃದ್ಧರವರೆಗೂ ಎಲ್ಲಾ ವಯೋಮಾನದವರು ಒಟ್ಟಾಗಿ ಬೆಳೆಸಿ ಪ್ರೀತಿಸುವ ಕೈತೋಟ ಗೃಹಕ್ಕೆ ಒಂದು ಶೋಭೆ.

ಕೈತೋಟದ ಉಪಯೋಗಗಳು :

- ಹಸಿರು ವಾತಾವರಣದಿಂದ ಶುದ್ಧಗಾಳಿ ದೊರೆಯುವುದಲ್ಲದೇ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ನೆಮ್ಮದಿ ಮತ್ತು ಆನಂದ ದೊರೆಯುವುದು. ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಅಸ್ವಸ್ಥಗೊಂಡವರು ಈ ಹಸಿರಿನ ಸೊಬಗಿನಿಂದ ಆನಂದವನ್ನು ಪಡೆಯಬಹುದು.
- ಕೈತೋಟ ಮನೆಯ ಆನಂದವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದಲ್ಲದೇ ಸುತ್ತಲಿನ ವಾತಾವರಣವನ್ನು ತಿಳಿಯಾಗಿಸಿ, ಪ್ರಶಾಂತತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡುತ್ತದೆ.

- ಬಿಡುವಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಕೈತೋಟದ ಕೆಲಸಗಳಲ್ಲಿ ತೊಡಗುವುದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಯಾಮ ಸಿಗುವಂತಾಗುತ್ತದೆ.
- ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಪೌಷ್ಟಿಕ ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿ, ಹೂವು ನಾವೇ ಬೆಳೆದು ಸ್ವಲ್ಪ ಹಣದ ಉಳಿತಾಯ ಮಾಡಲು ಸಾಧ್ಯ.
- ಮನೆಯ ಸುತ್ತ ಹೆಚ್ಚು ಸ್ಥಳವಿದ್ದರೆ ಹೆಚ್ಚು ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆದು, ಅಧಿಕ ಹಣಗಳಿಸಬಹುದು.
- ಮನೆಯಿಂದ ಹೊರಗೆ ವ್ಯರ್ಥವಾಗಿ ಹರಿದು ಹೋಗುವ ನೀರನ್ನು ಸಮರ್ಪಕವಾಗಿ ಬಳಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.
- ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಮನೆಯ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ ಮತ್ತು ಗೃಹಿಣಿಯರಿಗೆ ಬಿಡುವಿನ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಕೆಲಸ ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಅವರು ಯಾವಾಗಲೂ ಲವಲವಿಕೆಯಿಂದಿರಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮಕ್ಕಳು ಶಾರೀರಿಕವಾಗಿ ಮತ್ತು ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಸದೃಢರಾಗಿ ಬೆಳೆಯಲು ಈ ಕೈತೋಟ ನೆರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಕೈತೋಟದ ಪ್ರಾಮುಖ್ಯತೆ :

