

本地种植 MISSISSAUGA

室内栽培指南



通过这份循序渐进的
指南学习如何在室内
种植新鲜食物。



致谢

我们承认构成现今Mississauga市的土地，正是在这片土地上，我们维系着社会关系、种植、共享丰收成果，播撒种子并守护家园。这些土地属于Credit 第一民族Mississauga人的条约土地、豪德诺索尼族的传统领地与条约土地，以及阿尼希纳比族、休伦-温达特第一民族和怀安多特第一民族的传统领地。我们承认这些原住民及其祖先自古以来就在此地繁衍生息、守护家园。如今的Mississauga市，是原住民、梅蒂斯人和因纽特人共同生活的家园。

原住民饮食传统，无论过去还是现在，与土地密不可分、息息相关。Mississauga市与Ecosource机构始终秉持对原住民传统及土地守护精神的尊重。我们承诺将持续学习、积极参与真相与和解进程。

本指南由Mississauga市与Ecosource合作开发。我们谨此感谢社区合作伙伴及园艺师们的贡献，他们的专业知识为本资源的开发提供了重要依据。



为何选择室内种植食物？

在室内种植自给自足的蔬菜是一种充满成就感的体验。它不仅为您提供全年新鲜健康的食材，满足您的饮食习惯与文化偏好，还能成为全家共享的欢乐时光。室内园艺具有空间高效利用和资源节约的优势，能帮助您最大限度地利用光照、水分和土壤资源。本指南将带您掌握种植基础——从选址选材、选择易养护植物，到分享室内种植食物的实用技巧，助您轻松收获园艺乐趣。

园艺与气候行动

Mississauga市的城市农业战略认识到，食物园艺能够提升社区健康与生态环境质量。城市农业通过减少食品运输距离及相关温室气体（GHG）排放，为气候行动提供支持；同时还能通过降低社区温度、改善空气质量、促进雨水滞留、增加生物多样性及增强社区韧性，助力气候变化适应工作。

