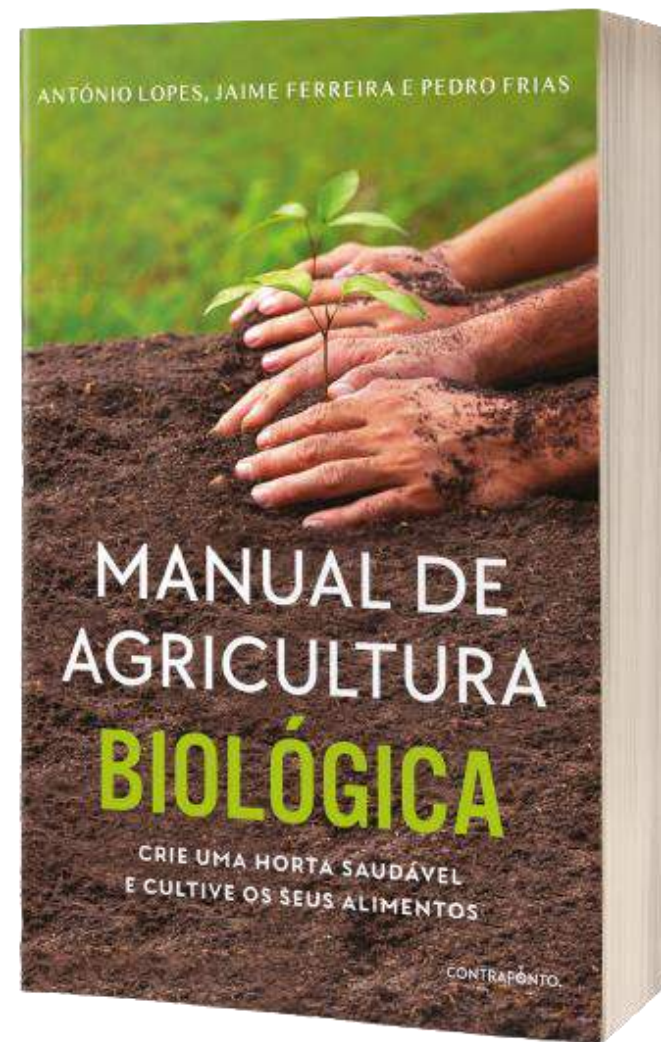


Hortas
para
todos?





Hortas para
todos
(amadores e
profissionais)



É possível
produzir os
próprios
alimentos



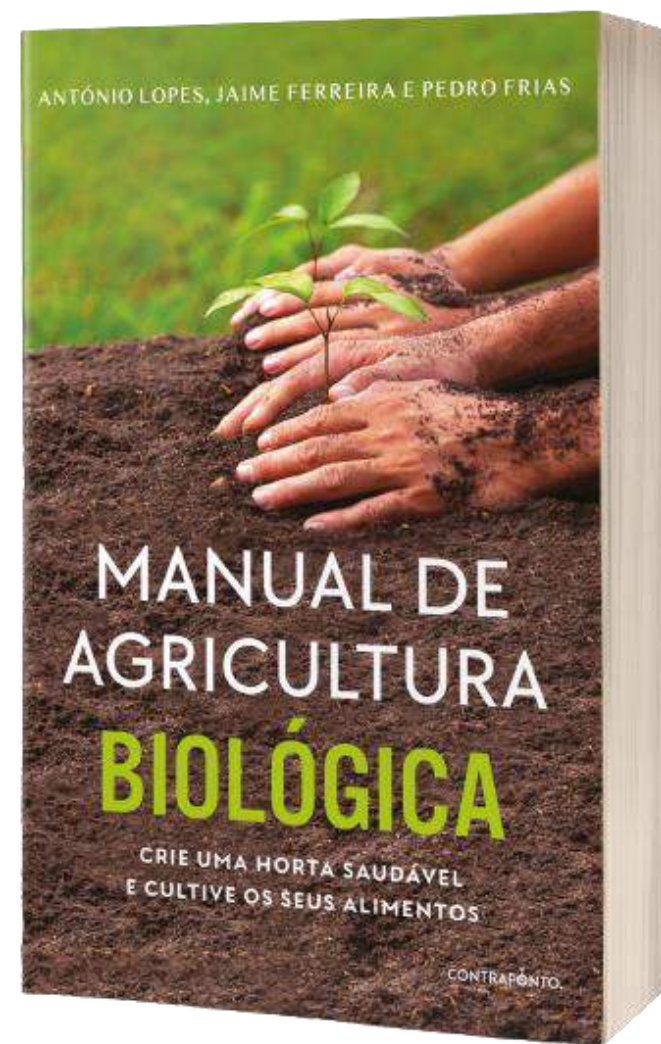
Informação
organizada
sobre **38**
culturas

Densidade

Fertilização

Pragas e Doenças

...



