

"EL VIAJE MÁS CARO" presenta:

LO QUE HE SEMBRADO ACÁ

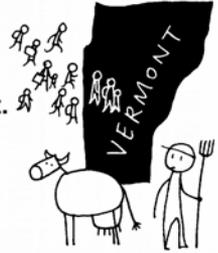


*La historia de Lara
Arte por Tillie Walden*

Sobre "EL VIAJE MÁS CARO" About "THE MOST COSTLY JOURNEY"



Aproximadamente 1,000-1,200
TRABAJADORES MIGRANTES
originarios de Latino América ayudan
a sostener la industria láctea en Vermont.



Approximately 1,000-1,200 **MIGRANT
LABORERS** from Latin America help
to sustain the dairy industry in Vermont.

Este proyecto representa una COLABORACIÓN CREATIVA entre:
This project represents a CREATIVE COLLABORATION between:

NARRADORES
de la comunidad migrante

*STORYTELLERS from the
migrant community*



CARICATURISTAS locales
de New England

*New England
CARTOONISTS*

resultando en una serie de
RECURSOS HISTORIETAS enfocada
en los distintos aspectos de la
EXPERIENCIA MIGRANTE...

*resulting in a series of COMICS
RESOURCES focusing on
distinct aspects of the
MIGRANT EXPERIENCE...*



PARA OBTENER MÁS INFORMACIÓN e HISTORIETAS, VISITA:

www.vermontfolklifecenter.org/elviajemascaro

www.facebook.com/elviajemascaro

Arte por / Art by: Marek Bennett ©2016 www.MarekBennett.com

Lo que he sembrado acá: la historia de Lara Edición 1 / November 2016

Historia © por / Story © by: "Lara"

Arte © por / Art © by: Tillie Walden [www.TillieWalden.com]

Recogida por / Collected by: Naomi Wolcott-MacCausland

Traducida por / Translated by: Naomi Wolcott-MacCausland

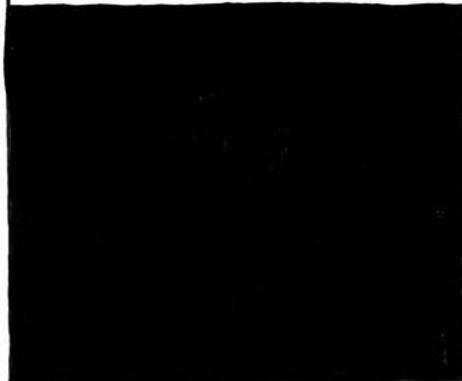
Diseño de libro por / Book design by:

Marek Bennett [www.MarekBennett.com]

Vivo en un apartamento conectado al rancho. Yo salía nada más del apartamento a donde ordenaba mi esposo a ayudarme a veces.



No veía el sol.



Hace tres años empecé a hacer un huerto. Yo no sabía nada de huertas acá.



Jesie y Teresa me vinieron a hablar sobre la huerta. Me explicaron cómo preparar la tierra y me preguntaron sobre las plantitas que quería. El patron nos dio un lugar donde sembrar entre los ranchos y la maquinaria.



Siempre pasa la migra por la carretera cerca del rancho y fue difícil encontrar un lugar que no se ve desde la carretera. Los patrones dejaron tierra amontonada el día antes que Naomi iba a salir de vacaciones.



Así que en un día con una pala, azadón, y las manos hicimos 3 camitas y sembramos de un solo las semillas y las plantas.



En México había tenido siembra de Zanahoria pepino, cilantro rábano, y chiles nada mas. Aca siembro más cosas.



El primer año pedi: maiz, jitomate, jalapeños, chile de agua, chile poblano, tomatillo, lechuga, rabanos, cilantro, y calabaza.



Y para el segundo año hicimos 2 camitas más y mi esposo pasó más tiempo arreglándolas con madera en todos lados. Aumente zanahoria, sandia, pepino, ajo, y cebolla y también epazote.



El tercer año aumete más herbias: eneldo, tomillo, pápalo y cepiche. Antes tenía que mandar a traer las herbias de México: manzanilla, hierba buena, y epazote. Ya tengo frescas en el Verano y para el invierno las seco.



Desde el primer año ya no estoy comprando tomatillos todo el año.



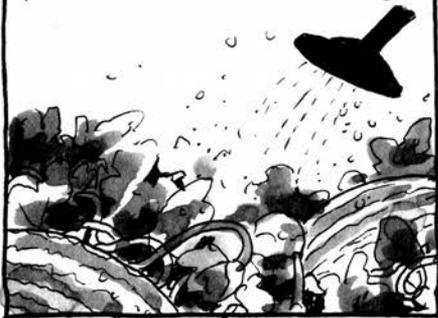
Hay algunas cosas como El pápalo, el cepiche, el tomillo fresco, la manzanilla, el oregano, fresco, la hierba buena, y poblano son cosas que no puedo conseguir acá.



El primer año llevaba mi niña en la carriola todavía no caminaba.



Iba 2 veces al día: En la mañana a quitar la hierba y cortar verduras que iba a ocupar en la comida del día y en la tarde me iba a regar.



El segundo año mi hija ya había empezado a caminar.



La primera vez que sembré Zanahoria ella iba a arrancar las hojas. Ella cada planta que veía quería arrancarlas. Tenía que enseñarle que era y poco a poco entendió.



Este año ya no arrancó mis plantas. Y este año la niña me ayudó.



Lo que no servía, las hierbas malas, la enseñe como quitarlas.



Mi esposo empezó a salir afuera también. Se encargaba de cortar el pasto. Pasaba una hora afuera.



