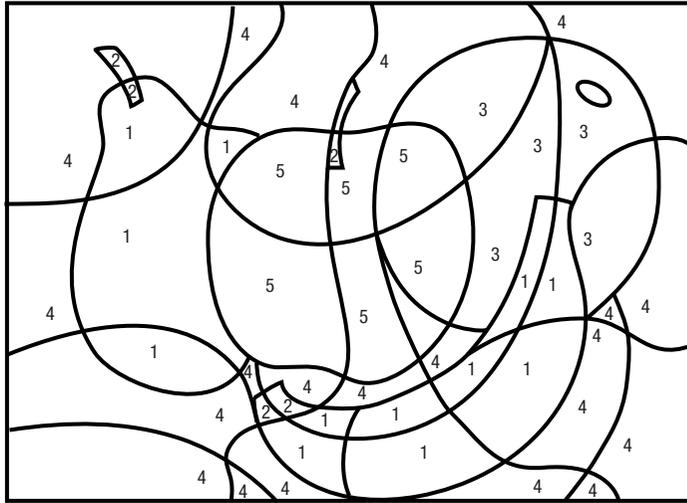


ENCONTRÁ LAS FRUTAS ESCONDIDAS

Pintá cada forma con su color correspondiente y encontrá las distintas frutas escondidas.

- 1- Amarillo
- 2- Negro
- 3- Naranja
- 4- Violeta
- 5- Rojo



¿TE ANIMÁS A HACER TUS PROPIAS HERRAMIENTAS?

Para hacerlas utilizá una botella de plástico vacía, puede ser de lavandina, jabón, o la que tengas en casa. Las formas de las herramientas variarán de acuerdo al envase utilizado.



1- Lavá bien la botella plástica elegida.

2- Dibujá con un marcador la forma del dibujo.

3- Con la ayuda de un adulto recortá por la línea punteada.

4- ¡Listo! ya podés usar tu herramienta.

¡TIP!

Para crear el rastrillo te conviene usar botellas de plástico duro.

¿SABÍAS QUÉ? Reciclando botellas plásticas contribuís al cuidado del medio ambiente. Las botellas pueden tardar hasta 1.000 años en degradarse.

