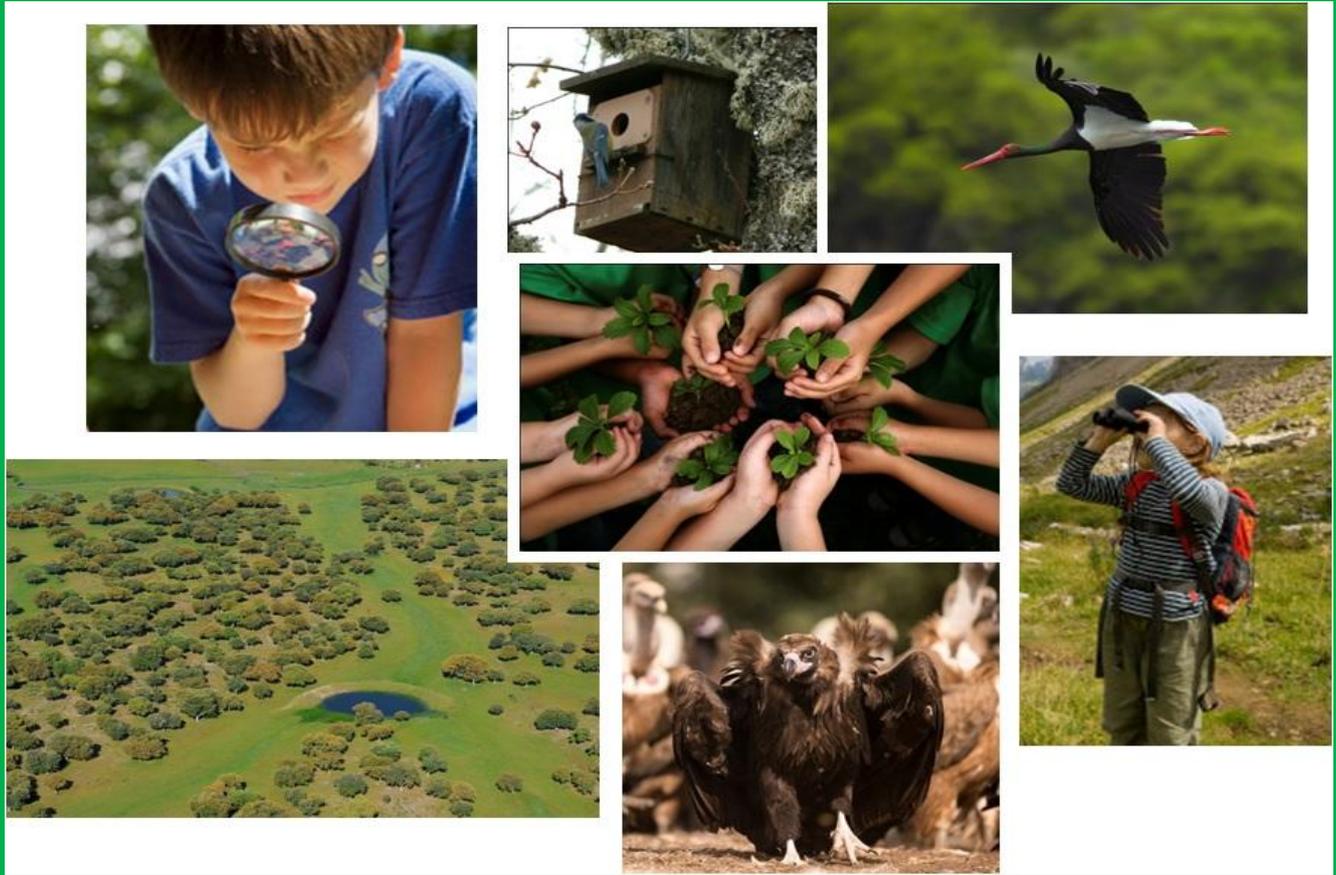


# PROYECTO LIFE+ CLUB DE FINCAS POR LA CONSERVACIÓN DEL OESTE IBÉRICO

LIFE 12 NAT/ES/000595



# PROGRAMA DE DIFUSIÓN PARA LA POBLACIÓN ADULTA

EMAIL: [educacionambiental@fnyh.org](mailto:educacionambiental@fnyh.org)

Teléfono: 679181472

Fundación Naturaleza y Hombre  
Delegación de Castilla y León  
Reserva Biológica “Campanarios de Azaba”  
37497 Espeja (Salamanca)  
Teléfono: 923481401

*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

## PROGRAMA DE DIFUSIÓN AMBIENTAL

### 1. PRESENTACIÓN DEL PROGRAMA

El papel de las personas mayores en la construcción del mundo tal y como lo conocemos hoy, ha sido y sigue siendo crucial. Ellos tienen un bagaje histórico y personal, que les ayuda a tener una perspectiva diferente a la hora de interpretar el estado actual del mundo.

