

growing food IN THE CITY

Gardening in Western Washington

ການເຮັດສວນຄົວໃນວໍຊິງຕັນຕາເວັນຕົກ

Seattle's climate is cool and wet, with cool dry summers. So heat-loving crops from hotter climates, like tomatoes, corn and peppers, are harder to grow here. But our mild spring, fall, and winter weather allows us to grow cool-loving Asian greens, kale, collards, spinach, and onions year 'round.

Starting Your Garden

Learn in this guide how to:

Choose a place to garden

- You need at least 6 hours of sun – without shade from trees or buildings. Make sure a water supply is close.
- Consider sharing garden space with neighbors, or join a P-Patch or other community garden.

Prepare your soil for planting

- Dig compost into the soil, or bury plant and food scraps.
- Mound up soil into raised beds.

Choose the right seeds to plant

- Grow what your family likes to eat, but choose vegetables that will grow well in our cool weather.
- Plant seeds at the depth and spacing on the seed packet.
- Plant when the soil is warm enough. Select seeds that say "80 days" or less to harvest on the seed packet.
→ See calendar on back.

Wait until May 15 to seed or transplant heat-loving plants.

- Tomatoes, peppers and eggplant should be started in a greenhouse, then transplanted to beds in May.

Water and weed your garden

- Seedlings need water daily. Water mature plants 2-3 times a week if it hasn't rained.

Harvest, and prepare garden for winter

- Ask other gardeners when to harvest, or read seed packet.
- Cover beds before winter with mulch, or plant winter cover crops.



ສະພາບອາກາດຢູ່ ຊີເອເທິລແມ່ນເຢັນ ແລະຊຸ່ມ, ທີ່ມີລະດູຮ້ອນທີ່ແລ້ງແລະເຢັນ.

ດັ່ງນັ້ນພືດທີ່ມັກຄວາມຮ້ອນຈາກສະພາບອາກາດອື່ນເຊັ່ນ: ໝາກເລັ່ນ, ສາວີ ແລະ ໝາກເຜັດໃຫຍ່, ແມ່ນບຸກຢູ່ແຖບນີ້ຍາກກວ່າ. ແຕ່ອາກາດທີ່ເຢັນສະບາຍໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ, ລະດູໃບໄມ້ລົ້ນ, ແລະ ລະດູໜາວເຮັດໃຫ້ເພວກເຮົາສາມາດປູກພືດອາຊີທີ່ມັກອາກາດເຢັນ ເຊັ່ນ: ຜັກກາດນາ, ຜັກຄອນລາຣດ, ຜັກຫົມ ແລະ ໃບຜັກບົ່ວໄດ້ຕະຫຼອດປີ.

ເລີ່ມຕົ້ນເຮັດສວນຄົວຂອງທ່ານ

ຄໍາແນະນຳນີ້ສອນໃຫ້ທ່ານຮູ້ກ່ຽວກັບ

ເລືອກບ່ອນເຮັດສວນຄົວ

- ຢ່າງນ້ອຍຕ້ອງໄດ້ຮັບແສງຕາເວັນ 6 ຊົ່ວໂມງ - ໂດຍບໍ່ມີຮົ່ມຈາກຕົ້ນໄມ້ ຫຼື ອາຄານ. ຮັບປະກັນວ່າບິດນ້ຳຢ່າງດີ.
- ເລືອກໃຊ້ບ່ອນເຮັດສວນຄົວຮ່ວມກັບເພື່ອນບ້ານ, ຫຼື ຮ່ວມກັບ P-Patch ຫຼື ສວນຄົວຊຸມຊົນອື່ນໆ.

ກຽມດິນສຳຫຼັບການປູກ

- ຊຸດຝຸ່ນບົ່ມລົງໃນດິນ, ຫຼື ເສດພິດ ຫຼື ເສດອາຫານລົງໃນດິນ.
- ເຮັດດິນໃຫ້ເປັນໜານ.

ເລືອກເມັດພັນທີ່ຖືກຕ້ອງເພື່ອປູກ

- ປູກສິ່ງທີ່ຄອບຄົວຂອງທ່ານຕ້ອງການກິນ ແຕ່ເລືອກຜັກທີ່ຈະຂຶ້ນໄດ້ດີໃນອາກາດໜາວ.
- ປູກເມັດພັນໃນຄວາມເລິກ ແລະ ໄລຍະຫ່າງທີ່ບອກໃນທີ່ເມັດພັນ.
- ປູກເມື່ອດິນອຸ່ນພຽງພໍ, ເລືອກເມັດພັນທີ່ຂຽນໃນທີ່ເມັດພັນວ່າໃຊ້ເວລາເກັບກ່ຽວພາຍໃນ "80 ມື້" ຫຼືໜ້ອຍກວ່າ.

→ ເບິ່ງປະຕິທິນທາງດ້ານຫຼັງ

ຖ້າຈົນກວ່າຮອດວັນທີ 15 ພຶດສະພາ ເພື່ອຫວ່ານເມັດ ຫຼື ປູກພືດທີ່ມັກອາກາດຮ້ອນ.

- ໝາກເລັ່ນ, ໝາກເຜັດໃຫຍ່ ແລະ ໝາກເຂືອຄວນເລີ່ມປູກໃນເຮືອນກະຈົກ, ຈາກນັ້ນປູກໃນໜານໃນເດືອນພຶດສະພາ.

ຫົດນ້ຳ ແລະ ເສຍຫຍ້າສວນຂອງທ່ານ

- ເມັດພັນຕ້ອງການນ້ຳທຸກມື້. ຫົດນ້ຳຜັກທີ່ໃຫຍ່ແລ້ວ 2-3 ເທື່ອຕໍ່ອາທິດຖ້າຝົນບໍ່ຕົກ.

ເກັບກ່ຽວ, ແລະກຽມສວນສຳຫຼັບລະດູໜາວ

- ຖາມຜູ້ອື່ນວ່າເມື່ອໃດທີ່ຕ້ອງເກັບກ່ຽວ ຫຼື ອ່ານໃນທີ່ເມັດພັນ.
- ບົກໜານຜັກດ້ວຍຫຍ້າບົກກ່ອນລະດູໜາວ, ຫຼື ແຜ່ນບົກພຶດລະດູໜາວ.



Questions? Garden Hotline (206) 633-0224 ມີຄໍາຖາມບໍ່? ໂທຫາສາຍດ່ວນສວນຄົວ

City of Seattle

Available in alternate formats on request: (206) 633-0224 TTY: (206) 233-7241

Printed on recycled paper Growing Food: Gardening in Washington – English/Laotian ©2010 Seattle Public Utilities, rev. 12/2019

Choose a Place to Garden

Where is there sun?

Most vegetables need at least six hours of direct sunlight a day to grow well. Watch where the sun shines on your yard, and pick the sunniest spots to garden. Trees or buildings can block the sun, especially in spring or fall. A south-facing wall will warm quickly in the spring, and be good for heat-loving plants like tomatoes and peppers in summer.



Where can you grow?

