

**CELEBRACIÓN DEL**

**DÍA DE LA TIERRA**



# ¡Hola!

¡Nos alegra mucho que estés aquí!

Este folleto es tu guía para explorar formas sencillas y prácticas de cuidar la Tierra, directamente desde tu propio hogar, jardín o cocina. A medida que visites cada estación de actividades en el mercado, aprenderás cómo pequeñas acciones —como hacer compost, sembrar semillas y cultivar las plantas adecuadas en conjunto— pueden marcar una gran diferencia.

En su interior, encontrarás consejos sencillos, actividades divertidas e ideas que podrás poner en práctica en casa, ya sea que cuentes con un gran patio trasero, un espacio reducido o simplemente un alféizar soleado. Todo lo que aquí se presenta ha sido diseñado teniendo en cuenta el clima de Texas Central, para que puedas cultivar con total confianza.

No olvides ir recolectando tus sellos a medida que avanzas y, lo más importante: diviértete, ensúciate un poco las manos y descubre cómo puedes ayudar a que las cosas crezcan.

¡Empecemos!

*Mantén los ojos bien abiertos en busca de nuestro planeta amigable. Dondequiera que lo veas, podrás conseguir un sello.*

*¡Colecciona los 4 para ganar un premio!*



# COMPOSTAJE EN UN PATIO PEQUEÑO

## ¿Por qué hacer compost?

El compostaje transforma los restos de tu cocina y los residuos de tu jardín en un maravilloso mejorador del suelo. El compost ayuda a que las plantas crezcan más fuertes, favorece la retención de agua en el suelo y reduce la necesidad de comprar fertilizantes. Es una forma sencilla de reducir los residuos y retribuir a tu jardín.

## Lo que necesitas

- Un pequeño contenedor, un tambor giratorio o una simple pila (¡incluso un espacio de 2x2 pies sirve!)
- Una mezcla de “verdes” y “marrones”
- Un poco de agua y aire



Debe añadir



**Verdes (ricos en nitrógeno) — piensa en materiales frescos, blandos y húmedos:**

Restos de frutas y verduras

Posos de café y hojas de té

Recortes de césped



**Marrones (ricos en carbono) — piensa en materiales secos y crujientes:**

Hojas secas

Papel o cartón triturado

Ramitas pequeñas



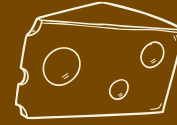
**Procura mantener una proporción aproximada de 2 partes de marrones por 1 parte de verdes.**

## Debe evitar

Carne, lácteos, alimentos grasos (atraen plagas)

Excrementos de mascotas

Plantas enfermas



## Cómo hacer tu compost

1

Comienza con una capa de materiales marrones gruesos (para facilitar la circulación del aire; pueden ser elementos como astillas de madera grandes o ramas).

2

Añade los materiales verdes.

3

Cubre con más materiales marrones.

4

¡Repite el proceso a medida que vayas recolectando restos y humedece la pila! El objetivo es que, al tomar un puñado del compost y apretarlo, este suelte un par de gotas de agua.



**Mantén todo cubierto con materiales marrones para reducir los malos olores y evitar las plagas.**

## ¿Cuándo estará listo?

- ✓ Tiene el aspecto de tierra oscura y desmenuzable.
- ✓ Tiene un olor a tierra (no huele mal).
- ✓ Ya no puedes reconocer los restos originales.

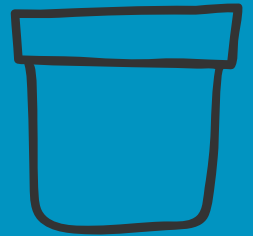
## Cómo usarlo

- Mezcle en los parterres del jardín
- Añada a las plantas en maceta
- Esparza como capa superior alrededor de hortalizas o flores



## Consejos para el centro de Texas

- 1 El agua importa: El compost debe tener la consistencia de una esponja bien escurrida.
- 2 La sombra ayuda: Coloca tu compostera fuera del sol directo de la tarde para evitar que se reseque.
- 3 Remuévelo: Mezcla el contenido cada 1 o 2 semanas para acelerar el proceso.
- 4 Vigila el calor: En verano, el compost puede secarse rápidamente; revísalo con frecuencia.
- 5 Animales: Utiliza una compostera con tapa si hay mapaches o roedores en la zona.



