

Manos a la tierra

Recetario de prácticas agroecológicas para
la restauración comunitaria del paisaje



Este cuadernillo recetario solo pretende estar cerca de ti para acompañarte en tus primeros pasos, primeras preguntas y/o profundizar el camino que ya tienes andado. La diversidad de información al respecto es muy basta y accesible, hay muchxs autores y experiencias comunitarias que pueden mostrar que es un lindo camino para andar en colectivo, para ser más recíprocos con la tierra. Se vale copiar, prestar, regalar a otras personas que están iniciando este camino. Los derechos son propiedad de la sabiduría colectiva, algunxs autores citados y el respaldo de la RedForesta, de la que puedes hacer referencia.





¿QUÉ ES LO QUE TENGO EN MIS MANOS?

Este objeto que estás sosteniendo es un recolector de memorias, recetas, experiencias encaminadas, todas a un objetivo principal, el de sembrar y mantener la vida, ya sea en un bosque, en medio de la ciudad o en un llano devastado. Esa intención es la que unió y conformó a la RedForesta y ¡aquí vamos! recordando y atesorando los aprendizajes, que así como las semillas, broten en otros lugares.

DISEÑO Y RESTAURACIÓN DEL ESPACIO

Antes de comenzar con el diseño ¿Qué entendemos por restauración?

Existen múltiples definiciones, unas más estrictas que otras, nosotros concebimos la restauración como un proceso que busca recuperar funciones o condiciones o procesos ecológicos de un ecosistema que ha sido degradado, dañado o destruido. A su vez es una búsqueda por preservar costumbres, usos y formas de relacionarnos con nuestro entorno y comunidad.

Sabemos que restaurar un sitio es casi imposible, pues dependerá de la afectación y nunca llegará a ser igual que como estaba en su origen; sin embargo, nos animamos a resignificarla porque la intención es ir más allá de plantar vegetación, es restaurar nuestra relación con la naturaleza, la observación a los ciclos naturales, restaurar el tejido social para reconocer la fuerza de lo colectivo y de esta manera devolverle a la tierra tanto que da.

Para comenzar un proceso de restauración proponemos formularnos las siguientes preguntas, mismas que te apoyarán a reconocer el espacio y las características a tomar en cuenta.

¿Por qué quiero reforestar?

¿Qué me imagino en este terreno en el futuro?

¿Cuento con el apoyo de más personas para plantar y cuidar de la vegetación que se establezca?

¿Cuánto tiempo tengo para invertirle al cuidado de las plantas (revisarlas periódicamente, regarlas en tiempo de sequía o de establecimiento, deshierbar, podar...)?

¿Qué otras especies hay en la zona o cuál es el tipo de vegetación que predomina?

¿Cuál es el área de siembra?

¿Cuál es la pendiente y la altitud?

¿Hay cimas, ríos, planicies, cómo se distribuyen?

¿Cuál es la condición del suelo, hay presencia de materia orgánica, hay vida, humedad?

¿Hay parches conservados, vegetación nativa cercana al área a reforestar? ¿Cómo se distribuyen en el área?

¿Cuál ha sido el uso del suelo y cuál es actualmente?

¿Hay acceso a una fuente de agua?

¿Qué infraestructura existe a los alrededores (postes, tuberías, casa...) y cómo interviene en el área de plantación?

¿Por dónde sale el Sol?

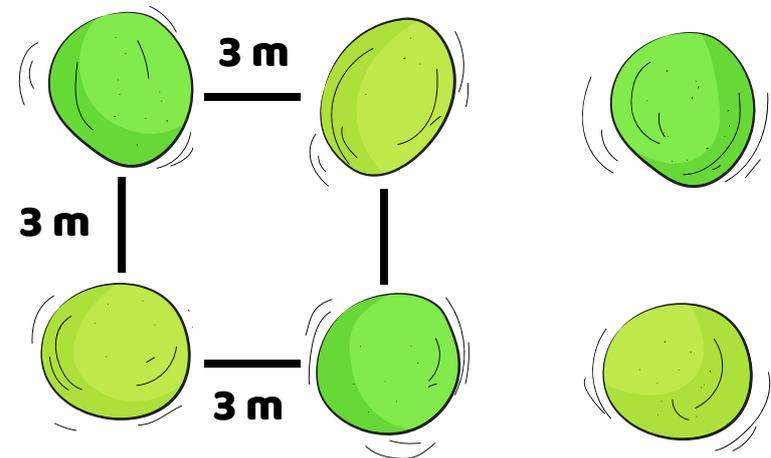
¿Hay ganado cerca?

¿Hay pasto estrella u otra especie dominante donde quiero plantar?

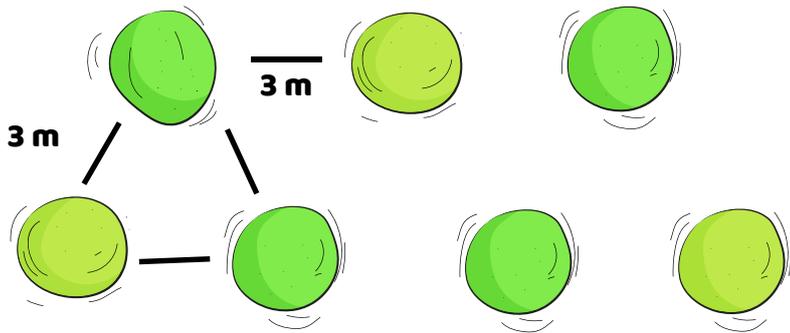
¿Hay alguna amenaza para las plantas como animales de ganado libres, posibles robos, deslaves, etc?

Existen diferentes formas de plantar. Aquí te mostramos algunas para tomarlas en cuenta al establecer tu diseño, sin embargo, lo más recomendable es que adaptes tu plantación a tu entorno y criterio.

CUADRO O MARCO REAL



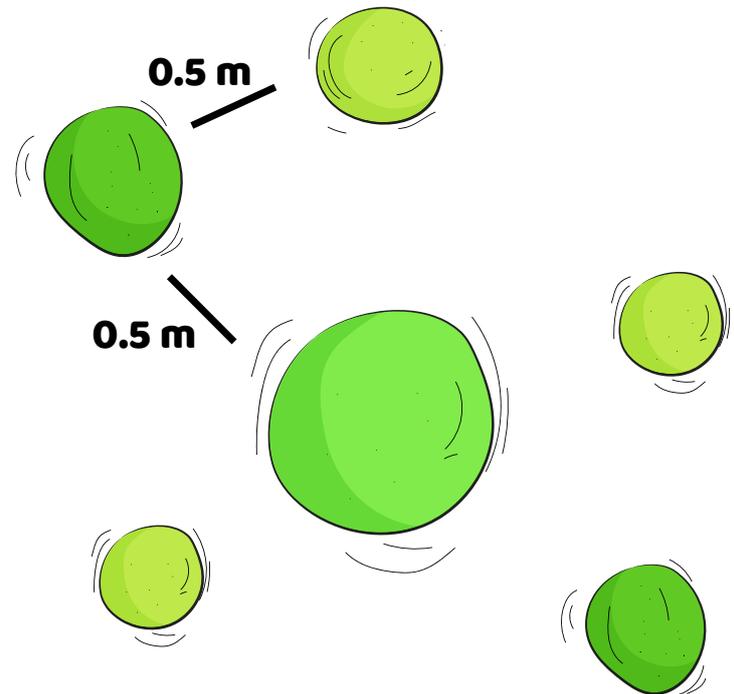
TRES BOLILLOS



Estas dos formaciones suelen emplearse cuando hay muchos árboles por plantar y se requiere de un manejo más estandarizado de la plantación.

