



Huertas de Esperanza:
Sembrar con amor para cosechar esperanza
Programa de Acompañamiento Psicosocial del Municipio de San Carlos, Antioquia.

Maria Camila Piedrahita Deossa

Informe de práctica presentado para optar al título de Trabajador Social

Asesora

Ani Lady Zapata Berrío Magíster (MSc) en Antropología

Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Trabajo Social
Medellín, Antioquia, Colombia
2024

Cita	(Piedrahita Deossa,M.C. 2024)
Referencia	Piedrahita Deossa M.C. (2024) <i>Huertas de Esperanza: Sembrar con amor para cosechar esperanza. Programa de Acompañamiento Psicosocial del Municipio de San Carlos, Antioquia. [Informe de práctica]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.</i>



Centro de Investigaciones Sociales y Humanas (CISH).



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos

Dedicatoria

Este proyecto es dedicado al municipio de San Carlos Antioquia, que me abrazó con la calidez de sus habitantes, que en cada viaje me sorprendía de las maravillosas montañas del oriente antioqueño. Dedicado a la naturaleza, a la piedra El Tabor, a La Cascada y al agua dulce, que me permitieron transmitir mis conocimientos a otros y fortalecer la importancia del cuidado del medio ambiente para quienes hicieron parte del proyecto de Huertas de Esperanza.

Agradecimientos

A mi familia por estar siempre presente y paciente con mis locuras, a mi amiga Leja M por acompañarme hasta el final, a Maribel por dejarme esa semillita tan linda en ese lugar, a mis compañeras de experiencias en el municipio; Valen, Vale, Alejita, Manu y Cami, a Yese por ser inspiración para nosotras y por llenarme de aprendizajes personales y profesionales, a la profe Ani por ser ese llamado a la razón y al corazón, a doña Piedad por apoyarme en el proceso de transmitir la importancia de la verdadera soberanía alimentaria por medio de sus conocimientos gastronómicos. A nuestra casa al lado del parque que fue un hogar maravilloso lleno de momentos de aprendizajes, a nuestras noches de desconexión, al café helado del parque, a nuestras cenas en paisano y a la carretera de varios kilómetros de montañas verdes, riachuelos y neblina desde Granada hasta San Carlos. Y, por supuesto, a las llegadas a mi vallecito de humo que siempre me recibía con unas lindas constelaciones de luces a lo largo del Valle de Aburrá.

Tabla de contenido

Resumen	10
Resumo	11
Abstract	12
Introducción	13
1. Capítulo 1 Antecedentes	14
1.1 Antecedentes históricos	14
1.2 Antecedentes del programa	15
1.4 Antecedentes de las huertas	17
2. Capítulo 2 Justificación	21
3. Capítulo 3 Objetivos	24
3.1 Objetivo General	24
3.2 Objetivos específicos	24
4. Capítulo 4 Referente teórico y conceptual	25
4.1 Referente Teórico	25
4.1.1 Histórico-hermenéutico	25
4.1.2 Socio-crítico	26
4.1.3 Construccinismo social	27
4.2 Referente Conceptual	28
4.2.1 Soberanía alimentaria	29
4.2.2 Agroecología	30
4.2.3 Horticultura	31
4.2.4 Huertas Urbanas	32
4.2.5 Territorio	33
4.2.6 Tejido social	35

4.2.7 Socioeducativo.....	35
4.2.8 Intercambio de saberes.....	37
4.2.9 Cuidado de sí.....	38
5. Capítulo 5 Metodología	41
6. Capítulo 6 Implementación de la propuesta.....	46
6.1 Primer módulo: Nivelación de la creación de una huerta	50
6.1.1 Primer encuentro socioeducativo: Construcción colectiva en torno a la creación de una huerta y conocimiento del programa de Huertas de Esperanza.	50
6.1.2 Segundo encuentro socioeducativo: Cuidados para transmitir a las plantas.....	54
6.1.3 Tercer encuentro socioeducativo: Cuidados y técnicas de siembra.....	57
6.1.4 Cuarto encuentro socioeducativo: Retroalimentación y control de plagas.....	60
6.2. Segundo módulo: Cuidado de sí y aprovechamiento de la huerta	64
6.2.1 Primer encuentro socioeducativo: Consumo consciente y medicina ancestral.....	64
6.2.3 Segundo encuentro socioeducativo: Entrega de plántulas	67
6.2.4 Tercer encuentro socioeducativo: aprovechamiento de frutos con la elaboración de conservas caseras y reflexiones en torno al desperdicio de alimentos.....	70
6.2.5 Cuarto encuentro socioeducativo: Cuidados de sí mismos y del otro.	73
6.2.6 Quinto encuentro socioeducativo: Taller de cocina, aprovechamiento de los alimentos de la huerta familiar	76
6.3 Tercer módulo: Cierre y evaluación del proyecto Huertas de Esperanza 2023	79
6.4 Visitas domiciliarias	85
7. Capítulo 7 Evaluación del proyecto.....	90
8. Capítulo 8 Análisis de la experiencia.....	93
9. Capítulo 9 Aprendizajes y rol del Trabajo Social.....	95
Referencias	98
Anexos.....	102

Lista de tablas

Tabla 1 Matriz plan operativo	44
Tabla 2 Porcentaje de participantes por género en la inscripción	47
Tabla 3 Rango de edades de los participantes de Huertas de Esperanza	48
Tabla 4 Número de encuentros socioeducativos	49
Tabla 5 Información de plántulas hortalizas entregadas	69
Tabla 6 Información de plántulas aromáticas entregadas	69
Tabla 7 Indicadores y fuentes de verificación	90
Tabla 8 Cronograma de evaluación	92

Lista de figuras

Figura 1 Primer encuentro conociéndonos.....	51
Figura 2 Las velas de la esperanza.....	52
Figura 3 Juntos aprendiendo	54
Figura 4 Segundo encuentro cuidados para las plantas.....	56
Figura 5 Abonos caseros	57
Figura 6 Tercer encuentro, plantar las semillas de nuestras metas de vida.....	59
Figura 7 Cuidar de nuestra huerta interior	60
Figura 8 Cuarto encuentro, sobre prevención de plagas	62
Figura 9 Cuidados caseros	63
Figura 10 Quinto encuentro consumo consciente	65
Figura 11 Sopas de letras comunitarias.....	66
Figura 12 Compartiendo saberes.....	67
Figura 13 Sexto encuentro, entrega de plantulas	68
Figura 14 Séptimo encuentro, taller aprovechamiento de la huerta.....	71
Figura 15 Reflexiones alimenticias.....	73
Figura 16 Octavo encuentro, cuidado de si y del otro.....	75
Figura 17 Habitando otros espacios	76
Figura 18 Noveno encuentro taller de cocina comunitaria	78
Figura 19 Con creatividad y responsabilidad a la mesa.....	79
Figura 20 Decimo encuentro evaluativo	80
Figura 21 Chakana de guayacanes	82
Figura 22 Construcciones conjuntas	83
Figura 23 Tejiendo nuestros lazos comunitarios.....	84
Figura 24 Memoria visita domiciliaria.....	86

Figura 25 Reciclando y adaptando	86
Figura 26 Plantas creciendo con amor.	88
Figura 27 La cuponera	89
Figura 28 Dejaron huella en mí.....	97

Siglas, acrónimos y abreviaturas

CARE	Centro de Acercamiento, Reconciliación y Reparación
CORNARE	Corporación Autónoma Regional de las cuencas de los ríos Negro y Nare
DRP	Diagnóstico rápido participativo
FAO	Food and Agriculture Organization
FARC-EP	Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia-Ejército del Pueblo
Km2	Kilómetro cuadrado
MSc	Magister Scientiae}
T.S	Trabajo Social
UdeA	Universidad de Antioquia

Resumen

El presente informe de práctica expone el proceso de formulación, ejecución y evaluación del proyecto de intervención de las prácticas profesionales de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia, realizadas en el Programa de Acompañamiento Psicosocial a la familia, la niñez, la juventud y el adulto mayor, afectados directa e indirectamente por el conflicto armado del municipio de San Carlos Antioquia entre los años 2023 y 2024; enfocado en la creación de huertas urbanas con prácticas agroecológicas y siembra limpia, como estrategia para fomentar el diálogo de saberes ancestrales, el fortalecimiento del tejido familiar y comunitario, la soberanía y la seguridad alimentaria, el cuidado de sí y del medio ambiente.

Palabras clave: huertas urbanas, soberanía alimentaria, trabajo social, proyectos comunitarios, socioeducativo, conflicto armado colombiano, psicosocial.

Resumo

O presente relatório de estágio expõe o processo de formulação, execução e avaliação do projeto de intervenção das práticas profissionais de Serviço Social da Universidade de Antioquia, realizadas no Programa de Acompanhamento Psicossocial à família, à infância, à juventude e aos idosos, afetados direta e indiretamente pelo conflito armado no município de San Carlos, Antioquia, entre os anos de 2023 e 2024; focado na criação de hortas urbanas com práticas agroecológicas e plantio limpo, como estratégia para promover o diálogo de saberes ancestrais, o fortalecimento do tecido familiar e comunitário, a soberania e segurança alimentar, o autocuidado e o cuidado ambiental.

Palavras-chave: hortas urbanas, soberania alimentar, serviço social, projetos comunitários, socioeducativo, conflito armado colombiano, psicossocial.

Abstract

The present internship report outlines the process of formulating, executing, and evaluating the intervention project of the Social Work professional practices at the University of Antioquia, carried out in the Psychosocial Support Program for families, children, youth, and the elderly directly and indirectly affected by the armed conflict in the municipality of San Carlos, Antioquia, between the years 2023 and 2024. It focuses on the creation of urban gardens with agroecological practices and clean planting as a strategy to promote the exchange of ancestral knowledge, the strengthening of family and community ties, food sovereignty and security, self-care, and environmental care.

Keywords: urban gardens, food sovereignty, social work, community projects, socio-educational, Colombian armed conflict, psychosocial.

Introducción

El conflicto armado colombiano dejó diversas repercusiones en la población de diferentes partes del país, siendo el municipio de San Carlos, ubicado en el oriente antioqueño, uno de los lugares afectados por estos hechos, con un total de 40.400 víctimas, de las que sobresale como hecho victimizante el desplazamiento forzado y el homicidio (RUV, 2023). Todo ello perjudicó al municipio a nivel económico, político, social y cultural, lo que a su vez dejó una marcada necesidad de acompañar a la población afectada directa e indirectamente. Así fue como en febrero del 2020 llega al municipio el “Programa de Acompañamiento Psicosocial del municipio de San Carlos/Antioquia”, programa que ya había sido acogido por otros municipios del oriente antioqueño, Granada, Alejandría y Concepción, gracias a las iniciativas de la Cooperativa Coogranada, que apostaron por la reconstrucción del tejido social mediante la resignificación de los lazos con los vecinos, la comunidad y el territorio (Velandia, 2021).

El Programa de Acompañamiento Psicosocial del municipio de San Carlos, está sustentado en la alianza entre la Cooperativa Coogranada, el departamento de Trabajo Social de la Universidad de Antioquia y la alcaldía del municipio de San Carlos. Este programa contiene diferentes ejes de trabajo, entre los cuales se ubica la línea Huertas de Esperanza. Esta línea fomenta el cuidado de sí, el fortalecimiento del tejido social y el cuidado del medio ambiente a través de la soberanía alimentaria. Esta última se realiza mediante la construcción de huertas urbanas que permiten la producción de alimentos cultivados por quienes participan del proyecto, se incentiva y acompaña las prácticas de siembra limpia que aportan a la economía familiar y al consumo responsable, lo que reduce la dependencia de algunos alimentos procesados y el impacto ambiental de las grandes industrias en los territorios, lo que, en última instancia, puede fortalecer los vínculos relacionales de las familias y la comunidad.

El programa de acompañamiento psicosocial en San Carlos, trabaja con el desafío de fortalecer el tejido social afectado por el conflicto armado. Bajo este contexto surge la necesidad de proponer estrategias, como las Huertas de Esperanza, que integran y reconocen saberes rurales y campesinos con la intención de generar espacios que fomenten la apropiación territorial, el reconocimiento de saberes propios y el fortalecimiento de espacios educativos desde una visión crítica y propositiva.

1. Capítulo 1 Antecedentes

1.1 Antecedentes históricos

El municipio de San Carlos es conocido por su clima cálido y por su diversidad poblacional con un aproximado de 16.559 habitantes distribuidos en todo su territorio, según el plan de desarrollo 2020-2023. Con una extensión de 720 km² y una amplia dimensión territorial, se divide en tres corregimientos: El Jordán, Samaná y Puerto Garza, junto con tres centros poblados: El Chocó, Dos Quebradas y Juanes. El municipio limita por el Norte con los municipios de San Rafael y San Roque, al sur con San Luis, al oriente con Caracolí y Puerto Nare, y al occidente con Guatapé y Granada (Alcaldía Municipal San Carlos).

San Carlos es un municipio rico en fuentes hidrográficas, con la presencia del río Guatapé, San Carlos, San Miguel, Nare, Calderas, Peñol grande, Samaná Norte y El Dormilón; también, cuenta con la hidroeléctrica Punchiná que aporta en gran medida a la energía del país (Aramburo, 1990). Adicional a esto, posee cascadas, quebradas y bosques que permiten una gran diversidad en fauna y flora, además de su atractivo que es la Piedra del Tabor donde se aprovecha en el sector turístico de San Carlos para hacer ecosenderismo y otros lugares de interés para los amantes de la naturaleza aportando a la economía local. Es un municipio que cuenta con ganadería y agricultura con alimentos como el maíz, el café y la caña que generan la mayoría de los ingresos para las familias campesinas.

Por otro lado, se resalta que, en gran parte del territorio antioqueño, como menciona Rojas (2018), se vivió una oleada de violencia producto de los grupos armados que estaban en disputas políticas, donde encontraron esta zona del oriente como un lugar estratégico para asentarse gracias a su riqueza en montañas, bosques y fuentes hídricas. Es así como entre los años 90's y los 2000 se vivió la oleada de violencias desenfrenadas por parte de las instituciones de defensa del país y los grupos armados al margen de la ley que se debatían el control territorial.

La población del municipio tuvo que enfrentarse a un periodo de abandono por parte del Estado, puesto que “la comunidad se quedó sin inversión social, sin justicia y sin educación” (Olaya, 2012), lo que dejó en el municipio huellas en el tejido social y familiar a raíz del desplazamiento forzado y otros modelos de violencia que afectaron a la comunidad sancarlitana. En tal situación, los grupos armados entraron en el territorio lo que deterioró la capacidad

organizativa de la comunidad. Lo anterior generó múltiples alejamientos del territorio por parte de sus habitantes, lo cual se rectifica con las 36.818 personas registradas como víctimas de desplazamiento forzado del municipio de San Carlos (RUV, 2023).

Asimismo, como el conflicto armado hizo presencia en distintos territorios, las hidroeléctricas también dejaron una marca progresiva en San Carlos. Jiménez (2022) señala que la construcción de hidroeléctricas como Punchiná y Calderas, propiedad de Isagen, aportaron al desplazamiento de los pobladores de las zonas afectadas por los proyectos, puesto que generó una serie de conflictos sociales fragmentando a las comunidades y obligándoles a trasladarse y/o encontrar un nuevo lugar para habitar. Esto desembocó en desempleo, desescolarización y pobreza, además de afectaciones de cultivos, ganado y ecosistemas por modificaciones en los afluentes. Por parte de las hidroeléctricas no se evidenció intenciones de resarcir los efectos en las comunidades.

1.2 Antecedentes del programa

Bajo la alianza entre la Cooperativa Coogranada, el departamento de Trabajo Social de la UdeA y la alcaldía municipal de San Carlos, han sido egresados, egresadas y practicantes de trabajo social quienes han configurado el equipo humano para la implementación del programa de acompañamiento psicosocial. Este equipo se ha encargado de intervenir en razón de las necesidades de acompañamiento psicosocial identificadas a través de la articulación y requerimientos de actores sociales en el territorio, tales como el sector educativo y de desarrollo social, y a través de diagnósticos rápidos participativos en las zonas rurales y urbanas que dan apertura a las diversas líneas y estrategias de intervención. Estas estrategias están apoyadas económica y logísticamente por la Cooperativa Coogranada y la alcaldía de San Carlos quienes le apuestan al desarrollo social de la comunidad.

Es allí donde se resalta la importancia de los diagnósticos rápidos participativos (DRP), lecturas de contexto y revisión bibliográfica que permitieron comprender, a partir de diferentes actores de San Carlos, las problemáticas que permean a la comunidad y de ahí hacer el reconocimiento de saberes, capacidades, habilidades, fortalezas y debilidades que merecen ser atendidas y potencializadas según el caso. Todo esto se acompaña desde los conocimientos profesionales para acoger las necesidades manifiestas, por lo que se implementan estrategias basadas en enfoques y procesos pedagógicos que potencializan el quehacer con y para la

comunidad, lo que posibilita abordar de manera efectiva los grupos poblacionales que precisan la atención, activando también las redes que apoyen al programa psicosocial con recursos tangibles e intangibles.

Velandia (2021) menciona que el Programa de Acompañamiento Psicosocial llegó en 2020, año en el que también estuvo presente el COVID-19, que trajo afectaciones en el bienestar psicosocial de las personas, cuya crisis sanitaria complicó acercarse de manera física con la comunidad. Sin embargo, se implementó como primera instancia una estrategia radial llamada *Voces de Esperanza*, que tuvo como objetivo acompañar a la población sancarlitana en su periodo de aislamiento, abordó diversos temas en sus guiones como: convivencia familiar, prevención de las violencias, salud mental y acompañamiento a estudiantes de las diferentes instituciones y sedes educativas.

Como parte de su alianza con la alcaldía de San Carlos, se encuentra la Secretaria Agroambiental del municipio que contribuye al proyecto de *Huertas de Esperanza* que dispone de un profesional agroambiental para aportar desde sus conocimientos a la creación y mantenimiento de las huertas urbanas, siendo un apoyo al momento de enseñar acerca de la seguridad alimentaria para la comunidad. Por su parte, las practicantes de trabajo social crean dispositivos de aprendizaje que se emplean con el resto del equipo interdisciplinario, en la promoción de prácticas sostenibles, la siembra limpia y agroecológica, lo que fomenta alternativas para la autonomía alimentaria y su vez fortalece los vínculos familiares y comunitarios para quienes participan de los encuentros del programa de Huertas de Esperanza.

El Programa de Acompañamiento Psicosocial también cuenta con un proyecto dirigido a un grupo de mujeres llamado *ASOMURG*, respectivamente: Asociación de Mujeres Rurales Emprendedoras Gestoras de Paz, cuyo objetivo es aportar al mejoramiento de la calidad de vida de las mujeres rurales, en este caso de la vereda La Luz en San Carlos. Enlazado a esta línea se encuentra Semillitas Asomurg, donde también se acompañan a los niños y niñas de las mujeres que pertenecen a la asociación, se desarrollan temáticas similares a las que se están trabajando con las mujeres en los encuentros, pero de menor complejidad.

Asimismo, se cuenta con el proyecto de Juventudes dirigido a jóvenes de la cabecera municipal de San Carlos y algunos corregimientos. En este se han realizado encuentros en instituciones educativas para aportar a la convivencia, salud sexual, salud mental, proyectos de vida y habilidades sociales, esto con el propósito de mejorar su convivencia dentro y fuera de las aulas

de clase. Igualmente, se encuentra el proyecto de *Niñez* en algunas Instituciones Educativas del municipio, donde también se abordan temas como habilidades sociales, educación emocional y convivencia escolar, lo que aporta a los pequeños en su construcción de habilidades para vida y que puedan desarrollar y poner en práctica dentro y fuera de la institución.

Finalmente, se implementa otra línea de trabajo que se centra en el diseño e implementación de campañas y tomas artísticas, culturales y educativas en los espacios públicos del municipio, que tienen como objetivo central generar incidencia territorial en temáticas particulares que se han identificado en el territorio: la salud mental colectiva, la prevención del consumo de sustancias psicoactivas y la prevención de Violencias basadas en Género. Es mediante encuentros comunitarios y el uso de herramientas como la emisora municipal y las redes sociales del programa de acompañamiento psicosocial, que se busca generar reflexión a la mayor cantidad de personas posibles.

1.4 Antecedentes de las huertas

Las huertas han existido desde la antigüedad, siendo nombradas de distintas formas a lo largo de la historia. Los seres humanos hace aproximadamente 10 mil años comenzaron a cultivar sus propios alimentos para obtener los nutrientes provenientes de las plantas, así como el uso de metales como el cobre y el bronce en la fabricación de herramientas. La anterior fue la época conocida como la "Revolución Neolítica", denominada así por Gordon Childe (Martínez, s.f), en la cual las sociedades pasaron de ser recolectores-cazadores a agricultores, lo que les llevó a establecerse en algunas comunidades agrícolas y así comenzar a domesticar plantas y animales para mejorar poco a poco las condiciones de vida, esto les permitió tener una fuente de alimentos más segura con la libertad de establecerse en un lugar fijo sin tener que trasladarse por periodos de tiempo prolongados para conseguir dichos alimentos, dando apertura a la división del trabajo, nuevas actividades económicas, aparición de la ganadería y un espacio para comenzar con la organización social de las comunidades que se establecieron.

Con el asentamiento de los poblados estas huertas promovieron no sólo una alimentación más saludable sino también lugares de ocio y embellecimiento, evidenciado con los jardines domésticos o comestibles romanos, los cuales, desde la época tardorrepública -siglo 11 a.c.-, fueron sinónimo de esparcimiento y recreación, lo que a su vez representaba una función social.

En estas se empleaban una gran variedad de plantas incluyendo las aromáticas de temporada, como también se veían poblados por diversas especies animales, en especial aves y peces, al mismo tiempo fue un espacio para apreciar la belleza de la naturaleza y la arquitectura ya que fue importante para la estética de las mismas, destacando la planificación en su organización donde se empleaban elementos como fuentes, estatuas y pinturas para resaltar los jardines comestibles (García, 2004).