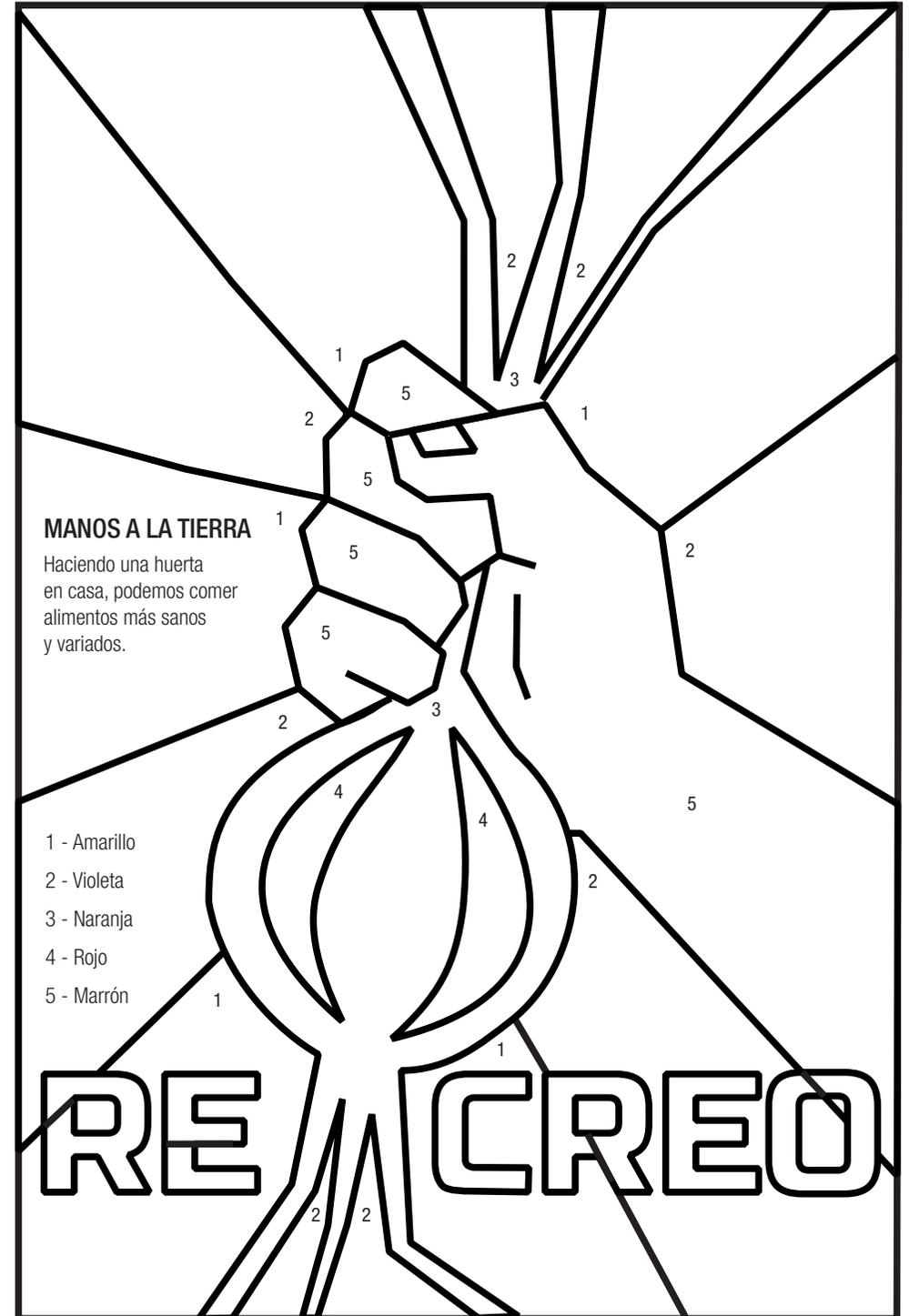
SIUS

Desarrollado por estudiantes en el marco de una Práctica Social Educativa realizada en el Seminario Interdisciplinario para la Urgencia Social, Cátedra De Lisi (ex Frid-Marconi), Facultad de Arquitectura Diseño y Urbanismo, Universidad de Buenos Aires. www.sius.com.ar



.UBAfadu

DOBLAR POR LA MITAD

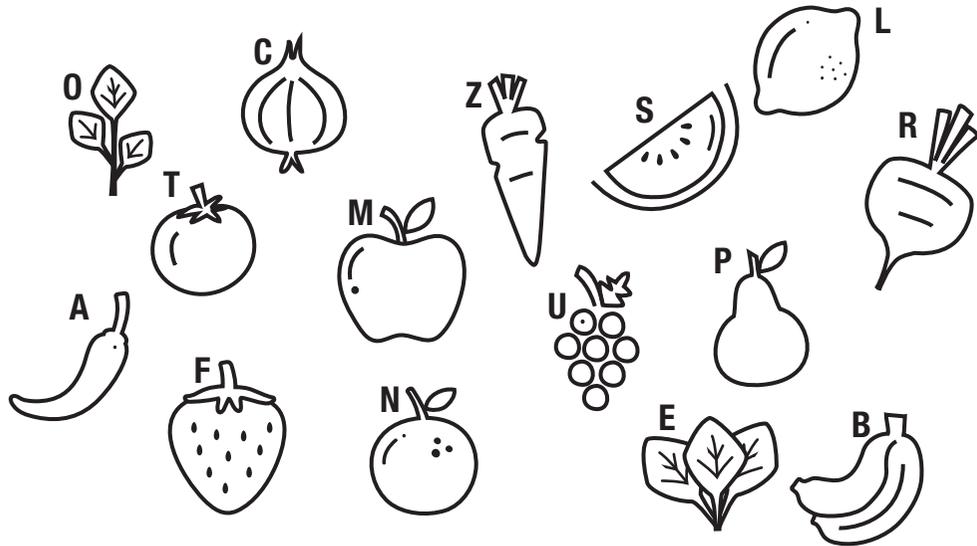
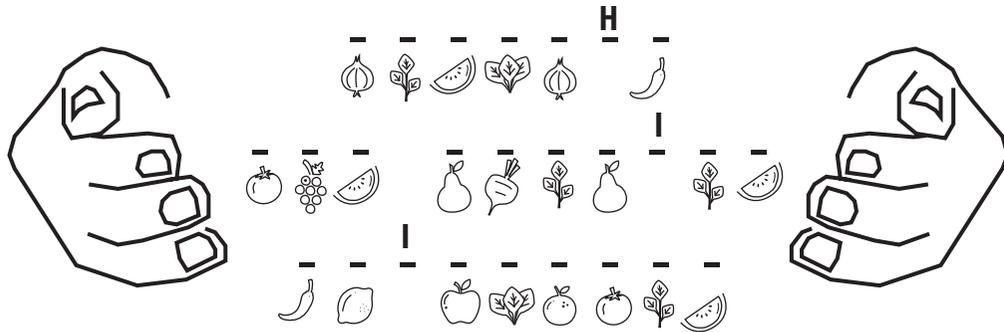


MANOS A LA TIERRA

Haciendo una huerta en casa, podemos comer alimentos más sanos y variados.