ಮನುಷ್ಯನ ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರಕ್ಕೊಂದು ಮಾರ್ಗ ಕೈತೋಟವೆಂದರೆ ತಪ್ಪಾಗಲಾರದು. ಏಕೆಂದರೆ ನಮ್ಮ ದೇಹದಲ್ಲಿ ಉಂಟಾಗುವ ಪ್ರಮುಖ ಖನಿಜಗಳ, ಜೀವಸತ್ವಗಳ ಹಾಗೂ ಶರ್ಕರಪಿಷ್ಟಗಳ ಕೊರತೆ ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನೇ ಏರುಪೇರು ಮಾಡಿಬಿಡುತ್ತವೆ. ದಿನನಿತ್ಯದ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಅಕ್ಕಿ, ಗೋಧಿ, ಜೋಳ, ರಾಗಿ, ಬೇಳೆ ಕಾಳುಗಳು ಹೇಗೆ ಅವಶ್ಯಕವೋ ಅದೇ ರೀತಿ ಹಣ್ಣು, ತರಕಾರಿಗಳೂ ಸಹ ಅಷ್ಟೇ ಮುಖ್ಯ. ಸಮತೋಲನ ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ಇವು ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರವಹಿಸುವುದಲ್ಲದೇ ಜೀವಸತ್ವ, ಖನಿಜ, ಸಸಾರಜನಕ, ಮತ್ತು ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಗಳನ್ನೂ ಒದಗಿಸುತ್ತದೆ. ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ "ಎ", "ಬಿ" ಮತ್ತು "ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವಗಳು ಹೆಚ್ಚಿನ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ದೊರೆಯುವುದಲ್ಲದೇ ಕೆಲವು ಖನಿಜಗಳನ್ನು ಮತ್ತು ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಗಳನ್ನು ಸಹ ನೀಡುತ್ತವೆ "ಎ" ಜೀವಸತ್ವದ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗುವ ಇರುಳುಗಣ್ಣು, ದೃಷ್ಟಿ ದುರ್ಬಲವಾಗುವುದನ್ನು ಮಾವು, ಪಪ್ಪಾಯ, ಕ್ಯಾರೆಟ್ ಸೇವನೆಯಿಂದ ನೀಗಿಸಬಹುದು, "ಬೆರಿ ಬೆರಿ " ಎಂಬ ರೋಗವು ಜೀವಸತ್ವ "ಬಿ" ಕೊರತೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ನಿಶ್ಚಕ್ತಿಯಾಗಿ ಬೇಗನೆ ಆಯಾಸವಾಗುತ್ತದೆ ಅದಲ್ಲದೆ ನರಗಳಲ್ಲಿ ನೋವು ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಮುಕ್ತಿಯಾಗಲು ಬದನೆ, ಬಟಾಣಿ, ಅನಾನಸ್ ಸೇವಿಸಿದರೆ ಉತ್ತಮ "ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವ ಕೊರತೆಯಿಂದ "ಸ್ಕರ್ವಿ" ಎಂಬ ರೋಗ ಕಂಡುಬರುತ್ತದೆ. ಇದರಿಂದ ಒಸಡುಗಳಲ್ಲಿ ರಕ್ತಸ್ರಾವವಾಗಿ ಊದಿಕೊಂಡು ಹಲ್ಲು ಮತ್ತು ಕೀಲುಗಳು ಸಡಿಲಗೊಂಡು ಅಭದ್ರಗೊಳ್ಳುತ್ತವೆ,

"ಸಿ" ಜೀವಸತ್ವವು ನಿಂಬೆ, ಸೀಬೆ, ಟೊಮ್ಯಾಟೋ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ ಮತ್ತು ಎಲೆಕೋಸಿನಲ್ಲಿ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು, ಇದರ ಸೇವನೆಯಿಂದ "ಸ್ಕರ್ವಿ" ಕೊರತೆಯನ್ನು ನೀಗಿಸಬಹುದು.

ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟಗಳೂ ಸಹ ದೇಹದ ಬೆಳವಣಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಮಹತ್ವದ ಪಾತ್ರವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಇವುಗಳ ಕೊರತೆಯಿಂದ ದೇಹಕ್ಕೆ ನಿಶ್ಯಕ್ತಿಯಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಚಿಕ್ಕ ಮಕ್ಕಳಿಗೆ "ಮರಸ್ಕಿಸ್" ಎಂಬ ರೋಗ ಬರುತ್ತದೆ, ಬಾಳೆ, ಹಲಸು, ಬಟಾಣಿ, ಬೀನ್ಸ್‌ಗಳಲ್ಲಿ ಶರ್ಕರ ಪಿಷ್ಟ ಹೆಚ್ಚಾಗಿದ್ದು ಮೇಲಿನ ರೋಗಗಳನ್ನು ನಿವಾರಿಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ನುಗ್ಗೇಕಾಯಿಂದ, ಸೊಪ್ಪು, ಹೂಕೋಸು, ಮೂಲಂಗಿ ಜವಳಿಕಾಯಿ, ಬಾಳೆ, ಸಪೋಟಗಳಲ್ಲಿ ಖನಿಜಾಂಶಗಳು ಹೇರಳವಾಗಿದ್ದು, ಇದರ ಕೊರತೆಯಿಂದಾಗುವ ರೋಗಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟಬಹುದು. ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಪ್ರತ್ಯೇಕವಾಗಿ ಗುಂಪುಗಳಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಅವು ಹೆಚ್ಚು ಲಾಭದಾಯಕವಾಗುವಂತೆ ನಕ್ಷೆಯನ್ನು ರೂಪಿಸುವುದು ಅಗತ್ಯ. ತೋಟದಲ್ಲಿ ಲಭ್ಯವಿರುವ ಜಾಗ, ಅದರ ನಿರ್ವಹಣೆಗೆ ಸಿಗುವ ಕಾಲಾವಕಾಶ, ದಿನನಿತ್ಯ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗುವ ಹಣ್ಣು ಮತ್ತು ತರಕಾರಿಗಳ ಪ್ರಮಾಣಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಕ್ಷೆ ತಯಾರಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ.