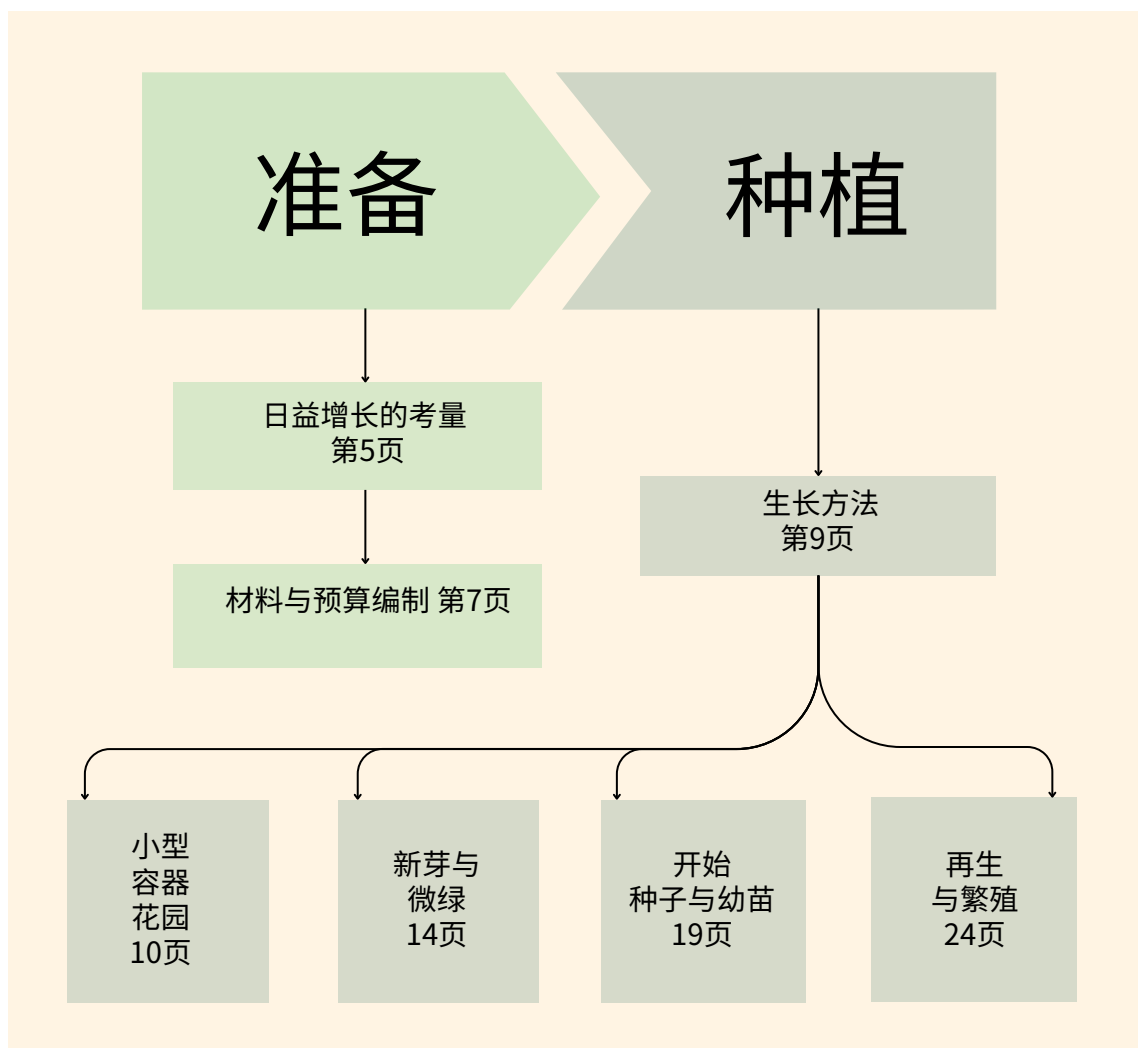


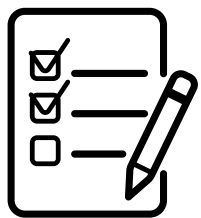
鉴于这些优势，Mississauga市致力于支持居民掌握技能以实现粮食种植与收获。

如何使用本指南

本指南提供基础指导，帮助您在家开展室内食物种植。内容分为两大部分：第一部分阐述室内食物种植的准备工作的准备工作，第二部分探讨多种种植方法。指南包含各阶段需注意事项的实用建议，以及Mississauga园艺师的智慧箴言。文末附有术语表，可快速查阅全书重点园艺术语。该指南已整合无障碍功能，包括无障碍字体、对比度及替代文本。为进一步支持无障碍访问，指南提供仅含替代文本的下载版本。

该指南已整合无障碍功能，包括无障碍字体、对比度及替代文本。为进一步支持无障碍访问，指南提供仅含替代文本的下载版本。





准备

室内花园规划方案



引言

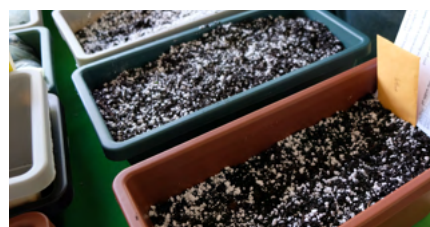
室内园艺让您能完全掌控种植环境，无需受制于户外变幻莫测的气候条件。虽然家中可能已具备部分植物所需的条件，但其他植物仍需通过巧妙设计或少量投入来营造适宜环境。以下是在开始实践时需重点注意的要点。

我如何准备我的种植地点？

✓ 泥土

室内土壤需考虑的因素包括：

- 引流材料：珍珠岩, 浮石, 或粗颗粒材料树皮形成气孔以使水分得以流通。
- 营养素：按包装说明频率添加有机堆肥、鱼乳剂及蚯蚓粪等肥料。植物生长缓慢或叶片黄化可能提示营养素不足，而叶片呈褐色通常表明营养素过量。质地：确保土壤疏松蓬松，使根系能够充分吸收空气、水分及养分。
- 无菌性：避免使用室外土壤（亦称表土、黑土或园土），因其可能携带病虫害、杂草及病原体。若需引入室外植物，须仔细检查是否存在昆虫或虫卵，并通过彻底冲洗或喷洒方式将其清除。
- 保水性：椰壳纤维、泥炭苔和堆肥树皮能有效锁水，不易变软。



逐渐更换土壤：
每年25%
每5年100%



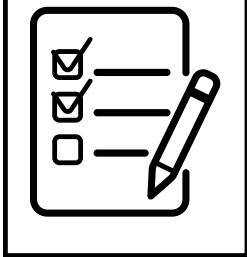
园艺小贴士

盆栽混合土非常适合室内园艺，因为它含有这些元素，但要避免使用盆栽土，因为盆栽土通常包含户外土壤，并且不是无菌的

按照以下配方自制盆栽混合土。



1份泥炭藓或椰纤维
1份珍珠岩或浮石
2份堆肥



光

多数植物每日需6-8小时光照。根据栽培需求，可能需辅以生长灯辅助光照。不同植物对光照条件要求各异，因此应根据实际光照环境选择适宜植物品种。



水

维持水分平衡水平：：过湿 → 霉变

- /腐烂
- 过干燥 → 应激/死亡

贴士：

- 需注意的是水生根系而非叶片。请确保花盆或容器具备适宜条件 底部设有排水孔，并配有集水托盘以收集下方积水，防止家具或窗台受损（切勿将花盆置于水中）。
- 持续浇水直至土壤完全湿润。两次浇水之间需让土壤略微干燥。



