

## Cruthaigh do Ghairdín Céadfach Féin

An tseachtain seo ar Spraoi sa Bhaile leis na Food Dudes, táimid ag foghlaim cé chomh tábhachtach atá sé a bheith sláintiúil agus folláin i ngach gné den saol. Tá sé iontach tábhachtach ithe mar is ceart le go mbeidh sláinte mhaith agat, ach caithfidimid rudaí eile a dhéanamh freisin. Más mian leat a bheith folláin, bí gníomhach, cuir am ar leataobh le do scíste a ligean, caith am le gaolta agus cairde, agus gabh amach faoin aer úr. Tá gníomhaíocht speisialta againn an tseachtain seo ar Spraoi sa Bhaile leis na Food Dudes inar féidir leat do ghairdín féin a dhearadh.

### Ábhair:

- ✓ Pinn luaidhe, marcóirí nó criáin
- ✓ Páipéar athchúrsáilte nó páipéar daite síoda
- ✓ Gliú, téip ghreamaitheach, Blu-tack nó Pritt Stick
- ✓ Rudaí ón ngairdín le beocht a chur i do ghairdín féin, mar shampla: craobhóga, maidí, clocha, sliogáin, piotail, duilleoga, bláthanna triomaithe, féar.
- ✓ Rís nó pasta triomaithe, ar féidir dath a chur air le ruaim bhia.
- ✓ Ábhair éagsúla mar fheilt agus fionnadh a bhfuil uigeachtaí éagsúla acu. Beidh siad in úsáid le bláthanna agus ceapacha bláthanna a dhéanamh. Baitíní líreacáin chun claí a thógáil.

### Treoracha:

- ✓ Priontáil amach an teimpléad thíos nó cóipeáil an imlíne ar bhileog A3 nó A4.
- ✓ Dear do ghairdín féin. Bain úsáid as dathanna éagsúla agus rudaí as an ngairdín chun go mbeidh gairdín tríthoiseach (3-D) lán le beocht agat.
- ✓ Cuir rud ar bith is mian leat sa ghairdín, mar shampla: beathaitheoir éan, linn, claí, binsí, tábla picnice, srl.
- ✓ Cuir ceapóg torthaí agus glasraí nó potaí ina bhfuil plandaí torthaí nó glasraí i do ghairdín. (Féach ar an leathanach 'Fás do Chuid Féin' de chuid na Food Dudes le tuilleadh smaointe a fháil.)
- ✓ Is féidir an gairdín a dhathú isteach le pinn luaidhe, criáin, marcóirí nó péint, nó is féidir leat a bheith iontach cruthaitheach agus rud éigin eile a dhéanamh leis an ngairdín a dhathú.
- ✓ Bain úsáid as do chuid céadfaí: dathanna geala do na bláthanna, uigeachtaí éagsúla (féar, sliogáin srl) agus bolaí difriúla (luibheanna).
- ✓ Más mian leat an gairdín a dhéanamh níos mó, is féidir le gach duine den teaghlach gné amháin an duine den ghairdín a dhearadh! Greamaigh píosaí cairtchláir le chéile chun dromchla cothrománach a dhéanamh. Is ansin a dhéanfaidh tú do ghairdín a dhearadh.
- ✓ Liostaigh ar thoabh na láimhe deise na cineálacha bláthanna, torthaí, glasraí, crann, luibheanna agus tor atá sa ghairdín.



Tóg grianghraif den ghairdín álainn atá cruthaithe agat agus cuir ar na meáin shóisialta iad leis na haischlibeanna **#FoodDudesFun**

