



Curso de Educación Permanente:

# **Habilidades para la huerta y la nutrición desde una mirada agroecológica.**

*Curso virtual.*

**Docente Académico: Mag. Lic. en nutrición Pablo  
Pereira.**

**Docente: Educador Social Juan Luis Colmán Montejo.**

**Inscripciones cerradas.**

**Curso compartido con Integrantes de la Mesa de Coordinación Zonal Los Bulevares (Escuela N° 146, SOCAT IDH Los Bulevares, Centro Juvenil Padre Hurtado, Unidad Agroalimentaria Metropolitana - UAM, Área Social del CCZ 18, Asociación Pro Fomento Los Bulevares, Comisión de Fomento Cabaña Anaya), vecinos y vecinas con iniciativas de huerta del barrio, otros colectivos de la zona con interés en la propuesta.**

**Fecha de inicio: 12/4/2021 finaliza 19/7/2021**

**Días: Lunes**

**Horario: 9 a 12hs.**

**DESTINATARIOS:** Núcleos familiares del Barrio Los Bulevares.

## **OBJETIVO GENERAL**

Integrar habilidades básicas para la creación y mantenimiento de la producción en huerta orgánica familiar, articulando los conocimientos académicos y los presentes en la comunidad - populares.

## OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Estimular la creación de huertas orgánicas familiares y la potenciación de aquellas ya existentes
- Concientizar sobre hábitos de vida saludable, entre ellos la alimentación a partir de la producción familiar agroecológica.
- Promover la integración barrial e intergeneracional a partir del intercambio de contenidos vinculados a la huerta
- Integrar la participación e intercambio con otros grupos e instituciones de la zona con quienes confluyen intereses en relación al tema huertas.
- Identificar espacios y oportunidades para la producción y comercialización a partir de la producción en la huerta.

## TEMARIO

### **1. Habilidades para la huerta y la nutrición desde una mirada agroecológica.**

Trabajo sobre definiciones colectivas y aportes en torno a: habilidades para la vida en comunidad y el trabajo colectivo, seguridad alimentaria, producción agroecológica de alimentos, educación alimentario-nutricional, diseño y cuidados de huertos familiares.

### **2. Elementos a tener en cuenta para la creación de una huerta.**

Suelo, preparación, composición, fertilidad y mantenimiento; agua, sistemas de riego y necesidades de los diferentes cultivos, fertilizantes, preparación de compost y otros fertilizantes orgánicos; planificación, estratégica en rotaciones de cultivos en superficies y en invierno y verano; herramientas y su uso; manejo integrado y preventivo; mantenimiento; producción de semillas, cosechado y secado, conservación y rotulado de estas.

**3. Nutrición.** Alimentación saludable, grupos de alimentos y sus funciones en el organismo, micro y macro nutrientes. Derechos del consumidor. Elaboración de menús diarios y semanales saludables en función de las necesidades diarias del organismo. Intercambio de recetas saludables.

**4. Siembras de cultivos de otoño.** Sus cuidados. Fechas. Formas de cosecha.

## **METODOLOGÍA**

Estas actividades y temáticas se desarrollarán de forma virtual, en modalidad de taller teórico práctico, en un espacio de trabajo enmarcado en la convivencia comunitaria y la escucha grupal.

Funcionará a través de una plataforma de video llamadas grupales, siendo la virtualidad desde cada predio y emprendimiento familiar nuestra huerta-aula, desde la cual se trabajará en la planificación y desarrollo de las diferentes huertas. Valorizando el asociativismo y promoviendo el trabajo colectivo como una estrategia de consecución de objetivos comunes apostando a encontrar lo común partiendo del respeto a la diversidad y desde una mirada atenta especialmente a las relaciones entre géneros y generaciones promoviendo vínculos de equidad.

Uno de los ejes metodológicos que orientará el transcurso del proceso será la promoción del intercambio de saberes populares, vinculados a los procesos de Cursos de Educación Permanente anteriores, desarrollados a través del Programa Apex.

Se estipulan reuniones grupales semanales y al menos 1 encuentro virtual individual con cada participante de manera de dar respuesta a las proyecciones y problemáticas que surjan de los procesos individuales.

Se estimulará el desarrollo de tareas individuales que se propondrán encuentros de taller las que permitirán dinamizar los procesos grupales.

## **BIBLIOGRAFÍA BÁSICA (Formato APA):**

INIA - OPS - UDELAR (2008), Alimentos en la Huerta. Guía para la producción y consumo saludable.

Instituto de Educación Popular; El Abrojo (2008), Habilidades para la Huerta y la Nutrición. Tarma S.A. Uruguay

Intendencia Municipal de Montevideo (2006). Manual para manipuladores de alimentos. Departamento de Desarrollo Social- División Salud. I.M.

## **SISTEMA DE EVALUACIÓN:**

Por presencia sincrónica a los encuentros grupales.