»Okukola nakavundira (luganda)«

Nakavundira n‘ebigimusa by‘obutonde bisobola okuba eby‘omugaso eri ettaka n‘ebirime. Waliwo engeri bbiri eziyitibwamu okukola nakavundira ono omuli; okutuuma n‘okusima ekinya.

Nakavundira ayongera ebiriisa mu ttaka, obuzimbe bw‘ettaka era nakola nga engeri endala etali ya bbeeyi bwogeregeranya n‘ebigimusa ebikolerere ebikola kye kimu eky‘okwongera ekiriisa mu ttaka.

Okukolamu nakavundira.

Okukola nakavundira sooka osime ekinya mu kifo ekirimu ekisikirize ku nsaloosalo y‘ennimiro gy‘oteekateeka okusa ekigimusa. Ekinya kirina okubeera n‘obugazi bwa fuuti 4, obuwanvu bwa fuuti 2 n‘obuwanvu bwonna okusinzira ku bikozesebwa by‘olina.

Jjuza ekifo n‘ebintu ebiggumu nga ebisoolisooli era ozzeeko omutendera omulala gwa 15cm naye nga mulimu ebimera ebikalu nga omuddo omukalu n‘ebikoola. Yiwako amazzi ku ntuumo okusobola okugonza ebintu ebyo n‘okwanguya enkola y‘okuvunza oluvanyuma gattako omutendera ogusembayo ogwa ebiggimusa ebiva mu nsolo.

Oluvanyuma lw‘okugattako omutendera ogwokusatu mansako amazzi ogatteko evvu eryongera ebirungo ebya potassium,phosphorous,ne calcuim ekikakkanya eminyo mu kiseera ky‘okuvunda kw‘ebintu.

Oluvanyuma lwokugatibwako kw‘evvu gattako ebintu byonna ebya kiragala byosanga kubuwanvu bwa 15cm awo n‘omansira ettaka ly‘okungulu eggimu oba nakavundira omukadde.Wano osobola okuddamu emitendera gyonna egigobererwa bwoba okyalina ebikozesebwa ebimala oluvanyuma obikke n‘ebimera ebikalu.

Yisa akati akawanvu nga kasongovu bulungi mu ntuumo nga oliko walako oluvanyuma kalekemu kakozesebwe mu kupima ebbugumu.Ggamu akati buli kadde okusobola okumanya wa w‘ebituuse kyusa entuumo buli luvanyuma lwa wiiki bbiri oba ssatu bwomalimiriza era oddemu nga wayiseewo wiiki ssatu okuva ku lukyusa olwasooka.

Oluvanyuma lwa wiiki mukaaga, nakavundira alina okuba nga atuuse okukozesebwa naye bwaba akyali omuddo ogwa kiragala oba ebikoola abatanaba kutuuka kozesebwa era alina okuweebwa obudde ayongere okuvunda.