



*Primavera 2020*

# MANOS EN LA TIERRA

CURSO DE AGROECOLOGÍA URBANA PARA COMER Y CUIDARSE  
*con plantas mediterráneas*

VERDURAS Y MEDICINALES · HUERTOS CASEROS Y COMUNITARIOS ·  
ANÁLISIS DE SUELO Y FERTILIZACIÓN · AGUA Y COSECHA · SEMILLAS Y PODA ·  
PREVENCIÓN Y TRATAMIENTOS

PROGRAMA: BOSCTURULL.CAT  
INSCRIPCIONES: AULA@BOSCTURULL.CAT



## SUPERANDO EL DESIERTO AGROINDUSTRIAL; IMPACTOS Y ALTERNATIVAS

MÉRCOLES 15 DE ABRIL, 18-20.15h · BOSC TURULL / REMENAT

Resumiremos los impactos actuales del sistema agroindustrial, desde su fuerte huella de carbono a la degradación de los agrosistemas, pasando por el control corporativo de la alimentación. Exploraremos qué alternativas se están abriendo paso en clave de soberanía alimentaria, como los circuitos de proximidad o la ruralización del espacio urbano. Y repasaremos algunos de los recursos -a menudo poco conocidos- con los que contamos en la metrópolis de Barcelona.



## ESTIMULAR LA FERTILIDAD DE LA TIERRA

MÉRCOLES 22 DE ABRIL, 17.30-20.15h · BOSC TURULL / REMENAT

Introduciremos nociones básicas de botánica y edafología para entender que es y cómo se sostiene la fertilidad, que es la base de cualquier sistema agrícola sostenible. Adquiriremos herramientas para diagnosticar el estado biológico y mineral de nuestro suelo, y así captar posibles desequilibrios. Y repasaremos las bases prácticas de ocho estrategias complementarias de fertilización utilizadas con muy buenos resultados en disciplinas como la agricultura regenerativa o la permacultura.



## LA ECONOMÍA CIRCULAR DEL COMPOSTAJE

SÁBADO 25 DE ABRIL, 10-14h · BOSC TURULL / JOAN SOLÉ

¿Cómo optimizar el ciclo de la materia orgánica? Conoceremos la fauna y la flora implicadas en los procesos naturales de descomposición, así como las fases del proceso y las condiciones que lo facilitan. Entendremos los criterios para incorporar este tesoro microbiológico nuestros huertos. Y adquiriremos herramientas para hacer el mejor compost de la comarca, ya sea con la pila tradicional o con vermicompostaje.



## DISEÑO DEL HUERTO ECOLÓGICO EN TIERRA Y EN BALCÓN

MÉRCOLES 29 DE ABRIL, 17-20.30h · QUIRHORT / REMENAT

Diseñaremos los elementos principales de un huerto ecológico: bancales y caminos, marcos de plantación, rotaciones y asociaciones. Y abordaremos el manejo de la tierra también desde el punto de vista de las relaciones humanas, compartiendo experiencias de gestión de huertos comunitarios. Explicaremos las diferencias y paralelismos entre el huerto en recipientes y el huerto en tierra; repasando primero las bases comunes a todo cultivo y abordando después las técnicas específicas para el huerto en recipiente, ya sea en maceta, en mesa de cultivo o en huerto vertical.



## DE LA TIERRA AL PLATO, DEL AGUA A LA VERDURA

MÉRCOLES 6 DE MAYO, 17.30-20.15h · VALL DE CAN MASDEU / REMENAT

¿Cómo acompañamos el huerto una vez plantado? Adquiriremos nociones prácticas de gestión del agua, desde los sistemas de ahorro a los métodos de almacenamiento pasivo. A continuación repasaremos los factores climáticos y el *savoir-faire* vinculado a cada familia y al cultivo de cada verdura en concreto. Y conoceremos las técnicas de cosecha y conservación que nos permiten sacarle todo el jugo a lo que hemos plantado.



## MULTIPLICAR LA VIDA

**MIÉRCOLES 13 DE MAYO, 17.30-20.15h · PORTA'M A L'HORT / LES REFARDES**

Entenderemos una ancestral pero imbatible tecnología reproductiva: la semilla. Y conoceremos la importancia de las variedades autóctonas, locales y ecológicas en la preservación de la agrobiodiversidad y la autonomía campesina. Acabaremos la sesión haciendo nuestro propio plantel a partir de semillas del país.



## DEL ESQUEJE A LA PODA

**SÁBADO 16 DE MAYO, 10-14.15h · VALL DE CAN MASDEU / REMENAT**

Practicaremos la reproducción asexual –por clonación– multiplicando plantas aromáticas plurianuales. Conoceremos las técnicas tradicionales: esquejes, acodos o injertos. Y adquiriremos nociones básicas de poda, siguiendo la técnica de Tomás Llop, que nos propone una técnica respetuosa con el crecimiento natural de los árboles.