Ya en el siglo XVIII con el inicio de la primera Revolución Industrial, época de sustanciales cambios en aspectos económicos, sociales y tecnológicos, aparecieron transformaciones significativas en la agricultura, donde además de las prácticas agrícolas tradicionales, surgieron las huertas familiares en los propios hogares, con un acelerado crecimiento para recibir a los migrantes que llegaban de las zonas rurales en busca de empleo en las nuevas fábricas que se situaban en las crecientes ciudades. Por lo anterior, estas huertas representaron una respuesta efectiva a los desafíos de la época, como el aumento de la pobreza en áreas urbanas, así como el cambio de poblaciones de agricultores a trabajadores industriales (Moran & Hernández, 2011).

Del mismo modo, las huertas en la época de la primera guerra mundial (1914-1918) y la segunda guerra mundial (1939-1945) tuvieron un papel relevante para promover la producción de los alimentos y enfrentarse a la escasez de suministros alimenticios. Estas huertas elaboradas especialmente luego de la segunda guerra mundial, eran cultivadas por los ciudadanos promedio como una manera de cooperar al esfuerzo del contexto bélico, huertas que fueron conocidas como Victory Gardens, las cuales tuvieron un impacto significativo en la seguridad alimentaria, así como en las relaciones sociales y comunitarias, ya que fueron lugares cercanos a sus viviendas donde las personas podían reunirse y colaborar en la cosecha de alimentos, aportando a la promoción de la conciencia sobre la importancia de la autosuficiencia alimentaria (Tilley, 2020).

Por lo visto, la modernización de dinámicas sociales y estructuras urbanas y rurales ha conllevado la necesidad de adaptar los saberes del cultivo en espacios construidos desde y para zonas campestres, para adaptarlos a las posibilidades y necesidades urbanas. Es así como los jardines comestibles y las huertas urbanas presentan dos de las muchas formas de la agricultura urbana. Estas tienen en común la búsqueda de una solución sostenible y accesible para abordar los desafíos alimentarios y ambientales que enfrentan las comunidades. Mientras que los jardines comestibles nos invitan a transformar nuestros espacios verdes con árboles o arbustos frutales

otorgando alimentos frescos y saludables, las huertas urbanas brindan la oportunidad de cultivar de manera colaborativa en entornos urbanos y proporcionar igualmente alimentos a la población.

Después de abordar los detalles de las huertas y jardines en épocas pasadas, se empiezan a dar indicios de la importancia de las mismas huertas urbanas, afirmando que, aun pasando los años, son una forma de autoabastecimiento de alimentos que también tiene un impacto positivo en las personas, las familias y las comunidades contemporáneas. Lo anterior se ejemplifica mediante los jardines comestibles, técnica que ha evolucionando y se sigue empleando en la actualidad (Rojas & Daly, 2019), ya que los jardines comestibles “permiten a los productores tener un espacio ‘decorado’ de un modo autosuficiente y con beneficios comestibles, amigables con el medio ambiente y de interés para mejorar el bienestar humano desde el punto de vista nutricional” (p.103).

Este interés de continuar con estas prácticas también se demuestra con programas y proyectos como el de "Huertas para todos", de la (FAO) Food and Agriculture Organization of the United Nations (2014), el cual proporciona a las personas de las zonas urbanas de América Latina y el Caribe una guía técnica para cultivar sus propias hortalizas, con el objetivo de promover una alimentación saludable y sostenible para las familias. Este proyecto se ha modificado y ajustado a las nuevas necesidades de la población, por lo que actualmente cuentan con la quinta edición de la cartilla, donde se evidencian ejercicios modernos de agricultura para preservar los cultivos y asegurar una soberanía alimentaria considerando los cambios climáticos.

Por otro lado, dando cuenta los intereses del Estado, en el departamento de Antioquia la Gobernación puso en marcha un Plan de desarrollo: unidos por la vida 2020-2023, desde el cual surge la iniciativa "Brigadas de Seguridad Alimentaria", que busca garantizar el acceso a alimentos sanos y nutritivos para todos los habitantes del departamento. Esta iniciativa se basa en algunos elementos importantes como la sostenibilidad a largo plazo para evitar el impacto ambiental y el agotamiento de los recursos naturales, acceso a los alimentos por medio de huertas familiares y comunitarias como unidades productivas permitiendo un posible ingreso en las familias, y la agricultura ecológica local ayudando a conservar el medio ambiente, lo que busca contribuir a la seguridad alimentaria y nutricional de la población antioqueña, a través de acciones sostenibles que mejoren la oferta de alimentos y el acceso a los mismos.

Particularmente en el municipio de San Carlos existe el “Plan de Desarrollo Municipal San Carlos Somos Todos 2020- 2023”, como parte de la línea de bienestar social del programa de gobierno, que a su vez está articulado con el plan de desarrollo nacional “Alianza por la seguridad

alimentaria y la nutrición: Ciudadanos con mentes y cuerpos sanos”, a partir del cual se ubica la seguridad alimentaria dentro del programa “Gestión de la seguridad alimentaria y nutricional. Antioquia un entorno alimentario saludable. Alimentos para todos. Capacidades para la gestión y el fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional”. Todos estos proyectos están enfocados a la seguridad alimentaria y la producción limpia de los alimentos, valiendo el aprovechamiento de los residuos orgánicos y fortaleciendo la economía de los campesinos del territorio por la contingencia del Covid-19 (2020).

Con todo lo anterior se evidencia la intención de seguir apostándole al mejoramiento de la población, destacando que dentro del plan de desarrollo es mencionado la importancia de “La agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible” creado por la Organización de las Naciones Unidas, un plan de acción global donde en uno de sus 17 objetivos de desarrollo sostenible se ubica “poner fin al hambre, lograr la seguridad alimentaria y la mejora de la nutrición y promover la agricultura sostenible”. Objetivo que permanecerá en los proyectos presentes y futuros de nuestra nación.

2. Capítulo 2 Justificación

La oleada de violencia vivida en el municipio de San Carlos dejó a los sancarlitanos sin una respuesta clara para afrontar el desafío que se presentaba por los grupos armados, además de verse en la obligación de desplazarse de su territorio Bello et al (2011). Y aún con el retorno de las familias aparecieron diversas problemáticas que impactaron el tejido social, el desarrollo económico y el sistema educativo del municipio. Posada et al., (2013) comenta que “el retorno [...] se considera también como una tarea riesgosa, sin garantías, con mínimas certezas que favorezcan las condiciones de vida de las familias que deciden retornar a sus tierras”. En el caso de San Carlos, se evidenciaron deficientes capacidades administrativas para abordar todas las demandas que emergieron, lo que afectó los proyectos, programas y espacios para brindar las herramientas que las familias requerían pero que muchas de ellas no recibieron con la atención necesaria. Volver a su municipio implicó volver a adaptarse y sanar las huellas del conflicto, reconstruyendo sus hábitos, el tejido social y la vida misma en ese regreso.

En Colombia la ley 387 de 1997 (Congreso de Colombia, 1997) es uno de los mecanismos que abordan la atención al desplazamiento forzado en el territorio nacional, donde “se adoptan medidas para la prevención del desplazamiento forzado; la atención, protección, consolidación y estabilización socioeconómica de los desplazados internos por la violencia en la República de Colombia”. Así mismo, dentro del Decreto 250 del 2005 (Ministerio del interior y de justicia, 2005) se aborda la implementación de programas y proyectos que garanticen estabilidad socioeconómica, planes de desarrollo para la población urbana y rural aportando herramientas necesarias para los pobladores en su retorno social, laboral y cultural dentro del país.

De igual manera, está la Ley 1448 de 2011, conocida como la Ley de Víctimas y Restitución de Tierras, (Colombia. Congreso de la República, 2021), proporciona un marco legal para abordar las necesidades de las víctimas del conflicto armado, donde se reconoce el sufrimiento de las víctimas, incluyendo desplazamientos forzados, desapariciones, homicidios, torturas y otras violaciones a los derechos humanos. A través de esta ley existen medidas como la atención psicosocial, la rehabilitación física, la restitución de tierras y la indemnización económica que ayuda a promover la transformación social al prevenir nuevas victimizaciones, en donde también dan lugar a los planes, programas y proyectos que permiten continuar restableciendo los derechos de las víctimas.

Se sitúa igualmente uno de los puntos del “Acuerdo final para la terminación del conflicto y la construcción de una paz estable y duradera” firmado en el 2016 entre el Gobierno Nacional y las FARC-EP, referente a los derechos de reparación y no repetición de las víctimas del conflicto armado en Colombia. En este se insta la necesidad de llevar a cabo acciones para dignificar y honrar la memoria de las víctimas, como la realización de homenajes, conmemoraciones y la construcción de obras de infraestructura y arquitectura conmemorativa (Poder Legislativo, 2016). Reconociendo a las víctimas, sus derechos, el esclarecimiento de la verdad, la reparación y las garantías de no repetición para quienes sufrieron los daños del conflicto armado en Colombia.

En un contexto de vulneraciones permanentes a los derechos humanos, en medio de un conflicto armado que afectó a más de 9 millones de personas, las comunidades rurales y campesinas pasaron de ser los dueños de la tierra a ser migrantes urbanos, luego al retornar a los territorios se enfrentaron con la reconstrucción de los cimientos necesarios para trabajar sus tierras. Todo ello ha dado paso a una creciente preocupación por la soberanía y la seguridad alimentaria, dándole importancia a tener acceso a alimentos saludables y sostenibles para las comunidades; más aún, luego de la llegada de la pandemia de COVID-19 que agravó la situación con el confinamiento y las restricciones a la movilidad, lo que dificultó el acceso a los alimentos y llevó a un aumento de la inseguridad alimentaria, incluso en entornos campesinos.

Es por esta razón que el interés por las huertas urbanas se dio como una forma para garantizar la alimentación de las comunidades y promover la resiliencia en los municipios. Es de este modo como estos pequeños espacios de cultivo se han convertido en un símbolo de la autosuficiencia y la capacidad de las personas para tomar el control de su propia seguridad alimentaria. Así, se rescatan los planes de desarrollo donde se encuentra el Plan de Desarrollo San Carlos Somos Todos 2020-2023. Y, para cumplir con las necesidades surgidas para la soberanía y seguridad alimentaria, está el Programa de Acompañamiento Psicosocial que emplea el proyecto de Huertas de Esperanza, una estrategia que posibilita el fortalecimiento del tejido social y familiar, la participación entorno a la horticultura, la siembra limpia y las prácticas agroecológicas con base en la soberanía alimentaria.

Es de este modo que el proyecto de las huertas se ha fortalecido desde el año 2020 hasta insertarse como una herramienta para los grupos inscritos en el programa, que deseaban continuar con el aprendizaje de la construcción y beneficios de la huerta casera. Allí, por medio de encuentros socioeducativos, se encontró un objetivo en común por la necesidad de una alimentación saludable

y una mayor conciencia ambiental para las familias que hacen parte del programa, dando continuidad al proyecto para el año 2023. Es de resaltar que las huertas son espacios de encuentro entre el ser humano y la naturaleza, donde la comunicación y el aprendizaje se ponen en práctica, creando momentos con un componente terapéutico de relación y colaboración para conectar con las soluciones del cuidado del medio ambiente, lo que permite una transformación de las personas y su entorno como parte de la apropiación del territorio (Diez et al, 2015).

Según Milton Santos (citado por Ruiz & Colmenares, 2020):

El individuo se transforma en la medida que transforma su espacio; la transformación del espacio hace que el individuo se transforme; conformar el espacio combinando las acciones de la comunidad, propicia la configuración de su identidad como colectivo; solidificando relaciones desde la convivencia; estableciendo normas, acuerdos, vínculos en procesos socio-espaciales dinámicos que tejen una red de interdependencia. (p.18)

Dicha interdependencia es lo que también se busca en el programa, ya que aporta a la reconstrucción del tejido social por medio de los encuentros de Huertas de Esperanza donde el compartir de saberes es uno de los principales componentes que permite la unión entre la comunidad, tratando los temas anteriormente mencionados y aporta a la mitigación de los impactos ambientales, lo que fortalece la conciencia del grupo.

Dentro del proyecto se evidencian algunos factores históricos que intervienen en la región y, por ende, han transformado la cultura, la educación y la economía, como también la importancia que tiene en su geografía. Para ejecutar este proyecto se partirá de una ecología sostenible, así como, las prácticas e implementación de habilidades y estrategias ecológicas en las Huertas desde o para la urbanidad, con el objetivo de sensibilizar y colectivizar estas prácticas en la sociedad, proceso de aprendizaje que beneficia y fortalece los vínculos familiares y comunitarios.

3. Capítulo 3 Objetivos

3.1 Objetivo General

Implementar una estrategia socioeducativa para las y los participantes del proyecto Huertas de Esperanza del municipio de San Carlos en razón del desarrollo de conocimientos y habilidades que aporten a la generación de prácticas de cuidado y apropiación territorial, desde la perspectiva de la soberanía alimentaria a través de la conformación de huertas urbanas, entre los meses de mayo 2023 y marzo de 2024.

3.2 Objetivos específicos

- Diseñar una estrategia de formación socioeducativa para el desarrollo e implementación de prácticas agroecológicas y de horticultura para promover el cuidado de sí mismos, del otro y del territorio.
- Generar espacios de encuentro formativos desde el intercambio de saberes en relación a las prácticas de siembra y de soberanía alimentaria como estrategias para el cuidado de sí, desde la apropiación territorial y la relación de las personas con sus entornos sociales, familiares y comunitarios.
- Desarrollar habilidades técnicas para la siembra desde la perspectiva de la soberanía alimentaria agroecológica que permitan la construcción de huertas urbanas por cada una de las familias participantes del proyecto.

4. Capítulo 4 Referente teórico y conceptual

4.1 Referente Teórico

4.1.1 Histórico-hermenéutico

Este proyecto se situó en el paradigma histórico-hermenéutico, puesto que se buscó establecer una relación entre los sujetos y su contexto a través de la experiencia, pues como Cifuentes (2011) afirma, este “busca comprender el quehacer, indagar situaciones, contextos, particularidades, simbologías, imaginarios, significaciones, percepciones, narrativas, cosmovisiones, sentidos, estéticas, motivaciones, interioridades e intenciones que se configuran en la vida cotidiana” (p. 30). De allí, se realizó a lo largo de este trabajo una descripción de las personas, de su entorno, el reconocimiento del territorio, el espacio comunitario, la participación, los vínculos, las redes y la relación con los procesos socioeducativos que se generan a partir de las diversas actividades que se desarrollan en el Programa de Acompañamiento Psicosocial en Huertas de Esperanza, igualmente acompañado de los documentos consultados para construir los antecedentes de este trabajo y, finalmente, a través de las experiencias de los sujetos se logró reconocer el conocimiento de su realidad por medio de la interpretación.

La interpretación, como herramienta fundamental para comprender la interacción humana, juega un papel crucial en la reconstrucción del tejido social. Autores como Weber, Dilthey, Schutz & Husserl, citados por Rodríguez (2011), coinciden en que la realidad social es una construcción producto de la interacción entre los individuos y su entorno. Esta perspectiva, basada en la premisa de que las personas interpretan y dan significado a la realidad que les rodea a través de sus experiencias, creencias y valores, abre las posibilidades para el estudio de la sociedad y la búsqueda de soluciones a los problemas que la aquejan. Este mismo autor menciona que:

Según este paradigma, existen múltiples realidades construidas por los actores en su relación con la realidad social en la cual viven. Por eso, no existe una sola verdad, sino que surge como una configuración de los diversos significados que las personas le dan a las situaciones en las cuales se encuentran. La realidad social es así, una realidad construida con base en los marcos de referencia de los actores (p. 9).

En este proyecto, la interpretación se utilizó como herramienta para analizar las interacciones entre los diferentes actores sociales involucrados en la reconstrucción del tejido social. Se buscó comprender los significados que estos actores le otorgan a la realidad que les rodea, así como sus experiencias, creencias y valores, con el fin de identificar puntos de encuentro y desarrollar estrategias que permitan fortalecer la cohesión social. Comprender los significados que las personas otorgan a sus acciones, facilita entender sus motivaciones. Esto se logra al considerar sus experiencias personales, sus creencias, sus valores y el contexto en el que se desenvuelven, factores que influyen en su accionar, ofreciendo una visión amplia del grupo al cuál se está dirigiendo esta intervención.

4.1.2 Socio-crítico

Igualmente se empleó para el desarrollo de este proyecto el paradigma socio-crítico que busca comprender los procesos sociales por medio de las interpretaciones de los significados de la población. Este paradigma, según García & Alvarado (2008):

Se fundamenta en la crítica social con un marcado carácter autorreflexivo; considera que el conocimiento se construye siempre por intereses que parten de las necesidades de los grupos; pretende la autonomía racional y liberadora del ser humano; y se consigue mediante la capacitación de los sujetos para la participación y transformación social (p. 190).

Es a partir de este paradigma que se permite observar las dinámicas sociales, valorando la diversidad de experiencias y las estructuras presentes en la sociedad, resaltando injusticias entendiendo la conciencia social de las personas, ayudándoles a reconocer y cuestionar las formas y los sistemas que permean la sociedad que, en el caso de San Carlos, se parte de los encuentros de las huertas que van a lograr una reflexión de la liberación de las dependencias hacia los mercados, aportando a la economía familiar con la crítica que ellos y ellas mismas logren realizar del consumo en el cual están inmersos.

Las personas están sumergidas en un mundo de interacciones, dando cuenta de aquello que les rodea, dotándolo de un lenguaje y un significado, donde siempre está la retribución con ese “otro”, entendiendo que su existencia influye en la cotidianidad propia y que también brinda

herramientas eficaces a la hora de enfrentar situaciones y/o problemas que emergen en la construcción social del diario vivir. Es en este punto donde sus redes emergen como elemento central para que los individuos se propongan construir en conjunto, desde aquellos contextos donde su accionar da cuenta de una serie de intenciones que les permite afrontar esos escenarios que proponen para el fomento de la memoria, el tejido social, el cuidado de sí y del medio ambiente, la siembra limpia, la soberanía y seguridad alimentaria, considerando su ubicación en un territorio cuyo pasado se permea por el conflicto armado y las violencias derivadas de un complejo panorama sociopolítico en la estructura del Estado con sus contradicciones y abandono.

4.1.3 Construcciónismo social

Es así como el construcciónismo social es uno de los referentes teóricos que soportará este proyecto de intervención, debido a que es una forma de entender la importancia de los individuos y el colectivo sobre la generación de otras lógicas organizativas que posibilitan transformaciones al interior de las comunidades, sosteniendo que la realidad es construida a partir de las interacciones sociales. Es por esto que en primera instancia se destaca la articulación entre los individuos y su papel en la visión de sociedad, permitiendo conocer los significados-significantes construidos desde lo colectivo, que impactan los espacios socioculturales del territorio sancarlitano en los que habitan las diversas personas involucradas. En este caso en el proceso socioeducativo ejecutado en el Programa de Acompañamiento Psicosocial en Huertas de Esperanza donde las redes derivadas de esas intenciones concretas favorecen la respuesta de aquellos desafíos comunitarios inherentes a su cotidianidad.

De igual manera, fue fundamental dentro del proyecto reconocer la importancia del lenguaje en la construcción de escenarios de participación social, donde no solo el compartir de saberes posibilita el relacionamiento de los sujetos, sino cómo emergen los cuidados y los vínculos comunitarios entre ellos, que se resignifican a partir de la interacción social la cual muestra una tendencia constante de su efectividad y conservación en el tiempo por su relevancia. Así que tomando en cuenta lo anterior y en dirección de brindar una definición sobre el presente referente, se toma lo planteado por Villamil (2008):

El construccionismo social reconoce que la comunicación deviene del proceso social primario, es decir, que vivimos inmersos en actividades o acciones sociales, en las que el lenguaje es parte de ellas, de tal forma que impregna la totalidad de la actividad social. Es el lenguaje el que posibilita la construcción de acciones conjuntas entre quienes comparten contextos específicos, y estas acciones tienen significados para quienes intervienen en ellas y las comprenden (p. 71).

Por su parte, Berger & Luckmann (1996) mencionan que la realidad es una construcción social argumentando que es el resultado de los procesos sociales que se llevan a cabo por medio de la interacción entre las personas. Es por esto que los encuentros en Huertas de Esperanza se transforman en espacios propicios para la socialización entre los participantes del proceso, ya que da cabida a la interacción y a su vez a la co-construcción de interpretaciones y significados, lo que influye en cómo las personas entienden y se relacionan con los demás, en este caso, en torno a la siembra y la naturaleza. Por tanto, el construccionismo social también incorpora principios del interaccionismo simbólico para comprender estos significados compartidos y analizar cómo el lenguaje moldea las relaciones sociales y la forma en que las personas dan sentido al mundo a partir de sus palabras y experiencias.

4.2 Referente Conceptual

La intervención realizada en *Huertas de Esperanza: Sembrar con amor para cosechar esperanza*, dentro del Programa de Acompañamiento Psicosocial del Municipio de San Carlos, Antioquia, estuvo fundamentada en unos términos clave basados en procesos particulares de quienes participaron y su entorno más cercano, aspectos como el cuidado, práctica y aprendizaje en temas agroecológicos, manejo de recursos de manera amigable y ecológica con el entorno, además de la experiencia teórico-práctica en horticultura, sumados a un grupo de habilidades específicas en prácticas saludables dentro de las familias y comunidad que hacen parte de este proyecto.

De esa manera, a lo largo del trabajo se argumenta desde el trabajo social, la historia, la sociología y la antropología algunas experiencias, tradiciones orales, conocimientos pasados de generación en generación, de familia a familia que permiten en primer lugar reconocer, resaltar y

promover los productos que mejor resultados darían en su proceso de creación de la huerta y que menos inconvenientes puedan presentar en su cuidado, además de incluir a estos ítems el tema económico y la accesibilidad a ellos, pues entre los factores que se buscan como beneficio para los participantes está incluido el ahorro económico, pues la huerta puede proveer muchos alimentos básicos.

