

# LA MALETA VERDE TERAPÉUTICA



# ÍNDICE

Por qué esta guía	3
Marco teórico	4
Beneficios de la HJST	5
¿Qué es la maleta verde terapéutica?	6
Enfoque de la intervención en HJST	7
Pasos para la puesta en marcha de un programa de HJST	8
Diseño del plan de intervención en HJST	10
¿Qué es un área de intervención terapéutica?	11-16
¿Cómo utilizar esta guía?	17
Fichas de actividades	18-77
Diseña tu propia actividad	78-81
Diseña tu sesión a partir de una planta	81-82
Actividades a partir de la caléndula	83-89
Alguna inspiración más	90-91
<b>Índice de actividades</b>	<b>92</b>



# ¿POR QUÉ ESTA GUÍA ?

## CONTEXTO Y NECESIDAD SOCIAL

- El estrés, la ansiedad y los trastornos emocionales han aumentado un 25% desde la pandemia (OMS, 2022).
- Muchas personas mayores y colectivos vulnerables sufren aislamiento social.
- Crece la demanda de enfoques integrales y humanizados en salud, educación e intervención social.



## VALOR DE LA NATURALEZA COMO RECURSO TERAPÉUTICO

- Estudios científicos demuestran los beneficios físicos, psicológicos y sociales del contacto con la naturaleza (Groenewegen et al., 2006).
- La horticultura social y terapéutica (HJST) es una intervención eficaz reconocida en países como Reino Unido, EE.UU. y Canadá.



## LA MALETA VERDE TERAPÉUTICA

- Surge como respuesta a la necesidad de recursos metodológicos que incorporen la naturaleza.
- Ofrece un enfoque práctico, accesible y adaptable a diferentes contextos y colectivos.
- Es una herramienta inclusiva, de bajo coste, ideal para entornos comunitarios y sociosanitarios.



# MARCO TEÓRICO





La **Horticultura y Jardinería Social y Terapéutica (HJST)** se ha consolidado como una estrategia eficaz para promover el bienestar integral de las personas mediante el contacto con la naturaleza en contextos terapéuticos, sociales y educativos. Con una sólida trayectoria en países como Reino Unido, Canadá y Estados Unidos, esta disciplina ha demostrado beneficios físicos, emocionales y sociales en diversos colectivos. A pesar de su menor desarrollo en España, se reconoce su potencial como herramienta de inclusión y sostenibilidad, así como la necesidad de fortalecer la formación de profesionales del ámbito sociosanitario.



La HJST se basa en la conexión innata entre el ser humano y la naturaleza, y se estructura en programas que pueden orientarse a la rehabilitación, la inclusión laboral o el bienestar general, utilizando huertos y jardines como medios para alcanzar objetivos concretos dentro de un proceso guiado y evaluado profesionalmente.

# BENEFICIOS DE LA HJST

Numerosos estudios y experiencias muestran que la HJST contribuye a:

 <b>BENEFICIOS FÍSICOS</b>	 <b>BENEFICIOS COGNITIVOS</b>	 <b>BENEFICIOS EMOCIONALES</b>	 <b>BENEFICIOS SOCIALES</b>
Fortalecimiento del sistema inmunológico	Estimula la memoria y la atención	Mejora la autoestima	Facilita la integración social
Mejora aspectos cardiovasculares y reduce la presión sanguínea	Promueve el aprendizaje de nuevas habilidades	Mejora el estado de ánimo	Favorece la interacción social
Envejecimiento activo	Mejora funciones cognitivas	Contribuye a mitigar la depresión	Impulsa patrones saludables funcionamiento social
Mejora de la motricidad (fina y gruesa)	Recuperación de la atención	Fomenta la motivación	Fomenta la cohesión grupo
Mejora la dieta	Favorece un envejecimiento activo	Alivio del estrés	Previene la soledad no deseada

Además, aporta un enfoque preventivo y comunitario frente a problemas de salud mental y exclusión social, en consonancia con modelos de salud integradora.

# ¿QUÉ ES LA MALETA VERDE TERAPEÚTICA?

Este recurso ofrece recursos prácticos para facilitar procesos de intervención y acompañamiento a través del contacto con la horticultura y jardinería.

Se trata de una propuesta que reconoce el valor terapéutico del vínculo con las plantas, la tierra y los ciclos naturales, y que apuesta por una mirada integral del bienestar, que contemple tanto el cuerpo como la mente, las emociones, las relaciones y el entorno.



**La Maleta Verde Terapéutica es una guía metodológica diseñada para acompañar a profesionales que desean implementar programas de Horticultura y Jardinería Social y Terapéutica (HJST) en contextos educativos, sociales, comunitarios o de salud.**

# ENFOQUE DE LA INTERVENCIÓN EN HJST



# PASOS DENTRO DE UN PROGRAMA DE HJST

1

## DEFINICIÓN DEL PROGRAMA

- Adaptar el programa según objetivos, espacio, presupuesto y colectivo.
- Identificar el grupo beneficiario (personas mayores, infancia, discapacidad, salud mental, etc.).
- Seleccionar el tipo de programa (Terapéutico, Social-Recreacional o Vocacional)

2

## CONCRECIÓN DE OBJETIVOS

Ajustar los objetivos según el tipo de programa y necesidades de los participantes:

- Terapéutico: metas individuales y recuperación funcional.
- Social-recreacional: bienestar, interacción y reducción de estrés.
- Vocacional: formación y habilidades laborales.

3

## DISEÑO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN

- Determinar duración, periodicidad y horario de las sesiones.
- Elegir actividades adaptadas al ciclo anual y al colectivo.
- Incluir actividades a corto y largo plazo.
- Describir objetivos, metodología, temporalización y desarrollo.
- Definir espacios y recursos necesarios.

4

## EVALUACIÓN DE RIESGOS Y ACCESIBILIDAD

- Asegurar un espacio seguro y accesible (físico, visual, auditivo e intelectual).
- Adaptar mobiliario, eliminar plantas tóxicas, considerar alergias y fobias.
- Garantizar accesos, servicios y desplazamientos cómodos para todos.

## EVALUACIÓN Y SEGUIMIENTO

5

- Recoger indicadores de éxito: mejora social, emocional, motivacional, etc.
- Revisar y ajustar el programa cada 6-12 meses según resultados y feedback.

## DESARROLLO DE LAS SESIONES

6

- Preparar ficha: nombre, propósito, objetivos y metodología de la actividad.
- Incluir introducción, desarrollo, descanso y cierre con reflexión.
- Registrar información post-sesión para ajustar futuras intervenciones.

## GESTIÓN DE RECURSOS Y FINANCIACIÓN

7

- Planificar presupuesto (costes iniciales, recurrentes e imprevistos).
- Identificar recursos disponibles: espacio, materiales, personal.
- Buscar apoyo institucional, colaboraciones y subvenciones.
- Considerar financiación alternativa: crowdfunding, patrocinios, mercadillos solidarios.

## ESTRATEGIAS PARA LA SOSTENIBILIDAD

8

- Optimizar recursos y reutilizar materiales.
- Promocionar el programa para ganar visibilidad y apoyo.
- Colaborar con entidades y reevaluar periódicamente para mejorar.

# DISEÑO DEL PLAN DE INTERVENCIÓN

## PASO 1:

### CONOCER A LAS PERSONAS USUARIAS



Necesidades  
Intereses  
Capacidades  
Expectativas

## PASO 2:

### DEFINIR OBJETIVOS Y ÁREAS A ESTIMULAR



Cognitiva



Motora



Emocional



Social



Ocupacional y de  
autonomía personal

## PASO 3:

### ELABORAR EL PLAN DE INTERVENCIÓN



DISEÑAR  
ACTIVIDADES

## PASO 4:

# ¿QUÉ ES UN ÁREA DE INTERVENCIÓN TERAPÉUTICA?

## DEFINICIÓN

Son categorías que agrupan funciones o habilidades que se trabajan a través de las actividades. Nos ayudan a enfocar los objetivos y adaptar la intervención a las necesidades de cada persona.

## ¿POR QUÉ USAMOS ÁREAS DE INTERVENCIÓN?

- Permiten orientar los objetivos terapéuticos de manera clara.
- Facilitan el diseño de actividades adaptadas a las necesidades del grupo o persona.
- Ayudan a evaluar el impacto y la evolución en el proceso de intervención.

Cada **actividad del jardín o huerto** se diseña para estimular una o más áreas de intervención, según las necesidades del grupo o persona.

A continuación, os contamos un poco más de cada una...



