

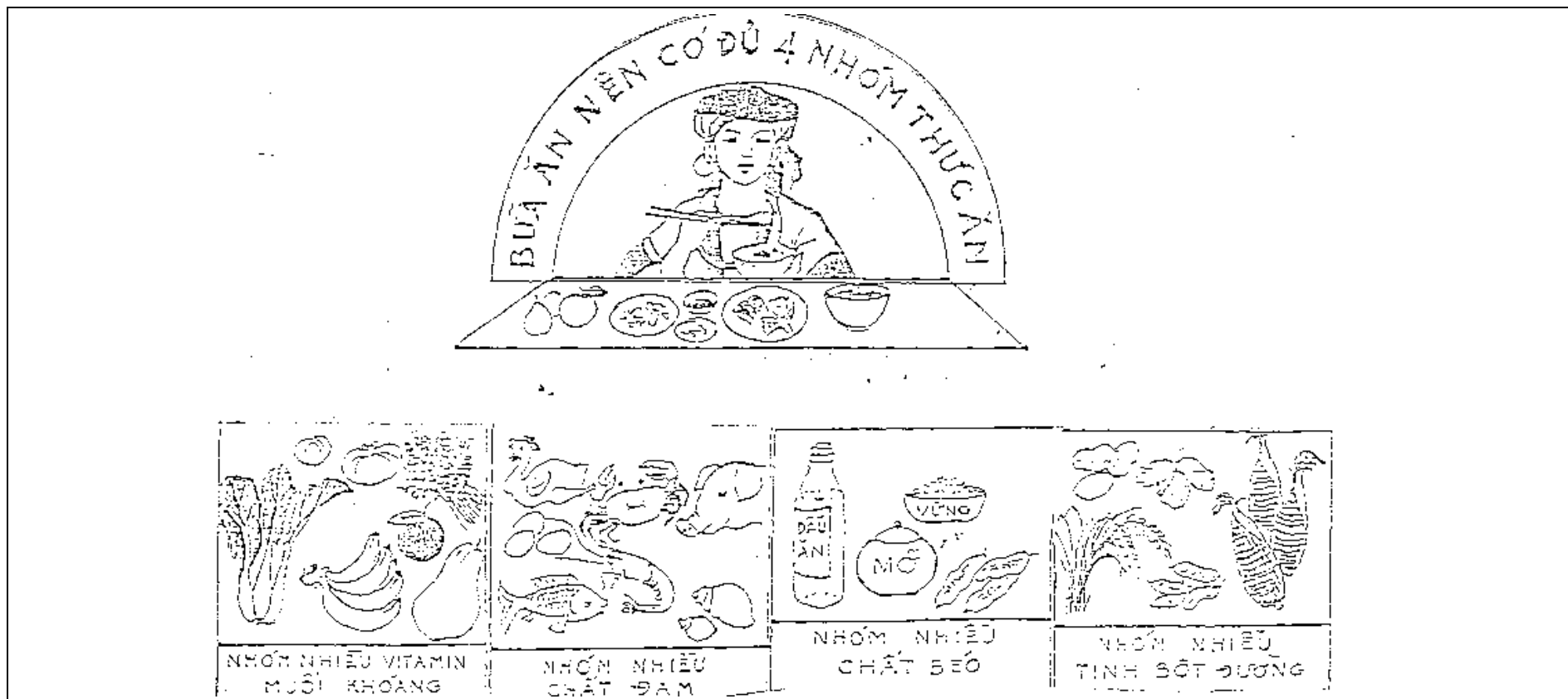
SÁCH HƯỚNG DẪN CHO NÔNG DÂN MIỀN NÚI

LÀM VƯỜN RAU GIA ĐÌNH

MỤC LỤC

| | |
|---|----|
| Kỹ thuật cơ bản làm vườn rau gia đình | 3 |
| Sản phẩm vườn rau gia đình | 4 |
| Ích lợi của vườn rau gia đình | 5 |
| Diện tích vườn rau gia đình | 6 |
| Vị trí vườn rau gia đình | 7 |
| Vườn rau gia đình trên đất dốc | 8 |
| Bảo vệ vườn rau gia đình | 11 |
| Trồng nhiều lứa rau | 12 |
| Trồng nhiều loại rau | 13 |
| Giàn che cây giống | 19 |
| Bón phân cho vườn rau gia đình | 20 |

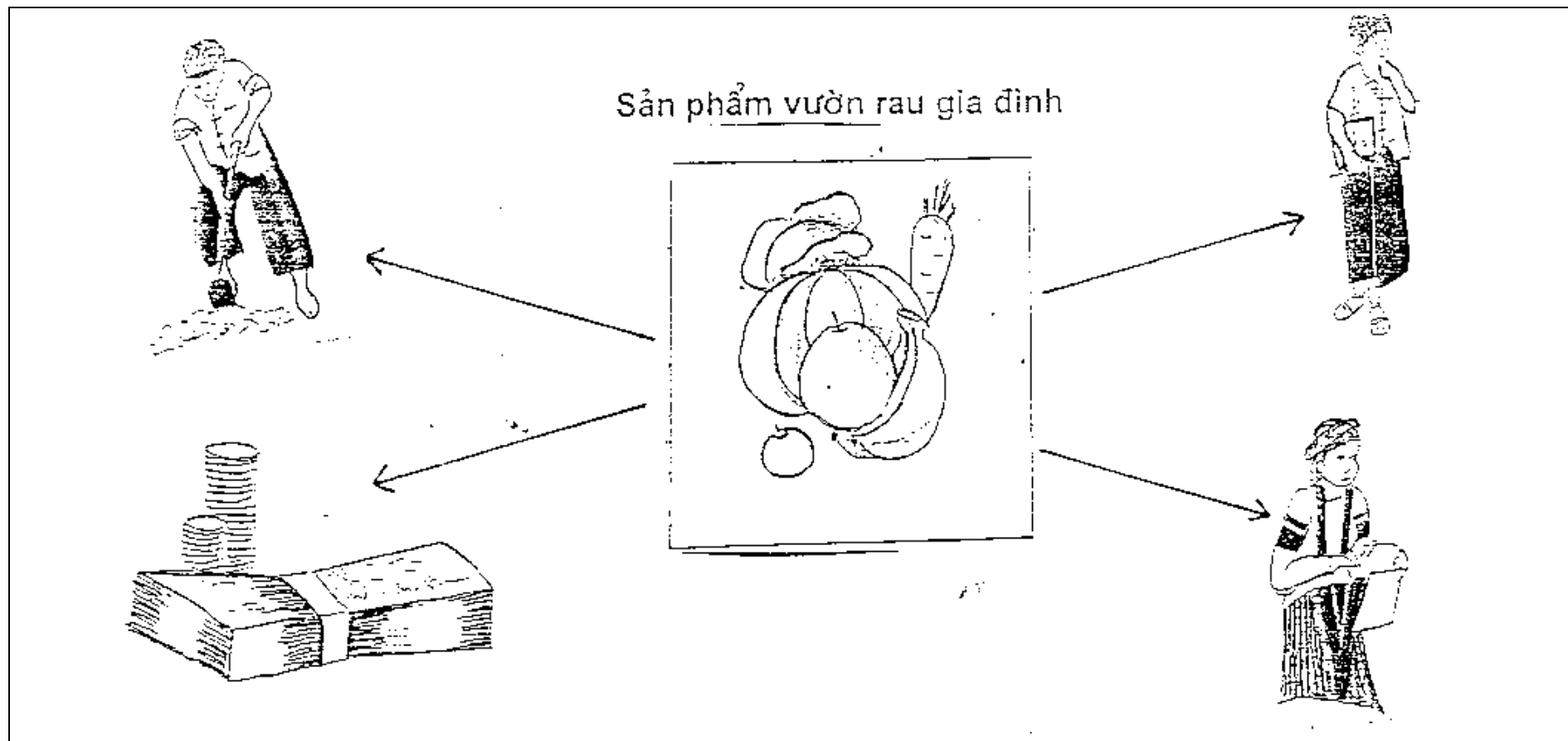
KỸ THUẬT CƠ BẢN LÀM VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



Trong bữa ăn hàng ngày nên có đủ 4 nhóm thức ăn:

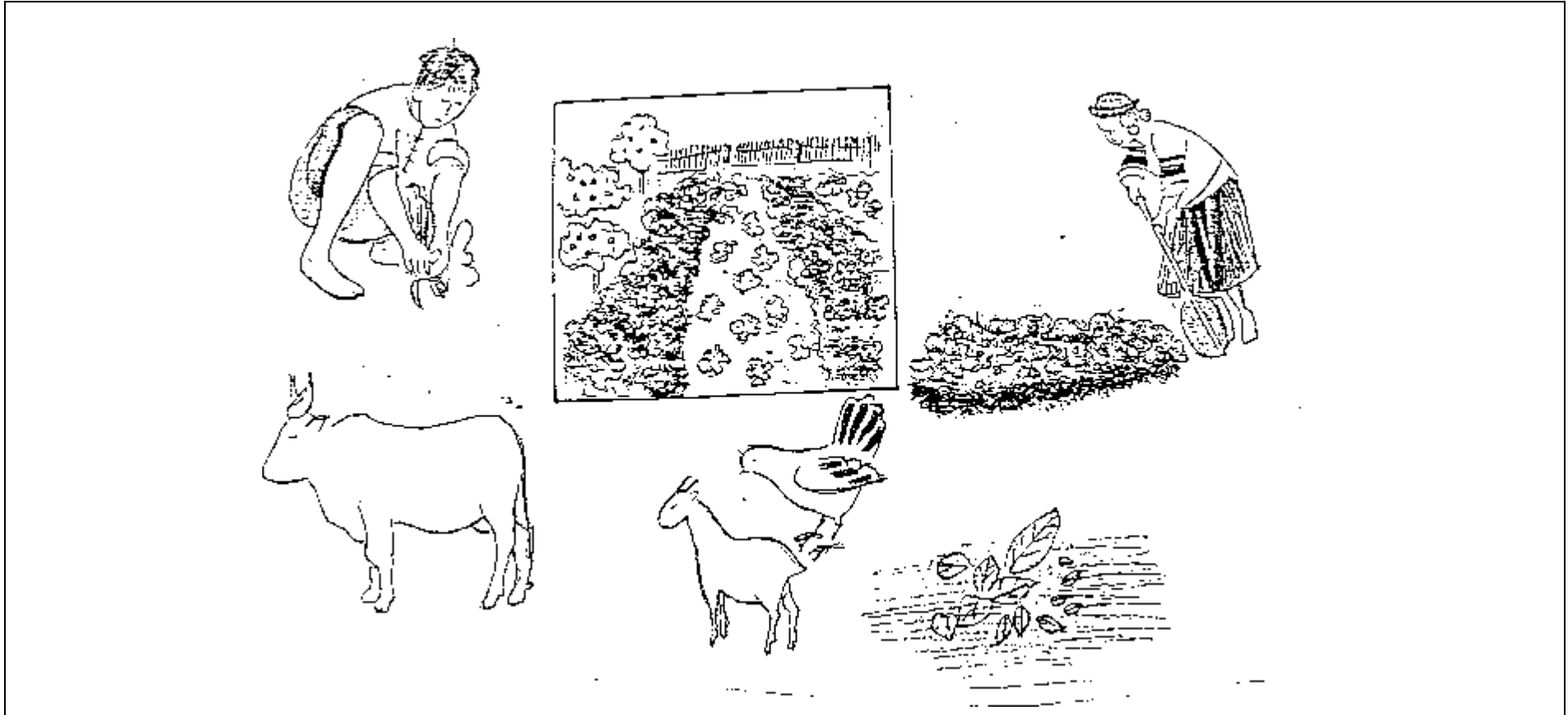
- ◆ Nhóm nhiều chất đạm: thịt, trứng sữa, tôm, cua
- ◆ Nhóm nhiều chất béo: lạc, vừng, đậu đỗ
- ◆ Nhóm nhiều vitamin và muối khoáng: các loại rau quả
- ◆ Nhóm nhiều tinh bột: đường, ngô, gạo, khoai

SẢN PHẨM VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



- ◆ Vườn rau gia đình với các sản phẩm rau, quả là nguồn cung cấp vitamin và khoáng chất chủ yếu cho trẻ em, phụ nữ có thai và người lao động. Bên cạnh đó các hộ gia đình có thể tăng thu nhập từ vườn này.