园艺小贴士

先在室内空间观察数日，以便为室内花园选择最佳位置。记录哪些区域能直接受到阳光照射，哪些区域被建筑物、电器或家具遮挡（参见上图）。注意观察光照模式随季节的变化规律。朝南的窗户（若条件允许）全年都能获得最稳定的光照。



授粉

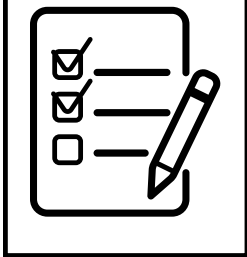
由于室内环境缺乏自然传粉者，应选择自花授粉植物（如番茄和辣椒）或无需传粉即可生产食物的植物（如绿叶蔬菜、根茎类作物及大多数草本植物）。



根部蔬菜 → 部分遮荫

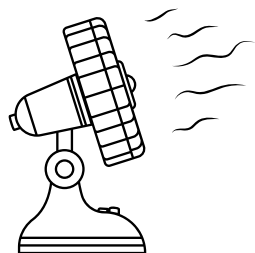
叶菜类 → 中等光照

豌豆、豆类、洋葱 → 全日照



✓ 气流

空气循环对于预防霉菌或疾病具有重要作用。



如何检测气流状况:

- 在植株顶部（叶片所在位置）附近握住一片薄组织或细线。
- 若其轻微移动，则表明气流良好。
- 若无移动迹象，则表明气流状况不佳。

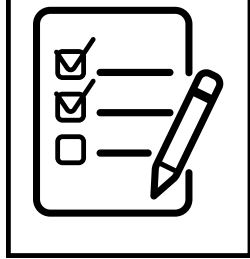
若存在气流不畅情况，可尝试使用吊扇或便携式风扇以改善空气循环。

✓ 空间

发挥空间优势，激发创意设计灵感。可采用藤架或墙面支架种植豌豆、豆类等攀援植物；若窗台空间有限，可悬挂花盆；小面积种植宜选用矮生或紧凑型植物品种。善用置物架、角落及壁挂花盆，既能最大化种植面积，又可避免家居空间拥挤。

发挥创意最大化空间利用，实现材料的升级改造循环利用





室内园艺需要哪些材料？

营造适宜条件需要特定材料，但室内园艺并不一定昂贵！我们推荐获取以下基础材料，这些材料可购买、再利用或借用。例如，可考虑从Mississauga种子库借取种子。通过这些经济实惠的建议，您只需不到50加元即可启动小型室内花园，并逐步投资先进材料以提升园艺品质。

基础的

- 盆栽/容器
- 种子或幼苗
- 喷雾瓶或小型浇水壶
- 手持工具（抹刀、剪刀）
- 盆栽土



先进的

- 便携式风扇用于增强植物茎秆强度并改善空气循环。
- 若您想扩展菜园种植无土蔬菜，可选用水培种植器。
- 微绿栽培垫可提供无土培养基，从而简化收获操作。
- 加热育苗垫以创造更有利于种子萌发及幼苗生长的环境。
- 种植灯具可提升花园的生产效率。灯泡在价格、光强度及光谱特性方面存在差异。



园艺小贴士

选择生长灯时需考虑以下因素：

光谱特性因植物种类而异。蓝光对叶片生长极为有利，红光则促进开花，因此采用全光谱“白光”LED生长灯更为适宜。适用于常规种植。



光照强度：多数室内植物在每日12-16小时的中等至高强度光照条件下生长良好。每球体10-50 ppf。

智慧之言

“说到种子采购，说实话我更倾向购买幼苗，因为家里室内空间有限，难以自行发芽种子。我主要在大型园艺中心和小型超市采购，更偏爱有机幼苗 ... 我喜欢亲手翻土，全身心投入种植和打理花园的过程。这让我暂时忘却繁重的办公工作和生活压力。自己种植食物既让人放松又充满成就感。”