Prueba  
esto en  
casa

*¡Empieza a pequeña escala! Incluso un recipiente del tamaño de un cubo o un rincón apartado de tu jardín pueden marcar una gran diferencia.*

*¡No olvides tu sello!*



Pruebita

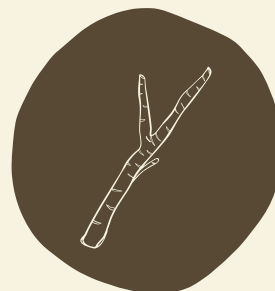
¡Pon a prueba  
tus conocimientos!





# Prueba sobre el compost

1. Traza una línea desde cada elemento hasta el lugar correcto: VERDES (frescos y húmedos) o MARRONES (secos y crujientes).



VERDES

MARRONES

2. Encierra en un círculo las cosas que NO pertenecen al compost



Queso



Hojas



Carne



Plástico



Restos de fruta

3. ¿En qué se convierte el compost?



Tierra



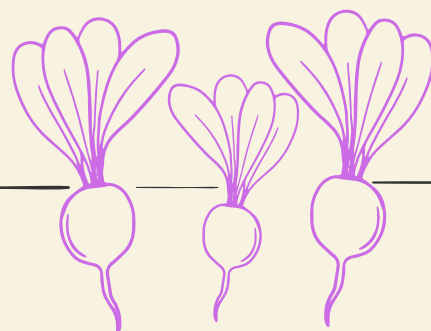
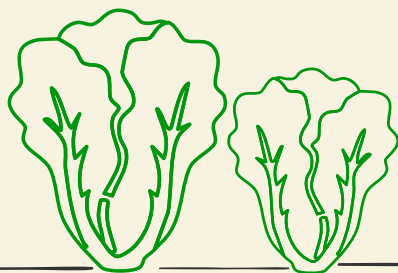
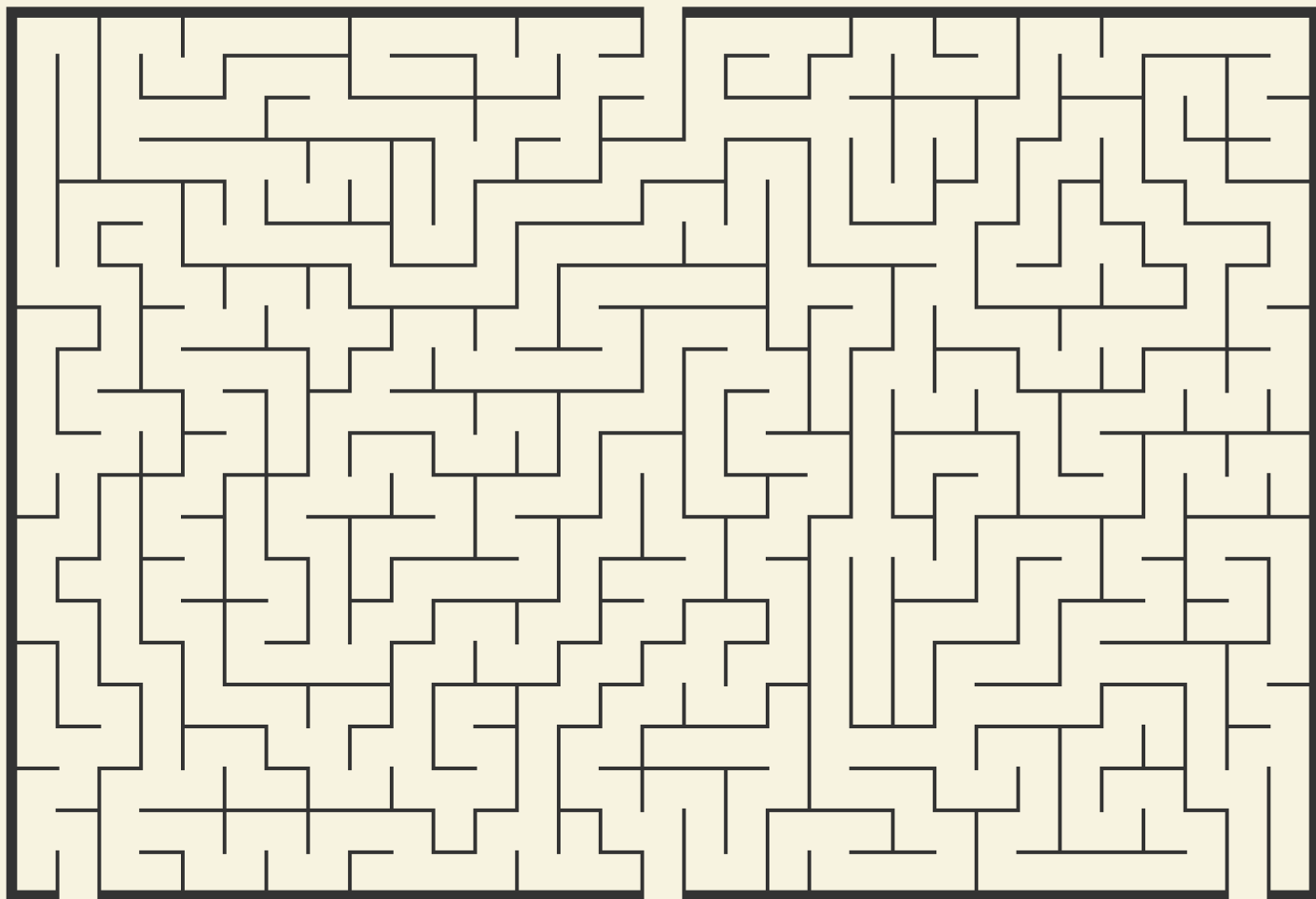
Basura