Esto se logra gracias al desarrollo de los diferentes encuentros con las personas de Huertas de Esperanza, en los cuales se trabajó de forma conjunta entre las partes, es decir, se logra realizar un tejido en cada encuentro gracias a la interpretación, reinterpretación y contextualización de los temas a trabajar desde los diferentes conocimientos, saberes tanto tradicionales como renovados, todo ello con el fin de perdurar en el tiempo y poseer unos resultados que les permitan eventualmente unas mejores relaciones con su familia y la comunidad por medio de la construcción de la huerta. Así mismo, tendrán la certeza de entender y cuidar de forma ecológica y amigable el entorno para continuar aportando en el cuidado del mismo y obtener los mejores y más saludables beneficios de este.

Así pues, gracias a estos espacios y encuentros formativos se logran desarrollar de forma teórica y práctica algunos de los saberes enseñados y aprendidos por cada persona y esto mismo termina por constituirse en una de las mejores estrategias de formación socioeducativa para transformar en conjunto la realidad social que viven, como también permitir dentro del espacio el trabajo en equipo, interacciones con personas del mismo municipio, espacios de reconocimientos de habilidades y saberes, empoderamiento y apropiación territorial, además de ambientes sanos para mejorar el relacionamiento del grupo y la familia.

4.2.1 Soberanía alimentaria

El concepto de la soberanía alimentaria fue desarrollado por el movimiento Vía Campesina y abordado en los debates de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación en 1996, donde se planteó una alternativa a las políticas neoliberales donde se reconoce que “la soberanía alimentaria es el derecho de las poblaciones, las comunidades y los países a definir sus propias políticas agrarias, de empleo, pesqueras, alimentarias y de tierras, que sean ecológica, social, económica y culturalmente apropiadas para sus circunstancias concretas” (2002, p, 52).

Esto le otorga el derecho a las poblaciones para controlar sus propios sistemas alimentarios, debido a las preocupaciones que ha traído el proceso de la globalización con la explotación de los recursos naturales y la acumulación de poder por parte de pocas empresas a nivel mundial y nacional. Dicha soberanía implica dar importancia a la producción de alimentos por parte de campesinos y agricultores de pequeña escala, para enfocarse en atender las demandas de los mercados nacionales y regionales, mediante el uso de métodos de cultivo como la agroecología y prácticas sostenibles. Busca que los campesinos tengan acceso a la tierra, que empleen prácticas amigables con el medio ambiente, preservando conocimientos tradicionales que se han compartido de generación en generación, acompañado de la justicia social y económica para los locales.

Dicho esto, se refleja la importancia de abordar la soberanía alimentaria con los participantes del proceso de huertas dentro de programa psicosocial, como una apuesta para que empleen las prácticas de siembra limpia y consciente con el medio ambiente y con su propia alimentación, fomentando el intercambio de saberes entre los participantes, la comunidad en general y las generaciones que han habitado y que habitarán el territorio.

4.2.2 Agroecología

La agroecología surge como una alternativa a los enfoques agrícolas convencionales e industriales al aplicar principios tanto ecológicos como sociales a la producción de alimentos, buscando fomentar sistemas alimentarios que sean sostenibles y justos. Su origen fue en la década de 1980 como respuesta a las consecuencias negativas en términos ecológicos de la Revolución Verde. Debido a que esta misma promovió prácticas de producción agrícola intensivas y métodos industriales con la idea de aumentar la producción de alimentos y reducir la pobreza global. Sevilla (2006) define la agroecología como la gestión sostenible de los recursos naturales a través de acciones sociales colectivas que ofrece soluciones a la crisis contemporánea de la modernidad. Estas soluciones se basan en la promoción de un desarrollo participativo en los campos de la producción y la distribución de los alimentos, con la intención de establecer métodos de producción y consumo que aborden los desafíos ambientales y sociales, buscando restaurar el equilibrio entre las sociedades y la ecología.

Este proyecto de intervención abordará las prácticas agroecológicas como un conjunto de acciones y conocimientos que fomentan la sostenibilidad de los sistemas agroalimentarios a través

de la aplicación de prácticas ecológicas y sociales en la agricultura. Estas prácticas promueven la conservación de la biodiversidad en los territorios, la reflexión sobre las acciones empleando la conciencia social y el reconocimiento de los conocimientos tradicionales, fortaleciendo las economías locales y la preservación de la identidad campesina y cultural.

4.2.3 Horticultura

Camacho (2016) define la horticultura partiendo desde la agricultura en espacios urbanos, en especial en la producción de hortalizas, plantas medicinales y aromáticas, principalmente en espacios pequeños como lo son los huertos urbanos que tienen “el propósito de suplir necesidades de abastecimiento alimentario” (p.21), de este modo esta se basa en la interacción de los ecosistemas urbanos, se caracteriza por emplear técnicas de cultivo apropiadas como la cantidad de luz, agua, nutrientes y otros factores que posibiliten la práctica, permitiendo gran diversidad a la hora de cultivar en huertos y proporcionar a la población una variedad de alimentos sin necesidad de producción masiva.

La horticultura también hace parte de un componente importante para este proyecto, ya que esta “se define como el arte de cultivar plantas y está asociada con la interacción de las personas con la naturaleza” (Herrera, 2017). Es así como las huertas urbanas se convierten en lugares donde las personas y las familias pueden crear una conexión intrínseca con la naturaleza y aportar al mismo tiempo al bienestar corporal, emocional y social. Además, aporta a que las personas puedan tener un ahorro en su economía, lo que otorga independencia de las grandes industrias al consumir alimentos que ellos mismos cultivan, de manera que se apuesta por la reducción de la pobreza y la desnutrición, dado que su nutrición estará reflejada por los alimentos que siembren. Es por todo esto que la horticultura es abordada constantemente en los encuentros del proyecto de Huertas de Esperanza puesto que transversaliza los temas mencionados y aporta durante el proceso a permitir conexión y entendimiento con las plantas que se cultivan en las huertas urbanas, sumado a la interacción cercana y significativa de las familias en ese proceso de sembrar, cuidar y cosechar con las plantas.

Por su parte, Andrade (2021) menciona diversos beneficios que otorga la hortiterapia en el adulto mayor, partiendo de los físicos como la reducción del ritmo cardíaco, reducción de la presión sanguínea y liberación de endorfinas, aportando también a la salud mental, a nivel cognitivo

estimula la memoria de los adultos y permite que surja la creatividad y la concentración, a nivel social permite la interacción con los otros, trabajo en equipo y colaborativo, a nivel psicológico mejora el estado de ánimo, reduce el estrés y aporta a mejorar la paciencia, entre muchos otros beneficios que permite el trabajo con las plantas y su cuidado.

4.2.4 Huertas Urbanas

Las huertas urbanas en un contexto rural como lo es en el municipio de San Carlos puede sonar contradictorio, puesto que las huertas urbanas tradicionalmente se asocian con contextos urbanos o ciudades ya conformadas, donde el espacio para la agricultura es limitado y suelen adaptarse las huertas caseras debido a esa misma limitación. Sin embargo, en contextos rurales donde se puede encontrar extensiones de tierra, cultivos alimenticios a gran escala o la ganadería, que son dinámicas económicas que se enfocan en la venta de alimentos, se pueden encontrar no solo en las centralidades rurales que la huerta casera ofrece nuevas oportunidades para ayudar significativamente a la seguridad alimentaria local, al permitir la producción autónoma de alimentos provenientes de diversas plantas, en la propia casa o en un entorno cerca de ella, como patios, balcones, jardines o cualquier espacio que pueda cumplir con un mínimo de condiciones para que las plantas puedan producir frutos.

Entendiendo lo anterior es importante conocer cómo se fue implementando esta práctica, y para ello Landon (2005) menciona que “desde tiempos inmemoriales las personas cultivan huertas en sus viviendas o vecindades”, convirtiéndose en una actividad “donde los miembros de las familias se vuelven capaces de reconocer las plantas, y comienzan a cuidarlas y a protegerlas”, de manera que, “una huerta familiar representa un elemento ventajoso para la salud y la subsistencia en los hogares urbanos, donde se pueden obtener todo tipo de plantas, que incluso aporta a la medicina natural”. En esta medida, las huertas urbanas representan un elemento básico de subsistencia y unión social.

Pérez (2012) define la huerta urbana como “un sistema de producción de alimentos, que se realiza en espacios urbanos dentro de la ciudad o en los alrededores (agricultura urbana y periurbana), en zonas blandas (como antejardines, lotes) o en zonas duras (terrazas, patios)”, con el fin de explotar el potencial local como “la fuerza de trabajo, el área disponible, el agua lluvia, los residuos sólidos, articulando conocimientos técnicos y saberes tradicionales”, lo que busca

fomentar la sostenibilidad ambiental y producir alimentos limpios y listos para el autoconsumo y la comercialización, lo que a su vez fortalece el tejido social.

De modo que, las huertas urbanas son pequeños espacios donde se cultiva en pequeña escala los alimentos básicos que luego serán cosechados para brindar la nutrición necesaria a las familias. Durante este proceso se aporta a la mitigación de los impactos ambientales que por el contrario las grandes empresas dejan en los territorios, permitiendo también que las familias creen en el proceso el compostaje de las cáscaras de frutas, verduras y hojarasca los abonos necesarios para nutrir las plantas que se están cuidando.

4.2.5 Territorio

El espacio se materializa en el territorio a partir de las formas en las que éste se nombra y se vive. Según Santos (2000) y Segato (2006), el territorio no es un espacio geográfico nada más, sino que es construido socialmente por los sujetos que lo habitan. Estos sujetos, a través de sus acciones, le otorgan significado y sentido al territorio, haciéndolo suyo. Por esto es importante comprender el territorio partiendo del punto en que genera vínculos al usarlo, distribuirlo, defenderlo e identificarlo, convirtiéndolo en un espacio vivido y socializado.

Ahora bien, el territorio requiere de sujetos que lo constituyan como tal, que se apropien y que materialicen la realidad social que se estructura y que la nutre, donde los sujetos que lo habitan lo van transformando a lo largo del tiempo, de acuerdo con sus necesidades y aspiraciones. Por lo anterior, dentro del proyecto de las huertas se buscó que los participantes del proyecto se apropiaran del territorio, que le siguieran dando los significados que les transmitieron los antepasados y las ideas que hoy se construyen sobre él, lo que permitió en algunas y algunos aceptar con más acogida las dinámicas que han cambiado en el municipio.

Segato (2006) señala que el momento en el que aparece el concepto de lugar es cuando los imaginarios espaciales recurren a la cultura y a los lenguajes, quiere decir que el lugar es un concepto más subjetivo y representa la experiencia vivida del espacio, la forma en la que los sujetos lo perciben y le dan significado, que se construye a través de la experiencia en su interacción con el territorio.

Escobar (2014) postula la necesidad de concebir el territorio no como una mera porción de tierra sobre una región, sino como un espacio que sustenta la vida y la supervivencia de la sociedad

que allí habita. En razón de esta premisa, destaca la importancia de su defensa, asegurando la preservación de las prácticas culturales, las interacciones humanas, los rituales arraigados, los modelos económicos y todos los aspectos simbólicos que requieren protección para aquellos que lo habitan.

Por su parte, Cassiani (2004), que aborda el territorio a partir de las comunidades étnicas, considera que el hecho del movimiento en los territorios habitados ha permitido que las costumbres transmitidas entre generaciones pueden lograr esa cohesión con la comunidad y así finalmente reconocer los territorios como:

El espacio de vida donde se desarrolla y transmite de generación en generación todas y cada una de las prácticas socioculturales mítico-religiosas, políticas, productivas y económicas. Desde esta perspectiva, el territorio está constituido por los ríos, esteros, costas, playas, montañas, fincas y veredas, así como por el conocimiento tradicional y las costumbres que tenemos para cuidar y utilizar cada sitio y para relacionarnos interna y externamente (p. 187).

Por lo mencionado anteriormente, se reconoce que el proceso de huertas en el territorio de San Carlos está permeado por una serie de significados para los habitantes, tanto para los que siempre han estado como los que se fueron y regresaron hace algunos años o que están volviendo a habitar con ciertas dinámicas distintas, pero que poco a poco se han ido acoplado a los cambios surgidos después del conflicto armado.

De igual manera, es importante aclarar que las huertas urbanas se desarrollan principalmente en entornos urbanos y que lo urbano dentro de lo rural, como menciona Pérez (2001) y sucede en el municipio de San Carlos, permite reconocer que la noción de que lo rural no se limita solamente a realizar actividades agropecuarias, como la agricultura y la ganadería, sino que también incorpora elementos urbanos como la accesibilidad a servicios básicos de energía y agua, el desarrollo de la diversificación económica en comercialización de productos que produce el municipio o la incorporación de otros elementos que no se pueden producir allí y que provienen de otros lugares, abarcando aspectos urbanos y de intercambios con otros municipios o ciudades dando lugar a reconocer una perspectiva diferente de ver la ruralidad o lo urbano dentro de lo rural.

4.2.6 Tejido social

El tejido social se refiere al entramado de interacciones sociales que se entablan entre las personas que conforman una comunidad. Estas interacciones permiten el afloramiento de la confianza, la colaboración y el respeto, constituyendo a un proceso que busca recuperar las relaciones sociales, las cuales pueden haberse debilitado o deteriorado debido a diversos factores, tales como la violencia, la pobreza o la desigualdad, que son elementos vistos en el contexto colombiano debido al conflicto armado interno. Según Coleman (1990) el tejido social “es el conjunto de relaciones sociales que se establecen entre los miembros de una comunidad. Estas relaciones se basan en la confianza, la cooperación y el respeto, y son fundamentales para el funcionamiento de la sociedad” (p. 307).

Es por esta razón que el tejido social es esencial para la sociedad gracias al apoyo que se dan entre las personas y las oportunidades de construir soluciones, del mismo modo hay que comprender que cuando las personas se sienten conectadas entre sí y comparten valores comunes, es más probable que trabajen juntas para resolver los problemas y construir juntas. Es por esto que la participación dentro de la reconstrucción del tejido social es de vital importancia ya que permite que las bases de esa reconstrucción se puedan dar, no solamente desde las comunidades sino desde las instituciones que tienen una capacidad para aportar a la transformación mediante los planes y proyectos que van encaminados desde la salud, la educación y desarrollo social, lo que permite una construcción de relaciones con el apoyo de profesionales que aporten desde sus competencias y herramientas a esa reconfiguración de la comunidad.

4.2.7 Socioeducativo

El concepto clave a exponer en este apartado es todo aquello relacionado a los diferentes espacios y encuentros de las prácticas con enfoques socioeducativos, a partir de la cual se usan diversas herramientas para priorizar y capacitar en diferentes temas mediante metodologías de transversalidad pedagógica, lo que posibilitó promocionar o patrimonializar variadas tradiciones orales e idiosincrasias propias del territorio, saberes colectivos previos sobre los temas de enfoque en el trabajo de las huertas o aquellas nuevas técnicas amigables con el medio ambiente. El desarrollo de las diferentes actividades y metodologías de producción favoreció a que cada

participante y familia experimentara los resultados del proceso, entendiera cómo logró obtenerlos y considerara cuáles otros objetivos podrían plantear a futuro con base al proyecto, en constante evolución, de la misma forma en que identificó los diferentes pasos que se desarrollan en estos espacios.

Este concepto une de forma pragmática la educación y la sociedad. Por un lado, de acuerdo con (Padilla et al, 2016), se concibe la educación como un medio esencial para combatir las desigualdades de la sociedad, siendo un enfoque que condujo al inicio de la investigación social educativa, motivada por la urgencia de la integración social en Estados Unidos y la reconstrucción económica en Europa, en el cual se destacaron teorías como la del capital humano, la estructural-funcionalista y la del empirismo metodológico.

Los anteriores autores mencionan que la teoría estructural-funcionalista sostiene que la sociedad es un sistema complejo de partes interdependientes que funcionan para mantener el orden social, además de explicar la educación social como un proceso de transmisión de los valores y normas de la sociedad, la educación es una institución social que transmite los valores y las normas de la sociedad a las generaciones futuras, lo que ayuda a mantener el orden social al preparar a los individuos para desempeñar sus roles en la sociedad.

Por otro lado, desde la teoría del capital humano, se sostiene que la educación es una inversión que genera beneficios económicos para los individuos y la sociedad, pues se les proporciona conocimientos, habilidades y destrezas necesarias para generar ingresos o crecimiento económico. Este fin se evidencia en el proyecto de huertas de esperanza, aplicando prácticas de soberanía alimentaria en la comunidad que hace parte del proyecto.

Igualmente, la teoría del empirismo metodológico, como perspectiva epistemológica sostiene que la experiencia es la fuente de todo conocimiento y este explica la educación social como un fenómeno que debe ser estudiado a partir de la observación y la experimentación, indica que la educación es un proceso complejo que involucra a individuos, instituciones y contextos sociales, que puede ser mejor comprendido a partir de un enfoque empírico. Tal y como se realizó en los encuentros comunitarios con el diálogo y el compartir de saberes para proporcionar a otros, por medio de la propia práctica y técnicas, mejores formas de cuidar de sus plantas.

Por su parte, Guzmán (2011) identifica la importancia de esta relación y su correcta y armónica función en los diferentes procesos de enseñanza, afirma que:

El fin de una educación centrada en lo social, es el perfeccionamiento de la persona en sus relaciones humanas, por lo que se ocupa en la teoría y en la práctica de que se realice ese perfeccionamiento social y personal, con el que el ser humano pueda contribuir al enriquecimiento mutuo, siendo siempre él mismo (p. 8).

De esta manera, la educación social es un proceso que ayuda a las personas a desarrollar sus valores sociales, lo que les permite participar de forma más plena en la sociedad, con los principios y creencias que guían el comportamiento de las personas en la misma. Todo esto en la práctica de estar en diferentes contextos sociales, como lo fueron los encuentros de huertas de esperanza aplicando valores sociales y reforzando habilidades para actuar en estos espacios, lo que contribuyó a mejorar sus relaciones con el resto de los participantes.

Guzmán (2011) también expone de forma concreta que:

Hemos resaltado cómo la educación estabiliza a la sociedad, y las diversas formas en que la sociedad depende de la educación como instrumento para conseguir dicha estabilidad. De esta manera, a la educación le asiste tanto un rol innovador como social. Innovador, por cuanto se abre a la transformación, y social, porque ejerce una función conservadora de cultura, tratando de adaptar a los sujetos al medio (p. 9).

Así que la formación del individuo se ve moldeada por la influencia de la cultura y el entorno. Esto quiere decir que la tarea educativa consiste en desarrollar personas capaces de reflexionar críticamente sobre su participación en la sociedad, y los educadores tienen la responsabilidad de compartir conocimientos y valores, fomentando un concepto de calidad de vida y contribuir activamente a mejorar la realidad socioeducativa.

4.2.8 Intercambio de saberes

Para iniciar y contextualizar este elemento es justo basarse en lo descrito por (Ramírez 2009, p.23, como se citó en Moreno et al 2020), para entender mucho más a profundidad el concepto y sus características principales en este trabajo.

Las prácticas culturales de tradición oral se constituyen como acciones solidarias que favorecen la relación entre personas de diferentes edades para generar sentimientos de reconocimiento y aprecio frente a sus antepasados. De la misma manera, fortalecen el arraigo comunitario y, por ende, la identidad y pertenencia cultural, razón por la cual se hace necesario inculcarlo desde la infancia. (p.8)

El intercambio de saberes entre las diferentes culturas en Colombia ha permitido “rescatar, conservar y promover” las tradiciones orales de las culturas, permitiendo que las personas de diferentes lugares se conozcan y compartan sus conocimientos y experiencias, llevando a una mayor comprensión y valoración de las diferentes culturas. Es por esto que la tradición oral es una forma de transmisión de conocimiento que ha sido practicada durante siglos, ayudando a mantener viva esta tradición y a transmitirla a las generaciones futuras, siendo una herramienta importante para el fortalecimiento cultural y el desarrollo de las regiones.

El intercambio de saberes a través de acciones solidarias ha permitido que las personas de diferentes culturas se conozcan y compartan sus conocimientos y experiencias. Esto ha llevado a una mayor comprensión y valoración de las diferentes culturas, así como al fortalecimiento de los procesos de asociatividad y el afianzamiento de las tradiciones orales, preservándolas como formas de transmisión de conocimiento que han sido practicadas durante siglos. También ayudando a los momentos de participación, como en los encuentros de huertas con acciones solidarias aprendiendo a trabajar en equipo y a cooperar entre sí.

4.2.9 Cuidado de sí

Se profundizó en la noción de cuidado de sí mismo o del yo desde la perspectiva de Foucault. Hablar del “Cuidado del Yo”, es entender también una serie de aspectos y características que van desde la psicología a la posibilidad de realizar actividades culturales, temas en relación a la estética y cuidado propios, autoconfianza y compromiso para cumplir las metas establecidas en cualquier ámbito personal, y cómo el entendimiento correcto de este concepto llegó a potenciar dichos resultados en el proyecto de huertas. De esta forma Hernández & Toro (2017) exponen que “el cuidado de sí mismo requiere –como se ha advertido antes– de la aplicación de ciertas técnicas

o tecnologías que le ayudan al sujeto en la construcción de su propia subjetividad a partir del cuidado de sí”.

Continuando con Hernández & Toro (2017), en el contexto del cuidado de sí, Foucault se centra en las tecnologías del yo. Estas tecnologías son prácticas que los individuos realizan de forma consciente para transformar su propia subjetividad así que se mencionan los que más son necesarios para el proyecto. Por un lado, está el retiro como una técnica fundamental que implica apartarse hacia el interior de uno mismo y para facilitar la escucha de los propios pensamientos para permitir la reflexión al conectar consigo mismo. También está la meditación o Melete, el cual se lleva a cabo “como forma de anticipación al pensamiento, es ponerse el sujeto en la situación donde se pueda imaginar cómo reaccionaría, es un ejercicio imaginativo”, siendo la praemeditatio maloum, el ejercicio más famoso de meditación una “práctica utilizada por los estoicos, en la cual se imaginaban la visión más pesimista del futuro” (p. 7).