- Iman Ahmed





种植

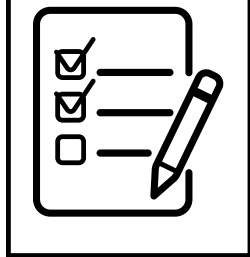
室内栽培法





种植

小容器园艺



引言

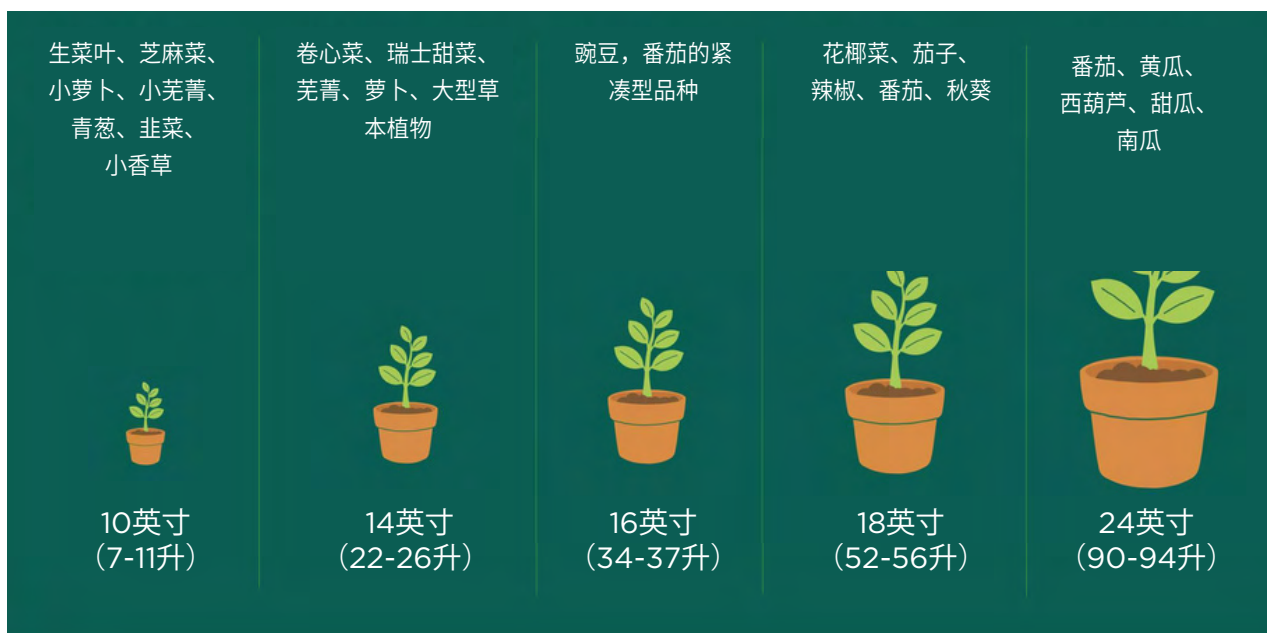
容器园艺是指在花盆、种植箱或改造容器中培育植物的种植方式。这种技术可实现全年无休的食品种植（无需后院空间），并能灵活设计符合个人需求的花园布局。在实践中需注意若干关键要素，例如选择适宜的花盆尺寸以及挑选适应室内环境的植物品种。

植物品种

某些植物品种更适合在容器或狭小空间中栽培。若空间有限，可选择“攀爬型”或“藤本型”植物，如菜豆、豌豆、黄瓜或西葫芦，但需配备棚架等支撑结构，如格架。若垂直种植空间有限，建议选择“抽穗型”或“紧凑型”品种，例如小豆角、迷你番茄或矮生胡萝卜。种子通常会标注适合阳台、花盆、窗台箱或城市花园的品种——这些品种同样适用于室内容器园艺。



容器直径（英寸）与体积（升）





集装箱材料

室内花园容器款式丰富多样，可根据空间大小和预算灵活选择。既可购买现成花盆（详见下文），也可改造易拉罐、水瓶、水桶或外卖容器等物品，但务必确保其符合食品安全标准！



	材料	费用	坚固耐用?	轻量	注释
	陶瓦	\$-\$\$\$ (根据大小)	✓	小、 大	✓ × 土壤迅速干燥
	塑料	\$	×	✓	直射阳光可使塑料受热，从而对植物造成伤
	塑料	\$\$	✓	小、 大	✓ ×

排水

排水性能指植物容器或花盆中多余水分的排出效率。良好的排水系统能通过促进空气流通、防止底部积水来预防根腐病。为确保排水效果，建议容器底部设计透气孔，并选用添加椰壳纤维、珍珠岩、浮石或堆肥树皮等改良材料的盆栽土。