Turn sunny lawn areas into garden by removing and composting the sod. Or to kill the lawn by covering it with 12 inches (30 cm) of wet fall leaves in November. Cover the leaves with cardboard or black plastic. Wait until May to dig up the area and start planting.



Build raised beds. Mix soil with compost. Mound the soil up into a raised bed to help the soil warm in spring. Plan paths between beds so you never walk on your loose, compost-amended soil. You can add sides to your raised beds made from concrete blocks, broken concrete, wood or plastic lumber. Don't use chemically treated wood.



Try gardening in containers. You can use large pots or half-barrels to grow tomatoes, peppers, greens, even berries.

Grow vertically on a sunny wall or in a window. Climbing plants like beans, tomatoes and cucumbers will grow if you provide good soil and poles for support.



Share with a neighbor, or join a community garden! Seattle's P-Patch program can help you find a community garden near where you live. They are great places to grow food, learn, and meet other gardeners.



ເລືອກສະຖານທີ່ເຮັດສວນ

ຕະເວັນຢູ່ໃສ?

ຜັກສ່ວນໃຫຍ່ຕ້ອງການແສງແດດທີ່ສອງໂດຍກົງຢ່າງນ້ອຍມື້ລະ 6 ຊົ່ວໂມງເພື່ອໃຫ້ຂຶ້ນດີ. ເບິ່ງວ່າແສງຕາເວັນສ່ອງມາໃນສວນຂອງທ່ານບ່ອນໃດ ແລະ ເລືອກບ່ອນທີ່ມີແສງທີ່ສຸດເຮັດສວນ. ຕົ້ນໄມ້ ຫຼື ອາຄານອາດບັງແສງແດດ, ໂດຍສະເພາະໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ. ຜາເຮືອນທີ່ຫັນໜ້າໄປທາງໃຕ້ຈະອຸ່ນໄວໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ, ແລະ ດີສຳຫຼັບຜິດທີ່ມັກຄວາມຮ້ອນເຊັ່ນໝາກເລັ່ນ ແລະ ໝາກເຜັດໃຫຍ່ໃນລະດູຮ້ອນ.

ຂ້ອຍສາມາດບູກໄດ້ຢູ່ໃສ?

ປ່ຽນສະໜາມຫຍ້າທີ່ຖືກແດດມາເປັນສວນຄົວ ໂດຍການເສຍຫຍ້າແລະປັ້ມຫຍ້າ. ຫຼືຂ້າຫຍ້າໂດຍການປົກດ້ວຍໃບໄມ້ຫຼິ້ນໃນເດືອນພະຈິກດ້ວຍຄວາມໜ້າ 12 ນິ້ວ (30 ຊມ). ປົກໃບໄມ້ດ້ວຍເຈ້ຍແກັດ ຫຼື ແຜ່ນຢາງສີດຳ. ຖ້າຈົນຮອດເດືອນພຶດສະພາຂຸດດິນບໍລິເວນນັ້ນແລະເລີ່ມປູກຜັກ.

ເຮັດໜານຍົກສູງ ປະສົມດິນກັບຝຸ່ນປົ້ມ. ເຮັດໜານຂຶ້ນສູງເພື່ອຊ່ວຍໃຫ້ດິນອຸ່ນໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ. ບູກຜັກໃນໜານເພື່ອທີ່ວ່າທ່ານຈະບໍ່ໄດ້ຢ່າງຢຽບດິນທີ່ຜະສົມຝຸ່ນປົ້ມ. ທ່ານສາມາດເສີມຂ້າງໜານຜັກດ້ວຍບລອກຊີເມັນ, ໄມ້ແຜ່ນ ຫຼື ແຜ່ນພວາສຕິກ. ຫ້າມໃຊ້ໄມ້ທີ່ມີສານເຄມີ.

ພະຍາຍາມປູກຜັກໃນພາສະນະ. ທ່ານສາມາດໃຊ້ໜ້າໃຫຍ່ ຫຼື ພ້ອມຕັດເຄິ່ງເພື່ອປູກໝາກເລັ່ນ, ໝາກເຜັດໃຫຍ່ ຫຼື ແມັກກະທັ້ງ ຕົ້ນເປືອ້.

ປູກເປັນທາງຕັ້ງ ຕາມຜາເຮືອນ ຫຼື ບ່ອນຢຽມທີ່ຖືກແດດ. ໄມ້ເລື້ອຍເຊັ່ນ ໝາກຖົ່ວ, ໝາກເລັ່ນ ແລະ ໝາກແຕງຈະຂຶ້ນດີຖ້າຫາກທ່ານມີດິນດີ ແລະ ມີຫຼັກຊ່ວຍ.

ເຮັດຮ່ວມກັບເພືອນບ້ານ, ຫຼື ຮ່ວມກັບສວນຂອງຊຸມຊົນ! ແຜນງານຊີເອເທິວ P-Patch ສາມາດຊ່ວຍທ່ານຫາສວນຊຸມຊົນໃກ້ບ່ອນທີ່ທ່ານຢູ່, ເຊິ່ງເປັນບ່ອນທີ່ດີສຳຫຼັບປູກຜັກ, ຮຽນຮູ້ ແລະ ພົບກັບຊາວສວນຜູ້ອື່ນ.

Testing your soil for lead or other contamination Soil near old houses with peeling paint, or next to streets or in industrial areas may have lead, arsenic, or other contamination.

Call the Garden Hotline to find out where to get your soil tested, or to get a copy of WSU's [Gardening on Contaminated Soils](#). If you suspect that your soil is contaminated, build a raised bed and add 8 inches (20 cm) of fresh soil with compost.

ທົດສອບດິນຂອງທ່ານຫາສານກົ່ວ ຫຼື ສານບົນເປື້ອນອື່ນ ດິນໃກ້ເຮືອນເກົ່າທີ່ມີສີວອກ, ຫຼື ໃກ້ກັບຖະໜົນ ຫຼື ໃນເຂດອຸດສະຫະກຳອາດມີສານກົ່ວ, ສານອາຣເຊນິ, ຫຼື ສານບົນເປື້ອນອື່ນໆ.

ໂທຫາສາຍດ່ວນສວນຄົວເພື່ອຊອກຮູ້ວ່າຈະເອົາດິນທ່ານໄປທົດສອບຢູ່ໃສ, ຫຼື ເອົາສຳເນົາເອກສານຂອງ WSU ໃນຫົວຂໍ້ [Gardening on Contaminated Soils](#) (ການເຮັດສວນໃນດິນທີ່ມີສານບົນເປື້ອນ). ຖ້າທ່ານສົງໄສວ່າດິນຂອງທ່ານມີສານບົນເປື້ອນ, ເຮັດໜານຍົກສູງ ແລະ ເພີ່ມດິນສົດພ້ອມທັງຝຸ່ນປົ້ມໃຫ້ມີຄວາມໜາ 8 ນິ້ວ (20 ຊມ).

Prepare Soil for Planting

Compost is decomposed plants (leaves, grass, dead plants) and food waste. Compost helps soil holds nutrients and water to grow healthy plants. You can make your own compost from grass clippings, leaves, sod, weeds, plants and food wastes, or you can buy compost. You can also bury food waste in the garden, or chop and drop plants.