Igualmente, también mencionan que la escritura fue una técnica muy utilizada como una herramienta para el cuidado de sí, ya que permite a las personas conocerse mejor a sí mismas y tomar decisiones sobre cómo quieren vivir sus vidas. Del mismo modo, Hernández & Toro (2017) traen a la escucha y el silencio, como elementos que permiten mejorar ciertas habilidades en las personas, como lo son su comprensión de sí mismas y del entorno social que los rodea, puesto que, según (Foucault 2010, como se citó en Hernández & Toro (2017)

La escucha necesita del silencio, es una condición que permite estar atento, concentrar la mirada, separar y analizar el discurso del otro. La escucha se entrena, se aprende, estar en silencio no solo en presencia del otro, sino del propio yo, permite poner en orden los pensamientos, calmar el alma, encontrar paz y sosiego, saber leer lo que el cuerpo y la mente necesitan en la construcción de la fortaleza y el cultivo de la subjetividad (p. 8).

Por su parte, el diálogo también hace parte de una herramienta que se puede utilizar para el cuidado de sí, ya que permite a las personas reflexionar sobre sus pensamientos, sentimientos y acciones, y escuchar las perspectivas de los demás. Hernández & Toro (2017) establecen que:

El diálogo como fue utilizado por Sócrates es un técnica de sí, que permite en relación con un interlocutor un saber sobre sí, sobre las cosas del mundo y sobre los otros; en el diálogo

nos reconocemos, reconocemos al otro, un diálogo inteligente permite el des-ocultamiento de una verdad, es una forma de ir al encuentro con uno mismo, una posibilidad de escucharnos y escuchar eso que el otro tiene para decir sobre nuestros pensamientos, es una manera de expresar la postura moral y ética que está contenida en las acciones. Finalmente, es una construcción mediante el lenguaje de la subjetividad misma (p. 9).

El diálogo es una práctica que se puede utilizar de muchas maneras, para este proyecto tuvo su propio apartado al introducirlo en el referente conceptual del intercambio de saberes que aportó a reconocerlo de una manera más profunda. Sin embargo, es de notable importancia para el cuidado de sí permitirse la experiencia de reflexionar por medio de la conversación y el discurso lo que atraviesa emocionalmente tanto al alma como la mente.

En definitiva, en este proyecto se fomentó el “cuidado del Yo”, proponiendo herramientas necesarias sobre este elemento en las actividades y demás pasos del trabajo, con el objetivo de promover desde esta percepción y entendimiento del Yo, su importancia y los beneficios que tendría cada individuo, cada grupo o familia y el proceso en general.

Los autores consultados para exponer los conceptos clave del proyecto permiten identificar y exponer de forma clara y precisa las necesidades del trabajo, así como la importancia de cada concepto para los resultados y desarrollo del mismo. Además, proporcionan herramientas para motivar y enseñar a las personas involucradas, quienes podrán entender de manera más efectiva el proyecto de huertas. Esto contribuirá a un desarrollo armónico del proyecto y a un mejor entendimiento para poder aprender y adquirir nuevas habilidades, conocimientos y saberes.

5. Capítulo 5 Metodología

Se comprende la metodología como un proceso de conocimiento del campo de práctica, este implica acción y reflexión para el proceso de intervención y el cumplimiento de los objetivos planteados, el cual se configura como un proceso fundamentado en la investigación. Es así como la metodología, según Galeano (2012), es utilizada para guiar el proceso de investigación y así obtener y analizar datos con el fin de alcanzar unos objetivos mediante un cúmulo de métodos y técnicas que se emplean para obtener una información. Particularmente, Vélez (2009) menciona la metodología en trabajo social como un conjunto de enfoques, técnicas y procesos empleados en la intervención de trabajo social para abordar las necesidades sociales, emocionales y materiales de personas, familias, grupos y comunidades, que de igual manera emplea teorías y métodos de investigación y evaluación para guiar las intervenciones.

Es así como, en el marco de este proyecto de intervención, se buscó establecer un conjunto de herramientas que enriquecieron las estrategias utilizadas en la construcción de este, con el propósito principal de alcanzar los objetivos previamente establecidos relacionados a la contribución de la reconstrucción del tejido social mediante la implementación de huertas urbanas, en el municipio de San Carlos.

En este sentido, la metodología se construyó desde la perspectiva socioeducativa, como una estrategia que promueve acciones transformadoras, donde los actores principales de la transformación son los que están inmersos en la problemática, ya que son ellos quienes realizan una autorreflexión y buscan su cambio. Delgado et al (2013) definen la intervención socioeducativa como:

Un concepto que se ha introducido en el campo de las prácticas sociales y culturales y designa al conjunto de actividades a realizar, organizadas, con la coparticipación de todos los actores sociales involucrados y con la finalidad de actuar sobre un aspecto de la realidad para comprenderla y transformarla (p. 47).

Así mismo, Gómez & Alatorre (2014) plantean que para lograr los cambios significativos en la sociedad, es necesario que los actores sean quienes aporten a la construcción de alternativas a partir de sus propias necesidades, ideas de solución y recursos ante una problemática. Es

importante que estos procesos deban llevarse de manera autónoma y participativa, centrándose en el desarrollo de habilidades que permitan transformar las realidades, fomentando la unión entre los actores desde el ámbito local.

Por esto es que este proyecto de intervención aportó a una mayor participación de los actores involucrados, gracias a que se centró en el aprendizaje colaborativo y el compartir de saberes, favoreciendo por medio de la participación el desarrollo de habilidades sociales durante el proceso de la creación de la huerta urbana, que a su vez incentivó a la reflexión crítica del contexto en el que se encuentran. De este modo, las huertas fueron la estrategia para lograr los encuentros con el otro llevando a cabo reflexiones críticas y pensamientos conscientes acerca de cómo están con sus familias, cómo se cuida de ellos mismos y del otro, e incentivando preguntas reflexivas sobre cómo se está habitando y cuidando del municipio de San Carlos.

En esta línea, para alcanzar el objetivo de crear las huertas urbanas, se empleó la estrategia de la terapia ocupacional. Esta fue definida por la American Occupational Therapy Association (AOTA) en el año 1986, la terapia ocupacional es “el uso terapéutico de las actividades de cuidado, trabajo y juego para incrementar la independencia funcional, aumentar el desarrollo y prevenir la incapacidad”, esta puede adaptar actividades del entorno para lograr independencia e incrementar la calidad de vida (García & Rusell, 2000).

Al introducir esta estrategia en las actividades de la población que hacen parte del proyecto, y teniendo presente que en su mayoría se compone por adultos mayores, se aprovechó en medio de la cotidianidad otorgar un significado más profundo a sus acciones. Esto contribuyó al autocuidado, así como a la mejora de la salud física y mental, ya que los participantes se comprometieron con el cultivo y la recolección de alimentos en su propio huerto, dedicando tiempo y esfuerzo a esta tarea, lo que les brindó beneficios directos para su bienestar al consumir alimentos libres de agroquímicos como lo harían algunas de las empresas de la industria alimenticia.

Otro elemento importante es la educación popular que juega un papel fundamental en el fortalecimiento de los grupos comunitarios al emplear el compartir de saberes y experiencias entre los miembros de los grupos, debido a que cada persona tiene un conocimiento que se ha ido construyendo. Es en ese compartir que se logran enriquecer las comunidades con el aprendizaje y reflexión de acciones conjuntas por su participación y colaboración. Es así como Brito (2008) en su definición propone que la educación popular es:

Una propuesta educacional de apertura, de redefinición de los actores sociales y sus funciones, que rompa con las formas tradicionales de educación, con las estructuras y la institucionalidad establecida, así como también impone una nueva distribución del poder del pueblo y del acceso público y participativo a la educación. (p.32)

La educación popular y el compartir de saberes en las comunidades son dos conceptos estrechamente relacionados. La educación popular es una filosofía educativa que promueve el aprendizaje colectivo y la participación activa de todas y todos, al tiempo que reconoce y valora los conocimientos y experiencias de las personas, sin importar su origen o nivel de educación. El compartir de saberes, por su parte, es un acto que fortalece los lazos sociales, promueve el crecimiento colectivo y contribuye al desarrollo sostenible de una sociedad.

Tanto la educación popular como el compartir de saberes tienen el intercambio de conocimientos, habilidades y experiencias entre los miembros de una comunidad, comprenden que cada individuo lleva consigo unos conocimientos adquiridos, en este caso sobre los temas relacionados con la siembra que se han ido construyendo a lo largo de su vida, abarcando tradiciones culturales, técnicas y conocimientos que han recibido de otras generaciones. Cuando se comparten estos saberes, se establece una conexión profunda entre las personas y se vuelve un proceso que puede ocurrir en diversos contextos, en este caso los encuentros familiares y los encuentros comunitarios de Huertas de Esperanza, lo que favoreció la reciprocidad de la palabra, enriqueciendo a los otros y las otras.

Con base en lo anterior, en este proyecto de Huertas de Esperanza, se implementó una metodología de intervención que integró diversas estrategias y enfoques mencionados anteriormente, para promover la reconstrucción del tejido familiar y comunitario, fundamentándose en cada encuentro con la combinación de las estrategias socioeducativas, la terapia ocupacional, la educación popular y el compartir de saberes, con el objetivo de fortalecer las capacidades individuales y colectivas de los participantes.

Para facilitar este proceso, el grupo general conformado por todos los inscritos se dividió en dos subgrupos, y se diseñaron cuatro módulos temáticos con 17 encuentros en total, para llevar a cabo los objetivos que están transversalizados en todo este proyecto. El primer módulo se centró en la nivelación sobre la creación y cuidados de la huerta, el segundo abordó el autocuidado y el aprovechamiento de los frutos de las huertas, el tercero consistió en la evaluación final y el cierre

del proceso del año 2023, mientras que el cuarto y último módulo se enfocó en el empalme con la continuidad del proceso para el año 2024.

Con la intención de dar claridad en la siguiente matriz, se informa que en el proyecto de Huertas de Esperanza 2023, se inscribieron 57 personas que habían participado en años anteriores y 48 personas nuevas en el proyecto. Debido a esto, ambos subgrupos se mezclaron entre nuevos y antiguos participantes con la intención de fomentar el intercambio de conocimientos en torno a la siembra, como también crear y fortalecer los lazos comunitarios a través de las actividades socioeducativas propuestas en cada encuentro o taller. Por esta razón, entre los meses de mayo, junio, julio y agosto se realizaron nivelaciones de los temas esenciales para crear una huerta, luego se continuó con el aprovechamiento de los frutos de las huertas entre los meses de septiembre y noviembre, en diciembre se da un cierre y evaluación del proceso, para finalmente en el mes de febrero realizarse el empalme con la nueva practicante y se inicia el proyecto para el año 2024.

Tabla 1

Matriz plan operativo

Matriz plan operativo					
Primer módulo: Nivelación de la creación de una huerta					
Tema del encuentro	Grupos	Cantidad de participantes	Fecha	Lugar	Tiempo
Construcción colectiva en torno a la creación de una huerta y conocimiento del programa de Huertas de Esperanza.	Grupo 1	29	13 de mayo 2023	Centro de Acercamiento para la Reconciliación y la Reparación	9:00am – 11:15am
	Grupo 2	37	27 de mayo 2023		9:00am – 11:15am
Cuidados para transmitir a las plantas	Grupo 1	18	10 de junio 2023	Vivero municipal	9:00am – 12:00pm
	Grupo 2	16			2:00pm – 5:00pm
Cuidados y técnicas de siembra	Grupo 1	27	08 de julio 2023	Centro de Acercamiento para la Reconciliación y la Reparación	9:00am – 11:00am
	Grupo 2	24	15 de julio 2023		
Retroalimentación y control de plagas	Grupo 1	30		Centro de Acercamiento	2:00am - 4:40pm

	Grupo 2	16	26 de agosto 2023	para la Reconciliación y la Reparación	9:00am – 11:40am
Segundo módulo: Cuidado de sí y aprovechamiento de la huerta					
Consumo consciente y medicina ancestral	Grupo 1	24	09 de septiembre 2023	Centro de Acercamiento para la Reconciliación y la Reparación	9:00am – 11:00am
	Grupo 2	26			2:00pm – 5:00pm
Entrega de plántulas	Grupo 1 y 2	55	23 de septiembre 2023	Vivero municipal	10:00am – 2:00pm
Taller de aprovechamiento de frutos, con la elaboración de conservas caseras y reflexiones entorno al desperdicio de alimentos	Grupo 1 y 2	36	21 de octubre 2023	Restaurante escolar del colegio Joaquín Cardenas	2:00pm – 5:30pm
Cuidados de sí mismos y del otro.	Grupo 1 y 2	17	24 de octubre 2023	Biblioteca casa de la cultura de San Carlos	4:00pm - 5:30pm
Taller de cocina, aprovechamiento de los alimentos de la huerta familiar	Grupo 1	19	11 de noviembre 2023	Restaurante escolar del colegio Joaquín Cárdenas	9:00am – 11:30pm
	Grupo 2	18			2:00pm – 5:10pm
Tercer módulo: Evaluación y cierre					
Cierre y evaluación del proyecto huertas de esperanza 2023	Grupo 1 y 2	27	09 de diciembre 2023	Centro vida	9:00am – 12:00pm
Cuarto módulo: Empalme e iniciación 2024					
Encuentro 2024	Grupo 1 y 2		24 de Febrero 2024	Centro vida	9:00am - 12:00pm

Para la comprensión de esta metodología se abordará más detalladamente en el siguiente capítulo de implementación del proyecto.

6. Capítulo 6 Implementación de la propuesta

El corazón de esta propuesta reside en el espíritu de conexión y transformación que nace de encuentros significativos con la comunidad, donde la siembra se convierte en la base para la creación de huertas urbanas y el fortalecimiento del elemento social, entendiendo que las huertas no son simplemente espacios de tierra cultivada; son, en cambio, semillas de cambio arraigadas a la tierra de San Carlos. Que a partir de la colaboración y el entendimiento mutuo de quienes participaron de este proyecto, no sólo se aspiró a cultivar alimentos sino también a sembrar la semilla de la construcción de lazos comunitarios, el cuidado de sí, el fortalecimiento de vínculos familiares y la apertura de espacios para el intercambio de saberes.

Las huertas como catalizadores de diálogos de saberes, donde las experiencias individuales convergen en un tejido colectivo que enriquece a cada miembro de la comunidad de huertas. Así, más allá de la siembra y la cosecha, se buscó fomentar la apropiación territorial, inspirando un sentido de pertenencia compartido entre los participantes y la practicante, que florecen en las plantas que cuidan en cada uno de sus hogares. Este proyecto no solo se trató de cultivar alimentos, sino de cultivar una comunidad más fuerte, unida, resiliente y cuidadora de sí misma.

El proceso de planeación de este proyecto se realizó entre los meses de marzo y abril de 2023, durante este periodo se logró realizar el empalme entre las practicantes y diseñar el plan de trabajo del proyecto de intervención para ese mismo año, realizando algunas modificaciones para una mejor planeación y garantizar la viabilidad de su aplicación durante los encuentros mensuales establecidos. Asimismo, se propusieron tener las bases de la fundamentación teórica tanto para crear espacios de diálogos de saberes y del cuidado de sí, como también la parte técnica que tuvo que asumirse para la creación de la huerta en los hogares, como una respuesta a los objetivos planteados para el proyecto.

Después de dedicar toda la energía y gestión necesarias, se inició la implementación en mayo de 2023. Una vez definida la ruta para el año, se lanzó una convocatoria para la comunidad sancarlitana a través de las redes sociales, con el apoyo de la cooperativa y la alcaldía municipal, que apoyaron con la difusión en los medios de comunicación, también se compartió la convocatoria por teléfono y vía WhatsApp, igualmente se empleó la base de datos de personas que habían participado previamente en el proyecto, invitando a las personas a inscribirse personalmente en la oficina del Programa de Acompañamiento Psicosocial.

Para la inscripción, se utilizó una plantilla física, que contenía unas preguntas orientadoras para permitir recolectar los datos personales de los futuros participantes tales como; ¿Con quienes vivían?, ¿dónde?, ubicación de donde iba a quedar la huerta, ¿qué motivaciones tienen para estar en el proyecto?, acompañado del consentimiento informado para el uso de sus datos, fotografías y videos, igualmente se anexó un compromiso para estar dentro del programa con la intención de comunicar la importancia de continuar todo el proyecto.

Las inscripciones tuvieron una buena acogida por el municipio, empleando el voz a voz con facilidad entre señoras y vecinas, se logró completar la inscripción de 105 personas en el mes de abril para comenzar el proceso. Allí se evidenció que un 88% del total de inscritos eran mujeres y el 12% eran hombres. Durante las inscripciones en muchas de las motivaciones indagadas en el proceso se evidencio que querían ser parte del grupo; primero para aprender, reforzar y enseñar a otros a cultivar sus propios alimentos saludables, segundo debido a que muchas de las mujeres habían perdido a sus esposos y ellos eran los que usualmente llevaban los alimentos al hogar, dando respuesta a las raíces de las dificultades económicas que presentaban y tercero querían participar de un grupo que tuviera relación con la naturaleza y su cuidado, como también espacios donde pudieran entretenerse saliendo de la rutina diaria del hogar.

Tabla 2

Porcentaje de participantes por género en la inscripción

Género	Cantidad de personas	Porcentaje de participantes
F	92	88%
M	13	12%
Total general	105	100%

Al presentarles la trayectoria del proyecto y describir los temas que se abordarán durante el año, se permitió enfatizar en los beneficios económicos, físicos y mentales de crear y tener una huerta urbana. También se dio a conocer que habilidades ya tenían introyectadas con la creación y cuidados de la huerta como también compartir con otras personas del municipio. Así que está información hace parte del diagnóstico realizado para comprender y promover pertenecer al programa de huertas.

Como también se puede notar en la Tabla 3 la participación de los diversos rangos de edades que van desde los 10 años a los 79 años, notándose que los adultos de 51 a 60 años son el grupo de edad con mayor participación en huertas urbanas, con un 28% del total y los adultos entre los 61 y los 70 años con un 24%. Este resultado sugiere que existe una concentración significativa de estos grupos de edades entre los participantes.

Dónde están atravesadas diversas explicaciones para dar luz a estos resultados. Por ejemplo, se puede notar que estos adultos asistieron y se comprometieron gracias a factores como la disponibilidad de tiempo, y estar más motivados para participar por tener un mayor interés en los temas abordados. También que fueron más conscientes de la importancia de compartir sus saberes a otras personas y más propensos a participar en actividades comunitarias.

Tabla 3

Rango de edades de los participantes de Huertas de Esperanza

Rango de edades de los participantes de Huertas de Esperanza		
Rango de edades	Cantidad de personas	Porcentaje de participantes
0 - 17	2	2%
18 - 30	12	11%
31 - 40	13	12%
41 - 50	15	14%
51 - 60	29	28%
61 - 70	25	24%
71 - 80	7	7%
No responde	2	2%
Total	105	100%

Además, se promovió el diálogo sobre temas que van desde el cuestionamiento frente a los alimentos hasta la cotidianidad en sus vidas, personales, familiares, comunitarias y sociales.

Como se evidencia en el cronograma en el anexo, la planificación y organización de los encuentros mensuales, se realizó de la siguiente manera:

- ❖ Se dividió en dos subgrupos, uno de 52 y otro de 53 personas, con su respectivo grupo de whatsapp y de difusión como herramienta de comunicación digital.

- ❖ Se realizaron dos encuentros socioeducativos de dos horas cada mes, en su mayoría llevados a cabo en el CARE.
- ❖ Un encuentro aparte para la entrega de plántulas en el vivero municipal.
- ❖ Un encuentro taller de cuidados en la biblioteca de la casa de la cultura en el municipio.
- ❖ El encuentro de cierre y empalme en el Centro Vida.

Tabla 4*Número de encuentros socioeducativos*

Encuentros Huertas de Esperanza	
Tipo de encuentro	N° de encuentros por grupo
Grupo 1	6
Grupo 2	6
Grupo 1 y 2 juntos	3
Entrega de plántulas	1
Taller de cuidados	1
Total encuentros para ambos grupos	17

Al inicio se propuso hacer los encuentros de dos horas por cada grupo en la mañana quiere decir que serían dos encuentros al mes en diferentes días, sin embargo por cambios en los cronogramas de viajes al municipio se continuo como lo estaban ejecutando en el año 2022, un grupo en la mañana y el otro en la tarde, con el objetivo de lograr la constancia en la participación de las personas, haciendo una aclaración sobre los meses de octubre y diciembre que se unificaron ambos grupos en un solo encuentro.

En el siguiente apartado se podrán evidenciar elementos fundamentales de los encuentros realizados con los participantes, donde se podrá notar como se promovió el diálogo sobre temas que van desde el cuestionamiento frente al consumo de los alimentos, hábitos saludables para ellos mismos y sus familias, como también debates y reflexiones comunitarias sobre cómo cuidar el territorio sancarlitano junto con actividades y ejercicios que fomentan el desarrollo de sus habilidades sociales y el fortalecimiento de los lazos comunitarios.

6.1 Primer módulo: Nivelación de la creación de una huerta

En el módulo de nivelación se lleva a cabo a partir del compartir de saberes en base a lo vivido y aprendido el año pasado, compartiendo con los nuevos participantes esa información y aplicándose la educación popular, el compartir de saberes y la terapia ocupacional para realizar los primeros encuentros de la creación de la huerta.

6.1.1 Primer encuentro socioeducativo: Construcción colectiva en torno a la creación de una huerta y conocimiento del programa de Huertas de Esperanza.

