

# Własna uprawa w MISSISSAUGA

Przewodnik po uprawie na zewnątrz



Dowiedz się, jak uprawiać  
świeże produkty spożywcze  
w swoim ogrodzie,  
korzystając z tego  
przewodnika krok po kroku.



## PODZIĘKOWANIA

Uznajemy ziemie, które tworzą dzisiejsze miasto Mississauga i na których pielęgnujemy relacje, uprawiamy ziemię, dzielimy się plonami, sadzimy i dbamy o nasiona, jako część ziem objętych traktatem Mississaugas of the Credit First Nation, tradycyjnych terytoriów i ziem objętych traktatem Haudenosaunee oraz tradycyjnych terytoriów Anishinaabe, Huron-Wendat First Nation i Wyandot First Nation. Uznajemy te ludy i ich przodków za ludy, które zamieszkiwały i zarządzały tymi ziemiami od niepamiętnych czasów. Miasto Mississauga jest domem dla rdzennych grup ludności, Metysów i Inuitów.

Tradycje żywieniowe rdzennej ludności, zarówno dawne, jak i współczesne, są integralną częścią tej ziemi i są z nią ściśle związane. Miasto Mississauga i Ecosource uznają i szanują tradycje i zarządzanie rdzennej ludności. Jesteśmy zaangażowani w dalszą naukę, zaangażowanie i udział w procesie prawdy i pojednania.

Niniejszy przewodnik został opracowany we współpracy między miastem Mississauga a Ecosource. Chcielibyśmy podziękować partnerom społecznym i ogrodnikom, których wiedza przyczyniła się do powstania tego przewodnika.



MISSISSAUGA



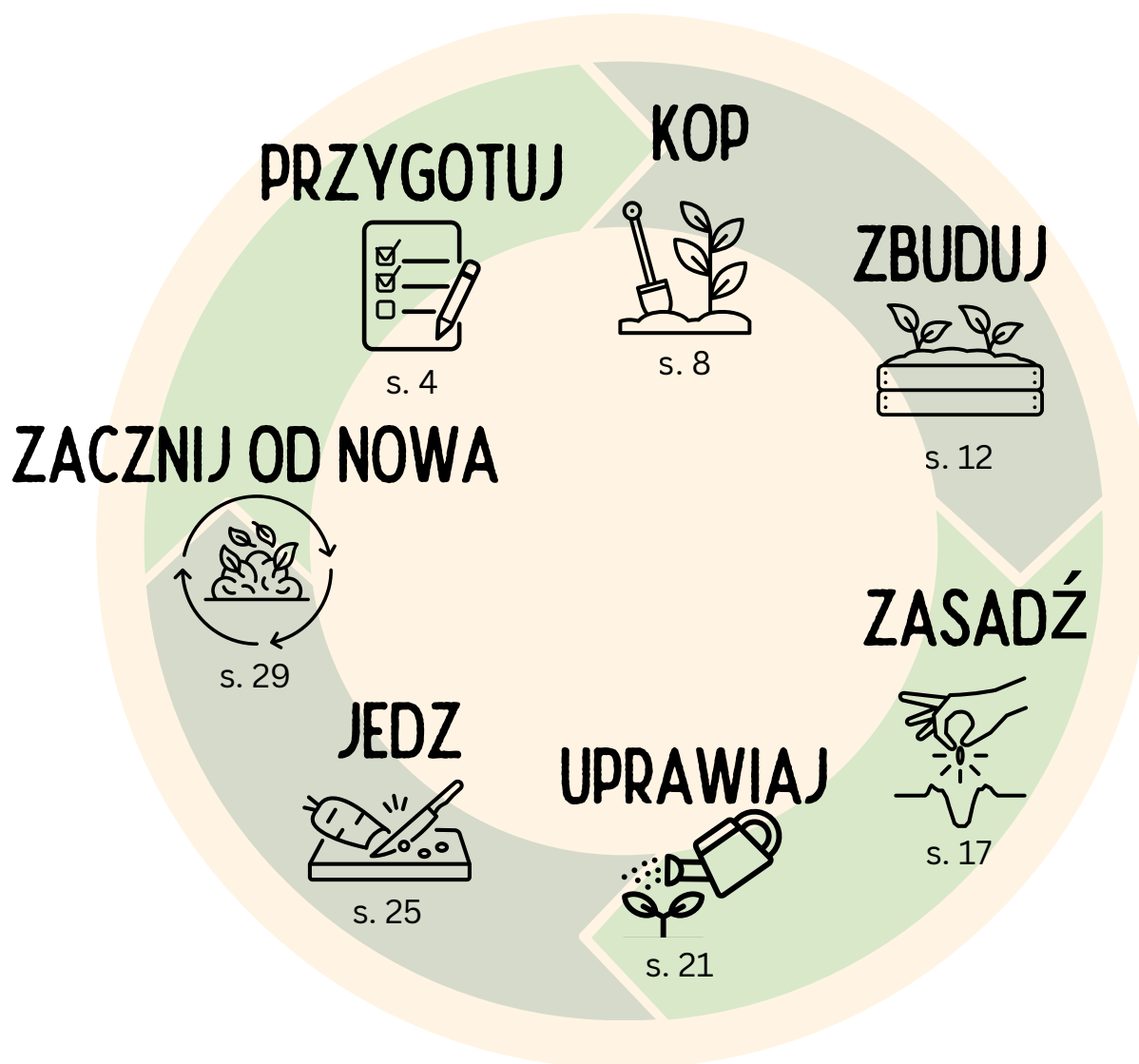
ecosource

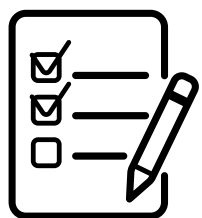
Growing a Green Community

# JAK KORZYSTAĆ Z TEGO PRZEWODNIKA

Niniejszy przewodnik zawiera podstawowe informacje dotyczące zakładania ogrodu warzywnego na świeżym powietrzu w domu. Treść podzielona jest na siedem rozdziałów, które prowadzą czytelnika przez cały sezon ogrodniczy, od przygotowania ogrodu do jego zamknięcia. Rozdziały zawierają praktyczne porady dotyczące kwestii, które należy wziąć pod uwagę na każdym etapie uprawy ogrodu, a także cenne wskazówki od ogrodników z Mississauga. Słowniczek na końcu stanowi skrócone źródło informacji na temat kluczowych terminów ogrodniczych, które zostały przedstawione w tekście.

W przewodniku uwzględniono kwestie dostępności, w tym dostępne czcionki, kontrast i tekst alternatywny. Aby jeszcze bardziej ułatwić dostęp, przewodnik można pobrać w alternatywnym formacie zawierającym wyłącznie tekst.

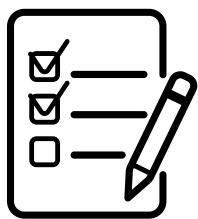




# PRZYGOTUJ

ZAPLANUJ SWÓJ OGRÓD





## WSTĘP

Przed rozpoczęciem prac ogrodniczych należy się odpowiednio przygotować. Zrozumienie, jakie materiały będą potrzebne, jak zachować bezpieczeństwo, jak zarządzać budżetem oraz podstawowe informacje dotyczące ogrodnictwa pozwolą Ci dobrze rozpocząć przygodę z ogrodnictwem. W tym rozdziale omówimy wszystkie te niezbędne kwestie, aby pomóc Ci w pełni wykorzystać doświadczenie związane z ogrodnictwem.