# ÁREA COGNITIVA

## DEFINICIÓN

El área cognitiva engloba las funciones mentales relacionadas con el **procesamiento de la información: memoria, atención, razonamiento, percepción, orientación, lenguaje y funciones ejecutivas como la planificación, organización y toma de decisiones**. Estas capacidades son esenciales para la vida cotidiana y su estimulación puede contribuir al mantenimiento y/o mejora del funcionamiento intelectual, especialmente en personas con deterioro cognitivo, trastornos del neurodesarrollo o daño cerebral adquirido.

## OBJETIVOS

**Objetivo general:** Favorecer el mantenimiento y desarrollo de las capacidades cognitivas mediante experiencias significativas en el huerto o jardín, estimulando la atención, la memoria, la orientación y la toma de decisiones a través de actividades prácticas y estructuradas.

**Objetivos específicos:**

- Adquirir conocimientos sobre las plantas, la naturaleza y su cuidado.
- Estimular la atención sostenida y la concentración durante tareas manuales y repetitivas.
- Ejercitar la memoria reciente (por ejemplo, recordar pasos de una tarea) y remota (evocación de experiencias pasadas relacionadas con la naturaleza o el cultivo).
- Fomentar el razonamiento lógico y la planificación mediante actividades como la siembra, el trasplante o el diseño del huerto.
- Reforzar la orientación temporal (estaciones, ciclos de las plantas) y espacial (ubicación de zonas del huerto, recorridos).
- Favorecer la secuenciación de acciones a través de rutinas estructuradas.

## POSIBLES INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Reconoce e identifica correctamente 3 o más plantas.
- Mantiene la atención durante al menos 15 minutos seguidos.
- Sigue correctamente las instrucciones en más del 75%.
- Realiza inferencias simples a partir de observaciones del entorno natural (ej. “esta planta necesita más sol”).
- Muestra mejoras en la orientación (reconoce espacios del huerto, días de la semana o estaciones).



# ÁREA MOTORA

## DEFINICIÓN

El área motora se refiere al **desarrollo y mantenimiento de las habilidades físicas necesarias para la movilidad, la coordinación y la realización de actividades funcionales**. Esta área se divide en dos componentes principales: motricidad fina (destreza manual, precisión en manos y dedos) y motricidad gruesa (movimientos amplios del cuerpo como caminar, agacharse, transportar, etc.).

## OBJETIVOS

**Objetivo general:** Promover la movilidad, la coordinación y la conciencia corporal mediante actividades hortícolas adaptadas, que integren el movimiento en un entorno seguro, motivador y accesible.

**Objetivos específicos:**

- Estimular la motricidad gruesa a través de movimientos como cavar, regar, agacharse, caminar por el huerto o transportar materiales.
- Fomentar la motricidad fina mediante tareas como sembrar, manipular herramientas pequeñas, pellizcar hojas, atar cuerdas o etiquetar plantas.
- Mejorar la coordinación óculo-manual y la precisión en tareas manuales.
- Favorecer el mantenimiento del tono muscular y la movilidad articular.
- Reforzar la lateralidad y la percepción espacial mediante movimientos dirigidos.
- Promover la conciencia corporal y el equilibrio en entornos naturales.

## POSIBLES INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Utiliza herramientas básicas (tijeras, palas) con precisión y seguridad.
- Controla la fuerza y coordinación al manipular materiales del huerto.
- Mejora en la precisión de tareas manuales como sembrar, trasplantar o cortar.
- Se desplaza por el espacio del huerto con seguridad y autonomía.
- Presenta mejora en la movilidad de manos/dedos tras actividades repetidas (seguimiento longitudinal).



# ÁREA EMOCIONAL

## DEFINICIÓN

El área emocional comprende la **capacidad de identificar, expresar, comprender y regular las propias emociones**. También incluye el **desarrollo de la empatía y la gestión de sentimientos como la frustración, la ansiedad o la alegría**.

## OBJETIVOS

**Objetivo general:** reducir la ansiedad y promover la autorregulación emocional a través de la conexión con el entorno natural mediante prácticas sensoriales de jardinería, creando un espacio seguro para la expresión emocional y el cuidado propio.

**Objetivos específicos:**

- Conectarse con el entorno de forma calmada y consciente, utilizando los sentidos como vía de conexión.
- Reducir la ansiedad durante el transcurso de la sesión, a través de ejercicios de respiración, contacto con la naturaleza y ritmo pausado.
- Estimular los sentidos (tacto, olfato, oído y vista) para favorecer la presencia en el aquí y ahora.
- Fomentar la expresión emocional de forma verbal o no verbal, reconociendo las propias sensaciones y compartiéndolas en un entorno de cuidado y no juicio.
- Promover la autoestima y la confianza a través del logro de tareas significativas.
- Facilitar el reconocimiento y regulación de emociones como frustración, tristeza o euforia, a través de la experiencia práctica y compartida.

## POSIBLES INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Expresa verbalmente cómo se siente antes y después de la actividad.
- Participa con entusiasmo y muestra disposición positiva.
- Regula mejor la frustración ante imprevistos (por ejemplo, que no germine una semilla).
- Aumenta la autoestima al completar tareas autónomamente.
- Se muestra más tranquilo/a y centrado/a al finalizar la sesión.
- Comparte emociones, recuerdos o sensaciones durante la actividad.



# ÁREA SOCIAL

## DEFINICIÓN

El área social hace referencia a la **capacidad de relacionarse con otras personas, establecer vínculos significativos, comunicarse de manera efectiva y cooperar en contextos grupales**. En personas con diversidad funcional o en situación de vulnerabilidad, el aislamiento y las dificultades en la interacción social pueden afectar significativamente su bienestar.

## OBJETIVOS

**Objetivo general:** Fomentar la inserción social, la interacción social, la cooperación y el sentimiento de pertenencia a través de actividades grupales vinculadas al cuidado del huerto y el jardín.

**Objetivos específicos:**

- Potenciar la comunicación verbal y no verbal en un entorno significativo y motivador.
- Favorecer la cooperación y el trabajo en equipo en torno a tareas compartidas.
- Mejorar las habilidades sociales como pedir ayuda, ofrecer apoyo, turnarse o resolver conflictos.
- Reforzar el sentimiento de pertenencia a un grupo y el respeto a la diversidad.
- Promover espacios de encuentro que reduzcan el aislamiento y fortalezcan los vínculos afectivos.

## POSIBLES INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Cooperar con al menos un/a compañero/a durante la actividad.
- Se comunica con otros participantes durante la actividad (verbal o no verbalmente).
- Escucha y respeta turnos de palabra en dinámicas grupales.
- Muestra conductas de ayuda o cuidado hacia otros/as.
- Aumenta la frecuencia de interacción social con el grupo con el paso de las sesiones.
- Se muestra más participativo/a en dinámicas grupales con el paso de las sesiones.
- Disfruta compartiendo logros o descubrimientos con el grupo.



# ÁREA OCUPACIONAL Y DE AUTONOMÍA PERSONAL

## DEFINICIÓN

Esta área se refiere a la **capacidad de las personas para realizar actividades significativas en su vida diaria y desarrollar competencias que les permitan una mayor autonomía y participación en su entorno**. Incluye tareas relacionadas con el autocuidado, la gestión del tiempo, la toma de decisiones, la planificación y la ejecución de acciones con un propósito definido.

## OBJETIVOS

**Objetivo general:** Fomentar la autonomía personal y la participación activa en tareas funcionales, significativas y organizadas, a través del trabajo en el huerto o jardín.

**Objetivos específicos:**

- Aprender y practicar habilidades personales e interpersonales
- Mejorar la capacidad de planificar y organizar actividades de manera secuencial.
- Reforzar el sentido de responsabilidad mediante tareas asignadas y mantenidas en el tiempo.
- Favorecer la adquisición de habilidades prácticas vinculadas al autocuidado y la vida cotidiana.
- Estimular la toma de decisiones y la resolución de pequeños problemas prácticos.
- Promover la independencia funcional y la autoconfianza en contextos reales.

## POSIBLES INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Realiza tareas asignadas de forma autónoma o con apoyos mínimos.
- Utiliza correctamente los materiales entregados.
- Comprende y respeta los tiempos y rutinas del espacio de huerto.
- Es capaz de organizar secuencias simples (por ejemplo: llenar una regadera, regar, guardar el material).
- Muestra interés en repetir o transferir la actividad a otro contexto (casa, escuela, etc.).

# ¿CÓMO USAR LA GUÍA?

Puedes utilizarla como apoyo para:

- Diseñar un programa completo desde el inicio.
- Enriquecer proyectos ya en marcha con nuevas actividades.
- Consultar únicamente las secciones que necesites en cada momento.