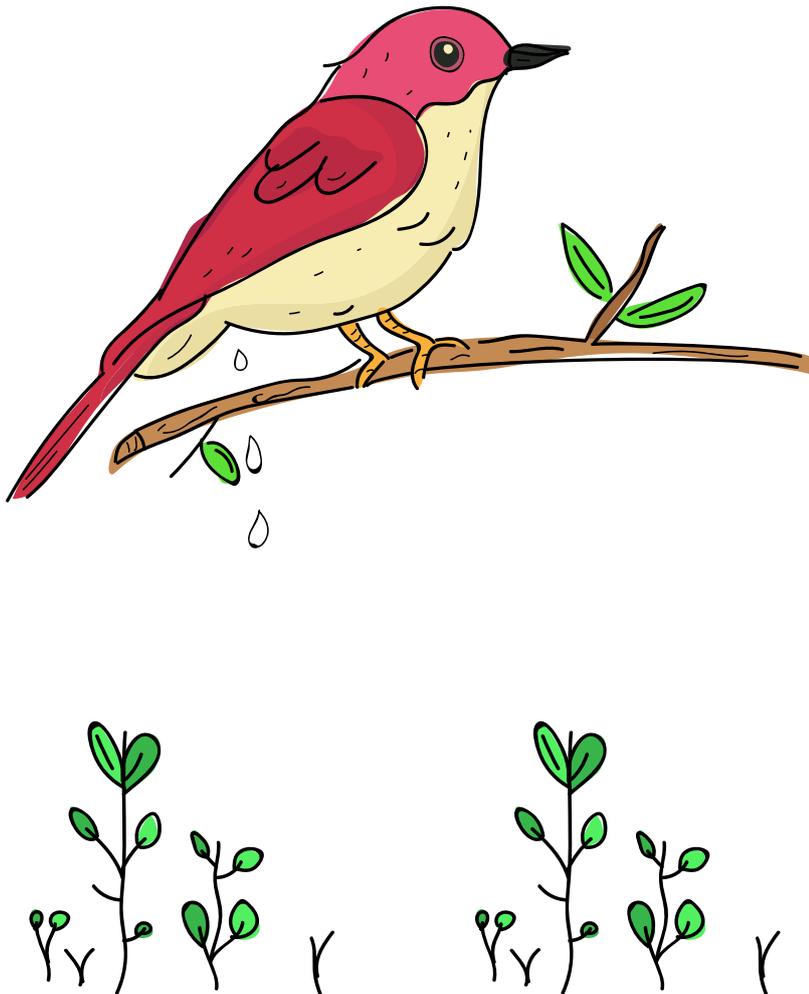
FORMACIÓN DE ANDERSON

Esta plantación propone la siembra de plantas de rápido crecimiento, una especie de tamaño grande en el centro y especies más pequeñas alrededor que la puedan proteger.



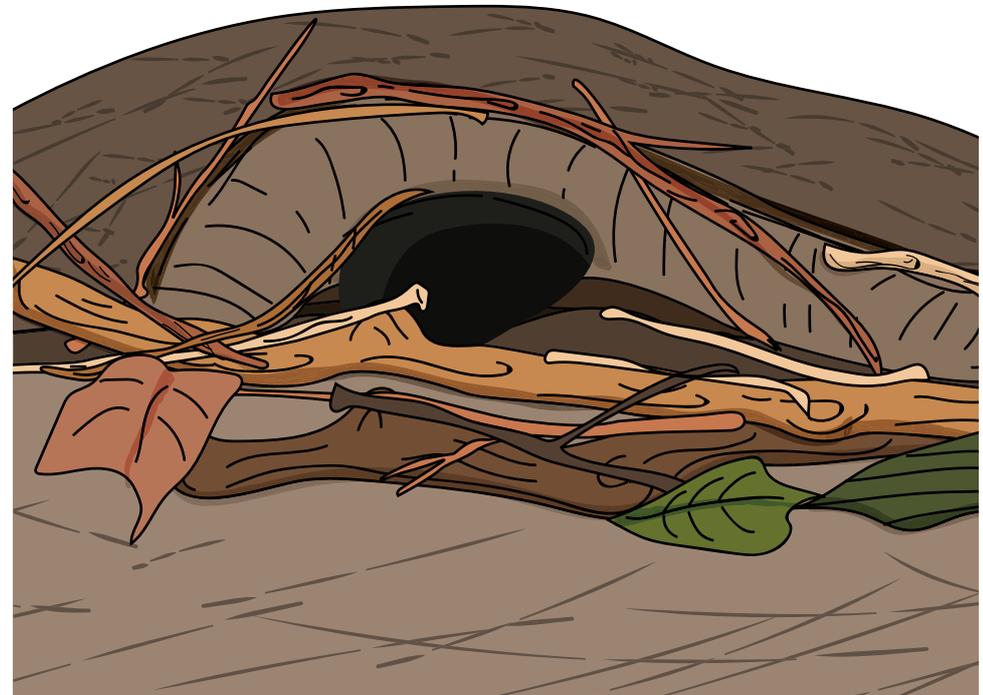
Otras técnicas que puedes emplear para promover la biodiversidad del área en donde estás:

Elaboración de perchas para aves, éstas, al perchar y dejar su excremento debajo de ellas pueden llegar a dispersar semillas y ayudar a la propagación de las plantas.



También puedes sembrar suelo tomando una porción de suelo con hojarasca, semillas, materia orgánica que inocule de vida al suelo a restaurar.

Madrigueras para la fauna local de animales grandes como mamíferos, reptiles, anfibios.



Lluvia de semillas.

Si estás cerca de un bosque puedes recolectar algunas semillas del suelo y llevarlas a suelos desnudos o menos biodiversos que sean aledaños.



Bolitas de semillas

Estas forman parte de una técnica de reforestación creada por Masanobu Fukuoka

Necesitamos:

Dos partes de arcilla (preferentemente del mismo lugar de donde sembrarás)

Una parte de lombricomposta o la tierra con abono que tengas

Semillas

(de preferencia especies de la región)

Agua

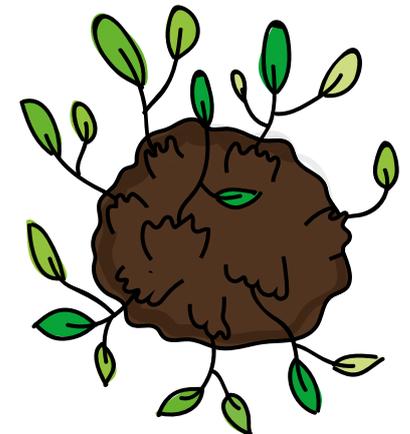
Cuando estén listas las bolitas, según las semillas que coloques, puedes dejarlas en el suelo de jardineras, lotes baldíos, bosques, jardines.

Es recomendable colocarlas en época de lluvias si es que no estarás tú bajo su resguardo ¡La lluvia irá deshaciendo la bolita y germinan las semillas!

Se mezclan todos los ingredientes en una cubeta o balde, se le va agregando agua hasta lograr que se haga una masa moldeable que no escurra agua.

Se hacen bolitas de 3 cm de diámetro aproximadamente.

Se dejan secar un día a la sombra y dos días al sol.



Ahora ¡comenzamos con el diseño!

Hacemos un croquis, mapa, dibujo de nuestro espacio colocando todo en él (infraestructura, árboles presentes, cuerpos de agua, caminos...)



Gracias al croquis o mapa que tengas del espacio podrás realizar más fácilmente el diseño, éste puede ser lo más sencillo o lo más sofisticado que puedas realizar, solo tener en cuenta la siguiente fórmula:

Lo que se desea+los alcances reales + lo que el suelo necesita= un buen inicio

Elegimos las especies que queremos plantar considerando el tamaño, funciones, velocidad de crecimiento y requerimientos.