ÍCH LỢI CỦA VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



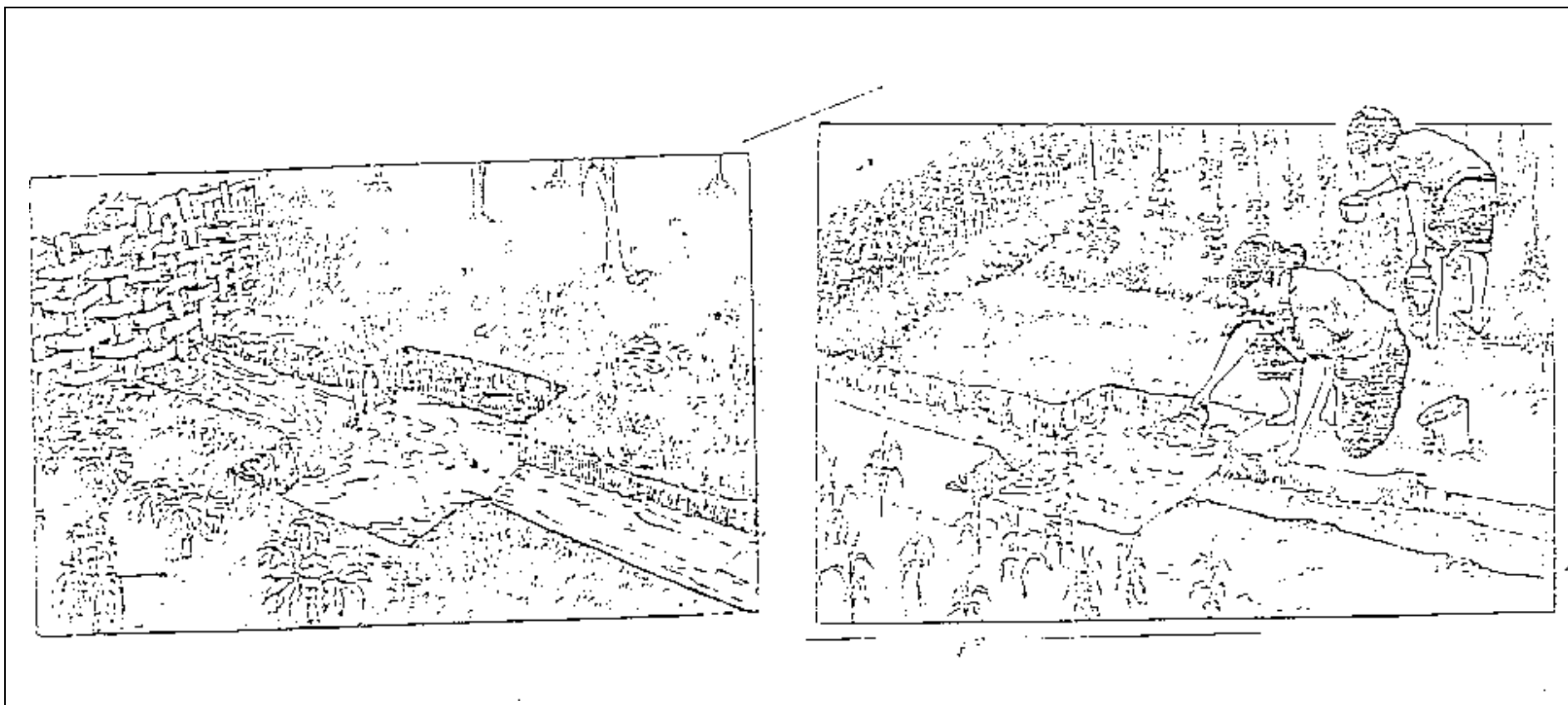
- ◆ Không những tận dụng nguồn phân bón trong chăn nuôi, mà vườn rau gia đình còn tận dụng được sức lao động của trẻ em, người già.

DIỆN TÍCH VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



- ◆ Để đáp ứng được các yêu cầu cung cấp đủ rau xanh và thực phẩm khác, có chất lượng, quanh năm cho gia đình có 4-6 người, diện tích vườn rau gia đình cần 30-50m²

VỊ TRÍ VƯỜN RAU GIA ĐÌNH

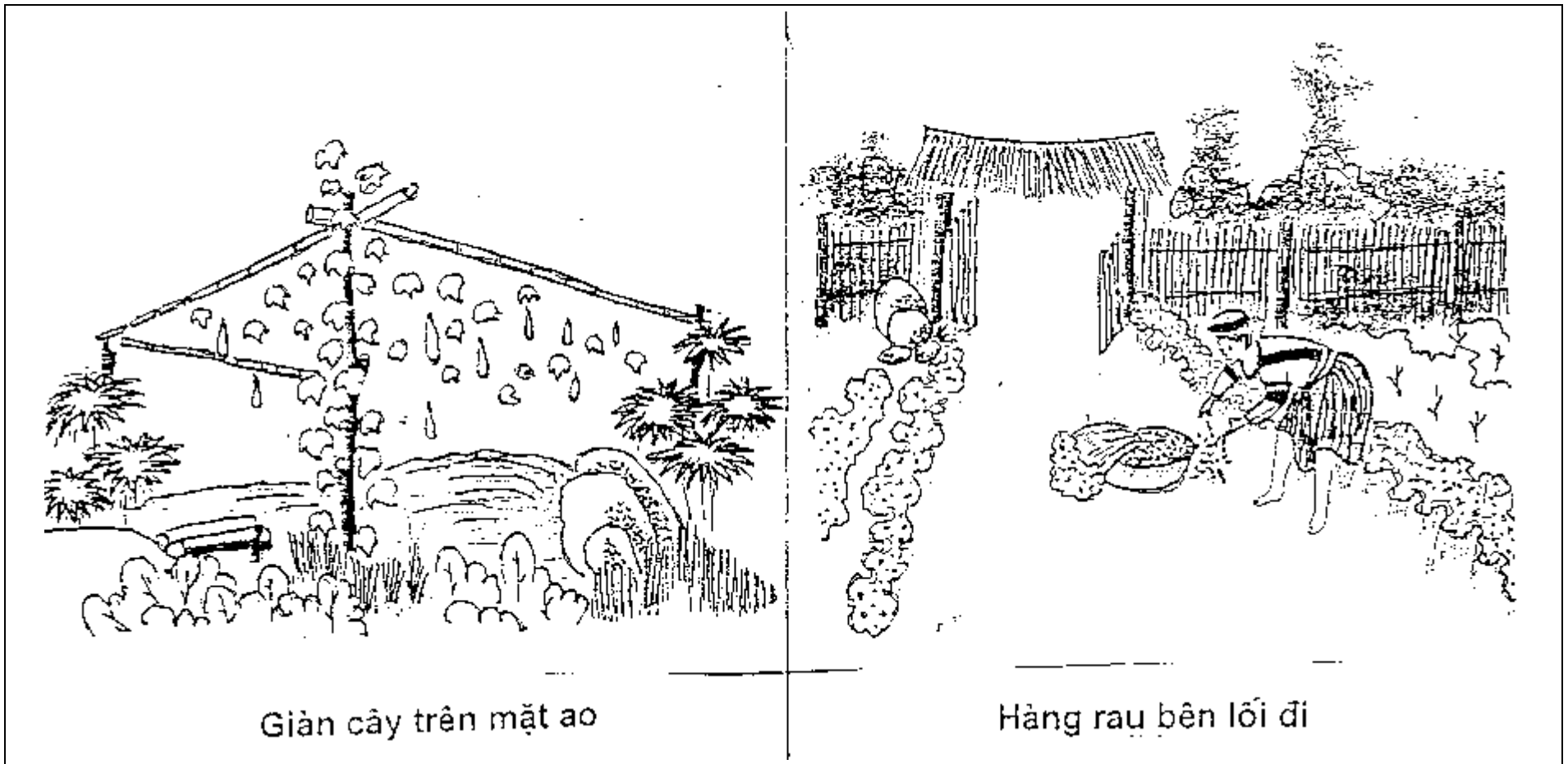


- ◆ Mỗi hộ nên giành vị trí thuận lợi đặt vườn rau gia đình (gần khu nhà ở, gần nguồn nước tưới, dễ đi lại...)

VƯỜN RAU GIA ĐÌNH TRÊN ĐẤT ĐỐC



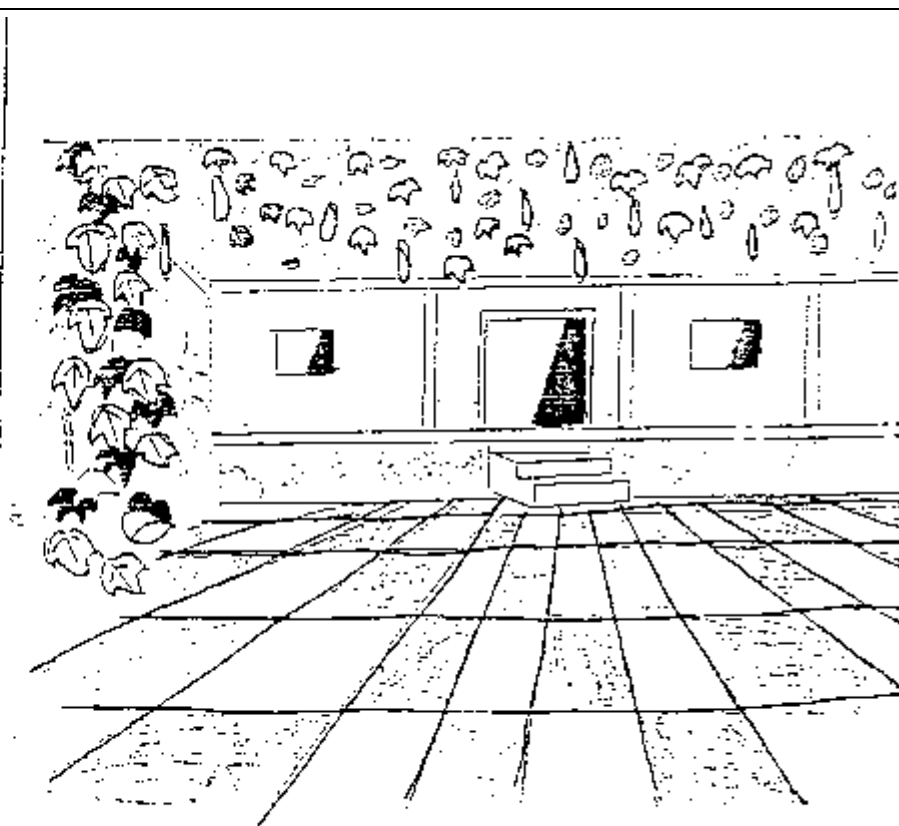
- ◆ Trong điều kiện không có khu đất bằng phẳng, vườn rau gia đình có thể tạo theo ruộng bậc thang. Nơi nhiều nước trồng cây ưa ẩm, nơi ít nước trồng cây có khả năng chịu hạn.