Mulch is any material you spread on top of the soil, to conserve water, control weeds, and slowly feed the soil as it decomposes. Good mulches for gardens include fall leaves, plant and grass clippings, straw, coffee hulls, or compost.

Mix compost into your garden soil.

Dig to loosen the soil 8 to 12 inches deep (20-30 cm) with a shovel or garden fork. Spread compost 2 or 3 inches deep (5-8cm). Then mix the compost into the soil.

Or bury food and plant waste at least 6 inches (15 cm) deep to compost.

Soil for container growing

Mix one part compost with two parts sandy soil. Drainage in containers can be improved by adding a larger material like pea gravel or medium bark. You can also buy pre-mixed "potting soil." If you have old potting soil in containers, you can add about 1/4 compost to freshen it for a new growing season.

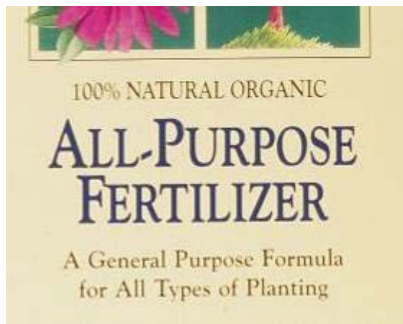
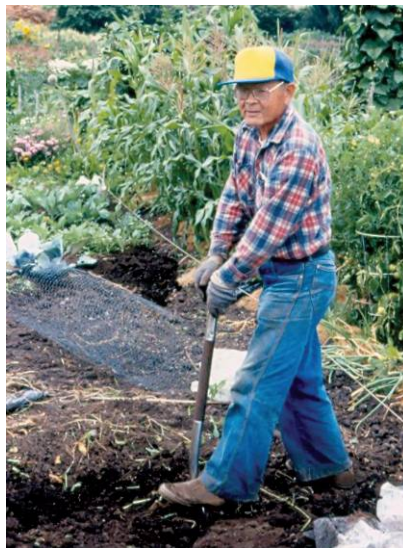
Buying fertilizer?

Look for "organic".

While vegetables get most of the nutrients they need from compost, a complete "organic" (from natural sources) fertilizer can speed their growth. Look for "organic vegetable fertilizer" or fish fertilizer at your garden store.

Get a soil test to discover other nutrient needs.

Washington soils may need lime every few years, which adds calcium and reduces acidity. Mix about 4 pounds (1.5 kg) of lime into soil per 100 square feet (9.3 square meters). Ask the Garden Hotline where you can send your soil sample for a test that will tell you about lime and other nutrient needs.



ການກຽມດິນເພື່ອປູກຜັກ

ຝຸ່ນບົ່ມ ແມ່ນການຍ່ອຍສະຫຼາຍຂອງພືດ (ໃບໄມ້, ຫຍ້າ, ພືດທີ່ຕາຍແລ້ວ) ແລະ ເສດອາຫານ. ຝຸ່ນບົ່ມຊ່ວຍໃຫ້ດິນຮັກສາອາຫານແລະນ້ຳໄວ້ເພື່ອໃຫ້ຜັກທີ່ປູກ ແຂງແຮງ. ທ່ານສາມາດເຮັດຝຸ່ນບົ່ມເອງໄດ້ຈາກຫຍ້າ, ເສດໃບໄມ້ທີ່ເຫຼືອຈາກການຕັດແຕ່ງ, ໃບໄມ້, ວັດສະພິດ, ພືດ ແລະ ເສດອາຫານ, ຫຼື ທ່ານຈະຊື້ຝຸ່ນບົ່ມກໍໄດ້. ທ່ານຍັງສາມາດຜັງເສດອາຫານໃນສວນຂອງທ່ານ ຫຼື ຕັດ ແລະ ຖິ້ມພືດລົງໃນສວນກໍໄດ້.

ຫຍ້າບົກ ແມ່ນຫຍ້າກະໄດ້ທີ່ເອົາມາບັກເທິງໜ້າດີ, ເພື່ອຮັກສານ້ຳ, ຄວບຄຸມວັດສະພິດ, ແລະເປັນການໃຫ້ອາຫານດິນຢ່າງຊ້າໆໃນລະຫວ່າງທີ່ມັນຍ່ອຍສະ ຫຼາຍ. ຫຍ້າບົກທີ່ດີສ່ຳຫຼັບສວນແມ່ນໃບໄມ້, ເສດທີ່ໄດ້ຈາກການຕັດຕົ້ນໄມ້ ຫຼື ຫຍ້າ, ເລືອງ, ວ່າຕົ້ນກາເຟ, ຫຼື ຝຸ່ນບົ່ມ.

ປະສົມຝຸ່ນບົ່ມໃສ່ໃນດິນ.

ຂຸດດິນລົງໄປ 8 ຫາ 12 ນິ້ວ (20-30 ຊມ) ດ້ວຍຊັວນ ຫຼື ຄາດ. ຫວ່ານຝຸ່ນບົ່ມໃຫ້ໜາ 2 ຫາ 3 ນິ້ວ (5-8 ຊມ). ຈາກນັ້ນປະສົມຝຸ່ນບົ່ມເຂົ້າກັບດິນ.

ຫຼືຜັງເສດອາຫານ ແລະ ເສດຕົ້ນໄມ້ ຢ່າງນ້ອຍ 6 ນິ້ວ (15 ຊມ) ເພື່ອບົ່ມຝຸ່ນ.

ດິນສ່ຳຫຼັບປູກຜັກໃນພາສະນະ

ປະສົມຝຸ່ນບົ່ມໜຶ່ງສ່ວນຕໍ່ດິນຊາຍສອງສ່ວນ, ພາສະນະທີ່ສາມາດລະບາຍນ້ຳໄດ້ສາມາດເຮັດໄດ້ໂດຍຕື່ມສ່ວນປະສົມທີ່ເປັນຕ່ອນໃຫຍ່ເຊັ່ນເປືອກຖົ່ວດິນ ຫຼື ເສດໄມ້ຂະໜາດກາງ. ທ່ານຍັງສາມາດຊື້ "ດິນສ່ຳຫຼັບໃສ່ກະຖາງ" ທີ່ຜະສົມແລ້ວ. ຖ້າທ່ານມີດິນສ່ຳຫຼັບກະຖາງໃນພາສະນະເກົ່າຂອງທ່ານ, ທ່ານສາມາດຕື່ມຝຸ່ນບົ່ມເຂົ້າໄປໃນສັດສ່ວນ 1/4 ເພື່ອເຮັດໃຫ້ດິນ ສົດພ້ອມສ່ຳຫຼັບການປູກໃນລະດູໃໝ່.

ຊື້ບໍ່ຍ?

ຫາ "ຝຸ່ນຊີວະພາບ".