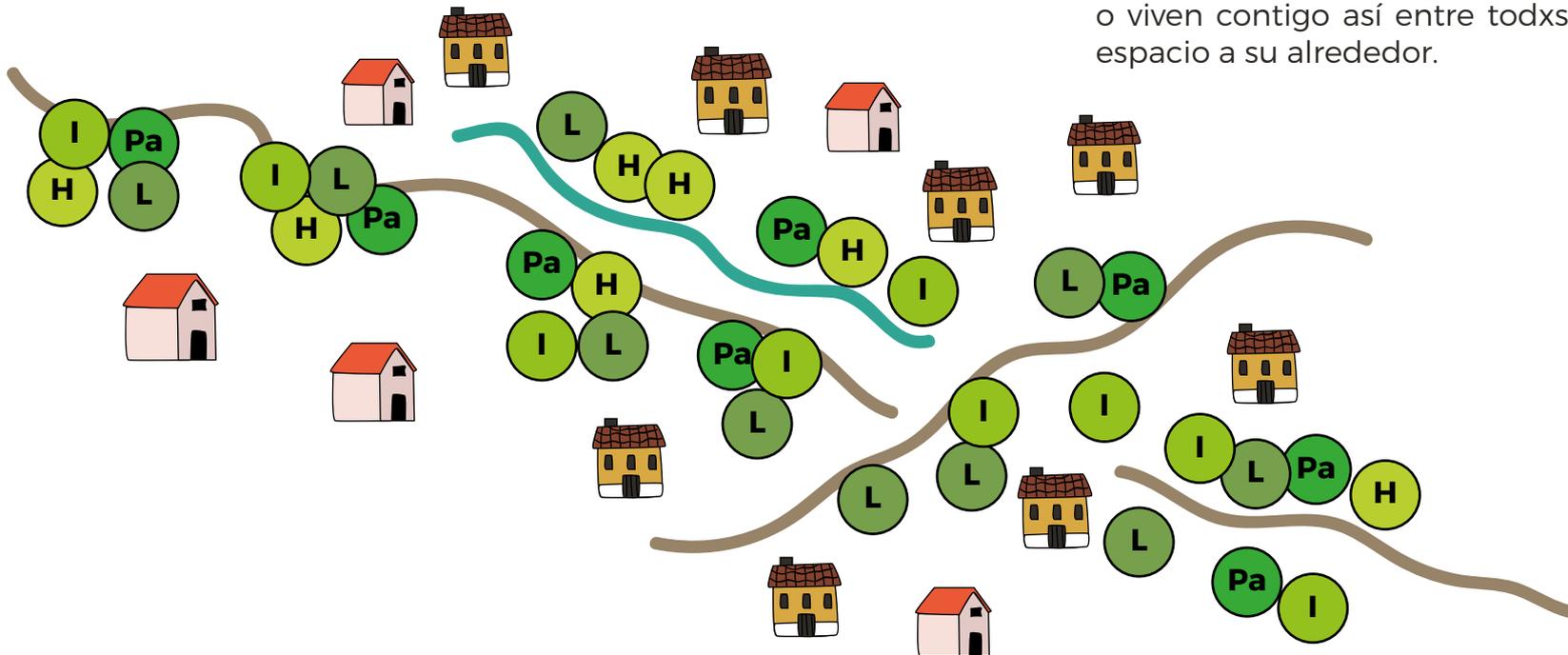
Dibujamos esas especies en el mapa

Dibujamos esas especies en el mapa según queramos distribuirlas y también tomando en cuenta que necesita la planta (espacio, luz)

Te recomendamos hacer un mapa del área para registrar en él los puntos donde se coloquen los árboles

El mapa nos sirve para saber en dónde están las plantas que establecimos, sobre todo en terrenos grandes, con suelos accidentados o cubiertos por pasto. Al realizar el monitoreo podemos ir palomeando en el mapa aquellas plantas que vayamos revisando y así ninguna planta pasará desapercibida. Es otra forma de saber si alguna planta ha desaparecido por alguna razón (por ejemplo, alguna vaca se la comió o alguien la arrancó), en ese caso estará en el mapa pero ya no estará en el terreno. Además puedes colocar estacas con pintura de algún color en la punta para ubicar más fácilmente a la planta.

También puedes realizar un croquis, un dibujo sencillo, puedes invitar a más personas que trabajan o viven contigo así entre todos pueden recrear el espacio a su alrededor.



Y cuándo vamos a plantar....

Una de las reflexiones centrales es “plantar un árbol o una planta NO sólo es ponerlo en la tierra y echarle agua” es el inicio de una vida, de una relación con otro ser vivo.

Una planta y su relación con el suelo, con otros seres es fundamental, por eso será indispensable su observación y tomar acciones para aportar cuidados hasta que ella pueda cuidarse por sí sola.

... esta bien, vamos a plantar.



Un primer paso era el diseño, ahora que ya lo tenemos, manos a la tierra.

Éste que pareciera el último paso, en realidad creemos que es apenas el inicio de una larga relación con el nuevo ser que plantarás.

¿QUÉ NECESITAMOS PARA PLANTAR?

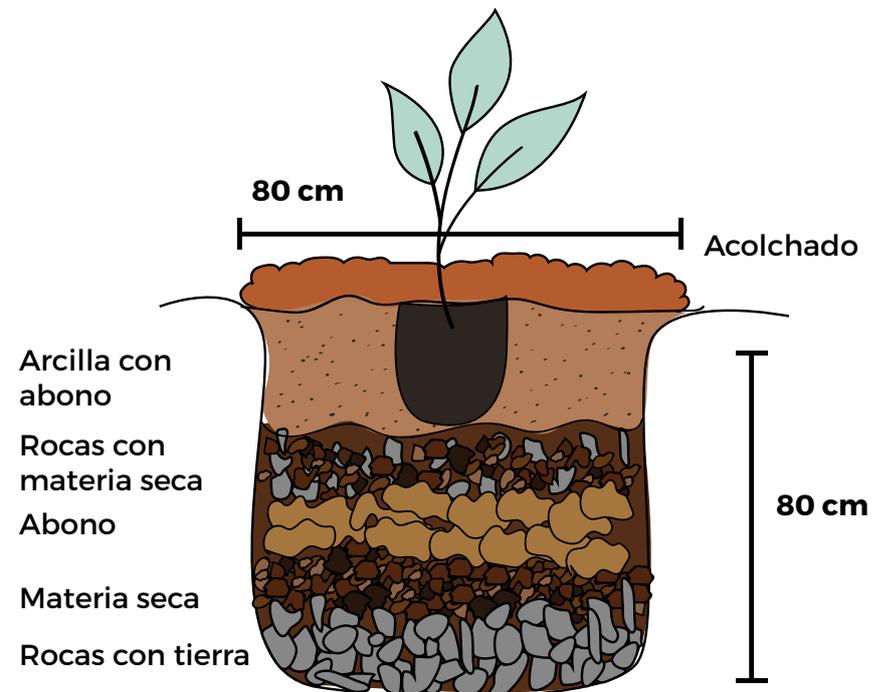
Pico
Pala recta
Cubeta
Sustratos
Estacas pintadas
Machete
Formato de monitoreo
GPS



¿Y CÓMO PLANTAR?

Aquí proponemos una técnica que es recomendada para plantar frutales, sin embargo, puede ser utilizada para sitios con suelos muy pobres, así aportamos a la planta todo lo que necesitará el primer periodo de tiempo.

En caso de que el suelo no esté degradado, puedes hacer hoyos menos profundos, recomendamos que sean del doble de diámetro del cepellón (tierra que sostiene sus raíces) y del doble de profundidad para facilitar que la raíz crezca en el suelo poroso. Igualmente puedes agregar los sustratos según creas conveniente.