## ¿Cómo encontrar la actividad que necesitas?

Cada ficha indica qué áreas de intervención estimula, así como la época del año y el tipo de espacio (interior o exterior), todo ello representado con iconos fácilmente reconocibles:

Área de intervención	Época del año	Interior/Exterior
Cognitiva	 Primavera/verano	
Motora		
Emocional	 Otoño/Invierno	
Social		
Ocupacional y de autonomía personal	 Todo el año	

**Esta guía no pretende ser un recetario cerrado, sino una herramienta flexible y adaptable, diseñada para ajustarse a las realidades y necesidades específicas de cada grupo y contexto de intervención.**

# 1| Siembra en semilleros

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Comprender el proceso de germinación.
- Desarrollar habilidades manuales finas.
- Favorecer la atención plena.
- Estimular la responsabilidad en el cuidado de seres vivos.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje práctico.
- Rutina de observación y cuidado.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Dispensador de semillas.
- Tiras de semillas preorganizadas.
- Marcadores visuales en el sustrato (plantillas, palitos, marcas).
- Guía visual paso a paso: imágenes o pictogramas.
- Regar antes de sembrar (evita que se muevan semillas pequeñas)
- Pizarras para copiar nombres de plantas.

# 1| Siembra en semilleros

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Breve explicación del proceso de siembra.
2. Cada participante llena su semillero con sustrato.
3. Se introducen las semillas y se riegan.
4. Se colocan etiquetas con el nombre y la fecha.
5. Se inicia una rutina de observación semanal.

## MATERIALES

- Semillas
- Bandejas o envases reciclados
- Sustrato y regaderas pequeñas
- Etiquetas y rotuladores.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Sigue correctamente los pasos de siembra.
- Mantiene su semillero con cuidados mínimos.
- Reconoce las condiciones necesarias para germinar.

## 2| Plantación en el huerto

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



### OBJETIVOS

- Trabajar las destrezas manipulativas.
- Aprender a trasplantar con cuidado.
- Comprender las necesidades espaciales y de luz de las plantas.
- Practicar la motricidad gruesa y fina.

### METODOLOGÍA

- Aprendizaje por experiencia.
- Trabajo individual y en parejas.

### TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 10 min

### POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar bandejas donde los plantones ya estén listos para su plantación final.
- Macetas individuales biodegradables para proteger raíces y mantener el cepellón compacto.
- Plantadores de mano para facilitar la creación del hoyo.
- Marcadores visuales o plantillas que indiquen dónde plantar.
- Guía visual paso a paso adaptada (con imágenes o pictogramas).
- Pizarras para copiar el nombre de la planta y facilitar la lectoescritura autónoma.

## 2| Plantación en el huerto

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



### DESARROLLO

1. Se marcan los espacios en el bancal.
2. Cada participante cava, coloca la planta, tapa y riega.
3. Se reflexiona sobre cómo está la planta y qué necesita.

### MATERIALES

- Plantones para trasplantar, regaderas y etiquetas.
- Herramientas (palas pequeñas, guantes)

### INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Realiza el trasplante sin dañar la planta.
- Reconoce las etapas del proceso.
- Participa activamente en el cuidado posterior.

# 3| El riego

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Aprender a observar si una planta necesita agua.
- Fomentar la empatía hacia los seres vivos.
- Desarrollar una rutina de cuidado.

## METODOLOGÍA

- Patrimonio agroecológico.
- Trabajo por estaciones.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 20 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Botellas pequeñas (máx. 2L) con marcas visuales para medir la cantidad de agua.
- Boquillas de riego adaptadas a botellas.
- Contar en voz alta (por ejemplo, hasta 4) para controlar el tiempo de riego por planta.
- Señales visuales para marcar qué plantas ya han sido regadas y evitar repeticiones.
- Guía visual paso a paso con pictogramas o fotos, adaptada al colectivo.

# 3| El riego

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se explican signos de sequedad o exceso de agua.
2. Se asignan zonas o plantas para regar.
3. Se reparten las regaderas o mangueras.
4. Se riega
5. Se recogen los materiales
6. Se reflexiona sobre cuándo y cuánto regar.

## MATERIALES

- Regaderas y/o mangueras
- Riego por goteo (según contexto).
- Carteles o pictogramas.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Identifica cuándo una planta necesita agua.
- Riega sin exceso ni carencia.
- Muestra cuidado y atención durante la tarea.

# 4| Cosecha en el huerto

Áreas: Motora, Social, Ocupacional y Autonomía personal



## OBJETIVOS

- Aprender qué parte de la planta comemos y su estacionalidad.
- Fomentar una dieta sana y equilibrada.
- Estimular el trabajo en equipo y la cooperación.
- Practicar habilidades motrices finas y gruesas.
- Valorar el fruto del trabajo colectivo.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje por experiencia.
- Trabajo cooperativo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Ejemplos visuales y comandos verbales sencillos.
- Guía visual paso a paso adaptada al colectivo.
- Tijeras de punta roma para evitar dañar la planta.
- Apoyo del profesional sujetando el tallo mientras la persona tira del fruto.
- Paleta de colores para identificar el punto de maduración del cultivo.

# 4| Cosecha en el huerto

Áreas: Motora, Social, Ocupacional y Autonomía personal



## DESARROLLO

1. Se explican los productos disponibles para recolectar (lechuga, tomates, etc.).
2. Se distribuyen tareas por equipos: recolección, limpieza básica, agrupamiento.
3. Se realiza una puesta en común con la cosecha lograda.
4. Opcional: se prepara una pequeña degustación grupal.

## MATERIALES

- Tijeras de poda o cuchillos pequeños (si es necesario).
- Recipientes para cosecha, guantes.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en al menos una fase del proceso.
- Usa adecuadamente las herramientas y respeta normas de seguridad.
- Colabora con su grupo respetando los turnos y tareas asignadas.

# 5| Preparado de un tratamiento natural de ortiga

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Estimular el área cognitiva a través del aprendizaje y la observación.
- Fomentar habilidades motoras finas y gruesas.
- Preparar una receta siguiendo los pasos.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje práctico y vivencial basado en la manipulación y transformación de plantas.
- Participación en parejas o grupos pequeños según nivel de apoyo necesario.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 15 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 15 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Guía visual sencilla con recetas comunes de la preparación del tratamiento.
- Indicaciones claras y simples sobre cantidades.
- Paso a paso ilustrado.
- Especificación de los contenedores a usar.

# 5| Preparado de un tratamiento natural de ortiga

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Colocar en un recipiente de plástico o cristal 20gr de ortiga seca o 100gr de ortiga fresca.
2. Cubrir con 1 litro de agua sin cloro. (dejar reposar sin tapa)
3. Tapar con una tela y remover cada 2-3 días durante 1 semana (en verano).
4. Filtrar y guardar en un recipiente cerrado en un sitio fresco y oscuro.

## MATERIALES

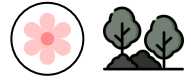
- Ortiga fresca o seca.
- Cubo de plástico y tela para tapar, pegatinas.
- Embudo, colador, botella para guardar.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en cada paso de la preparación.
- Sigue instrucciones visuales o verbales según su nivel.
- Expresa satisfacción o interés durante la actividad.

# 6| Tratamiento natural de plagas

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Reconocer signos de plagas comunes.
- Aplicar tratamientos respetuosos con el medio ambiente.
- Valorar la salud del huerto como parte de un ecosistema.

## METODOLOGÍA

- Investigación-acción.
- Aprendizaje colaborativo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 25 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Guía básica visual con imágenes de plagas, síntomas y localización.
- Combinar con guía de preparación de tratamientos naturales.
- Uso de lupas u otros apoyos visuales para motivar la observación.
- Pulverizadores adaptados a las necesidades manipulativas.

# 6| Tratamiento natural de plagas

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Observación de plantas con posibles daños.
2. Reconocimiento del tipo de plaga o enfermedad.
3. Preparación de infusión de ajo, ortiga u otro remedio según necesidad.
4. Aplicación mediante pulverización.
5. Recogida y limpieza de materiales.

## MATERIALES

- Pulverizadores, guantes.
- Infusiones preparadas o ingredientes.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Reconoce síntomas básicos de plaga o enfermedad.
- Participa en la preparación/aplicación del tratamiento.
- Muestra interés por proteger el huerto.

# 7 | Poda de mantenimiento

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Diferenciar partes de la planta: sanas y dañadas.
- Manejar herramientas de forma segura.
- Valorar la poda como parte del cuidado del jardín/huerto.

