

## Plant a garden with your child this spring!

**Start small.** Plant the vegetables that your family likes to eat. Plant a few tomato plants. Grow lettuce, basil, cilantro or green beans.

**Don't have the space for a garden?** Grow some vegetables in large pots on your porch, deck or by your front door.

### **Children can help:**

- Dig with a small plastic hoe or shovel.
- Place seeds into a hole.
- Cover seeds with dirt.
- Give water to seeds and plants.



## Haga un huerto con su niño esta primavera!

**Comience de a poco.** Plante las verduras que le gustan a su familia: algunas plantitas de tomate, lechuga, albahaca, cilantro o arvejas.

**¿No tiene lugar para un jardín?** Cultive verduras en macetas grandes en el porche, el deck o junto a la puerta principal.

### **Los niños pueden ayudar:**

- Pueden cavar con una azada o una palita de plástico.
- Pueden poner las semillas en un hoyo.
- Pueden cubrir las semillas con tierra.
- Pueden regar las semillas y las plantas.