园艺小贴士

你知道吗？往花盆底部加石头不仅不会改善排水，反而会因限制根系生长空间而使排水效果更差！

智慧之言

“早在2007年，我为已故妻子的生日选购了一株普通木槿树。这不仅是最钟爱的花卉，更是我们1996年在线测试微软软件时使用的昵称。最初植株栽于12英寸花盆中，夏季在户外生长，当天气预报显示初霜来临便移入室内。经过数年移植后，现已被移栽至16英寸陶土盆中。夏季户外开花时，移入室内后便会绽放繁花。时值十一月第三周，植株刚凋谢两朵花，现存三朵盛开花朵与五朵花蕾。至十二月中旬至下旬将完成花期，需进行三分之二的硬修剪。待六月新芽萌发后即可移回户外。不妨尝试选购木槿、橙树或柠檬树等耐寒易养的异国植物，让它们在夏季共享户外时光，冬季转入室内养护。将大型植物移入室内对身心都有益处。”

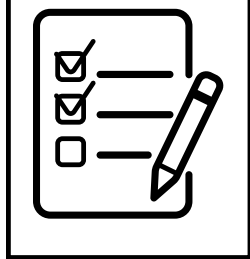
- Andrew Taylor





种植

新芽与微绿



引言

发芽和种植微型蔬菜是初学者友好的方式，可以在室内几天内生产新鲜、营养丰富的食物。它们只需要简单的用品，几乎不需要光照，因此几乎可以在任何地方轻松种植。由于这个过程快速、有趣且简单，这是让孩子们对种植食物和健康饮食产生兴趣的好方法。

新芽

幼苗是刚刚开始萌发的种子，会形成可食用的细小嫩枝。仅需数日即可完成培养，且完全依赖水体生长——无需土壤或光照。最终产出的新鲜、营养丰富的食材可全年享用。可采用下述罐装法，亦可使用滤网、托盘或布袋进行栽培。

材料

- 材料 发芽种子，如苜蓿、绿豆、生菜、萝卜、西兰花
- 纱布
- 弹性带
- 瓶

罐子发芽法

步骤

指令

1

取1至2汤匙种子倒入罐中，将纱布覆盖在顶部，并用橡皮筋固定。

2

向罐中注入冷水，搅拌均匀后沥干。

3

用清水重新灌装罐体并浸泡8-12小时。

4

将4份出水后，将罐子以一定角度倒置置于盘架、碗或烤盘上。

5

每日2次，每次取用后用冷水重新灌装药瓶，摇匀后倾倒。

6

继续该过程直至出现幼苗（约4-5天）

7

在移除纱布前，最后用清水冲洗并倒掉水，将豆芽倒入使用纸巾或布巾擦拭后，进食前需彻底擦干。



微绿

微绿蔬菜是指在初生真叶出现后即被食用的幼嫩蔬菜或草本植物。其生长迅速，可在薄层土壤或生长垫中进行栽培且对光照需求较低。尽管此类植物由可发育为完整植株的种子培育而成，但在幼嫩阶段食用时可获取高浓度营养物质——因此需注意控制其生长速度，避免过度发育。！

步骤

指令

1

将种子在水中浸泡8-12小时或过夜。

2

向容器内填充1-2英寸厚的盆栽土或其他生长介质。

3

将种子浸泡于排水剂中，然后以单层密集方式铺撒于土壤表层。

5

定期用水喷洒（每日2-3次）以保持湿润，但避免浸湿！

6

种子萌发后，应置于窗前以获得充足阳光。

7

为获得最佳营养效果，应在植株长出第一片真叶或达到2-3英寸高度时进行采收——通常需8-12天后完成。

8

取食时，用干净剪刀在土壤表面稍上方剪下，并清洗干净。

9

将剩余的育苗土作为种子弃置，因种子很可能无法再次发芽；若重复使用则存在病害传播、霉菌滋生及收成率降低的风险。



园艺小贴士

应选择干燥、未加工的完整种子，如条件允许，建议选择有机种子。也可购买专用种子。
标记用于萌发

材

- 微粒化种子如向日葵（带壳）、豌豆、荞麦、葫芦巴、芝麻菜
- 生长培养基，如盆栽土、椰壳纤维、育苗垫
- 浅槽或可回收容器
- 喷药瓶



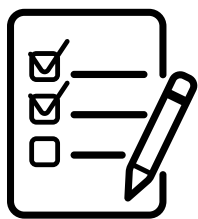
大麻生长垫



盆栽土



椰子



我该如何食用 我的芽菜和微 型蔬菜？

嫩芽和微绿蔬菜能为您的餐点增添酥脆口感、丰富风味及高营养价值。通常以生食为主，也可进行简单烹煮。可尝试以下食用方式：

- 沙拉配料
- 夹三明治或卷饼
- 撒在炒蛋、煎蛋卷或牛油果吐司上
- 拌入米饭或谷物碗中
- 在炒菜中加入绿豆或大豆芽



园艺小贴士

发芽过程存在一定风险，因此免疫功能低下者食用前应咨询医师。务必彻底清洗芽苗，将其储存于密闭容器中不超过7天，若出现黏液状或异常质地则应立即弃用。散发异味。

食谱

Kongnamul Muchim (韩国豆芽)