## METODOLOGÍA

- Observación.
- Acción guiada.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 25 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Familiarizarse con diferentes tipos de tijeras para adaptar la tarea.
- Usar señales visuales (lazos de colores) para indicar dónde cortar.
- Supervisar la actividad para evitar daños a la planta.
- Trabajar con plantas en macetas para facilitar la tarea a personas con movilidad reducida.

# 7 | Poda de mantenimiento

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Explicación breve con ejemplos visuales.
2. Cada participante poda plantas seleccionadas.
3. Se recoge el material vegetal podado para compostar.
4. Se recogen y limpian las herramientas.

## MATERIALES

- Tijeras de poda y guantes.
- Cubo para restos.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Identifica correctamente qué partes deben podarse.
- Usa la herramienta con seguridad.
- Colabora en la limpieza final.

# 8 | Elaboración de compost

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Aprender a clasificar residuos orgánicos.
- Comprender el proceso de compostaje.
- Fomentar el respeto por los ciclos de la naturaleza.

## METODOLOGÍA

- Ecopedagogía.
- Trabajo cooperativo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Elaborar una guía visual básica para apoyar el aprendizaje.
- Fomentar la práctica individual y autónoma con dicha guía.
- Revisitar la guía periódicamente para reforzar conocimientos.
- Tener en cuenta que la repetición es fundamental para el aprendizaje.

# 8| Elaboración de compost

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se recogen restos orgánicos del huerto y cocina.
2. Se explica qué añadir o no.
3. Se airea la compostera y se riega si falta humedad
4. Se deciden las tareas que hay que realizar según la humedad y el olor.

## MATERIALES

- Restos orgánicos.
- Compostera o montón, horca, cubos.
- Carteles para clasificar residuos.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Clasifica correctamente los residuos.
- Describe las fases del compostaje.
- Participa en el mantenimiento de la compostadora.



## OBJETIVOS

- Aprender a recolectar y conservar semillas.
- Identificar variedades locales.
- Fomentar la autonomía y la cultura del cuidado.

## METODOLOGÍA

- Patrimonio agroecológico.
- Trabajo por estaciones.

## TEMPORALIZACIÓN

Verano-Otoño. 2 sesiones (1 de recolección y 1 de conservación)

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar pinzas o dispensadores para facilitar la manipulación.
- Emplear bandejas con compartimentos para organizar semillas.
- Incorporar imágenes o guías visuales para identificar semillas.
- Utilizar lupas para mejorar la visión.
- Facilitar cajas con compartimentos para recoger y transportar semillas.
- Etiquetar claramente las semillas recogidas.
- Si queremos hacer la actividad en el interior podemos recoger las semillas previamente.



## DESARROLLO

1. Se recolectan semillas maduras de cultivos y flores.
2. Se secan, almacenan y etiquetan en sobres.
3. Se crea una caja o archivo de semillas comunitario.

## MATERIALES

- Sobres de papel, sellos, carteles.
- Caja de almacenamiento.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Distingue las semillas de la planta.
- Participa en el proceso de clasificación.
- Cuida el banco de semillas con responsabilidad.

# 10 | Limpieza y mantenimiento

Áreas: Motora, Ocupacional, Autonomía personal y Social



## OBJETIVOS

- Fomentar la responsabilidad sobre el espacio común.
- Practicar habilidades organizativas.
- Favorecer el trabajo físico moderado.
- Fomentar el trabajo en equipo.

## METODOLOGÍA

- Explicaciones simples y claras.
- Responsabilidad compartida.
- Trabajo en equipo.

## TEMPORALIZACIÓN

Sesión semanal de 60 minutos durante todo el año

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar herramientas de limpieza adaptadas a las capacidades de cada persona.
- Incorporar guías visuales para identificar malas hierbas.
- Proteger las plantas con macetas u otros elementos para diferenciar claramente las malas hierbas.

# 10| Limpieza y mantenimiento

Áreas: Motora, Ocupacional, Autonomía personal y Social



## DESARROLLO

1. Se asignan tareas: quitar malas hierbas, barrer, ordenar.
2. Se realizan con tiempo limitado y por equipos.
3. Se celebra el resultado con una foto o ronda de agradecimiento.

## MATERIALES

- Escobas.
- Cubos, guantes y bolsas.
- Cuaderno o pizarra con asignaciones de tareas.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Cumple su tarea con autonomía.
- Respeto el uso del material común.
- Refuerza el sentido de pertenencia al espacio verde.

# 11 | Observación de insectos y polinizadores

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Identificar insectos beneficiosos para el huerto.
- Desarrollar la capacidad de observación atenta.
- Poner en valor la biodiversidad del huerto.

## METODOLOGÍA

- Ciencia participativa.
- Exploración guiada.

## TEMPORALIZACIÓN

Primavera-Verano. Sesión de 60 minutos

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Considerar fobias y alergias antes de la actividad.
- Crear una ficha sencilla con 3-4 insectos o polinizadores para facilitar su reconocimiento.
- Explicar el propósito de forma clara y simple.
- Reforzar la identificación con juegos fáciles, como un bingo con nombres e imágenes.

# 11 | Observación de insectos y polinizadores

Áreas: Cognitiva, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se entrega una ficha de observación.
2. Se recorre el huerto buscando insectos.
3. Se comentan los hallazgos en grupo.

## MATERIALES

- Lupas.
- Fichas ilustradas.
- Lápices.
- Cámaras o móviles (opcional).

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Reconoce al menos un insecto polinizador.
- Participa activamente en la observación.
- Expresa respeto por los seres observados.

# 12| Plantación de aromáticas

Áreas: Motora, Emocional y Social



## OBJETIVOS

- Refuerzo motricidad fina/gruesa.
- Estimular las capacidades sensoriales
- Fomentar el cuidado y la responsabilidad
- Potenciar el sentido de pertenencia a un proyecto común.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje práctico con demostración
- Trabajo cooperativo e individual.

## TEMPORALIZACIÓN

Seguimiento semanal

Inicio: 15 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 15 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Tener en cuenta las mismas adaptaciones que se recomiendan en las actividades:
  - 2| Plantación en el huerto
  - 3| El riego

# 12 | Plantación de aromáticas

Áreas: Motora, Emocional y Social



## DESARROLLO

1. Presentación de la planta a sembrar (romero, albahaca...).
2. Demostración paso a paso: trasplante, riego, ubicación.
3. Cada participante planta su ejemplar en maceta pequeña.
4. Se crea un espacio común donde dejar las macetas para su seguimiento.

## MATERIALES

- Plantones de aromáticas.
- Macetas.
- Tierra y regaderas.
- Etiquetas o nombres para personalizar.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Realiza correctamente los pasos básicos de la plantación.
- Nombra al menos dos cuidados esenciales de la planta.
- Se responsabiliza del seguimiento semanal.
- Cooperar con otros en la organización y limpieza del espacio.

# 13| Diario del huerto

Áreas: Cognitiva, Emocional y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Fomentar la reflexión y la memoria sobre las experiencias vividas en el huerto.
- Desarrollar habilidades de escritura y autoexpresión.
- Registrar los procesos del huerto como una rutina significativa.

## METODOLOGÍA

- Narrativa terapéutica.
- Rutina personal de observación.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 5 min

Desarrollo: 20 min

Cierre: 5 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Uso de plantilla con pictogramas para señalar o circular actividades del huerto y cómo se ha sentido.
- Preguntar qué quiere escribir, transcribirlo en pizarra para que copie las letras.
- Sacar fotos para pegar en su cuaderno como registro visual.

# 13| Diario del huerto

Áreas: Cognitiva, Emocional y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Cada persona dispone de un cuaderno personal.
2. Se invita a escribir o dibujar una experiencia, pensamiento o aprendizaje del día.
3. Se comparten algunas reflexiones voluntariamente en grupo.

## MATERIALES

- Cuadernos o fichas individuales.
- Lápices, bolígrafos, colores.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Registra de forma autónoma o con apoyo al menos un hecho relevante por sesión.
- Relata verbalmente sus experiencias con claridad.
- Se implica de forma continuada en el hábito del registro.

# 14| Hotel de insectos

Áreas: Cognitiva, Emocional y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Comprender la función de los insectos en el ecosistema del jardín.
- Fomentar el respeto por la biodiversidad.
- Estimular la creatividad a través de la construcción manual.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje activo, con explicación previa y trabajo cooperativo.
- Fomento del respeto hacia la vida natural y el trabajo en equipo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 15 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 15 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Una guía visual adaptada sobre insectos, combinándola con la guía de “Observación de insectos y polinizadores”.
- Considerar fobias y alergias al realizar la tarea.