ÍNDICE

1. EM QUE CONSISTE A AGRICULTURA BIOLÓGICA

A agricultura biológica na Europa e no Mundo

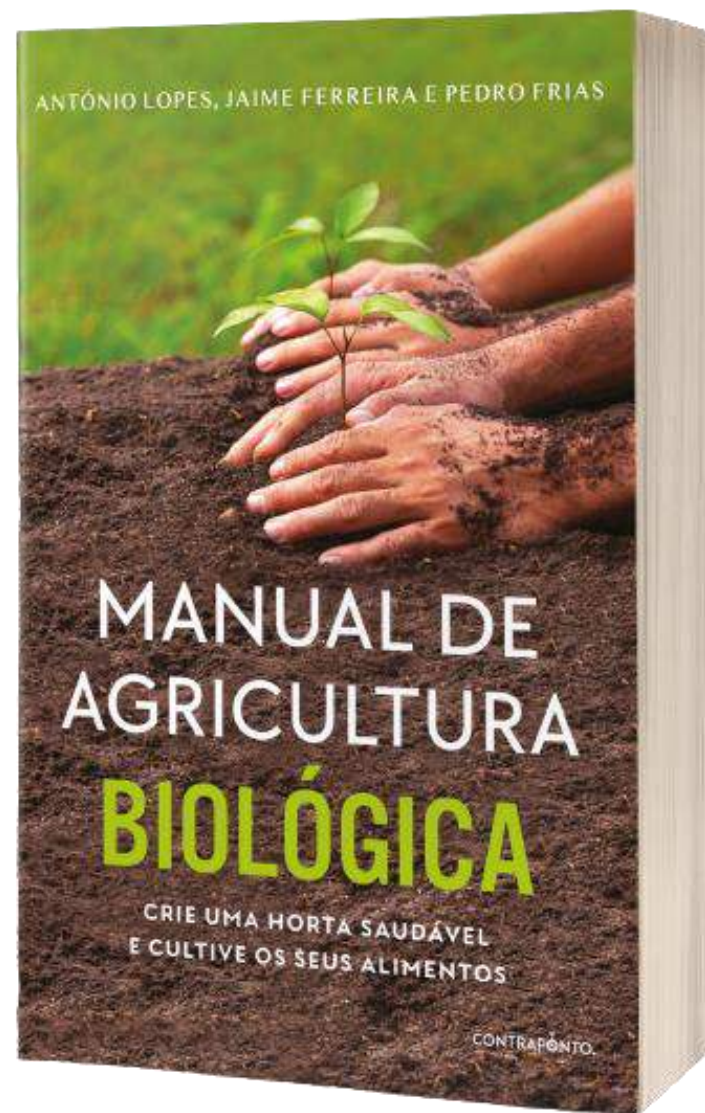
A agricultura biológica em Portugal

Agricultura convencional ou biológica? Vantagens e desvantagens

2. SOMOS O QUE COMEMOS – A ALIMENTAÇÃO AO LONGO DOS TEMPOS

Os hábitos alimentares e a sua evolução

Na altura certa – as épocas de produção das hortícolas



3. COLHEMOS O QUE PLANTAMOS: A ESCOLHA

DAS HORTÍCOLAS A CULTIVAR

O que plantar?