- ◆ Vườn rau gia đình không nhất thiết phải là khu tập trung. Có thể tận dụng mặt ao làm giàn trồng cây leo (giàn mướp, bầu, bí, thiên lý...)
- ◆ Tận dụng hàng rào bảo vệ để trồng cây leo (mồng tơi, đậu đỗ...). Trồng một hàng rau ngót ngăn cách giữa nhà và ...



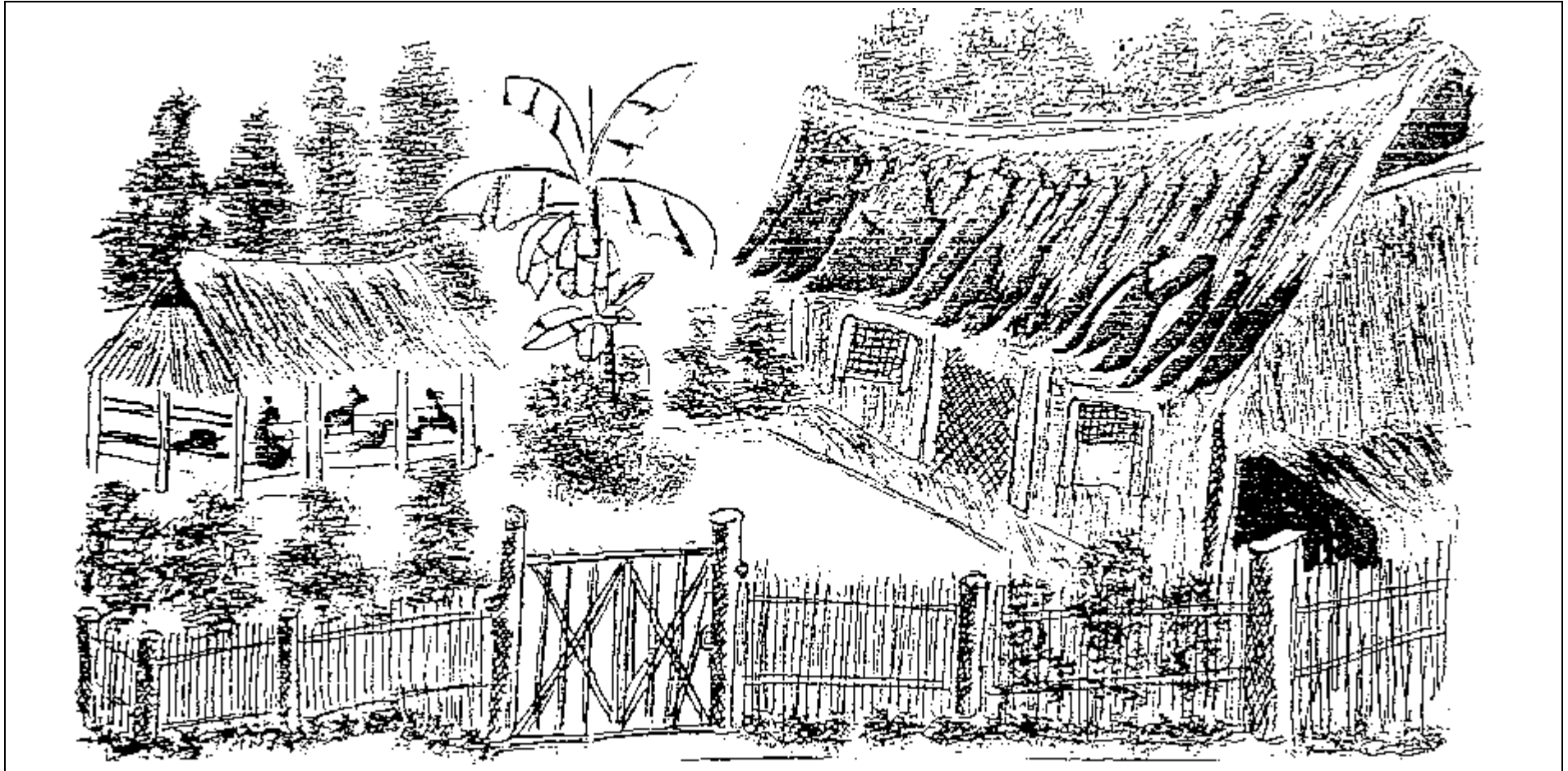
Trồng rau trong mương nước



Giàn cây trước cửa nhà

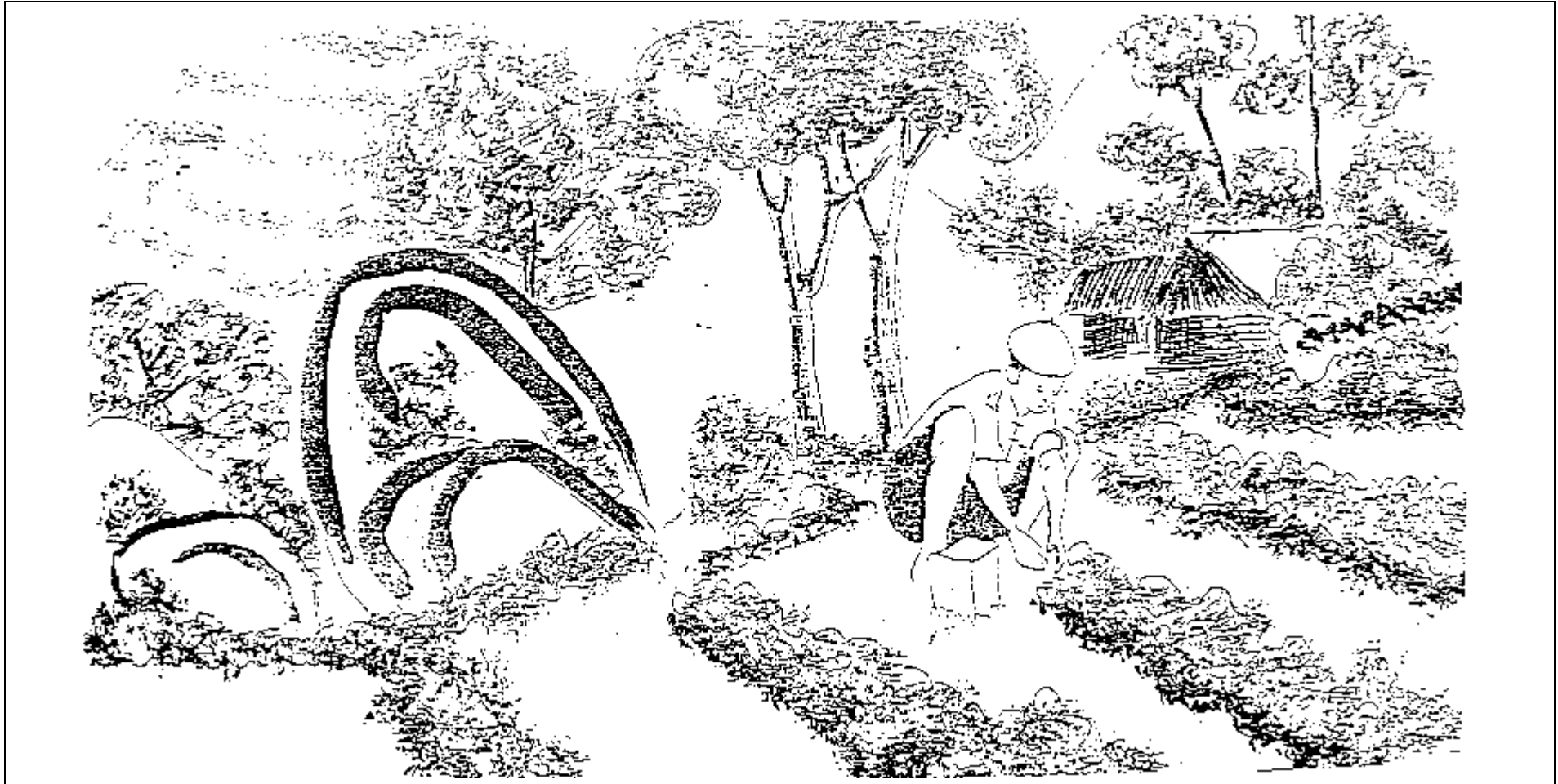
- ◆ Có thể trồng rau mương, rau cần trên các mương nước trong núi.
- ◆ Ở miền núi, do đất trồng trọt ít phải, biết tận dụng sân trước nhà, mái bếp... để trồng cây và làm giàn cho cây (su su, gấc...)