# 14| Hotel de insectos

Áreas: Cognitiva, Emocional y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se explica qué es un hotel de insectos y para qué sirve.
2. Se muestran ejemplos (imágenes o prototipos).
3. Se reparten materiales y se asignan tareas por grupo.
4. Cada grupo arma su hotel usando materiales naturales.
5. Se colocan en el jardín y se reflexiona sobre su función.

## MATERIALES

- Cajas de madera.
- Troncos huecos, cañas, piñas secas.
- Cuerda.
- Clavos y martillos.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en el proceso de construcción.
- Comprende y verbaliza la función del hotel de insectos.
- Cooperación en la tarea con su grupo.

# 15| Sendero sensorial

Áreas: Motora y Emocional



## OBJETIVOS

- Estimular la percepción táctil y plantar.
- Promover el contacto con texturas naturales.
- Fomentar el juego libre y la exploración.

## METODOLOGÍA

- Experiencia sensorial directa, participativa y lúdica.
- Posibilidad de adaptar con apoyo físico o visual.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 25 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar barandillas para facilitar la sujeción.
- Crear plantilla con 3-4 emociones en pictogramas para que la persona señale cómo se siente.
- Para personas con movilidad reducida, preparar una caja con texturas iguales para manipulación manual.

# 15| Sendero sensorial

Áreas: Motora y Emocional



## DESARROLLO

- Se colocan distintas texturas que conformarán el sendero.
- Se monta el sendero con zonas de césped, arena, piedras, corteza...
- Se invita a los participantes a recorrerlo descalzos (si es viable).
- Se alterna caminar con los ojos abiertos y cerrados.
- Al finalizar, se comparten sensaciones y preferencias.

## MATERIALES

- Césped, piedras suaves, arena, corteza de pino.
- Agua.
- Lona o palets.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Explora al menos tres texturas diferentes.
- Describe sensaciones físicas y emocionales tras el recorrido.
- Participa con interés en la actividad.

# 16| Plantas silvestres

Áreas: Motora, Cognitiva y Social



## OBJETIVOS

- Identificar especies vegetales propias del entorno local.
- Valorar el patrimonio natural y cultural del territorio.
- Fomentar el trabajo en grupo y la investigación.

## METODOLOGÍA

- Exploración directa en el jardín o paseo cercano.
- Trabajo por grupos, búsqueda activa y diálogo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 25 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Crear una guía de apoyos visuales adaptada al colectivo explicando la tarea y un ejemplo de la planta que tiene que encontrar.
- Acompañar a las personas que puedan ser susceptibles de tocar una planta que pueda ser tóxica o causar daño (por ejemplo, una ortiga).
- Considerar el uso de guantes.

# 16| Plantas silvestres

Áreas: Motora, Cognitiva y Social



## DESARROLLO

1. Se explican conceptos básicos de plantas silvestres.
2. Se organiza una salida al jardín o espacio verde.
3. Se identifican y fotografían las plantas encontradas.
4. Se organiza una breve exposición con lo aprendido.
5. Se reflexiona sobre su conservación.

## MATERIALES

- Guías de plantas.
- Móviles o tablets para fotos.
- Cuaderno.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Identifica al menos 2 especies autóctonas del entorno.
- Participa activamente en la observación y exposición.
- Muestra interés por el cuidado del entorno.

# 17| Cultivo de esquejes

Áreas: Motora, Cognitiva y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Aprender a multiplicar plantas mediante esquejes.
- Observar el crecimiento y desarrollo vegetal.
- Desarrollar habilidades prácticas en el jardín.

## METODOLOGÍA

- Explicación teórico-práctica
- Observación directa y seguimiento.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Considerar adaptaciones en la actividad:  
**7| Poda de mantenimiento**
- Apoyar en la preparación del esqueje para evitar desgarros en tallos o hojas.
- Tener cuidado con las tijeras para evitar cortes accidentales.
- Usar un plantador pequeño para hacer agujeros en el sustrato.

# 17 | Cultivo de esquejes

Áreas: Motora, Cognitiva y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se seleccionan plantas apropiadas para esquejado.
2. Se enseñan los pasos básicos para cortar y plantar un esqueje.
3. Se prepara una bandeja con los esquejes etiquetados.
4. Se hace seguimiento semanal del crecimiento.
5. Se transplantan los esquejes en su maceta definitiva.

## MATERIALES

- Tijeras de poda.
- Macetas.
- Sustrato.
- Agua.
- Etiquetas.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en el proceso de esquejado.
- Describe los pasos realizados y el propósito.
- Observa e interpreta cambios en el crecimiento vegetal.

# 18| Oasis de mariposas

Áreas: Cognitiva y Emocional



## OBJETIVOS

- Atraer y cuidar fauna polinizadora en el jardín.
- Aprender el ciclo de vida de mariposas y su función ecológica.
- Desarrollar la empatía fomentando el cuidado hacia los seres vivos.

## METODOLOGÍA

- Observación y acción en el entorno con enfoque lúdico.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar ejemplos visuales y lenguaje sencillo.
- Crear una guía con imágenes de mariposas y plantas atractivas para ellas.
- Combinar con la guía de “Observación de insectos y polinizadores” para reforzar el aprendizaje.

# 18| Oasis de mariposas

Áreas: Cognitiva y Emocional



## DESARROLLO

1. Se identifican flores que atraen mariposas (lavanda, caléndula...).
2. Se selecciona un rincón del jardín para plantar estas especies.
3. Se planta y decora el rincón con carteles o dibujos.
4. Se realiza una observación semanal del rincón.
5. Se registran avistamientos o cambios.

## MATERIALES

- Semillas o plantas.
- Herramientas de jardín.
- Carteles.
- Lupa.
- Regadera.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Colabora en la creación del rincón de mariposas.
- Registra cambios y observa insectos.
- Participa con sensibilidad y curiosidad.



## OBJETIVOS

- Estimular la percepción visual mediante el color.
- Desarrollar la planificación y el diseño en el espacio.
- Fomentar el aprecio estético por el jardín.

## METODOLOGÍA

- Actividad artística con base natural
- Trabajo individual o grupal.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Trabajar primero en el aula usando recortes de catálogos de plantas.
- Crear collages para explorar la gama cromática y facilitar la elección de especies.
- Usar los collages como apoyo visual en el diseño.
- Tener en cuenta posibles fobias a ciertos colores (xantofobia, cromofobia).

# 19| Jardín de colores

Áreas: Cognitiva, Emocional y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Se muestran ejemplos de jardines por gamas cromáticas.
2. Se eligen flores o plantas por color.
3. Se diseña un patrón (líneas, círculos, degradado...).
4. Se plantan en grupo siguiendo el diseño.
5. Se observa el resultado final y se comparte la experiencia.

## MATERIALES

- Plantas/flores de distintos colores
- Palas y regaderas.
- Guantes.
- Plano.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa en el diseño y plantación del espacio.
- Relaciona el color con emociones y sensaciones.
- Colabora con respeto en el uso de herramientas y plantas.

# 20 | Muro verde con botellas recicladas

Áreas: Cognitiva y Motora



## OBJETIVOS

- Reutilizar materiales para crear un espacio vegetal vertical.
- Ejercitar la planificación y resolución de problemas.
- Estimular las habilidades motoras y manipulativas.
- Desarrollar la conciencia ecológica.

## METODOLOGÍA

- Trabajo práctico con enfoque en reciclaje y sostenibilidad.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Marcar con rotulador la línea de corte en la botella.
- Usar tijeras de punta roma para mayor seguridad.
- Elaborar una guía visual paso a paso adaptada al grupo.
- Tener en cuenta las adaptaciones propuestas para la actividad de riego (peso del recipiente, boquillas, etc.).

# 20| Muro verde con botellas recicladas

Áreas: Cognitiva y Motora



## DESARROLLO

1. Se limpian y cortan las botellas para convertirlas en macetas.
2. Se fijan en una pared o estructura con cuerda.
3. Se llenan con sustrato y se plantan hierbas aromáticas y/o ornamentales.
4. Se riegan y se explica el mantenimiento.
5. Se decora el entorno si se desea.

## MATERIALES

- Botellas de plástico.
- Cuerda y tijeras.
- Tierra, plantas aromáticas.
- Palitas y plantadores.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Contribuye a la construcción del jardín vertical.
- Maneja herramientas con autonomía o apoyo.
- Reconoce la importancia del reciclaje en la jardinería.

