

## Λαχανικά

### Ντομάτα (*Solanum lycopersicum*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά ή σπόρους απευθείας στο έδαφος ή σε δίσκους σποράς.
- Φροντίδα: Φυτέψτε σε ηλιόλουστες θέσεις με καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος. Ποτίστε τακτικά και προσθέστε λίπασμα για καλή ανάπτυξη.

### Πιπεριές (*Capsicum spp.*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά ή σπόρους σε δίσκους σποράς.
- Φροντίδα: Απαιτούν ηλιόλουστες θέσεις και τακτικό πότισμα. Προτιμούν καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος.

### Μελιτζάνα (*Solanum melongena*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά ή σπόρους σε δίσκους σποράς.
- Φροντίδα: Προτιμούν πλήρη ήλιο και πλούσιο, καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος. Ποτίστε τακτικά.

### Κολοκυθάκια (*Cucurbita pepo*)

- Φύτευση: Σπόρους απευθείας στο έδαφος ή έτοιμα φυτά.
- Φροντίδα: Χρειάζονται ηλιόλουστες θέσεις και τακτικό πότισμα. Φυτέψτε σε πλούσιο, καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος.

### Καρότο (*Daucus carota*)

- Φύτευση: Σπείρετε σπόρους απευθείας στο έδαφος.
- Φροντίδα: Σπείρετε σε ηλιόλουστα μέρη με ελαφρύ, αμμώδες έδαφος. Ποτίστε ελαφρά αλλά συχνά.

### Μαρούλι (*Lactuca sativa*)

- Φύτευση: Σπόρους απευθείας στο έδαφος ή σε δίσκους σποράς για μεταφύτευση.
- Φροντίδα: Προτιμούν ημισκιερές θέσεις και πλούσιο, καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος. Ποτίστε τακτικά.



Τι φυτεύουμε  
τον Απρίλιο



# Βολβοί

## Ντάλιες (Dahlia)

- ο Φύτευση: Κονδύλους ή έτοιμα φυτά σε καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος.
- ο Φροντίδα: Φυτέψτε σε ηλιόλουστες θέσεις και ποτίστε τακτικά. Προσφέρετε στήριξη καθώς μεγαλώνουν.

## Κάλλες (Zantedeschia)

- ο Φύτευση: Βολβούς ή έτοιμα φυτά σε καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος.
- ο Φροντίδα: Προτιμούν ημισκιερές θέσεις με πλούσιο, υγρό έδαφος. Ανθοφορία από Ιούνιο μέχρι Αύγουστο.

## Γλαδιόλες (Gladiolus)

- ο Φύτευση: Βολβούς ή έτοιμα φυτά σε καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος.
- ο Φροντίδα: Φυτέψτε σε ηλιόλουστα μέρη με καλά στραγγιζόμενο έδαφος. Ανθοφορία από Ιούλιο μέχρι Σεπτέμβριο.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.

# Αρωματικά Φυτά και Βότανα

## Λεβάντα (*Lavandula spp.*)

- Φύτευση: Μοσχεύματα ή έτοιμα φυτά.
- Φροντίδα: Προτιμά ηλιόλουστα μέρη και καλά στραγγιζόμενα, αμμώδη εδάφη.

## Καλλωπιστικά Λουλούδια

### Μαργαρίτες (*Argyranthemum*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά ή σπόρους.
- Φροντίδα: Φυτέψτε σε ηλιόλουστα μέρη με καλά αποστραγγιζόμενο έδαφος για πλούσια ανθοφορία.

### Χρυσάνθεμα (*Chrysanthemum*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά.
- Φροντίδα: Προτιμούν ηλιόλουστες θέσεις και απαιτούν τακτικό πότισμα και λίπανση.

