



CAIS
Centro de Aprendizaje
e Intercambio de Saberes
en Seguridad Alimentaria y Nutricional



INCAP
Instituto de Nutrición
de Centro América y Panamá



SICA
Sistema de la Integración
Centroamericana

El Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá -INCAP- se complace en invitarte a participar en el *curso virtual* centroamericano

“HUERTOS NUTRITIVOS Y SALUDABLES”

Una alternativa funcional para la producción de alimentos en el hogar en tiempos de pandemia.

Viernes 02 al 23 de octubre de 2020.

Objetivo

Difundir y promover tecnologías apropiadas para la producción de hortalizas de alto valor nutritivo a nivel del hogar. Aumentando la diversidad de la dieta y promoviendo un estilo de vida saludable.

Propósito

Aumentar la diversidad de la dieta y fortalecer los conocimientos de los participantes para producir hortalizas nutritivas y saludables, aprovechando la capacidad de espacios pequeños o grandes en el hogar.

Beneficios

Permite obtener productos frescos, de calidad y de alto valor nutricional. Mejora la diversidad de la dieta. Contribuye al ahorro en la compra de alimentos y ayuda al medio ambiente. Este sistema de huertos es adaptable a todo tipo de espacio y puede ser implementado tanto en hogares como en escuelas, municipalidades y áreas de recreación.

Perfil del participante

Dirigido a toda persona interesada en producir sus alimentos y llevar un estilo de vida saludable, pequeños agricultores, familias, instituciones, centros educativos, adultos y niños.



Rudy Guzmán

Instructor

Agrónomo de profesión, con más de 30 años de experiencia en el área de producción agrícola. Se ha especializado en cultivos hidropónicos, agricultura urbana y orgánica, desarrollando y promoviendo el uso de tecnologías apropiadas para la producción de alimentos nutritivos y saludables. Ha colaborado como co-autor en la edición de tres publicaciones centroamericanas sobre el tema de huertos. Como instructor ha impartido más de 40 talleres y 200 cursos sobre

diversos temas de agricultura. También ha brindado asistencia técnica en diferentes proyectos centroamericanos que promueven el desarrollo agrícola sostenible. Desde hace 14 años ocupa el cargo de administrador del Centro de Aprendizaje e Intercambio de Saberes -CAIS- en Seguridad Alimentaria y Nutricional del Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá -INCAP-.



Contenido

Módulo 1: Introducción al huerto

1. ¿Qué es un huerto?
2. Componentes de un huerto
3. Clases de huertos
4. Beneficios de hacer un huerto
5. Valor Nutritivo que aporta un huerto

Módulo 2: Construcción del huerto

1. Planificación
2. Selección y preparación del lugar
3. Construcción del contenedor
4. Protección del huerto
5. Preparación del sustrato
6. Colocación de divisiones para siembra
7. Desinfección del sustrato

Módulo 3: Siembra y manejo del huerto

1. Siembra de hortalizas
2. Semillero
3. Riego
4. Fertilización
5. Colocación de tutores
6. Control de malezas
7. Prevención y control de plagas y enfermedades
8. Anexo: Producción de abono orgánico

Módulo 4: Cosecha

1. Cosecha de hortalizas
2. Generalidades de las buenas prácticas agrícolas
3. Higiene de los alimentos
4. ¿Cómo obtener semillas?
5. Tareas a realizar en el huerto

Proyecto final del curso: Implementación del huerto nutritivo y saludable

Fecha y horario

Octubre 2020

Módulo 1: Introducción al huerto

Viernes 02

Módulo 2: Construcción del huerto

Viernes 09

Módulo 3: Siembra y manejo del huerto

Viernes 16

Módulo 4: Cosecha

Viernes 23

10:00 A 12:00 HORAS

El curso tiene una duración de 8 horas distribuidas en dos horas cada viernes.

Inversión

Paquete Básico

Q375.00 por participante*

Incluye participación en el curso virtual, material digital y diploma de participación.

Paquete Emprendedor

Q700.00 por participante* (Con reservación)

Incluye participación en el curso virtual, manual digital, kit con material e insumos básicos para implementar un huerto nutritivo y saludable, una asesoría técnica virtual después del curso y diploma de participación.

*O su equivalente en dólares a la tasa de cambio de NN UU.

Forma de pago

Pago por depósito monetario o transferencia electrónica en quetzales

Banco Industrial Cta. 006-015580-4 a nombre de INCAP.

Pago por depósito monetario o transferencia electrónica en dólares

Banco Industrial Cta. 006-015302-3 a nombre de INCAP.

Pago en línea en dólares

Para realizar el pago en línea por medio de tarjeta de crédito o débito Visa debe ingresar al link:

<http://www.incap.int/index.php/es/pago-en-linea>

Enviar comprobante a incapcais@gmail.com



Centro de Aprendizaje e Intercambio de Saberes -CAIS-

¡Nutriendo conocimientos, cosechando salud!

Formulario de inscripción

Para inscribirse debe ingresar al link:

<https://forms.gle/oVU4aYZzg5a6v5Vk9>

Última fecha de inscripción

Lunes 28 de septiembre de 2020



Modalidad

Curso virtual teórico-práctico

- 4 sesiones virtuales con contenido gráfico, teórico y audiovisual.
- Excelente dinámica de interactividad entre el instructor y el participante.
- 1 asesoría técnica virtual después del curso.

Más información

CAIS INCAP

+502 4211-3804

+502 3030-3853

incapcais@gmail.com

cais@incap.int