

بإمكانك الحصول على كل المعلومات حول
نتائج القياس وأماكن القياس على الصفحة
الإلكترونية:

www.bottrop.de/pak-messungen

سنقدم لكم معلومات إضافية

عبر وسائل الإعلام
على موقع الشبكة العنكبوتية

مزيد من المعلومات / Daha fazla bilgi / Mehr Informationen

الأماكن مع
النصائح للإستهلاك/للأكل:



نصائح لزرع وتناول الفواكه
والخضروات من الزراعة
الذاتية/الشخصية.

مدينة بتروب
قسم البيئة والحدائق
www.bottrop.de



bottrop.

قياسات الكرب في المنطقة الجنوبية من بوتروب.

إستناداً لنتائج القياسات/الفحوصات الأولية في محيط منجم الفحم في بوتروب، تجدون أماكن فيما يلي التوصيات/النصائح المتعلقة بزراعة وتناول الفواكه والخضروات في حديقتكم.

بما أن المواد الملوثة/المضرة تنتقل عن طريق الهواء، فعليه تتجمع هذه المواد على أوراق النباتات.

الخضروات الورقية، ذات الأوراق المجعدة/الملتفة كما هو الحال في الكرب، تكون أكثر عرضة للتلوث ولا يجب تناولها أو من الممكن تناولها ولكن بشكل محدود.

ولكن بالمقابل، وبحسب المعلومات الحالية، فإن الخضروات الورقية وخضروات الملفوف، على سبيل المثال الخس والخضروات الجذرية وخضروات الدرنة والفاكهة أيضاً، تكون عادةً أقل تلوثاً فبالإمكان تناولها بشكل غير محدود.

وفي كل الأحوال يجب غسلها بشكل جيد قبل تناولها أو نقشيرها. وبما يتعلق بالسلمة والملفوف فمن الأفضل إزالة الأوراق الخارجية بشكل كامل. وفيما يتعلق بالثمار (الحاصلة عن نضوج الزهرة) فبالإمكان زرعها وتناولها.

أمثلة للخضروات والفواكه

خضروات وفواكه، التي يجب غسلها و/أو نقشيرها قبل تناولها:

- الخضروات الورقية
الملفوف، على سبيل المثال الملفوف الأبيض، الملفوف الأحمر،
القرنبيط، الخضروات الجذرية (البصل، الشمندر)

- الخضروات الدرنة كالفجل والكرب السلقي

- الخضروات الفاكهية، مثل الباذنجان، الخيار،
اليقطين، الفلفل، البندورة والكوسا

الفواكه، على سبيل المثال: التفاح، الكمثرى/
الإجاص، الكرز، الفراولة والتوت

أمثلة للخضروات الورقية

الخضروات الورقية، التي على سبيل المثال لا تزرع أو تزرع بقلّة والتي من الممكن تناولها:

الكرب

السلق

السبانخ

السلمة المزروعة

سلمة الحقل

الجرجير

اللفت

الكرفس

الأعشاب

(مثل البقدونس والريحان)

الهندباء