成分

- 2杯绿豆芽
- 1茶匙芝麻油
- ½ 茶匙盐
- 1茶匙芝麻
- 1瓣大蒜（切碎）
- 少量酱油 切碎的青葱

指示

1. 将一小锅水煮沸
2. 将豆芽焯水至略微软化。
3. 将物品置于冷水中快速排水并冷却。
4. 在碗中将豆芽与芝麻油、盐、大蒜、芝麻籽、酱油混合
5. 加上青葱拌匀即可享用！

您如何将豆芽添加到喜爱的膳食中？



智慧之言

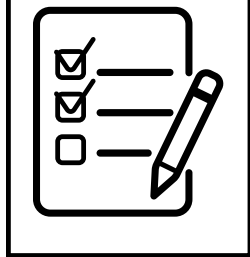
“我的社区园艺之旅始于2021年。随着生长季结束，我开始在家尝试发芽种植微型蔬菜。这种种植方式收获迅速、口感鲜嫩、成本低廉，最棒的是营养密度极高。我尝试过的主要品种包括：苜蓿、芝麻菜、西兰花、羽衣甘蓝、绿豆、芥菜和豌豆芽 ... 发芽时使用了玻璃罐、滤网和纸巾。整个过程简直易如反掌！刚开始确实遇到过霉菌滋生和发芽不均匀的小问题，但通过简单研究很快就解决了。新鲜采摘的蔬菜最适合拌入沙拉、制作卷饼或直接加入汤品中。我强烈推荐大家在家尝试，这样能省下超市采购的开支！”

- Shadow Lee



种植

起始种子 与幼苗



引言

对于番茄、茄子、羽衣甘蓝、绿叶蔬菜和香草等作物，采用育苗方式种植通常比直接播种在较大空间中效果更佳。但胡萝卜、萝卜、甜菜等根茎类蔬菜，以及豌豆、豆类等植物则最适合直接播种。既可购买现成幼苗，也可自行培育，待幼苗长势良好后移栽至室内外较大种植区域。如需了解更多关于户外种植的

培育幼苗有哪些益处？

- 省下在商店购物的钱
- 能够接触在当地可能难以获取的文化多样性
- 并对所采用的种植方法拥有控制权

材料

幼苗与普通室内植物具有不同的生长需求。作为幼苗阶段，其对光照（每日8-12小时）和温度（约26°C）的需求更高。若出现生长障碍，可能需要使用生长灯或加热育苗垫。

所用容器规格也各不相同。幼苗最初种植于小型容器（约2.25英寸），随着植株生长会移栽至4英寸大盆中，尤其适用于番茄、黄瓜和南瓜等作物。务必确保容器清洁并具备良好排水功能，同时在容器底部加装托盘，以防积水导致家具或窗台受损。

容器

塑料



能生物降解



再利用的





方法

按以下步骤在室内培育幼苗：

1 开始

- 向容器中加入种子发芽剂或盆栽土，但不要进行土壤压实处理。

2 种子种植

- 种植每个托盘格或小容器中种植同一植物品种的2-3颗种子。
- 一般规则：种植的深度应为种子长度

3 水生种子

- 使用喷雾瓶以避免种子受到扰动。
- 水分需渗透至根系。

4 薄苗

- 幼苗开始生长后，需移除间距过密的植株（建议每个托盘单元或小型容器内种植1-2株）。保留健康状况最佳、植株体型最大且茎秆最直立的植株。
- 将幼苗截除至土面以上，以减少对其他根系的干扰。

5 盆栽

- 移植 当真叶出现时，将幼苗移植至更大的花盆中。该操作有助于防止植株发生“根系受限”现象，并促进植株生长。
- 该操作有助于防止植株发生“根系受限”现象，并促进植株生长。

6 去硬化处理（适用于户外花园）

- 当室外温度达到植物适宜生长范围时，应进行光照暴露 将幼苗移至户外环境需5-7天。
- 初始阶段应在避风阴凉处进行1-2小时的适应性培养。逐渐增加户外活动时间及直射日光暴露量。

