

REDUCÍ REUTILIZÁ RECICLÁ

El **papel** se puede **reciclar** hasta **once veces**



1. Este papel es reutilizable
2. No lo tires en la vía pública. Acercá este volante al contenedor de reciclables o entregáselo a un reciclador urbano.

DIRECCIÓN DE
COMUNIDADES
SUSTENTABLES

MINISTERIO DE
AMBIENTE



GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
BUENOS
AIRES

@ambienteprovincia @ambientepbpa

<https://ambiente.gba.gob.ar/>



Programa Provincial
Miryam Kita Gorbán

MINISTERIO DE
AMBIENTE



GOBIERNO DE LA
PROVINCIA DE
BUENOS
AIRES

**Kita
Gorban**

Preguntas frecuentes

No, esa profundidad no es apropiada para ningún cultivo de la huerta. Tengo una maceta de 10 cm. **¿puedo hacer la huerta ahí?** Asegurate de contar con macetas de al menos 20-25 cm de profundidad para los cultivos de raíces más cortas.

¿Qué hago si NO cuento con SOL DIRECTO?

Quando no se cuenta con las horas de sol suficientes para que se desarrollen correctamente las plantas, podemos obtener nuestros propios alimentos a través de brotes. Esto consiste en germinar semillas de distintas especies en frascos o incluso en macetas pequeñas y cosechar las plantas de raíz con tan solo unos pocos días de crecimiento.



¿Quién es Kita Gorbán?

Ella es nutricionista, tres veces Doctora Honoris Causa y creadora de la primera Cátedra Libre de Soberanía Alimentaria.

A sus 90 años continúa siendo una incansable militante por el derecho a la alimentación adecuada.

Actualmente forma parte del cuerpo de honorables asesorxs del Ministerio de Ambiente de la Provincia de Buenos Aires.



¿Por qué tener una Huerta?



La huerta es una herramienta que contribuye al ejercicio del derecho a la alimentación adecuada, acercando la disponibilidad de alimentos de cultivo propio, sanos, seguros y soberanos para el alcance de todxs. Nos da la posibilidad de comprender mejor lo que comemos, ¿Cómo luce el alimento en su versión más real? ¿Qué nuevas formas de consumir me presenta? ¿Cuánto trabajo y tiempo demanda cultivarlo?

Nos permite compartir saberes, potenciar la discusión en torno a la soberanía alimentaria, redescubrir sabores y aromas y fomenta la participación e involucramiento de la sociedad en la producción de alimentos, recuperación de prácticas familiares y cuidado del ambiente.

Es por esto que el Ministerio de Ambiente de la Provincia de Buenos Aires impulsa la creación de huertas agroecológicas en espacios comunitarios y en los hogares para que comer rico, sano y variado no sea un privilegio.

¿Puedo cultivar de todo en mi huerta?

En la Provincia de Buenos Aires debido a su clima templado podemos cultivar la mayoría de los vegetales que consumimos. En huertas pequeñas recomendamos priorizar cultivos de hoja como rúcula, lechuga y acelga que nos darán rápidas y frecuentes cosechas.

¿Mi huerta será productiva en INVIERNO?



La huerta será productiva todo el año si elegimos los cultivos adecuados para cada temporada. Tené a mano el calendario de siembra para saber qué cultivar en cada mes.

Identificación del

Lugar Ideal

LUZ SOLAR

Debe contar con al menos 2 horas de sol directo durante todo el año*.

FUENTE DE AGUA

Ubicada cerca y con presión suficiente para regar.

COMODIDAD

Lugar de visita frecuente y de fácil acceso.

SUELO

Libre de rocas, escombros y raíces y sin compactar.



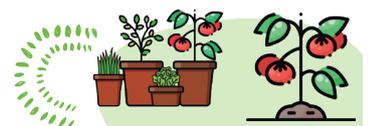
Siembra Directa

Se colocan las semillas en la huerta y en su lugar definitivo de crecimiento. Utilizamos este método en cultivos de raíz y de rápido crecimiento.

