

TRABALLANDO NO HORTO 9/05/2014

SEMENTAMOS SANDÍAS

APRENDEMOS

Gústalles moito a calor, por iso as sementamos ao comezo da primavera cando a temperatura supera os 20°C

Necesitan un chan húmido e fértil.

Para sementalas faremos ocos de aproximadamente 2,5 cm de profundidade, en cada oco sementaremos 1- 4 sementes, entre os ocos deixaremos 1,5- 2 metros de distancia.

Tardarán 7-10 días en xerminar.

Cando xerminen deixaremos, en cada oco, só as dúas sementes máis fortes, extirpando as demais.

Cando as sementes acaden os 10 cm teremos que arroupalas cubrindo a terra.

Cando comecen a florecer necesitarán un chan menos húmido, polo que teremos que regar cada 3 días.

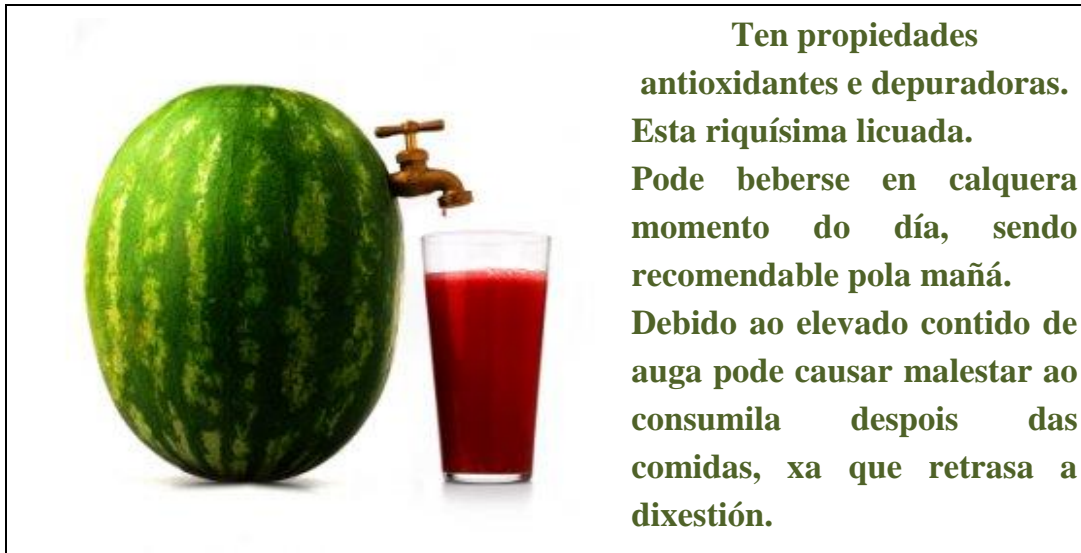
A duración do cultivo está entre 90 e 150 días.

A SANDÍA É UNHA BOA AMIGA DE CARDIO



A súa cor vermella provén do licopeno, un antioxidante que está asociado á saúde do corazón.



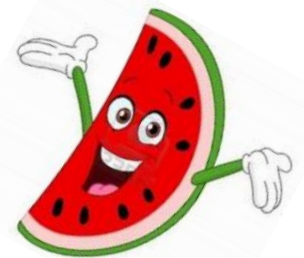


É rica en azucres, minerais, carotenos, potasio, vitaminas do complexo B(B6,B3), vitamina C.

Posúe un 94% de auga do seu peso total, o que a fai pouco nutritiva, por iso é aconsellable en dietas de adelgazamento.

PROPIEDADES E BENEFICIOS

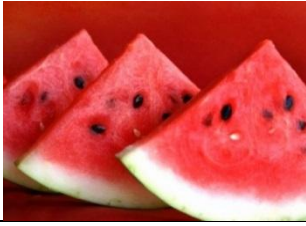
Hidrata e **remineraliza**, grazas ao seu contido en auga.



Desintoxicante
Axuda a depurar o organismo, ao ter un alto contido en fibras.

Reduce as dores musculares

Contén licopeno



Un compoñente importantísimo para protexer o organismo contra o cancro.

Axuda a fortalecer o sistema inmunolóxico

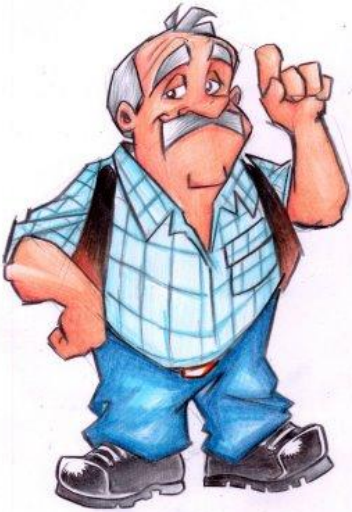
e alivia os síntomas de asma, osteoporoses e artrites.

Calma a sede dos enfermos con febre, contrarresta os gases intestinais, a bronquite crónica e axuda a mellorar os casos de anemia.



Debido a que é moi rica en L-ARGININA, UN AMINOÁCIDO QUE EVITA A FORMACIÓN DE TROMBOS, é aconsellable beber a diario un vaso de zume de sandía durante un período de tres semanas para diminuír a tensión arterial.





REFRÁN:

En agosto sandía e melón bo refresco
son.

ADIVIÑA:

VERDE POR FÓRA
VERMELLA POR DENTRO
E CON BAILARINAS
NO CENTRO.
SON A



OBSERVAMOS A PLANTACIÓN DE CHÍCHAROS

E DESCUBRIMOS QUE:

Xa pasarán 15 días dende que os sementaramos, e non xerminaban.

Decidimos investigar porque non xerminaban.

Comezamos revisando os ocos nos que botaramos os chícharos e descubrimos que estaban baleiros.

Entón preguntámoslle aos avós e ás avoas, e eles contáronos que:

-En cada oco había que botar 3 sementes:

Unha para o inverno,

outra para o rato

e outra para o amo

e nós só botaramos 2:

o rato comeu a del,

o inverno tamén comeu

e o amo quedou sen el.



COMEZAMOS A ACTIVIDADE

ESCOLA PONTE GUAPA!

PLANTANDO SURFINIAS

APRENDEMOS

Medran moi rápido e teñen unha floración moi abundante.

Gústalles moito o sol.

Non precisan moita auga, xa que o exceso de humidade favorece a aparición do fungo e fai que as follas se poñan amarelas.

Precisan abono con frecuencia, de forma regular cada 7 días.



Teremos que retirar a miúdo as follas amarelas, porque se non as retiramos o seu cheiro, ao estarse descompondo, atraerá aos seus principais inimigos, a araña vermella e o pulgón.