### Βερβένα (*Verbena*)

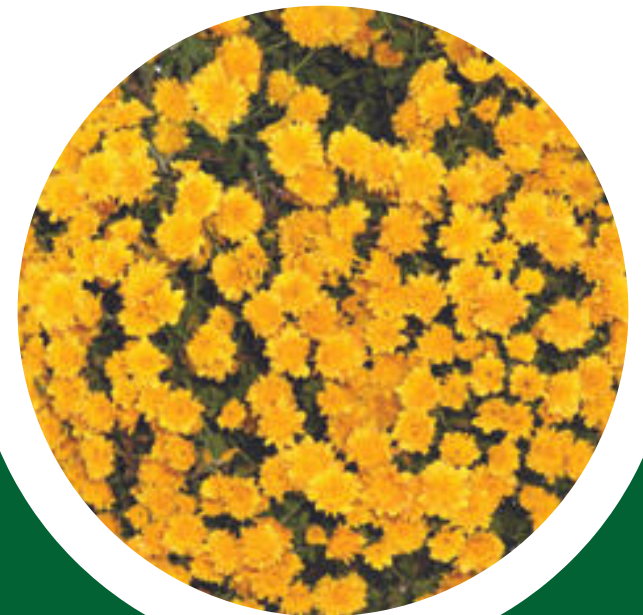
- Φύτευση: Σπόρους ή έτοιμα φυτά.
- Φροντίδα: Ιδανική για ηλιόλουστα μέρη και αντέχει στη ζέστη και την ξηρασία.

### Τριανταφυλλιά (*Rosa spp.*)

- Φύτευση: Έτοιμα φυτά.
- Φροντίδα: Χρειάζονται πλήρη ήλιο και καλά στραγγιζόμενο έδαφος για να ανθίσουν πλούσια.



soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.





## Καλλιέργεια και Φροντίδα Ορτάνσιων

Οι ορτανσίες (Hydrangea) είναι από τα πιο δημοφιλή και αγαπημένα ανθοφόρα φυτά, γνωστά για τα μεγάλα, εντυπωσιακά άνθη τους. Αποτελούν μια εξαιρετική προσθήκη σε οποιονδήποτε κήπο ή μπαλκόνι, προσφέροντας πλούσιο χρώμα και ομορφιά. Για να απολαύσετε την καλύτερη δυνατή ανάπτυξη και ανθοφορία των ορτανσιών σας, ακολουθήστε αυτόν τον πλήρη οδηγό καλλιέργειας και φροντίδας.

### Κλάδεμα Ορτάνσιων

Το κλάδεμα είναι σημαντικό για την υγεία και την ανάπτυξη των ορτανσιών. Ακολουθήστε αυτά τα βήματα για να κλαδέψετε σωστά τις ορτανσίες σας:

**Χρόνος Κλαδέματος:** Οι περισσότερες ορτανσίες πρέπει να κλαδεύονται στα τέλη του χειμώνα ή στις αρχές της άνοιξης, πριν την έναρξη της νέας ανάπτυξης.

**Αφαίρεση Νεκρών Κλαδιών:** Ξεκινήστε αφαιρώντας τα νεκρά ή κατεστραμμένα κλαδιά. Αυτό βοηθά στην πρόληψη ασθενειών και προωθεί την υγιή ανάπτυξη.

**Κλάδεμα των Ανθισμένων Κλαδιών:** Για ορτανσίες που ανθίζουν σε παλιό ξύλο, αφαιρέστε μόνο τα ξεραμένα άνθη και κόψτε ελαφρά για να διατηρήσετε το σχήμα του φυτού. Για ορτανσίες που ανθίζουν σε νέο ξύλο, μπορείτε να κλαδέψετε πιο έντονα, αφήνοντας 2-3 μάτια ανά κλαδί.

