

ΑΥΤΑΡΚΕΙΑ:

Ο ΛΑΧΑΝΟΚΗΠΟΣ ΤΟΥ ΣΠΙΤΙΟΥ

Πρακτικές οδηγίες για να εξασφαλίσετε

με την καλλιέργεια των λαχανικών

την τροφή των μελών της οικογένειας

Εισαγωγή

Αναβιώνουμε τη λαϊκή σοφία των μικρών κήπων που εξασφάλιζε τροφή σε οικογένειες και γειτονιές και απέκρουε την επέκταση στο φάσμα της πείνας με την διαδοχή καλλιέργειας των φυτών στο ίδιο μέρος σε περίοδο ενός έτους. Εμπνευσμένο από το βιβλίο "Ο Λαχανόκηπος του Σπιτιού», Αθήνα 1941, του γεωπόνου Νικολάου Βοσυνιώτη.

Το ζήτημα της διατροφής

- Αυτοί που διαθέτουν έκταση γης γύρω από το σπίτι τους να καλλιεργήσουν λαχανικά.
- Να διευκολύνουν τους μη διαθέτοντες γη...
- Οι καλλωπιστικοί κήποι να μεταβληθούν σε λαχανόκηπους.
- Ανάμεσα στα δέντρα του οπωρώνα να δημιουργηθούν νησίδες λαχανόκηπων και αρωματικών φυτών.

Τι είναι ο λαχανόκηπος του σπιτιού;

- Λαχανόκηπος του σπιτιού είναι ένα κομμάτι γης όπου γίνεται η καλλιέργεια λαχανικών για τις ανάγκες μιας οικογενείας.

- Υπολογίζεται ότι σε έκταση γης μικρότερη του στρέμματος μπορεί κανείς να καλλιεργήσει τα περισσότερα λαχανικά φρούτα και σιτηρά που θα έχει ανάγκη οικογένεια 6 μελών.

Ποιο είναι το καλλίτερο χώμα για τον λαχανόκηπο;

- Τα καλλίτερα εδάφη είναι τα αργιλοαμμώδη που περιέχουν και ανάλογο ασβέστη. Καλοδουλεμένο χώμα για να αερίζεται και η υγρασία να εισχωρεί και να μην παραμένει επιφανειακά και έτσι δεν βλάπτει τα φυτά.
- Δεν είναι κατάλληλα για λαχανικά τα αργιλώδη και τα πολύ αμμώδη.

Πώς διορθώνουμε τα σφικτά αργιλώδη εδάφη

- Προσθέτουμε άμμο ποταμίσια.
- Σκορπίζουμε ασβέστη νωπό ή σκόνη τον Σεπτέμβρη ή τον Οκτώβρη και τον παραχώνουμε κάθε 5 – 7 χρόνια. Περίπου 15 – 19 κιλά το στρέμμα.
- Προσθέτουμε κοπριά μισοχωνεμένη και καλύπτουμε με άχυρα. Περίπου 3800 – 5000 κιλά το στρέμμα.

Πώς διορθώνουμε τα αμμώδη εδάφη

- Προσθέτουμε κοπριά χωνεμένη κατά προτίμηση αγελάδας ή αλόγου και καλύπτουμε με άχυρα. Περίπου 3800 – 5000 κιλά το στρέμμα.

Πότισμα του λαχανόκηπου

- Τα λαχανικά του καλοκαιριού απαραίτητως έχουν ανάγκη ποτίσματος ενώ τα λαχανικά του φθινόπωρου και του χειμώνα μπορούν να αναπτυχθούν χωρίς ποτίσματα.
- Το νερό της ύδρευσης είναι πολύ καλό γιατί δεν περιέχει άλατα. Το νερό των πηγαδιών είναι παγωμένο και κακώς αερισμένο. Πρέπει να αποθηκεύεται σε στέρνες να αερίζεται καλά και να

αποκτά την θερμοκρασία της ατμόσφαιρας για να μην επιβραδύνεται η ανάπτυξη των φυτών.

Τρόποι ποτίσματος

- Με ποτιστήρια από ρίζα σε ρίζα χωρίς να βρέχουμε τα φυτά.
- Με κατάκλιση(πλημμύρισμα). Χωρίζουμε τον λαχανόκηπο σε βραγιές πλάτους 80 – 140 πόντων και μήκος ανάλογα με την κλήση του εδάφους. Σχηματίζεται κρούστα (πέτσα) που την καταστρέφουμε με το σκάλισμα.
- Με αυλάκια. Οι βραγιές γίνονται στενές και ψηλές. Βλέπουμε στο λαχανόκηπο σαμάρια και φυτεύουμε στα πλάγια των τοιχωμάτων ή πάνω σε αυτά. Με το πότισμα γεμίζει το αυλάκι και τα φυτά απορροφούν το νερό δια του εμποτισμού χωρίς να δημιουργείται κρούστα.

Ποια ποσότητα νερού απαιτείται για κάθε πότισμα

- Η ποσότητα του νερού εξαρτάται από τον τρόπο ποτίσματος, από τη σύσταση του εδάφους και την εποχή που γίνεται το πότισμα.

Συγκαλλιέργεια & διαδοχή καλλιεργειών στο ίδιο μέρος.

1^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Φασόλια

Συγκαλλιέργεια με λαχανικά: Με αραποσίτι – αγγούρι – ραπανάκι –
καρότα –φράουλα –μελιτζάνα – μπιζέλι – πατάτες.

Συγκαλλιέργεια με αρωματικά: Με κατιφέ – θρούμπι- σέλινο.