ಇದರಲ್ಲಿ ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಪ್ರಮುಖ ಅಂಶಗಳೆಂದರೆ :

- ❖ ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ 5-6 ಜನರಿರುವ ಕುಟುಂಬಕ್ಕೆ ಹಣ್ಣು ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಒದಗಿಸಲು 200 ಚದರ ಮೀಟರ ಜಾಗ ಮತ್ತು ಕುಟುಂಬದ ಜನಸಂಖ್ಯೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ದೊಡ್ಡ, ಮಧ್ಯಮ ಮತ್ತು ಸಣ್ಣಗಾತ್ರದ ಕೈತೋಟವನ್ನು ಬೆಳೆಸಬಹುದು.
- ❖ ಕೈತೋಟಕ್ಕೆ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮನೆಯ ಪಕ್ಕ ಅಥವಾ ಹಿಂಬದಿಯ ಅಂಗಳದಲ್ಲಿ ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವುದು ಉತ್ತಮ ಅಡಿಗೆ ಮನೆಯ ಮತ್ತು ಸ್ನಾನದ ಮನೆಯ ನೀರನ್ನು ಕೈತೋಟದ ಮಡಿಗಳಿಗೆ ಹಾಯಿಸಬಹುದು.
- ❖ ತರಕಾರಿ ಮಡಿಗಳು ಮರಗಳ ನೆರಳಿನಿಂದ ದೂರವಿರಬೇಕು ಏಕೆಂದರೆ ತರಕಾರಿ ಮಡಿಗಳ ಮೇಲೆ ನೆರಳು ಬೀಳುವುದು ತಡೆಯಬಹುದು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಬೇರಿನಿಂದ ಆಗುವ ಅಡಚಣೆಯನ್ನು ತಪ್ಪಿಸಬಹುದು.
- ❖ ಕೈತೋಟ ಇದೇ ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಆಕಾರದಲ್ಲಿರಬೇಕೆಂದು ನಿಯಮವಿಲ್ಲ, ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಆಯಾತಾಕಾರದ ತಾಕುಗಳನ್ನು ಮಾಡಿದರೆ ಒಳ್ಳೆಯದು.

ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯನ್ನು ಬೆಳೆಯಲು ಗಮನಿಸಬೇಕಾದ ಅಂಶಗಳು :

- ❖ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ಸಸ್ಯಗಳು / ಮರಗಳು ಕೈತೋಟದ ಒಂದು ಪಕ್ಕದಲ್ಲಿರಬೇಕು. ಇದರಿಂದ ಇತರೆ ತರಕಾರಿ ಬೆಳೆಗೆ ನೆರಳಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಒಂದು ಬಾರಿ ಈ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಹಾಕಿದ ನಂತರ ಹೆಚ್ಚಿನ ನಿಗಾವಹಿಸುವ ಅಗತ್ಯವಿರುವುದಿಲ್ಲ ಇವುಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ವರ್ಷವೂ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಹಬ್ಬಿಸಬಹುದು. ಬೇರು ಮತ್ತು ಗೆಡ್ಡೆ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬದುಗಳ ಮೇಲೆ ಬೆಳೆಸಬೇಕು.
- ❖ ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿ ಬೆಳೆಗೂ ಒಂದು ನಿರ್ದಿಷ್ಟ ಬಿತ್ತನೆ ಸಮಯವಿದೆ. ಅದನ್ನು ಗಮನಿಸಿ ತಜ್ಞರು ಸಲಹೆ ಪಡೆದು ಯೋಜನೆ ತಯಾರಿಸಬೇಕು. ಯಾವ ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಬಿತ್ತನೆ ಮಾಡಬೇಕು, ಅದರ ಅಂತರ, ಕಾಲಾವಧಿ ಮತ್ತು ವಿವಿಧ ತಳಿಗಳು ಹಾಗೂ ಮಧ್ಯಂತರ ಬೆಳೆಗಳ ಬಗ್ಗೆಯೂ ಯೋಜನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು.
- ❖ ನೀರುಗಾಲುವೆಗಳು ಮತ್ತು ದಾರಿ ತೋಟದ ಎಲ್ಲಾ ಭಾಗಗಳನ್ನು ಸಂಧಿಸುವಂತಿರಬೇಕು, ಆದರೆ ಅವುಗಳಿಗೆ ಆದಷ್ಟು ಕಡಿಮೆ ಜಾಗ ಬಳಕೆಯಾಗಬೇಕು.
- ❖ ಹಣ್ಣಿನ ಮತ್ತು ತರಕಾರಿ ಬೆಳೆ ತಳಿಗಳನ್ನು ಆಯ್ಕೆ ಮಾಡುವಾಗ ಬೇಗ ಫಸಲು ಬಿಡುವ ಮತ್ತು ಗಿಡ್ಡ ತಳಿಗಳಿಗೆ ಆದ್ಯತೆ ನೀಡಬೇಕು.
ವರ್ಷದ ಯಾವುದೇ ಋತುವಿನಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕಾರು ಬೆಳೆಗಳಿರುವಂತೆ ತರಕಾರಿಗಳಲ್ಲಿ ಸೂಕ್ತ ಬೆಳೆ ಪರಿವರ್ತನೆಯನ್ನು ಹೊಂದಿರಬೇಕು, ವಿವಿಧ ತಾಕುಗಳಿರುವಂತೆ ಏಕಕಾಲಕ್ಕೆ ಕೊಯ್ಲಿಗೆ ಬರುವ ಬದಲಾಗಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಸಮಯಕ್ಕೆ ಕೊಯ್ಲಿಗೆ ಬರುವಂತಿರಬೇಕು.

ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ತರಕಾರಿ ಬೆಳೆಗಳು :

ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ತರಕಾರಿಗಳು ಬಹುಪಾಲು ಸ್ಥಾನವನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿಕೊಂಡಿರುತ್ತವೆ. ತರಕಾರಿಗಳಿಲ್ಲದ ಕೈತೋಟ ಮಕ್ಕಳಿಲ್ಲದ ಮನೆಯಂತೆ ಎನ್ನಬಹುದು. ಪ್ರತಿ ನಿತ್ಯ ಬೇಕಾಗುವ ವಿವಿಧ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಸುಲಭವಾಗಿ ಮತ್ತು ಕಡಿಮೆ ಖರ್ಚಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ತಾಂತ್ರಿಕತೆಯನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ ತರಕಾರಿಗಳನ್ನು ಬೆಳೆದರೆ ನಾಭದಾಯಕವಾದ ಬೆಳೆ ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಉದಾ : ಟೋಮ್ಯಾಟೋ, ಬದನೆ, ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ, ಬೀನ್ಸ್, ಕೋಸು, ನುಗ್ಗೆ, ಕರಿಬೇವು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಹಣ್ಣಿನ ಬೆಳೆಗಳು :

ಆಹಾರದಲ್ಲಿ ನಾವು ಒಂದಲ್ಲೊಂದು ರೀತಿಯಲ್ಲಿ ಹಣ್ಣುಗಳನ್ನು ಉಪಯೋಗಿಸುತ್ತಲೇ ಇರುತ್ತೇವೆ. ಇವು ನಮ್ಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು

ಕಾಪಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಜೀವಸತ್ವಗಳನ್ನು ಪೂರೈಸುವಲ್ಲಿ ಪ್ರಮುಖ ಪಾತ್ರ ವಹಿಸುತ್ತವೆ. ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲಿ ಕೆಲವು ವರ್ಷಗಳಲ್ಲಿ ಕಾಳಜಿ ವಹಿಸಿದರೆ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ಹಣ್ಣಿನ ಬೆಳೆಗಳು ನಿರಂತರವಾಗಿ ಫಲ ಬಿಡುತ್ತವೆ. ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಸ್ಥಳಾವಕಾಶ ನೋಡಿಕೊಂಡು ಮತ್ತು ಆಯಾ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕನುಗುಣವಾಗಿ ಹೊಂದಿಕೊಳ್ಳುವ ಬೆಳೆ ಮತ್ತು ತಳಿಗಳ ಆಯ್ಕೆ ಕೂಡಾ ಅಷ್ಟೇ ಮಹತ್ವವಾದುದು. ಮನೆಯ ಸುತ್ತಲೂ ಸಾಕಷ್ಟು ಸ್ಥಳವಿದ್ದಲ್ಲಿ ಯೋಜನೆ ಹಾಕಿಕೊಂಡು ವಿವಿಧ ಬಗೆಯ ಬಹುವಾರ್ಷಿಕ ಹಣ್ಣಿನ ಬೆಳೆಗಳನ್ನು ಬೆಳೆಯಬಹುದು. ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯಬಹುದಾದ ಹಣ್ಣಿನ ಬೆಳೆಗಳೆಂದರೆ ಮಾವು, ಬಾಳೆ, ಸಪೋಟ, ಕಿತ್ತಳೆ, ಪಪ್ಪಾಯೆ, ಹಲಸು ಇತ್ಯಾದಿ.