### JAKIE MATERIAŁY SĄ POTRZEBNE, ABY ROZPOCZĄĆ UPRAWĘ OGRODU?



#### PODSTAWOWE

- rękawiczki ogrodnicze
- narzędzia ręczne (kielnia, kultywator)
- konewka
- nożyce lub nożyczki
- nasiona i/lub sadzonki\*
- gleba i kompost\*
- doniczki lub sadzarki\*

#### WIĘKSZE POWIERZCHNIE (3.72 M2)

- duże narzędzia (łopata, widły, grabie)
- wąż
- taczka



### JAK ZAPLANOWAĆ BUDŻET NA OGRÓD?

Ogrodnictwo nie musi być drogie! Na początek polecamy zaopatrzyć się w podstawowe narzędzia wymienione powyżej (można je kupić lub pożyczyć). Należy pamiętać, że przedmioty oznaczone gwiazdką (\*) można łatwo zdobyć za niewielką opłatą lub bezpłatnie. Rozważ wypożyczenie nasion z biblioteki nasion Mississauga Seed Library i ponowne wykorzystanie pojemników z recyklingu jako doniczek. Dzięki tym ekonomicznym wskazówkom możesz założyć mały ogród (< 3,72 metrów kwadratowych) za mniej niż 100 dolarów, a z czasem rozbudować go i dostosować do swoich potrzeb i budżetu.



#### PORADY OGRODNICZE

Aby zwiększyć dostępność podczas prac ogrodniczych, dostępne są ergonomiczne wersje wielu narzędzi ogrodniczych. Można również rozważyć zakup podkładek pod kolana lub nakolanników, które ułatwiają schylenie się. Wielofunkcyjne szczypce/chwytyki lub wysuwane lancety do podlewania również mogą pomóc w zwiększeniu mobilności.

# DLACZEGO WARTO ZAŁOŻYĆ OGROD WARZYWNY?

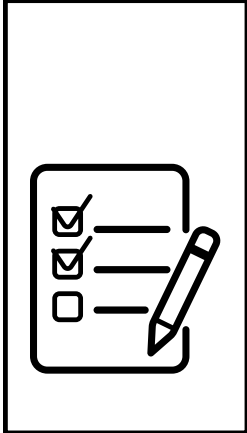
Uprawa własnej żywności może być bardzo satysfakcjonującym doświadczeniem. Nie tylko zapewnia dostęp do świeżych, zdrowych produktów spożywczych, które spełniają Twoje potrzeby żywieniowe i kulturowe, ale także pozwala zachować aktywność fizyczną, zmniejsza stres i łączy Cię z naturą. Uprawiając żywność w sposób zrównoważony, pomagasz również środowisku, wspierając zapylacze, poprawiając jakość gleby i oszczędzając wodę. Niezależnie od motywacji do założenia ogrodu warzywnego na świeżym powietrzu, niniejszy przewodnik przeprowadzi Cię przez podstawowe etapy od wiosny do jesieni, w tym wybór lokalizacji, dobór roślin, zbiór warzyw i przygotowanie ogrodu do zimy.

## OGRODNICTWO I DZIAŁANIA NA RZECZ KLIMATU

Strategia rolnictwa miejskiego miasta Mississauga uznaje, że uprawianie ogródków warzywnych może poprawić zdrowie społeczności i ekologię. Rolnictwo miejskie wspiera działania na rzecz klimatu poprzez zmniejszenie odległości transportu żywności i związanych z tym emisji gazów cieplarnianych (GHG). Może również wspierać dostosowanie się do zmian klimatycznych poprzez chłodzenie naszych dzielnic, poprawę jakości powietrza, pochłanianie deszczu w miejscu jego opadania, zwiększanie bioróżnorodności i promowanie odporności społeczności.



Biorąc pod uwagę te korzyści, miasto Mississauga zobowiązuje się wspierać mieszkańców w rozwijaniu umiejętności uprawy i zbierania plonów.



## KWESTIE DOTYCZĄCE ZDROWIA I BEZPIECZEŃSTWA

Próbkę można wysłać do lokalnego laboratorium. Aby je znaleźć, należy wpisać w wyszukiwarce internetowej następujące słowa kluczowe: „laboratorium analityczne środowiska Mississauga”. Należy upewnić się, że laboratorium posiada akredytację Standards Council of Canada (SCC) lub Canadian Association for Laboratory Accreditation (CALA).



Noś odzież ochronną: czapkę, krem przeciwsłoneczny, lekkie ubrania, środek odstrasżający owady, rękawiczki i buty z zakrytymi palcami



Dowiedz się więcej o bezpieczeństwie związanym z kleszczami i sprawdź, czy nie masz kleszczy po pracy w ogrodzie



Unikaj godzin największego upału, pij dużo wody i rób częste przerwy



Przechowuj narzędzia w bezpieczny sposób, aby zapobiec potknięciom i upadkom



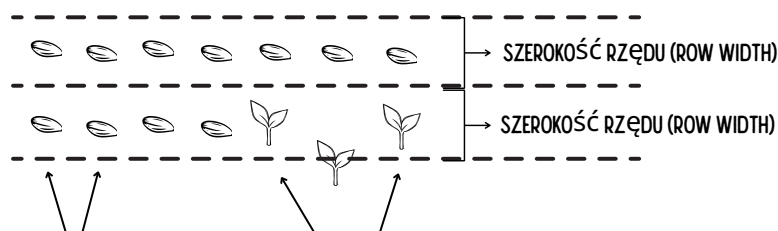
Unikaj długich, powtarzalnych zadań, często się rozciągaj i podnoś ciężary nogami, a nie plecami



Jeśli sadzisz rośliny w ziemi, sprawdź glebę, aby upewnić się, że jest wolna od zanieczyszczeń. Jeśli nie masz pewności co do jakości gleby, sadź rośliny w pojemniku z barierą na dnie.

## JAK ZROZUMIEĆ TEKST NA OPAKOWANIU NASION?

Na odwrocie opakowania nasion znajdują się kluczowe informacje dotyczące uprawy. Oto wyjaśnienie najczęściej spotykanych terminów:



### ODSTĘPY MIĘDZY NASIONAMI (SEED SPACING)

w jakiej odległości należy sadzić nasiona

### PRZERZEDZANIE (THIN TO)

gdy nasiona zaczną rosnąć, usuń te, które są bliżej siebie niż ta odległość

### GŁĘBOKOŚĆ SADZENIA (PLANTING DEPTH)

jak głęboko umieścić nasiona w glebie

### WYSIEWAĆ PRZECZ (SOW BY)

spróbuj użyć nasion przed tą datą; po tym terminie mniej nasion może wykiełkować

### DNI DO ZBIOROW (DAYS TO HARVEST)

Liczba dni od wysiania nasion do momentu, kiedy będą gotowe do spożycia



## PORADY OGRODNICZE

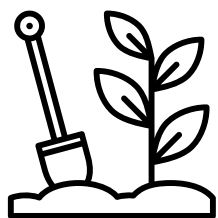
Opakowania nasion są dobrym przewodnikiem, ale nie musisz mierzyć wszystkiego dokładnie! Małe nasiona należy sadzić blisko siebie, a gdy wszystkie zaczną kiełkować, usuń te zbędne. Zastanów się, jak duże będą rośliny, gdy osiągną pełną wielkość, i upewnij się, że wokół każdej z nich jest wystarczająco dużo miejsca.

The background image shows a lush garden with various green plants and trees. In the foreground, two young men are looking at a book held by one of them. Another person is partially visible on the right, also looking at a book. The scene is outdoors on a sunny day.

## SŁOWA MĄDROŚCI

„Wiosenna przerwa to czas, kiedy rozpoczyna się mój sezon ogrodniczy! Wyjmuję lampy do uprawy roślin i zbieram pudełka po sałatkach, pojemniki po grzybach, duże dzbanki po sokach i stare doniczki, które wykorzystuję jako tace na nasiona i mini szklarnie. Zachowuję nasiona z zeszłorocznych ziół, kwiatów i warzyw, aby cykl mógł trwać rok po roku. Szybkie sprawdzenie opakowania nasion i kalendarza sadzenia pomaga mi odpowiednio zaplanować czas. Papryczki chili, słodka papryka, zioła i warzywa liściaste, takie jak jarmuż, kapusta włoska i boćwina, zawsze sadzę jako pierwsze. Bardzo lubię też korzystać z biblioteki nasion Mississauga Seed Library - to świetny sposób na dzielenie się i odkrywanie nasion związanych z tradycjami kulturowymi oraz pomaganie innym w rozpoczęciu własnej przygody z ogrodnictwem”.