**Κλάδεμα για Αναζωογόνηση:** Κάθε 3-4 χρόνια, κλαδέψτε πιο έντονα για να αναζωογονήσετε το φυτό και να προωθήσετε νέα ανάπτυξη



# Χώμα για Ορτανσίες

Οι ορτανσίες έχουν συγκεκριμένες απαιτήσεις όσον αφορά το έδαφος:

**Τύπος Εδάφους:** Προτιμούν καλά στραγγιζόμενο, πλούσιο σε οργανική ύλη έδαφος. Το χουμώδες έδαφος είναι ιδανικό.

**pH του Εδάφους:** Οι ορτανσίες είναι ευαίσθητες στο pH του εδάφους, που επηρεάζει το χρώμα των ανθών. Όξινο έδαφος (pH 4.5-5.5) παράγει μπλε άνθη, ενώ αλκαλικό έδαφος (pH 6-6.5) παράγει ροζ άνθη. Για να ρυθμίσετε το pH, προσθέστε θειικό αλουμίνιο για όξινο έδαφος ή ασβέστη για αλκαλικό έδαφος.

## Λίπανση Ορτανσιών

Η σωστή λίπανση είναι απαραίτητη για την πλούσια ανθοφορία των ορτανσιών:

**Τύπος Λιπάσματος:** Χρησιμοποιήστε πλήρες, ισορροπημένο λίπασμα (10-10-10 ή 20-20-20). Επίσης, ειδικά λιπάσματα για οξύφιλα φυτά είναι κατάλληλα.

**Περίοδος Λίπανσης:** Λιπάνετε τις ορτανσίες την άνοιξη και το καλοκαίρι, αποφεύγοντας την υπερβολική λίπανση κατά την περίοδο του καύσωνα και στα τέλη του καλοκαιριού.

**Δοσολογία:** Ακολουθήστε τις οδηγίες του λιπάσματος και αποφύγετε την υπερβολική χρήση, που μπορεί να προκαλέσει ζημιά στο φυτό.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.

## Συμβουλές Φροντίδας

**Πότισμα:** Οι ορτανσίες χρειάζονται τακτικό πότισμα, ιδιαίτερα κατά την περίοδο της ανάπτυξης και της ανθοφορίας. Κρατήστε το έδαφος υγρό, αλλά αποφύγετε την υπερβολική υγρασία που μπορεί να προκαλέσει σήψη των ριζών.

**Φως:** Οι ορτανσίες προτιμούν ημισκιερές θέσεις. Αποφύγετε την άμεση έκθεση στον ήλιο κατά τις ζεστές ώρες της ημέρας, που μπορεί να προκαλέσει καψίματα στα φύλλα.

**Προστασία από Παράσιτα και Ασθένειες:** Ελέγχετε τακτικά τα φυτά για σημάδια παρασίτων (όπως αφίδες και ακάρεα) και ασθενειών (όπως μούχλα και σήψη). Χρησιμοποιήστε οργανικά εντομοκτόνα και μυκητοκτόνα για την προστασία των φυτών.

**Χειμερινή Προστασία:** Στις περιοχές με σκληρούς χειμώνες, προστατέψτε τις ορτανσίες με κάλυψη από άχυρο ή φύλλα γύρω από τη βάση του φυτού για να αποφύγετε τη ζημιά από τον παγετό.



soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.





## Τα Δέκα πιο Ανθεκτικά Φυτά Εσωτερικού Χώρου

Η φροντίδα των φυτών εσωτερικού χώρου μπορεί να είναι μια πρόκληση, ειδικά για όσους έχουν πολυάσχολο πρόγραμμα ή δεν έχουν εμπειρία στη φροντίδα φυτών. Ευτυχώς, υπάρχουν ορισμένα φυτά που είναι εξαιρετικά ανθεκτικά και μπορούν να επιβιώσουν ακόμα και με ελάχιστη φροντίδα.

### Ζαμιοκούκας (*Zamioculcas zamiifolia*)

Ο ζαμιοκούκας είναι ένα από τα πιο ανθεκτικά φυτά εσωτερικού χώρου, με μακριά, γυαλιστερά φύλλα. Μπορεί να επιβιώσει σε συνθήκες χαμηλού φωτισμού και απαιτεί ελάχιστο πότισμα, καθιστώντας τον ιδανικό για γραφεία και σκοτεινούς χώρους.

