

# Cultivar un huerto

*Los niños necesitan comer frutas y vegetales todos los días. Cultivar algunos alimentos para la familia puede mejorar la salud de sus hijos.*

## ESTOS SON ALGUNOS PASOS QUE PUEDE SEGUIR:



1

### ▶ 1. APRENDA A CULTIVAR ALIMENTOS CON ÉXITO EN SU ÁREA

- Es útil conocer la mejor manera de cultivar alimentos en su clima y su tipo de tierra.
- Los especialistas en agricultura del gobierno son una buena fuente de ayuda. Los líderes locales de la Iglesia también pueden sugerir recursos.
- Los amigos, vecinos o miembros de la Iglesia con experiencia en jardinería pueden ser de ayuda.



2

### ▶ 2. ELIJA QUÉ CULTIVAR

- Elija plantas que crezcan bien en su clima y tierra, y en el espacio que tenga.
- Elija alimentos que la familia vaya a consumir.



3

### ▶ 3. BUSQUE UN BUEN LUGAR

- Busque un lugar soleado. Las hortalizas necesitan unas seis horas de luz solar al día.
- Elija un lugar al que pueda llevar agua.
- También puede plantar en recipientes como baldes, ollas o latas grandes. Asegúrese de que el agua pueda escurrir.



4

### ▶ 4. PREPARE LA TIERRA ANTES DE PLANTAR

- Cave y parta los trozos grandes de tierra.
- Agregue fertilizante u otros materiales a la tierra, si fuera necesario.



5

### ▶ 5. EL AGUA ES CLAVE

- Asegúrese de que las plantas reciban suficiente agua.
- Aprenda a determinar cuándo sus plantas necesitan más agua.

**¿Cuál es el primer paso que podría dar para cultivar algunas frutas o vegetales?**