ಈ ರೀತಿಯಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ಮುದ ನೀಡಿ, ಪರಿಸರ ಸಂರಕ್ಷಿಸಿ, ಮನೆಯ ಸೊಬಗನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸುವುದರ ಜೊತೆಗೆ ಆದಾಯವನ್ನೂ ನೀಡುವ ಕೈತೋಟವೊಂದು ಬಹುಪಯೋಗಿ ಕಸುಬು ಎನ್ನಬಹುದು. ಇದರಿಂದ ಉತ್ತಮ ಆರೋಗ್ಯವನ್ನು ಪಡೆಯುವುದಲ್ಲದೆ. ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿನ ಕಾಯಕ ವಿಶ್ರಾಂತಿ ಸಮಯವನ್ನು ಸದುಪಯೋಗ ಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾರ್ಥಕತೆಯ

ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಯುವ ಔಷಧಿ ಸಸ್ಯಗಳು :

ಮನೆ ಮದ್ದಿಗೆ ಹೆಸರುವಾಸಿಯಾದ ಔಷಧಿ ಸಸ್ಯಗಳಾದ ದೊಡ್ಡ ಪತ್ರ, ತುಳಸಿ, ಅಮೃತಬಳ್ಳಿ, ಚಕ್ರಮಣಿ, ಲೋಳೆಸರ, ಬಸಳೆ ಮುಂತಾದವುಗಳನ್ನು ಕೈತೋಟದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆಸಿದರೆ ತುರ್ತು ಸಮಯದಲ್ಲಿ ಪರಿಹಾರವನ್ನು ಕಂಡುಕೊಳ್ಳಲು ಸಹಾಯವಾಗುತ್ತದೆ.

ಬೇಸಾಯ ಕ್ರಮಗಳು (4 ಚ.ಮೀ ಗೆ)

ಬೆಳೆ	ಉಷ್ಣ (ದಿನಗಳು)	ಋಷಿ ಪ್ರಮಾಣ (ಗ್ರಾಂ)	ಉತ್ಪಾದ (ಸೆ.ಮೀ)	ಸಾಲು (ಸೆ.ಮೀ)
ಬದನೆ	155	0.12	75 x 60	8.0
ಬೊಂಬಾಯಿ	140	0.16	100 x 60	10.0
ಮೆಣಸಿನಕಾಯಿ	180	0.50	75 x 45	10.0
ಬೆಂಡೆ	120	3.00	60 x 30	4.0
ಕಿಂಗ್ ಫುರುಳಿ	75	24.00	30 x 15	2.4
ಆಲಸಂದೆ	70	6.00	45 x 20	2.8
ಆವರೆ	80	14.00	45 x 15	3.2
ಕ್ಯಾಲೆಟ್	90	2.00	22.5 x 10	8.0
ಎಲೆಕೋಸು	85	0.40	60 x 30	10.0
ನವಿಲುಕೋಸು	80	0.50	30 x 22.5	8.0
ಮೂಲಂಗಿ	120	4.00	30 x 10	8.0
ಚಪಳಿಕಾಯಿ	50-80	8.00	45 x 20	3.2
ಕೊತ್ತಂಬರಿ	30-40	4.80	15 ಸಾಲು ಅಂತರ	3.2
ದಂಟು ಸೊಪ್ಪು	90	1.00	—	8.0
ಮೆಂತೆ	30	16.00	—	4.8
ಪಾಲಕ್	100	8.00	10 ಸಾಲು ಅಂತರ	4.0
ಸಬ್ಬಸಿಗೆ	30	4.00	30 ಸಾಲು ಅಂತರ	4.0
ಮುದೀನ	40	100 ಕುಂದುಗಳು	20 x 20	4.0