El hoyado es muy importante, así como también la colocación de la planta.

La planta normalmente vendrá en una bolsa o maceta, misma que se tendrá que quitar con mucho cuidado para tener el cepellón completo mismo que colocaremos en el hoyo, será necesario tener el sustrato listo.

Vamos a colocar la mezcla de sustratos y piedras para hacer que el cepellón toque la base y esté a la misma altura de la superficie que tenía en la bolsa.

De preferencia realiza este movimiento con alguien más, una persona sostendrá la planta para que no se hunda, mientras otra persona va integrando el sustrato, con sus manos puedes ir aplanando la tierra, ojo con no comprimir, solo es para que se quede firme. Riega suficiente para que la tierra se acomode ya las raíces se vayan expandiendo.



¿CADA CUÁNDO RIEGO LAS PLANTAS?

El riego depende de la humedad presente en el suelo, de las lluvias, la sombra y el sol que recibe la planta, la presencia de otras plantas. Entonces para saber cada cuándo regar las plantas proponemos que observes la humedad en el suelo, la vitalidad de la planta, qué tanto ha llovido, estos serán indicadores que te ayuden a saber cuándo regar. El primer riego es recomendable realizarlo inmediatamente después de plantar.



¿DE DÓNDE VIENEN LAS PLANTAS?

Es una gran pregunta, será importante tener claro de dónde vienen, cómo fueron sus cuidados y su germinación, así podemos tener la seguridad que es una planta sana.

Hay una gran diversidad de viveros, sin embargo, pocos son los que consideran el cuidado desde prácticas agroecológicas.

La RedForesta colabora con viveros de biodiversidad que buscan fortalecer el oficio del viverista y a su vez tener planta de gran calidad.

Estos viveros cuidan todo el proceso desde la colecta de semillas, su germinación y crecimiento con abonos agroecológicos.

Para conocer más te invitamos a visitarnos en

www.inana-ac.org

También somos parte de una red más amplia

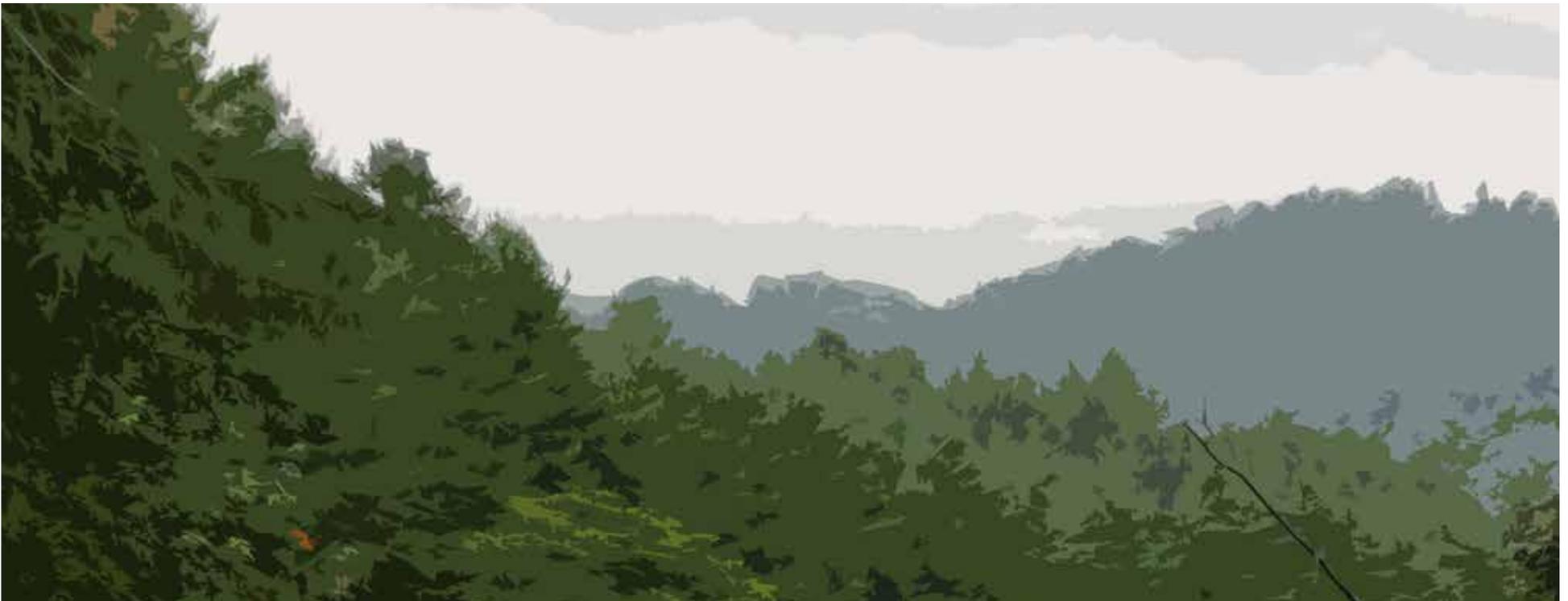
<https://revivemx.org>



MONITOREO

Proponemos realizar un monitoreo a las plantas antes y después de plantarlas con el fin de conocer su progreso y saber qué acciones se requieren para su cuidado (riego, abonado, deshierbe, re-etiquetado, recambio de planta, tratamiento contra alguna plaga o enfermedad)

Aquí te dejamos el formato de monitoreo, dado que requiere un tiempo de dedicación, recomendamos realizar primero el monitoreo y en otra visita ir a realizar las acciones que hayamos visto que son necesarias.



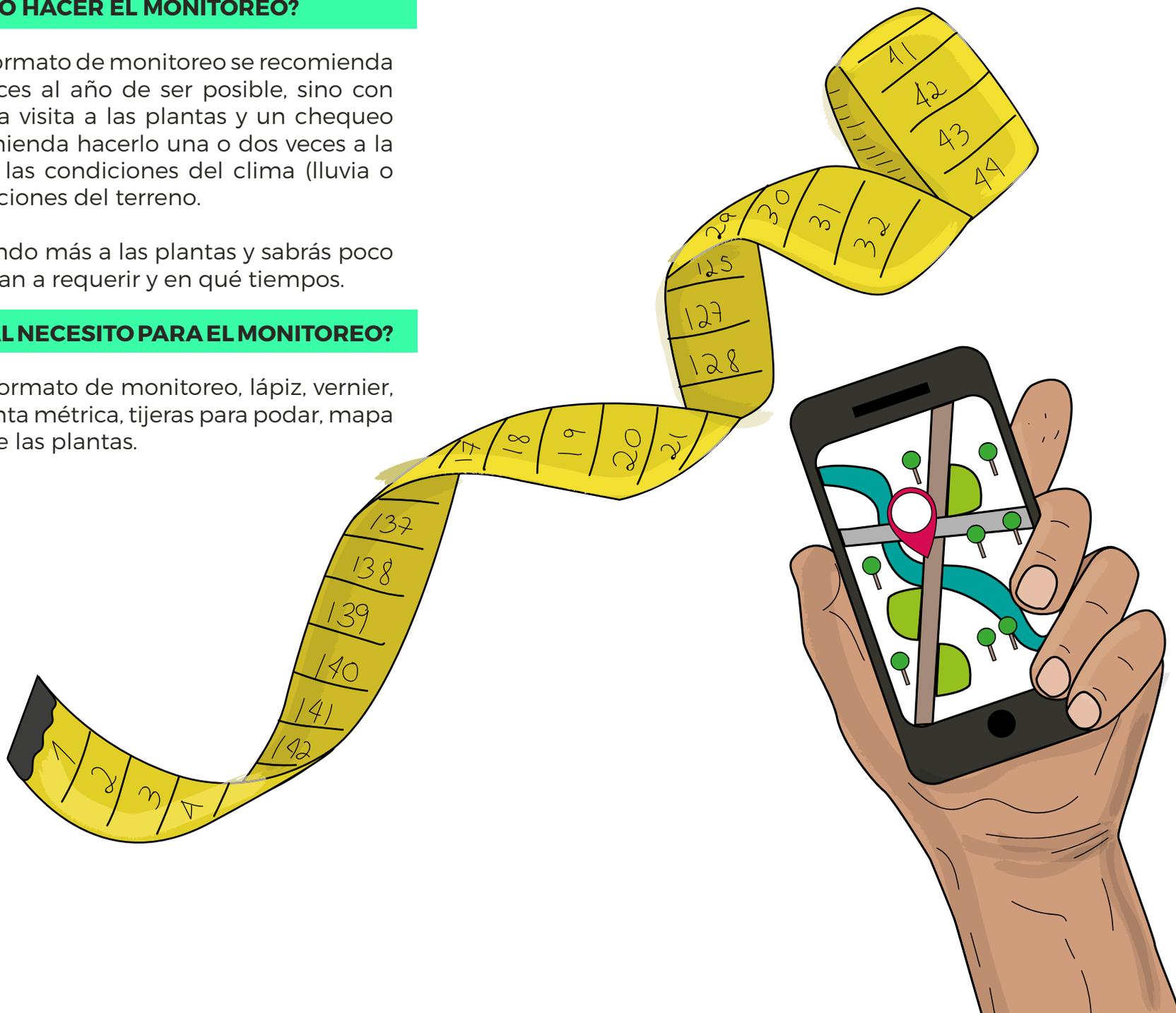
¿CADA CUÁNDO HACER EL MONITOREO?