# 21| Arreglos florales

Áreas: Cognitiva, Motora y Emocional



## OBJETIVOS

- Estimular la coordinación óculo-manual y la habilidad motora fina.
- Fomentar la expresión emocional a través de la elección estética.
- Conectar con el momento presente mediante la observación sensorial.

## METODOLOGÍA

- Enfoque vivencial, basado en la experiencia sensorial.
- Respeto del ritmo individual y apoyo en la expresión emocional.
- Aprendizaje cooperativo con espacio para la autonomía.

## TEMPORALIZACIÓN

Actividad interesante para relacionar con festividades (Navidad, primavera...)

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

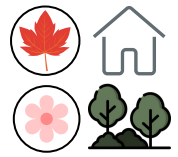
Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Crear guía visual con los pasos de la tarea, adaptada al colectivo.
- Usar ejemplos visuales y comandos verbales simples.
- Incorporar adaptaciones de la actividad “jardín de colores”.
- Mostrar un ejemplo del resultado final (ramo, centro o corona).
- Considerar la resistencia de la base al insertar plantas y flores para facilitar la manipulación.

# 21| Arreglos florales

Áreas: Cognitiva, Motora y Emocional



## DESARROLLO

1. Se colocan todos los materiales en bandejas: flores, hojas, tallos, follaje de relleno, cuerdas y tijeras.
2. Cada participante elige su combinación y comienza a formar su ramo, pequeño centro o corona floral.
3. Se estimula el uso creativo de los materiales y se favorece el ritmo personal.
4. Se ofrece ayuda en caso de dificultad para cortar o atar.

## MATERIALES

- Flores variadas (naturales o secas).
- Hojas y tallos verdes, Follaje para relleno.
- Cuerda de distintos grosores y tijeras.
- Bandejas para distribución de materiales.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa en al menos una fase de la actividad (observación, creación o presentación).
- Manipula los materiales con progresiva autonomía.
- Expresa verbal o no verbalmente una emoción o sensación durante la actividad.
- Muestra satisfacción o vínculo positivo con el arreglo floral realizado.



## OBJETIVOS

- Estimular el sentido del olfato.
- Fomentar la memoria olfativa.
- Identificar plantas comunes del huerto a través de su aroma.

## METODOLOGÍA

- Enfoque sensorial y participativo
- Dinámica de grupo con refuerzo positivo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Utilizar ejemplos visuales y comandos simples verbales.
- Identificar qué olores de plantas aromáticas pueden resultar muy fuertes o no gustar a las personas participantes.
- Buscar una alternativa a esta actividad cuando alguna persona sufra anosmia.



## DESARROLLO

1. Preparar saquitos con diferentes hierbas aromáticas secas (romero, lavanda, menta, etc.).
2. Organizar al grupo en círculo.
3. Pasar los saquitos de uno en uno, sin revelar el contenido.
4. Los participantes deben oler e intentar identificar la planta.
5. Se comparte el resultado al final y se reflexiona sobre el uso de cada planta.

## MATERIALES

- Saquitos de tela.
- Plantas aromáticas secas.
- Papel y lápiz para registrar respuestas (opcional).

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Reconoce al menos 3 de 5 aromas propuestos.
- Participa activamente durante la dinámica grupal.
- Verbaliza al menos un uso o propiedad de una de las plantas.

# 23 | Aromaterapia

Áreas: Cognitiva y Emocional



## OBJETIVOS

- Aprender a identificar plantas por su olor.
- Explorar el efecto calmante de ciertos aromas naturales.
- Favorecer la relajación y la regulación emocional.

## METODOLOGÍA

- Enfoque vivencial y sensorial.
- Trabajo individual guiado.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30-40 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Utilizar ejemplos visuales y comandos verbales simples.
- Identificar olores fuertes o desagradables para participantes y ajustar en consecuencia.
- Ofrecer alternativas para personas con anosmia (pérdida del olfato).



## DESARROLLO

1. Presentar brevemente los efectos terapéuticos de ciertas plantas.
2. Colocar aceites esenciales y plantas frescas/secas en diferentes mesas.
3. Invitar a los participantes a identificar los aromas con los ojos cerrados.
4. Guiar una relajación o meditación corta con un aroma específico.

## MATERIALES

- Plantas aromáticas frescas/secas o aceites esenciales.
- Difusores (opcional).
- Colchonetas.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa en al menos una estación sensorial.
- Describe verbalmente cómo se siente antes y después de la actividad.
- Muestra señales de relajación o bienestar al finalizar la sesión.

# 24| Memory plantas del huerto

Áreas: Cognitiva y Social



## OBJETIVOS

- Estimular la memoria visual y de asociación.
- Reforzar el conocimiento sobre las plantas comunes del huerto.
- Fomentar la atención y la concentración.

## METODOLOGÍA

- Juego educativo cooperativo.
- Participación activa.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 15 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar ejemplos visuales y comandos verbales simples.
- Empezar con pocas cartas e ir aumentando la dificultad progresivamente.
- Realizar un repaso previo sobre las plantas o cultivos a identificar.

# 24| Memory plantas del huerto

Áreas: Cognitiva y Social



## DESARROLLO

1. Se muestran brevemente todas las tarjetas (imagen de planta + nombre).
2. Se mezcla y coloca boca abajo.
3. En turnos, los participantes giran dos tarjetas para buscar parejas.
4. Gana quien más parejas acierte.

## MATERIALES

- Tarjetas ilustradas de plantas (fotografías o dibujos).
- Superficie plana.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Recuerda al menos 3 nombres de plantas al finalizar.
- Participa en turnos respetando las normas del juego.
- Relaciona correctamente al menos 3 imágenes con su nombre o uso.

# 25| Huerto sensorial

Áreas: Cognitiva y Social



## OBJETIVOS

- Estimular sentidos alternativos a la vista (olfato, tacto, oído).
- Generar confianza en los propios sentidos.
- Fomentar la introspección y la atención plena.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje vivencial.
- Trabajo en parejas con reflexión grupal.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 15 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 15 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Evitar tapar los ojos para personas que se incomoden con lo impredecible (ej. personas con TEA).
- Para movilidad reducida, realizar la actividad en mesa, permitiendo seleccionar y colocar plantas o flores.
- Usar cartas del “memory de plantas del huerto” para facilitar respuestas a personas no verbales.

# 25| Huerto sensorial

Áreas: Cognitiva y Social



## DESARROLLO

1. Se explica el propósito y se trabaja en parejas.
2. Uno de los participantes se venda los ojos.
3. Su pareja lo guía por el huerto para que toque, huelga y escuche.
4. Luego se intercambian roles.
5. Se realiza una puesta en común de sensaciones.

## MATERIALES

- Pañuelos o antifaces.
- Rincón del huerto o jardín con variedad sensorial.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en la actividad sensorial con confianza.
- Expresa verbalmente sensaciones percibidas durante la experiencia.
- Respeta a su compañero durante la guía o la exploración.

# 26 | Mandalas con hojas y flores

Áreas: Cognitiva, Motora y Social



## OBJETIVOS

- Estimular la creatividad y la concentración.
- Favorecer la expresión emocional a través del arte.
- Desarrollar habilidades de motricidad fina.

## METODOLOGÍA

- Arte-terapia y expresión libre.
- Enfoque introspectivo y creativo.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Utilizar una mesa con cartulina o cartón para realizar la actividad (para personas con movilidad reducida).
- Presentar en bandeja la selección de hojas, flores y otros elementos naturales.
- Emplear ejemplos visuales y comandos simples verbales.
- Mostrar un ejemplo del resultado final para guiar la actividad.
- Tener en cuenta posibles fobias como xantofobia o cromofobia.

# 26 | Mandalas con hojas y flores

Áreas: Cognitiva, Motora y Social



## DESARROLLO

1. Se realiza una pequeña recolección de hojas, flores y otros elementos naturales.
2. En grupos o individualmente, se crean mandalas sobre el suelo o papel.
3. Se fomenta la observación y reflexión final sobre lo creado.

## MATERIALES

- Elementos naturales recolectados.
- Cartulinas grandes, pinceles y cola (opcional).

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Organiza los elementos en composiciones armónicas.
- Verbaliza emociones asociadas al proceso creativo.
- Mantiene la atención durante toda la sesión.