Un acondicionador del suelo



¿Puedes encontrar tu jardín?



# SIEMBRA DE SEMILLAS

## ¿Por qué usar cartones de huevos?

Las cajas de huevos son una forma divertida y económica de iniciar semillas en casa. Tienen el tamaño perfecto para las plántulas pequeñas y pueden reutilizarse o convertirse en compost.

## Lo que necesitas

- Cartón de huevos vacío
- Tierra para macetas
- Semillas (hierbas, flores o verduras)
- Agua



## Cómo plantar

- 1 Llena cada vaso con tierra.
- 2 Añade 1 o 2 semillas por vaso.
- 3 Cubre ligeramente con tierra.
- 4 Riega suavemente (mantén la tierra húmeda, no empapada).
- 5 Colócalo en una ventana soleada.



- Las semillas suelen germinar en 5 a 10 días.
- Sigue girando la caja para que las plantas crezcan rectas.
- Añade un poco de agua cuando la tierra se sienta seca.

*¡Míralos  
crecer en  
casa!*

## *Cuándo moverlas*

Una vez que las plántulas tengan unos pocos centímetros de altura:

- Corte cuidadosamente cada sección por separado.
- Plante directamente en el suelo o en una maceta más grande. Las cajas de cartón pueden ir directamente a la tierra; ¡se descompondrán con el tiempo!



## *Consejo para el centro de Texas*

Siembra las semillas en interiores durante periodos de calor o frío extremos, y luego trasládalas al exterior una vez que el clima sea templado.

*¡No olvides tu sello!*



# SIEMBRA ASOCIADA

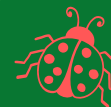
## ¿Qué es la siembra asociada?

La siembra asociada consiste en cultivar ciertas plantas juntas para que puedan ayudarse mutuamente a prosperar. Algunas plantas repelen las plagas, otras mejoran el suelo y otras atraen a polinizadores como las abejas y las mariposas; mientras que otras pueden proporcionar sombra para mantener el suelo más fresco y húmedo durante más tiempo.

## Por qué funciona en el centro de Texas

Ante veranos calurosos, periodos de sequía y una gran cantidad de insectos, la siembra asociada puede:

- ✓ Ayudar a proteger los cultivos de forma natural contra las plagas
- ✓ Proporcionar sombra y reducir la pérdida de agua
- ✓ Atraer insectos beneficiosos
- ✓ Aprovechar al máximo los espacios reducidos del jardín
- ✓ Aumentar el rendimiento



## Plantas que ayudan a todo tu jardín

**Caléndulas** – repelen plagas y atraen polinizadores

**Girasoles** – atraen polinizadores y pueden proporcionar sombra ligera

**Albahaca y otras hierbas** – atraen insectos beneficiosos

**Cebollas y otros aliáceos** – repelen plagas



# Pares de plantas compañeras fáciles de probar



Tomates ✓ Albahaca

La albahaca puede ayudar a repeler plagas y mejorar el sabor de los tomates.



Zanahorias ✓ Cebollas

Las cebollas ayudan a ahuyentar las plagas de las zanahorias y no compiten por el espacio.



Pepinos ✓ Caléndulas

Las caléndulas pueden ayudar a mantener alejados a los insectos dañinos.



Pimientos ✓ Hierbas

Las hierbas pueden actuar como cobertura del suelo y atraer insectos beneficiosos.



No necesitas un jardín grande; simplemente prueba a combinar 2 o 3 plantas compañeras en un pequeño parterre o incluso en una maceta.

# Plantas que debe mantener separadas

Cebollas ✗ Habichuelas

Las cebollas pueden ralentizar el crecimiento de los frijoles.

Hinojo ✗ La mayoría de las plantas

El hinojo no se lleva bien con las demás.