Aprender a conhecer o solo

A textura

A estrutura

O pH

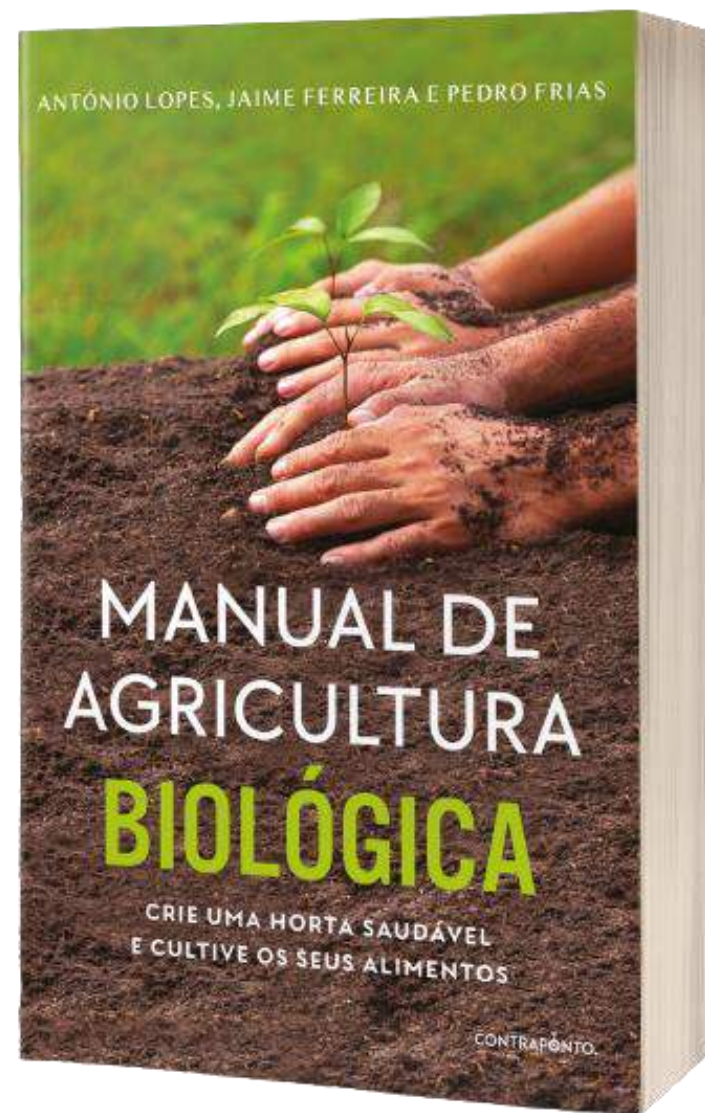
Não é só terra: a atividade biológica no solo