El primer encuentro del proyecto de Huertas de Esperanza se llevó a cabo de manera muy activa, lo cual reflejó la disposición de las y los participantes para expresar sus opiniones junto con su actitud receptiva hacia los demás. Durante las conversaciones, se creó un ambiente propicio para abordar todos los temas desde el intercambio de saberes, lo que permitió enriquecer el conocimiento de todos los presentes.

El encuentro se dividió en cinco momentos:

- ❖ **Bienvenida:** Se presentaron las personas participantes, las practicantes de trabajo social y la técnica agroambiental que acompañaría el proyecto. También se explicaron los objetivos del proyecto y cómo se llevaría a cabo en el año.
- ❖ **Actividad rompehielo:** Se realizó una actividad para conocer a los participantes y generar un ambiente de confianza.
- ❖ **Normas y acuerdos grupales:** Se establecieron las normas y acuerdos para la buena convivencia del grupo tanto en los talleres como en el grupo de WhatsApp.
- ❖ **Sondeo de preguntas de huertas:** Se realizaron preguntas a los participantes para conocer sus expectativas y motivaciones para participar en el proyecto.
- ❖ **Creación de las huertas:** Los participantes trabajaron en grupos para crear sus huertas, compartiendo sus conocimientos y experiencias.

Figura 1*Primer encuentro conociéndonos*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial del primer encuentro de Huertas de Esperanza año 2023

El encuentro se centró en la diversidad de conocimientos aportados por cada participante, quienes ofrecieron tanto conocimientos empíricos que tenían sobre las plantas como técnicos, esta combinación de saberes fue fundamental para el desarrollo fluido de las actividades y permitió que, de forma colaborativa, se enriquecieran y fortalecieran mutuamente de aprendizajes, en el cual se valoraron y aprovecharon al máximo los saberes de cada individuo, propiciando así un crecimiento conjunto. Resultó ser un momento significativo donde pudieron reconocer y valorar el proceso de las huertas. junto con los beneficios en varios aspectos para la salud.

Figura 2*Las velas de la esperanza*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial del primero encuentro año 2023.

La estrategia de separar en subgrupos el grupo de cada jornada resultó ser sumamente efectiva para fomentar la organización y la participación activa de todas las personas involucradas. Se evidenció una notable disposición por parte de cada uno de ellos, ya que por subgrupos debían crear una huerta con unas ilustraciones, las cuales daban varias opciones para construirla, allí se notó un elevado nivel de confianza y motivación para generar conversaciones e intercambiar posturas en relación a los cuidados de las plantas y todo su proceso de creación, resaltando que para tener un huerto saludable y orgánico no necesitaban tener un terreno grande, si no las condiciones mínimamente adecuadas y los cuidados constantes para que las plantas crecieran sanamente.

Los participantes resaltaron la importancia de planificar sus huertas y crear ambientes agradables para el crecimiento de las plantas. Manifestaron su entusiasmo por aplicar lo aprendido en casa. Apreciaron la metodología del encuentro que promovió la escucha, información personalizada y la disposición para resolver dudas. Se sintieron cómodos expresando sus pensamientos en el grupo y elogiaron la pertinencia de los temas. Estaban satisfechos con la información recibida y las reflexiones que aplicarían en sus vidas.

La retroalimentación de los participantes reflejó una satisfacción y compromiso con el proyecto. La importancia de la planificación de las huertas y la creación de ambientes propicios revelaba una conexión emocional con el cultivo de sus plantas. La metodología empleada, facilitó la participación y la apertura a expresarse frente al grupo. La elección de temas acertados y la satisfacción general con la información demuestran que el encuentro no solo cumplió expectativas, sino que generó reflexiones significativas aplicables a la vida cotidiana de los participantes. Destacando el impacto positivo del encuentro en la comunidad, fortaleciendo no solo los conocimientos prácticos sobre la horticultura, sino también el vínculo emocional y la participación activa de los involucrados.

Al finalizar el encuentro se intenciona el proyecto con una vela verde que significa fertilidad y salud, como también está asociada con la naturaleza se dieron unas palabras y se hizo lectura del cuento Un mar de fueguitos del autor Eduardo Galeano, para incentivar el proceso y comunicar la importancia de reconocer las diversidades de las formas de cultivar y los saberes ancestrales, entendiendo que hay muchas formas de cultivar y que a todos les crecen las plantas de muchas maneras diferentes.

Figura 3*Juntos aprendiendo*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el Care, primer encuentro 2023

6.1.2 Segundo encuentro socioeducativo: Cuidados para transmitir a las plantas

El objetivo de este encuentro comunitario fue propiciar un encuentro que fomentará el diálogo de los conocimientos previos del cuidado de las plantas, con el fin de fortalecer y nutrir adecuadamente las huertas, reconociendo la importancia del abono en las huertas urbanas, allí se dirigió este conocimiento hacia el cuidado tanto de las plantas como del cuerpo, fomentando así hábitos saludables y sostenibles entre los participantes, entrelazando los diálogos con el cuidado de sí con quienes participaron del encuentro fomentando el amor propio y el autocuidado.

El encuentro se dividió en cinco momentos:

- ❖ **Actividad Rompehielos:** Se realizó un ejercicio de reconocer momento significativos de la semana, para luego explicar que en el encuentro se hablará sobre el cuidado de las plantas y el compostaje.
- ❖ **Cuidados de las plantas:** El agrónomo brindó una explicación dinámica sobre el proceso de crecimiento de las plantas, involucrando también los nutrientes necesarios para promover un crecimiento saludable. Se hizo énfasis en la importancia de utilizar técnicas de cuidado natural para fortalecerlas.
- ❖ **Abono:** Se llevó a cabo una práctica con materiales reales para mostrar de manera concreta

cómo crear un buen compostaje casero y minimizar los olores en el hogar. Se hizo énfasis en la importancia de utilizar de manera correcta todos los recursos disponibles, aprovechando canecas reutilizadas y utilizando los restos de poda de mangas u hojas para preparar la hojarasca. Además, se resaltó la relevancia de incorporar los residuos orgánicos de la cocina en el proceso de compostaje casero. Y finalmente se agradeció la presencia del agrónomo y se incentivó a llevar sus propio menaje para minimizar el impacto ambiental en los encuentros.

El encuentro se realizó en el vivero municipal, indicando que el mismo es un lugar lleno de vida que permite realizar abonos, observar el crecimiento de plantas, biodiversidad en especies de flores y pájaros que transitan, debido a que brevemente se habló acerca de la problemática que tienen con los residuos en la entrada del vivero y ciertos hábitos que tiene la comunidad con respecto a las basuras. Luego se dio la bienvenida al agrónomo del Programa de Acompañamiento Psicosocial de Granada, quien compartió sus conocimientos sobre el cuidado de las plantas y el compostaje.

Para el encuentro se hizo actividad rompehielo, que fue una dinámica que permitió reconocer las alegrías en la simplicidad de la vida y cómo los pequeños detalles pueden proporcionar felicidad, mencionando el gusto por recibir llamadas de sus hijos y amigos, como también expresaron la alegría de pasar tiempo con sus familiares, aprovechando esos momentos tan valiosos resaltando la vida cotidiana que se ha acelerado por las mismas dinámicas del momento.

El agrónomo explicó detalladamente el crecimiento de las plantas, haciendo énfasis en que implementarán sus conocimientos y técnicas naturales en lugar de químicos, la información compartida por el agrónomo permitió profundizar y ampliar su comprensión ya que la metodología utilizada, que incluyó preguntas y respuestas, permitió un aprendizaje que pudo aclarar sus dudas, abordando aspectos básicos como el riego, exposición al sol, calidad del suelo y nutrientes. Se realizó una práctica de preparar un compostaje orientando que reutilizando canecas y recipientes de productos para las macetas y aprovechando restos de poda, hojarasca y residuos orgánicos de cocina, se puede obtener luego tierra rica en nutrientes para las plantas, explicando que con esta acción se minimiza la huella de carbono que cada uno emite al planeta, del mismo modo se incentivó el uso de vasos reutilizables para evitar el uso de los desechables y aumentar la conciencia ambiental.

Figura 4*Segundo encuentro cuidados para las plantas*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el vivero municipal.

Tuvo un impacto positivo, ya que les proporcionó los conocimientos y habilidades necesarios para cuidar sus huertas de manera sostenible. Además, los motivó a adoptar prácticas amigables con el medio ambiente.

Durante el taller se realizaron analogías en las reflexiones de cuidar las plantas como cuidarse a ellos mismos, que requieren de nutrientes al alimentarse saludablemente, de la convivencia con otros como lo hacen las plantas en los huertos, la importancia de beber agua para mantener hidratados sus cuerpos y más por la temperatura del municipio, salir a la naturaleza e implementar la horticultura como parte de la terapia ocupacional de lograr un objetivo con el huerto la cuál hace parte de su seguridad alimentaria.

Figura 5*Abonos caseros*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el vivero municipal, con la presencia del agrónomo de coogranada.2023

6.1.3 Tercer encuentro socioeducativo: Cuidados y técnicas de siembra

El objetivo de este taller era crear un ambiente educativo y participativo que promoviera el intercambio de información sobre técnicas de siembra y trasplante de plántulas, el espacio buscó fortalecer los conocimientos existentes sobre la prevención y mitigación del caracol africano en entornos cercanos a los huertos, mientras se fomentaba la reflexión en torno a las técnicas ancestrales de las fases de la luna, teniendo una relación con la siembra y el crecimiento de las plantas. Además, se brindó la oportunidad de reflexionar sobre las metas establecidas para la huerta, alentando la proyección y orientación de objetivos personales vinculados a la actividad de siembra limpia.

El encuentro se dividió en cuatro momentos:

- ❖ Registro y Actividad Rompehielos: Se dió la bienvenida al grupo y se realizó una actividad de asociación de palabras para explorar los significados de la huerta para los participantes.
- ❖ Tips de siembra y control del caracol africano: La Secretaría Agroambiental brindó información sobre técnicas de siembra, el caracol africano y la problemática de los residuos orgánicos en San Carlos.

- ❖ Práctica ancestral de las fases de la luna: Se conversó sobre las prácticas ancestrales relacionadas con las fases de la luna y su aporte en la siembra.
- ❖ Metas en la vida y la huerta interior: Se reflexionó sobre la importancia de plantearse metas en la vida y cuidar de la "huerta interior".

El encuentro inició con una actividad de asociación de palabras, enfocándose en la palabra "huerta", que generó reflexiones sobre sentimientos, responsabilidades, hogar y familia, proporcionando una visión más amplia del cultivo de alimentos en entornos familiares.

Luego él técnico de la secretaría agroambiental lideró la discusión sobre el progreso de las huertas, compartiendo consejos de siembra basados en experiencias personales y desmitificando creencias sobre algunas plantas y el control del caracol africano, donde las moderadoras aportaron a generar reflexiones sobre políticas públicas y la gestión de residuos orgánicos en el municipio.

A lo largo del taller se tejieron más vínculos entre los participantes ya que se instruían unos a otros fortaleciendo a la comunidad, donde la conexión con la naturaleza se destacó, fortaleciendo los vínculos comunitarios a medida que compartían conocimientos entre ellos. Se exploró las prácticas ancestrales relacionadas con las fases de la luna, generando un debate y reflexión en torno a la idea de que, a veces, no importa qué fase lunar sea, sino que, si una planta requiere agua, poda o atención, su aspecto indica claramente sus necesidades, demostrando que los participantes están abiertos a nuevas ideas y dispuestos a cuestionar sus creencias. Se compartieron conocimientos sobre plantas específicas para cada fase, donde el intercambio de saberes, destaca la importancia de estas prácticas para que las generaciones futuras sigan aplicando estos conocimientos y no se vuelvan dependientes de los agroquímicos para sus cultivos.

Se indicó que estas prácticas son una parte de la cultura y la identidad de la comunidad y han sido desarrolladas a lo largo de los años para adaptarse a las condiciones locales del municipio, estas permiten a las comunidades cultivar alimentos de manera sostenible y en armonía con la naturaleza, se fomenta en los grupos que se involucraran en el proceso de llenar los espacios en los carteles para que cada persona que tuviera aportes pudiera plasmarlos allí. Las prácticas ancestrales, como las fases lunares, fueron valoradas como saberes necesarios para el cultivo, evidenciando el arraigo territorial y la defensa de las tradiciones.

Figura 6

Tercer encuentro, plantar las semillas de nuestras metas de vida



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el CARE. Realizando actividad de saberes ancestrales.

La metodología utilizada propició un diálogo respetuoso, permitiendo la identificación de líderes en áreas específicas, tanto en el apoyo mutuo como en el proceso de construcción de la huerta. El reconocimiento de valores como la dedicación, la constancia y la paciencia contribuyó al desarrollo de la huerta a lo largo de varios encuentros, así como también la convivencia y el cuidado comunitario no solo se extendieron a las huertas, sino también a la atención de sus compañeros del grupo.

Finalmente, se escribieron unas metas en una plantilla diseñada con unas preguntas orientadoras posibilitando la proyección de objetivos a corto y largo plazo, indicando que era importante plantar las semillas de las metas en la vida para lograr cosechar una huerta interior con mejor bienestar, para esta actividad se reflexionó sobre las metas personales y de la huerta, resaltando la importancia del amor, dedicación y paciencia en el proceso, la conexión entre las metas de vida y el cuidado de sí con la actividad de la "huerta interior" ocasionó que en muchos participantes se encontrarán un punto de partida para comenzar a alcanzarlos.

Figura 7

Cuidar de nuestra huerta interior



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial de un participante escribiendo sus metas personales. 2023

6.1.4 Cuarto encuentro socioeducativo: Retroalimentación y control de plagas

El enfoque central de este taller fue facilitar una retroalimentación sobre los temas abordados en el proyecto de "Huertas de Esperanza" con un punto especial en el acompañamiento para el control de plagas. Este espacio busco proporcionar un entorno propicio para visitar los elementos esenciales relacionados con la creación y el cuidado de huertas urbanas. Pretendiendo explorar y discutir estrategias específicas para el control de plagas, buscando en su mayoría fomentar prácticas sostenibles que se centren en los nutrientes esenciales para el óptimo desarrollo de las plantas en la huerta, descartando el uso de los agroquímicos.

El encuentro se dividió en cinco momentos:

- ❖ Registro y Actividad Rompehielos: Se dió la bienvenida al grupo y se realizó una actividad de rompehielo centrada en el rap del positivismo.
- ❖ Objetivos con la huerta: Se les consultó a los participantes acerca de sus objetivos con la huerta. En sus respuestas, expresaron que la creación de la huerta representa un paso importante en sus vidas y en la de sus familias, ya que ellos mismos van a permitir cultivar y cuidar su propio alimento.

- ❖ **Intervención del agrónomo:** El agrónomo se centró en la retroalimentación de la construcción de la huerta para luego abordar el control de plagas, enfatizando la importancia de la prevención antes de la mitigación.
- ❖ **Reflexiones personales:** Los participantes se aproximaron a escribir en retazos de papel lo que esta pregunta les inspiraba: "¿Qué les está brindando este espacio a nivel personal?" En las respuestas que surgieron en estos escritos reflejaron un profundo sentido de gratitud. Y finalmente el cierre, donde se les consultó cómo les pareció el encuentro donde resaltaron los aprendizajes para ayudar a mejorar los nutrientes de las plantas y reconocer los nutrientes que requieren.

El encuentro inició con una dinámica de rompehielos centrada en el rap del positivismo. Durante esta actividad, se evidenció problemas recurrentes relacionados con la memoria donde se orientó a realizar actividades en el hogar para fortalecer la memoria, luego se extendió la invitación a autorizar visitas domiciliarias desde una perspectiva psicosocial, recibiendo la aceptación unánime de los participantes.

Reconocieron las pautas necesarias para alcanzar sus metas con la huerta, tales como dedicar tiempo, asistir a los encuentros de capacitación y aprendizaje, y compartir información con aquellos que poseen más conocimientos sobre plantas. Asimismo, son conscientes de los desafíos que enfrentan al construirla, como la elección del lugar adecuado para su huerta, la cantidad de tiempo que deben invertir y las condiciones climáticas.

Luego se abordó de manera corta el compartir de sus objetivos con la huerta, reconociendo su importancia en sus vidas y en las de sus familias, se logró identificar pautas esenciales para alcanzar estas metas, como dedicar tiempo y asistir a los encuentros formativos, conscientemente abordaron los desafíos, proponiendo soluciones prácticas, como el uso de polisombra para proteger las plantas de las condiciones climáticas adversas, y pedir ayuda a sus conocidos y compañeros en caso de requerir ante cualquier eventualidad.

El agrónomo se centró en el control de plagas, resaltando la prevención detallando tipos de fertilizantes, destacando la importancia de una nutrición adecuada para fortalecer las plantas. Se abordaron también temas de hongos, virus e insectos, explorando estrategias preventivas y resaltando el uso del cobre reciclado para proteger las plantas del caracol africano. En el mismo contexto, se discutió la problemática de ciertos insectos que afectan a determinadas plantas y se

exploraron formas para prevenir la propagación de larvas y otros insectos, destacando 16 elementos necesarios para su nutrición.

Figura 8

Cuarto encuentro, sobre prevención de plagas



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el Care, actividad prevención de plagas y fortalecimiento de plantas.

Como otra fase del taller, las y los participantes escribieron de forma anónima lo que el espacio les permitía a nivel personal realizando la primera evaluación del proceso, para luego introducirlo en un cofre evaluativo, en sus respectivas hojas expresaron el agradecimiento por el aprendizaje, la convivencia, y la mejora en sus hábitos alimenticios y con el trato hacía sus familiares. Las respuestas reflejaron una profunda gratitud por la oportunidad de socializar, aprender y contribuir a construir huertas comunitarias, reconociendo el valor de aprender y compartir conocimientos con otras personas del mismo municipio. Se destacó también la oportunidad de socializar y aprender de sus compañeros y compañeras, salir de la rutina del hogar, relajarse, y aprender sobre formas más amigables de cultivar sus propios alimentos, también escribieron que las metodologías y sitios de encuentro, junto con sus moderadores era muy buena permitiendo variedad en los encuentros como también la importancia de construir huertas con sus amigas o vecinos, mejorando la convivencia de la comunidad en general.

En el encuentro se evidenció en el grupo la importancia de abordar desafíos y proponer soluciones, fortaleciendo así la cohesión social de las y los participantes, junto con la atmósfera de confianza y el intercambio abierto de opiniones crearon un entorno propicio para el aprendizaje colaborativo.

Las reflexiones positivas expresadas durante la evaluación indican un reconocimiento colectivo de la utilidad de los conocimientos adquiridos en los encuentros anteriores, la capacidad de aprender tanto de los moderadores como de los compañeros refuerzan el valor de la comunidad como fuente de sabiduría compartida. La construcción progresiva de saberes para la vida con la siembra señaló la importancia de estos encuentros en el desarrollo personal y comunitario. Igualmente, la pedagogía del agrónomo y la dinámica participativa fortalecieron la efectividad de la metodología que se propuso.

Figura 9

Cuidados caseros



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el Care, cuidado de las plantas

6.2. Segundo módulo: Cuidado de sí y aprovechamiento de la huerta

Para este módulo se implementó el cuidado de sí que se vio reflejado en los encuentros llevados a cabo desde diferentes estrategias que partieron desde el cuidado de sí y el cuidado del otro, creando igualmente esa conexión con los alimentos al momento de aprovechar sus frutos y nutrir el cuerpo. El taller del mes de septiembre constó de dos momentos, uno formativo y otro para la entrega de plántulas.

6.2.1 Primer encuentro socioeducativo: Consumo consciente y medicina ancestral

Se exploró el concepto del consumo consciente acerca de los alimentos y los productos diarios que se emplean en la cotidianidad para luego vincularlo con la medicina ancestral transmitida por generaciones ya que de este modo se usan formas alternativas de calmar algunas dolencias a nivel corporal, como también la mezcla de elementos que están en el hogar para sustituir los envasados y productos por fuera de lo local, creando reflexiones de la importancia de acciones justas al consumir para cuidar a sus familias y el medio ambiente.

El encuentro estuvo dividido en cinco momentos:

- ❖ Bienvenida e introducción; Se dió información acerca de la entrega de plántulas y se habló sobre el tema tratar durante el día
- ❖ Actividad del "pimpómetro"; Actividad de una evaluación personal de lo que se consume.
- ❖ Reflexiones sobre hábitos saludables; Ejercicio grupal sobre el consumo consciente.
- ❖ Sopa de letras sobre plantas medicinales: Recolectado saberes entorno a ciertas plantas medicinales consideradas curativas por medio del compartir de saberes.

Se introdujo la dinámica del "pimpómetro" para evaluar hábitos conscientes. En esta actividad, cada participante disponía de cinco pimpones para emitir sus votos en respuesta a una preguntas sobre hábitos conscientes. Durante esta dinámica, se destacó que la mayoría del grupo tenía prácticas saludables, como mantener jornadas de sueño adecuadas y evitar el consumo de alimentos ricos en azúcar y grasas saturadas, se mencionó la importancia de realizar acciones desde el corazón y de manera justa para ellos mismos y para el medio ambiente, pero se evidencio en el tema de la lectura de las etiquetas nutricionales o fichas técnicas de los productos que consumimos que no están siendo tenidos en cuenta, enfatizando en la importancia de comprender que es

importante sus lecturas para el consumo y decidir si era lo que necesitaba su cuerpo, reconocer empaques con etiquetas veganas, no testeadas en animales, productos colombianos, tipos de empaquetado. Allí se les preguntó qué significaba para ellos la palabra "consciente" y para esta discusión, la actividad generó reflexiones sobre patrones de consumo, destacando la necesidad en adoptar hábitos saludables, donde fue fluyeron hasta llegar a críticas reflexivas de lo que se consume y no solo a nivel alimenticio, si no también evaluar y elegir el camino al consumo de los productos locales y orgánicos.