Δεν καλλιεργείται! Με μάραθο – κρεμμύδι – σκόρδο - σχοινόπρασο

Τα φασόλια εμπλουτίζουν το έδαφος με άζωτο από τον αέρα.

Εποχή :

Μάρτιος – Απρίλιος – Ιούνιος – Ιούλιος: κολοκυθάκι & αραποσίτι

Ιούλιος – Σεπτέμβριος: φασόλια καθιστά

Οκτώβριος – Φεβρουάριος: μαρούλια, κρεμμυδάκια, σπανάκι & άνηθος, αντίδι & σέσκουλο

2^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Μελιτζάνα

Συγκαλλιέργεια με λαχανικά: Με φασόλια.

Συγκαλλιέργεια με αρωματικά: Με βασιλικό - αμάραντο – κατιφέ

Τα φασόλια τις προστατεύουν από το σκαθάρι της πατάτας και ο αμάραντος από τα επιβλαβή έντομα.

Εποχή : Απρίλιος – Οκτώβριος: Ραδίκι ήμερο ή Ραδίκι Ιταλικό

Αύγουστος – Σεπτέμβριος – Οκτώβριος: Σαλάτες παντζάρια & ραπανάκια.

Νοέμβριος – Δεκέμβριος – Μάρτιος: Μαρούλια, κρεμμυδάκια ή σκόρδα, σπανάκι & άνηθο.

3^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Ντομάτα

Συγκαλλιέργεια με λαχανικά: Με σκόρδο, κρεμμύδι, μαϊντανό, καπουτσίνο, σχοινόπρασο, καρότο.

Συγκαλλιέργεια με αρωματικά: Με βασιλικό - αμάραντο – κατιφέ – τσουκνίδα – μέντα – μελλισόχορτο.

Η καλλιέργεια σκόρδου ανάμεσα στις ντομάτες τις προστατεύει από τον τετράνυχο και ο κατιφές από τα έντομα ενώ η τσουκνίδα, η μέντα και το μελλισόχορτο, καλυτερεύει την ποιότητά της. Ο βασιλικός απωθεί τις μύγες, τα κουνούπια και τα σκουλήκια των καρπών, τις βοηθάει στις ασθένειες και συμβάλει στην ανάπτυξή τους.

Οι ντομάτες δεν έχουν πρόβλημα να καλλιεργούνται στο ίδιο μέρος κάθε χρόνο. Πλην όμως το μέρος συγκεντρώνει πιο πολλά έντομα με την συχνότητα των επαναλήψεων και όσον αφορά τις ποικιλίες ελεύθερης ανοικτής επικονίασης στο ίδιο μέρος αδυνατίζει ο σπόρος.

Δεν καλλιεργείται με πατάτες – μάραθο – καλαμπόκι – αγγούρι - λάχανο – μπρόκολο – κουνουπίδι – γογγύλι - άνηθο.

Μην τις φυτεύεται κάτω από καρυδιές. Να προσθέσω όχι κάτω από μουριές γιατί κάνουν σουλάτσο οι βρωμούσες. Ποτέ να μην είναι κοντά η ντομάτα σε πευκάκια γιατί παθαίνουν ίωση που μπορεί να καλυτερεύσει η κατάσταση με αμινοξέα, ριζοπότισμα και ράντισμα με ληγμένα γάλατα ή σκόνη γάλα.

Εποχή : Απρίλιος – Ιούνιος – Οκτώβριος: Ντομάτα & λάχανο ή κουνουπίδι

Οκτώβριος – Φεβρουάριος: Μαρούλια & άνηθο, κουκιά & σπανάκι

Φεβρουάριος – Απρίλιος: Μαρούλια, κρεμμυδάκια, ραπανάκια, σπανάκι καλοκαιρινό (Νέας Ζηλανδίας)

4^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Πατάτα

Συγκαλλιέργεια με λαχανικά: Με νάνα φασόλια – καρότο – σέλινο – μπιζέλι –καλαμπόκι – κρεμμύδι – λινάρι

Συγκαλλιέργεια με αρωματικά: Με κατιφέ.

Η συγκαλλιέργεια της πατάτας με τον τάτουλα ελέγχει σε ποσοστό 81% τις προσβολές των κονδύλων της από τη σπογκοσπορίωση

Εποχή : Ιούλιος – Δεκέμβριος: Πατάτα (2^η εσοδεία)

Οκτώβριος – Ιανουάριος: Μαρούλια & άνηθο, κουκιά & σπανάκι

Ιανουάριος – Ιούλιος: Πατάτα (1^η εσοδεία)

5^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Κολοκυθάκια

Εποχή : Απρίλιος – Ιούνιος: Κολοκυθάκια

Ιούνιος – Οκτώβριος: Αγγούρι, λάχανο

Οκτώβριος – Απρίλιος: Μαϊντανός ή σέλινο, καρότα & ραπανάκια

6^η περίπτωση (Στο ίδιο μέρος):

Πιπεριά ή Μπάμια

Δεν καλλιεργείται με μάραθο – γογγύλια

Οι καυτερές πιπεριές έχουν τα εκκρίματα ρίζας που αποτρέπουν την αποσύνθεση ρίζας και άλλες fusarium ασθένειες

Εποχή : Απρίλιος – Οκτώβριος: πιπεριά ή μπάμια , καρότα, κρεμμύδια, αρωματικά(μαϊντανός, βασιλικός).

Ιούνιος – Οκτώβριος: Αγγούρι, λάχανο

Οκτώβριος – Φεβρουάριος: Ρόκα, σπανάκι & παντζάρι & κάρδαμο & σινάπι & άνηθο