BẢO VỆ VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



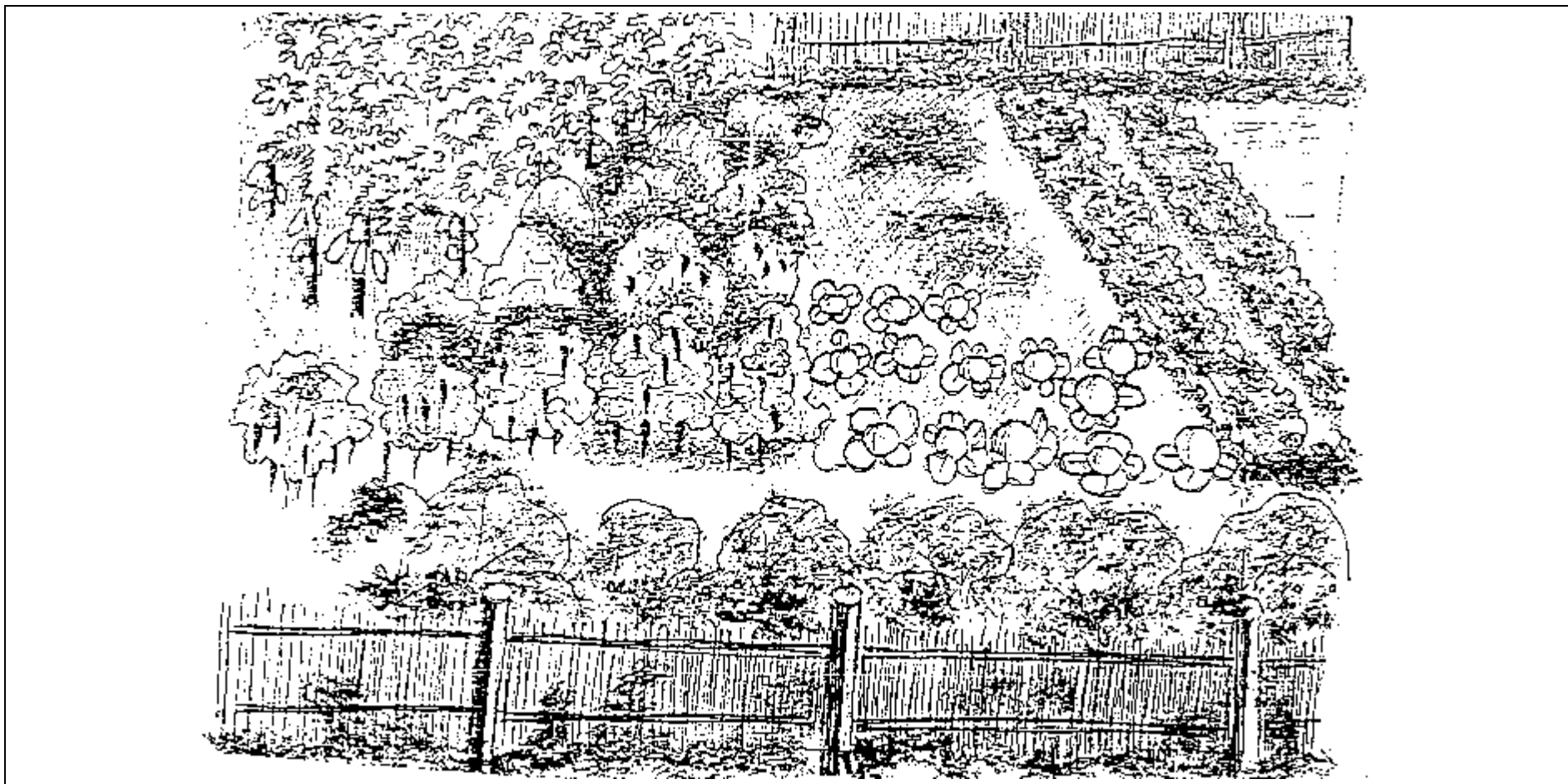
- ◆ Làm hàng rào bảo vệ cho vườn rau gia đình để tránh gia súc phá hoại.
- ◆ Chăn nuôi gia súc phải nhốt trong chuồng trại.

TRỒNG NHIỀU LỨA RAU

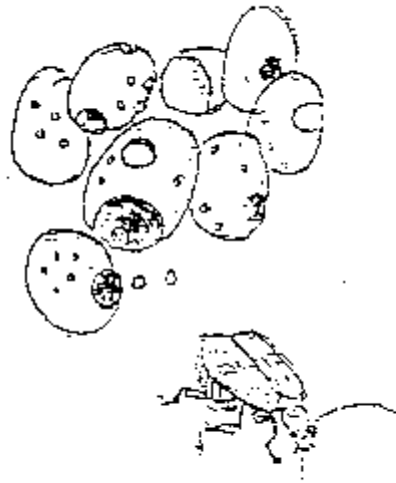


- ◆ Vườn rau gia đình phải đảm bảo cung cấp rau xanh cho gia đình đều, đủ ăn quanh năm. Do vậy vườn rau gia đình cần trồng nhiều lứa (lứa đang cho thu hoạch, lứa sắp thu, lứa mới trồng ...)

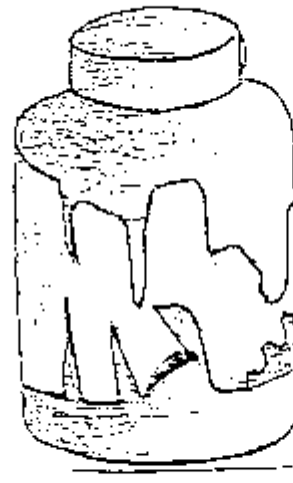
TRỒNG NHIỀU LOẠI RAU



- ◆ Trong vườn trồng nhiều loại rau: cây ưa sáng, cây ưa bóng, cây chịu hạn, cây chịu úng. Bên cạnh các loại rau nên trồng thêm các cây gia vị (húng, mùi tàu...).



Hạt sâu mọt

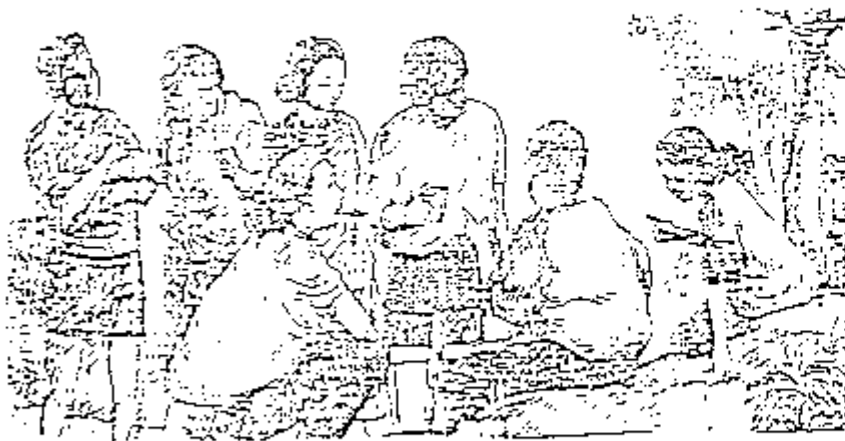


Hạt để quá lâu



Bỏ hạt lép lửng

- ◆ Không dùng hạt giống bị sâu mọt hay bảo quản quá lâu để gieo.
- ◆ Loại hạt lép lửng trước khi gieo bằng cách ngâm hạt vào nước, để một lúc cho hạt ngấm nước, gạn giữ lại hạt chìm để gieo. Trước khi gieo nên thử khả năng nảy mầm.

