



Creo en  
**POPAYÁN**

# Así CREEMOS ASÍ NOS CUIDAMOS

**Boletín**

Mayo 1 / 2020

Como funcionarios y contratistas de la Alcaldía de Popayán, contribuimos juntos para combatir la propagación del **Coronavirus Covid19**. Por eso desde la Oficina de Prensa y Comunicaciones invitamos a que todos estemos informados sobre las medidas y prevenciones para la contención del virus.



La salud es de todos Minsalud

**Si debes salir de tu hogar, ten en cuenta estas recomendaciones al volver:**

- ▶ Quitate los zapatos y lava las suelas con agua y jabón.

# EvitaElCoronavirus



- ▶ Desinfecta los elementos que llevas y traes de vuelta a tu vivienda.
- ▶ Si llevas alguna compra, desinfecta el empaque y colócalo en una superficie limpia.
- ▶ Lava o limpia los productos de nevera que compres antes de guardarlos.

# EvitaElCoronavirus



*"Hoy quiero enviarles un saludo de gratitud por seguir trabajando día a día por nuestra Administración.  
Cuida de ti y de tu familia, quédate en casa porque juntos somos más"*

*Juan Carlos López Castrillón*





Creo en  
**POPAYÁN**

Así  
**CREEMOS**

**ASÍ NOS CUIDAMOS**

Se acerca el fin de semana y te invitamos a construir tu propia huerta casera.

**¡Sigue estos pasos sin prisa y disfrutando al máximo el proceso de tener cultivos propios y llevarlos a tu mesa!**



## Como hacer una **HUERTA CASERA**



**1** Elige una terraza, ventana o balcón para que tu huerto tenga buena iluminación.



**2** Piensa qué plantarás, pueden ser acelgas, lechugas, ajo, cebollas, zanahorias, tomates, maíz, pepinos.



**3** Busca recipientes de 7 a 15 cms de profundidad. Pueden ser de barro o plástico.



**4** Siembra directamente en ellos o en recipientes pequeños para después llevarlos a la huerta



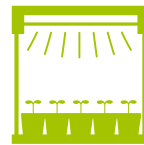
**5** Haz el trasplante y ten cuidado de sus raíces, y con un agujero grande presiona el sustrato despacio alrededor de la planta para regarla.



**6** El éxito de tu huerta dependerá del sustrato que uses. El mejor es el compost, es 100% orgánico ya que tiene mezclas de restos forestales y estiércol.



**7** Para abonar añade más compost. Las plantas deben tener nutrientes minerales del sustrato y raíces.



**8** Para regar te recomendamos instalar un sistema de riego por goteo, con él sabremos que el riego ha finalizado cuando comience a salir agua por debajo de la mesa.



**9** Para controlar plagas y daños no es recomendable usar tratamientos químicos, ya que son tóxicos.

**Ahora conoces las claves para crear tu propio huerto casero.**

**¿Qué esperas para hacer el tuyo?**