## ¡SOCORRO! ¿QUÉ LE PASA EN EL HUERTO?

**MIÉRCOLES 20 DE MAYO, 17.30-20.15h · CAN SOLER / TARPUNA**

El equilibrio es la clave de la salud de nuestro cultivo. Desde este principio planificaremos para evitar problemas y minimizar frustraciones. Haremos un mapeo de los problemas más habituales en el huerto, entendiendo sus causas estructurales. Propondremos soluciones asequibles en caso de plagas y enfermedades. Y acabaremos la sesión produciendo un remedio casero insecticida y fungicida.



## CULTIVAR SALUD: PLANTAS MEDICINALES Y AROMÁTICA

**SÁBADO 23 DE MAYO, 10-14.30h · VALL DE CAN MASDEU / REMENAT**

Aprenderemos las nociones básicas de la fitoterapia mediterránea ¿qué plantas tenemos a nuestro alcance? ¿Qué propiedades tienen? ¿Cómo las podemos cultivar en el huerto o en el balcón? Conoceremos 20 plantas medicinales mediante una dinámica que combina el tacto, la vista, el olfato y el gusto. Veremos las diferentes preparaciones medicinales -infusiones, tinturas, cremas, pomadas o jarabes- y cómo utilizar las aromáticas en la cocina. Secaremos hierbas medicinales y acabaremos la sesión haciendo pasta de dientes con arcilla blanca, propóleo y plantas del valle.



## APRENDIENDO A HACER EXTRACTOS VEGETALES

**MIÉRCOLES 27 DE MAYO, 17.30-20.15h · BOSC TURULL / REMENAT**

Conoceremos plantas que curan plantas, tanto para prevenir o tratar como para fertilizar. Continuaremos con una ruta de reconocimiento de plantas silvestres, adventicias y bioindicadores, dentro y fuera del huerto. Y nos ensuciaremos las manos preparando extractos vegetales de consuelda y ortiga, aprendiendo el cómo y el cuándo de su aplicación.

# UN CURSO PARA PERSONAS INTERESADAS EN...

- PONER MANOS EN TIERRA
- PRODUCIR VERDURAS DE KM 0
- CULTIVAR EN BALCÓN O EN JARDÍN
- UTILIZAR MEDICINALES Y AROMÁTICAS
- INTEGRAR SABERES DESDE LA VIVENCIA
- AUTOGESTIONAR UN HUERTO COMUNITARIO
- CAPTAR PATRONES DE LOS CICLOS NATURALES
- ADQUIRIR HERRAMIENTAS ANTE LA CRISIS CLIMÁTICA
- CONOCER ESPACIOS AGROECOLÓGICOS EN LA SOLANA
- FORMAR PARTE DE LA TRANSICIÓN SOCIAL Y ECOLÓGICA



## INFORMACIÓN GENERAL

El curso combina práctica i teoria, integrando los conceptos a través de la experiencia vivencial.

Incluye un certificado y documentación para consolidar y ampliar los conocimientos adquiridos en las sesiones presenciales. Los apuntes, editados por Remenat, recogen la experiencia de diez años de formación e investigación interdisciplinar.

El curso se realiza en diferentes espacios comunitarios de l'Eix Muntanya, invitando así a conocer diferentes recursos locales agroecológicos de la solana de Collserola.

**Fechas:** del 15 de abril al 27 de mayo de 2020

**Duración:** 33 horas (curso completo)

**Información e inscripciones:**

Contactad en [aula@boscturull.cat](mailto:aula@boscturull.cat) o al **T. 93 213 39 45**

**Plazas limitadas:** 20 personas

**Precio:** 205 euros

*10% descuento para personas en situació de desempleo.*

Aunque las sesiones están conectadas, por lo que es aconsejable hacer el curso completo, también tienes la posibilidad de hacer sesiones independientes (miercoles 20 euros / sábados 30 euros).

## TALLERISTAS

### ARNAU MONTSERRAT (REMENAT)

Trabaja la tierra en el valle de Can Masdeu y dinamiza Remenat ([www.remenat.org](http://www.remenat.org)), un espacio de difusión de herramientas para la transición ecosocial desde la mirada del agroecología urbana, la fitoterapia mediterránea y la autogestión de la salud.

### ESTER CASES (LES REFARDES)

Ingeniera agrónoma, forma parte de la cooperativa Las Refarades, donde producen y venden semillas ecológicas de variedades locales. Participa activamente de la Xarxa Catalana de Graners y la Red de Semillas.

### JOAN SOLÉ (SCEA)

Licenciado en biología. Experto en agricultura ecológica urbana y compostaje y responsable del programa de compostaje de Barcelona + Sostenible.

### JOSE MARIA VALLÈS (TARPUNA)

Horticultor urbano e ingeniero agrónomo. Ha escrito varios libros divulgativos sobre agricultura urbana y trabaja en la cooperativa Tarpuna desarrollando proyectos de agricultura ecológica y social.

Organiza



Associació dels Horts Comunitaris de Nou Barris

Colabora

ReBrots



porta'm a l'hort

CAN SOLER