El llenado del formato de monitoreo se recomienda hacerlo dos veces al año de ser posible, sino con una vez; pero la visita a las plantas y un chequeo visual, se recomienda hacerlo una o dos veces a la semana según las condiciones del clima (lluvia o sequía) y condiciones del terreno.

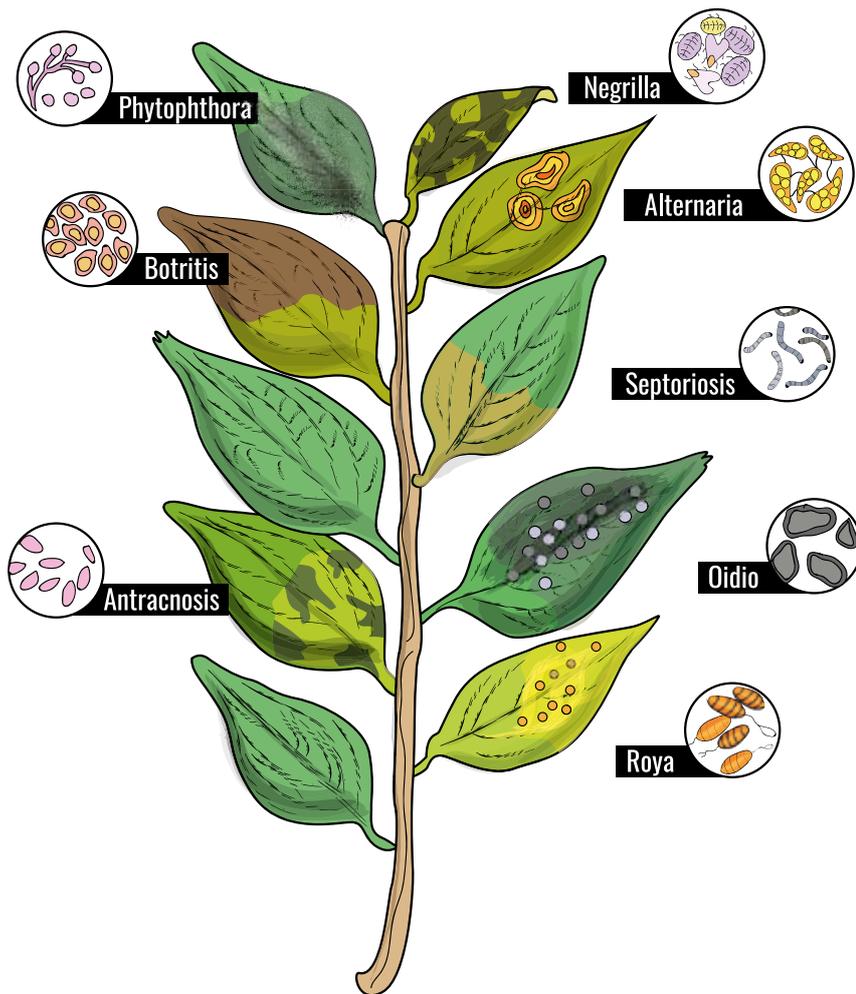
Tú irás conociendo más a las plantas y sabrás poco a poco lo que van a requerir y en qué tiempos.

¿QUÉ MATERIAL NECESITO PARA EL MONITOREO?

GPS o celular, formato de monitoreo, lápiz, vernier, flexómetro o cinta métrica, tijeras para podar, mapa de ubicación de las plantas.



Si al momento de monitorear las plantas encontrarás alguna enfermedad, es de mucha ayuda saber qué les está ocurriendo. Aquí puedes observar algunas de las enfermedades que pueden sufrir las plantas y su apariencia en la hoja.



PERO PRIMERO VAMOS A PREGUNTARNOS ¿QUÉ ES EL SUELO?

“vida, sustento, lo que me conecta con la Tierra...”
¿Y para ti?

El suelo es un ecosistema complejo y dinámico que sostiene procesos físicos y transformaciones químicas vitales para la vida terrestre. Es un recurso finito: en unos minutos puede ser destruido y restaurarlo puede llevar hasta mil años.

En el suelo se cumplen ciclos en los cuales los organismos juegan un papel esencial, desde los más grandes hasta los seres microscópicos. La materia se va descomponiendo y volviéndose disponible por medio de la actividad biológica de estos organismos.



El suelo y....

el AGUA Como una esponja, el suelo absorbe la precipitación, permitiendo que llegue a las raíces de las plantas, a los mantos acuíferos y a las corrientes superficiales (Shiklomanov, 1993), las plantas y sus residuos mantienen el suelo y sus servicios, protegiéndolo de la fuerza destructora de las gotas de agua (Daily et al., 1997).

las PLANTAS El suelo protege a las semillas y provee el soporte físico y los nutrientes para las plantas.

la MATERIA ORGÁNICA En él se descomponen los restos de plantas y animales muertos, haciendo inocuas las toxinas potenciales y los patógenos humanos y reciclando los constituyentes en formas útiles para las plantas.

GASES DE EFECTO INVERNADERO

En el proceso de descomposición los organismos del suelo regulan los flujos de gases importantes de efecto invernadero como CO₂, CH₄ y N₂O.

CADENAS ALIMENTICIAS

El suelo juega un papel crítico en el abastecimiento de todas las cadenas alimenticias terrestres y también es un componente importante de los sistemas acuáticos (Daily et al., 1997).



¿Qué es la erosión de los suelos?

Es la pérdida de la capa superficial, la capa que es fértil, la capa que da soporte a las plantas y por lo tanto ¡que da soporte a la vida!

¿Y cómo saber si el suelo está degradado?

Algunas actividades como el cambio de uso de suelo, la deforestación, el sobrepastoreo, la agricultura intensiva, el pisoteo excesivo, generan la erosión de los suelos, por eso es importante saber la historia y la observación del lugar en donde queremos plantar.