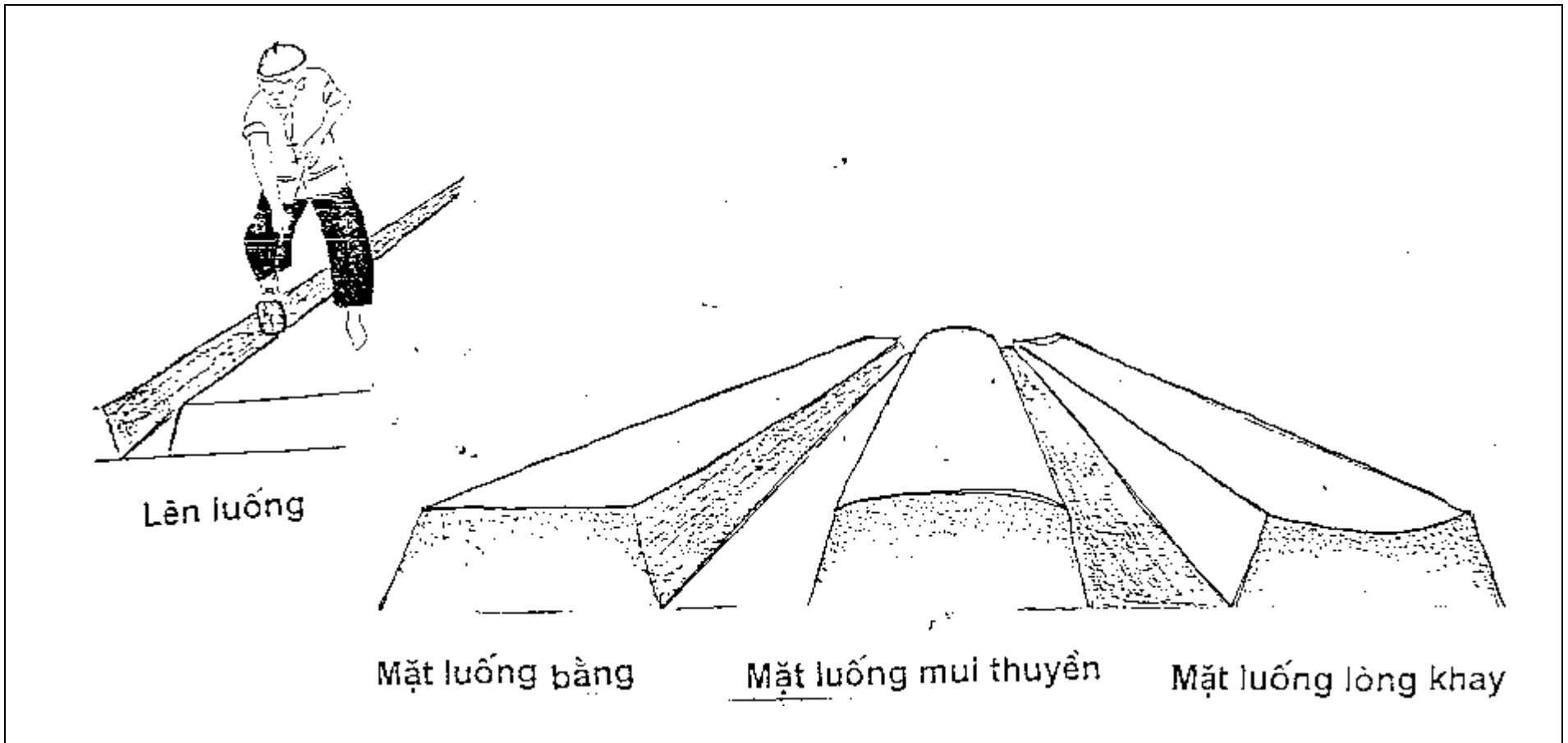


Lấy ý kiến của cán bộ kỹ thuật

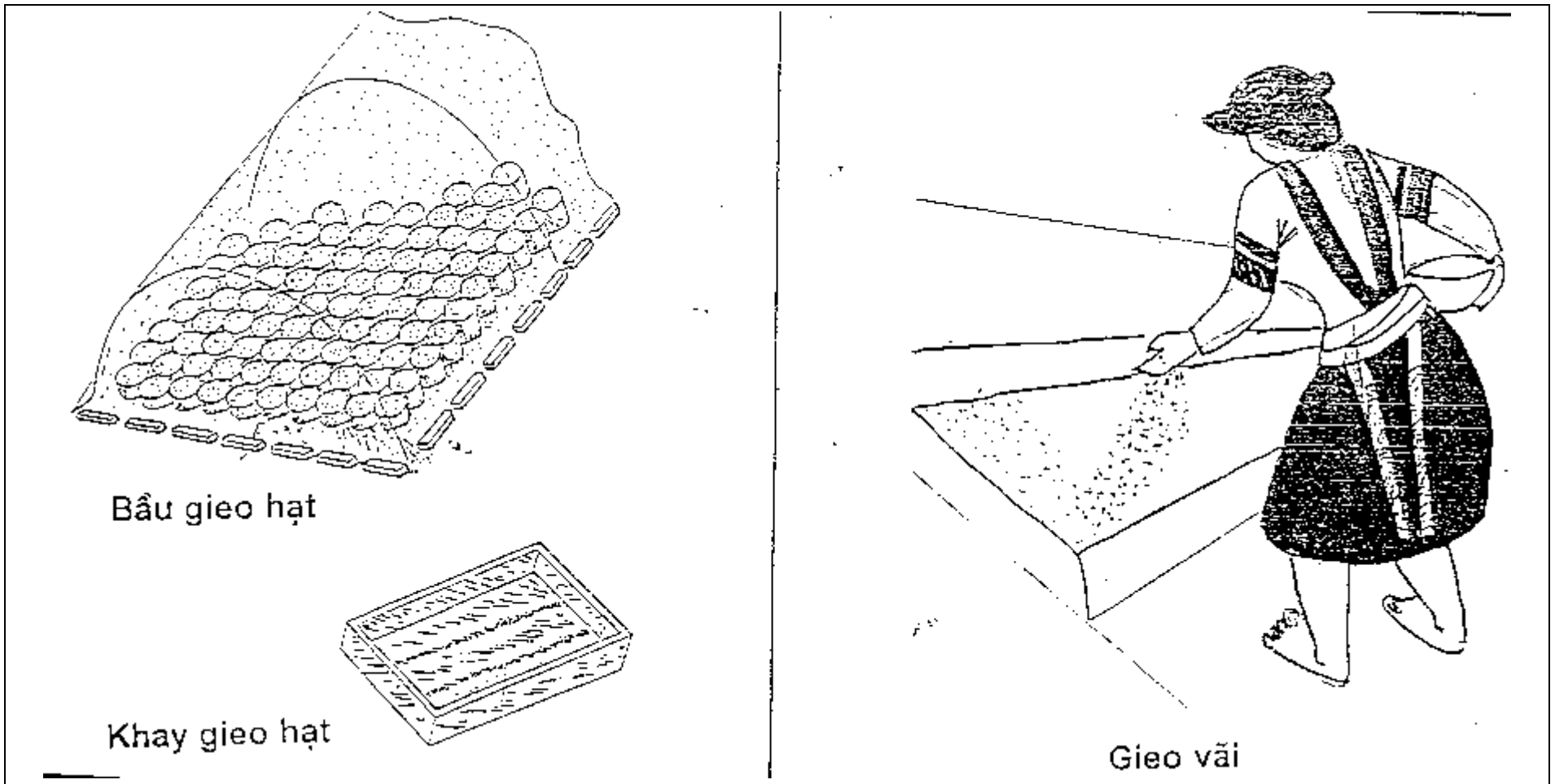


Lấy ý kiến của nông dân giỏi

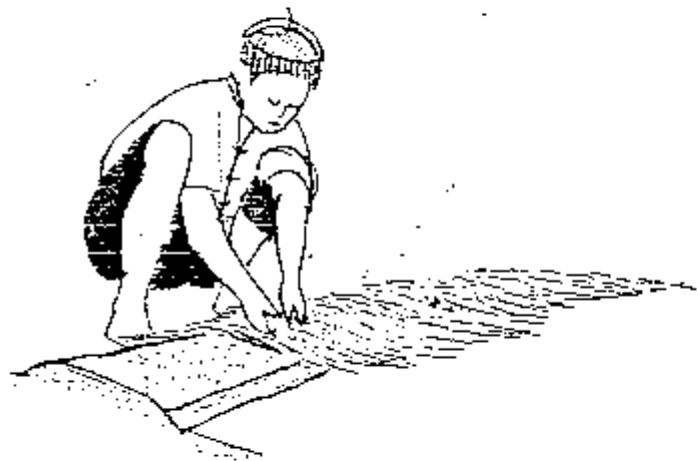
- ◆ Các thông tin về giống mới có thể tham khảo cán bộ khuyến nông, hội làm vườn, nông dân giỏi... không mua hạt giống hay cây giống không rõ nguồn gốc.



- ◆ Trước khi trồng cây hay gieo hạt, đất cần được lên luống để tiện đi lại chăm sóc và dễ thoát nước.
- ◆ Vào mùa mưa mặt luống có dạng mũi thuyền để dễ thoát nước. Mùa khô hạn mặt luống dạng lòng khay. Trong điều kiện thời tiết thuận lợi, lượng mưa điều hoà mặt luống được san phẳng.



- ◆ Tùy theo lượng hạt giống và thời tiết có thể áp dụng hình thức gieo cây giống khác nhau: gieo vãi, gieo trong khay, gieo trong bầu.
- ◆ Khay gieo hạt làm bằng gỗ hay nhựa. Bầu được làm bằng lá chuối, lá dừa, các vật liệu tận dụng khác. Chú ý phải làm lỗ thoát nước.



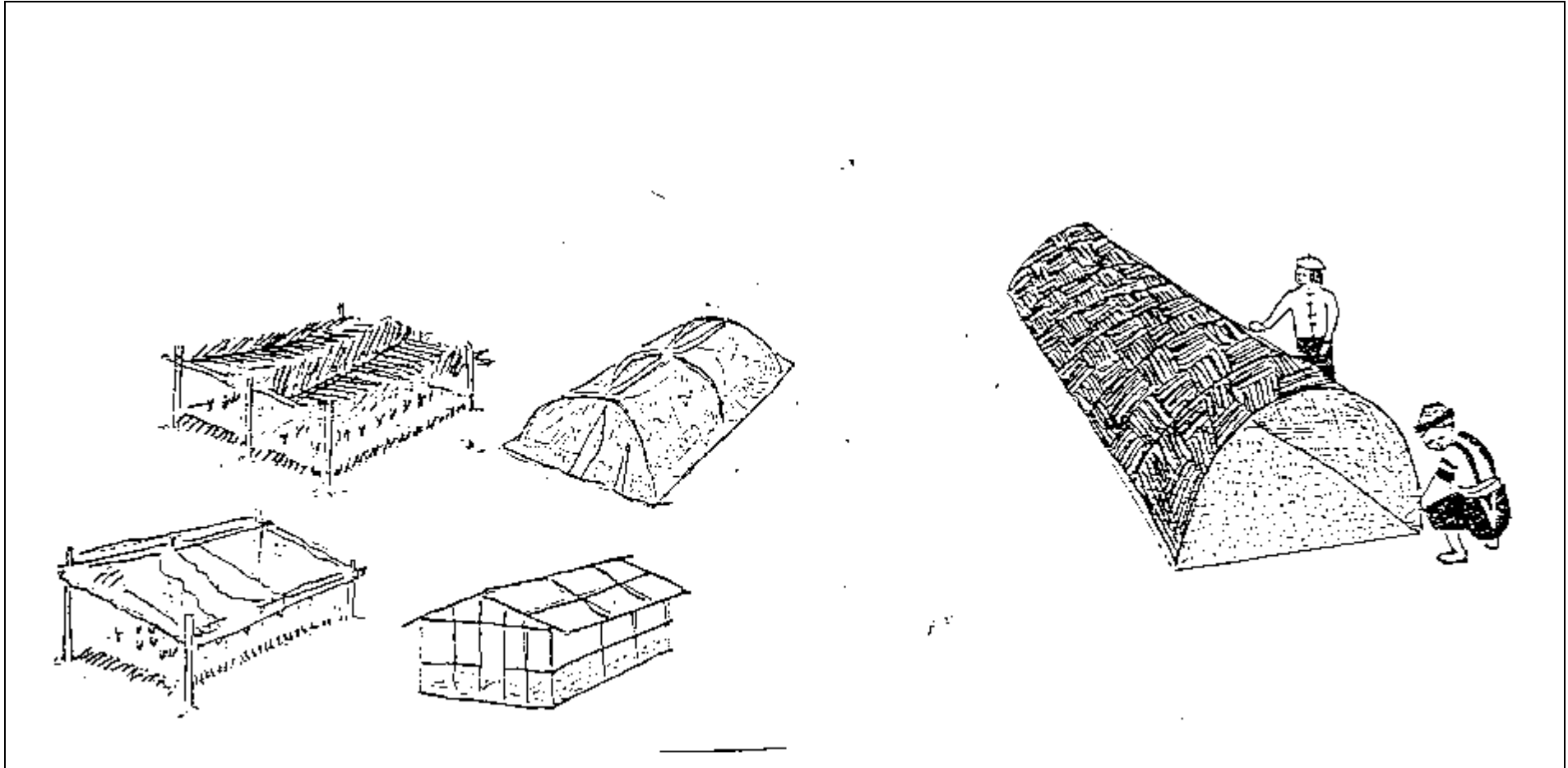
Phủ rơm trên mặt luống



Dỡ rơm khi hạt mọc

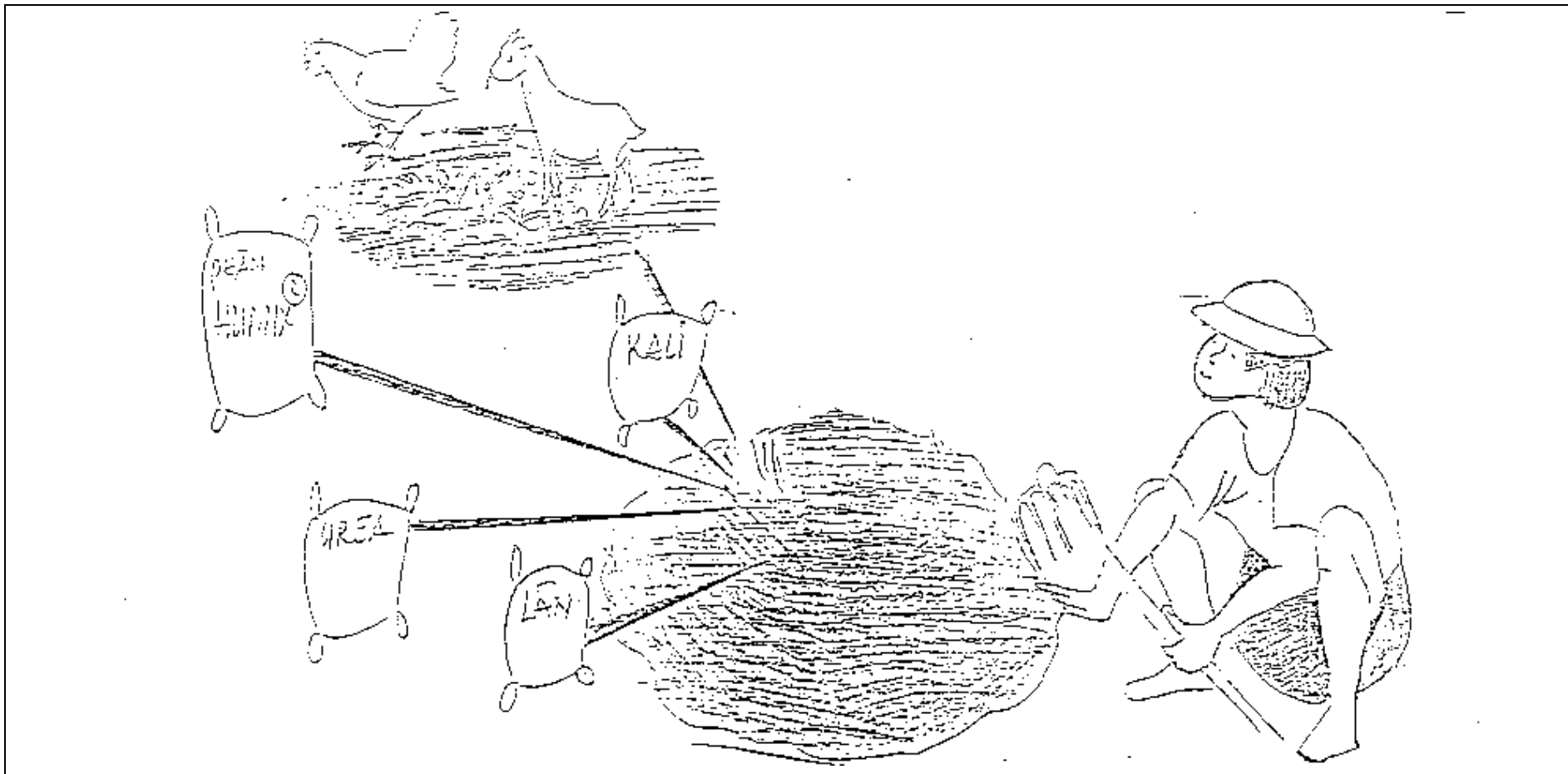
- ◆ Sau khi gieo hạt dùng rơm, rác mục phủ lên luống
- ◆ Thường xuyên tưới nước giữ ẩm.
- ◆ Khi hạt mọc, dỡ dần rơm tránh để cây yếu do thiếu ánh sáng