Manejo Agroecológico

En la huerta evitaremos los insecticidas y fertilizantes químicos que afectan nuestra salud y el ambiente. Como alternativa podremos incorporar compost como abono y asociar las hortalizas con florales, aromáticas y nativas, respetando sus espacios y temporadas para generar un ecosistema diverso que nos ayude a controlar las plagas y a obtener buenas cosechas.

*Algunos cultivos requerirán más de 2 horas de sol directo.



Primeros pasos



A excepción de ajo, papa y aromáticas arbustivas, siempre vamos a iniciar los cultivos con semillas. Las podrás recolectar de frutos maduros, en intercambios con otros huerteros o en viveros.

Método de siembra

Debemos considerar utilizar 2 o 3 semillas por cada planta esperada, por si alguna no germina. Las semillas se colocan a una profundidad 2 a 3 veces su tamaño y deben cubrirse y regarse para finalizar.

Siembra en Almacigos



Las semillas germinan en pequeñas macetas transitorias hasta que cuenten con 4-8 hojas. Luego se trasplantan al lugar definitivo de crecimiento en la huerta. Los almacigos deben contar con sol directo y un riego frecuente para que la germinación ocurra correctamente.

Tipos de HUERTA



Macetas: Pueden ser contenedores de plástico, tela, zinc, fibrocemento o cerámica. Siempre deben contar con agujero de drenaje, una capa de leca o piedra en el fondo y sustrato hasta el tope.

Cajones: Se apoyan sobre el suelo y son recomendables para tener mayor comodidad o en espacios donde el suelo no es apto para cultivo.



Suelo: Es la forma más sencilla. Hay que delimitar el espacio, desmalezar y abonar con compost antes de empezar a plantar y sembrar.



Primeros pasos



A excepción de ajo, papa y aromáticas arbustivas, siempre vamos a iniciar los cultivos con semillas. Las podrás recolectar de frutos maduros, en intercambios con otros huerteros o en viveros.

Método de siembra

Debemos considerar utilizar 2 o 3 semillas por cada planta esperada, por si alguna no germina. Las semillas se colocan a una profundidad 2 a 3 veces su tamaño y deben cubrirse y regarse para finalizar.

Siembra en Almacigos



Las semillas germinan en pequeñas macetas transitorias hasta que cuenten con 4-8 hojas. Luego se trasplantan al lugar definitivo de crecimiento en la huerta. Los almacigos deben contar con sol directo y un riego frecuente para que la germinación ocurra correctamente.

Tipos de HUERTA



Macetas: Pueden ser contenedores de plástico, tela, zinc, fibrocemento o cerámica. Siempre deben contar con agujero de drenaje, una capa de leca o piedra en el fondo y sustrato hasta el tope.

Cajones: Se apoyan sobre el suelo y son recomendables para tener mayor comodidad o en espacios donde el suelo no es apto para cultivo.



Suelo: Es la forma más sencilla. Hay que delimitar el espacio, desmalezar y abonar con compost antes de empezar a plantar y sembrar.



Todo lo que tenés que SABER para arrancar con la HUERTA



SOL:



Todas las plantas de la huerta necesitan luz solar directa para crecer y desarrollarse. Algunos cultivos como lechuga, rúcula y acelga podrán hacerlo con 2 a 4 horas. En cambio tomate, brócoli y zanahoria necesitarán más de 4 horas de sol.

CICLO DE VIDA:



Las plantas anuales como rabanito, haba y zapallo son aquellas que germinan, crecen, florecen y mueren después de fructificar y dispersar sus semillas y lo hacen en alrededor de un año. Es decir que regularmente debemos reponerlas en la huerta.

Las plantas perennes poseen un ciclo de vida que se extiende varios años como el romero, tomillo y orégano, no mueren después de fructificar.

PROFUNDIDAD DE LA MACETA:



Deberán tener al menos de 20-25 cm de profundidad para las plantas de raíces más cortas como lechuga, rúcula y rabanito. Y de no menos de 30-35 cm de profundidad para cultivar plantas de raíces más largas como tomate, haba o romero.