### Σανσιβέρια (*Sansevieria*)

Η σανσιβέρια, γνωστή και ως "γλώσσα της πεθεράς", είναι εξαιρετικά ανθεκτική σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Τα στενόμακρα, δερματώδη φύλλα της την καθιστούν μια μοντέρνα επιλογή για κάθε εσωτερικό χώρο.



## Πόθος (Scindapsus)

Ο πόθος είναι ένα αναρριχώμενο φυτό που αντέχει σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Είναι ιδανικό για κρεμαστές γλάστρες και μπορεί να διακοσμήσει όμορφα τα σκοτεινά σημεία του σπιτιού.

## Δράκαινα (Dracaena)

Ο πόθος είναι ένα αναρριχώμενο φυτό που αντέχει σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Είναι ιδανικό για κρεμαστές γλάστρες και μπορεί να διακοσμήσει όμορφα τα σκοτεινά σημεία του σπιτιού.

## Μονστέρα (Monstera deliciosa)

Η μονστέρα είναι γνωστή για τα μεγάλα, σχιστά φύλλα της που προσθέτουν μια εξωτική αίσθηση σε κάθε χώρο. Αντέχει σε χαμηλό φωτισμό και περιορισμένο πότισμα, καθιστώντας την ιδανική για εσωτερικούς χώρους.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.

## Κάκτοι (Cacti)

Οι κάκτοι είναι ιδανικοί για όσους ξεχνούν να ποτίζουν συχνά τα φυτά τους. Αντέχουν σε χαμηλό φωτισμό και ξηρασία, προσθέτοντας μια μοναδική αίσθηση σε κάθε χώρο.

## Αλόη (Aloe vera)

Οι κάκτοι είναι ιδανικοί για όσους ξεχνούν να ποτίζουν συχνά τα φυτά τους. Αντέχουν σε χαμηλό φωτισμό και ξηρασία, προσθέτοντας μια μοναδική αίσθηση σε κάθε χώρο.

## Χλωρόφυτο (Chlorophytum comosum)

Το χλωρόφυτο είναι ανθεκτικό σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Είναι ιδανικό για εσωτερικούς χώρους, προσφέροντας πράσινο και φρεσκάδα με ελάχιστη συντήρηση.



**soterisshaelos**  
PLANTS & FLOWERS LTD.



## Φιλόδενδρο (Philodendron)

Το φιλόδενδρο είναι ιδανικό για εσωτερικούς χώρους λόγω της ανθεκτικότητάς του σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Προσφέρει πλούσια βλάστηση και είναι εύκολο στη φροντίδα.

## Ασπιδίστρα (Aspidistra elatior)

Η ασπιδίστρα, γνωστή και ως "σιδερένιο φυτό", είναι εξαιρετικά ανθεκτική και αντέχει σε χαμηλό φωτισμό και σπάνιο πότισμα. Είναι ιδανική για χώρους με περιορισμένο φως.



soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.





GARDENS

a green gift for everyone

## Αφίδες

## Τι είναι οι Αφίδες;

Οι αφίδες είναι μικρά, μαλακά έντομα που ανήκουν στην οικογένεια Aphididae. Υπάρχουν πολλές διαφορετικές είδη αφίδων, οι οποίες μπορούν να έχουν διάφορα χρώματα όπως πράσινο, μαύρο, κίτρινο ή ροζ. Τα έντομα αυτά συχνά συγκεντρώνονται στην κάτω πλευρά των φύλλων, στους νέους βλαστούς και στις τρυφερές μερίδες των φυτών.

## Κύκλος Ζωής των Αφίδων

Οι αφίδες έχουν έναν σύντομο και πολυπαραγωγικό κύκλο ζωής:

**Αναπαραγωγή:** Οι αφίδες αναπαράγονται ασεξουαλικά μέσω παρθενογένεσης, επιτρέποντας τους να αυξάνουν γρήγορα τον πληθυσμό τους.