ໃນຂະນະທີ່ຜັກໄດ້ສານອາຫານທັງໝົດຈາກຝຸ່ນບົ່ມ, "ຝຸ່ນຊີວະພາບ" ລ້ວນ (ມາຈາກທຳມະຊາດ)ສາມາດເລັ່ງການຂຶ້ນຂອງຜັກ. ຊອກຫາ "ຝຸ່ນຊີວະພາບສ່ຳຫຼັບຜັກ" ຫຼື ຝຸ່ນຊີວະພາບສ່ຳຫຼັບປາໃນຮ້ານຂາຍເຄື່ອງສວນໃກ້ບ້ານທ່ານ.

ເອົາດິນໄປທົດສອບເພື່ອຊອກຫາຄວາມຕ້ອງການສານອາຫານ.

ດິນຂອງວ່າຊຶງຕ້ານອາດຕ້ອງການປຸນເພີ່ມທຸກສອງສາມປີ, ເພື່ອເພີ່ມເສລາຊຽມ ແລະ ຫຼຸດອາຊິດ. ປະສົມປຸນ 4 ພາວ (1.5 ກວ) ຕໍ່ດິນຂະໜາດ 100 ຕາພິດ (9.3 ຕາແມດ). ຖາມສາຍດ່ວນສວນຄົວກ່ຽວກັບບ່ອນທີ່ທ່ານສາມາດສົ່ງຕົວຢ່າງດິນໄປທົດສອບ, ເຊິ່ງຈະຊ່ວຍໃຫ້ທ່ານຮູ້ກ່ຽວກັບປຸນ ແລະ ສານອາຫານອື່ນທີ່ດິນທ່ານຕ້ອງການ.

Plant the Right Seeds, at the Right Time

Choose plants that grow well in our cool climate.

Grow what your family likes to eat, but choose varieties of vegetables that will grow well in our cool, wet spring weather and cool, dry summers.

When to plant

Seeds need soil warm enough to sprout – typically at least 50-60°F (10-16°C). You can wait until the soil warms in May, or use a plastic cover to warm it more quickly.

Read seed packets for planting dates, and choose ones that say “80 days” or less to harvest. Peas and potatoes can be planted in March, but leafy greens should wait until April, and heat-loving crops like corn until late May.

Or buy seedling plants of heat-loving, long-season tomatoes, peppers, and eggplant, to transplant into the garden in late May. You can also grow them yourself from seeds planted indoors in March, in containers in a sunny window.

➔ See the Calendar on back page.

Planting seeds

Read the seed packet for planting depth and time. Tiny seeds like lettuce, carrots, and collards can be scattered on the prepared soil surface, then covered with a thin layer of compost or soil. Don't plant these tiny seeds too deep! Larger seeds like peas, corn, and squash can be pushed with your finger one at a time into the prepared soil, at the depth and spacing described on the packet. Then water slowly to deeply moisten the soil.

Transplant heat-loving plants from greenhouse to garden in late May.

Make a hole as wide the seedling's roots. Add compost or a sprinkle of fertilizer. Spread roots out, and gently push soil in around the roots. Water well. Plant at the same depth as the plant was in the pot at the greenhouse.

Water young seedlings regularly. Cover and protect seedling plants from extreme heat or cold until they are strong.



ປູກເມັດພັນທີ່ຖືກຕ້ອງໃນເວລາທີ່ຖືກຕ້ອງ

ເລືອກຜັກທີ່ຂຶ້ນດີໃນສະພາບອາກາດເຢັນຂອງພວກເຮົາ.

ປູກໃນສິ່ງທີ່ຄອບຄົວຂອງທ່ານມັກກິນ, ແຕ່ເລືອກຊະນິດຜັກທີ່ເກີດຂຶ້ນດີໃນສະພາບອາກາດເຢັນ, ຊຸ່ມໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ ແລະ ເຢັນແຫ້ງໃນລະດູຮ້ອນ.

ຈະປູກເມັດໃດ

ເມັດພັນຕ້ອງການໃຫ້ດິນອຸ່ນພຽງພໍເພື່ອໃຫ້ເກີດເປັນເປັຍ- ໂດຍທົ່ວໄປແລ້ວແມ່ນຢ່າງໜ້ອຍ 50-60°F (10-16°C).

ທ່ານສາມາດຖ້າຈົນຕົນອຸ່ນໃນເດືອນພຶດສະພາ, ຫຼື ໃຊ້ແຜ່ນຢາງປົກເພື່ອເຮັດໃຫ້ດິນອຸ່ນໄວຂຶ້ນ.

ອ່ານໃນຫໍ່ເມັດພັນ ສາຫຼັບເບິ່ງວັນທີ ແລະ ເລືອກໂຕທີ່ຂຽນວ່າໃຊ້ເວລາ “80 ວັນ” ຫຼື ໜ້ອຍກວ່າໃນການເກັບກ່ຽວ. ຖ້ວງດິນ ແລະ ມັນຜະລິດສາມາດປູກໃນເດືອນມີນາ, ແຕ່ຜັກໃບຂຽວຄວນຖ້າຈົນເຖິງເດືອນເມສາ, ແລະ ພຶດທີ່ມັກຄວາມຮ້ອນເຊັ່ນໝາກສາລີສາມາດຖ້າເຖິງທ້າຍເດືອນ ພຶດສະພາ.

ຫຼືຊື້ເປັຍຜັກ ທີ່ມັກຄວາມຮ້ອນແລະໃຊ້ເວລາການ ເຊັ່ນໝາກເລັ່ນ, ໝາກເຜັດໃຫຍ່, ແລະ ໝາກເຂືອເພື່ອປູກໃນສ່ວນໃນເດືອນພຶດສະພາ. ທ່ານຍັງສາມາດປູກຈາກເມັດພັນດ້ວຍໂຕທ່ານເອງໃນອາຄານໃນ ເດືອນມີນາ, ໃນພາສະນະໃນປ່ອງຢ້ຽມທີ່ໃກ້ແສງແດດ.

➔ ເບິ່ງປະຕິທິນໃນໜ້າຫຼັງ.

ກ້າເປັຍຈາກເມັດພັນ

ອ່ານໃນຫໍ່ເມັດພັນເພື່ອເບິ່ງຄວາມເລິກ ແລະ ເວລາໃນການປູກ. ເມັດພັນເມັດນ້ອຍເຊັ່ນຜັກສະລັດ, ກາລົດ, ແລະ ຄອວລາດສາມາດຫວ່ານໃນໜ້າດິນ, ຈາກນັ້ນປົກດ້ວຍຝຸ່ນບົ່ມ ຫຼື ດິນບາງໆ. ຢ່າງປູກເມັດພັນນ້ອຍເລິກຫຼາຍ! ເມັດພັນເມັດໃຫຍ່ເຊັ່ນຖ້ວງດິນ, ສາລີ ແລະ ຜັກສະແຄສສາມາດໃຊ້ນິ້ມິດນ້ຳລົງເທື່ອລະເມັດໃນດິນທີ່ກຽມໄວ້ ຕາມຄວາມເລິກ ແລະ ໄລຍະຫ່າງທີ່ອະທິບາຍໃນຫໍ່ເມັດພັນ. ຈາກນັ້ນຄ່ອຍຫົດນ້ຳຊ້າໆເພື່ອໃຫ້ນ້ຳຊຶມລົງດິນ.