Figura 10

Quinto encuentro consumo consciente



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el Care, actividades del consumo consciente. año 2023.

Luego se formaron grupos para identificar recetas y saberes relacionados con los nombres de unas plantas que se encontraban ocultas en las sopas de letras, estimulando la concentración y revelando roles de liderazgo y habilidades como la escucha y el respeto emergentes en el grupo durante la actividad, mientras la realizaban conversaron sobre los beneficios de cada planta y cómo estas aportan al organismo de diversas formas, como para prevenir o controlar enfermedades o dolores. Al finalizar, los grupos compartieron sus saberes con el resto de los participantes. Es así cómo se fomentó el intercambio de conocimientos sobre propiedades, beneficios, usos de las plantas y recetas tradicionales, buscando permitir la colaboración y trabajo en equipo, estímulo a las habilidades cognitivas por la búsqueda de las palabras y divertirse al compartir con otros la experiencia.

Figura 12
Compartiendo saberes



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el Care, actividades del consumo consciente. año 2023.

La metodología empleada resultó ser efectiva, se observó un crecimiento en la participación y la confianza del grupo y continuo posibilitando el intercambio de conocimientos sobre diversas plantas que contribuyen al fortalecimiento del sistema inmunológico y al manejo de enfermedades a través de los nutrientes que ofrecen las mismas, promoviendo el cuidado por su salud y el bienestar de los participantes, así como destaca la importancia de considerar el impacto social y ambiental de las elecciones de consumo ayudando a contribuir a reducir el impacto ambiental de nuestras actividades cotidianas, señalando que este tipo de reflexiones son fundamentales para la construcción de una sociedad más responsable y consciente de sus propias decisiones.

6.2.3 Segundo encuentro socioeducativo: Entrega de plántulas

Información entrega de plántulas

El objetivo del encuentro era poder realizar la distribución de la entrega de plántulas destinadas a los participantes de "Huertas de Esperanza", proporcionando información esencial sobre el cultivo y algunos tips de siembra y cuidados al momento de sembrar dichas plántulas en las huertas familias, promoviendo así la siguiente fase para la autosuficiencia alimentaria cuidada por ellas y ellos mismos.

Figura 13

Sexto encuentro, entrega de plántulas



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el vivero, entrega de plantas año 2023.

El encuentro se llevó a cabo en el vivero municipal como parte de la metodología planeada, con la intención de crear armonía y promoviendo la conciencia del cuidado del medio ambiente, Brindándoles información sobre las plántulas que se estaban entregando, destacando características y beneficios de algunas de ellas, se les hizo la entrega de un paquete con plántulas previamente marcadas con el nombre de cada especie para que ellos tuvieran reconocimiento de cada una y saber sus cuidados particulares, consideraciones con el clima y el lugar de siembra. Se enfatizó que estas no solo eran plantas, sino también parte de su alimentación en casa, motivándolos a cultivarlas con amor y dedicación.

Mostraron disposición al interactuar con la información de cada plántula, tomando fotografías y compartiendo recomendaciones entre ellos. La concientización y reflexión se evidenciaron en el interés y emoción al recibir las plántulas, respondiendo preguntas sobre el cultivo adecuado y compartiendo consejos sobre el riego y la exposición solar durante esta etapa de crecimiento.

Tabla 5*Información de plántulas hortalizas entregadas*

Plántulas hortalizas entregadas		
Número de hortalizas	Unidades por familia	Total general
Acelga	5	350
Cebolla de huevo blanca	5	350
Cebolla larga	5	350
Cilantro	5	350
Espinaca	5	350
Lechuga lisa verde	5	350
Pimentón rojo	5	350
Remolacha roja	5	350
Tomate aliño	5	350
Zanahoria	5	350
Zukini	5	350
Total de hortalizas entregadas		3850

Tabla 6*Información de plántulas aromáticas entregadas*

Plántulas aromáticas entregadas		
Número de aromáticas	Unidades por familia	Total general
Albahaca	1	70
Hierbabuena	1	70
Manzanilla	1	70
Ruda	1	70
Total aromáticas entregadas		280

En su total, fueron distribuidas 4,130 plántulas de hortalizas y aromáticas a la comunidad. Esta acción no solo contribuyó a reducir la vulnerabilidad en situaciones de crisis alimentaria, sino que también colaboró en la disminución de la dependencia de los supermercados. Debido a que al dotar a las y los participantes de capacidades instaladas, se incentiva la capacidad de cultivar sus propios alimentos mediante huertas agroecológicas, creando una variedad en su dieta y mejorando así la calidad nutricional al momento de alimentarse a ellos y sus familias.

6.2.4 Tercer encuentro socioeducativo: aprovechamiento de frutos con la elaboración de conservas caseras y reflexiones en torno al desperdicio de alimentos

Por motivos externos y dinámicas del municipio solo se realizó un taller por todo el grupo en general. Así que se planeó que el taller del mes de septiembre constara de dos momentos, uno formativo y otro para la realización de un taller corto de cuidados de sí mismos y del otro.

El objetivo de este encuentro era propiciar un espacio educativo que promoviera el aprendizaje de técnicas de conservación de alimentos empleando la estrategia de la terapia ocupacional y la elaboración de conservas caseras, con el fin de fortalecer la soberanía alimentaria y buscando aprovechar los frutos provenientes de huertas urbanas o de árboles frutales cercanos a los hogares, preservando alimentos mediante la creación de conservas, reduciendo así el desperdicio alimentario, haciendo surgir reflexiones sobre los beneficios de las conservas caseras, evitando el uso de aditivos, conservantes y azúcares añadidos presentes comúnmente en los productos comerciales. Igualmente, el taller se enmarca en un contexto más amplio que reconoce la urgencia de abordar los desafíos asociados al cambio climático, la pérdida de biodiversidad y la contaminación del agua y el aire, para adoptar prácticas alimentarias más sostenibles y conscientes. El encuentro se desarrolló en tres momentos:

- ❖ **Elaboración de conservas:** Las y los participantes aprendieron a preparar conservas con frutas y verduras locales.
- ❖ **Concienciación sobre el desperdicio de alimentos:** Reflexiones sobre la importancia de aprovechar los alimentos y reducir el desperdicio.
- ❖ **Compartir de conservas y entrega de las mismas;** Las y los participantes compartieron con los demás un momento para disfrutar de su creación para luego recibir sus propios frascos con conservas listas para ser consumidas en casa.

La actividad se llevó a cabo en la cocina del restaurante escolar, logrando que las y los participantes reconocieran otro lugar del municipio generando una mayor apropiación del territorio al identificar y habitar los lugares. La elaboración de conservas fue una actividad práctica y lúdica ya que es una habilidad que puede ser útil para las familias, para variar al momento de preparar algún fruto como también iniciar un emprendimiento, allí se explicaron los primeros pasos, incluyendo la esterilización de herramientas y frascos para evitar que ingrese alguna bacteria, los participantes pudieron observar de cerca el proceso, desde pelar y desinfectar la fruta hasta hervirla

y licuarla. Durante este proceso, se realizaron conversaciones sobre la importancia del aprovechamiento de alimentos y la generación de conciencia sobre el desperdicio.

Figura 14

Séptimo encuentro, taller aprovechamiento de la huerta



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en la cocina de la institución Joaquín Cardenas, realizando comida comunitaria en el año 2023.

Luego las y los participantes reflexionaron sobre la importancia de reconocer las cadenas de suministro y el impacto ambiental de la alimentación en el medio ambiente, explicando cómo el consumo consciente puede mitigar el impacto ambiental, discutiendo la pérdida de biodiversidad, el cambio climático y la contaminación del agua y el aire debido a la producción masiva. Ellas y ellos mostraron mucho interés, compartiendo sus conocimientos sobre los procesos de distribución y siembra masiva, y creando reconocimientos acerca de que las huertas son una alternativa sostenible.

Se realizó un ejercicio de conciencia en el que se pegaron unas frases e imágenes en papel kraft relacionadas con el desperdicio de alimentos en diferentes etapas, basándose en datos y porcentajes, reflexionaron sobre experiencias conocidas de desperdicio, generando conciencia sobre los estándares elevados en la producción alimentaria como también reconociendo que otros

en el mismo municipio pueden estar necesitando alimentación promoviendo el intercambio de alimentos entre la misma comunidad.

La metodología empleada fue efectiva, ya que permitió abordar dos temas que estaban transversalizados por la reducción del desperdicio alimenticio, donde expresaron la importancia de comprender cómo sus acciones cotidianas, incluso a nivel porcentual, influyen en el cambio climático, su comprensión sobre las toneladas de alimentos perdidos anualmente en diversos ámbitos resaltó experiencias personales, como la observación de desperdicios en restaurantes y cocinas, reconociendo la importancia del compostaje y expresaron la intención de compartir esta información con otras personas, evidenciando la percepción de responsabilidad hacia la naturaleza y la importancia de replicar el conocimiento adquirido, al integrar la práctica con la reflexión se lograron evaluaciones por parte de ellos mismos.

Figura 15
Reflexiones alimenticias



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial realizando reflexiones acerca del desperdicio de alimentos, año 2023.

6.2.5 Cuarto encuentro socioeducativo: Cuidados de sí mismos y del otro.

El taller fue orientado a la promoción del autoconocimiento, autocuidado y autoestima, con el propósito de facilitar el reconocimiento y la aplicación de prácticas de cuidado personal y mutuo entre los participantes del programa "Huertas de Esperanza", brindando herramientas prácticas para mejorar su bienestar físico y emocional. el intercambio de experiencias entre los participantes, promoviendo un reconocimiento mutuo de los esfuerzos y cuidados que cada individuo lleva a cabo en el proceso de desarrollo personal y comunitario.

Las y los participantes se mostraron interesados en aprender sobre el tema del cuidado, iniciando con la actividad de una la bola de tripa de pollo, siendo una forma creativa de iniciar el taller y generar un espacio de confianza entre los participantes, donde los participantes mencionaron marcas y tipos de automóviles, simbolizando la construcción de una red de cuidado con la tira de tela. Para luego la moderadora expresar que deseaba tener "autoconocimiento, autoestima y autoaceptación" dado pie a una evolución hacia la apertura de la conversación sobre las cualidades apreciadas entre los participantes, fomentando el reconocimiento mutuo.

Para luego dar inicio a una “lotería de los cuidados” que fue una actividad lúdica que permitió a los participantes reflexionar sobre sus propios cuidados y compartir sus experiencias de cuidados hacía el otro con los demás, ofreciendo información sobre los beneficios del cuidado personal y comunitario. incluyendo datos sobre la importancia del ejercicio, la buena alimentación, la compañía de amigos y familiares y la salud mental, la actividad se orientó a la reflexión sobre los cuidados personales a través de metáforas relacionadas con la huerta y el cuidado, como también historias de vida y refranes. Esta dinámica permitió que aquellos que generalmente no compartían sus emociones encontrarán un espacio para hacerlo, fortaleciendo la conexión entre los participantes y reforzando sus lazos como grupo.

Figura 16

Octavo encuentro, cuidado de si y del otro



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en la biblioteca del municipio de San Carlos, en un taller sobre los cuidados propios y del otro, año 2023.

Durante el encuentro, reconocieron el cuidado desde la maternidad, discutiendo cómo las costumbres y la tecnología han modificado los roles de crianza a lo largo de los años, se abordaron asuntos de género y situaciones específicas de mujeres en un entorno con ciertas costumbres machistas, donde se dio un diálogo acerca del cuidado mutuo, con la tolerancia y valores como la hermandad y el amor propio como formas de acompañarse, en situación complejas de la vida. De la misma manera se discutieron elementos relacionados con la autoestima, incluyendo el amor propio, la aceptación personal y el reconocimiento tanto físico como emocional y espiritual, reflexionando sobre la importancia de la empatía y la sororidad entre las mujeres, se compartieron consejos para manejar el estrés, promoviendo así el reconocimiento consciente de las emociones.

Este taller comunitario es un ejemplo de cómo las actividades educativas pueden contribuir al bienestar de las personas y como al crear momentos de compartir se fomentan lazos comunitarios y solidarios, promoviendo el bienestar de las personas que participan en él, en este caso no solo explorar el concepto de cuidado, sino que también actúa como un espacio de apertura emocional y fortalecimiento de la comunidad, destacando la importancia de abordar temas de salud mental y bienestar en un entorno grupal, donde se puede revelar que estos talleres no solo ofrecen

conocimientos prácticos, sino que también contribuyen al desarrollo emocional y al fortalecimiento de la comunidad.

La metodología del taller resultó exitosa en movilizar a los participantes ya que se evidenció desde el inicio su interés por una actividad diferente, se destacó el cuidado en el contexto del mes de la lucha contra el cáncer de mama, con participantes que contribuyeron al proceso de supervivencia, demostrando empatía y compartiendo experiencias, dando un alcance mayor a la motivación del encuentro.

Figura 17

Habitando otros espacios



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial año 2023.

6.2.6 Quinto encuentro socioeducativo: Taller de cocina, aprovechamiento de los alimentos de la huerta familiar

El objetivo del encuentro fue fomentar la cultura del consumo sostenible y consciente, por medio del aprovechamiento de los productos cultivados en la huerta familiar, en un espacio que facilite e impulse el diálogo, la práctica de saberes culinarios y la reflexión compartida en torno a la alimentación.

El encuentro se desarrolló en tres momentos:

- ❖ Introducción al concepto de cocina comunitaria: Se reflexionó sobre la importancia de la comida como elemento de unión social y como parte de la cultura.
- ❖ Preparación de recetas: Las y los participantes se organizaron en cuatro grupos para preparar cuatro recetas diferentes con ingredientes del huerto, cada participante dentro de su equipo tuvo una responsabilidad diferente en la preparación de los alimentos.
- ❖ Compartir: Se compartieron los alimentos preparados y se reflexionó sobre la importancia de preparar alimentos en familia.

Las y los participantes son recibidos en el taller de cocina comunitaria, donde se reflexiona sobre la importancia de cocinar para y con la comunidad, permitiendo el reconocimiento de la importancia de crear lazos comunitarios a través de este ritual con la solidaridad y la generosidad, allí se forman subgrupos para preparar unas recetas con algunos ingredientes provenientes de la huerta.

La participación de los miembros del grupo, la diversidad de recetas junto con la asignación de roles, la interacción y conversación durante la preparación de alimentos demuestran cómo la cocina puede ser un espacio para el intercambio cultural y social mostrando la inclusión y la colaboración entre ellos, esto con la intención de continuar con los objetivos de fortalecer los lazos comunitarios y de propiciar el compartir saberes en este caso culinarias del territorio, incentivándolos a recordar las formas tradicionales de preparar alimentos y resaltando la necesidad de transmitir estos conocimientos a las generaciones futuras.

Figura 18*Noveno encuentro taller de cocina comunitaria*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial, en el taller de preparación de diversos alimentos con los productos de la huerta en el año 2023.

El taller de cocina comunitaria tiene un importante significado social. En primer lugar, porque aporta a la participación de las personas en actividades que les permiten desarrollar sus habilidades y saberes, también promueve a la alimentación saludable y sostenible, al utilizar ingredientes frescos y de producción local. Durante el proceso se reflexionó que estas actividades también tienen consideraciones políticas, ya que, en contextos de desigualdad social, la cocina comunitaria puede ser una herramienta para promover la inclusión social y la justicia alimentaria.

La metodología utilizada fomentó la responsabilidad individual y la contribución colectiva de cada uno de ellos, insertando la conciencia sobre la importancia de la cocina comunitaria como tejido social en San Carlos y comprendiendo los beneficios más allá de la preparación de alimentos, para el taller se contó con una mujer que en su pasado tuvo algún tuvo dificultades emocionales y manifestó que compartir su experiencia en cocina y su deseo de transmitir con emoción sus conocimientos culinarios a sus compañeros y compañeras del grupo, permitió que se fortaleciera su liderazgo y su comunicación con los demás, incentivando que crecieran sus deseos por enseñar a otros.

Igualmente se buscó que el taller de cocina comunitaria pudiera tener un impacto positivo en el autoestima de las y los participantes, contribuyendo a que se sintieran más seguros de sí mismos y de sus capacidades, también tuvo presencia la igualdad de género en la participación tanto hombres como mujeres realizaron el proceso por igual.

Figura 19

Con creatividad y responsabilidad a la mesa.



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial de los participantes preparando alimentos con plantas de la huerta casera, año 2023.

6.3 Tercer módulo: Cierre y evaluación del proyecto Huertas de Esperanza 2023

El objetivo del encuentro fue propiciar el cierre del proyecto de Huertas de Esperanza 2023 con la intención de evaluar las metodologías, temas abordados y reflexiones provenientes de la creación de las huertas urbanas, realizando una evaluación final del proyecto y generar un espacio de compartir y agradecimiento entre los participantes a través de la elaboración del ritual de la “Chakana”.

El cierre se dividió en tres momentos:

- ❖ Evaluación: Se realizó una evaluación del proyecto a través de la estrategia de las hojas del trébol, revisando el componente social y el análisis de las metodologías, actividades y temas abordados.
- ❖ Chakana: Se realizó el ritual de la Chakana intencionado con el compartir.
- ❖ Creación del amuleto: Se abordó el significado de los nudos como símbolo de fuerza y conexión por su participación en el proyecto de huertas 2023

Debido a las fechas en las que se propuso el encuentro la asistencia se evencio que fue baja, sin embargo, compartieron sus agradecimientos y experiencias por medio del grupo de WhatsApp. Para la evaluación se utilizó la estrategia de las hojas del trébol para realizar la evaluación, donde cada hoja representaba un aspecto a reconocer: componente huertas, componente social, evaluación metodológica y de temas año 2023, propuestas 2024. A nivel individual, el cierre permitió que los participantes reflexionaran sobre su participación en el proceso, compartieran sus experiencias y aprendizajes con otros. A nivel comunitario: que reforzarán su compromiso con el cuidado de ellos y del otro y reconocieran la importancia de las relaciones sociales.

Figura 20

Decimo encuentro evaluativo



Nota: Trébol evaluativo del proceso, realizado por todos los participantes en diciembre del 2023.

Allí ellos y ellas aportaron de manera individual a reconocer que se había trabajado la soberanía alimentaria, la interconexión entre la producción de alimentos y las comunidades, se dieron agradecimientos por haber participado del proyecto y aceptar la dedicación que un huerto familiar requiere, se compartieron reflexiones de lo vivido, la variedad de lugares, los temas abordados desde la ancestralidad y el consumo consciente fueron destacados por la gran mayoría, las intervenciones realizadas por el agrónomo de granada fueron de mucha apertura para ellos, al punto de sugerir que para el próximo año, también tuviera presencia.

Mencionaron la importancia de estos espacios para socializar con otras personas y reconocer nuevas amistades en el territorio, como también la bienvenida a nuevos habitantes en el, con el compromiso de compartir solidariamente las tradiciones y costumbres que rodean el municipio.

Luego se llevó a cabo el ejercicio de la Chakana elaborando sus líneas con las flores caídas de los guayacanes que estaban camino al centro vida, este ritual según la página web de INKAYNI y redactado por Luz Incappuiño Martínez, menciona que la chakana es un símbolo milenario aborigen de los pueblos indígenas de los andes centrales en los territorios donde se desarrollaron las culturas Inca, que trae consigo varios significados en la lengua quechua como escalera, puente, transparencia, paso, simbolizando la unión entre lo bajo y lo alto, la tierra y el sol, lo femenino y lo masculino, la energía y la materia, y el tiempo y el espacio. Es por estos significados y su conexión con la ancestralidad y la naturaleza que se empleó este ritual como parte del cierre del proceso del año.

Figura 21
Chakana de guayacanes



Nota: Foto de la Chakana realizada por los participantes del proyecto de huertas, para compartir con el otro.

Al dar inicio al ritual se da una valoración de la conexión con la tierra y la naturaleza, promoviendo la reciprocidad y la generosidad entre los participantes como una analogía con lo que se tenía dentro de la figura de la chakana. Allí lo que se propuso fue realizar un intercambio de objetos como regalo anónimo a otra persona del grupo promoviendo el trueque la igualdad y la apreciación por las habilidades individuales, allí se obsequiaron plantas, tejidos, objetos para la navidad, manualidades en material reciclado, semillas y frutos de los huertos y las fincas que ellos tienen. Durante el ritual se compartieron las razones y los significados de haber llevado dicho elemento, dotando de sentido simbólico y emocional compartir ese objeto en particular.

Figura 22
Construcciones conjuntas



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial, realizando el cierre del año 2023.

Luego se abordó la trascendencia de los nudos como símbolos de fuerza en las relaciones y la conexión con el medio ambiente, donde se instruyó para que crearan sus propios amuletos representativos del proceso vivido durante el año, la realización del amuleto permitió que los participantes materializaran sus aprendizajes y experiencias.

Figura 23*Tejiendo nuestros lazos comunitarios*

Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial, en el momento de la creación de los llaveros como amuleto de huertas en el año 2023.

El encuentro permitió que los participantes reflexionaran sobre su participación en el proyecto, compartieran sus experiencias y aprendizajes con otros participantes, fortalecieran sus lazos sociales y celebraran los logros alcanzados durante el proceso de la creación de la huerta, destacando que la huerta es una iniciativa inclusiva que puede llegar a diferentes grupos de la población y que tiene inmerso un énfasis en el componente social, sin centrarse únicamente en la producción de alimentos, sino que también en promover el fortalecimiento de los lazos sociales.

Las y los participantes demostraron un interés continuo en los temas tratados en los encuentros previos, rescatando conceptos como abonos, asociación de plantas y prácticas de siembra. La concientización y reflexión surgieron a través del agradecimiento por la oportunidad de formar parte del grupo, reconociendo la importancia de compartir experiencias y diálogos de saberes, y la responsabilidad con la naturaleza para contribuir a cuidar más el medio ambiente.