- 1 - Amarillo
- 2 - Violeta
- 3 - Naranja
- 4 - Rojo
- 5 - Marrón

DESCUBRÍ LA FRASE OCULTA



¿POR QUÉ TENEMOS QUE HACER UNA HUERTA EN CASA?

Una Huerta es una forma natural y económica de producir alimentos sanos durante todo el año. Además la huerta orgánica produce una gran variedad de verduras que nos brindan vitaminas y minerales con lo que nos aseguramos una alimentación equilibrada.

¿Ya comiste tu porción de frutas y verduras del día? El consumo diario de frutas y verduras es una parte esencial de la alimentación saludable.

ENCONTRÁ LAS FRUTAS Y HORTALIZAS

Las hortalizas nos aportan muchos minerales como el hierro, fósforo, calcio y magnesio. Son ricas en vitaminas A, B y C. Nos aportan fibras que favorecen la digestión y además, nos proveen proteínas.

Las frutas nos aportan agua, fibra, vitaminas y minerales, que son beneficiosos para nuestro cuerpo.

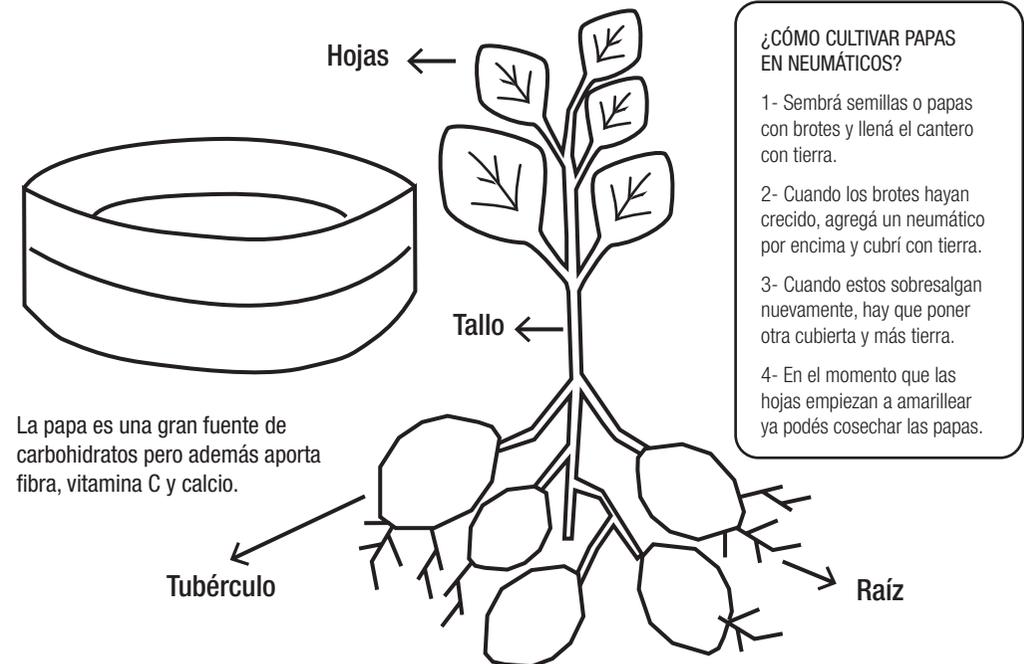
Encontrá las siguientes frutas y hortalizas:

Cebolla - Brócoli - Tomate - Ajo - Morrón - Remolacha - Zanahoria - Limón - Papa - Espinaca - Zapallo - Acelga - Pera - Coliflor - Ají.



¿TE ANIMÁS A HACER TU PROPIA HUERTA EN CASA?

Podés usar neumáticos usados: Para construir un cantero con neumáticos, usá cubiertas usadas y rellenalas con tierra. En una cubierta, podés sembrar perejil, rúcula, radicheta de forma directa o transplantar lechugas, apios y puerros asociados con flores.



¿CÓMO CULTIVAR PAPAS EN NEUMÁTICOS?

- 1- Sembrá semillas o papas con brotes y llená el cantero con tierra.
- 2- Cuando los brotes hayan crecido, agregá un neumático por encima y cubrí con tierra.
- 3- Cuando estos sobresalgan nuevamente, hay que poner otra cubierta y más tierra.
- 4- En el momento que las hojas empiezan a amarillear ya podés cosechar las papas.

La papa es una gran fuente de carbohidratos pero además aporta fibra, vitamina C y calcio.