# 27 | Macetas decorativas

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional, Social y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Estimular la coordinación motriz fina.
- Potenciar la creatividad y la expresión individual.
- Reforzar el vínculo con la naturaleza.
- Favorecer la interacción social y el trabajo en equipo.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje activo y creativo basado en la experiencia artística.
- Participación individual o por parejas (si se busca fomentar habilidades sociales).
- Enfoque centrado en la persona: cada diseño es válido y se valora el proceso más que el resultado final.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Mostrar un ejemplo del resultado final de la actividad.
- Tener en cuenta fobias como la xantofobia o la cromofobia.
- Considerar el uso de otros elementos decorativos para la maceta cuando pintar no sea posible.

# 27 | Macetas decorativas

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional, Social y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Presentamos brevemente la actividad y observamos flores reales para inspirar el diseño.
2. Repartimos las macetas, pinturas y pinceles en una mesa común.
3. Cada persona elige los colores y diseña su maceta a su gusto.
4. Se ofrecen apoyos para quien lo necesite (maceta con dibujo previo, trabajo por parejas, etc.).
5. Al finalizar, compartimos los resultados y sensaciones en grupo.

## MATERIALES

- Macetas de barro (una por persona).
- Pinturas acrílicas o similares.
- Pinceles de distintos grosores y bandejas para pintura.
- Elementos naturales secos (opcional para collage).
- Papel, delantales o manteles para proteger la mesa.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa en el proceso de diseño y decoración, adaptado a sus capacidades.
- Controla y manipula con precisión progresiva pinceles u otros materiales.
- Colabora o se comunica con su compañero/a si se hace en pareja.
- Manifiesta satisfacción o sentido de pertenencia hacia el objeto creado.

# 28 | Decoración con piedras pintadas

Áreas: Cognitiva, Motora y Social



## OBJETIVOS

- Desarrollar la motricidad fina y la concentración.
- Estimular la creatividad a partir de materiales naturales.
- Fomentar el vínculo con el jardín como espacio personal.

## METODOLOGÍA

- Actividad artística individual en un entorno relajado.
- Se favorece la expresión emocional mediante el color y el diseño.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Mostrar un ejemplo del resultado final de la actividad.
- Tener en cuenta fobias como la xantofobia o la cromofobia.
- Considerar el uso de otros elementos para decorar la piedra cuando pintar no sea posible.

# 28 | Decoración con piedras pintadas

Áreas: Cognitiva, Motora y Social



## DESARROLLO

1. Se presentan ejemplos de piedras decoradas.
2. Se reparten piedras limpias y pinturas.
3. Cada persona diseña libremente su piedra.
4. Se dejan secar y luego se colocan en un rincón del jardín.
5. Se hace una pequeña "inauguración" colectiva del espacio decorado.

## MATERIALES

- Piedras lisas.
- Pinturas acrílicas, pinceles y trapos.
- Papel, delantales o manteles para proteger la mesa.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Completa su decoración personal.
- Expresa verbalmente el sentido de su diseño.
- Participa con cuidado y respeto del entorno.

# 29 | Impresión textil con hojas y flores

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Aprender la transferencia de pigmentos naturales sobre tela.
- Estimular la coordinación motora y la percepción visual.
- Desarrollar la atención y la creatividad a través del contacto con la naturaleza.

## METODOLOGÍA

- Técnica artística natural y experimental.
- Enfoque lúdico y sensorial.
- Participación individual con espacios de diálogo y observación colectiva.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Mostrar un ejemplo del resultado final de la actividad.
- Utilizar ejemplos visuales y comandos simples verbales.
- Tener en cuenta fobias como la xantofobia o la cromofobia.
- Considerar el uso de auriculares de cancelación de ruido, especialmente para personas con TEA.
- Ofrecer diferentes elementos para golpear (piedras, martillos, etc.) que se adapten a las necesidades físicas individuales.

# 29 | Impresión textil con hojas y flores

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Recoger flores y hojas de distintos colores y texturas en el jardín.
2. Colocar las plantas sobre un trozo de tela de algodón doblada por la mitad o cubierta con papel de horno.
3. Golpear cuidadosamente con un martillo o piedra plana para transferir los pigmentos a la tela.
4. Abrir la tela para descubrir el diseño creado.
5. Dejar secar al aire y compartir las impresiones con el grupo.

## MATERIALES

- Telas de algodón (mejor blancas o de colores claros)
- Flores y hojas frescas.
- Martillos, piedras lisas o mazos de madera.
- Papel de horno (opcional, para evitar que se manchen otras superficies).
- Superficie resistente para golpear (mesa protegida, madera, cartón grueso).

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en la recolección y composición de elementos.
- Utiliza adecuadamente la técnica de estampación.
- Reconoce y comenta los colores y formas obtenidos.
- Comparte sus sensaciones durante o después de la actividad.

# 30 | Impresión solar con hojas

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Desarrollar la creatividad a través del contacto con materiales naturales.
- Estimular la coordinación óculo-manual y la precisión en la manipulación.
- Comprender el efecto de la luz solar en procesos físicos y artísticos.
- Favorecer la expresión personal mediante el diseño natural.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje vivencial y experimental.
- Trabajo individual con momentos de puesta en común.
- Enfoque artístico-natural con descubrimiento guiado.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 30 min

Cierre: 10 min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Mostrar un ejemplo del resultado final de la actividad.
- Utilizar ejemplos visuales y comandos simples verbales.
- Para personas con movilidad reducida, colocar en una bandeja una pequeña selección de hojas, flores u otros elementos planos del jardín.

# 30 | Impresión solar con hojas

Áreas: Cognitiva, Motora, Emocional y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Preparar la camiseta o tela previamente tratada con la emulsión fotosensible (ideal hacerlo antes con poca luz o en sombra).
2. Invitar a los participantes a recolectar hojas, flores o elementos planos en el jardín.
3. Colocar los elementos sobre la tela y cubrir con un cristal o acetato para mantenerlos en posición.
4. Exponer la composición al sol entre 10 y 30 minutos (según la intensidad solar).
5. Retirar los elementos y enjuagar la tela con agua para fijar la imagen. Dejar secar.

## MATERIALES

- Camisetas o telas blancas de algodón.
- Emulsión fotosensible para cianotipia (kit comercial o casero).
- Hojas, flores y otros elementos naturales planos.
- Placas de cristal o acetato transparente.
- Agua y recipiente para aclarado, pinzas, guantes (opcional).

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participa activamente en el proceso creativo y de exposición.
- Manipula con destreza los materiales naturales y la tela.
- Reconoce el efecto de la luz solar sobre la emulsión.

# DISEÑA TU PROPIA ACTIVIDAD



### OBJETIVOS

### METODOLOGÍA

### TEMPORALIZACIÓN

Inicio: X min

Desarrollo: X min

Cierre: X min

### POSIBLES ADAPTACIONES

**DESARROLLO**

**MATERIALES**

**INDICADORES DE EVALUACIÓN**

# DISEÑA TU SESIÓN A PARTIR DE UNA PLANTA

## PASO 1

### Conoce las potencialidades de la planta

Fase de la Planta	Actividad principal
Cultivo y cuidado	Plantación y cuidado de la planta
Cosecha	Recolección de flores, hojas, frutos
Transformación	Elaboración de pomada o aceite
Usos	Manualidades: mandalas, dibujos, impresión en camisetas...
	infusiones o macerados para tratar plantas.
Reflexión y autoexpresión	Mensajes, diario de jardín, meditación

En función de la actividad que diseñemos se trabajarán distintas áreas de intervención

## PASO 2

### Planifica las actividades según cada etapa

Para cada etapa, define qué objetivos se trabajan (emocionales, físicos, cognitivos, sociales).

Piensa en las dinámicas que se ajusten al grupo y al contexto.

## PASO 3

### Define objetivos específicos para cada actividad

Los objetivos tienen que estar relacionados con las áreas terapéuticas que quieres estimular (movilidad, comunicación, autoestima, etc.)

## PASO 4

### Diseña la estructura de la actividad

Metodología, temporalización, desarrollo, recursos e indicadores de evaluación.

## PASO 5

### Adapta y ajusta según necesidades del grupo

Considera capacidades, intereses y contexto.

# ACTIVIDADES INSPIRADAS EN LA CALÉNDULA



# 1| Recuperación de semillas de caléndula

Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional



## OBJETIVOS

- Favorecer la motricidad fina mediante la manipulación de semillas.
- Mejorar la capacidad de identificación visual y discriminación.
- Promover la atención y concentración en la tarea.

## METODOLOGÍA

- Instrucciones claras y precisas.
- Fomento de la autonomía.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Usar pinzas o dispensadores para facilitar la manipulación.
- Emplear una bandeja para recoger las semillas.
- Incorporar imágenes o guías visuales para identificar la semilla.
- Utilizar lupas para mejorar la visión.
- Etiquetar claramente las semillas recogidas.