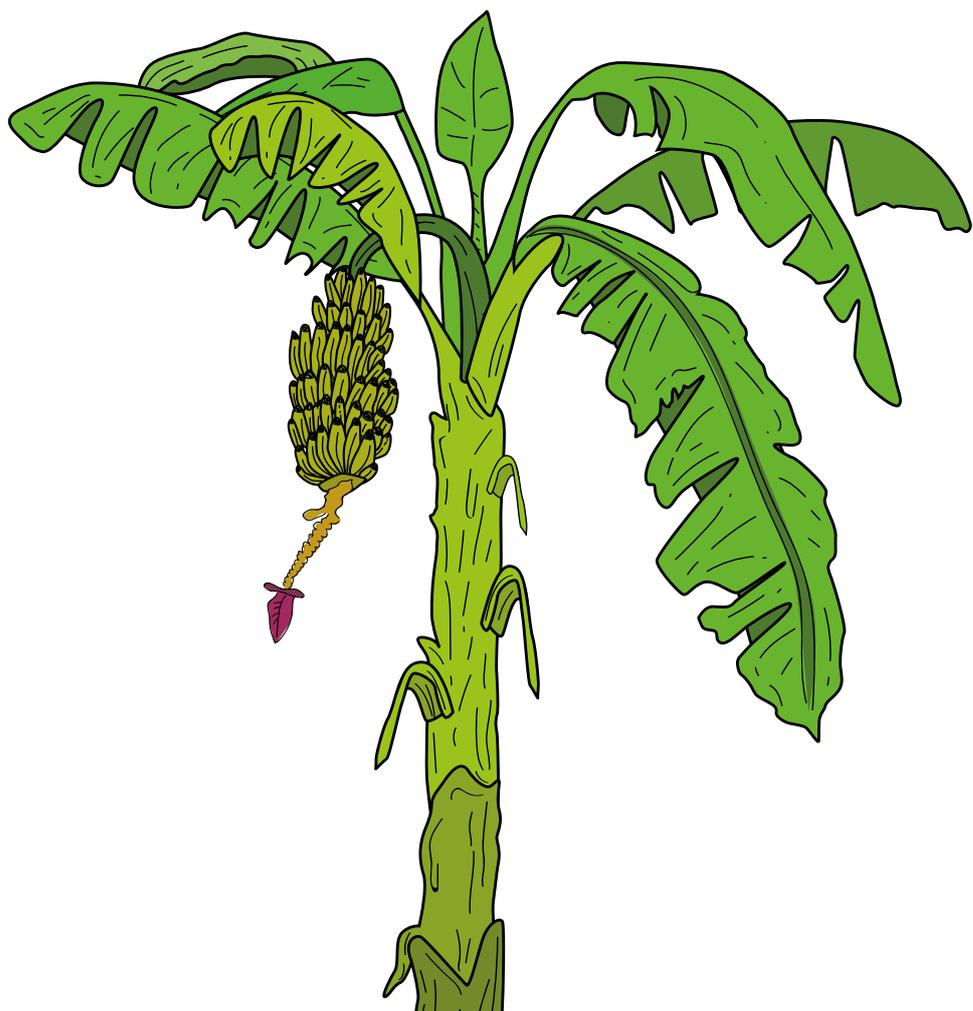
Algunos indicadores de un suelo degradado son: la presencia de terrones grandes con esquinas y en gran cantidad, alta compactación del suelo, el suelo es duro y no se desmorona con facilidad, es de color claro, hay agregados o motas de colores, no hay lombrices o muy pocas y tampoco otros seres vivos, no hay humedad, no hay cobertura vegetal ni presencia de materia orgánica (hojarasca, ramas secas).



CUIDADOS Y ELABORACIÓN DE ABONOS.

Principios agroecológicos, introducción a los biofertilizantes y manejo ecológico de plagas y elaboración de sulfocalcio.

Con el fin de promover el cuidado de la biodiversidad del suelo, la vitalidad y salud de nuestras plantas, proponemos la elaboración de algunos abonos y productos caseros que no contaminan ni generan residuos.



¿Y QUÉ PODEMOS HACER PARA NUTRIR SALUDABLEMENTE AL SUELO?

Existen diversos fertilizantes como la composta casera o lombricomposta, té de cáscara de plátano, microorganismos de montaña, aquí hablaremos sobre el Biofertilizante líquido, un medio para revitalizar e integrar microbiota (diversidad de microorganismos) al suelo, esa que da inicio a las cadenas alimenticias, que le da vida..



¿Estaban preparando un caldito de pollo?

No ¡es caldo sulfocalcico!

¿Y eso qué es?

Es una mezcla de azufre y cal (apagada o viva) que se diluye en agua hirviendo.

Promueve la recuperación de una planta enferma por hongos, bacterias o/e insectos y estimula la síntesis proteica de las plantas y neutralizar el pH del suelo cuando éste es muy ácido.



Es uno de los métodos más utilizados por la agricultura ecológica ya que es una solución no residual y no resulta tóxica para el medio ambiente.

De este método cosecharemos caldo sulfocálcico líquido y pasta sulfocálcica (que se queda asentada en la parte inferior del recipiente). Su función es cicatrizar podas y esquejes.



RECETA PARA 40 L DE AGUA

Ingredientes

5k de azufre
2.5 k de cal apagada o viva
40 L de agua de la llave

Materiales

1 Paila o bandeja metálica
1 Palomaderade1.5m delargoaproximadamente
1 Estufa o fogón de leña

Recomendaciones

Para cosechar la solución se recomienda guardarla en recipientes de vidrio oscuros y mantenerla protegida de la luz.

Tiempo de caducidad: 1 año

Modo de empleo

1 litro de sulfocalcio + 19 litros de agua
Aplicar directamente en la zona afectada de la planta, si el follaje es comestible, de deben dejar pasar 15 días para consumirlo después de la aplicación.

Y AHORA CÓMO SE HACE:

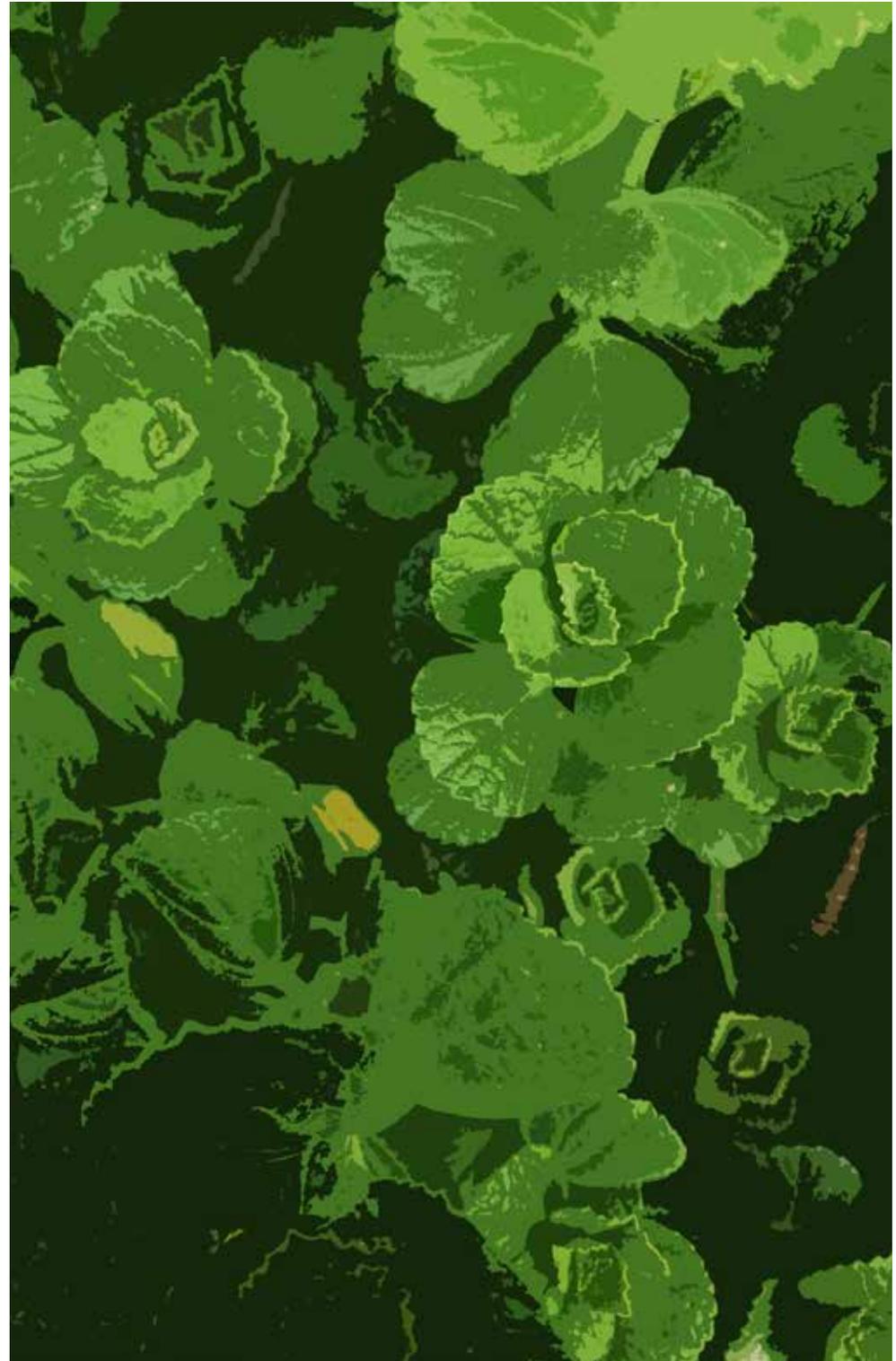
1. Se pone a hervir 40 litros de agua en una bandeja de metal.
2. Mezclar Cal y Azufre en estado sólido. Ojo: hacer la mezcla alejados del fuego, ya que el azufre es inflamable
3. Cuando está hirviendo el agua, se agrega la mezcla de cal y azufre. Ojo: poco a poco
4. En lo que alguien vierte la mezcla de Cal y Azufre, alguien revuelve con un palo.
5. Al terminar de agregar la mezcla, se debe seguir moviendo el caldo con un palo, es posible que tarde de 20 a 40 minutos.
6. El indicador de que ya está listo nuestro caldo, es el color ocre, entre amarillo y dorado. Ojo: cuando se presente este color en nuestro caldo, se debe quitar del fuego y pasarlo a un lugar fresco a que se enfríe.
Recomendación: si se pasa de cocido (más tiempo en fuego) pierde su potencial activo. El indicador de que ya se pasó es un color verde pastoso.
7. Una vez frió, se puede utilizar

ELABORACIÓN DE BIOFERTILIZANTES (BIOL)

El biofertilizante es un fermento anaeróbico (sin oxígeno) compuesto principalmente de microorganismos (bacterias y hongos) y minerales donde se integran doce de los elementos básicos que toda planta necesita para su desarrollo y proliferación.

BENEFICIOS DEL BIOFERTILIZANTE

- Dinamiza la microbiota del suelo
- Fortalece defensas en las plantas
- Nutrición y mineralización de las plantas
- Promueve la biodiversidad
- Plantas y frutos comestibles saludables
- Es económico
- No contamina
- No genera residuos



Materiales para su elaboración

Tambo de 200 litros con tapa y cincho
1 metro de manguera transparente de ½ pulgada
1 empaque (de boquilla para aspersora)
1 botella de pet

Fórmula elemental: Materia orgánica + Microorganismos + Glucosa + Minerales + Levadura + Agua = Nuevos microorganismos + Nutrientes + Minerales biodisponibles

Ingredientes (**Concentrado básico**)

50 kilos de estiércol de vaca (fresco)
5 litros de suero de leche
12 kilos de melaza
500 gramos de levadura
1 kilogramos de ceniza de leña
2 kilogramos de harina de roca
1 kilo de harina de cascarón de huevo
agua de lluvia o río, si solo tenemos agua de llave es necesario serenarla una noche.

¿CÓMO SE PREPARA?

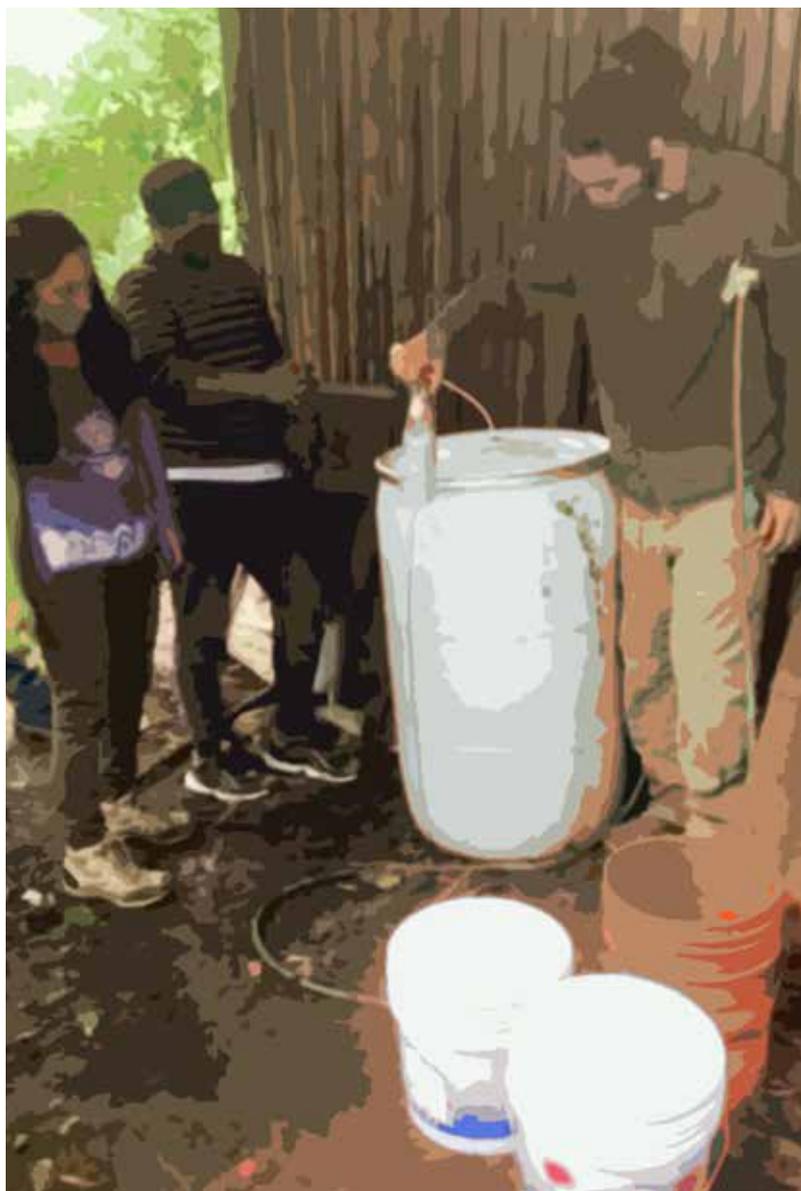
Con agua de lluvia o de manantial (si no, puedes dejar reposar el agua todo un día para desclorar el agua de la llave) disolvemos el estiércol en cubetas, por otro lado disolvemos la melaza, levadura, suero de leche, ceniza, harina de roca y harina del cascarón de huevo. Cuando tenemos todo disuelto y mezclado, lo vertemos en el tambo y mezclamos con un palo. Debemos dejar un espacio de 30 cm sin agua, debido a la actividad biológica el fermento elevará su nivel y debemos considerar ese espacio.

