

Jardinage

Les enfants ont besoin de manger des fruits et des légumes chaque jour. Cultiver de la nourriture pour votre famille peut contribuer à améliorer la santé de vos enfants.

VOICI QUELQUES ÉTAPES QUE VOUS POUVEZ SUIVRE :



1

▶ 1. APPRENEZ À CULTIVER DE LA NOURRITURE DANS VOTRE RÉGION

- Il est utile de connaître la meilleure façon de cultiver de la nourriture en fonction du climat et du type de sol de votre région.
- Les spécialistes de l'agriculture gouvernementaux peuvent vous donner des informations. Les dirigeants locaux de l'Église peuvent aussi suggérer de la documentation.
- Il peut être utile de se tourner vers vos amis, vos voisins ou des membres de l'Église qui jardinent.



2

▶ 2. CHOISISSEZ CE QUE VOUS VOULEZ CULTIVER

- Optez pour des plantes qui poussent bien dans le climat et le type de sol de votre région, et dans l'espace dont vous disposez.
- Choisissez des aliments que les membres de votre famille mangeront.



3

▶ 3. TROUVEZ UN BON EMPLACEMENT

- Trouvez un endroit ensoleillé. Les plantes potagères ont besoin d'environ six heures de soleil par jour.
- Choisissez un endroit où vous aurez accès à de l'eau.
- Vous pouvez aussi planter dans des récipients tels que des seaux, des pots ou de grandes boîtes de conserve. Assurez-vous qu'il y a un moyen pour l'eau de s'écouler.



4

▶ 4. PRÉPAREZ LE SOL AVANT DE PLANTER

- Creusez pour briser les mottes de terre.
- Ajoutez de l'engrais ou d'autres matériaux à votre sol si nécessaire.



5

▶ 5. L'EAU EST ESSENTIELLE

- Veillez à ce que vos plantes reçoivent suffisamment d'eau.
- Apprenez à reconnaître quand vos plantes ont besoin de plus d'eau.



Qu'est-ce que vous pouvez commencer à faire pour cultiver des fruits ou des légumes ?