ຍ້າຍເປັຍພຶດມັກຄວາມຮ້ອນຈາກເຮືອນກະຈົກມາ ປູກລົງດິນໃນທ້າຍເດືອນພຶດສະພາ.

ເຮັດຊມກວ້າງພໍຮາກຂອງເປັຍ, ໃສ່ຝຸ່ນບົ່ມ ຫຼື ໂຮຍຝຸ່ນ. ຂະຫຍາຍຮາກອອກ, ແລ້ວຄ່ອຍເອົາລົງດິນອ້ອມຮາກ. ຫົດນ້ຳໃຫ້ດີ. ປູກດ້ວຍຄວາມເລິກທີ່ປູກໃນເຮືອນກະຈົກ.

ຫົດນ້ຳເປັຍອ່ອນປົກກະຕິ. ປົກ ແລະ ປ້ອງກັນເປັຍຈາກຄວາມຮ້ອນ ຫຼື ເຢັນຫຼາຍຈົນກວ່າເປັຍແຂງແຮງດີ.

Thin and space plants – give them room to grow.

Follow the spacing directions on the seed packet. After seeds sprout and have a few leaves, thin (remove) seedlings to that spacing. You can also transplant seedlings from crowded areas to areas that aren't full. This will ensure that plants have enough room to grow, and give you a bigger harvest. You can eat the little plants you pull as salad.



ຍ້າຍ ແລະ ສ້າງພື້ນທີ່ເພື່ອໃຫ້ຕົ້ນກ້າໄດ້ຂະຫຍາຍ.

ປະຕິບັດຕາມຄໍາສັ່ງໃນຫໍ່ເມັດພັນ. ຫຼັງຈາກເມັດພັນບົ່ງ ແລະ ມີໃນສອງສາມໃບ, ຍ້າຍຕົ້ນກ້າອອກຈາກບ່ອນນັ້ນ. ທ່ານຍັງສາມາດຍ້າຍຕົ້ນກ້າຈາກບ່ອນທີ່ໜາໄປບ່ອນທີ່ຍັງບໍ່ທັນເຕັມ. ນີ້ຈະຊ່ວຍຮັບປະກັນວ່າຕົ້ນຜັກມີພື້ນທີ່ໃນການຂະຫຍາຍ ແລະ ເຮັດໃຫ້ທ່ານເກັບກຽວໄດ້ຫຼາຍກວ່າ. ທ່ານສາມາດເອົາເບ້ຍທີ່ດຶງອອກມາເຮັດເປັນສະລັດໄດ້.

Succession planting

Plant more seeds every few weeks as long as the weather is warm, so that your harvest will continue into the fall. But don't plant cool-loving crops like peas and spinach in hot July weather. Plant fall cool crops in August to early September.



ບູກຢ່າງຕໍ່ເນື່ອງ

ບູກຕົ້ນກ້າອີກທຸກໆສອງສາມອາທິດຖ້າອາກາດຍັງອຸ່ນ, ເພື່ອທີ່ທ່ານຈະສາມາດເກັບກຽວໄປຮອດລະດູໃບໄມ້ຫຼືນ. ແຕ່ຢ່າບູກຜັກທີ່ມັກອາກາດເຢັນເຊັ່ນຖົ່ວດິນ, ຫຼືຜັກໜົມໃນເວລາອາກາດຮ້ອນໃນຊ່ວງເດືອນກໍລະກົດ. ບູກພືດມັກອາກາດເຢັນໃນລະດູໃບໄມ້ຫຼືນໃນເດືອນສິງຫາຫາຕົ້ນເດືອນກັນຍາ.

Rotate crops

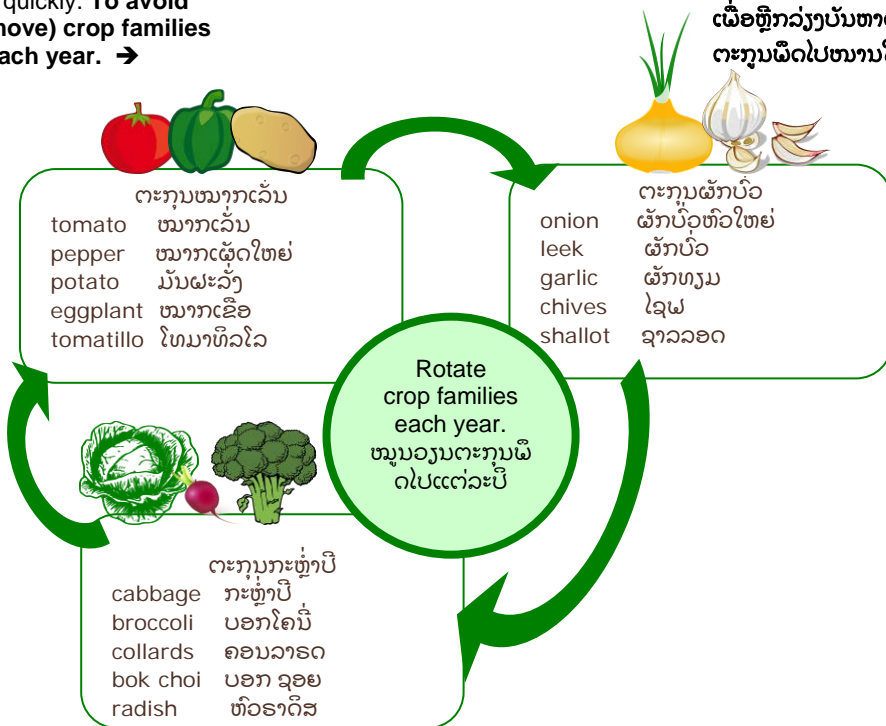
Some crops get diseases that stay in the soil for a year or more. And some crops use up soil nutrients quickly. **To avoid problems, rotate (move) crop families to a different bed each year.** →

ໝູນວຽກພືດທີ່ບູກ

ພືດບາງຊະນິດຕິດພະຍາດຖ້າຢູ່ໃນດິນຮອດປີຫຼືຫຼາຍກວ່ານັ້ນ. ແລະພືດບາງຊະນິດກໍ່ກິນສານອາຫານໃນດິນໄວ. **ເພື່ອຫຼີກລ່ຽງບັນຫາດັ່ງກ່າວໝູນວຽນ (ຍ້າຍ) ຕະກຸນພືດໄປໜານໃໝ່ໃນແຕ່ລະປີ.** →

Example

- 1st Year:
 Bed A Tomato
 Bed B Onion
 Bed C Cabbage
- 2nd Year:
 Bed A Cabbage
 Bed B Tomato
 Bed C Onion
- 3rd Year:
 Bed A Onion
 Bed B Cabbage
 Bed C Tomato



ຕົວຢ່າງ

- ປີທີ 1:
 ໜານ A ໝາກເລັ່ນ
 ໜານ B ຜັກບົວ
 ໜານ C ຜັກກະຫຼ່າປີ
- ປີທີ 2:
 ໜານ A ຜັກກະຫຼ່າປີ
 ໜານ B ໝາກເລັ່ນ
 ໜານ C ຜັກບົວ
- ປີທີ 3:
 ໜານ A ຜັກບົວ
 ໜານ B ຜັກກະຫຼ່າປີ
 ໜານ C ໝາກເລັ່ນ

Other vegetable families that benefit from changing locations each year:

- cilantro carrot parsley
- beet chard spinach
- corn wheat teff
- cucumber melon squash
- lettuce radicchio endive
- pea bean clover

These families can all be planted together with the tomato, cabbage, and onion families.

