



HOW TO BUILD MY FOOD GARDEN

First decide what vegetables to grow and how much produce you want. This will determine the size of the garden needed. It is best to start small and increase the garden size as you learn more about food gardening.

Types of Gardens: You can grow food in containers, flat plots, or raised beds.

Containers should be as large as possible, made of durable materials and filled with good quality potting mix; not soil.

- You can grow most herbs in containers that hold about a gallon of potting mix.
- For peppers, you need at least 2 gallons.
- Small variety tomato plants require at least 5-gallon containers.
- For root crops, the containers should be about twice as deep as the crop.
- Most vining crops such as cucumbers, squash and melons do not grow well in containers. However, small bush varieties of cucumbers and squash can grow in large containers.

Flat plots are the traditional way of gardening on flat ground in widely spaced rows. They are best used to grow vining crops or plants that need a lot of space, such as squash, melons, corn or large tomato plants. The native soil should be amended by mixing 1-2 inches of compost into the top 6 inches of soil. Walking pathways in flat plots should be at least as wide as the row spacing on the seed package and easiest at 2-3 feet.

Raised beds are great for growing a lot of plants in a small area.

- Like containers, raised beds allow for all soil preparation, watering, and fertilizers to be in a small, concentrated area.
- They can be warmer in the spring and fall, and drain better.
- There is less weeding in raised beds because they are planted intensively instead of wide rows.
- Because of these reasons, raised beds can often produce more food than flat plots.
- Raised beds are typically 3 to 4 feet wide, 4 to 10 feet long, and 1 to 3 feet high to make the bed accessible without walking on it, and depending on physical abilities of the gardener.

Paths around raised beds should be at least 2 feet wide so you can sit or kneel while working around the beds. For access with wheelbarrows or wheelchairs, make the paths 3 feet wide.

Materials to Build Raised Beds:

Raised beds can be either uncontained or framed. An uncontained bed is simply native soil mounded in a narrow bed (Figure 1). Raised beds with a frame can be constructed with wood boards, concrete blocks or any strong, durable material that will hold soil. Ensure that the building materials will not contaminate the soil.

- Do not use railroad ties or any wood treated with creosote.
- Do not use old lumber that may have been treated with arsenic or chromium. Current wood treated with copper has been approved for food gardening.

For wooden boards, use wooden blocks or metal brackets in the corners. Hold the bed together with strong, corrosion-resistant fasteners, such as self-tapping lag screws. Nails or typical screws will pull out within a few years. To conserve water and to make the boards last longer, staple heavy plastic to the inside surface of the boards. Leave the bottom of the bed open to contact the native soil.

Filling Raised Beds:

Start by removing any grass and weeds. Then break up the native soil to about 6 inches deep and mix in 1-2 inches of compost. Fill the raised beds to the top with a mixture of 3 parts loose, clean soil to 1 part compost. Soil can come from either excess native soil from pathways or purchased garden soil with silt and sand mix. Some bulk garden soil is premixed with compost. If possible, use well-composted animal manure since it is higher in available nutrients than compost made from vegetation. Do not use fresh manure or manure from pigs, dogs or cats.

A raised bed that is 4 feet wide by 8 feet long by 1 foot high will need about a cubic yard (27 cubic feet) of soil and about 9 cubic feet of compost. There should be a little left over that you can use to top off the bed as it settles.

For details on raised bed construction see:

<http://cru.cahe.wsu.edu/CEPublications/FS075E/FS075E.pdf>
<https://catalog.extension.oregonstate.edu/fs270/html>



Building a simple raised bed



A raised bed made with concrete blocks



Raised beds of various heights made with wooden boards



Simple flat plots with wooden edging



CÓMO CONSTRUIR MI JARDÍN

Primero debes decidir qué quieres cultivar y cuánto producto quieres. Esto te ayudará a decidir qué tan grande debe ser tu jardín. Lo mejor es comenzar de a poco y aumentar el tamaño del jardín a medida que aprende más sobre la jardinería de alimentos.

Tipos de jardines: puede cultivar alimentos en contenedores, parcelas planas o camas elevadas.