7 植物

- 将移植幼苗移栽至其“最终”位置，该位置可为较大花盆、土壤或高床。



园艺小贴士

如果最终种出的幼苗多于所需数量，不妨尝试与邻居或朋友交换使用。不同植物中！



智慧之言

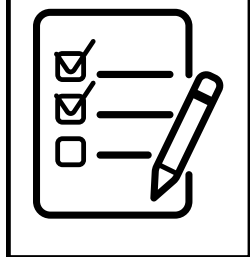
“想全年都能享受绿色生活？室内园艺无疑是延长种植季节的最佳选择。通过室内种植，我们能更好地掌控生长环境——调节光照、控制空气流通、调节温度、精准控制水分供给，这些在户外环境中都难以完全实现。入门必备三件套：室内盆栽土、种子，容器方面不妨利用空卫生纸卷、废旧金属罐甚至鸡蛋纸盒搭配托盘。香草种子不仅价格亲民，种植难度也更低。想要尝试更复杂的种植方案？不妨试试番茄和生菜，此时还需配备种植灯。若追求更高品质且预算稍高，推荐选择水培系统套装。祝您种植愉快！”

- Amalia Lukacs



种植

再生与繁殖法



引言

您是否知道，烹饪过程中剩余的蔬菜和香草残渣可以重新种植？并非所有蔬菜都适合这种方法，因此请遵循以下建议以确保成功。虽然再生蔬菜的质量可能不如原植株，但利用残渣进行种植是一种趣味性强、成本低廉的室内园艺尝试方式。

哪些“废料”最适合再生利用？

青葱
柠檬草
菠菜
小白
菜诸如罗勒、薄荷、香菜、迷迭香、牛至、百里香等草本植物
胡萝卜、甜菜、芜菁（仅顶部）

我该怎么处理厨房里的厨余垃圾？

适用于青葱、生菜、芹菜、白菜和卷心菜：

1. 保留蔬菜的基部（通常会被丢弃的部分）。
2. 将其置于小型透明玻璃容器或罐中。
3. 加入适量水，使水位刚好覆盖蔬菜基部。
4. 放在阳光充足的窗台上。
5. 3-7天后应可见新芽生长。随着生长发育，可采收并食用新芽。
6. 每1-2天更换一次水。
7. 若水体出现异味或蔬菜停止生长，则需弃用并更换新水。



用于草药（该方法亦称为繁殖法）

1. 使用4-6英寸长的茎段，切口位置应位于叶节下方。
2. 去除茎下部的叶片，但保留顶部部分叶片。
3. 将茎部放入装有水的玻璃杯或罐中，确保叶片不浸入水中（否则会腐烂）。
4. 将其置于明亮处，避免直射阳光。
5. 每2-3天更换一次水以保持新鲜度。
6. 根系应在1-2周内萌发；当根长达到1-2英寸时，将其移栽至盆栽土中。
7. 等待植物稳定生长约1-2周后，再进行采收并食用新采集的草药。

适用于甜菜、胡萝卜、芜菁：

1. 保留蔬菜顶部1英寸部分。
2. 将其切面朝下放入碗中
3. 加入适量水，使水位刚好覆盖蔬菜基部。
4. 放在阳光充足的窗台上。
5. 4-5天后应可见绿叶生长。注意：根茎类蔬菜本身不会生长。
6. 随着它生长，可以采收嫩芽食用，可加入沙拉、青酱或汤中享用。
7. 每2-3天更换一次水。
8. 若植株出现异味或生长停滞，建议及时换盆并使用新鲜基质。



园艺小贴士

若想让蔬菜残茬长得更快更壮，待其开始生长后，可将其移栽至盆栽土中，仅保留新芽部分。更多养护技巧请参考《容器园艺》章节中的种植建议





智慧之言

“万物渴望生机！我热衷于从被食用的农产品中培育新芽，即便没有种子，也能从蔬菜残渣碎片乃至具有生根潜力的草本茎秆中重新生长。我曾用胡萝卜、茼蒿、甜菜乃至秋葵中心的根部，成功培育出薄荷、圣罗勒、大蒜、洋葱、生菜等绿叶蔬菜。只需水和容器即可。目睹植物在部分被啃食、受损或开始腐烂后仍能存活，这种生命力令人惊叹。最近我从花园大蒜中重新培育出一颗被剥皮后遗忘的蒜瓣——其一侧有瘀伤斑点。我剔除可食用部分，保留根系核心，用黏土球和水进行盆栽培育，并定期换水。如今植株已长至约30厘米高，可直接采收绿叶，亦可移栽土壤培育种子。更令人振奋的是，它可能再次结出完整鳞茎。我通过长辈传授、社交媒体和园艺社群积累了丰富经验，其中最妙的是通过反复尝试与探索获得的智慧！”