GIÀN CHE CÂY GIỐNG

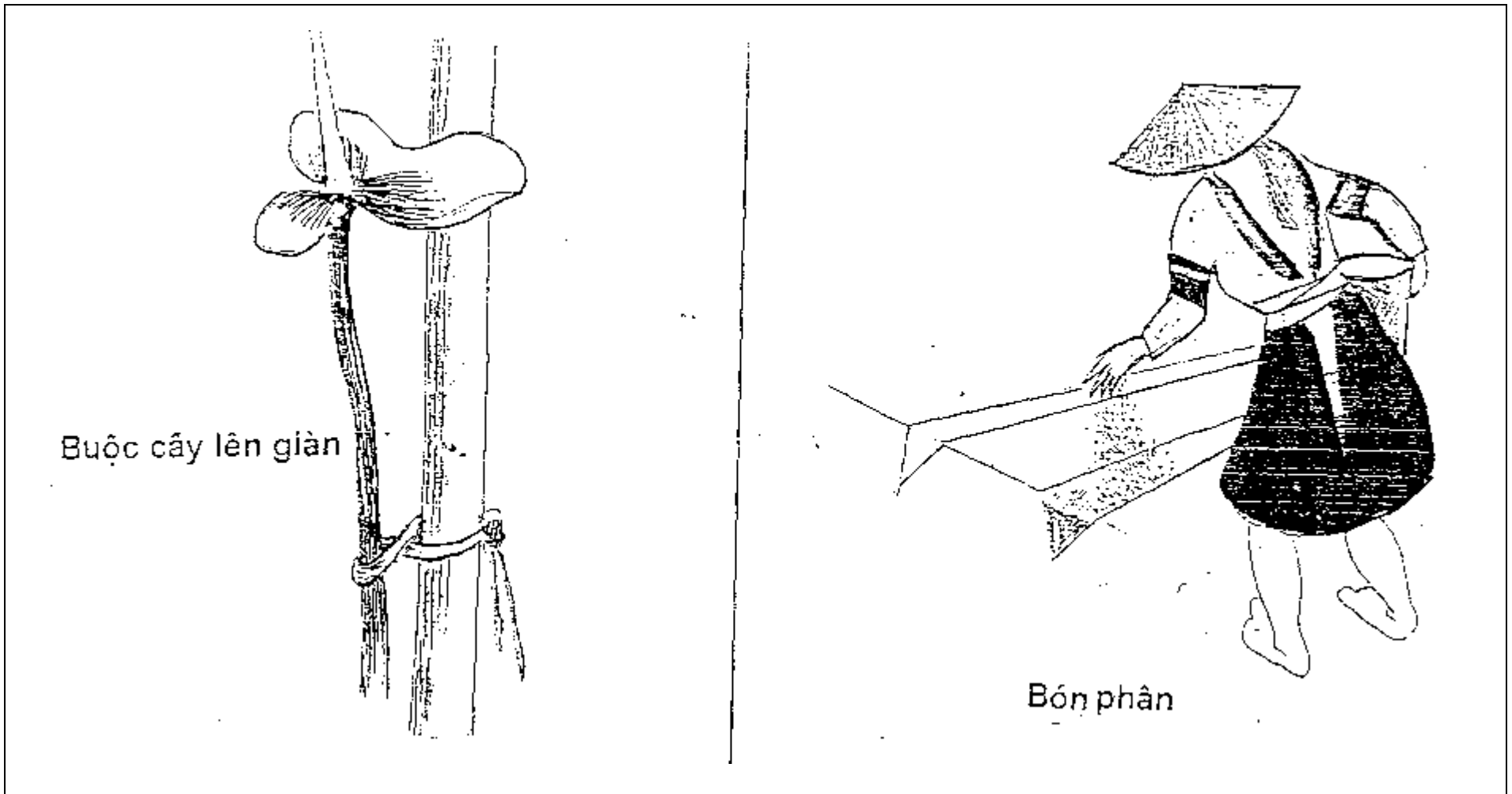


- ◆ Trong điều kiện thời tiết bất thuận (mưa to, nắng to, giá rét,...) nên làm giàn che cho cây giống.
- ◆ Vật liệu làm giàn che: phên nứa, cót, vải... Vào mùa lạnh có thể dùng nilon để làm giàn che.