**Γέννηση και Ανάπτυξη:** Τα νύμφια γεννιούνται ζωντανά και αρχίζουν να τρέφονται αμέσως. Μέσα σε λίγες μέρες, μπορούν να είναι έτοιμα να αναπαραχθούν.

**Μεταμόρφωση:** Οι αφίδες περνούν από διάφορα στάδια νύμφης πριν γίνουν ενήλικες. Ορισμένα είδη αναπτύσσουν φτερά και μεταναστεύουν σε άλλα φυτά.



# Σημάδια Μόλυνσης

Οι αφίδες προκαλούν μια σειρά από σημάδια μόλυνσης στα φυτά:

**Στραγγισμένα Φύλλα:** Τα φύλλα που έχουν απομυζηθεί από αφίδες μπορεί να συστρέφονται ή να φαίνονται κατσαρά.

**Κολλώδες Υπόλειμμα:** Οι αφίδες εκκρίνουν μια γλυκιά ουσία γνωστή ως μελίτωμα, που μπορεί να δημιουργήσει κολλώδεις επιφάνειες στα φύλλα και τα στελέχη.

**Σχηματισμός Καπνιάς:** Το μελίτωμα μπορεί να αποτελέσει έδαφος για την ανάπτυξη μυκήτων καπνιάς, που καλύπτει τα φύλλα με ένα μαύρο στρώμα.

**Μειωμένη Ανάπτυξη:** Η συνεχής απομύζηση θρεπτικών ουσιών από τις αφίδες μπορεί να οδηγήσει σε καθυστέρηση της ανάπτυξης των φυτών.

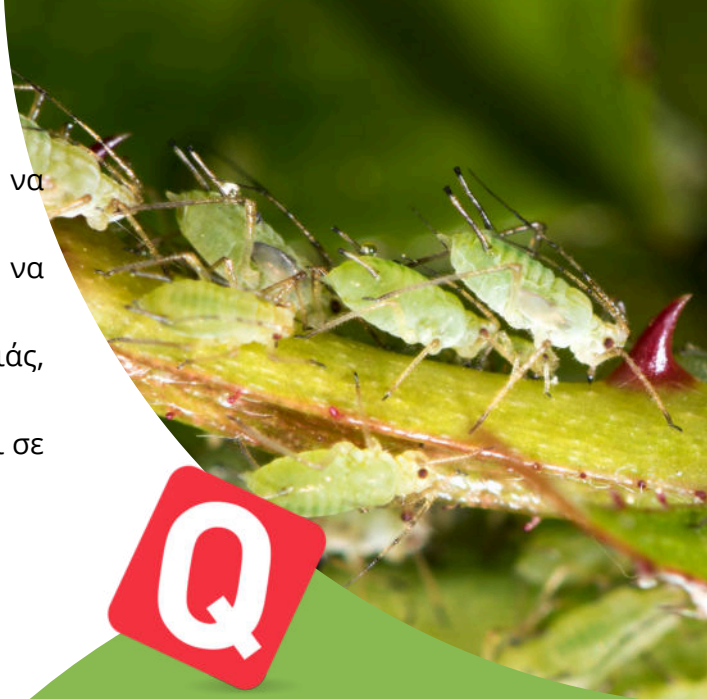
## Ζημιές που Προκαλούν οι Αφίδες

Οι αφίδες μπορούν να προκαλέσουν σημαντικές ζημιές στα φυτά με διάφορους τρόπους:

**Άμεση Ζημιά:** Απομυζούν τους χυμούς από τα φυτά, εξασθενίζοντάς τα.

**Μεταφορά Ιών:** Πολλοί ιοί μεταφέρονται από τις αφίδες στα φυτά, προκαλώντας σοβαρές ασθένειες.

**Ανάπτυξη Μυκήτων:** Το μελίτωμα που εκκρίνουν οι αφίδες μπορεί να προσελκύσει μύκητες, που εμποδίζουν τη φωτοσύνθεση των φυτών.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.