# 1| Recuperación de semillas de caléndula

Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional



## DESARROLLO

1. Explicar la tarea y mostrar una muestra de las semillas de caléndula.
2. Recoger las flores secas y extraer las semillas con cuidado.
3. Utilizar elementos visuales para identificar las semillas.
4. Separar las semillas de los restos de flor.
5. Almacenar las semillas en sobres etiquetados.
6. Revisar y comentar el proceso con el grupo.

## MATERIALES

- Flores secas de caléndula.
- Sobres para almacenamiento.
- Guía visual con imágenes de semillas.
- Pinzas y bandejas (opcional).
- Etiquetas y rotuladores.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participación activa en la manipulación de semillas.
- Capacidad para identificar semillas con apoyos visuales.
- Uso adecuado de los materiales.
- Nivel de autonomía durante la actividad.
- Expresión verbal o gestual del proceso y resultado.

## 2 | Aceite infundado de caléndula

Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional



### OBJETIVOS

- Aprender a preparar una pomada natural de caléndula.
- Fomentar el conocimiento sobre propiedades curativas de plantas medicinales.
- Promover el autocuidado y la conexión con la naturaleza.

### METODOLOGÍA

- Aprendizaje activo y creativo basado en la experiencia práctica.
- Participación individual o por parejas (si se busca fomentar habilidades sociales).
- Enfoque centrado en la persona: cada experiencia es válida y se valora el proceso más que el resultado final.

### TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 20 min

Desarrollo: 60 min

Cierre: 10min

### POSIBLES ADAPTACIONES

- Dividir la actividad en sesiones para facilitar la atención.
- Utilizar etiquetas con imágenes para facilitar el seguimiento de pasos.
- Ofrecer apoyo para la manipulación de materiales si hay dificultades motrices.

## 2 | Aceite infundado de caléndula

Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional



### DESARROLLO

1. Recolectar y secar flores de caléndula.
2. Derretir cera de abejas al baño maría.
3. Añadir aceite de oliva y flores secas, calentar suavemente 30 minutos para infundar.
4. Colar la mezcla para separar flores y aceite.
5. Verter en frascos y dejar enfriar hasta que solidifique.
6. Reflexionar sobre usos y beneficios, llevar la pomada para cuidado personal.

### MATERIALES

- Flores frescas o secas de caléndula.
- Aceite base (oliva, coco o almendras dulces).
- Cera de abejas
- Frasco de vidrio limpio y seco.
- Colador de malla fina o gasa.
- Frasco oscuro para almacenar el aceite.

### INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participación activa en la manipulación y preparación.
- Comprensión y seguimiento adecuado de los pasos.
- Uso correcto de los materiales.
- Nivel de autonomía y atención durante la actividad.

# 3| Pomada de caléndula



Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional

## OBJETIVOS

- Potenciar habilidades manipulativas y cognitivas mediante la elaboración de un producto natural.
- Fomentar la conexión con la naturaleza y el autocuidado.
- Desarrollar la autonomía y seguir instrucciones paso a paso.

## METODOLOGÍA

- Aprendizaje activo y creativo basado en la experiencia práctica.
- Participación individual o por parejas (si se busca fomentar habilidades sociales).
- Enfoque centrado en la persona: cada experiencia es válida y se valora el proceso más que el resultado final.

## TEMPORALIZACIÓN

Inicio: 10 min

Desarrollo: 40 min

Cierre: 10min

## POSIBLES ADAPTACIONES

- Dividir la actividad en sesiones para facilitar la atención.
- Utilizar etiquetas con imágenes para facilitar el seguimiento de pasos.
- Ofrecer apoyo para la manipulación de materiales si hay dificultades motrices.

# 3| Pomada de caléndula



Áreas: Cognitiva, Emocional, Motora y Ocupacional

## DESARROLLO

1. Preparar las flores de caléndula, asegurando que estén secas.
2. Colocar las flores en un frasco de vidrio limpio y seco.
3. Verter el aceite base para cubrir completamente las flores.
4. Tapar y colocar el frasco en un lugar cálido y soleado por al menos 2 semanas, agitando cada día o dos.
5. Filtrar el aceite usando colador o gasa para separar las flores.
6. Guardar el aceite filtrado en frasco oscuro para su conservación.

## MATERIALES

- Flores frescas o secas de caléndula.
- Aceite base (oliva, coco o almendras dulces).
- Frasco de vidrio limpio y seco.
- Colador de malla fina o gasa.
- Frasco oscuro para almacenar el aceite.

## INDICADORES DE EVALUACIÓN

- Participación activa en la manipulación y preparación.
- Comprensión y seguimiento adecuado de los pasos.
- Uso correcto de los materiales.
- Nivel de autonomía y atención durante la actividad.

# ALGUNA INSPIRACIÓN MÁS



## LA LAVANDA



### CREACIÓN DE SAQUITOS AROMÁTICOS

#### Objetivos:

- Aprender a identificar plantas por su olor.
- Explorar el efecto calmante de ciertos aromas naturales.
- Favorecer la relajación y la regulación emocional.



### PLANTACIÓN DE ESQUEJES

#### Objetivos:

- Aprender a multiplicar plantas mediante esquejes.
- Observar el crecimiento y desarrollo vegetal.
- Desarrollar habilidades prácticas en el jardín.



### TALLER DE ARTE BOTÁNICO CON LAVANDA FRESCA

#### Objetivos:

- Desarrollar la atención y la creatividad a través del contacto con la naturaleza
- Aprender a identificar plantas por su olor.
- Explorar el efecto calmante de aromas naturales.
- Favorecer la relajación y la regulación emocional.

# ALGUNA INSPIRACIÓN MÁS



## EL TOMATE



### EXTRACCIÓN Y SIEMBRA DE SEMILLAS

#### Objetivos:

- Aprender a recolectar y conservar semillas.
- Identificar variedades locales.
- Fomentar la autonomía y la cultura del cuidado.
- Motricidad fina y paciencia.



### TRASPLANTE Y ENTUTORADO DE PLANTAS JÓVENES

#### Objetivos:

- Aprender a cuidar las plantas durante todo su ciclo de vida.
- Fomentar habilidades motoras finas y gruesas.
- Fomentar la autonomía y la cultura del cuidado.n.



### DEGUSTACIÓN SENSORIAL

#### Objetivos:

- Estimulación sensorial (gusto, tacto, olfato, vista).
- Evocación de recuerdos.  
Trabajar las reminiscencias
- Favorecer la interacción social y la autoexpresión.

# ÍNDICE DE ACTIVIDADES POR ÁREA DE INTERVENCIÓN



## COGNITIVA

Actividades número: 1 a 4, 6 a 9, 11, 13, 14, 16 a 27, 29 y 30.



## MOTORA

Actividades número: 3, 4, 11 a 15, 18, 19, 21 a 23 y 27 a 30.



## EMOCIONAL

Actividades número: 5, 9 a 12, 14, 16, 24 a 27.



## SOCIAL

Actividades número: 1 a 8, 10, 12, 15 a 17, 20, 21, 26 a 30.



## OCUPACIONAL Y DE AUTONOMÍA PERSONAL

Actividades número 1, 2, 5 a 10, 13, 17, 19, 27, 29 y 30.

# ÍNDICE DE ACTIVIDADES POR TEMPORADA



Actividades número 2, 3, 5, 6, 11, 12, 16 a 19 Y 21.



Actividades número 2, 7, 9, 12, 16, 17 y 21.



Actividades número 1, 4, 8, 10, 13 a 15, 20, 22 a 30.

# ÍNDICE DE ACTIVIDADES INTERIOR/EXTERIOR



Actividades número 1, 9, 13, 14, 17, 21, 22, 23, 24, 26, 27, 28, 29 y 30.



Todas las actividades si se cuenta con espacio adaptado.

# LA MALETA VERDE TERAPÉUTICA

## Coordinación

Elena Erro Correa

## Elaboración y revisión

Elena Erro Correa

Andrea Estrella Torres

Patricia Izquierdo Serrano

## Diseño y maquetación

Elena Erro Correa

Marta R. Román

## Con la colaboración de:

Leila Alcalde Banet

Asociación Española de Horticultura y Jardinería Social  
y Terapéutica (AEHJST)



El proyecto Sembrando Bienestares ha sido subvencionado por el Ministerio de Trabajo y Economía Social con la financiación de la Unión Europea-Next Generation EU en el marco del Plan de Recuperación, Transformación y Resiliencia y, en concreto, del Plan Integral de Impulso de la Economía Social 24-25.



# Sembrando bienestares