ຜັກຕະກຸນອື່ນທີ່ຄວນຈະປ່ຽນສະຖານທີ່ບູກໃນແຕ່ລະປີໄດ້ແກ່:

- ຜັກຫອມບ້ອມ, ກາລົດ, ພາສລີ
- ບິດ, ຊາຮດ, ຜັກໜົມ
- ສາລີ, ເຂົ້າສາລີ, ເທພ
- ໝາກແຕງ, ແຕງໄມ, ສະແຄສ
- ສະລັດ, ຮາດິກຊີໂອ, ເອນດິນ
- ຖົ່ວດິນ, ໝາກຖົ່ວ, ໂຄລເວີ

ຜັກຕະກຸນນີ້ສາມາດບູກກັບພືດຕະກຸນໝາກເລັ່ນ, ຕະກຸນກະຫຼ່າປີ, ແລະ ຕະກຸນຜັກບົວ.

Water your garden

Check your garden daily in hot summer weather. Water before vegetables droop, or when the soil feels dry 2 inches (5 cm) down. In cooler, rainy spring and fall you'll only need to water young seedlings. Direct water to the plant roots. Use a watering wand, or in flat areas lay out a soaker hose between rows and cover it with mulch. Water enough to moisten the whole root zone – dig a few inches down to see if the soil is moist. Plants in containers dry out more quickly than in the garden. Always water in the evening or early morning, to avoid evaporation waste and prevent wet plant damage from the mid-day sun.



Control weeds and pests

Spread mulch (leaves, grass clippings) and **pull weeds** before they go to seed.



Most bugs are good bugs that help control pests. Learn which bugs are problems, and how to control them.



Don't use chemical pesticides.

They can poison your family and birds, pets, and fish. Call the Garden Hotline to identify pest or weed problems, and learn about non-toxic solutions.

Garden All Year

Our climate is cool and wet in spring and fall, and usually above freezing in winter. So heat-loving plants like corn are hard to grow, but cool-loving plants are easy.



Extend your season with cold-hardy crops. Bok choy, kale, collards, broccoli, carrots, leeks, and garlic can be planted in late summer or early fall to grow for harvest all winter or in spring.

➔ See the Calendar on back page.

Grow under cover. Start spring plants in a greenhouse or “cold frame,” or extend fall growth with a plastic cover.



Plant berries and other plants that grow for many years Add these plants to your landscape wherever there's sun: blueberries and strawberries, artichokes, asparagus, even dwarf fruit trees or grapes. Ask the Garden Hotline about best varieties for our climate.



ຫົດນໍ້າ

ກວດເບິ່ງສວນຂອງທ່ານທຸກມື້ໃນອາກາດຮ້ອນລະດູຮ້ອນ. ຫົດນໍ້າກ່ອນຜັກຫ່ຽວ, ຫຼື ເມື່ອດິນແຕ້ງໃນ 2 ນິ້ວ (5 ຊມ). ໃນຊ່ວງໃບໄມ້ບົ່ງ ແລະ ໃບໄມ້ຫຼິ້ນທີ່ອາກາດເຢັນ ແລະ ຜົນຕົກຫົດແຕ່ຕົ້ນກ້າມ້ອຍເທົ່ານັ້ນ. ຫົດນໍ້າໃສ່ຮາກຜັກໂດຍກົງ. ໃຊ້ຄັນຫົດນໍ້າ, ຫຼືໃນບ່ອນດິນພຽງໃຊ້ສາຍຢາງຫົດນໍ້າລະຫວ່າງແຖວ ແລະປົກດ້ວຍຫຍ້າບົກ. ຫົດນໍ້າພຽງພໍເຮັດໃຫ້ເຂດຮາກຜັກຊຸມ- ຄວັດລົງໄປ ສອງສາມນິ້ວເພື່ອເບິ່ງວ່າດິນຊຸມບໍ່. ຜັກທີ່ປູກໃສ່ພາສະນະຈະແຕ້ງໄວກວ່າຢູ່ດິນ. ຕ້ອງຫົດຕອນແລງ ຫຼື ແຕ່ເຊົ້າ, ເພື່ອປ້ອງກັນການລະເຫຍືອຂາຍ ແລະ ປ້ອງກັນຜັກທີ່ປຽກຈາກການທຳລາຍຈາກແສງແດດຕອນກາງ ວັນ.

ກຳຈັດວັດສະພິດ ແລະ ສັດຕູພິດ

ວາງຫຍ້າບົກ (ໃບໄມ້, ຫຍ້າທີ່ເຫຼືອຈາກການຕັດ) ແລະ**ຫຼີກວັດສະພິດ**ກ່ອນມັນຈະໄປຖືກເມັດຜັນ. **ແມງໄມ້ສ່ວນຫຼາຍແມ່ນແມງໄມ້ດີ** ທີ່ຊ່ວຍກຳຈັດສັດຕູພິດ, ຮຽນຮູ້ວ່າແມງໄມ້ຊະນິດໃດເປັນບັນຫາ ແລະ ຈະກຳຈັດແນວໃດ. **ຢ່າໃຊ້ຢາຂ້າແມງໄມ້ທີ່ເປັນສານເຄມີ.** ມັນອາດຈະເປັນການເປື້ອຄອບຄົວຂອງທ່ານ ແລະ ນົກ, ສັດລ້ຽງ ແລະ ປາ. ໂທຫາສາຍດ່ວນສວນຄົວເພື່ອຊອກຮູ້ບັນຫາສັດຕູພິດ ແລະ ວັດສະພິດ, ແລະ ຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການແກ້ໄຂບັນຫາທີ່ບໍ່ໃຊ້ສານພິດ.

ເຮັດສວນຕະຫຼອດປີ

ສະພາບອາກາດບ້ານເຮົາແມ່ນເຢັນແລະຊຸ່ມໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງ ແລະ ລະດູໃບໄມ້ຫຼິ້ນ ແລະ ບົກກະຕິແລ້ວຈະຢູ່ເໜືອຈຸດເຍືອກແຂງໃນລະດູໜາວ. ດັ່ງນັ້ນຜັກທີ່ມັກອາກາດຮ້ອນເຊັ່ນ ສາວີແມ່ນປູກຍາກ, ແຕ່ຜັກທີ່ມັກອາກາດເຢັນແມ່ນປູກງ່າຍ.

ຂະຫຍາຍລະດູການຂອງທ່ານດ້ວຍຜັກທີ່ປູກທົນອາກາດເຢັນເຊັ່ນ ບອກຊອຍ, ຜັກກາດນາ, ຄອລວາຣດ, ບຣອກຄໍນີ້, ກາລົດ, ຜັກບົວ ແລະ ຜັກທຽວມສາມາດປູກໄດ້ໃນທ້າຍລະດູຮ້ອນ ຫຼື ຕົ້ນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງເພື່ອຕັບກ່ຽວໃນລະດູໜາວຫຼືໃບໄມ້ບົ່ງ. ➔ ເບິ່ງປະຕິທິນໃນໜ້າຫຼັງ.

