



Let's Move! (¡A moverse!) Iglesias y Comunidades: **Guía de Jardines o Huertos Comunitarios**

Como parte de *Let's Move! Iglesias y Comunidades*, la Primera Dama Michelle Obama ha desafiado a congregaciones y organizaciones comunitarias a plantar jardines o huertos en sus comunidades. Hay muchas ventajas positivas al comenzar un huerto comunitario: el aumento de acceso a alimentos frescos y saludables; mejorar la calidad de la tierra y el agua; proporcionar ejercicio para la gente de todo tipo de capacidad física; y crear la oportunidad de enseñar sobre la nutrición, la agricultura, y la ecología. En resumen, el comenzar un jardín o huerto puede ayudar a realizar cambios reales y duraderos en las comunidades.

Ya sea usted un jardinero nuevo o un huertero con mucha experiencia, hay una amplia variedad de recursos disponibles para ayudarle a comenzar un jardín comunitario en su organización o congregación.

¿Cómo puedo empezar?

Para aprender más sobre cómo comenzar un jardín nuevo, la **Guía para Desarrollo de un Huerto/Jardín Comunitario** de la Extensión Cooperativa de la Universidad de California proporciona dirección sobre cómo organizar un sitio para un huerto sostenible en su vecindad. Este es un gran recurso para el comienzo de su jardín comunitario:

<http://celosangeles.ucdavis.edu/files/79457.doc>

¿Qué debo plantar?

El Departamento de Agricultura de los Estados Unidos (USDA por sus siglas en inglés) ha publicado guías para el **Planeamiento y Desarrollo de un Jardín de Vegetales** y sobre **Comenzando a Sembrar** (disponibles en inglés) que son muy útiles para aprender los fundamentos para preparar y mejorar su tierra, y para decidir qué vegetales plantar: <http://plant-materials.nrcs.usda.gov/news/features/communitygardens.html>.

¿Dónde puedo encontrar asistencia técnica?

Los **Jardineros Maestros** son un recurso valioso para consejos de jardinería. Entrenados por el Sistema de Extensión Cooperativa de USDA, los Jardineros Maestros son miembros de la comunidad que ofrecen voluntariamente su tiempo para ayudar a plantar, producir, y cosechar productos frescos de jardines. Hay Jardineros Maestros disponibles en los 50 estados y en el Distrito de Columbia. Para encontrar a un Jardinero Maestro en su comunidad, favor de visitar: http://www.ahs.org/master_gardeners/.

Extensión Cooperativa de USDA: Cada Estado y territorio tiene una oficina Estatal de Extensión Cooperativa en su Universidad Estatal, así como una red de oficinas locales o regionales. En estas oficinas hay expertos que pueden proporcionarle información útil y práctica en jardinería y nutrición. Consulte este mapa para encontrar la oficina más cerca de su comunidad: <http://www.csrees.usda.gov/Extension/>.

Jardín del Pueblo: Esta iniciativa desafía a los empleados de USDA a establecer Jardines del Pueblo en las instalaciones de USDA alrededor del mundo o a ayudar a comunidades a crear jardines. Los Jardines del Pueblo varían en tamaño y tipo, pero todos tienen un objetivo común: ayudar a la comunidad local en la que están y al medio ambiente. Visite el sitio electrónico del Jardín del Pueblo para encontrar el jardín más cerca de usted. Puede registrar su jardín comunitario en el mapa de jardines: www.usda.gov/peoplesgarden.

American Community Gardening Association: La misión de la American Community Gardening Association (Asociación Americana de Jardinería Comunitaria) es construir comunidad aumentando y mejorando la jardinería y ecología a través de los Estados Unidos y Canadá. Voluntarios, personal y miembros de la junta directiva responden a miles de solicitudes de información cada año sobre la jardinería comunitaria y ecológica. Su sitio electrónico también tiene recursos de guías para ayudarle a comenzar. Para obtener más información, visite: www.communitygarden.org.



Servicio de Conservación de Recursos Naturales (NRCS por sus iniciales en inglés) de USDA: Casi todos los condados en los Estados Unidos tienen una oficina de NRCS para ayudar a los propietarios privados a administrar sus tierras. NRCS ayuda a propietarios y administradores de la tierra con la planificación de conservación diseñada para beneficiar a la tierra, el agua, el aire, las plantas y animales, con el fin de crear tierras más productivas y ecosistemas más saludables. El personal de NRCS puede ayudarle a incorporar la sostenibilidad en su diseño de jardines: <http://offices.sc.egov.usda.gov/locator/app>.

Biblioteca Nacional de Agricultura de USDA: ¡Antes de empezar con su jardinería, recuerde hacer una prueba de la tierra por seguridad! La Biblioteca Nacional de Agricultura proporciona listas de laboratorios en todo el país: <http://www.nal.usda.gov/>. También puede llamar a su oficina de Extensión Cooperativa o al Departamento Estatal de Agricultura para averiguar adónde puede mandar a hacer la prueba de su tierra.

¿Qué recursos hay disponibles para enseñarles a los niños sobre jardinería?

Jardinero Maestro Junior: Este programa proporciona un currículo de estudios para ayudarles a los niños a aprender sobre jardinería. Puede organizar a los jóvenes en su comunidad para inscribirse como un grupo de Jardineros Maestros Juniors. Jardinero Maestro Junior es un programa 4-H de desarrollo juvenil de la Extensión Cooperativa de USDA: www.jmgkids.us/.

Grow It, Try It, Like It! (¡Coséchalos, pruébalos, gózalos!) USDA ha creado material educativo sobre nutrición alrededor de la jardinería para introducir a los niños pequeños a varias frutas y verduras. El kit está disponible (solamente en inglés) en: <http://www.fns.usda.gov/tn/Resources/growit.html>.

¿Hay materiales sobre agricultura urbana?

La **Agencia de Protección Ambiental de Estados Unidos** ofrece información sobre agricultura urbana, incluyendo consejos sobre cómo comenzar un jardín o huerto, materiales educativos y enlaces a otros recursos: <http://www.epa.gov/brownfields/urbanag/index.html>.

¿Adónde puedo encontrar fondos para mi jardín?

Conozca a su agricultor, Conozca sus Alimentos: Este es un esfuerzo de USDA para conectar de mejor manera a los consumidores con sus productores locales. El sitio electrónico proporciona una lista de programas de préstamos y fondos disponibles a través del Departamento de Agricultura para apoyar el desarrollo de la agricultura local. Algunos de estos programas, tales como el programa de fondos *Community Food Projects* (Proyecto Comunitario de Alimentos), se pueden utilizar para proyectos de huertos comunitarios: www.usda.gov/knowyourfarmer.

Paquete ¡Let's Move! Iglesias y Comunidades: El apéndice del Paquete *¡Let's Move! Iglesias y Comunidades* contiene una lista de varias fundaciones nacionales y organizaciones comunitarias que trabajan en revertir la obesidad infantil. Algunas de estas organizaciones tienen el financiamiento y/o asistencia técnica disponibles para proyectos que aumentan el acceso a los alimentos sanos y asequibles: <http://www.hhs.gov/partnerships>.

¡Sea creativo e inventivo! Dependiendo de la escala de su proyecto, un jardín comunitario no es algo costoso. Los fondos para los jardines comunitarios pueden venir de fondos privados de fundaciones, organizaciones comunitarias, y de negocios. También puede consultar a su gobierno local. Usted puede también recaudar fondos localmente en su comunidad o congregación, lo cual es una buena manera de conseguir que más gente apoye su jardín.