ශ්‍රේණිය :- **10** පැවරුම - 05

විෂය :- ගෘහ ආර්ථික විද්‍යාව

ගුරු භවතා :- රෝෂිණී කුමාරි

<u>අලංකාර ගෙවත්තක් සකසමු.</u>

ගෘහ ආර්ථික විද්‍යා විෂය හදාරන ශිෂ්‍යාවන් ලෙස ඔබේ නිවසේ අලංකාර ගෙවත්තක් පවත්වාගෙන යාම වැදගත්ය. ඔබගේ නිවසේ දෛනික ආහාර බෝග අවශ්‍යතාව ඔබ විසින්ම සකසා ගත හැකිනම් එය ඔබට හා ඔබේ පවුලට වාසි රැසක් අත්පත් කර දෙනු ඇත. එම කරුණු සැලකිල්ලට ගනිමින් පහත් ක්‍රියාකාරකමෙහි නිරත වන්න.

- ඔබේ ගෙවත්තේ ඉඩකඩ තිබේ නම් කොම්පෝස්ට් කොටුවක් සකස් කර ගන්න.(ඔබ 6,7,8,9 ශ්‍රේණි වලදී ප්‍රා. තා.කු විෂය යටතේ මේ පිළිබද ඉගෙන ගෙන ඇත)

කොම්පෝස්ට් කොටුවේ රාමුව

- ඔබ මෙතෙක් සිටුවා ඇති බෝග වලට අමතරව හැකි තරම් ආහාර බෝග ඔබේ ගෙවත්තේ වගා කරන්න උත්සාහ ගන්න.
- ඔබේ ගෙවත්තේ ඉඩකඩ සීමිත නම් ඒ සඳහා පහත දැක්වෙන වගා ක්‍රම අතුරින් සුදුසු වගා ක්‍රම තෝරා ගන්න.
- රටේ පවතින ආපදා තත්වයත් සමඟ ඉදිරියේදී ඇතිවිය හැකි ආහාර හිඟය මඟහරවා ගැනීමට හැකි පරිදි ඔබත් දායක වන්න.