

# Translations:Cuisine améliorée/29/es

---

La ONG Instituto Politecnico Tomas Katari - IPTK, fundado desde 42 años a Okuri en Bolivia, una provincia donde la pobreza es la más alta des país, lleva a cabo varias programas de apoyo y de educación para las comunidades rurales de Bolivia. La construcción de las cocinas mejoradas es parte de una programa de soberanía alimentaria que se llama "Madre Tierra". IPTK apoya las familias hasta que ellas llegan a ser autónoma produciendo su propia alimentación, y las enseña alimentación equilibrada (incluyendo verduras, proteínas, calcium). Así, IPTK desarrolla huertos sin productos químicos, enseña a las familias como hacer sus propios semillas (papas, choclo, awas, cebollas), a crecer verduras y incluirlos a sus alimentación (zanahoria, lechuga, perejil, origano). Familias han recibido vacas lecheras y aprendido a sacar leche con la mano y hacer queso fresco. Han recibido también gallinas para que los niños pueden comer huevos, porque a ellos le falta proteínas.

Abejares estaban instaladas, y las familias han aprendido a mantenerles, a recoger miel para vender, y también a cuidar de las reinas abejas para crear nuevas abejas. La organización sigue las familias durante 3 años, trabaja con varias personas que viven en las comunidades y cuida que su apoyo sería sostenible.