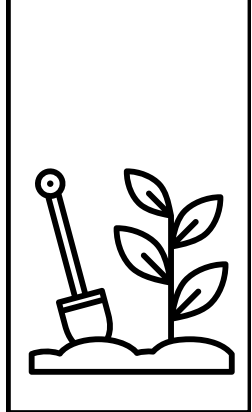
- Anjali Deshpande



# KOP

PRZYGOTUJ MIEJSCE UPRAWY





## WSTĘP

Chociaż rośliny mogą rosnąć niemal wszędzie, warzywa potrzebują odpowiednich warunków, aby dobrze się rozwijać. W tym rozdziale pokażemy Ci, jak wybrać najlepsze miejsce i przygotować zdrową, bogatą w składniki odżywcze glebę, aby Twój ogród odniósł sukces!

## JAK WYBRAĆ MIEJSCE UPRAWY?

Wybierz miejsce, które spełnia następujące kryteria:

### ✓ ŚWIATŁO SŁONECZNE

Co najmniej 6 godzin bezpośredniego nasłonecznienia dziennie. Południowa ekspozycja jest zawsze idealna!

### ✓ WODA

Bliski dostęp do wody (np. zlew, wąż ogrodowy).

### ✓ WIATR

Zapewnia umiarkowany przepływ powietrza, który pomaga wzmocnić i zapylać rośliny oraz minimalizować choroby.

### ✓ ZIEMIA

Możesz stworzyć zdrową glebę. Jeśli nie możesz sadzić roślin w ziemi, możesz użyć doniczki, skrzynki lub podwyższonej grządki ogrodowej.

### ✓ MIEJSCE

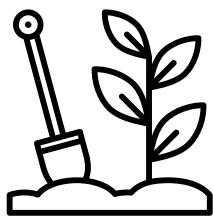
Ogrody mają różne kształty i rozmiary, ale warto określić obszar uprawy, aby ułatwić sobie pielęgnację.



## PORADY OGRODNICZE

Obserwuj swoją przestrzeń przez kilka dni, aby wybrać odpowiednie miejsce na ogród. Zanotuj, które obszary są nasłonecznione, a które zacienione przez budynki lub inne rośliny (powyżej).

Istnieje wiele sposobów na maksymalne wykorzystanie dostępnej przestrzeni, niezależnie od tego, czy uprawiasz rośliny w ziemi, czy w pojemnikach. Jeśli szukasz pomocnych wskazówek dotyczących wielkości ogrodu, weź pod uwagę powierzchnię około 3,72 metrów kwadratowych jako punkt wyjścia. Jest to wielkość działek ogrodniczych w Mississauga, która jest wystarczająco duża, aby umożliwić uprawę różnych roślin, ale wystarczająco mała, aby była łatwa w zarządzaniu dla początkujących ogrodników.



## JAK MOGĘ STWORZYĆ ZDROWĄ GLEBĘ?

Dbanie o glebę pozwala wzbogacić ją w składniki odżywcze, wspierać rozwój pożytecznych organizmów, zapobiegać jej zbiću i utrzymać ogród w dobrym stanie. Cztery działania przedstawione na poniższym schemacie to proste kroki, które można podjąć, aby poprawić jakość gleby.



| PRODUKT                                                              | CO TO JEST?                                                                                | WYKORZYSTANIE W OGRODZIE                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
| Wierzchnia warstwa gleby lub czarna ziemia (Top Soil or Black Earth) | Wiele produktów sprzedawanych z tymi etykietami często zawiera mało składników odżywczych. | Aby zwiększyć objętość gleby w połączeniu z innymi składnikami odżywczymi                  |
| Potrójny miks (Triple Mix)                                           | Mieszanka składająca się w 1/3 z ziemi, w 1/3 z <u>torfu</u> i w 1/3 z <u>kompostu</u> .   | Dobra do założenia nowej grządki ogrodowej.                                                |
| Ziemia doniczkowa (Potting Mix)                                      | Mieszanka <u>torfu</u> , <u>kompostu</u> i <u>perlitu</u> .                                | <u>Sterylna</u> i dobrze <u>przepuszczalna</u> . Idealna do uprawy w pojemnikach.          |
| Kompost lub obornik (Compost or Manure)                              | Rozłożone odpady roślinne/zwierzęce                                                        | Świetne źródło <u>materii organicznej</u> , <u>mikroorganizmów</u> i składników odżywczych |

## OMÓWIENIE POPULARNYCH PRODUKTÓW DO GLEBY

Możesz również stworzyć zdrową glebę, dodając produkty przeznaczone do zwiększenia jej objętości, poprawy drenażu lub wzbogacenia zawartości składników odżywczych. Po lewej stronie znajduje się zestawienie popularnych produktów i ich zastosowań.



## SŁOWA MĄDROŚCI

„W naszym ogrodzie społecznościowym uważamy glebę za podstawę wszystkiego, co uprawiamy, i traktujemy ją jak żywą istotę, ponieważ tak właśnie jest! Każdego roku sadzimy w tym samym miejscu różne rośliny, aby pobierały i dostarczały glebie różne składniki odżywcze. Dodatkowo używamy kompostu, oddając ziemi to, co nam daje. Zdrowa gleba oznacza silne rośliny, mniej szkodników i ogród, który owocuje sezon po sezonie”.

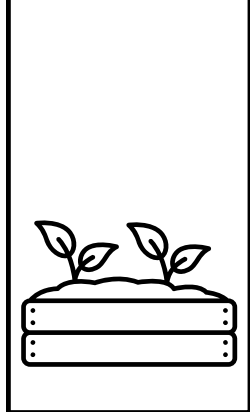
- Członek ogrodu społecznościowego



# BUDUJ

STWÓRZ SWÓJ OGRÓD





# WSTĘP

Możesz zdecydować się na stworzenie ogrodu w ziemi, na podwyższonych grządkach, w pojemnikach lub połączeniu wszystkich trzech opcji. Każdy rodzaj ogrodu ma swoje zalety, a najlepszym wyborem jest ten, który jest odpowiedni dla Twojej przestrzeni i potrzeb. Wybierając rodzaj ogrodu, należy wziąć pod uwagę jakość gleby, potrzeby w zakresie dostępności oraz produkty, które chcesz uprawiać.

JAKI TYP  
OGRODU JEST  
DLA MNIE  
ODPOWIEDNI?

| CZYNNIK                         |
|---------------------------------|
| Koszt                           |
| Rozmiar i kształt               |
| Cechy gleby                     |
| Dostępność                      |
| Ograniczenia wzrostu            |
| Wyzwania związane z utrzymaniem |

## W ZIEMI



Najniższy koszt

Możliwość dostosowania rozmiaru i kształtu

Nie nadaje się do terenów o słabej jakości gleby

Ograniczona dostępność, wymaga klękania i schylania się

W zależności od wielkości ogrodu, ale zazwyczaj pomieści wszystkie rośliny

Wymaga większej pielęgnacji, aby ograniczyć wzrost chwastów

## PODWYŻSZONE GRZĄDKI



Wyższy koszt, zależny od typu

Rozmiar i kształt są ograniczone przez dostawcę/typ grządki

W razie potrzeby glebę można oddzielić od podłoża

Różne opcje dostępności

Niektóre ograniczenia wzrostu dotyczące dużych roślin (np. dyni)

Grządki z naturalnego drewna mogą wymagać konserwacji i naprawy w ciągu 10 lat, podczas gdy inne materiały (np. stal) są bardziej trwałe

## POJEMNIK



Zmienny

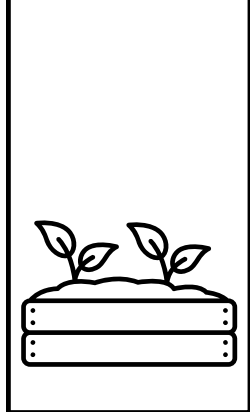
Zmienna, ale rozmiar zazwyczaj nie przekracza 24 cali

Wymagana jest ziemia doniczkowa

Rozmiar decyduje o dostępności i możliwości przenoszenia

Lepiej nadaje się do mniejszych roślin i niewielkich systemów korzeniowych

W mniejszych pojemnikach, które szybciej wysychają, zapotrzebowanie na wodę jest większe



## UWAGI DOTYCZĄCE PODWYŻSZONYCH GRZĄDEK I POJEMNIKÓW

Ogrodnictwo w podwyższonych grządkach i pojemnikach może mieć wiele zalet, takich jak mniej szkodników i chorób, mniej chwastów oraz większa elastyczność dostosowania do własnych potrzeb. Podczas planowania ogrodu w podwyższonych grządkach lub pojemnikach należy wziąć pod uwagę kilka szczególnych kwestii, które omówimy poniżej.

