



FICHA TÉCNICA

TÍTULO

Horticultura Social e Terapêutica. Hortas Urbanas e Atividades com Plantas no Modo de Produção Biológico.

COORDENADORES

Isabel de Maria Mourão
Luís Miguel Brito

EDITORA

Publindústria - Edições Técnicas

DISTRIBUIÇÃO

Engebook - Conteúdos de Engenharia e Gestão · www.engebook.com

FORMATO: 170 x 240 mm

NÚMERO DE PÁGINAS: 334 aprox.

SOBRE A EDITORA

A Publindústria assume como missão estratégica a produção de conteúdos direcionados para a Indústria Transformadora. Entre os nossos produtos comunicacionais destacamos a edição de revistas técnico-científicas, uma atividade editorial que iniciámos e vimos a aprofundar desde há 25 anos. A edição de livros técnicos e manuais universitários é uma área de negócios emergente, um desafio e uma prova do envolvimento da Publindústria com os técnicos e cientistas portugueses. Estamos apostados em ocupar o reduzido nicho de mercado do livro técnico nos mais diversos domínios da ciência e tecnologia, que contenham uma forte componente pedagógica e/ou formativa.

SOBRE O LIVRO

A Horticultura Social e Terapêutica enquadra-se em programas de horticultura urbana, de educação ambiental e de apoio a pessoas idosas, com deficiência ou dependência, em instituições de saúde, de reabilitação psicossocial e de inclusão social. Estes programas são promovidos por instituições particulares de solidariedade social, câmaras municipais, associações, estabelecimentos prisionais, instituições de ensino superior e outras instituições e têm por objetivo contribuir para o bem-estar e melhoria da qualidade de vida das pessoas, nomeadamente da sua saúde física, mental e emocional. Oferece oportunidades para a socialização, participação ativa e exercício físico, estímulo dos sentidos, da concentração e da criatividade.

Neste livro, descrevem-se programas em diversos contextos e áreas de intervenção que revelam o empenho das respetivas entidades e que, entre tantas outras no nosso país, obtêm resultados magníficos e são uma fonte de inspiração e a razão da Horticultura Social e Terapêutica. As plantas, as tecnologias e as práticas associadas ao planeamento e à implementação de programas de Horticultura Social e Terapêutica são orientadas, neste livro, de acordo com o modo de produção biológico, por razões de saúde e segurança no trabalho para as pessoas que participam nas atividades e também por razões de proteção ambiental. Este livro inclui ainda um programa anual e a descrição de 43 atividades, que podem ser adaptadas às características dos participantes nos diferentes contextos em que se inserem.

SOBRE OS COORDENADORES

Isabel de Maria Cardoso Gonsalves Mourão > isabelmourao@esa.ipvc.pt

Licenciada em Engenharia Agrónoma pelo Instituto Superior de Agronomia/UTL em 1983, mestre em 1989 pela Universidade de Bath e doutorada em 1995 pela Universidade de Reading, Reino Unido. Atualmente desempenha as funções de professora coordenadora da Escola Superior Agrária de Ponte de Lima/IPVC, onde iniciou o curso de mestrado em Agricultura Biológica, em 2008. Pertence ao Centro de Investigação de Montanha e à direção da Associação Portuguesa de Horticultura. Tem desenvolvido a sua atividade de investigação nas áreas de horticultura, fisiologia e nutrição vegetal, agricultura biológica e horticultura social e terapêutica.

Luís Miguel Brito > miguelbrito@esa.ipvc.pt

Licenciado em Engenharia Agrónoma pelo Instituto Superior de Agronomia/UTL em 1983, mestre em 1989 e doutorado em 1994 pela Universidade de Reading, Reino Unido. Desempenha funções de professor coordenador na Escola Superior Agrária de Ponte de Lima/IPVC. Atualmente é coordenador do curso de mestrado em Gestão Ambiental e Ordenamento do Território e pertence ao Centro de Investigação de Montanha. Tem desenvolvido a sua atividade de investigação em compostagem de resíduos orgânicos, mineralização da matéria orgânica e do azoto, fertilidade do solo, nutrição vegetal e agricultura biológica.

TÍTULO

Horticultura Social e Terapêutica. Hortas Urbanas e Atividades com Plantas no Modo de Produção Biológico.