# Τρόποι Ελέγχου και Καταπολέμησης των Αφίδων

## Φυσικές Μέθοδοι

**Χειροκίνητη Αφαίρεση:** Ελέγξτε τα φυτά σας τακτικά και απομακρύνετε τις αφίδες με το χέρι ή με νερό υπό πίεση.

**Ωφέλιμα Έντομα:** Εισάγετε φυσικούς θηρευτές όπως οι πασχαλίτσες, οι παρασιτικές σφήκες και οι πράσινες δαντελίτσες που τρέφονται με αφίδες.

**Φυτικά Εκχυλίσματα:** Χρησιμοποιήστε φυτικά εκχυλίσματα όπως το εκχύλισμα σκόρδου ή το έλαιο neem που δρουν ως φυσικά εντομοαπωθητικά.

## Βιολογικές Μέθοδοι

**Βιολογικά Εντομοκτόνα:** Χρησιμοποιήστε βιολογικά εντομοκτόνα που βασίζονται σε βακτήρια ή μύκητες που είναι θανατηφόρα για τις αφίδες αλλά ακίνδυνα για τα φυτά και τους ανθρώπους.

**Σαπούνι Καλίου:** Ψεκάστε τα φυτά με διάλυμα σαπουνιού καλίου για να καταστρέψετε τις αφίδες χωρίς να βλάψετε τα φυτά.

## Χημικές Μέθοδοι

**Χημικά Εντομοκτόνα:** Σε περιπτώσεις σοβαρών μολύνσεων, μπορεί να χρειαστεί η χρήση χημικών εντομοκτόνων. Πρέπει να εφαρμόζονται με προσοχή και σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.



Q

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.



Η καλλιέργεια λαχανικών σε γλάστρες είναι μια εξαιρετική λύση για όσους δεν διαθέτουν πολύ χώρο στον κήπο ή ζουν σε διαμερίσματα. Αυτή η μέθοδος καλλιέργειας προσφέρει τη δυνατότητα να απολαμβάνουμε φρέσκα λαχανικά όλο το χρόνο, ακόμα και σε μικρούς χώρους όπως μπαλκόνια και ταράτσες.

## Επιλογή Γλαστρών

**Μέγεθος:** Επιλέξτε γλάστρες κατάλληλου μεγέθους ανάλογα με το είδος των λαχανικών που θέλετε να καλλιεργήσετε. Για παράδειγμα, οι ντομάτες και οι πιπεριές χρειάζονται μεγαλύτερες γλάστρες σε σχέση με τα μαρούλια και τα ραδίκια.

**Υλικό:** Χρησιμοποιήστε γλάστρες από υλικά όπως πηλό, πλαστικό ή ξύλο. Κάθε υλικό έχει τα δικά του πλεονεκτήματα, όπως η αντοχή του πηλού ή η ελαφρότητα του πλαστικού.

**Αποστράγγιση:** Βεβαιωθείτε ότι οι γλάστρες έχουν επαρκείς οπές αποστράγγισης για να αποφύγετε την υπεράρδευση.

Καλλιέργεια  
Λαχανικών σε  
Γλάστρες



# Χώμα και Λίπανση

**Επιλογή Χώματος:** Χρησιμοποιήστε ένα καλό μίγμα χώματος για γλάστρες που περιέχει τύρφη, περλίτη και οργανική ύλη για καλύτερη αποστράγγιση και θρεπτική αξία.

**Λίπανση:** Προσθέστε οργανικό λίπασμα στο χώμα πριν τη φύτευση και επαναλάβετε τη λίπανση κατά τη διάρκεια της καλλιέργειας για να εξασφαλίσετε θρεπτικά συστατικά στα φυτά σας.