## MATERIAŁY

Istnieje wiele materiałów, które można wykorzystać do tworzenia podwyższonych grządek i ogrodów w pojemnikach. Najważniejsze jest, aby materiały te były bezpieczne dla żywności. Inne czynniki to koszt i konserwacja. Materiały naturalne wymagają większej konserwacji (np. drewniane grządki ogrodowe mogą wymagać wymiany w ciągu mniej niż dziesięciu lat). Grządki stalowe są świetną i niedrogą opcją i wymagają niewielkiej konserwacji w porównaniu z innymi materiałami. W przypadku mniejszych pojemników łatwo można znaleźć kamień i tworzywa sztuczne bezpieczne dla żywności, a ich ceny są zróżnicowane w zależności od budżetu.

### UŻYWAJ

- ✓ cegieł
- ✓ kamienia
- ✓ większości plastików
- ✓ nieimpregnowanego drewna, takiego jak cedr

### UNIKAJ

- ✗ opon
- ✗ drewna poddanego obróbce (tj. większości palet)
- plastikowych kubłów do przechowywania chemikaliów

## ZIEMIA

Gleba do dużych podwyższonych grządek może być podobna do tej, której używa się w ziemi, z dodatkiem materii organicznej, takiej jak kompost, dodawanej co roku w celu uzupełnienia składników odżywczych. Gleba do pojemników powinna być lekka, przewiewna i dobrze zatrzymywać wilgoć. Często nazywana jest „podłożem ogrodniczym lub ziemią ogrodniczą” i można ją kupić lub przygotować samodzielnie.



## PORADY OGRODNICZE

Przygotuj własną mieszankę doniczkową, stosując poniższy przepis.



- 1 część torfu lub włókna kokosowego
- 1 część perlitu lub pumeksu
- 2 części kompostu

## DOSTĘPNOŚĆ

Możesz zbudować podwyższone grządki i ogród w pojemnikach zgodnie ze swoimi potrzebami. Zastanów się, co jest wygodne dla Twojego ciała i odpowiednio zaprojektuj swój ogród. Wybierając podwyższone grządki lub pojemniki, weź pod uwagę poniższe czynniki.

### MIJSCE

Czy masz łatwy dostęp do wszystkich części ogrodu?

### WYSOKOŚĆ

Czy masz swobodny dostęp do roślin na różnych etapach ich cyklu życia (np. podczas wysiewu nasion lub zbiorów)?

### ZASIĘG

Czy pojemnik lub podwyższona grządka są wystarczająco wąskie, aby sięgnąć roślin rosnących w środku?



## PORADY OGRODNICZE

### DRENAŻ

Czy Twój pojemnik ma szczelną podstawę? Jeśli tak, upewnij się, że w dnie znajdują się otwory umożliwiające odprowadzanie wody.

### WILGOTNOŚĆ

Ogrody w pojemnikach mogą wymagać więcej wody niż ogrody w ziemi. Sprawdź wilgotność, wkładając palec na głębokość 5 cm - jeśli jest sucho, podlej.

## ROZMIAR POJEMNIKA

Oprócz materiału, przy wyborze pojemnika należy również wziąć pod uwagę, jakie warzywa lub owoce chcesz uprawiać. Nie wszystkie pojemniki nadają się do każdej rośliny - rośliny o głębokich korzeniach, takie jak pomidory, wymagają większych pojemników, a rozłożyste warzywa, takie jak dynia, wymagają dodatkowej przestrzeni. Warzywa korzeniowe, takie jak marchew, zazwyczaj nie są uprawiane w pojemnikach, ale można je sadzić w ziemi lub na podwyższonych grządkach, ponieważ wymagają one określonej głębokości gleby. Pamiętaj, że wymagania dotyczące odstępów między roślinami mają również zastosowanie w przypadku pojemników! Więcej szczegółów znajdziesz na stronie 7.



10"

sałata, zielona  
cebula, szczypiorek,  
inne małe zioła



14"

kapusta, groszek,  
rozmaryn, inne  
duże zioła



16"

fasola szparagowa,  
kompaktowe odmiany  
malin i pomidorów



18"

kalafior, bakłażan,  
papryka ostra i słodka,  
pomidor, okra



24"

pomidor, ogórek,  
cukinia, melon, dynia

## SŁOWA MĄDROŚCI

„Ogrodnictwo w pojemnikach jest idealnym rozwiązaniem dla osób, które nie mają dostępu do ogrodu. Zaczęłam uprawiać rośliny spożywcze w pojemnikach w kwietniu 2019 roku. Mieszkam w bloku i mam dostęp tylko do balkonu, co skłoniło mnie do uprawy ponad dwudziestu papryczek w doniczkach na moim balkonie. Sadzonki można kupić w rozsądnej cenie w lokalnej szkółce lub zachować nasiona z jedzonych produktów spożywczych. Moimi ulubionymi roślinami do uprawy w doniczkach są pomidory, papryka i cytryny. Gdy sadzonki osiągną 5-7 cm, można je przesadzić do dużej donicy lub podwyższonej grządki, aby zapewnić im miejsce do wzrostu i owocowania. Sadzenie roślin, które się spożywa, sprawia, że ogrodnictwo staje się przyjemnością i pozwala ograniczyć ilość odpadów”.

- Orinthea S

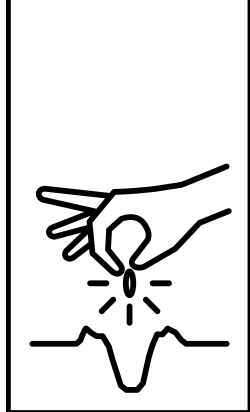




# ZASADŹ

ZDECYDUJ, CO CHCESZ WYHODOWAĆ





## WSTĘP

Wybór nasion może być jedną z najbardziej ekscytujących części ogrodnictwa. Niezależnie od tego, czy dopiero zaczynasz przygodę z ogrodnictwem, czy jesteś już zaawansowanym ogrodnikiem, zalecamy rozważenie kilku kwestii przy podejmowaniu decyzji o tym, co uprawiać, gdzie znaleźć nasiona i jak je sadzić. Niniejszy rozdział poprowadzi Cię przez ten proces.

## CO MAM WYBRAĆ?

Skorzystaj z poniższych pytań, aby dowiedzieć się, jakie warzywa warto uprawiać w swoim ogrodzie. Warzywa, które wymienisz we wszystkich trzech pytaniach, są dla Ciebie dobrym wyborem.

Jakie rośliny będą pasować do warunków panujących w moim ogrodzie (np. nasłonecznienie, przestrzeń pionowa lub pozioma)?

---

---

---

---

Co lubię jeść lub chcę spróbować?

---

---

---

---

Jakie potrawy kulturowe są dla mnie trudne lub drogie w zakupie?

---

---

---

---



### PORADY OGRODNICZE

Jesteś początkującym ogrodnikiem? Wybierz 3-4 rodzaje warzyw lub owoców, które chcesz uprawiać w pierwszym roku. Z każdym rokiem dodawaj kolejne odmiany, aby z czasem poszerzać swoje umiejętności.