Los contenedores deben ser lo más grandes posible, hechos de materiales duraderos y llenos de una mezcla para macetas de buena calidad; no suelo

- Puede cultivar la mayoría de las hierbas en contenedores que contienen aproximadamente un galón de mezcla para macetas.
- Para pimientos, necesitas al menos 2 galones.
- Las plantas de tomate de pequeña variedad requieren por lo menos contenedores de 5 galones.
- Para cultivos de raíces, los contenedores deben ser aproximadamente dos veces más profundos que el cultivo.
- La mayoría de los cultivos enredadera, como los pepinos, la calabaza y los melones, no se desarrollan bien en los contenedores. Las variedades pequeñas de pepinos y calabazas pueden crecer en contenedores grandes.

Las parcelas planas son la forma tradicional de cultivar un huerto en terreno llano en filas ampliamente espaciadas. Se usan mejor para cultivar cultivos de vides o plantas que necesitan mucho espacio, como calabazas, melones, maíz o grandes plantas de tomate. El suelo nativo debe modificarse mezclando 1-2 pulgadas de compost en las 6 pulgadas superiores del suelo. Las rutas en parcelas planas deben ser al menos tan anchas como el espacio entre hileras en el paquete de semillas.

Las camas elevadas son ideales para cultivar muchas plantas pequeñas a medianas en un área pequeña.

- Pueden producir tres veces más que la misma área sembrada en parcelas planas.
- Las camas levantadas son más cálidas en la primavera y el otoño, y drenan mejor.
- Hay menos deshierbe en las camas elevadas porque se plantan intensivamente en lugar de filas anchas.
- Las camas elevadas son típicamente de 3 a 4 pies de ancho, de 8 a 10 pies de largo y de 1 a 3 pies de alto para hacer que la cama sea accesible sin pisarla, y dependiendo de las habilidades físicas del jardinero. Los caminos alrededor de las camas elevadas deben tener al menos 2 pies de ancho para que pueda sentarse o arrodillarse mientras trabaja alrededor de las camas. Para acceder con carretillas o sillas de ruedas, haga los senderos de 3 pies de ancho.

Materiales para construir camas elevadas:

Las camas levantadas pueden ser no contenidas o enmarcadas. Una cama no contenida es simplemente un suelo nativo amontonado en un lecho estrecho (Figura 1)

Además, las camas elevadas se pueden construir con tablas con madera, bloques de hormigón o cualquier material resistente y duradero que sujete el suelo. Asegúrese de que los materiales de construcción no contaminen el suelo.

- No use ataduras de ferrocarril ni ninguna madera tratada con creosota.
- No use madera vieja que pueda haber sido tratada con arsénico o cromo. La madera actual tratada con cobre ha sido aprobada para la jardinería de alimentos.

Para tableros de madera, use bloques de madera o soportes de metal en las esquinas. Sostenga la cama junto con sujetadores fuertes y resistentes a la corrosión, como tornillos autorroscantes. Las uñas o los tornillos típicos se retirarán dentro de unos años. Para ahorrar agua y hacer que las tablas duren más, engrape plástico pesado a la superficie interior de las tablas. Deje la base de la cama abierta para entrar en contacto con el suelo nativo.

Relleno de camas elevadas:

Primero, aplique el suelo nativo a aproximadamente 6 pulgadas y mezcle en 1-2 pulgadas de compost. Llene las camas elevadas hasta la parte superior con una mezcla de tierra suelta y limpia y compost. Si es posible, use el exceso de tierra nativa. De lo contrario, compre cantidades a granel de una mezcla de limo y arena. Algunos suelos de jardín a granel se mezclan previamente con compost.

Mezcle aproximadamente 1 parte de compost con 3 partes de tierra a medida que llena la cama. Si es posible, use abono animal bien compostado ya que es más rico en nutrientes que el compost hecho de la vegetación. No use estiércol fresco o estiércol de cerdos, perros o gatos.

Una cama elevada que mide 4 pies de ancho por 8 pies de largo por 1 pie de alto necesitará alrededor de un metro cúbico (27 pies cúbicos) de suelo y cerca de 9 pies cúbicos de compost. Debería quedarte un poco que puedas usar para rematar la cama mientras se asienta.

Para más información en inglés:

<http://cru.cahe.wsu.edu/CEPublications/FS075E/FS075E.pdf>
<https://catalog.extension.oregonstate.edu/fs270/html>



Construyendo una simple cama elevada



Una cama elevada hecha con bloques de hormigón



Camas levantadas de varias alturas hechas con tablas de madera



Parcelas planas simples con bordes de madera