## Consejos para el centro de Texas

1

Dé espacio a las plantas: una buena circulación de aire ayuda a prevenir enfermedades en condiciones de calor y humedad.

2

Utilice la sombra con inteligencia: las plantas más altas (como los girasoles) pueden proteger a las más pequeñas del intenso sol de la tarde.

3

Riegue de forma inteligente: agrupe las plantas que tengan necesidades de riego similares.

4

Plante según la estación: los cultivos de temporada fresca (como las zanahorias) prosperan mejor en otoño o primavera, no en pleno verano.



Intenta plantar un "jardín de pizza" con tomates, albahaca y pimientos: ¡todos creciendo felizmente juntos!

¡Prueba esto en casa!

¡No olvides tu sello!





# Prueba sobre la siembra asociada

1. ¡Traza una línea para unir las plantas que crecen bien juntas!



2. Encierra en un círculo las parejas a las que no les gusta crecer juntas:

Tomate

Zanahoria

Cebolla

Habichuelas

Pepino

Caléndula

3. Encierra en un círculo las que atraen a los polinizadores



Caléndula



Lechuga



Girasol



Albahaca

4. ¿Por qué plantamos ciertos cultivos juntos?



Para ayudarles a crecer mejor



Solo por diversión

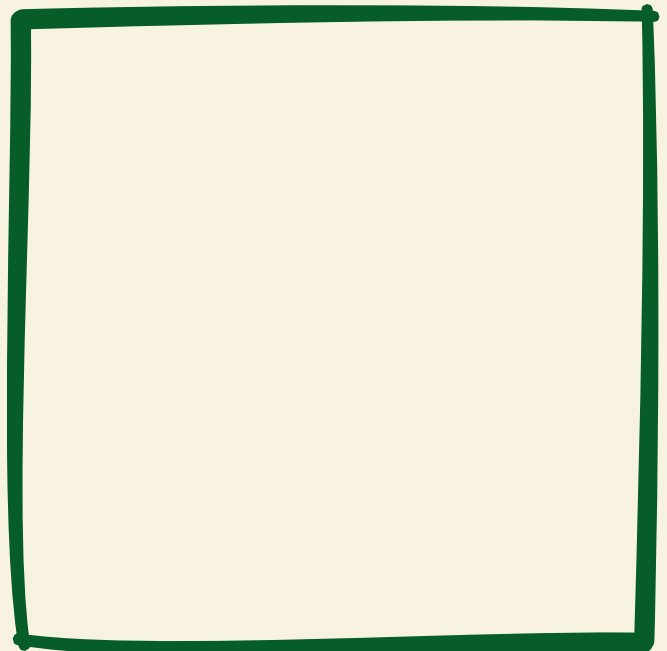
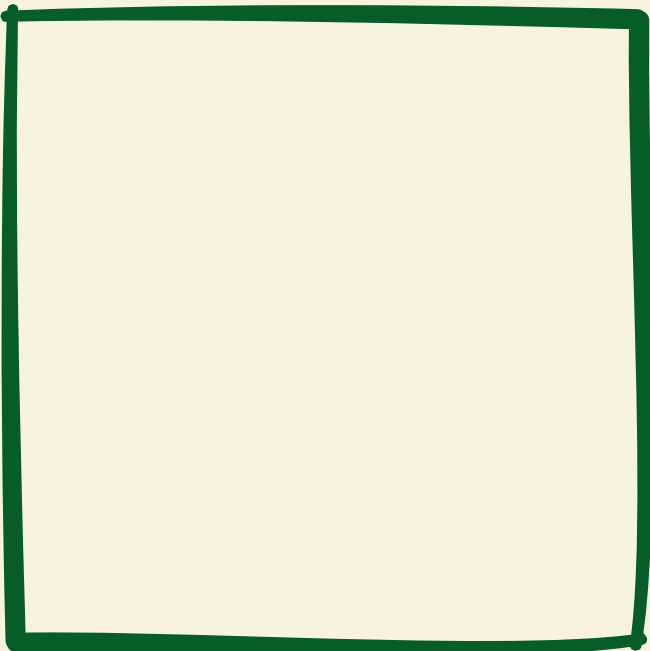
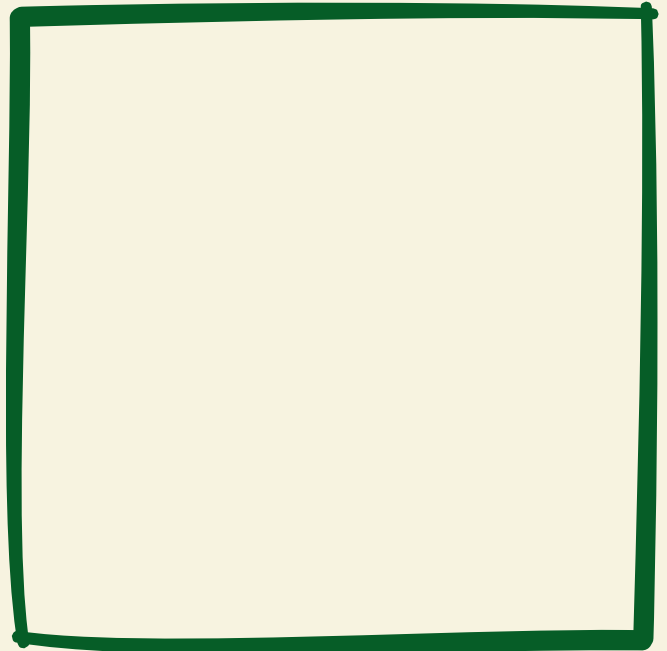
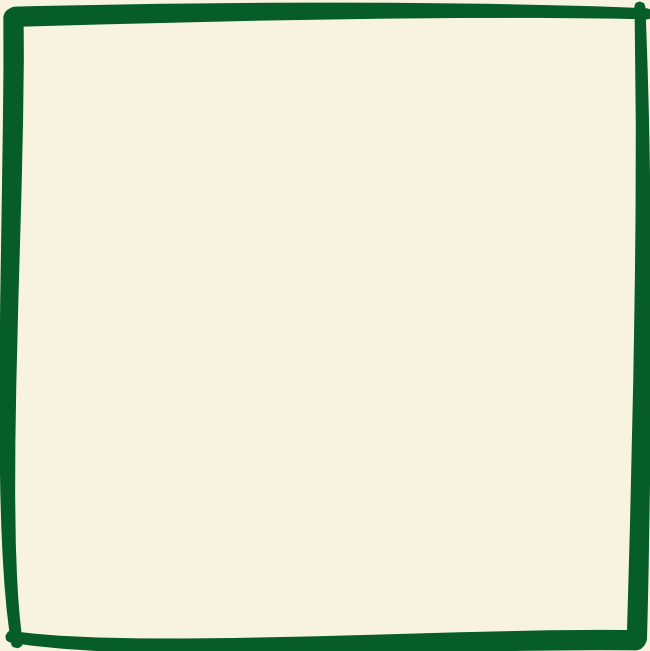