ປູກໃຕ້ການປົກຄຸມ. ເລີ່ມຕົ້ນການປູກໃນລະດູໃບໄມ້ບົ່ງໃນເຮືອນກະຈົກ ຫຼື “ໂຄງສ້າງເຢັນ,” ຫຼື ເພີ່ມໄລຍະການປູກໃນລະດູໃບໄມ້ຫຼິ້ນດ້ວຍການປົກແຜ່ນພລາສຕິກ ຕົກ

ປູກໝາກເປັຣີຣີ ແລະ ພືດຊະນິດອື່ນທີ່ໃຊ້ເວລາຫຼາຍປີຈຶ່ງໃຫຍ່ ເພີ່ມພືດເຫຼົ່ານີ້ໃນເຂດບ້ານຂອງທ່ານໃນບ່ອນທີ່ມີແສງແດດ: ເຊັ່ນໝາກບູລູເປີຣີ ແລະ ສຕາເປີຣີ, ອາຣຕີໂຊກ, ໜໍ່ໄມ້ຜຮັງ, ຫຼືຕົ້ນໝາກໄມ້ເຕັ້ຍ ຫຼື ໝາກລະແຊງ, ຖາມສາຍດ່ວນສວນຄົວກ່ຽວກັບແນວພັນທີ່ດີທີ່ສຸດສ້າງຫຼັບສະພາບອາກາດຂອງພວກເຮົາ.

Harvest and Share!

Harvest vegetables before they go to seed. See seed packets for “days to maturity” and photos of ready-to-harvest plants, or ask gardeners at your local community garden about when to harvest.

Share your harvest. If you have more than you can eat, share with neighbors or call the Garden Hotline or see the P-Patch and Lettuce Link websites on back to learn about where to donate food.

Saving seeds is easy with most green leafy plants. Just hang the mature seed stalk to dry. Fruiting plants like tomatoes and squash often cross-breed, so saved seed may not produce good fruit. Call the Garden Hotline to learn more about saving seed, or any garden question.



Prepare Gardens for Winter

Fall is time to clean up the garden, compost dead plants, and protect your garden from winter weeds and from rainfall washing soil away.

Cover crops are usually legumes like clover, planted in October to grow through the winter. They protect the soil, and provide nutrients when you dig them into the soil before planting in spring.

Winter mulches should cover any soil areas not planted with overwintering crops or cover crops. Collect fall leaves and spread them 2-3 inches deep to cover exposed soil. You can also chop dead plants and spread them on the soil.



Composting returns nutrients back to the soil. Chop up old garden plants, along with grass clippings and fall leaves, to build your [compost pile](#). Choose a shady spot, and moisten materials as you build your pile.

Or bury food scraps (to keep animals away) under garden beds all winter to improve the soil.

You can also learn how to [compost kitchen scraps](#) in a rodent-resistant worm bin. Weeds and diseased plants, along with dairy or meat scraps from the kitchen, should go into the City's yard-and-food-waste collection for hot composting.

In spring, you can use your compost or buy compost to enrich your soil for another year of growing.



ເກັບກ່ຽວແລະແບ່ງບັນ!

ເກັບກ່ຽວຜັກກ່ອນກາຍເປັນເມັດພັນ. ເບິ່ງໃນທີ່ເມັດພັນສ່ຳຫຼັບ “ຈຳນວນມື້ໃຫຍ່ເຕັມທີ່” ແລະຮູບຂະໜາດທີ່ເໝາະກັບການເກັບກ່ຽວ ຫຼືຖາມຊາວສວນທີ່ຢູ່ສວນຊຸມຊົນທ້ອງຖິ່ນວ່າຄວນເກັບກ່ຽວຍາມໃດ.

ແບ່ງບັນຜົນເກັບກ່ຽວຂອງທ່ານ.

ຖ້າທ່ານມີຫຼາຍເກີນກວ່າຈະກິນໝົດ, ແບ່ງໃຫ້ເພື່ອນບ້ານ ຫຼື ໃຫ້ສາຍດ່ວນສວນຄົວ ຫຼື ເບິ່ງໃນເວັບໄຊທ໌ຂອງ P-Patch ແລະ Lettuce ໃນທາງຫຼັງເພື່ອເບິ່ງວ່າສາມາດບໍລິຈາກອາຫານໄດ້ຢູ່ໃສ.

ເກັບແນວພັນ ແມ່ນງ່າຍສ່ຳຫຼັບຜັກໃບຂຽວສ່ວນໃຫຍ່. ພຽງແຕ່ແຂວງແນວພັນພັນເພື່ອໃຫ້ແຕ່ງ.

ໝາກໄມ້ເຊັ່ນມາກເລັ່ນ ແລະ ສະແຄວສ່ວນຫຼາຍຈະປະສົມຂ້າມພັນ, ເພາະສະນັ້ນການຮັກສາເມັດພັນອາດບໍ່ໄດ້ໝາກໄມ້ທີ່ດີ ໃຫ້ສາຍດ່ວນສວນຄົວ ເພື່ອຮຽນຮູ້ກ່ຽວກັບການເກັບເມັດພັນຕົ້ມ, ຫຼືຖ້າມີຄ່າຖາມຫຍັງກໍ່ໄດ້ຄືກັນ.

ກຽມສວນສ່ຳຫຼັບລະດູໜາວ

ລະດູໃບໄມ້ຫຼິ້ນແມ່ນເວລາເຮັດຄວາມສະອາດສວນ, ບົ່ມຝຸ່ນຈາກພືດທີ່ຕາຍແລ້ວ, ແລະ ບົກບ້ອງສວນຂອງທ່ານຈາກວັດສະພືດລະດູໜາວ ແລະ ຈາກການສະວ້າງດິນຍ້ອນພັນ.

ພືດສ່ຳຫຼັບປົກຄຸມສ່ວນຫຼາຍແມ່ນພືດມີຜັກເຊັ່ນໂຄລເວີ, ໃຫ້ປູກເດືອນຕຸລາເພື່ອໃຫ້ຂຶ້ນຕະຫຼອດລະດູໜາວ. ພືດຊະນິດນີ້ບ້ອງກັນດີ, ແລະ ໃຫ້ສານອາຫານເມື່ອທ່ານຂຸດພືດນີ້ຂຶ້ນມາກ່ອນປູກພືດໃໝ່ໃນລະດູໃບໄມ້ຫຼິ້ນ.

ຫຍ້າຄຸມລະດູໜາວຄວນປົກພື້ນດິນທີ່ບໍ່ໄດ້ປູກພືດດ້ວຍພືດລະດູໜາວ ຫຼື ພືດສ່ຳຫຼັບປົກຄຸມ, ເຂົາໃບໄມ້ມາຫວ່ານໃຫ້ໄດ້ຄວາມໜາ 2-3 ນິ້ເພື່ອປົກດິນ. ທ່ານຍັງສາມາດຕັດພືດທີ່ຕາຍແລ້ວ ແລ້ວຫວ່ານໃຫ້ທົ່ວພື້ນດິນ.