En la tapa realizamos un hoyo para colocar ahí el empaque con la manguera que servirá de escape de gases, al colocar la tapa con la manguera debemos asegurarnos de que ésta no toque el agua dentro del tambo. La otra punta de la manguera se coloca dentro de una botella de PET con agua a un lado del tambo, se puede colgar con un mecate o alambre. Los gases que resulten de la fermentación saldrán por la manguera hacia el agua en forma de burbujas y de esta manera sólo habrá salida de gases evitando la entrada de aire. La tapa debe sellar con cincho, de lo contrario, los gases de la fermentación podrían hacer estallar el tambo botando la tapa. Después de dos meses, el biofermento puede utilizarse, mientras tanto la tapa debe permanecer cerrada.

El tambo debe permanecer bajo sombra



¿CÓMO EMPLEAR EL BIOFERTILIZANTE?



La proporción recomendada para su uso es de un litro de biofertilizante en 19 litros de agua.

La solución se puede verter en el suelo y en las hojas.

Manteniendo el biol en un lugar fresco, seco y bajo sombra, puede durar un año y medio activo.

ELABORACIÓN DE BOCASHI

Abono sólido

El bocashi es un abono sólido fermentado compuesto de diferentes tipos de ingredientes y microorganismos.

El término “Bocashi” deriva del japonés y significa fermento.



BENEFICIOS DEL BOCASHI

Abono de producción rápida

Alto contenido en microorganismos, minerales y materia orgánica

Elementos fermentados de fácil asimilación para las plantas

Es inocuo para el medio ambiente, al contrario, mantiene y conserva la biodiversidad del suelo

Se puede guardar el tiempo que se requiera

Facilita transición de agricultura convencional a orgánica en poco tiempo

Es económico

¿CÓMO SE USA?

Se puede mezclar con el sustrato que ocuparás para plantar. Si es para abonado posterior a la siembra con uno o dos puños por planta será suficiente.



RECETA PARA ELABORAR MEDIA TONELADA

100 kg de materia seca, opciones: Cascarilla de café, maleza de deshierbe, pasto seco, hojarasca de bambú, paja, etc.

125 kg de estiércol fresco o intermedio (vaca, caballo, cabra o gallinaza)

200 kg de tierra cernida (la que esté disponible)

25 kg carbón vegetal (bien triturado)

25 kg de salvado (trigo, arroz etc)

10 kg de ceniza de fogón

5 kg de harina de roca

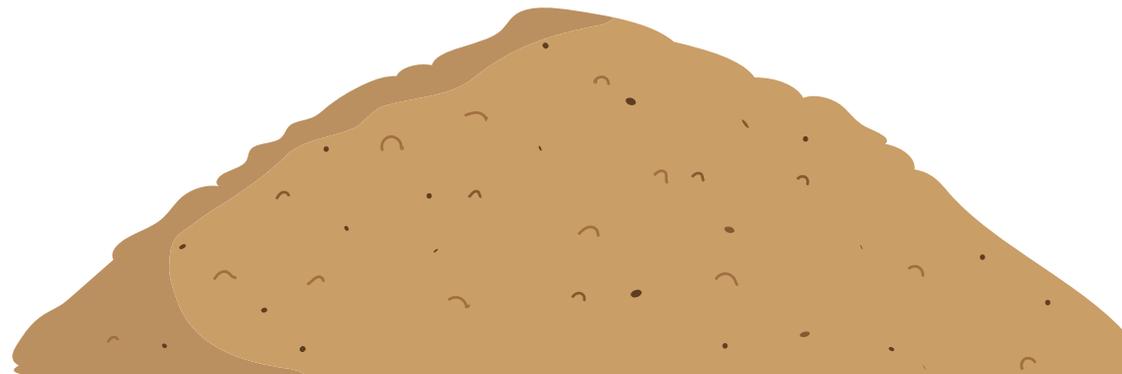
5 kg de hojarasca (mantillo de bosque)

5 litros o kilos de melaza

10 litros de suero de leche

500 gr de levadura de pan

Fórmula elemental: Materia orgánica + Microorganismos + Glucosa + Minerales + Levaduras + Agua + Oxígeno = Nuevos microorganismos + Nutrientes + Minerales biodisponibles



AHORA VAMOS A MEZCLAR.

La manera para realizar el Bocashi será imaginando que estamos haciendo un pastel para darle de comer a la tierra, estamos festejando su vida y nuestro sustento, así que pongamos gran intención para que salga rico.

Para hacer un pastel se mezcla primero toda la parte líquida y se revuelve con un palo para que quede homogéneo (suero de leche, melaza y levadura). Las harinas con la ceniza también se mezclan. Ahora la parte sólida se realizará en capas: en una superficie plana y techada para evitar que se moje, donde sabes que se quedará ahí tu mezcla durante 20 a 30 días.

Primera capa material seco

Segunda capa tierra cernida

Tercera capa estiércol fresco o intermedio (vaca, caballo, cabra o gallinaza)

-salpicamos la mezcla líquida.

Cuarta capa de hojarasca o mantillo de bosque

Quinta capa carbón

Sexta capa el salvado

Séptima capa de harina con ceniza

-salpicamos

Y comenzamos de nuevo hasta terminar con los ingredientes.

Ya que tenemos las capas del pastel listas, con ayuda de palas vamos a remover de un lugar a otro para homogeneizar los ingredientes, agregando la mezcla líquida o agua si es necesario.

La prueba de humedad será tomando un puño y no debe gotear, pero deberá quedarse con la forma del puño.

Ahora sí, a dejar reposar forma de pirámide y tapar con lona. Será necesario remover diario durante los primeros 10 días para evitar que la temperatura suba demasiado.



Definitivamente esta propuesta es para hacerla en colectivo. Germinar comunidad permitirá la trascendencia de este impulso. La tierra nos ha enseñado que con dejarla ella puede regenerarse, sin embargo, tenemos una deuda histórica y un compromiso con ella y con la vida a nuestro alrededor, y que mejor que hacerlo en comunidad.

Eso pretende la **RedForesta**, un grupo de personas donde el hilo que nos une es el amor por la naturaleza, sentirnos parte de ella, rompiendo los paradigmas de la dualidad, no estamos separados de ella, somos parte, así como nuestra mente no está separada de nuestro cuerpo. Cualquier granito de tierra suma y cuenta para la actual emergencia ambiental que estamos viviendo.

Esta red es parte de un techo más amplio, la Red de Custodios de Bosques y Selvas de Xalapa, la cual está integrada por personas con oficios y ocupaciones diversas que habitamos dentro y fuera de la ciudad de Xalapa, y que nos hemos juntado para poder ser guardianes de la naturaleza a nuestro alrededor. Con pequeñas y grandes acciones vamos caminando hacia una vida más respetuosa con el entorno, aprendiendo que las ciudades también pueden convivir con la naturaleza.

Ambas redes están abiertas para la colaboración, siempre y cuando esté el compromiso de cuidar en conjunto al colectivo y sus acciones.

Para conocer más visita nuestra página web

www.custodiosanpxalapa.org

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos a cada granito de tierra puesto en este proyecto, a cada persona que sigue poniendo las manos en la tierra y en el cuidado de la casa común.

Este cuadernillo tuvo una aportación económica por parte del Programa de Financiamiento Municipal de Proyectos Sociales 2021 del Ayuntamiento de Xalapa por parte de la Dirección de Participación Ciudadana.

Agradecimiento profundo a quienes hicieron posible este recetario Alejandra Robledo Ruiz, Ingrid Estrada Paulin y a Faustino Flores Fuentes. Así como la belleza en el cuidado del diseño de Carolina Carvajal. Y la impresión por Editorial CÓDICE.