No importa



# Diseña tu jardín

¡Dibuja tu propio huerto! ¿Puedes colocar plantas "amigas" una al lado de la otra?



# LA JARDINERÍA SENSORIAL

## ¿Qué es la jardinería sensorial?

La jardinería sensorial consiste en crear un jardín que se pueda tocar, oler, ver e incluso oír. El uso de plantas nativas de Texas es ideal, aunque no indispensable; existen numerosas plantas sensoriales que están adaptadas a nuestro calor, requieren menos agua y favorecen a los polinizadores locales.

## Cómo hacer un jardín sensorial

Elija plantas con diferentes texturas, aromas y colores:

- ✓ Hojas suaves, como la oreja de cordero, para tocar.
- ✓ Hierbas fragantes, como el romero y la lavanda, para oler.
- ✓ Flores vistosas, como la salvia o la margarita, para ver.
- ✓ Hierbas que susurran con la brisa, para el sonido.



prueba  
esto en  
casa

Planta una pequeña mezcla en una maceta o en un cantero y explórala con tus sentidos: frota las hojas, observa a las abejas y fíjate en cómo cambia tu jardín a lo largo de las estaciones.

¡No olvides tu sello!



# ¡Gracias!

**¡Gracias por celebrar el Día de la Tierra con nosotros!**

Esperamos que este folleto te haya inspirado a probar algo nuevo, ya sea plantar una semilla, empezar un compostero o simplemente dedicar más tiempo a observar el mundo que te rodea.

Las pequeñas acciones suman. Cada jardín plantado, cada resto convertido en compost y cada polinizador apoyado ayuda a cultivar una comunidad y un planeta más sanos.

Únete a nosotros cada semana en el mercado para seguir aprendiendo, conectar con productores locales y encontrar todo lo que necesitas para cultivar lo tuyo.

*¡No olvides mostrar tus sellos en el puesto de información para recoger tu premio!*



**Mercado de agricultores de Elgin**  
**Jueves de 4 PM - 7 PM,**  
**Veterans' Memorial Park, Elgin TX**  
**[www.elginfarmersmarket.com](http://www.elginfarmersmarket.com)**