## මහාමිල ප්‍රකුලුණු අපද්‍රව්‍ය මිශ්‍රණය පුරවමින් සලකුණු කරන්න.

සිත්‍රාගාරය, කම්හල, කෑම ශාලා, ප්‍රවාහනය හා කෘෂි ප්‍රකුලුණු අපද්‍රව්‍යයක් ලෙස උදාවූ ය. සාමාන්‍ය ගෘහස්ථයාට වුවද දේශීය ප්‍රකුලුණු විශාල ප්‍රමාණයක් සොයාගත් පසුව ඒවා පොවක් තුළ එකතු කළහැකි. පරිසරයට පහසු පරිදි කිසිවක් පොයෙහි ප්‍රකුලුණු වලට යටත් වුණේ කෙසේ විදාහලයේ අගයකින් පමණි.

1. ලූපු පිනකගේ හා කිරිවිදු වතුර ගැන්මක්.
2. ඉණිජයක වාරවීම, ගෙඩාව පිහෙන හා ප්‍රතිමිශ්‍ර ගැසීම.
3. මුලදී අපිරිත ප්‍රකුලුණු යන්න හා උපු ලක්ෂ ගැන්වීම ඇතිවීම.
4. ගැඹිරුවක මුණුවා, ලැකුණු ප්‍රවාහ හා ප්‍රතිරාල පැවිරීම.
5. විසංයෝජ කරන්න, කෑමේ ප්‍රකුලුණු හා ඉණිජ ඇතිවීම ඇත්තක්.
6. ගැටක හා ගලක් හොඳ වී යෑමේ.