## JAK MOGĘ ZDOBYĆ NASIONA?

### KUPUJ

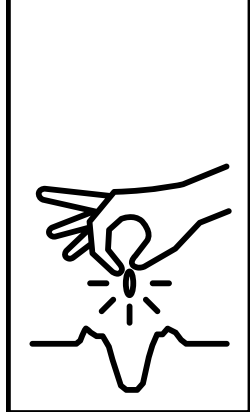
Nasiona są dostępne w centrach ogrodniczych, niektórych sklepach spożywczych oraz bezpośrednio od producentów nasion w Internecie.

### POŻYCZAJ

Biblioteki nasion oferują nasiona do uprawy i zwrotu (opcjonalnie) w celu dalszego udostępniania. Usługa dostępna w niektórych bibliotekach w Mississauga!

### ZACHOWAJ

Zachowaj nasiona, aby wykorzystać je w przyszłych latach (patrz str. 27). Wymień się nasionami z przyjaciółmi, aby wypróbować różne odmiany!



## CO ZASADZIĆ?

W południowym Ontario niektóre nasiona można wysiać bezpośrednio na zewnątrz, ale rośliny o dłuższym cyklu wegetacyjnym wymagają uprawy w pomieszczeniach, w określonych warunkach. Po osiągnięciu stadium „sadzonki” można je przesadzić na zewnątrz. Sadzonki można kupić w centrum ogrodniczym lub wyhodować samodzielnie.



## PORADY OGRODNICZE

Mississauga znajduje się w strefie odporności roślin 6. Dowiedz się, które rośliny najlepiej rosną w tej strefie, aby ułatwić sobie wybór roślin.

Skorzystaj z poniższej tabeli, aby wybrać najlepszy termin i metodę sadzenia roślin spożywczych w Mississauga. W tym samym miejscu można uprawiać wiele warzyw w ciągu sezonu, sadząc je kolejno. Zaczniij od sadzenia warzyw, które dojrzewają wcześniej, a po pierwszych zbiorach posadź warzywa, które dojrzewają później.

|              | Wysiew bezpośredni na zewnątrz | Przesadzanie na zewnątrz w 3. tygodniu maja | Sadzić w kwietniu/maju lub sierpniu | Sadzić od końca czerwca do sierpnia |
|--------------|--------------------------------|---------------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Fasola       | x                              |                                             |                                     | x                                   |
| Pomidory     |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Papryka      |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Arbuz        |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Ogórki       |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Buraki       | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Okra         |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Brokuł       | x                              | x                                           | x                                   |                                     |
| Cukinia      |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Jarmuż       | x                              | x                                           | x                                   |                                     |
| Rzodkiewka   | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Rzepa        | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Dynia zimowa |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Bakłażan     |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Kantalupa    |                                | x                                           |                                     |                                     |
| Szpinak      | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Sałata       | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Pak choy     | x                              | x                                           | x                                   |                                     |
| Kapusta      | x                              | x                                           | x                                   |                                     |
| Bazylia      | x                              |                                             | x                                   | x                                   |
| Marchewki    | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Groszek      | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Por          | x                              | x                                           | x                                   |                                     |
| Kolendra     | x                              |                                             | x                                   |                                     |
| Cebula       | x                              | x                                           | x                                   |                                     |



## SŁOWA MĄDROŚCI

„[Dyńa chayote] jest dobrze znana na Karaibach, w Meksyku, Ameryce Południowej i Azji. Uprawiałem ją w zeszłym roku i udało mi się zebrać 66 owoców. Podczas wzrostu można jeść łodygi i wąsy. Młode owoce smakują jak połączenie jabłka i gruszki. Kwitną w sierpniu, a owoce pojawiają się we wrześniu. Mają długi okres przechowywania. Zimą uprawiałam ją w pomieszczeniu, aby uzyskać łodygi i wąsy do smażenia. Zimą można ją nadal spożywać w zupach. Będę ją ponownie uprawiała w ogrodzie społecznościowym Churchill Meadows i mam nadzieję, że będę miała więcej do podzielenia się”.

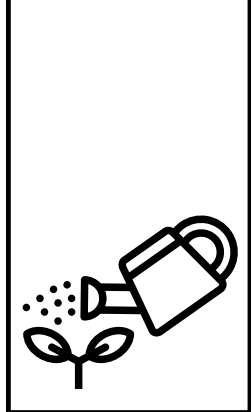
- Carol Lim



# UPRAWIAJ

PIELĘGNUJ SWÓJ OGRÓD





# WSTĘP

Po posadzeniu roślin należy o nie dbać aż do momentu zbiorów. W tym rozdziale omówimy popularne techniki pielęgnacji. Zrozumienie potrzeb roślin poprawia się wraz z doświadczeniem, więc nie bój się uczyć metodą prób i błędów.

## PODLEWANIE

Młode rośliny należy podlewać dwa razy dziennie, a dojrzałe rośliny 1-3 razy w tygodniu, dostosowując częstotliwość do warunków pogodowych. Podlewać u nasady, a nie liście lub łodygi. Aby uzyskać najlepsze wyniki, podlewać rano.



## PLEWIENIE

Niepożądane rośliny, czyli chwasty, konkurują o zasoby i należy je usuwać. Rozpoznaj je, zapoznając się z liśćmi swoich roślin. Wyrrywaj chwasty wraz z korzeniami, aby zapobiec ponownemu wzrostowi.



## PODPORY

Rośliny pnące, takie jak ogórki, szpinak malabarski, fasola, groszek i dynia, a także pomidory, potrzebują podpory w postaci kratki. Użyj metalowych, drewnianych lub plastikowych palików związanych sznurkiem.



## PRZYCINANIE

Przycinanie usuwa nadmiar lub uszkodzone pędy, aby zwiększyć przepływ powietrza, zapobiegać chorobom i pomóc roślinom w produkcji większej ilości owoców. Użyj czystych nożyczek, aby przyciąć powyżej węzła liścia - świetnie sprawdza się w przypadku pomidorów, papryki i dyni, ale nie jest konieczne w przypadku wszystkich roślin!

## WYPUSZCZANIE PĘDÓW

Kiedy rośliny są zestresowane, mogą „wypuszczać pędy” lub wytwarzać nasiona zbyt wcześnie (zanim zdążysz je zebrać). Aby temu zapobiec, usuń strąki nasion, gdy tylko się pojawiają, i dostosuj warunki, takie jak temperatura, nawodnienie i zdrowie gleby. Dotyczy wyłącznie warzyw liściastych i korzeniowych.





## Radzenie sobie z typowymi szkodnikami

Wiele zwierząt i owadów będzie zwabionych twoim jedzeniem, ale jeśli nie chcesz się nim dzielić, oto kilka strategii, które polecamy.



### PORADY OGRODNICZE

Aby zwiększyć szanse powodzenia, należy stosować kombinację tych zrównoważonych metod zwalczania szkodników.

| STRATEGIA            | UŻYJ                                                                                                                                                                                                                       |
|----------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fizyczne bariery     | Zabezpiecz teren przed królikami, wiewiórkami, ptakami i innymi zwierzętami za pomocą siatek i ogrodzeń.                                                                                                                   |
| Wiatraczki           | Wytwarzaj wibracje gruntu, które pomagają odstraszać gryzonie, takie jak norniki.                                                                                                                                          |
| Uprawy towarzyszące  | Posadź kwiaty, takie jak nagietki lub żonkile, które wydzielają naturalne substancje chemiczne odstraszające szkodniki.                                                                                                    |
| Planowanie upraw     | Posadź najmniej lubiane przez siebie rośliny na obrzeżach ogrodu, aby odciągnąć szkodniki od głównych upraw.                                                                                                               |
| Organiczne preparaty | Aby pozbyć się szkodników, używaj ekologicznych środków odstraszających o niewielkim wpływie na środowisko, takich jak olejek neem lub spray własnej roboty (2 łyżki naturalnego płynu do mycia naczyń + 2 szklanki wody). |

### KROLIKI W OGRODZIE

Jeśli znajdziesz małe gniazdo wyłożone futrem i trawą, może ono należeć do matki królika. Nie porzuciła go - króliki trzymają się z dala w ciągu dnia, aby nie przyciągać drapieżników, a powracają o świcie i zmierzchu, aby nakarmić swoje młode. Młode rosną szybko i opuszczają gniazdo już po 3 tygodniach. W tym czasie rzadko niszczą rośliny i przeważnie pozostają w ukryciu. Zapewnij gniazdu przestrzeń, a jeśli znajduje się ono w ogrodzie, rozważ dodanie delikatnej bariery ochronnej.