ບົ່ມຝຸ່ນ. ຄືນສານອາຫານຄືນໃຫ້ດິນ, ໂດຍການຕັດພືດຈາກສວນເກົ່າບິນກັບຫຍ້າທີ່ຕັດແລ້ວ ແລະ ໃບໄມ້ທີ່ຫຼິ້ນ, ເພື່ອສ້າງ [ກອງບົ່ມຝຸ່ນ](#). ເລືອກບ່ອນທີ່ມີຮົ່ມ, ແລະເຮັດໃຫ້ກອງບົ່ມຝຸ່ນຊຸ່ມ.

ຫຼືຝັງເສດອາຫານ (ເພື່ອບ້ອງກັນບໍ່ໃຫ້ສັດມາກວນ) ລົງໃນໜານຜັກຕະຫຼອດລະດູໜາວເພື່ອປັບປຸງດິນ.

ທ່ານຍັງສາມາດຮຽນການ [ເຮັດຝຸ່ນຈາກເສດອາຫານຈາກເຮືອນຄົວ](#) ໃນຖັງຂີ້ເຫຍື້ອທີ່ບ້ອງກັນສັດກັດແທະ. ວັດສະພືດ ແລະ ພືດທີ່ເປັນພະຍາດ, ພ້ອມທັງເສດອາຫານທີ່ເປັນຊີ້ນຈາກເຮືອນຄົວ ຄວນຖິ້ມໃຫ້ໜ່ວຍເກັບສິ່ງເສດເຫຼືອ ແລະ ເສດອາຫານຂອງເມືອງເພື່ອການບົ່ມຝຸ່ນດ້ວຍຄວາມຮ້ອນ.

ໃນລະດູໃບໄມ້ຫຼິ້ນ, ທ່ານສາມາດໃຊ້ຝຸ່ນບົ່ມຂອງທ່ານ ຫຼືຊີ້ຝຸ່ນບົ່ມເພື່ອສ້າງຄວາມອຸດົມສົມບູນໃຫ້ດິນໃນການປູກຜັກໃນປີຕໍ່ໄປ.

Easy Crops for Beginner Gardeners

ຜັກທີ່ປູກງ່າຍສໍາຫຼັບຜູ້ເລີ່ມຕົ້ນ

plant seed = P = ປູກເມັດຜັກ

transplant seedlings = T = ປູກກ້າເບ້ຍ

harvest = H = ເກັບກ່ຽວ

	Jan	Feb	March	April	May	June	July	August	Sept	Oct	Nov	Dec
	ມັງກອນ	ກຸມພາ	ມີນາ	ເມສາ	ພຶດສະພາ	ມິຖຸນາ	ກໍລະກົດ	ສິງຫາ	ກັນຍາ	ຕຸລາ	ພະຈິກ	ທັນວາ
Cool hardy ບໍ່ຄອບມັກອາກາດຮ້ອນ	P Peas H→ P ຖົ່ວ H→											
	T P Lettuce, Spinach H→ P ຜັກສະລັດ, ຜັກຫົມ											
	P Potatoes ມັນຜຮັງ H											
	T Onions P H→ ຜັກບົ່ວຫົວໃຫຍ່ P H→											
	P Bok Choi ບອກ ຊອຍ H→											
Heat Lovers ມັກອາກາດຮ້ອນ	P Beans P ໝາກຖົ່ວ H→											
	T Tomatoes ໝາກເດັ່ນ H→											
	P Squash, Cucumber ສະແຄວສ, H→											
	P Cilantro ຫອມບ້ອມ H→											
	P Corn ສາລີ H											
Over-Wintering ມັກລະດູໜາວ	→ H P Beets H P ບິດ →											
	→ H P Kale, Collards, Chard H→ P ຜັກກາດນາ, ຄອນລາຣດ, ຊາຣດ H →											
	→ H P Cabbage H→ P ກະຫຼ່າປີ H →											
	→ Garlic ຜັກທຽມ H P →											
	→ Leeks ຜັກບົ່ວ H P →											

Learn More about Gardening

Questions? Call The Garden Hotline

(Seattle Public Utilities) free brochures on soil, composting, watering, pest control, and more. Language interpretation available.

206-633-0224

ອີເມວ help@gardenhotline.org
www.gardenhotline.org

P-Patch Program of Seattle's Department of Neighborhoods provides community garden spaces in many neighborhoods, at low or no cost. Translated classes. Everyone is welcome.

206-684-0264

ອີເມວ p-patch.don@seattle.gov
www.seattle.gov/neighborhoods/ppatch

Seattle Parks classes, community gardens

www.seattle.gov/parks/pufs

City of Seattle's Food website

www.seattle.gov search "food"

Urban farming news and resources

www.urbanfarmhub.org

WSU Extension Master Gardeners

<http://gardening.wsu.edu>

Lettuce Link information on gardening, sharing harvests, and [Gardening for Good Nutrition](#)

www.solid-ground.org/get-help/food-resources

Tilth Alliance provides classes, demonstration gardens, volunteer opportunities, and [The Maritime Northwest Garden Guide](#)

www.TilthAlliance.org

ຮຽນຮູ້ເພີ່ມກ່ຽວກັບການເຮັດສ່ວນຄົວ

ມີຄໍາຖາມ? ໂທຫາສາຍດ່ວນສ່ວນຄົວ, ມີແຜ່ນພັບກ່ຽວກັບດິນ, ການເຮັດຝຸ່ນບົ່ມ, ການຫົດນໍ້າ, ການກໍາຈັດສັດຕູພືດ ແລະ ອື່ນໆອີກໃຫ້ສໍາ, ແລະ ມີຜູ້ແປພາສາພ້ອມ.

ແຜນງານ ຊີເອເທິລ P-Patch ໃຫ້ພື້ນທີ່ສໍາຫຼັບເຮັດສ່ວນຊຸມຊົນໃນຫຼາຍບ່ອນໃຫ້ໃຊ້, ໃນລາຄາຕໍ່າ ຫຼື ບໍ່ມີເລີຍ. ມີຫ້ອງຮຽນທີ່ແປພາສາພ້ອມ, ພວກເຮົາຍິນດີຕ້ອນຮັບທຸກຄົນ.

ຫ້ອງຮຽນ, ສ່ວນຄົວຊຸມຊົນ

ເມືອງຊີເອເທິລ - ອາຫານ

ຂ່າວ ແລະ ແຫຼ່ງຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບສ່ວນ

ເຮັດສ່ວນໃຫ້ເກັ່ງ

ຂໍ້ມູນກ່ຽວກັບການເຮັດສ່ວນຄົວ ແລະ ແບ່ງປັນຜົນເກັບກ່ຽວ.

ຫ້ອງຮຽນ, ສາທິດການເຮັດສ່ວນ, ແລະ ໂອກາດການເປັນອາສາສະໝັກ

