

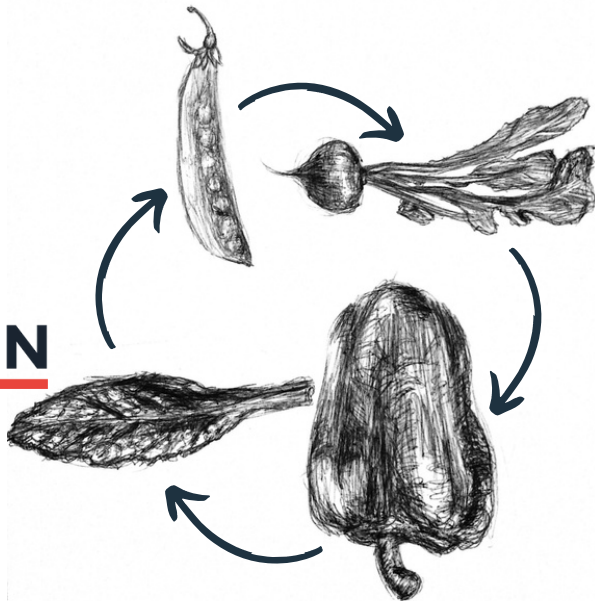
# 可持续园艺

可持续园艺是一个广义的术语，指的是有助于满足当前和未来几代人需求的食品生产技术。可持续园艺技术可用于你的整个园地，增强园地的环境和社会效益。

## 土壤系统

健康的土壤能造就健康的植物。以下土壤护理技术既能滋养你的植物，也能滋养环境。

- **轮作：**轮种作物，不要在不同的季节在园地中的相同区域内种植同一种属的作物。这样做有助于平衡土壤的营养成分，减少虫害，最大限度地减少对合成杀虫剂和化肥的需求。
- **覆盖作物：**土地闲置时，使用覆盖作物保护和补充土壤。种植覆盖作物的好处包括防止土壤侵蚀、增加有机物、抑制杂草生长、固氮等。覆盖作物通常有不同的物种组合。最常见的覆盖作物包括绞车轴草、荞麦、燕麦和长柔毛野豌豆。
- **堆肥和有机肥：**虽然合成肥料能促进植物快速生长，但它们往往会破坏自然形成的土壤食物网，导致水路污染。堆肥和有机肥的营养物质含量比合成肥料少得多，这些营养物质通常会缓慢释放出来，能最大限度地减少肥料造成的污染。此外，堆肥能为土壤增加真菌、细菌和无脊椎动物，有助于滋养土壤生态系统，而非伤害它。



CITY of **BOSTON**



GrowBoston

growboston@boston.gov

# 水系统

食品健康和水系统健康密切相关。你可以在园地内采取以下几项措施，达到节约用水和减少水污染的目的：

- **滴灌：**考虑使用滴灌或渗灌，而不是旋转洒水器。滴灌能缓慢出水，减少蒸发造成的水分损失。
- **收集雨水：**建立雨水收集系统，收集园地里原本不会被利用的水。这样能减少雨水径流以及对额外浇水的需求。
- **雨水花园：**建造包含山茱萸、金缕梅、沼泽乳草和柳枝稷等植物的雨水花园，帮助收集和过滤任何剩余的雨水径流。雨水花园也能减缓雨水的释放速度，有助于防止污水管道系统被淹没。



# 植物系统

- **传粉者栖息地：**种植众所周知的能吸引有益传粉者和昆虫的植物，比如乳草、天然牧草和野花。种植在整个季节的不同阶段开花的各种开花植物对一系列本地物种有好处。传粉者栖息地有益于提高园地的生产力，对保障昆虫的生物多样性很重要。
- **伴生种植：**使用伴生种植策略减少对肥料和杀虫剂的需求。伴生植物是指能共同良好生长的作物，因为它们具有互补的特性和需求，比如贡献养分、减轻虫害和吸引传粉者。番茄和罗勒、玉米和豆类、洋葱和土豆是 trio 伴生植物。



**来源：** Missouri Botanical Garden, University of Wisconsin-Madison Horticulture Extension, The New York Botanical Garden, UMass Center for Agriculture, Food, and The Environment. 插图作者：Olivia Golden