La metodología utilizada en el encuentro fue buena, especialmente la estrategia del Trébol para evaluar y sugerir mejoras para el próximo año. La Chakana y la actividad de los nudos destacaron la importancia del compartir y la colaboración, fortaleciendo los lazos entre los participantes, que gracias a su participación activa y el compromiso evidencian una comunidad

cohesionada y abierta a la diversidad. El reconocimiento de la importancia de la naturaleza y la soberanía alimentaria indican una conciencia social sobre la sostenibilidad y el bienestar colectivo.

Para finalizar se les invito a que llevaran alimentos que a ellos les gustaría compartir, donde llevaron gran variedad de productos en su mayoría elaborados por ellos mismos, en un ambiente agradable que también promueve acciones en torno a la alimentación. La practicante que acompañó el proyecto expresó agradecimiento y deseos de alcanzar la soberanía alimentaria como comunidad, como familia y como personas.

6.4 Visitas domiciliarias

Las visitas domiciliarias para el proyecto 2023 sólo se llevaron a cabo por dos profesionales, la encargada del proceso de huertas y una compañera que iba aleatoriamente para su apoyo, esto en términos de seguridad, las visitas se realizaron entre los meses de septiembre, octubre y noviembre, y se llevaron a cabo 32 visitas domiciliarias con el objetivo de brindar acompañamiento psicosocial a las familias del proyecto Huertas de Esperanza.

No hubo acompañamiento técnico por parte de la secretaría para la evaluación de los huertos, sin embargo, se transmitieron vía WhatsApp las dudas al agrónomo de Granada quien fue muy diligente al resolver las preguntas que fueron surgiendo en cada hogar visitado.

En medio de los conocimientos previos por parte de la profesional se observaron los cultivos y las formas de plantar proponiendo recomendaciones en algunos casos particulares acerca de cómo podría generar mejores resultados la huerta.

Figura 24*Memoria visita domiciliaria*

Nota: Foto tomada de una de las participantes del proyecto, mostrando a las practicantes como tenía sus plantas.

Las huertas de los participantes eran tan diversas como sus familias, algunos plantaron las hortalizas y aromáticas en espacios pequeños, como macetas, ollas, zapatos, cocas y cualquier otro objetivo que sirviera de recipiente, adaptandolos a las necesidades de las plantas en relación a las recomendaciones dadas en los encuentros, otros tenían huertas más grandes en sus terrazas o patios traseros donde las hortalizas se mezclaban con los árboles frutales y las plantas de jardín llenas de flores de diversos colores. Todos estaban contentos con sus huertas, incluso si no tuvieron mucho éxito con algunas plantas había sido una experiencia para aprender y mejorar en el proyecto.

Figura 25*Reciclando y adaptando*



Nota: Foto tomada de una de las huertas caseras del proyecto.

Durante las visitas se logró motivar a las y los participantes para que, basándose en los aprendizajes adquiridos durante el año en los encuentros, reconocieran la importancia de compartir con otras personas, aplicar las habilidades sociales, tales como la comunicación asertiva, la convivencia, el respeto por el otro y la tolerancia, igualmente se acompañó para que trazaran un camino más efectivo para alcanzar la actividad propuesta en el quinto taller sobre las metas de vida y con la huerta, con el propósito de seguir proyectándose los objetivos orientados por su corazón y reconocer las redes de apoyo con las que contaban, al visitar los hogares se reconoció el contexto familiar en el que habitaban muchos de ellos, resaltando que muchos ya se encontraban en el ciclo vital familiar de nido vacío, o habían perdido a su pareja, de la misma manera que mencionaron el profundo agradecimiento por los encuentros debido a la soledad en la que son recurrentes sus cotidianidades.

Durante las entrevistas si las profesionales identificaron alguna situación que precisara acompañamiento psicológico o que tuviera alguna vulneración de derechos, se realizaban las respectivas remisiones con el personal competente por parte de la alcaldía municipal.

Figura 26

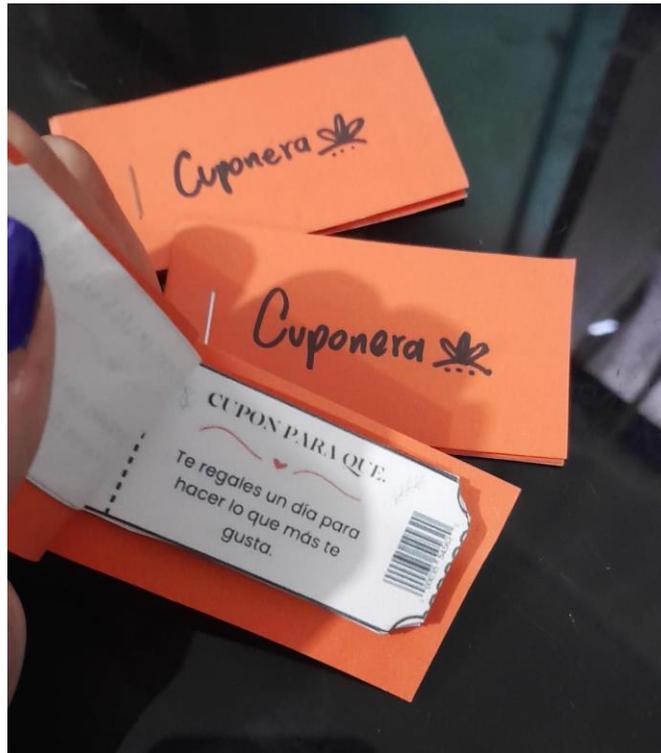
Plantas creciendo con amor.



Nota: Foto tomada de las diversas huertas de los participantes.

Al finalizar las visitas se les entregaban unas cuponerías elaboradas por la profesional encargada el proyecto de huertas, donde allí se les dejaban propuestas unas actividades diseñadas para fortalecer el amor propio, como hacer ejercicio y alimentarse saludable, salir de la monotonía, mejorar los lazos familiares y comunitarios, para que los realizaran de manera voluntaria a medida que transcurrieron los meses. Es así como se buscó fomentar el autocuidado contribuyendo directamente al bienestar mental, emocional y reduciendo el estrés, algunas actividades eran para salir de la rutina estimulando nuevas experiencias realizando actividades diferentes dentro del municipio, dentro de las propuestas era unirse a grupos de interés donde participar de otras actividades comunitarias continuaría fomentando la interacción social y fortaleciendo los lazos entre vecinos generando más apoyo emocional y reduciendo el aislamiento que en muchos casos se evidenció con los adultos que hacen parte del programa.

Figura 27
La cuponera



Nota. Cuponera, herramienta creada para que los participantes realicen actividades.

7. Capítulo 7 Evaluación del proyecto

El sistema de seguimiento y evaluación desempeña un papel fundamental en el proceso de los proyectos sociales ya que su propósito principal es analizar el desempeño de un proyecto en términos de su coherencia con los objetivos establecidos y los resultados que se van a obtener. Este enfoque permite a los que están ejecutando el proyecto anticipar posibles cambios y tomar decisiones para ajustar el curso del proyecto según sea necesario como ocurrió en un par de ocasiones en este proyecto, permitiendo un seguimiento continuo a lo largo de toda la intervención por eso se propone realizar el seguimiento y evaluación antes, durante y al finalizar este proyecto, por medio de análisis de los informes, encuentros formativos y evaluación mensual del proyecto con las y los participantes.

Es por esto que se presenta lo mencionado por Olga Nirenberg (2000) acerca de que el seguimiento y la evaluación de los proyectos sociales son procesos esenciales para analizar su funcionamiento, e identificar problemas y oportunidades de mejora, para lograr tomar decisiones informadas sobre el futuro del proyecto. Estos procesos proporcionan información sobre el cumplimiento de los objetivos, los resultados alcanzados, y la gestión del proyecto. Como también, permiten anticipar posibles cambios y tomar medidas adecuadas para garantizar el cumplimiento de esos objetivos del proyecto.

Tabla 7
Indicadores y fuentes de verificación

Meta	Indicador	Tipo Indicador	Fuente Verificación
Para diciembre del año 2023 el 80% de los participantes constantes del proyecto de Huertas de Esperanza logran fortalecer el vínculo familiar y la reconstrucción del tejido social.	Porcentaje de participantes que afirman haber fortalecido el vínculo familiar y la reconstrucción del tejido social	Indicador de impacto: Los participantes han notado y resaltan un cambio en sus actitudes y hábitos cotidianos dentro del hogar y en la comunidad en general.	Visitas domiciliarias, informes de los encuentros.
	Cantidad de personas que demuestran la apropiación de los temas abordados durante los encuentros para		

	la reconstrucción del tejido social y familiar		
Lograr la permanencia del 90% de los participantes hasta diciembre del 2024 del proyecto de Huertas de Esperanza	Porcentaje de la permanencia de los participantes del proyecto de Huertas de Esperanza	Indicador de gestión: Si la asistencia es de un 40 % de los participantes inscritos, el seguimiento será regular, si los asistentes están por encima de un 60% será bueno y si pasa de un 80 % será satisfactorio.	Listados de asistencia y fotografías.
A octubre del año 2023 el 80% de los participantes frecuentes habrán construido su huerta casera con el propósito de aportar al vínculo familiar.	Porcentaje de los participantes que han construido la huerta casera con el propósito de aportar al vínculo familiar.	Indicador de gestión: Si el 40 % de los participantes inscritos y que asistieron a los encuentros construyeron su huerto, el seguimiento será regular, si 60% la han construido será bueno y si pasa de un 80 % será satisfactorio.	Visitas domiciliarias, fotografías compartidas por los grupos de whatsapp.
Para diciembre del año 2024 el 70% de los participantes del proyecto de Huertas de Esperanza logran tener gran parte de su huerto produciendo y aportando a su soberanía alimentaria.	Cantidad de personas que demuestran la apropiación de los temas abordados durante los encuentros aplicados en la huerta familiar.	Indicador de impacto: Los participantes han comenzado a cosechar frutos del huerto y han aplicado la soberanía alimentaria para sus familias.	Visitas domiciliarias, trueques durante los encuentros formativos

Para Huertas de Esperanza se realizaron cinco momentos evaluativos, el primero en el primer encuentro para realizar un pequeño diagnóstico de que vínculos tenían ya los participantes, con quienes se entendían más, reconformar grupos donde ya habían amistades establecidas y de la parte técnica de las huertas conocer que tanto conocimiento tenían acerca del proceso de construcción de la misma, realizando este seguimiento trimestralmente, el segundo en el mes de agosto, haciendo una retroalimentación de los temas trabajados; identificando si los temas propuestos responden a sus necesidades con la huerta, y si habían notado cambios entre ellos mismos para tener más cohesión con sus vecinos y familiares igualmente se llevo a cabo en el mes de noviembre, el tercero fue durante las visitas domiciliarias que se abordaron temas más profundos

a nivel vecinal y familiar identificando para ellos mismos sus redes de apoyo y evaluando una actividad sobre metas personales, acompañándolos en el proceso de proyectas metas de vida por medio de algunas habilidades interpersonales que les facilitaría llegar a ese objetivo, el cuarto momento evaluativo que se dio durante el mes de diciembre en el cierre del proyecto 2023, donde se evaluaron los aspectos sociales aprendidos y el proceso de creación de la huerta en general y finalmente el quinto momento que fue para reconocer que necesidades quedaban pendientes para el año 2024 que temas querían abordar y que ruta nueva sería propuesta para trabajar con la siguiente practicante.

Tabla 8*Cronograma de evaluación*

Actividad evaluativa	Mes Mayo	Mes Junio	Mes Julio	Mes Agosto	Mes Septiembre	Mes Octubre	Mes Noviembre	Mes Diciembre	Mes Enero	Mes Febrero
Durante el encuentro con los participantes del proyecto en cada módulo	x				x		x	x		x
Seguimiento de los objetivos propuestos para proyecto				x			x			
Visitas domiciliarias desde el componente psicosocial					x	x	x	x		
Análisis de las evaluaciones	x				x			x		x

8. Capítulo 8 Análisis de la experiencia

El proyecto Huertas de Esperanza es una intervención social llevada a cabo con la comunidad de San Carlos, enfocada en cultivar huertas urbanas y por medio de este fortalecer el tejido social y familiar de los participantes del proyecto. Se desarrolló desde la acción-reflexión y acción, donde se impulsó a los participantes a aprender el arte de cultivar sus propios alimentos, mientras reflexionan sobre su experiencia y compartían con los demás participantes el proceso, lo cual fomentó la creación de nuevos vínculos y el fortalecimiento de los ya creados con quienes comparten el interés de su soberanía alimentaria.

El Programa de Acompañamiento Psicosocial es una práctica que permite aplicar el trabajo social en una población que requiere un apoyo de fortalecimiento comunitario, permitiendo proyección y ejecución de pequeños proyectos de intervención que se unifican para que finalmente cree una acción fuerte y transformadora para las personas que se busca acompañar, donde se fomenta aprender del otro, se acompañan algunos habitantes que adoran su identidad y su territorio.

Para este proyecto de huertas se destacan varios aspectos clave, uno de ellos es la reflexión sobre la experiencia de cultivar alimentos libres de químicos, permitir creer y hacer realidad una soberanía alimentaria para las personas que hicieron parte del proceso de creación de su propia huerta, la experiencia de ver cómo poco a poco se iban fortaleciendo las relaciones sociales entre los participantes, provocando una comunidad verdaderamente consciente de la importancia de compartir, escuchar y crecer con quien le rodea, evocando el aprendizaje continuo y mutuo por medio del compartir de saberes que fue uno de los pilares de este proyecto.

Es confortable reconocer que gracias a este proyecto los participantes no solo adquirieron habilidades agrícolas en espacios pequeños, sino que también fortalecieron la conciencia sobre la importancia de cuidarse a sí mismos, al otro y a su territorio y que por medio de este continuarán fortaleciendo en ellos esa identidad propia sancarlitana.

Participar en este programa significó explorar la historia, reconocer tradiciones y recursos ambientales de una población que sufrió a causa del conflicto armado y que durante algunos años han tenido la oportunidad de endurecer su tejido social con el apoyo de programas como este, de aprender de ellos mismos como comunidades rurales resilientes, resistentes y de quienes llegan a habitar junto con ellos el territorio.

Igualmente, se reconoce que la comunidad tiene el papel más relevante en este proceso, ya que son ellos y ellas quienes depositan en las practicantes esa confianza para que a partir de su fundamentación teórica, conceptual y experiencial se busquen soluciones para fortalecer a las comunidades, lo que nos desafía a facilitar el diálogo y la escucha mutua, como lo permite el compartir de saberes.

Como practicante este campo de prácticas permitió identificar que es una experiencia donde se atraviesan diferentes miedos personales y profesionales, desde que se inicia este proceso con la investigación y comprensión del territorio, la llegada a él y su salida como practicante. Este proceso requiere de un constante fortalecimiento y estimulación personal para enfrentar los desafíos y demandas del campo profesional en el municipio de San Carlos. Es así como a medida que pasaron los viajes al municipio, donde se planeó, se ejecutó y se evaluó el proyecto y los demás proyectos que lideraba cada practicante, se creó una confianza en el accionar a partir de la experiencia, el conocimiento fundamentado y estudiado, como también en el aprendizaje mutuo con las y los otros.

Por otra parte, la rigurosidad de la formulación de las planeaciones, desde los objetivos de cada encuentro para lograr algo micro, es un detalle que mejora la calidad de cada encuentro llevado a cabo, el orden en los cronogramas y la organización de todo el proyecto es de agradecer que se pueda llegar a la población de una manera tan significativa. La relevancia del acompañamiento psicosocial se manifestaba de diferentes maneras en el poder de transformación que buscaba cada una de las practicantes en el equipo de San Carlos, el aprendizaje constante de nuevas formas de abordaje a las diversas situaciones que se presentaban en el campo de práctica era una de las formas que se llegó a la comunidad y que a la final era un elemento más a tener en la caja de herramientas.

Para ir concluyendo, ver cómo el trabajo en conjunto tanto del equipo como de los participantes contribuía al fortalecimiento del tejido social, reafirmó la importancia y el valor de seguir apostándole a proyectos de transformación comunitaria en los municipios de Colombia. Y gracias a los testimonios durante las evaluaciones y encuentros con las y los participantes del proyecto de huertas sobre su fortalecimiento personal y comunitario es que más deseos surgen de buscar el bienestar de las comunidades.

9. Capítulo 9 Aprendizajes y rol del Trabajo Social

En los encuentros de huertas de esperanza la comunidad se une para cultivar no solo alimentos, sino también vínculos sociales, familiares, vecinales y comunitarios. Es aquí donde convergen historias y saberes que fueron compartidos por diversas generaciones, tejiendo una red que busca la transformación comunitaria por medio de la siembra de alimentos. Es así como la práctica en el programa de acompañamiento psicosocial en San Carlos no solo amplió el bagaje de la acción colectiva de las profesionales que participaron, sino que también permitió sumergirse en la realidad cotidiana de esa comunidad en el oriente antioqueño. A partir de la escucha activa y el trabajo en equipo de las otras compañeras que estaban en el campo, se logró llevar a cabo cada proyecto de intervención con su respectiva población.

Puntualmente, en el proyecto de las huertas durante cada encuentro alrededor de la siembra y el consumo consciente, fue una oportunidad para reflexionar sobre la importancia de cuidar el medio ambiente, el territorio y la propia salud de los participantes a través de los alimentos, en este contexto, el trabajo con adultos mayores adquiere un significado especial ya que en su mayoría se encuentran en la etapa del ciclo vital en la que piensan que sus metas de vida fueron depositadas en sus hijos o sus parejas, limitando las proyecciones de ellas y ellos mismos hacía su futuro. Es así como llega este proyecto que fue más allá de brindarles herramientas para nuevas metas en su vida tanto personal como comunitaria que se les brindó un espacio seguro donde lograron expresarse libremente, a partir de sus conocimientos ancestrales, que a su vez fueron escuchados y compartidos por otros, creando una cercanía entre la misma comunidad que fue realmente gratificante evidenciarla a partir de las reflexiones que se dieron durante los encuentros.

Por otro lado, en el ámbito del trabajo social, es fundamental adaptar las metodologías a las realidades y necesidades de la comunidad que se acompaña. Este aspecto resulta clave durante la intervención con comunidades que han sido víctimas directas o indirectas del conflicto armado interno. A medida que avanza la intervención, se evidencia que el verdadero aprendizaje trasciende los conocimientos teóricos y se enriquece a partir de las experiencias compartidas tanto por los participantes como por las practicantes. Esto ocurre en los espacios donde la comunidad se une para cultivar alimentos y fortalecer relaciones sociales.

En este contexto, se destaca también la importancia de promover prácticas sostenibles de cultivo y el respeto por la dignidad de todos los seres vivos que habitan el territorio. No se trata

solo de establecer una relación más fuerte con la comunidad si no también con la naturaleza, para desarrollar una conciencia crítica y consciente sobre las decisiones que se toman a partir de los alimentos.

En este proceso, las fronteras entre lo personal y lo profesional se desdibujan, recordando que antes que trabajadoras sociales, somos seres humanos con anhelos y emociones que de igual manera permite que estos procesos se lleven a cabo con toda la humanidad posible. Y que más allá de obtener resultados tangibles, lo que realmente importa es el impacto transformador que estas experiencias tienen en la vida de las personas y que al final el trabajo social con certeza es más que una profesión, es un compromiso con la justicia social y el deseo de buscar y obtener el bienestar común.

Finalmente mencionar que a pesar de los desafíos y las incertidumbres que surgieron en el camino, las practicantes encuentran gratificación en el impacto positivo generado en la comunidad. Cada obstáculo superado, cada lección aprendida, contribuye al crecimiento tanto individual como colectivo para que al final el proyecto de Huertas de Esperanza deje un impacto positivo en San Carlos, generando una comunidad más resiliente y a su vez ofreciendo a su practicante el primer paso para comenzar su accionar como profesional en trabajo social, dejando la semilla de cambio y esperanza que continuará creciendo en el corazón de la comunidad en ese territorio lleno de montañas y ríos que identifica tanto a la costica dulce del oriente antioqueño.

Figura 28

Dejaron huella en mí



Nota: Foto tomada por el equipo psicosocial en el cierre del año 2023, Doña Piedad dando un abrazo de agradecimiento a su compañera por el compartir.