## SŁOWA MĄDROŚCI

Współistnienie z naszymi zwierzęcymi krewnymi „W wielu tradycjach rdzennych mieszkańców wszystkich istot - czworonożnych, skrzydlatych, pełzających - uważa się za krewnych, a nie intruzów. Kiedy zwierzęta odwiedzają nasze ogrody, nie są szkodnikami, ale postaćami, przypominającymi nam o naszej wspólnej więzi z ziemią. Każde z nich, od królików skubiących liście po szopy przemierzające nocą ogrody, ma swoją duszę i cel. Uczymy się żyć w równowadze, dzielić się i słuchać. Nasze ogrody mogą stać się miejscami relacji, a nie konfliktu, gdy pamiętamy, że nie jesteśmy jedynymi, którzy tam należą. Zamiast reagować frustracją, możemy nauczyć się obserwować ich zachowania i rozumieć ich potrzeby. Sadząc nieco więcej roślin, zapewniając przestrzeń dla dzikich roślin w pobliżu lub stosując łagodne metody, aby je odstraszyć, практикуjemy mino-bimaadiziwin - dobre życie - oparte na szacunku i wzajemności. Ta zmiana - od kontroli do współistnienia - honoruje równowagę, jaką nasi przodkowie osiągnęli w stosunku do świata przyrody. Ogród nie należy tylko do nas; jest częścią żywej sieci, w której każda istota ma swoją rolę do odegrania”.

- Niki Richer





# JEDZ

CIESZ SIĘ SWOIMI ZBIORAMI





## WSTĘP

Teraz, gdy Twoja ciężka praca przyniosła efekty, czas cieszyć się owocami i warzywami! Domowe produkty spożywcze mają wyjątkowy smak, a eksperymentowanie z nowymi przepisami i dzielenie się zbiorami z przyjaciółmi sprawia, że doświadczenie to jest jeszcze bardziej satysfakcjonujące. W tym rozdziale omówimy wskazówki dotyczące zbiorów, przechowywania i dzielenia się żywnością.

### KIEDY ZEBRAĆ MOJE WARZYWA?

#### POPATRZ

Czy rozmiar i kolor są odpowiednie?

#### POWĄCHAJ

Czy pachnie świeżością czy zgnilizną?

#### SPROBUJ

Spróbuj! Smakuj dobrze?

#### POCZUJ

Czy konsystencja jest odpowiednia?



## PORADY OGRODNICZE

Sprawdź na opakowaniu nasion lub w Internecie, ile dni mniej więcej zajmie zbiór plonów. To tylko wskazówki, więc zaufaj swoim zmysłom, żeby wiedzieć, kiedy rośliny są naprawdę gotowe!

Zbieraj warzywa, gdy tylko będą gotowe, aby rośliny mogły dalej produkować i zapobiegać gniciu, szkodnikom i chorobom. Latem może to oznaczać codzienne zbieranie plonów.



## PORADY OGRODNICZE

Czy zbierasz więcej żywności, niż jesteś w stanie zjeść? Podziel się nią z przyjaciółmi, zakonserwuj lub rozważ przekazanie jej lokalnym bankom żywności, takim jak Food Banks Mississauga, The Compass Food Bank, Eden Food for Change i Seva Food Bank.

### Jak mogę konserwować owoce i warzywa?

#### KONSERWOWANIE



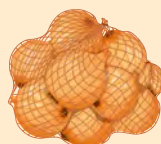
Jeśli są dobrze zamknięte, owoce i warzywa w słoikach można przechowywać w temperaturze pokojowej bez ryzyka zepsucia nawet przez rok. Metoda wekowania (np. umieszczenie słoików we wrzącej wodzie) jest świetna dla początkujących - wystarczy postępować zgodnie z odpowiednimi instrukcjami, aby zapewnić bezpieczeństwo i smak.

#### SUSZENIE



Najpierw pokrój soczyste warzywa, takie jak pomidory, buraki i cukinia, a następnie rozłóż je w ciepłym, przewiewnym miejscu do wyschnięcia. Warzywa takie jak papryka i grzyby można suszyć w całości. Aby uzyskać szybsze rezultaty, użyj piekarnika lub suszarki do żywności.

#### PRZECHOWYWANIE



Warzywa korzeniowe i kapusta mogą zachować świeżość przez wiele miesięcy w chłodnych, wilgotnych miejscach, natomiast dynia, czosnek i cebula preferują suche miejsca. Upewnij się, że warzywa są czyste, a miejsce przechowywania ma zapewniony przepływ powietrza.

#### FERMENTACJA



Zmień warzywa w pikantne, bogate w probiotyki przysmaki, takie jak kimchi, kiszona kapusta lub miso! Fermentacja wzmacnia smak, zwiększa wartość odżywczą i wydłuża okres przydatności do spożycia.

#### MROŻENIE



Przed zamrożeniem większość warzyw należy blanszować (z wyjątkiem papryki, cebuli i porów). Jeśli przygotowujesz sos, zamrażaj go zamiast surowych pomidorów. Oznacz datę i ciesz się smakiem przez okres do jednego roku.



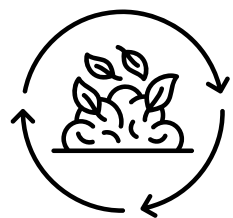
Pr

es

## SŁOWA MĄDROŚCI

„Mamy rodzinną tradycję. W każdy piątek w domu cioci Venecii i wujka Raya odbywa się wieczór z pizzą. Nasze warzywa sprawiają, że to pyszne rodzinne wydarzenie jest jeszcze przyjemniejsze. Sos do pizzy przygotowujemy z pomidorów, a warzywa stanowią świeże dodatki. Nasza oliwa z oliwek z dodatkiem czosnku i rozmarynu sprawia, że pizza jest wyjątkowa. Wszystkie składniki, z wyjątkiem oliwy z oliwek, pochodzą z naszych mikroogrodów. Można sobie wyobrazić, jak wyjątkowe smaki uzyskujemy dzięki świeżym składnikom. Buon Appetito”.

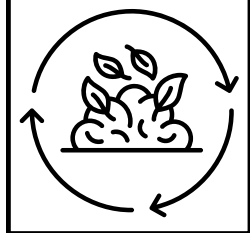
- Jennifer Blas, Veneca Taveras, Ray Pichardo



# ZACZNIJ OD NOWA

PRZYGOTUJ SIĘ NA ZIMĘ





## WSTĘP

Wraz z końcem sezonu nadszedł czas, aby przygotować ogród na zimę. Oznacza to usunięcie martwych roślin i zabezpieczenie gleby przed erozją - gdy wiatr, deszcz i śnieg pozbawiają ją niezbędnych składników odżywczych. W tym rozdziale omówimy skuteczne sposoby przygotowania ogrodu do zimy i zapewnienia mu pomyślnego rozwoju w przyszłym roku!