Este programa surge de la necesidad de difusión del Club Oeste Ibérico y de vincular el proyecto a una parte de la población que no suele ser un destinatario principal para la educación ambiental, siendo un pilar fundamental en la sociedad.



### 2. OBJETIVOS

- ✓ Dar a conocer el proyecto Club Oeste Ibérico.
- ✓ Transmitir a la población adulta de ambos países la necesidad de trabajar de forma conjunta en el desarrollo y conservación de la zona.
- ✓ Dar a conocer el valor natural que posee el Oeste Ibérico y por ende, las fincas que se vayan adhiriendo al Club.

*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

### 3. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- ✓ Conseguir que la población adulta valore la riqueza del ecosistema mediterráneo.
- ✓ Superar el concepto antiguo de frontera entre Portugal y España, y ver los terrenos sobre los que se asienta el Club como única unidad ecológica y cultural.
- ✓ Dar a conocer los valores del Club y del Oeste Ibérico tanto dentro como fuera del ámbito de actuación del proyecto.

### 4. METODOLOGÍA

Antes de comenzar cada actividad, se hará una presentación sobre el proyecto LIFE+ Club de Fincas para la Conservación del Oeste Ibérico, cuyo objetivo es mejorar el estado de conservación del territorio comprendido entre Portugal, Salamanca y Cáceres, y poner en valor los recursos naturales de la mano de sus habitantes y de quienes poseen la titularidad del mismo, sean entidades públicas o propietarios privados. Este apasionante reto surge como iniciativa de la Fundación Naturaleza y Hombre (FNYH), entidad a la que se suman dos socios destacados: la Associação Transumância e Natureza (ATN) la Universidad de Salamanca.



*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

## 5. DESTINATARIOS

Estos talleres se dirigen a toda persona, preferiblemente de edad adulta, interesada de cualquier municipio dentro del área de influencia del proyecto Life Club de Fincas por la Conservación del Oeste Ibérico.

Con estos talleres los participantes se sensibilizarán ante las consecuencias ambientales, económicas y sociales, ya sean positivas o negativas, que tienen las actividades humanas en el medio y cómo éstas afectan indirectamente a nuestra calidad de vida.



## ACTIVIDADES PROPUESTAS

### 1. DOCUMENTAL WILD MEDITERRÁNEO y/u OTROS

Materiales:

- Documental
- Proyector
- Portátil
- Altavoces o equipo de música

Esta actividad acercará a los participantes a conocer un poco más el ecosistema mediterráneo que les rodea. La proyección del documental está basada en Sierra Morena, y muestra con todo lujo de detalles la belleza del ecosistema mediterráneo, al tiempo que lamenta los grandes esfuerzos que tienen que hacer muchas especies para sobrevivir en un entorno que ha sufrido fuertemente las consecuencias de la acción de los humanos.

La duración del documental es de 45 minutos. Una vez concluida la proyección, se arirá un debate acerca de qué les ha parecido. Se pueden presentar ciertas cuestiones sobre los documentales para romper el hielo y que se animen a participar.

Otros documentales:

- Entre lobos
- El oso
- Home
- Nómadas del viento
- Por una gota de agua
- Dersu Uzala (el cazador)



*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

## 2. BANCO DE HISTORIAS (etnografía)

Este “banco de historias” pretende ser una herramienta de conocimiento, divulgación e intercambio de los usos y costumbres tradicionales en el territorio, en relación a la gestión y conservación de la biodiversidad en el Oeste Ibérico.

De esta manera se quiere evitar que estas tradiciones caigan en el olvido y mueran, pudiendo así analizar las diferencias o similitudes entre el pasado y las nuevas maneras de gestión y conservación de la naturaleza.

Se reunirá a la población local adulta con escolares, para que a través de distintos talleres enseñen a estos últimos formas de vida que hoy en día están en retroceso (taller de juegos, historias, usos del monte, etc.).



