»Okutekateka enimiro mu nima ey‘ekintabuli«

Enima ey‘ekinatbuli eberaamu okusiimab emiti wamu nebirime ebirala nga biteera kuba nag bikula mangu. Emiti giwa ebimera obukuumi okuva eri embuyaga, omusana pereketya wamu nokwongeza ku makungula agava mu kitundu ky‘enimiro.

Ebyetagiisa okulamba enimiro nga tonagitandika mulimu enkondo n‘emiguwa. Kyamugaso nnyo okulonda ensigo erina embeera ezagalibwa okugeza okugumira enkyukakyuka mu mbeera y‘obudde. Okweyongerayo, wegendereze obwangu kwebikulira, ekiak kyo‘omuti n‘ebirime, obwetaavu bw‘omusana, endya y‘ebirungo wamu n‘obugimu bw‘ettaka nga osimba okusobola okukola entekateka y‘okusimba emiti n‘ebirime.

Engeri ekoleka

Tandika nakusaawa nsiko era olekemu emiti egimu eminansi okukakasa nti okola enimiro ey‘ekintabuli enungi.

Nga omaze ebisubi ebisayidwa bikunganye nga tobyokya okusobola okuvunda byoka byongere okugimusa ettaka.

Okwongerako, kabala enimiro, tekamu ebigimusa ebyobutonde era obitabule mu ttaka okusobola okunyikira wansi mu ttaka.

. Nga omazze, lamba woyagala okuteeka emiti wamu n‘ebirime, londa era osimbe ensigo enungi nga erina obubonero obwagalibwa okukakasa nti amakungula agava mu buli kintu mu nimiro gali waggulu.

Nemukussembayo, endokwa zibikeko ebisubi ebikalu okuzikuuma okuva eri omusanawamu nokukuuma obunyogovu mu ttaka nokurigimusa.

anutrients.