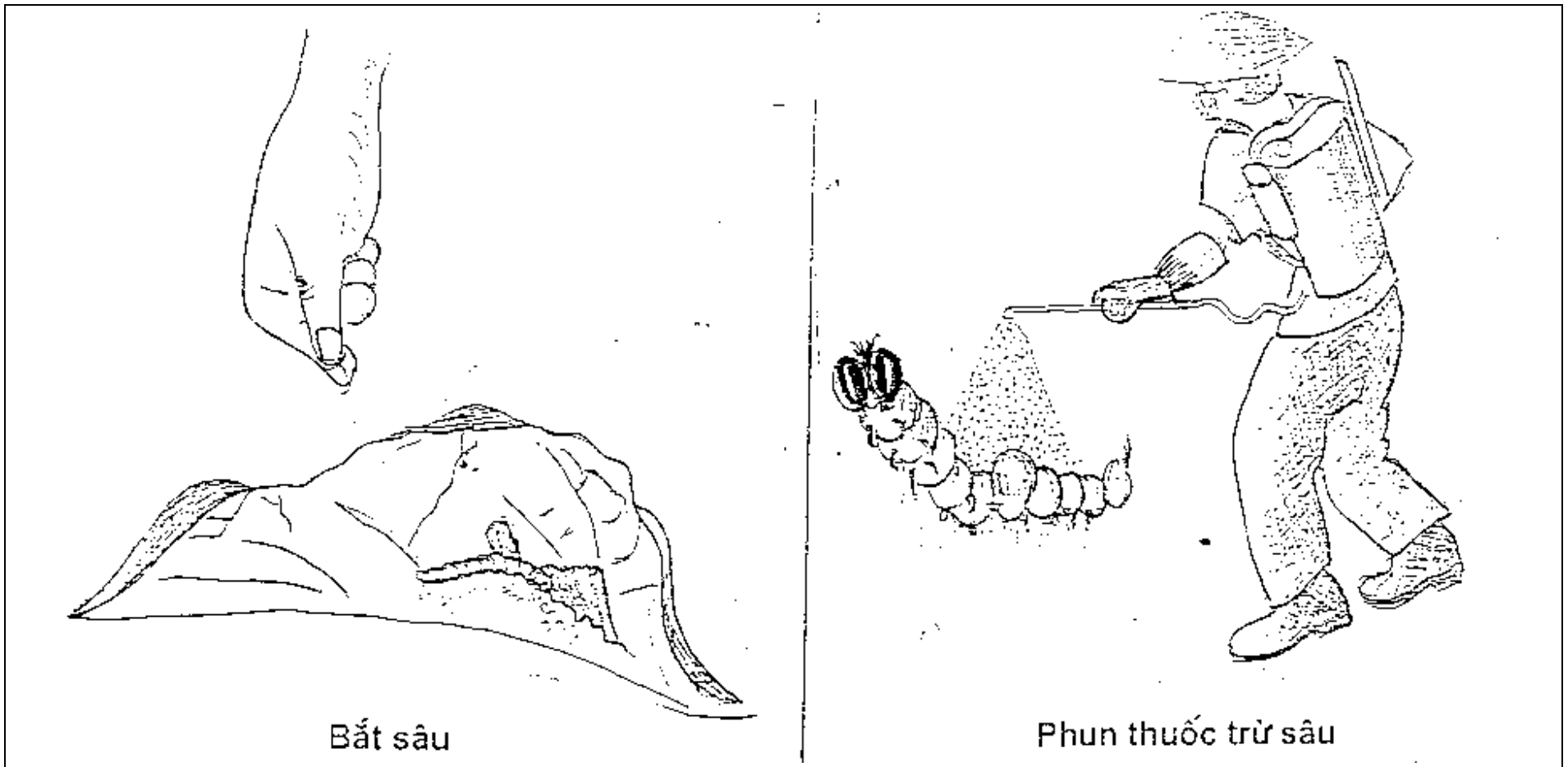
BÓN PHÂN CHO VƯỜN RAU GIA ĐÌNH



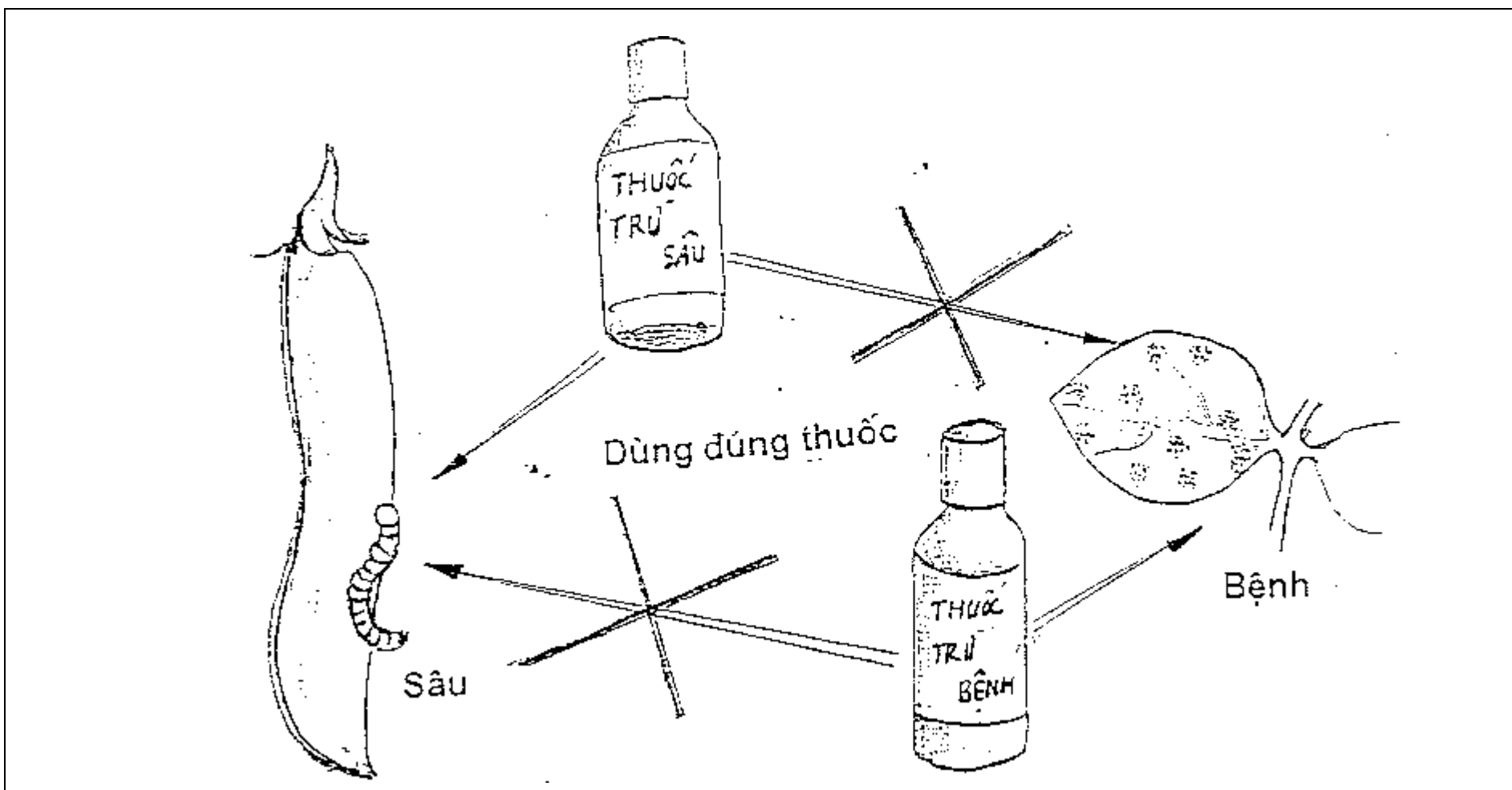
- ◆ Nhằm cung cấp đủ rau ăn quanh năm, vườn rau gia đình nhất thiết được bón phân cân đối (phân chuồng, đạm, lân, kali). Nếu chỉ bón phân đạm, không bón phân lân và kali cây dễ bị sâu bệnh, củ nhỏ, quả lép ... rau không ngon.



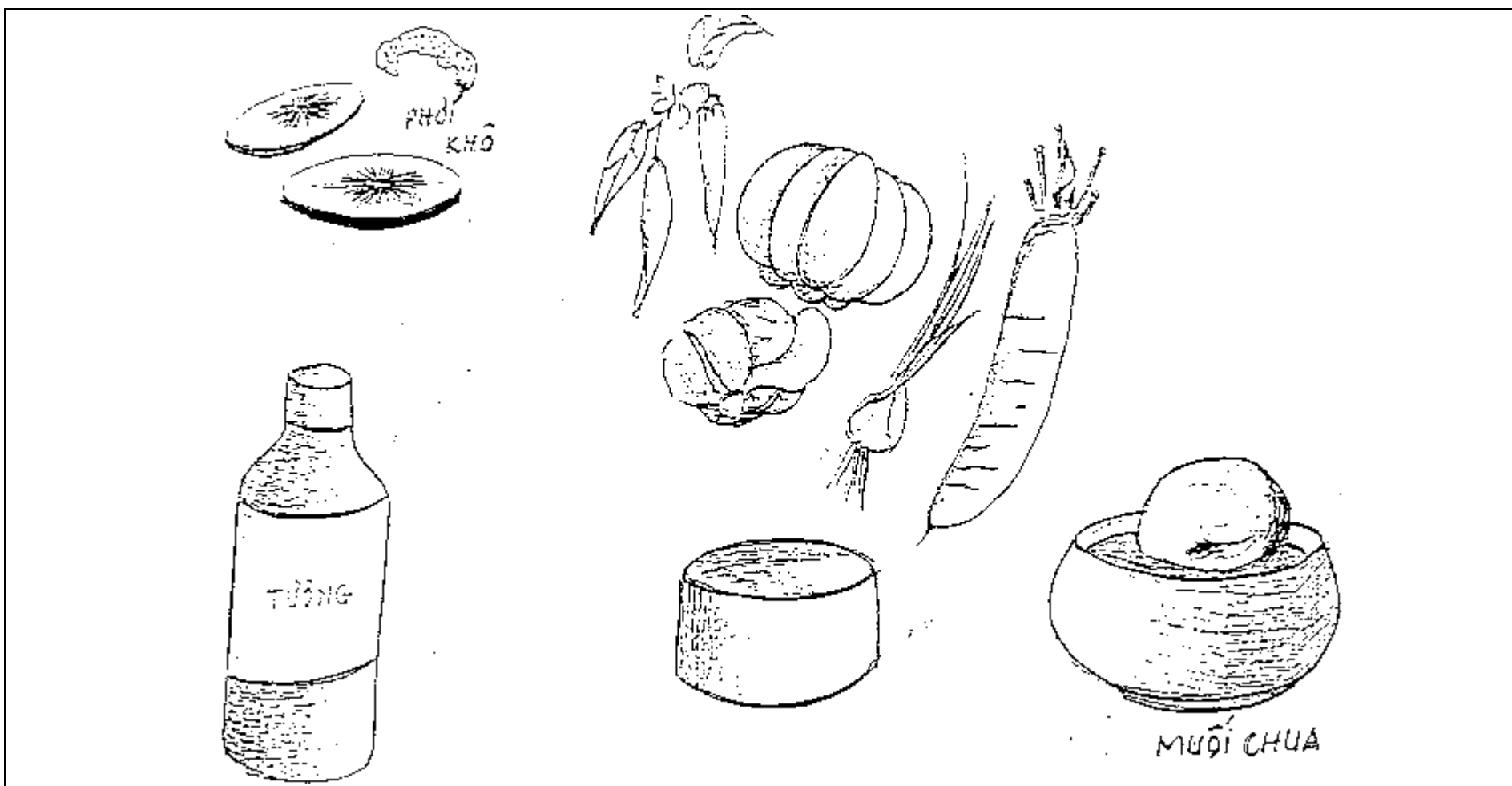
- ◆ Cùng với việc xới, xáo, làm cỏ, bón thúc, nhiều loại cây trồng cần kỹ thuật chăm sóc đặc biệt: làm giàn, tỉa nhánh bấm ngọn... phải được thực hiện đúng thời kỳ và đúng cách .



- ◆ Áp dụng kỹ thuật phòng trừ dịch hại tổng hợp để phòng ngừa và ngăn chặn sâu bệnh hại.
- ◆ Phun thuốc trừ sâu bệnh là giải pháp cuối cùng sau khi đã áp dụng hàng loạt các biện pháp khác.
- ◆ Điều tra sâu bệnh thường xuyên để phun thuốc kịp thời.



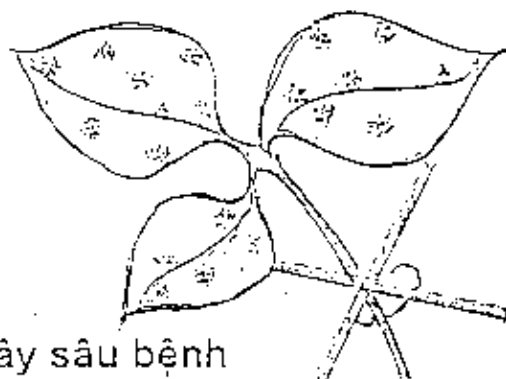
- ◆ Không dùng các loại thuốc đã cấm sử dụng hay thuốc mất nhãn.
- ◆ Phun đúng loại thuốc. Không dùng thuốc trừ sâu cho cây bị bệnh và ngược lại.
- ◆ Sau khi phun thuốc phải có thời gian cách li mới được thu hoạch (tùy loại thuốc).



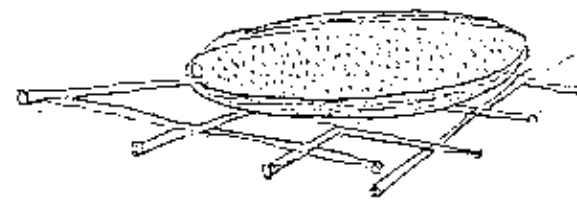
- ◆ Rau được thu hoạch đúng độ chín (dựa theo cách sử dụng) để ăn tươi, xào nấu, hay phơi khô, muối chua... phòng khi hiếm rau.