## ZACHOWAJ SWOJE NASIONA

Zachowaj nasiona ze swoich roślin, aby wyhodować je ponownie w przyszłym roku. To, czy są to nasiona hybrydowe, zapylane, genetycznie modyfikowane (GMO) czy tradycyjne, ma wpływ na genetykę nasion, więc sprawdź opakowanie nasion. Nasiona GMO są oznaczone na opakowaniu symbolem F1.

|                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                        |                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Fasola i groch                                                                                                                      | Owoce mięsiste (pomidory, ogórki itp.)                                                                                                                                          | Cebula, czosnek, szczypiorek itp.                                                                                      | Warzywa zielone, większość ziół, warzywa kapustne (rzodkiewka, jarmuż itp.)                                                                                       |
| Zostaw kilka strąków fasoli lub grochu na roślinie i poczekaj, aż wyschną. Zdejmij je z roślin i rozłóż strąki, żeby wyjąć nasiona. | Pozwól owocom przejrzeć, a następnie zbierz je. Namocz nasiona i miąższ w wodzie przez 2-3 dni, a następnie zbierz nasiona, które opadły na dno. Opłucz je i całkowicie wysusz. | Poczekaj, aż <u>todyga</u> na szczycie rośliny rozkwitnie. Gdy kwiat wyschnie, zbierz nasiona, zanim spadną na ziemię. | Poczekaj, aż roślina zacznie kwitnąć lub wyrosną jej długie todygi z kwiatami, a następnie nasionami. Poczekaj, aż nasiona wyschną, a następnie usuń je z todygi. |

## WYCZYŚĆ SWÓJ OGRÓD

Usuń rośliny jednoroczne, które nie przetrwają zimy, takie jak pomidory, papryka, ogórki, okra, chayote, gorzka melona. Rośliny wieloletnie, takie jak jagody i niektóre zioła, mogą pozostać. Aby ograniczyć erozję gleby, ścinaj rośliny u podstawy i pozostawiaj korzenie (chyba że znajdują się one w małych pojemnikach - wtedy należy je wyciągnąć).



### PORADY OGRODNICZE

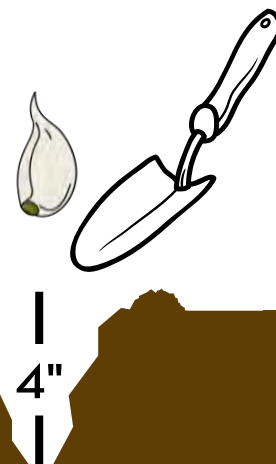
Spróbuj zachować niektóre rośliny jednoroczne, takie jak jarmuż, por, pasternak i marchewka, aby sprawdzić, czy przetrwają zimę!

## ZASADŹ CZOSNEK

Większość odmian czosnku potrzebuje 9 miesięcy i zimowej pogody, aby wyrosnąć w Mississauga! Czosnek należy sadzić w połowie października, a zbierać w połowie lipca. W czerwcu należy ścinać łodygi, aby zwiększyć wielkość cebulek.

### KROK INSTRUKCJE

- 1 Oddziel ząbki od cebulki (nie obieraj).
- 2 Wykop otwór o głębokości 7-10 cm i umieść ząbek płaskim końcem w dół.
- 3 Przykryj ziemią i delikatnie podlej.
- 4 Cover with a 4-6" layer of mulch to keep soil warm over winter. Przykryj warstwą ściółki o grubości od około 10 do 15 cm, aby utrzymać ciepło gleby w okresie zimowym.



## DODAJ KOMPOST

Jesień to doskonały czas na dodanie kompostu - jeśli przykrywasz glebę na zimę. W przeciwnym razie poczekaj do wiosny. Dodaj około 2,5 cm kompostu rocznie. Aby uzyskać najlepsze rezultaty, delikatnie wymieszaj go małą łopatką lub widelcem!

## OCHRANIAJ SWOJĄ GLEBĘ



### ROŚLINY OKRYWOWE

Sadzenie roślin okrywowych poprawia jakość gleby, zapobiega chwastom i ogranicza erozję, gdy ogród nie jest użytkowany.

Przykłady obejmują lucernę, grykę, owies, rzodkiew oleistą, koniczynę czerwoną i żyto. Gdy będziesz gotowy do sadzenia warzyw, po prostu wymieszaj te rośliny okrywowe z glebą.

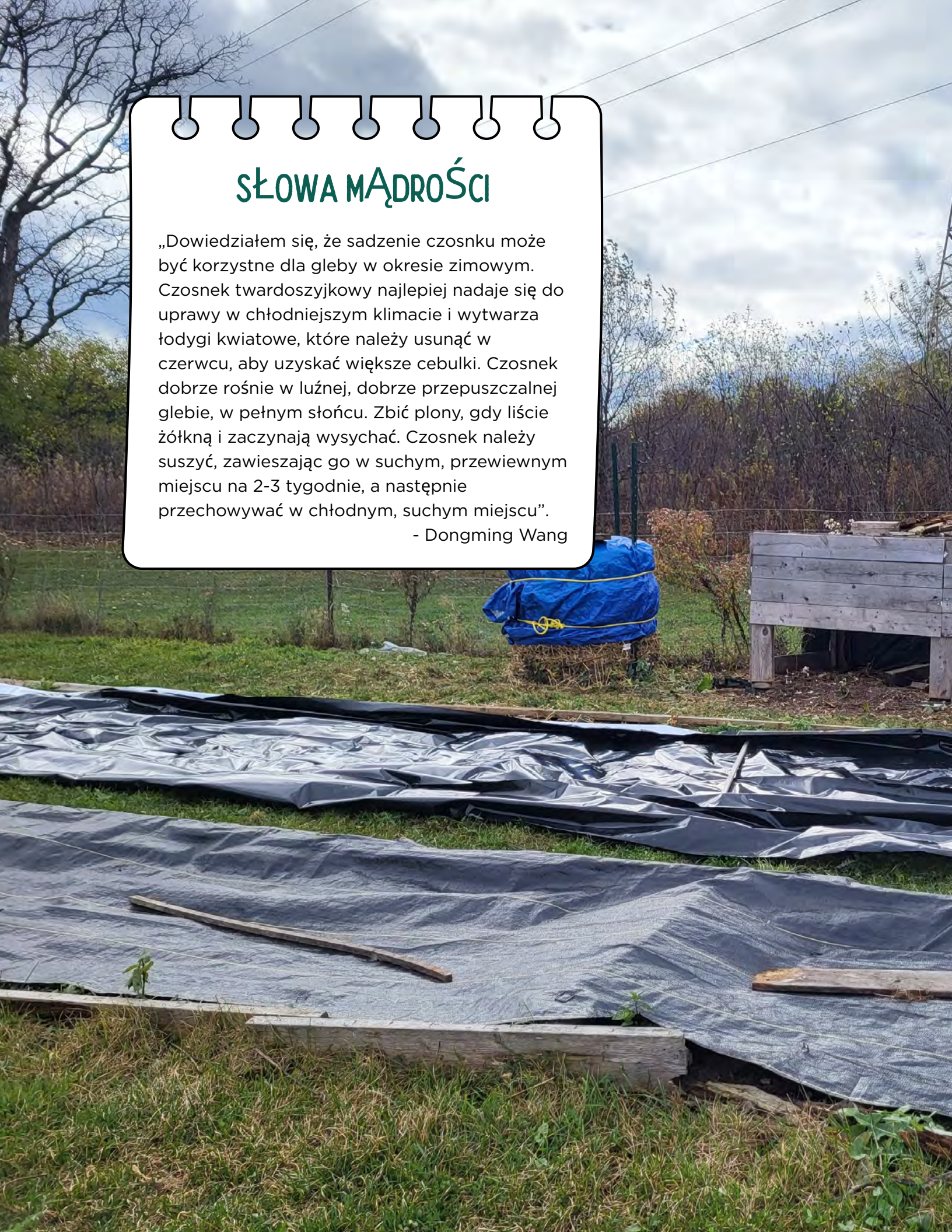
### ŚCIOŁKA

Na glebę należy nałożyć ściółkę, aby zapobiec erozji, ograniczyć wzrost chwastów i zatrzymać wilgoć. Przykładami ściółki są ścinki trawy, słoma, suche liście, wióry drzewne, igły sosnowe, tkanina ogrodnicza i żwir. Należy często monitorować stan ściółki, ponieważ może ona przyciągać zwierzęta i wpływać na równowagę gleby.

