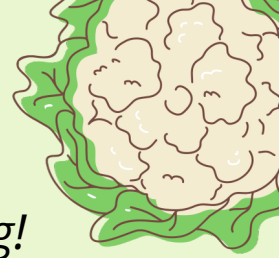




Indoor Gardening



How to start veggies indoors for planting this spring!

Why grow seedlings indoors?

- To give slow-growing veggies, like **cauliflower**, **eggplant**, and **celery**, more time to get started before transplanting outdoors to pots or a garden!
- To protect veggies that are sensitive to the cold, like **tomatoes**, **eggplant**, and **peppers**.
- Other veggies that can be started indoors include **broccoli**, **Brussels sprouts**, **cabbage**, and **lettuce**.
- All you need is a sunny windowsill, soil, containers, seeds, and water!



Tips to Get Started!

- Find a place in your garage to spread out newspaper on your floor.
- Poke holes in yogurt cups or egg cartons to **make your own seed pots!**
- Use seed-starting mix, not regular potting soil, for more nutrients!
- Plant seeds at the proper depth, place them by a sunny window, and keep the soil moist.
- Don't forget to **label** your containers!
- The seed packet will tell you when to plant the seedlings outdoors.
- Some veggies don't like being transplanted, like **carrots**, **beets**, and **cucumbers**. Fast growing, cold-tolerant veggies, like **peas**, also are best planted outside to start.
- Some veggies can be grown inside year-round, like **herbs**, **salad greens**, **celery**, **potatoes**, **carrots**, **chili peppers**, and **scallions!**





Jardinería Interior

¡Cómo empezar las verduras en interiores para plantar esta primavera!

¿Por qué cultivar plántulas en interiores?

- Para dar verduras de crecimiento lento, como **coliflor**, **berenjena** y **apio**, más tiempo para empezar antes de trasplantar al aire libre a macetas o un jardín!
- Para proteger las verduras que son sensibles al frío, como **tomates**, **berenjenas** y **pimientos**.
- Otras verduras que se pueden iniciar en interiores incluyen **brócoli**, **coles de Bruselas**, **repollo** y **lechuga**.
- ¡Todo lo que necesitas es un alféizar soleado, tierra, recipientes, semillas y agua!

¡Consejos Para Empezar!

- Encuentra un lugar en tu garaje para trabajar o difundir periódicos en tu piso.
- Poke agujeros en tazas de yogur o cajas de huevos para **hacer sus propias ollas de semillas!**
- Utilice mezcla de arranque de semillas, no suelo de maceta regular, para más nutrientes!
- Plantar semillas a la profundidad adecuada, colocarlas por una ventana soleada, y mantener el suelo húmedo.
- ¡No olvides **etiquetar** tus recipientes!
- El paquete de semillas le dirá cuándo plantar las plántulas al aire libre.
- A algunos vegetales no les gusta ser trasplantados, como **zanahorias**, **remolachas** y **pepinos**. Las verduras de rápido crecimiento tolerantes al frío, como los **guisantes**, también se plantan mejor afuera para empezar.
- Algunas verduras se pueden cultivar dentro de todo el año, como **hierbas**, **ensaladas verdes**, **apio**, **patatas**, **zanahorias**, **chiles**, y **cebolletas!**