### **3. SACOS TÉRMICOS DE SEMILLAS Y AROMÁTICAS**

Materiales:

- Semillas de lino, cerezas, arroz, etc.
- Lavanda seca
- Tijeras, hilo y aguja
- Retales de tela (30x26cm)
- Saquitos de hilo.

Se empieza haciendo el cojín. Se corta la tela, la doblamos por la mitad y se cose todo alrededor dejando una abertura en un lateral.

Se llena el cojín con las semillas hasta que llegue un poquito más de la mitad y se añaden un par de cucharaditas de lavanda, que dará un aroma relajante. Se cierra a abertura. A continuación se sigue con la funda: se cortan las telas. En la tela trasera se cosen los bordes de la parte más estrecha, se dobla por la mitad y se vuelve a cortar.



*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

#### 4. RECICLAJE

Materiales: los materiales a autilizar variarán en función del taller que se vaya a desarrollar.

En este taller los participantes serán introducidos en el concepto de “Las 3 R): Reducir, Reutilizar y Reciclar”. Este es un concepto sobre hábitos de consumo, cuyo objetivo es el desarrollo de hábitos responsable en la compra de bienes y en la gestión de los residuos generados. De esta forma, se pretende inculcar en los hábitos diarios una política de reducción en la generación de residuos, disminuyendo así el impacto medioambiental. Por su parte, la reutilización pretende que la población adquiera de dar a los objetos una segunda vida útil, para finalmente, ser desechado para su reciclado. Asimismo, durante el taller se fomentará el uso de materiales fácilmente reciclables (por ejemplo, sustitución de envases de plástico por vidrio).



## 5. ALCOHOL DE ROMERO

Materiales:

- Envase de cristal con tapa
- Romero verde en flor
- Alcohol de 96º

Por influencia de sus aceites esenciales, el romero es muy útil como relajante muscular, en dolores reducidos por estiramientos o esfuerzos demasiado grandes sin preparación previa. Se recomienda el alcohol de romero para fortalecer la piel y por sus beneficios como antiinflamatorio para afecciones como úlceras.

Llenar el envase de cristal con el romero recién cogido, cubrirlo con alcohol de 96º y cerrar el envase. Dejar reposar 30 días. Una vez pasado el tiempo de maceración, filtrar el alcohol, guardarlo en un envase oscuro y bien cerrado, resguardado de la luz y del calor excesivo.



## 6. JABÓN NATURAL

Materiales (jabón de piel):

- Sosa cáustica
- Aceite de oliva
- Leche
- Planta (semillas, flores,...)
- Envases.

Para la realización del jabón se deben seguir los siguientes pasos:

- Mezclar la leche con la sosa, hasta su completa disolución
- Añadir el aceite a la disolución anterior.

Durante la ejecución del taller se entregará documentación “limpieza ecológica y barata”.



## **7. ACEITE DE LAVANDA**

Materiales:

- Flor de lavanda (seca)
- Aceite de girasol o de oliva
- Tarros de cristal opaco.

Si las condiciones ambientales lo permiten, la recogida del material vegetal se realizará junto a los asistentes. Durante la recolección, el técnico de educación ambiental responsable de la ejecución se la actividad explicará, de forma breve y concisa, las diferentes especies de matorral del monte mediterráneo.

Una vez recolectada y secada, se desmenuza la lavanda, colocándola posteriormente en un tarro.

A continuación deben guardarse las flores en un recipiente de cristal y cubrirlo con aceite. La concentración del producto es proporcional a la cantidad de flor depositada en el frasco.

Debe removerse de forma periódica durante 40 días. Pasado ese periodo, se colará, vertiéndose el líquido en un recipiente opaco para su conservación.



## 8. SAQUITOS AROMÁTICOS

Materiales:

- Cáscaras de cítricos secas
- Plantas aromáticas secas
- Tijeras, hilo y aguja
- Retales de tela (20 x 15 cm)
- Lazos o cuerda para anudar los sacos.

Se empieza haciendo el saquito, cortando la tela con la medida más conveniente. A continuación se cosen todos los extremos excepto uno, por el que se meterán las hierbas y las cáscaras de cítricos, para después cerrarlo haciendo una lazada con la cuerda que se tenga.



*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

## **9. JABÓN NATURAL DE NARANJA Y DE LIMÓN**

Materiales (jabón de piel):

- Sosa cáustica
- Aceite de oliva
- Ralladura de limón y de naranja
- Media naranja y medio limón
- Agua
- Envases.