ÍNDICE

Prefácio

Descrição dos Autores

1. Horticultura Social e Terapêutica - Contexto

Isabel Mourão

- 1.1. Horticultura Social e Terapêutica no âmbito da Agricultura Social e da Agricultura Urbana
- 1.2. Relação Pessoa/Planta
- 1.3. Programas e Áreas de Intervenção
- 1.4. Perfil e Atitude do Profissional

2. Horticultura Social e Terapêutica - Benefícios e Avaliação

Sara Mourão

- 2.1. Benefícios da Horticultura Social e Terapêutica
- 2.2. Avaliação dos Efeitos

3. Horticultura Social e Terapêutica - Casos em Portugal

- 3.1. O Jardim das Plantas Aromáticas e Medicinais & Bem-estar: Benefícios da intervenção “green care” para envelhecer bem

Alice Bastos

- 3.2. Horticultura social e terapêutica no lar do Centro Social e Cultural de Vila Praia de Âncora

Adelaide Carvalho e Joaquim Cunha

- 3.3. Agricultura social na Quinta da Conraria - APCC

Cláudio Carvalho, Fernanda Maurício, Margarida Domingues, Noémia Oliveira e Mário Veríssimo

- 3.4. Agricultura multifuncional na CERCICA

Olga Brito, Joana Bettencourt e Luisa Simões

- 3.5. A agricultura biológica na reabilitação de pessoas com deficiência e incapacidades na APACI

Maria Custódia Gonçalves

- 3.6. A Terra e a horticultura como fatores sócio terapêuticos na ASTA

Maria José Dinis

- 3.7. APADIMP - Projeto Reconhecer Sorrisos - Agricultura social

José Carlos Oliveira

- 3.8. Horticultura terapêutica no município de Esposende - Centro de Educação Ambiental

Susana Gonçalves

- 3.9. Experiência da agricultura social nas prisões - Estabelecimento Prisional de Setúbal

Teresa Almeida

- 3.10. A horta da Associação dos Albergues Noturnos de Lisboa / Reconhecimento

Rodrigo Barros

- 3.11. “Gotas de Sustentabilidade” na Inserção Social

Paula Rodrigues

- 3.12. Hortas sociais na Póvoa de Lanhoso - CMPL

Natália Costa

- 3.13. Projeto Horta à Porta - Hortas Biológicas da Região do Porto - LIPOR

Ana Lopes

- 3.14. Projeto ‘Uma Horta em cada Escola’ - CM Maia

Marta Moreira

4. Planeamento de Atividades com Plantas no Modo de Produção Biológico

- 4.1. O modo de produção biológico e as atividades com plantas

Isabel Mourão

- 4.1.1. Produção biológica

- 4.1.2. Atividades com plantas

- 4.2. Plantas hortícolas, aromáticas e medicinais, e flores comestíveis. Planeamento e épocas de produção

Isabel Mourão

- 4.2.1. Plantas hortícolas

- 4.2.2. Plantas aromáticas e medicinais

- 4.2.3. Flores comestíveis e sua utilização

- 4.3. Plantas ornamentais. Utilização e métodos de propagação

Luisa Moura

- 4.3.1. Utilização das plantas ornamentais

- 4.3.2. Propagação vegetativa

- 4.3.3. Propagação por enraizamento de estacas

- 4.3.4. Propagação por outros métodos

- 4.4. Fertilidade do solo e compostagem

Luis Miguel Brito

- 4.4.1. Gestão da fertilidade do solo

- 4.4.2. O processo de compostagem

- 4.4.3. Utilização do composto

- 4.5. Fertilização no modo de produção biológico

Luis Miguel Brito

- 4.5.1. Nutrientes minerais e fertilizantes

- 4.5.2. Correção mineral e orgânica

- 4.5.3. Fertilização das culturas no MPB

- 4.6. Proteção das plantas no modo de produção biológico

Raul Rodrigues

- 4.6.1. Os inimigos naturais das pragas e doenças

- 4.6.2. Como proteger a horta contra pragas e doenças

- 4.6.3. Pesticidas de origem natural

- 4.7. Rega das plantas

Isabel Valín e Celestina Pedras

- 4.7.1. Quando regar?

- 4.7.2. Quanto regar?

- 4.7.3. Como regar?

- 4.8. Adaptações em jardinagem, canteiros e segurança

Isabel Mourão e Luisa Moura

- 4.9. Jardins terapêuticos: princípios para a sua conceção

Gabriela Dias

5. Programa Anual de Atividades com Plantas

Joaquim Cunha e Isabel Mourão

- 5.1. Calendarização anual das atividades

- 5.2. Plano semanal de tarefas diárias

- 5.3. Descrição das atividades

- A. Identificar e conhecer as características de espécies de plantas hortícolas, plantas aromáticas e medicinais, flores comestíveis e plantas ornamentais - Características morfológicas, sensoriais e de utilização

- B. Propagação - Multiplicação de plantas por semente - Diferentes tipos de sementes e de materiais

- C. Propagação - Multiplicação vegetativa de plantas - Diferentes tipos de estacas e de bolbos

- D. Plantação no local definitivo - Vasos, canteiros e solo

- E. Preparação de alimentos - Com plantas hortícolas, flores comestíveis e plantas aromáticas e medicinais, preparar saladas, entradas, pastelaria, compotas, infusões e temperos

- F. Arte com plantas - Artesanato e hobbies associados às plantas