Referencias

- Acuerdo 100 del 2013. [El concejo del municipio de Medellín]. *Por medio del cual se complementa el Acuerdo Municipal 38 de 2005 que establece la Política Pública de Seguridad y Soberanía Alimentaria y Nutricional en Medellín*. 7 de enero del 2014 <https://bitly.cx/pls8Z>
- Alcaldía Municipal de San Carlos Antioquia. (2020). *Plan de desarrollo San Carlos somos todos 2020 - 2023*. Concejo municipal de San Carlos. <https://bitly.cx/b1GsF>
- Alvarado, L. & García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación del Instituto Pedagógico de Caracas. *Sapiens. Revista Universitaria de Investigación*, 9(2), 187-202. <https://bitly.cx/fJU>
- Andrade, A. (2021). *El huerto urbano como terapia ocupacional*. <https://bitly.cx/VJP8>
- Aramburo, C., Carmona, S., González, J. & Villegas, L. (1990). *San Carlos estudio de localidades*. Medellín: Instituto de Estudios Regionales, Corporación Autónoma Regional Rionegro-Nare. <https://goo.gl/gbA5NV>
- Bello, M. N., Jaramillo, A. M., Riaño Alcalá, P., Sánchez, G., & Villa Martínez, M. I. (2011). *San Carlos: memorias del éxodo en la guerra*. <https://acortar.link/YA9AKy>
- Berger, P. L. & Luckmann, T. (1966). *La construcción social de la realidad*. Amorrortu Editores. Argentina. <https://bitly.cx/xIXi>
- Brito, L. (2008). Educación popular, cultura e identidad desde la perspectiva de Paulo Freire. En M. Gadotti, M. V. Gomez, J. Mafra, & A. Fernandes de Alencar, Paulo Freire. *Contribuciones para la pedagogía*. (pp. 29-45). Buenos Aires: CLACSO. <https://bitly.cx/mWf0F>
- Camacho, L. M. (2016). *Diseño de un sistema productivo para unidades dedicadas a la siembra de lechuga y plantas aromáticas bajo la modalidad de horticultura orgánica urbana en la ciudad de Bogotá*. <https://bitly.cx/jDla>
- Cassiani, A. (2004). “Entre potrillo y canaleta: las comunidades renacientes de la zona rural del municipio de Buenaventura, el territorio y sus prácticas tradicionales socioculturales”. En Axel Alejandro Rojas Martínez, comp. *Estudios afrocolombianos. Aportes para un estado del arte*. Popayán: Universidad del Cauca, pp. 177- 194. <https://bitly.cx/qQj9>
- Cifuentes. R. (2009) *Aportes para la reconfiguración de la intervención profesional en Trabajo Social*. Tendencias y Retos: Iss. 14 , Article 12. <https://bitly.cx/ToFj>
- Cifuentes. R. (2011). Capítulo 2: Enfoques de investigación. En Cifuentes, R. (Ed.) *Diseño de proyectos de investigación cualitativa*. (pp. 30, 31) Argentina: Noveduc. <https://bitly.cx/x8m>
- Coleman, J. S. (1990). *Foundations of social theory*. Harvard University Press, p. 307. <https://bitly.cx/rQR7>
- Congreso de Colombia. (1997). *Ley 387. Sistema Nacional de Atención Integral a la Población Desplazada por la Violencia*. Bogotá: Congreso de Colombia. <https://acortar.link/OHglOQ>

- Congreso de la República. (2011). *Ley 1448 de 2011. Por la cual se dictan medidas de atención, asistencia y reparación integral a las víctimas del conflicto armado interno y se dictan otras disposiciones*. <https://bitly.cx/UHLh>
- Decreto 250 del 2005. [Ministerio del interior y de justicia]. *Por el cual se expide el Plan Nacional para la Atención Integral a la Población Desplazada por la Violencia y se dictan otras disposiciones*”. 7 de febrero del 2005. Bogotá. <https://bitly.cx/iEU2I>
- Delgado, A., Martínez, A., Illescas, I., & Rosas., M. (2013). La intervención socioeducativa para el fortalecimiento de las comunidades. *Santiago*, (133), 41-56. México. <https://bitly.cx/eutjs>
- Diez, M. A., González, I. M. & Velásquez, V. C. (2015). Análisis de la investigación sobre la Red de Huertos Urbanos de Madrid. <https://bitly.cx/cIjwr>
- Escobar, A. (2014). *Territorios de diferencia: la ontología política de los “derechos al territorio”*. Sentipensar con la tierra. <https://bitly.cx/g2xJ>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (2014). *Una huerta para todos. Manual de auto-instrucción. 5ta edición revisada y ampliada*, Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. Santiago de Chile. <https://bitly.cx/YQnTt>
- Galeano, M. E. (2012). *Estrategias de investigación social cualitativa*. La Carreta Editores: <https://bitly.cx/mP69R>
- Galeano, M. E. (1990). *Un mar de fueguitos*. Siglo XXI Editores. Uruguay.
- García, A. & Rusell, L. (2000). La terapia ocupacional. *Revista Elsevier*. <https://bitly.cx/Swh>
- García, V. (2004). Algunos apuntes sobre el jardín doméstico en Hispania. *AnMurcia*, 19-20, 61-68. <https://bitly.cx/IvRD>
- Gobernación de Antioquia. (2020). *Plan de desarrollo: unidos 2020-2023*. <https://bitly.cx/Hlhq>
- Gómez, E. N. & Alatorre, F. J. (2014). *La intervención socioeducativa. Cuando se juega en la cancha del otro*. <https://bitly.cx/PwEO>
- Guzmán, M. (2011). *Sociedad y educación: La educación como fenómeno social*. <https://bitly.cx/JEl1>
- Hernandez, B. Y. & Toro, I. D. (2017). Foucault y el cuidado de sí mismo: una posibilidad para la gestión humana. *Revista Espacios*. <https://bitly.cx/O2V>
- Herrera, C. M. (2017). Horticultura como medio de intervención: Una mirada ecológica desde la terapia ocupacional. *Revista Chilena De Terapia Ocupacional*. <https://bitly.cx/TRnte>
- Incappuiño L. (s.f). *La chakana o cruz andina: un simbolo sagrado de los andes*. <https://bitly.cx/S5AZj>
- Jiménez, A. P. (2022). *Transformaciones territoriales en el área de influencia del proyecto energético Punchiná, municipio de San Carlos, Antioquia*, [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, El Carmen de Viboral, Colombia. <https://bitly.cx/Fboo>
- Landon, C. (2005). *Los medios de vida crecen en los huertos. Diversificación de los ingresos rurales mediante las huertas familiares*. <https://bitly.cx/HH2N>

- Martínez, A. (s.f.). *La agricultura en España, Así comienza la agricultura*. <https://bitly.cx/cIBIB>
- Morán, N. & Hernández, A. (2011). Historia de los huertos urbanos. De los huertos para pobres a los programas de agricultura urbana ecológica. En: "*I Congreso Estatal de Agricultura Ecológica Urbana y Periurbana*.", España. <https://bitly.cx/eVGy5>
- Moreno, N. M., Sánchez-Torres, A. I., Pérez, A. D. P., & Alfonso, J. N. (2020). Tradición oral y transmisión de saberes ancestrales desde las infancias. *Panorama*, 14(1 (26)), 184–194. <https://bitly.cx/lwOn>
- Nirenberg, O. (2000). *Evaluar para la transformación: innovaciones en la evaluación de programas y proyectos sociales*. Buenos Aires: Paidós. <https://bitly.cx/dKAU>
- Olaya, C. H. (2012). *Nunca más contra nadie. Ciclos de violencia en la historia de San Carlos, Parte 1*. <https://bitly.cx/Tbsg>
- Organización de las naciones unidas para la agricultura y la alimentación. (2002). *Informe de la Cumbre Mundial sobre la Alimentación*. Roma. <https://bitly.cx/NUPjz>
- Padilla, Y., Acosta, J. & Perozo, D. (2016) Paradigmas socio-educativos. Una síntesis referencial para un modelo educativo basado en la teoría de la complejidad. *Alteridad*, 11(1), pp. 88-100. <https://bitly.cx/KpP>
- Perez, E. (2001) Hacia una nueva visión de lo rural. En *¿Una nueva ruralidad en América Latina?*. Pp. 18-22. Buenos Aires. <https://bitly.cx/ci9>
- Pérez, O. L. (2012). *La huerta urbana como un laboratorio para la aplicación del concepto de ecosistema y el desarrollo de habilidades cognitivas en estudiantes de ciclo dos* [Doctoral dissertation]. <https://bitly.cx/NGJw9>
- Poder Legislativo. (2016). *Acuerdo final para la terminación del conflicto y la construcción de una paz estable y duradera*. Bogotá, Colombia. <https://bitly.cx/8e7TM>
- Portal GOV. (s.f.). *Alcaldía Municipal San Carlos Antioquia*. Información del municipio. <https://bitly.cx/2UhGZ>
- Posada, D. C., Pabón, N. Y., & Bahamón, M. E. (2013). "*Territorios en contexto de retorno: lecturas desde las representaciones sociales de los retornados de las veredas Galilea y El Roble del municipio de Granada, Antioquia*". *Tendencias y Retos: Iss. 2, Article 5*. <https://bitly.cx/fMn0>
- Registro Único de Víctimas RUV. (2023). *Víctimas por hecho victimizante*. Municipio de San Carlos. <https://cifras.unidadvictimas.gov.co/Cifras/#!/hechos>
- Resolución 361 del 2020 [Departamento Administrativo de la Defensoría del Espacio Público - Dadep] *Por la cual se establecen disposiciones en materia de reglamentación de la actividad de agricultura urbana y periurbana agroecológica en el espacio público del Distrito Capital de Bogotá, regulado por el Decreto 552 de 2018. 11 de enero de 2021*. <https://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Normal1.jsp?i=133137&dt=S>
- Rodríguez, J. M. (2011). Métodos de investigación cualitativa. *Revista Silogismos. Silogismos de investigación, (08)*. Bogotá. <https://bitly.cx/rHBq>

- Rojas, I. & Daly, C. (2019). *Gestión participativa de capacidades para fomentar la producción agrícola ecoamigable en la comunidad escolar de Golfito en Cureña de Sarapiquí*. <https://bit.ly/42H8px9>
- Rojas, J. A. (2018). *Tejido social y resistencia en San Carlos - Antioquia*. Universidad Nacional de Colombia. Instituto de Estudios Políticos y Relaciones Internacionales. Bogotá, Colombia. <https://bitly.cx/pRhml>
- Ruiz, R. & Colmenares, F. (2019). *Permacultura: principio de huertas urbanas en San Benito para la transformación y apropiación del territorio; convivir en armonía con la naturaleza generando aprendizajes significativos*. [Trabajo de grado]. Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá – Colombia. <https://bitly.cx/88J3l>
- Santos, M. (2000). "El territorio: un agregado de espacios banales". *Boletín de Estudios Geográficos*, (96), p. 87-96. <https://bitly.cx/6jAaO>
- Segato, R. (2006). En busca de un léxico para teorizar la experiencia territorial contemporánea. *Politika. Revista de Ciencias Sociales n° 2 / Diciembre*. <https://bitly.cx/gEc>
- Sevilla, E. (2006a). *De la sociología rural a la agroecología*. Icaria, Barcelona. <https://bitly.cx/IHH>
- Tilley, N. (2020) *Historia de la jardinería - Historia detrás de Victory Gardens*. <https://bitly.cx/yobb>
- Velandia, L. (2021). *Ejercicio reflexivo prácticas académicas: Programa de Acompañamiento Psicosocial a las familias, la niñez, la juventud, mujeres y adulto mayor afectados directa o indirectamente por el conflicto armado en el municipio de San Carlos/Antioquia*. Informe de práctica. Trabajo social. <https://bitly.cx/1FN>
- Villamil, H. (2008). Del constructivismo al construccionismo: implicaciones educativas. *Educación y desarrollo social*, Vol. 2, No. 1, pp. 71-89. Bogotá. <https://bitly.cx/Srv>

Anexos

Plan operativo

En el siguiente recuadro se podrá observar la ruta operativa del proyecto de Huertas de Esperanza, que permite evidenciar la planificación de cómo se logró alcanzar los objetivos de esta propuesta de intervención con los dos grupos que hicieron parte del proceso en el 2023.

En el siguiente recuadro se observará la ruta operativa del proyecto de Huertas de Esperanza, que permite y cómo se logró alcanzar los objetivos de esta propuesta de intervención con los dos grupos que participaron en el proceso en el 2023.

Plan operativo

Objetivo General: Implementar una estrategia socioeducativa para las y los participantes del proyecto Huertas de Esperanza del municipio de San Carlos en razón del desarrollo de conocimientos y habilidades que aporten a la generación de prácticas de cuidado y apropiación territorial, desde la perspectiva de la soberanía alimentaria a través de la conformación de huertas urbanas, entre los meses de mayo 2023 y marzo de 2024.							
Objetivos	Meta	Indicador	Actividad	Subactividad	Tiempo (meses)	Recursos	Fuentes de verificación y seguimiento
			Revisión documental	Fichas de referencias documentales para comprender el contexto	Febrero	Computador, internet, trabajos escritos	Fichas de documentos
Diseñar una estrategia de formación socioeducativa para el desarrollo e implementación de prácticas agroecológicas y de	En el mes de marzo realizar el plan de trabajo y la inscripción al proceso	Inscripción del 100% de los participantes del programa,	Plan operativo	Asesorías, planeación del cronograma y plan operativo	Marzo	Recurso humano, materiales pedagógicos, revisión documental, computador, internet, impresiones, lapiceros	Formatos de consentimiento informado, planilla de inscripción
			Inscripción y construcción de la base de datos	Convocatoria / difusión			
				Inscripciones			

<p>horticultura para promover el cuidado de sí mismos, del otro y del territorio.</p>	<p>Entre Mayo y Julio de 2023, dentro de los encuentros las y los participantes del Proyecto Huertas de Esperanza se han identificado los conocimientos previos que se tienen acerca de la creación de la huerta y la siembra y han generado dialogos de saberes desde la ancestralidad y la experiencia vivida, permitiendo la solidaridad, la comunicación, convivencia y trabajo en equipo.</p>	<p>Indicador de gestión: El 80% de las y los participantes han logrado la nivelación en los temas de la creación de la huerta y han generado dialogos de saberes desde la ancestralidad y la experiencia vivida, permitiendo la solidaridad, la comunicación, convivencia y trabajo en equipo.</p>	<p>3 encuentros formativos por cada grupo</p>	<p>Nivelación/ ¿Que es una huerta y como se construye? Realizar trabajo en equipo, aplicando la tolerancia y el respeto por el otro</p>	<p>Mayo</p>	<p>Recurso humano, materiales pedagógicos, revisión documental, papel kraft, solicitar espacio en el care y refrigerios.</p>	<p>Planeación, listado de asistencia, informe y fotografías</p>
				<p>Nivelación/ Cuidados de las plantas/ abonos. aportando al cuidado de si mismo y del otro aportando desde el entorno al mejoramiento del bienestar individual, familiar y comunitario</p>	<p>Junio</p>		
				<p>Nivelación / Tips de simbra /prácticas ancestrales, intercambio de saberes desde la experiencia y las tradiciones orales de la comunidad</p>	<p>Julio</p>		
<p>Generar espacios de encuentro formativos desde el intercambio de saberes en relación a las prácticas de siembra y de soberanía alimentaria como estrategias para el cuidado de la vida desde la apropiación territorial y la relación de las</p>	<p>Entre Mayo 2023 y Diciembre de 2023, Porcentaje de las y los participantes del proceso de huertas de esperanza afirman haber fortalecido el vínculo comunitario y enriquecido más la apropiación territorial y los autocuidados</p>	<p>Indicador de gestión: Cantidad de personas que demuestran un cambio a nivel participativo y de apropiación de los temas, aportando al vinculo comunitario y los cuidados con las huertas</p>	<p>9 encuentros formativos por cada grupo</p>	<p>¿Que es una huerta?¿Que necesitamos para construirla?¿Cuáles son los beneficios desde diversos aspectos que trae la huerta casera a nivel familiar y personal?</p>	<p>Mayo</p>	<p>Recurso humano, materiales pedagógicos, revisión documental y refrigerios.</p>	<p>Planeación, listado de asistencia, informe y fotografías, formato de visitas y visitas domiciliarias</p>
				<p>Cuidados con las plantas/abonos</p>	<p>Junio</p>		
				<p>Cuidado de sí y del otro, Autocuidado</p>			
				<p>Tips de siembra dialogos de saberes</p>	<p>Julio</p>		

personas con sus entornos sociales, familiares y comunitarios.				practica ancestral con la luna compartir de experiencia y saberes			
				Metas con la huerta y metas personales trazando la trayectoria para lograr los objetivos corto plazo			
				Recuento de lo visto y compartir de saberes	Agosto		
				Control de plagas desde la agroecología			
				Visitas domiciliarias con preguntas orientadoras para identificar redes de apoyo, aprendizajes de la perspectiva de la soberanía alimentaria por medio de las huertas urbanas con siembra limpia	Septiembre		
				Medicina ancestral como parte del compartir de saberes tradicionales / consumo consciente como parte del cuidado de si			
				Entrega de plantúlas aportando a la soberanía alimentaria de la comunidad inscrita en el proyecto			

<p>Desarrollar habilidades técnicas para la siembra desde la perspectiva de la soberanía alimentaria agroecológica que permitan la construcción de Huertas urbanas por cada una de las familias participantes del proyecto.</p>	<p>Entre Mayo 2023 y diciembre, Porcentaje de las y los participantes del proceso de huertas de esperanza manifiestan que han fortalecido el vínculo comunitario y familiar y han enriquecido sus conocimientos personales entorno a la soberanía alimentaria desde las prácticas agroecológicas y el aprovechamiento de las huertas urbanas</p>	<p>Indicador de gestión: Se verá reflejada la soberanía alimentaria de las familias del 70% de las familias beneficiarias del programa a través de la producción de sus propias hortalizas como parte del proceso de siembra limpia y compartir de saberes</p>	<p>6 encuentros formativos por cada grupo y 1 cine foro, y dos talleres</p>	<p>Recuento de lo visto y compartir de saberes</p>	<p>Agosto</p>	<p>Recurso humano, materiales pedagógicos, revisión documental, computador, transporte, internet, pinceles, materiales cierre</p>	<p>Planeaciones, listados de asistencia, informes y fotografías, formato de visitas y visitas domiciliarias</p>
				<p>Control de plagas desde la agroecología</p>			
				<p>Visitas domiciliarias con preguntas orientadoras para identificar redes de apoyo, aprendizajes de la perspectiva de la soberanía alimentaria por medio de las huertas urbanas con siembra limpia</p>	<p>Septiembre</p>		
				<p>Medicina ancestral como parte del compartir de saberes tradicionales / consumo consciente como parte del cuidado de sí</p>			
				<p>Entrega de plantúlas aportando a la soberanía alimentaria de la comunidad inscrita en el proyecto</p>			
				<p>Preparación de conservas como parte de la aplicación de habilidades instaladas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio</p>	<p>Octubre</p>		
				<p>Visitas domiciliarias con preguntas orientadoras para identificar redes</p>			

				de apoyo, aprendizajes de la perspectiva de la soberanía alimentaria por medio de las huertas urbanas con siembra limpia			
				Taller cuidandonos realizando la loteria de los cuidados, reconociendo saberes, el respeto ,autocuidado y la empatía			
				Taller de cocina como aplicación de habilidades instaladas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio			
				Visitas domiciliarias con preguntas orientadoras para identificar redes de apoyo, aprendizajes de la perspectiva de la soberanía alimentaria por medio de las huertas urbanas con siembra limpia			Noviembre
				Socialización del programa 2023 / preparación para la entrega de los indicadores al concejo municipal			
				Indicador de gestión: Número de personas a las que les			
				Visitas domiciliarias con preguntas orientadoras para identificar redes	Diciembre		

		ha incrementado su producción en el huerto casero permitiendo el aprovechamiento de las hortalizas y aromáticas		de apoyo, aprendizajes de la perspectiva de la soberanía alimentaria por medio de las huertas urbanas con siembra limpia		
				Evaluación del proceso: metodología, aprendizajes, aspectos a mejorar y sugerencias con las y los participantes, realizando el trueque de habilidades y compartir de alimentos por medio de la chakana como simbolo ancestral, como cierre del proceso del año 2023		
				Desarrollo del trabajo escrito y propuesta del proyecto de intervención		
	Que el 90% de los que finalizaron el proceso de huertas de esperanza continuen al nivel 2 con las huertas	Número de personas que continúan el proceso y número de nuevos participantes para iniciar el proceso de huertas	Recorrer lo vivido y plasmarlo en el trabajo escrito	Comenzar informe del proyecto de intervención	febrero 2024	Recurso humano, solicitud de espacios, refrigerios, materiales pedagogicos, computador, internet, transporte
			Empame del proyecto	Empalme y entrega del proceso		
			Planeación	Primer encuentro del 2024		
			Escritura del informe final	Escribir lo trabajado y entregar ruta de	marzo 2024	

				trabajo para el psicosocial			
--	--	--	--	-----------------------------	--	--	--

Cronograma

Cronograma Huertas de Esperanza						
Responsables: Equipo del programa de acompañamiento psicosocial						
Recursos: Papel kraft, lapiceros, vinilos, cartulina, pinceles, Trabajadora social, computadores, internet, transporte, refrigerios, reserva de espacios dentro del casco urbano en el municipio de San Carlos.						
Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio	Julio	Agosto
Reunión con la coordinación y practicantes para el empalme e instalación en el campo de prácticas	Empalme de T.S, adaptación, inscripciones	Planeación del plan operativo	Encuentro bienvenida/ Nivelación de la creación de una huerta urbana	Cuidado de la huerta de si mismos y del otro / Nivelación	Metas con las huertas y tecnicas de siembra agroecologica	Control de plagas y compartir de saberes
Reunión con la coordinación y practicantes para el empalme e instalación en el campo de prácticas	Empalme de T.S, adaptación, inscripciones	Planeación del plan operativo	Encuentro bienvenida/ Nivelación de la creación de una huerta urbana	Cuidado de la huerta de si mismos y del otro / Nivelación	Metas con las huertas y tecnicas de siembra	Control de plagas y compartir de saberes
Septiembre	Octubre	Noviembre	Diciembre	Enero	Febrero	

<p>Entrega de plantulas hortalizas / aromaticas como aporte a la soberania alimentaria de las familias participantes del programa</p>	<p>Compartir de saberes y aprovechamiento de los frutos de la huerta como aplicación de las habilidades aprendidas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio</p>	<p>Taller de cocina como aplicación de habilidades aprendidas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio</p>	<p>Evaluación de metodología /cierre y compartir de habilidades y alimentos por medio de la chakana</p>	<p>Terminación de la construcción de la propuesta de intervención / recomendaciones para la continuidad del proyecto del año 2024</p>	<p>Planeación y empalme del proyecto de intervención, base de datos y horizonte de sentido</p>
<p>Entrega de plantulas hortalizas / aromaticas como aporte a la soberania alimentaria de las familias participantes del programa</p>	<p>Compartir de saberes y aprovechamiento de los frutos de la huerta como aplicación de las habilidades aprendidas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio</p>	<p>Taller de cocina como aplicación de habilidades aprendidas al realizar transformación de frutos que se producen en el territorio</p>	<p>Evaluación de metodología /cierre y compartir de habilidades y alimentos por medio de la chakana</p>	<p>Terminación de la construcción de la propuesta de intervención / recomendaciones para la continuidad del proyecto del año 2025</p>	<p>Planeación y empalme del proyecto de intervención, base de datos y horizonte de sentido</p>