Para la realización del jabón se deben seguir los siguientes pasos:

- Mezclar el agua con la sosa, hasta su completa disolución
- Añadir el aceite a la disolución anterior.

Durante la ejecución del taller se entregará documentación “limpieza ecológica y barata”.



## 10. DESODORANTE NATURAL

Materiales:

- Cáscara de 3 naranjas
- Cáscara de 3 limones
- 1 l de agua
- 1 taza de sal marina
- 3 cucharadas de bicarbonato de sodio
- Envases para guardarlo, de cristal.

Primero hay que hacer una infusión con las cáscaras de los cítricos, para después, añadir el resto de ingredientes hasta que se forme una pasta. Una vez elaborado, se conserva en un tarro de cristal.

Durante la ejecución del taller se entregará documentación con recetas de otros tipos de desodorantes ecológicos.



## **11. PASTA DE DIENTES NATURAL**

Materiales:

- 4 cucharadas de bicarbonato de sodio
- ½ cucharada de sal (opcional)
- 10-15 gotas de aceite esencial de hierba buena o hierbas aromáticas para triturar
- 3 cucharadas de agua filtrada o de peróxido de hidrógeno (al 3%).

En un bol, se combina el bicarbonato, la sal (si se decide usar) y el aceite esencial. Seguidamente agregar 1-2 cucharadas de agua filtrada, mezclar bien y continuar agregando pequeñas cantidades de agua hasta que la mezcla alcance la consistencia de pastosa.



## 12. ADORNOS NAVIDEÑOS ECOLÓGICOS

Materiales:

- Rollos de papel de cocina o papel higiénico
- Lana
- Botones
- Tapones corcho
- Pegamento
- Cinta de raso
- Retales
- Globos
- Pinzas de la ropa de madera
- Palitos de madera

En esta actividad los participantes aprenderán a hacer diferentes adornos navideños a partir de materiales que se pueden encontrar por sus casas, como pueden ser botones, rollos de papel higiénico o pinzas de madera que se utilizan para tender la ropa.

Algunos de los ejemplos de lo que se puede realizar se muestra en las imágenes siguientes:



### **13. JARDINERÍA ECOLÓGICA CONTRA PLANTAS INVASORAS**

Este taller pretende formar y concienciar sobre la aparición de la flora invasora que, según sus responsables, “viene ligada habitualmente a su introducción a través de la jardinería”. Las plantas invasoras, finalmente, desplazan a las autóctonas, lo que daña la biodiversidad y homogeniza el paisaje.

Entre esas especies se encuentra el extendido plumero, la chilca, la uña de gato (de llamativas flores rosas), la mimosa o el bambú japonés. Como alternativa, se anima a plantar vegetación autóctona.



Se hablará también de hortofloricultura pues cualquier espacio verde que tengamos se puede aprovechar para sembrar vegetales que, además de proporcionarnos alimento, son muy estéticos, como el pimiento por ejemplo.

Con todo esto se acabarán creando “microrreservas” con las que además de disfrutar de especies vegetales, se atraerán seres vivos muy atractivos: aves y mariposas y, también, a insectos polinizadores que, a su vez, ayudarán a propagar las semillas de nuestro jardín.

## 14. FABRICACIÓN Y COLOCACIÓN DE CAJAS NIDO

Se propone este taller, para toda la familia, en el que se va a aprender a elaborar cajas nido para las distintas especies de aves silvestres (herrerillos y carboneros) que habitan en el Oeste Ibérico.



Tras una breve introducción formativa acerca de la fauna que ocupa nuestro entorno, los asistentes comenzarán la construcción de las cajas nido. Se trata de una divertida jornada, abierta para los más pequeños también, para conocer de las diferentes especies que viven y anidan en la zona.

Una vez finalizada la construcción de las cajas nido, se buscarán los mejores árboles para su colocación. El objetivo de la actividad es ayudar al incremento de estas poblaciones de estas especies de aves en el Oeste Ibérico.

Materiales:

- Madera
- Alicates
- Guantes
- Martillo
- Puntas
- Escaleras

*Difusión del Proyecto Club de Fincas hacia la población adulta*

## 15. PASEO INTERPRETATIVO

De forma periódica desde el Área de Educación Ambiental del proyecto LIFE+ Club de Fincas por la Conservación del Oeste Ibérico se ofertarán visitas guiadas a las fincas pertenecientes al Club o a parajes naturales del entorno inmediato. Con estas visitas se dará a conocer tanto las especies vegetales como animales que viven en estos ecosistemas.