DISTANCIA ENTRE PLANTAS:

Para lograr buenas y grandes cosechas hay que darles el espacio suficiente acorde a cada planta. Plantaremos lechugas cada 25 cm, morrones cada 50 cm y sembraremos zapallitos cada 80 cm.



RIEGO:



La cantidad de agua de riego depende de múltiples factores como el tipo de cultivo, el momento del año, el viento, el material y tamaño de la maceta, el tipo de sustrato o suelo y la exposición al sol. Lo importante es hacerlo en forma suave evitando mojar las hojas y los encharcamientos.

ESTACIONALIDAD:

Algunos cultivos requieren temperaturas frescas y hasta toleran heladas. Otros necesitan temperaturas cálidas para crecer y desarrollarse correctamente. Tené a mano el calendario de siembra para elegir los cultivos de acuerdo a la época del año.

Cultivo	Distancia entre plantas	Meses a cosecha	Siembra	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
rúcula	5 cm	2 a 3	directa	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
lechuga	20 cm	2 a 3	almácigo	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
tomate	50 cm	4 a 5	almácigo								●	●	●	●	●
espinaca	15 cm	2 a 3	directa		●	●	●	●	●	●					
brócoli	50 cm	5 a 7	almácigo		●	●	●								
arveja	20 cm	4 a 5	directa		●	●	●	●							
zapallo	150 cm	4 a 6	directa								●	●	●		

Todo lo que tenés que SABER para arrancar con la HUERTA



SOL:



Todas las plantas de la huerta necesitan luz solar directa para crecer y desarrollarse. Algunos cultivos como lechuga, rúcula y acelga podrán hacerlo con 2 a 4 horas. En cambio tomate, brócoli y zanahoria necesitarán más de 4 horas de sol.

CICLO DE VIDA:



Las plantas anuales como rabanito, haba y zapallo son aquellas que germinan, crecen, florecen y mueren después de fructificar y dispersar sus semillas y lo hacen en alrededor de un año. Es decir que regularmente debemos reponerlas en la huerta.

Las plantas perennes poseen un ciclo de vida que se extiende varios años como el romero, tomillo y orégano, no mueren después de fructificar.

PROFUNDIDAD DE LA MACETA:



Deberán tener al menos de 20-25 cm de profundidad para las plantas de raíces más cortas como lechuga, rúcula y rabanito. Y de no menos de 30-35 cm de profundidad para cultivar plantas de raíces más largas como tomate, haba o romero.

DISTANCIA ENTRE PLANTAS:

Para lograr buenas y grandes cosechas hay que darles el espacio suficiente acorde a cada planta. Plantaremos lechugas cada 25 cm, morrones cada 50 cm y sembraremos zapallitos cada 80 cm.



RIEGO:



La cantidad de agua de riego depende de múltiples factores como el tipo de cultivo, el momento del año, el viento, el material y tamaño de la maceta, el tipo de sustrato o suelo y la exposición al sol. Lo importante es hacerlo en forma suave evitando mojar las hojas y los encharcamientos.

ESTACIONALIDAD:

Algunos cultivos requieren temperaturas frescas y hasta toleran heladas. Otros necesitan temperaturas cálidas para crecer y desarrollarse correctamente. Tené a mano el calendario de siembra para elegir los cultivos de acuerdo a la época del año.

Cultivo	Distancia entre plantas	Meses a cosecha	Siembra	Enero	Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto	Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre
rúcula	5 cm	2 a 3	directa	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
lechuga	20 cm	2 a 3	almácigo	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
tomate	50 cm	4 a 5	almácigo								●	●	●	●	●
espinaca	15 cm	2 a 3	directa		●	●	●	●	●	●					
brócoli	50 cm	5 a 7	almácigo		●	●	●								
arveja	20 cm	4 a 5	directa		●	●	●	●							
zapallo	150 cm	4 a 6	directa								●	●	●		