## Επιλογή Λαχανικών

**Ντομάτες:** Ιδανικές για καλλιέργεια σε γλάστρες, προτιμήστε ποικιλίες νάνους ή ντοματάκια.

**Πιπεριές:** Καλλιεργήστε πιπεριές γλυκές ή καυτερές σε μεσαίου μεγέθους γλάστρες.

**Μαρούλια και Σπανάκι:** Αυτά τα λαχανικά αναπτύσσονται καλά σε ρηχές γλάστρες και είναι γρήγορα στην ανάπτυξη.

**Ραδίκια και Ρόκα:** Ιδανικά για μικρές γλάστρες και κουβάδες.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.

# Πότισμα και Φροντίδα

**Πότισμα:** Ποτίζετε τακτικά και διατηρήστε το χώμα υγρό αλλά όχι λασπωμένο. Χρησιμοποιήστε σύστημα σταγόνας για πιο αποτελεσματικό πότισμα.

**Φωτισμός:** Τοποθετήστε τις γλάστρες σε σημεία με άφθονο ηλιακό φως, τουλάχιστον 6-8 ώρες ημερησίως.

**Φροντίδα:** Αφαιρέστε τα ζιζάνια και προστατεύστε τα φυτά από παράσιτα και ασθένειες. Ελέγξτε τακτικά για αφίδες και άλλα έντομα και χρησιμοποιήστε φυσικά εντομοκτόνα εάν χρειάζεται.

Q

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.



## Σωστή Στάση Σώματος

### Κατά το Σκάψιμο ή το Φύτεμα:

- ο Λυγίστε τα γόνατα όταν φτάνετε προς το έδαφος αντί να καμπουριάζετε τη μέση σας.
- ο Χρησιμοποιήστε ένα μικρό σκαμνάκι ή γονυκλίστε για να αποφύγετε την ένταση στη μέση.

### Κατά το Κλάδεμα ή το Πότισμα:

- ο Χρησιμοποιήστε εργαλεία με μακριές λαβές για να μειώσετε την ανάγκη να σκύβετε ή να φτάνετε μακριά.

Συμβουλές κατά  
την ενασχόληση  
μας με την  
κηπουρική



# Συμβουλές για την Αποφυγή Τραυματισμών

## Χρήση Κατάλληλου Εξοπλισμού:

- ο Φορέστε γάντια κηπουρικής για να προστατέψετε τα χέρια σας από κοψίματα και τσιμπήματα.
- ο Χρησιμοποιήστε γόνατοθήκες ή ένα μαλακό στρώμα για να προστατέψετε τα γόνατά σας όταν γονατίζετε.

## Κατάλληλα Ρούχα και Υποδήματα:

- ο Φορέστε άνετα ρούχα που επιτρέπουν την ελεύθερη κίνηση.
- ο Επιλέξτε υποδήματα με καλή στήριξη και αντιολισθητική σόλα.

## Ενυδάτωση και Διαλείμματα:

- ο Πίνετε αρκετό νερό κατά τη διάρκεια της κηπουρικής για να παραμένετε ενυδατωμένοι.
- ο Κάντε τακτικά διαλείμματα για να ξεκουράζεστε και να αποφεύγετε την υπερκόπωση.



Stay Qool, Stay Q!

soterisshaelos  
PLANTS & FLOWERS LTD.



# Πρόληψη Τραυματισμών

## Ασφαλής Χρήση Εργαλείων:

- Χρησιμοποιήστε τα εργαλεία σύμφωνα με τις οδηγίες του κατασκευαστή.
- Ακονίστε και συντηρήστε τακτικά τα εργαλεία σας για να διασφαλίσετε την αποτελεσματική και ασφαλή χρήση τους.

## Προστασία από τον Ήλιο:

- Φορέστε καπέλο και αντηλιακή κρέμα για να προστατευτείτε από τις βλαβερές ακτίνες του ήλιου.
- Προτιμήστε να εργάζεστε νωρίς το πρωί ή αργά το απόγευμα, όταν η ηλιοφάνεια δεν είναι τόσο έντονη.



**soterisshaelos**  
PLANTS & FLOWERS LTD.