- Sadia Butt

词汇表

词汇表 以下是若干常见园艺术语的列表，其中包含可能不熟悉的术语及其含义的清晰解释。

用沸水煮白 将蔬菜或水果短暂煮沸后，立即用冰水快速冷却以终止烹饪过程。

粗磨树皮 用于盆栽土中的较大块状树皮，可促进水分排出，防止土壤过紧，并为植物根系提供更广阔的空间。

椰子 一种由椰壳制成的纤维，用于替代泥炭藓以保持土壤湿度。

堆肥 食物残渣、树叶、粪便及其他随时间降解且不再含有毒素的天然材料，可添加至土壤中以改善其健康状况。

腐熟树皮 随时间推移逐渐分解为质地较软、类似土壤的树皮。其通过保持水分、补充养分以及促进植物根系生长，有助于改善土壤质量。

排水 水从花盆或土壤中流出的难易程度。良好的排水性能可防止水分滞留在植物根部周围，从而有效预防根腐病并维持植株健康。

鱼乳剂 一种由加工鱼类及鱼废料制成的液体肥料。该肥料富含营养成分，可直接施用于土壤或水中，用于室内及室外植物的营养供给。

食品安全 搜索网络该材料不会向食品中释放有害化学物质。

发芽 种子生长的最初阶段。种子开始萌发根系和微小叶片，进而发育为新植株。

生长灯 专业植物生长灯通过提供植物所需的光照，帮助室内植物茁壮成长。它们能让您在缺乏充足自然阳光的环境中培育植物。

生长垫

一种平坦表面，通常由毛毡或麻纤维等材料制成，用于种植微型蔬菜。该表面可容纳种子并在萌发期间保持湿润，从而便于在室内无土条件下培育小型植物。

生长介质

植物生长所需的材料，例如土壤、椰壳纤维或无土混合物。

收成

名词：指植物成熟可食用时采集的果实、蔬菜或草药等食物。

收获

动词：从花园中采集已成熟可供食用的蔬菜、水果或草药。

加热育苗垫

又称温床垫，是一种扁平式电热垫，可温和加热种子的土壤或栽培基质。额外的热量有助于种子更快发芽。

溶液培养

一种无需土壤即可种植植物的方法。植物通过根系在含有全部所需营养物质的水中生长。

叶节点

植物茎干上叶片生长及新枝或根系形成的位置。

亮度

照射植物的光照强度或亮度。较高的光照强度意味着植物接收更多光能以促进生长；较低的光照强度则表示植物获得的光照量较少。

光谱

生长灯产生的不同波长或颜色的光混合物。

水分

土壤中的水分含量，植物生长所需但过量或不足均不可。

营养物

生物体生长健康强壮所需的维生素、矿物质及其他物质

泥煤苔

一种由苔藓制成的多孔材料，有助于土壤保持水分；泥炭藓的采集会释放碳，因此不被视为可持续材料。

珍珠岩

一种由苔藓制成的多孔材料，有助于土壤保持水分；泥炭藓的采集会释放碳，因此不被视为可持续材料。



授粉 植物为产生种子或果实所经历的过程。

传粉者 动物或昆虫（如蜜蜂、蝴蝶、蝙蝠及鸟类）将花粉从一朵花传递至另一朵花，这一过程有助于植物形成种子或果实。

繁殖法 通过种子、插条或其他植物部位培育新植株的过程。

浮岩 一种多孔火山岩，用于土壤混合物中以改善植物根部周围的排水性和空气流通性。

刚出芽的幼苗 刚从种子萌发的幼苗（通常生长周期不超过2个月）。

自花传粉 一种无需动物、昆虫或风力协助即可产生种子或果实的植物。

无菌 无有害微生物、细菌、真菌或化学物质污染。

茎 植物生长于根系上方并支撑叶片、芽或花朵的主要茎干或枝条。

移植 将植物从一个位置（如小盆或育苗盘）移栽至土壤或较大容器中。

格架 由木材、金属或塑料制成的框架、梯子或网格结构，供植物攀附生长。

真叶 幼苗在长出第一片微小叶片（称为子叶）后出现的叶片。正常成熟的叶片与成年植株叶片形态相似，且能够完成完整的光合作用。

变种 同一植物的不同类型，各自具有独特的性状特征，如颜色、味道或大小。

蠕虫粪 蚯蚓在摄食土壤和有机物后产生的富含营养的排泄物，是一种优质的天然肥料。





 **ecosource**
Growing a Green Community

 **MISSISSAUGA**