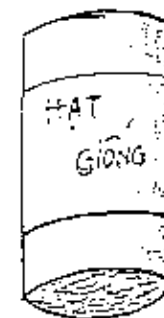
Chọn cây giống



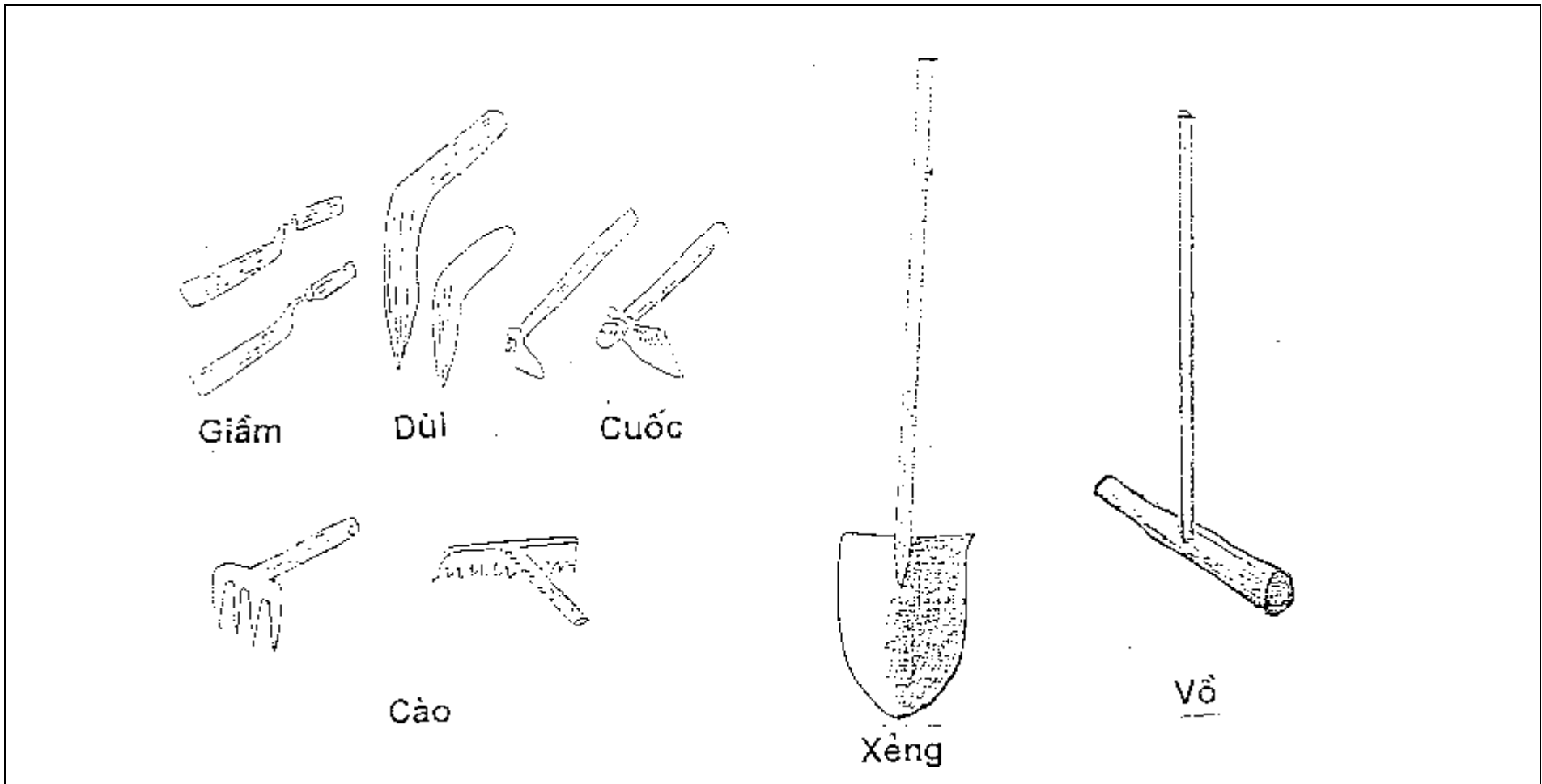
Loại bỏ cây sâu bệnh



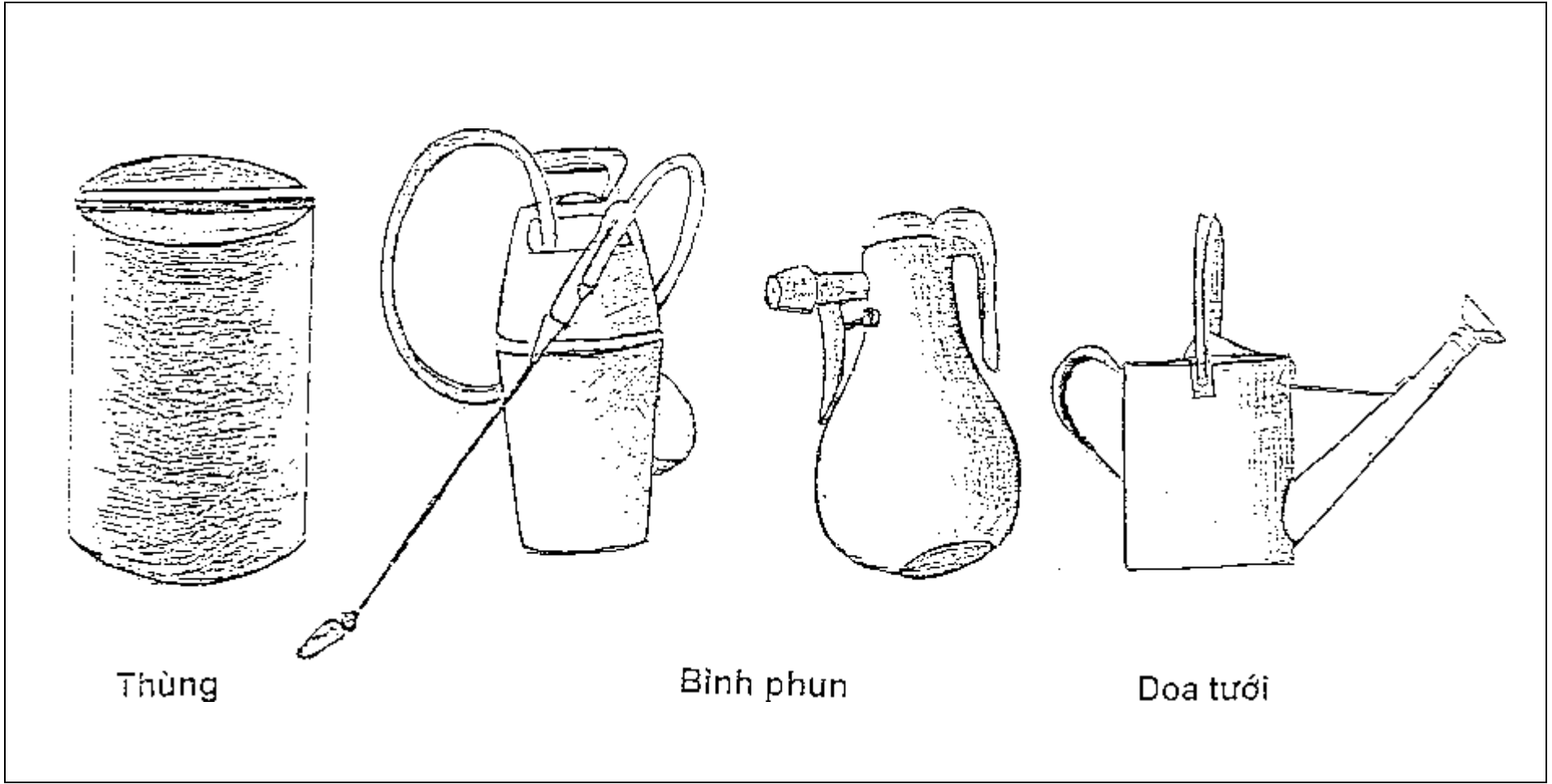
Phơi hạt giống



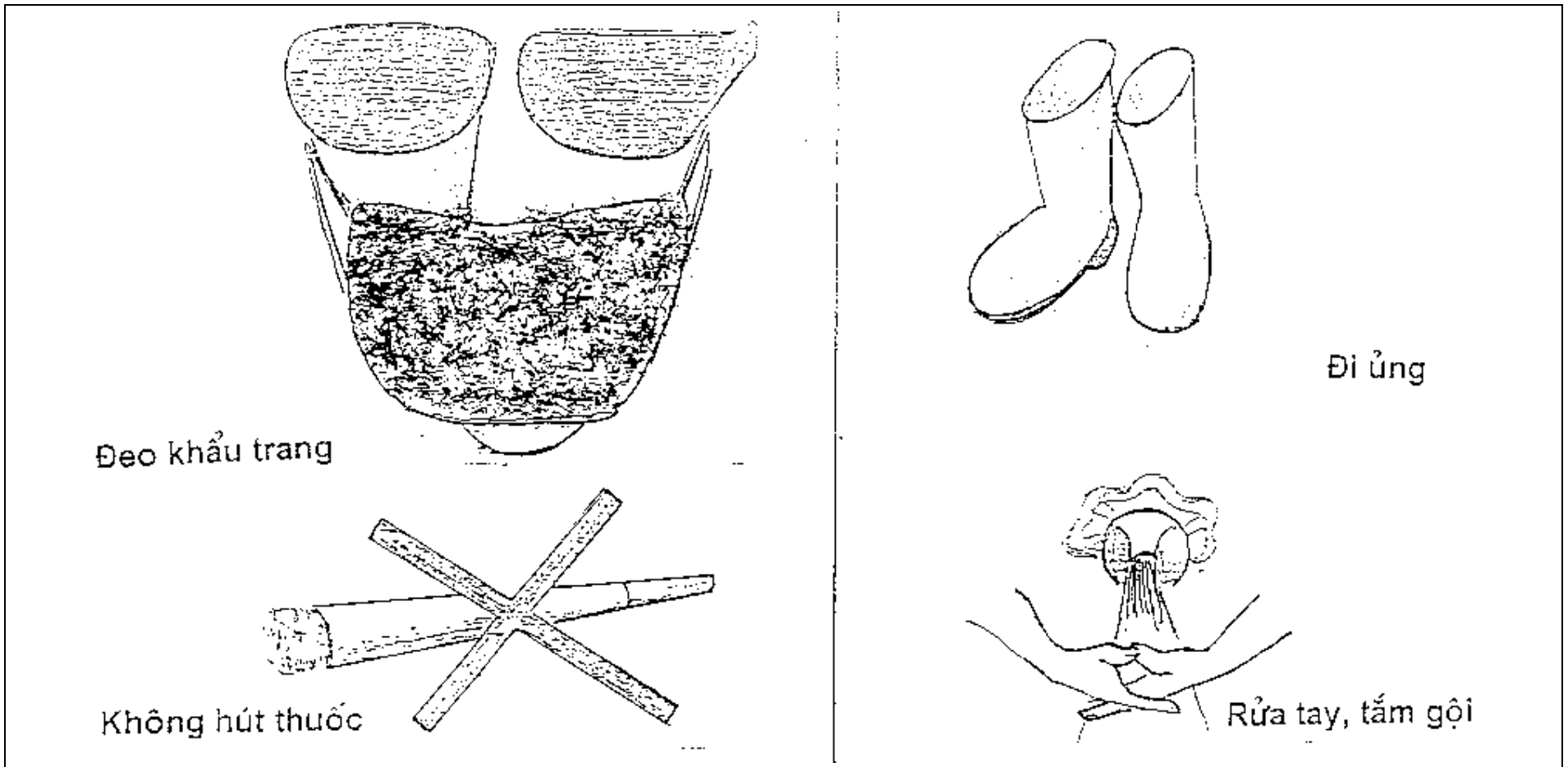
- ◆ Các nông hộ trên miền núi thường có tập quán tự để hạt giống.
- ◆ Khi để giống cho vụ sau cần chọn ngay trong vườn các cây khỏe, sạch bệnh, có các biểu hiện đúng giống gốc. Hạt giống rau phơi trên nia, mẹt trong nắng nhẹ, sau đó đóng chai lọ bảo quản nơi khô, ráo, mát.



- ◆ Công cụ làm đất: gồm có cuốc, cào 4-6 răng để cào đất, cào nhiều răng để san mặt luống, vô đập đất, xẻng.
- ◆ Công cụ trồng cây: giâm (hay còn gọi là xén trồng cây), cuốc trồng cây (hay còn gọi là cuốc con), dùi trồng cây.



◆ Công cụ chăm sóc: bình tưới nước ô doa, cuốc sừng dê, bình phun thuốc, ống đong, gáo múc nước.



Khi phun thuốc phải thực hiện nghiêm ngặt quy định bảo hộ:

- ◆ Đeo khẩu trang, đeo kính đi ủng, găng tay, mặc áo bảo hộ.
- ◆ Sau khi phun thuốc vỏ chai chôn vùi xa nơi nguồn nước, tắm gội sạch sẽ
- ◆ Không ăn uống hút thuốc khi đang phun thuốc.
- ◆ Khi bị trúng độc phải đưa đến cấp cứu tại cơ sở y tế gần nhất, cần mang theo vỏ.