## SŁOWA MĄDROŚCI

„Dowiedziałem się, że sadzenie czosnku może być korzystne dla gleby w okresie zimowym. Czosnek twardoszyjkowy najlepiej nadaje się do uprawy w chłodniejszym klimacie i wytwarza łodygi kwiatowe, które należy usunąć w czerwcu, aby uzyskać większe cebulki. Czosnek dobrze rośnie w luźnej, dobrze przepuszczalnej glebie, w pełnym słońcu. Zbić plony, gdy liście żółkną i zaczynają wysychać. Czosnek należy suszyć, zawieszając go w suchym, przewiewnym miejscu na 2-3 tygodnie, a następnie przechowywać w chłodnym, suchym miejscu”.

- Dongming Wang





# SŁOWNICZEK

Poniżej znajduje się lista popularnych terminów ogrodniczych, które mogą być nieznane, wraz z jasnymi objaśnieniami ich znaczenia.

|                    |                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ROCZNE             | Roślina, która rośnie, kwitnie i obumiera w ciągu jednego sezonu wegetacyjnego.                                                                                                                              |
| BLANSZOWANIE       | Krótkie gotowanie warzyw lub owoców, a następnie szybkie schłodzenie ich w lodowatej wodzie w celu zatrzymania procesu gotowania.                                                                            |
| WŁOKNO<br>KOKOSOWE | Włókno wytwarzane z łupin orzechów kokosowych, stosowane zamiast torfu w celu zatrzymywania wilgoci w glebie.                                                                                                |
| ZBITA GLEBA        | Kiedy gleba jest zbyt zbita, utrudnia to przepływ wody, powietrza i korzeni.                                                                                                                                 |
| KOMPOST            | Resztki jedzenia, liście, obornik i inne naturalne materiały, które uległy rozkładowi w miarę upływu czasu i nie zawierają już toksyn. Dodawane do gleby w celu poprawy jej stanu.                           |
| UPRAWY             | Rośliny uprawiane w celach spożywczych lub do zbiorów, takie jak warzywa, zboża lub zioła.                                                                                                                   |
| UPRAWA             | Proces uprawy roślin.                                                                                                                                                                                        |
| KULTYWATOR         | Małe narzędzie ręczne z zębami przypominającymi widelec, służące do spulchniania gleby, usuwania chwastów i przygotowywania grządek ogrodowych.                                                              |
| EROZJA             | Kiedy wiatr lub woda wymywają glebę, często niszcząc rośliny i ogrody.                                                                                                                                       |
| GMO                | GMO, czyli organizmy modyfikowane genetycznie, to rośliny, które zostały zmodyfikowane w laboratorium za pomocą inżynierii genetycznej w celu uzyskania określonych cech, takich jak odporność na szkodniki. |
| ZBIORY/ZBIERAĆ     | Rzeczownik: produkty spożywcze zbierane z roślin, gdy są gotowe do spożycia (np. warzywa, owoce). Czasownik: zbierać produkty spożywcze gotowe do spożycia.                                                  |
| TRADYCYJNE         | Odmiana rośliny uprawiana od wielu lat, znana ze swojego doskonałego smaku, wyjątkowego wyglądu i niezawodnych nasion, z których za każdym razem wyrastają rośliny tego samego gatunku.                      |
| HYBRYDOWE          | Roślina powstała w wyniku skrzyżowania dwóch różnych odmian w celu uzyskania jednej o najlepszych cechach obu.                                                                                               |
| INFILTRACJA        | How water soaks into the soil, helping to reach plant roots.                                                                                                                                                 |

|                                     |                                                                                                                                                                                          |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LEAF NODE                           | Miejsce na łodydze rośliny, w którym rosną liście i mogą tworzyć się nowe gałęzie lub korzenie.                                                                                          |
| (MIKRO)<br>ORGANIZMY<br>LUB MIKROBY | Małe organizmy żyjące w glebie, takie jak bakterie i grzyby, które pomagają w rozkładaniu materiałów i wspomagają wzrost roślin.                                                         |
| WILGOTNOŚĆ                          | Ilość wody w glebie, której rośliny potrzebują do wzrostu, ale której nie może być ani za dużo, ani za mało.                                                                             |
| ŚCIOŁKA                             | Warstwa materiału (np. liści, słomy lub wiórów drzewnych) umieszczona na powierzchni gleby w celu zatrzymania wilgoci, powstrzymania wzrostu chwastów i ochrony korzeni.                 |
| BOGATE W<br>SKŁADNIKI<br>ODŻYWCZE   | Gleba zawierająca wszystkie naturalne substancje potrzebne roślinom do silnego wzrostu (na przykład azot, fosfor i potas).                                                               |
| ZAPYLANE                            | Rośliny zapylane naturalnie (przez wiatr, owady itp.) i wytwarzające nasiona, które rosną zgodnie z cechami rośliny macierzystej.                                                        |
| MATERIA<br>ORGANICZNA               | Naturalne materiały, takie jak kompost, martwe liście lub obornik, które wspierają zdrowie gleby i odżywiają rośliny.                                                                    |
| TORF                                | Gąbczasty materiał wytwarzany z mchów, który pomaga glebie zatrzymywać wilgoć; pozyskiwanie torfu powoduje uwalnianie dwutlenku węgla i nie jest uważane za zrównoważone źródło surowca. |
| SEZONOWE                            | Roślina, która powraca w każdym sezonie wegetacyjnym.                                                                                                                                    |
| PERLIT                              | Lekka, biała skała wulkaniczna dodawana do gleby w celu poprawy jej drenażu i zapobiegania nadmiernemu zagęszczeniu.                                                                     |
| CHWYTACZE                           | Narzędzia z długimi uchwytyami zaprojektowane, aby pomóc ogrodnikom sięgać po przedmioty i je podnosić bez schylania się lub wspinania.                                                  |
| STREFA<br>ODPORNOŚCI<br>ROŚLIN      | Przewodnik pokazujący, które rośliny najlepiej rosną w Twoim regionie w oparciu o lokalny klimat i temperatury zimowe.                                                                   |
| PUMEKS                              | Porowata skała wulkaniczna stosowana w mieszankach glebowych w celu poprawy drenażu i przepływu powietrza wokół korzeni roślin.                                                          |

**PODWYŻSZONA  
GRZĄDKA  
OGRODOWA**

Pudełko lub rama wypełniona ziemią, umieszczona nad ziemią. Ułatwia ogrodnictwo poprzez poprawę drenażu gleby, ograniczenie chwastów i podwyższenie obszaru uprawy, dzięki czemu nie trzeba się tak bardzo schylać.

**ŁODYGA**

Łodyga kwiatowa, która wyrasta ze środka roślin takich jak czosnek lub szczypiopek. Zanim wyrosną nasiona, można ją zebrać i zjeść. Gdy nasiona wyrosną, można je zebrać i ponownie zasadzić.

**SADZONKI**

Młode rośliny, które dopiero zaczęły rosnąć z nasion (zwykle mają do 2 miesięcy).

**NOŻYCE**

Narzędzia przypominające nożyczki, służące do przycinania lub cięcia roślin, gałęzi lub liści.

**SIAĆ**

Sadzić nasiona, umieszczając je w glebie lub na jej powierzchni.

**STERYLNE**

Wolny od organizmów żywych, w tym mikroorganizmów wspomagających wzrost roślin.

**KIELNIA**

Małe narzędzie ręczne z ostrym łopatką służące do kopania, sadzenia lub przenoszenia ziemi.

**PRZERZEDZAĆ**

Aby usunąć nadmiar sadzonek, tak aby pozostałe miały miejsce do wzrostu.

**PRZYGOTOWANIE  
ZIEMI**

Głębokie przekopywanie lub spulchnianie gleby w celu przygotowania jej do sadzenia.

**TRANSPLANTACJA**

Przesadzenie rośliny z jednego miejsca (np. małej doniczki lub tacy na nasiona) do ziemi lub większego pojemnika.

**ODMIANY**

Różne odmiany tej samej rośliny, każda o własnych cechach, takich jak kolor, smak lub wielkość.

**PNĄCZA**

Rodzaj rośliny, która wyrasta z długich łodyg lub „pnączy” i może potrzebować podpory, aby się wspinać lub rozprzestrzeniać.