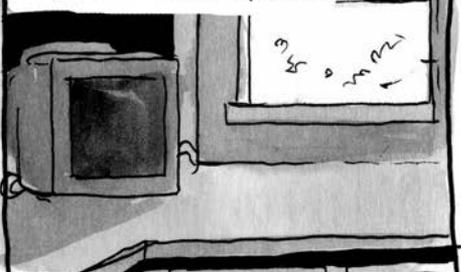
Este año los tres salíamos a la huerta juntos a menudo.



Compramos una sombrilla para tener sombra y estamos más tiempo afuera.



Uno de los beneficios es una distracción. Si no tuviera la huerta estaría todo el día en la cocina viendo la tele. No me aburre estar en la cocina pero es diferente estar afuera.



Ahora voy a escuchar el canto de los pájaros. Me siento más libre como si anduviera en el campo en mi pueblo. Me vienen los recuerdos de cómo era allá.



Otro beneficio es respirar a aire fresco y tener verduras y hierbas frescas. Ya no más cilantro podrido.



Lo demás del año, compramos verduras por parte de un mayordomo una vez de la semana. Hacemos una lista y encargamos lo que necesitamos



Es difícil saber que tanto necesito cada semana y hay veces que nos comemos todas las verduras en unos días y ya no tenemos verduras lo demás días de la semana y hay veces que nos sobra y se echa de perder sin poder usarlos.



Con la huerta, corto lo que necesito sin echar a perder o que me falte para una comida.



Desde que empezó la cosecha no he comprado ninguna verdura.



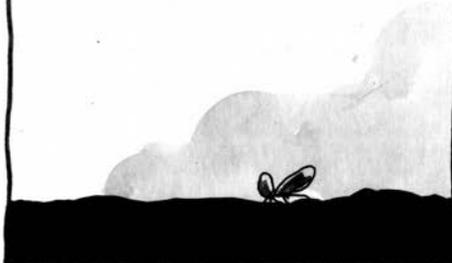
Cosecho diariamente lo que quiero.



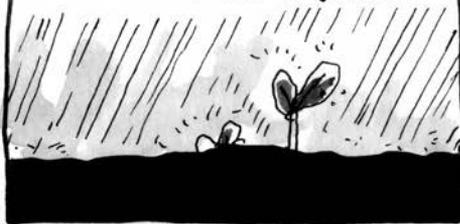
Cubrí la huerta hace una semana para protegerla del frío y todavía estoy cosechando.



Es importante que haya personas que nos introducen a la idea de tener una huerta.



Si no sabemos, nos enseñan cómo preparar la tierra. Nos enseñan, por ejemplo en qué momento se siembra el ajo y cuando se cosecha. No podemos salir al pueblo y necesitamos el apoyo de la gente que nos interesa a hacer el jardín.



Yo sola si nadie me hubiera visitado a ofrecer ayuda no tendríamos los beneficios de tener una huerta.



Me ha ayudado a hacer más amistades convivir y distraerme.



Nos sirve a todos los que estamos encerrados.



Platicamos sobre nuestra situaciones. Por parte del proyecto vamos conociendo a más y más gente. Estamos en contacto durante el año con estas personas.



Gracias de los invernaderos por donar las plantas de buen corazón conociendo nuestra situación acá muy aislados y encerrados.



Somos muy felices haciendo las huertas.



Si no fuera por los de los "huertas" no sentiríamos la libertad que nos da salir a atender y cosechar de los jardines.



Ya le he dicho a mi esposo, cuando regresemos a México, voy a tener un jardín.



Él va a tener que darle vuelta a la tierra y yo voy a sembrar lo que he sembrado acá y empezar un negocio de venta de verduras!



Sobre el proyecto “Huertas”:

Huertas es un proyecto que promueve el cultivo de huertas (jardines) por parte de inmigrantes que trabajan en ranchos y viven en las zonas rurales de Vermont. Una huerta puede facilitarle acceso a verduras frescas y saludables con las cuales usted está familiarizado culturalmente. Además, usted puede cultivar hierbas para utilizar en la cocina y/o como remedio para cuidar de su salud. Lara dice que por mantener una huerta se siente más libre. Ahora ella sale afuera a respirar aire fresco más a menudo y tiene verduras y hierbas frescas. También, ha conocido a nuevas personas con quienes puede convivir.

Para obtener más información sobre el **Proyecto de Huertas** llame al **802-524-4480** y al escuchar el mensaje, marque **467**.

Para información y ayuda en comunicarse con los recursos de salud y bienestar en su área, favor de ponerse en contacto con:

La Clinica Open Door

(802) 388-0137

OpenDoorMidd.org

Puentes a Salud

(802) 524-4480

(al escuchar el mensaje, marque 467)

El Programa de Educación Migrante

(802) 476-2003

(al escuchar el mensaje, marque 208)

"EL VIAJE MÁS CARO"

Una colaboración entre narradores migrantes y caricaturistas Nuevainglaterra.



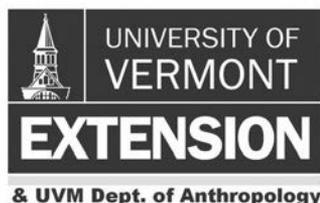
"THE MOST COSTLY JOURNEY"

A collaboration between migrant storytellers & New England cartoonists.

Farm artwork from "A New Type of Work" by Delmar & Tillie Walden

www.vermontfolklifecenter.org/elviajemascaro
www.facebook.com/elviajemascaro

SOCIOS DEL PROYECTO / PROJECT PARTNERS:



Agradecemos el apoyo de / We appreciate the support of:
VT Farm Health Task Force / VT Community Foundation's "Innovations and Collaborations" Grant / UVM Humanities Center