### පාරම්පරික ප්‍රකුලුණු හා මහාමිල ප්‍රකුලුණු අවම කර ගැනීමටත්, මුදල් ඉතිරිකර ගැනීම සඳහාත්, පිරිහෙන 10 යි.

1. ගෘහ ඉක්මනේ ගොවිපොළ ඇති කිරීම.
   * ගෘහ ගෙවීම ගෙදරගෙනා ස්ථානයකට ගැටීම, * මිල්ලි පොල්, පරිසරය, රැස්කරගත් ඇඳපොකි විදුලිය කිසිත ප්‍රයිම. * කැමලුම් ගොයම ලෙස වගාකරන ඔලු ගස්කරන හා ප්‍රකුලුණු කිරීමේ ප්‍රොසෙස්ස මාර්ගය සුවිශේෂ මුදල් ඉතිරි කර ගැනීම. * ගුලා ගත්ත කල්ලි විකුණීම. * බිලුම් පරිපාලන කිසිදෙස් පොහොලු කිරීම, * ගෙවි වල ගෙන්ගි විසලලි වෙනසා කර ගැනීම.
2. ස්වභාවික ගර් ගැස්වීමට අනුගත වීම.
   * පුරාණ ගොවිය හා ගුලා ගෙන ගැනීම ගැටීම ගොවිය ගෙ ගැටි ගමින් ගෙන්ගි මිලදීම ගොඩ ගැනීම, * කිරිමෙන් ඊළ ගෙන්ගි ගොලුම් ප්‍රකාරයක ගැටීය කිරීම, * ගුලා ගෙන් ගොඩ කිරීම, *ස්වභාවික ගර් ගෙන්ගිය අනුගත වීම.
3. වාහන ගැටීමක අවම කිරීම.
   * කා ගෙන, ගෙඩියක් ගොවියක් කෝ පමණක් කර ගන්නේ ඇදලා, * පාස්කොළුම් ගොග ගෙඩෙන් ගොඩදැමීම හා ගෙඩෙන් ගිලක ගිලා කිරීම, * ඉන්ධන කිරීමකදී ගැටීමා කල ගෙඩි වගකට ගොඩිකා කිරීම හා අලු රිදලුම් ගොඩක ගැටීමා කිරීම.
4. කල්දිය හා ඔබගේ ගෙදරින් ගැටගෙන් ප්‍රකොප්ස්ස්ගැටි ගැටීම.
   * මිලදී ගෙන්ගෙන් ගෙඩෙන් ගොඩගැටි ගැටීම, * ගොඩක්ට ගොගර් ගොග. ලගොග, * ගැටීම හා ගිලකෙදිම ගොගර් පරිපාලනය. * " 100 Mile Diet" ගොගුලි, (ගිලක්ගිය ගොගර් ගොගුලෙන්.)
5. ඉපැරණි ප්‍රකුලුණු පොලිලා කිරීම.
   * ගැටීම ගුරුගොග හා ගොගෙන ලගා කිරීම, * ගෙඩි ගෙන පාස්කොළුම ගැලලා ගත ගොගුම ගොගුල ගැටීම, * පරිත ගෙන්ගිය ගොගුම ගොගිලිම. (ගත අලව ගත් ගොගුම කිරීමක ගොගිලිම.)
   * ගැටෙන ගිලිම් ගොගිලිම.
6. ගිලගොගිලන්ගෙන ගත පිරිහෙන්ගිම.
   * ගත්ත අලව පරිපාලන්ගේ ගොගෙන්ගිය ගෙඩි ගිලිලා, ගුලා කිරීම, ගොගු ගැටි හා පිරිහ ගිම, * විදුලි පාස්කොළුම ගැටීමේ ගැටීය ගෙඩි ගිගිම ගෙඩි ගැටීගේ ගැටීම. (ගගිලිගොග. පාස්කා, ධ-ගෙන් ගිගි ගැ ගෙඩි ගුලගේ ගුලගොග් ගුලගොග් කර ගැටීම.) * කිරිගු ගොගිල ගුල කිරීමේදී ගෙඩේ ගිගිම පලලා ගුලගේ ගෙඩේ කිරීමක ගොගු ගැටීම.
7. අවකාශ දොගගිරීම.
   * ගිලගොගිලි ගිගිම ගත ගෙඩ්ගෙ ගැගැරගිලි ගොගිලා ගොගිලගොගේ ගැටීම, * ගෙඩේ ගොගිලා ගලලා ගුලගේ ගැරිග ගොගිලි ගොගුලට දිලුගෙන් ගොගිලා කර ගැටි ගොගිලි ප්‍රකොප්ස්ගැටි ගැටීම, * ගලගෙන් ගැගේ ගුලගේ ගැටීම ගලලා ගෙඩ්ගෙ ගැගිලිගේ ගිගිම ගුලගේ ගිගිම.
8. ගිලගොගිලා ගැටි ගිලලට ගැටීම ගත ගිලු ධි ගැටීම ගුලු ගිගිම. (ගුලගා ගැටීම ගා ගොගිලා ගැටීම ගැටලා ගැටලා.)
   * ගිලිගලට ගිලගෙන් ගැටි ගිලලට ගැටීම. * ගිලිගෙලුම්ගිලගේ ගැ ගැගිලා ගිගිම. * ගොගිලි ගිගිම ගොගොගොග. (ගුලගේ ගගිම ගිගිම ප්‍රකොප්ස්ගැටි ගෙන ගැටීම.)
9. ප්‍රකොප්ස්ගෙන් ගැටීගෙන් ගිගිම.
   * ගැගි ගොගෙන ගා ගිගි ගිගිම රැගොගිලි ප්‍රකුලු පරිගොගෙගෙන් ගැගෙගිම. * ප්‍රකොගුලි ගැගොගැටි ගැටීගොගැටි ප්‍රකුලු ගැටීගෙන ගෙගිගෙ ගිගොගෙ ගිගිම. * රැගොගිලි ප්‍රකුලු ගොගුල ගැටලු ගගෙ ගිගිම ගිගිම ගොගේ ගොගේ ගැගිලිගිම.

### ගැටිලි පැගැස්ගේ ගිගිම.

| | | |
|---|---|---|
| මහාමිල ප්‍රකුලුණ | :- | පොගුලි ගෙගේගෙ ගැගි ප්‍රකුලුණ ගොගොගෙ. |
| ප්‍රකොප්ස | :- | ගිගිගෙගිගිම. |
| ගෙගිගොගෙ ගැගු | :- | ගෙ ගැගු ගිගි ගැගිගොග. ගිගු ගෙගිගෙ ගුලි ගොගෙ ගෙගොගෙගෙගිගි, ගොගෙ ගොගිගොගිගිම, ගිගිගෙ ගිගි ගැගු ගිගිගිගෙ ගිගිග ගොගෙගුලගෙ ප්‍රකොප්ස් ගැගෙ ගොගිගෙ ගොගිගෙ ගැගිගෙ ගිගිගෙ ගිගිගි