

EMPIEZA TU PROPIO HUERTO EN CASA



Un balcón, una terraza, un jardín o una ventana son espacios idóneos para tener tus propios cultivos

Usa pequeñas cajas de madera, mesas de cultivo o recipientes verticales como contenedores

ALGUNOS CONSEJOS PARA TU HUERTO



Si tienes una terraza pequeña, puedes cultivar tomates cherry que se adapten mejor al espacio.

Es una manera de conocer el origen de los alimentos y su ciclo de crecimiento.



Elige tus hortalizas en función de la temporada y las horas de sol. Consulta [aquí](#) más información.



Puedes empezar cultivando especias como albahaca o tomillo, de crecimiento más rápido.



Planta lentejas, garbanzos o alguna legumbre que tengas en casa para aprender sobre germinar semillas y utilizarlas en tus recetas.



También puedes participar en tu huerto urbano más cercano

[¡Pincha aquí](#) para descubrir cuál es!



ALIMENTACIÓN FAMILIAR Y ESCOLAR SALUDABLE Y SOSTENIBLE

MARZO ABRIL 2024



¡ANÍMATE A PARTICIPAR EN ALGUNA DE ESTAS ACTIVIDADES!

02/03

Huerto participativo en CEA Monte Sur - Entre grama y terrón se siembra el buen melón

03/03

Actividad en grupo - Scape Room de alimentación en el C.E.A Caserío de Henares

16/03

Feria agroecológica en C.I.E.A El Huerto del Retiro

Visita los catálogos de actividades en [Madrid](#) y [Comunidad de Madrid](#) para más información

MATERIAL ELABORADO POR:



@JusticiaAliment

@FAPA Giner Rios

@JusticiaAlimentaria

@fapa_giner_rios

@JusticiaAliment

@fapaginerrios

FINANCIADO POR:



¡EL HUERTO ESCOLAR TAMBIÉN ES UN AULA!

¿QUÉ PODEMOS PROPONER DESDE LAS ASOCIACIONES DE MADRES Y PADRES?

Se pueden proponer acciones para que el huerto se incluya de forma integral en los espacios escolares.

Si el centro no tiene huerto, proponer salidas al huerto urbano de la zona.

En Centros de Educación Especial, se puede adaptar para que sea accesible con suelos de hormigón y bancales altos.

Integrar el huerto como aula y aprovechar los recursos para las materias escolares.

Aprovecharlo en el espacio del mediodía del comedor.

¿Conoces "[Cultivando saberes](#)", una guía educativa para el uso pedagógico del huerto escolar en Educación Primaria?

IES LA ARBOLEDA ALCORCÓN

En el IES La Arboleda de Alcorcón, estudiantes de 3º de la ESO trabajan el huerto escolar dos veces por semana dentro del programa escolar.



El huerto se convierte en aula en el **proyecto en convivencia y derechos humanos** y algunas actividades son:

Preparación de la tierra: importancia del agua, o de una tierra rica en sales minerales

Plantación de alimentos como guisantes, espinacas, fresas... comprendiendo de procesos biológicos de crecimiento.

Aprender usos de plantas medicinales y distinguir sus partes: hojas, fruto, raíz...

Es un espacio donde también se trabaja la convivencia y cómo relacionarse.