A matéria orgânica

Cuidar daquilo que nos alimenta

Os nutrientes de que as plantas necessitam

Temperatura e luz



As hortícolas não são todas iguais

As famílias de plantas

Ciclos biológicos e culturais

As partes comestíveis das hortícolas

Profundidade radicular e altura das plantas

A alimentação das plantas

Exigências das culturas

As boas relações na horta: como usar as interações entre plantas

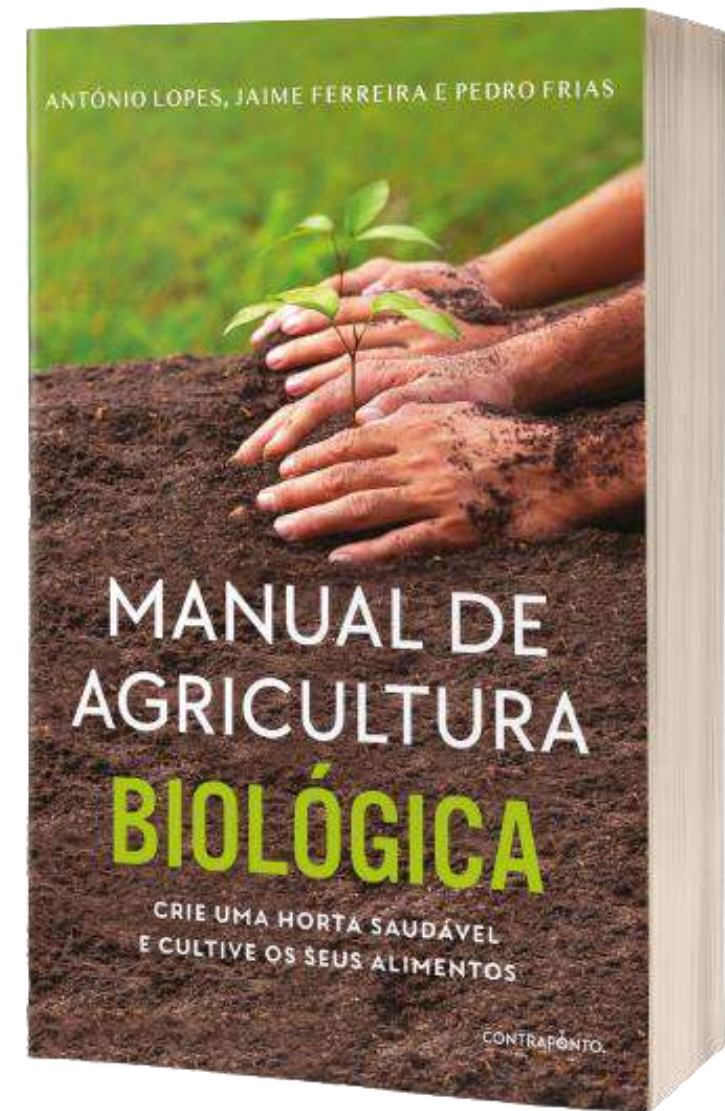
a nosso favor

A consociação de culturas

A escolha das culturas para a consociação

A rotação de culturas

O estabelecimento das rotações



4. A HORTA

Como organizar a horta

Escolher a localização

A estrutura da horta

As dimensões da horta

Os acessos e corredores

Os pontos de água e a sua distribuição

O composto

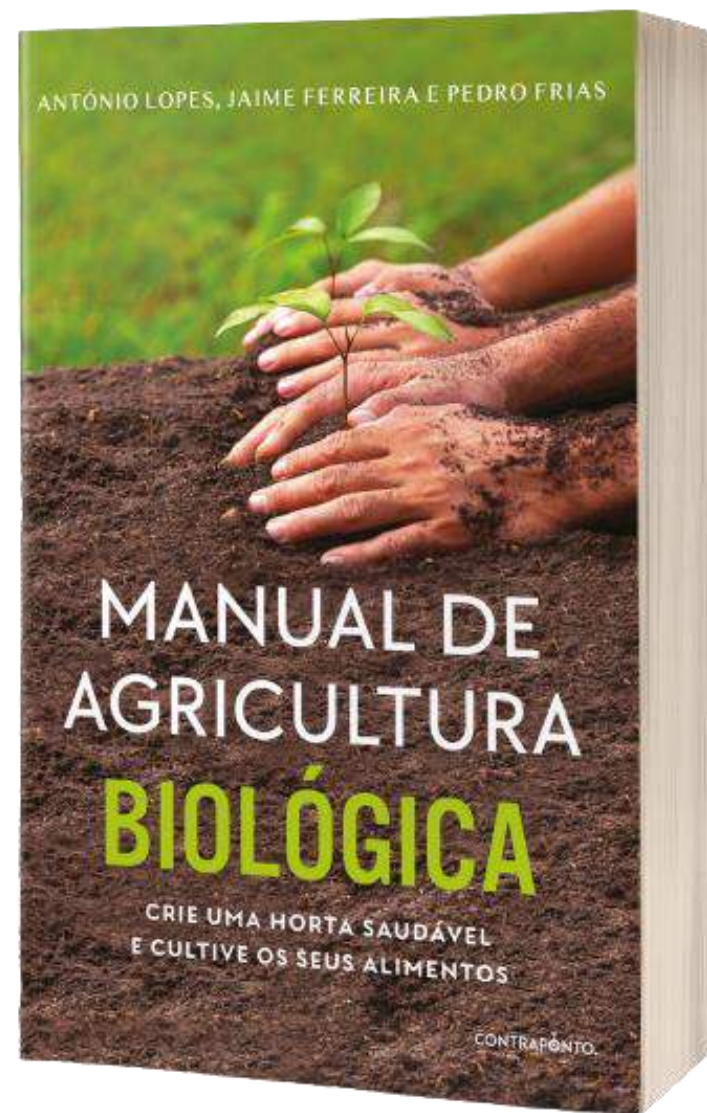
A casa da horta

Alfobres e canteiros – otimizar a disposição para potenciar a produção

A instalação do alfobre

Canteiros para hortícolas

Plantas companheiras: quais são e como as dispor da melhor maneira na horta



Os pequenos ajudantes do agricultor: os animais auxiliares da horta

Equipar a horta: máquinas e ferramentas necessárias

Máquinas e ferramentas para mobilização do solo

Máquinas e ferramentas para sementeira e plantação

Máquinas e ferramentas para o controlo de infestantes

Equipamentos de rega

Máquinas e equipamentos para aplicação de fitofármacos

Outros equipamentos e utensílios

5. METER AS MÃOS NA TERRA

Preparar o terreno

Fertilizar o solo

Restituições orgânicas

Em que consiste a adubação verde

A compostagem: como fazer?

Materiais para compostar

Fases da compostagem

Como controlar o processo de compostagem

A humidade

O arejamento

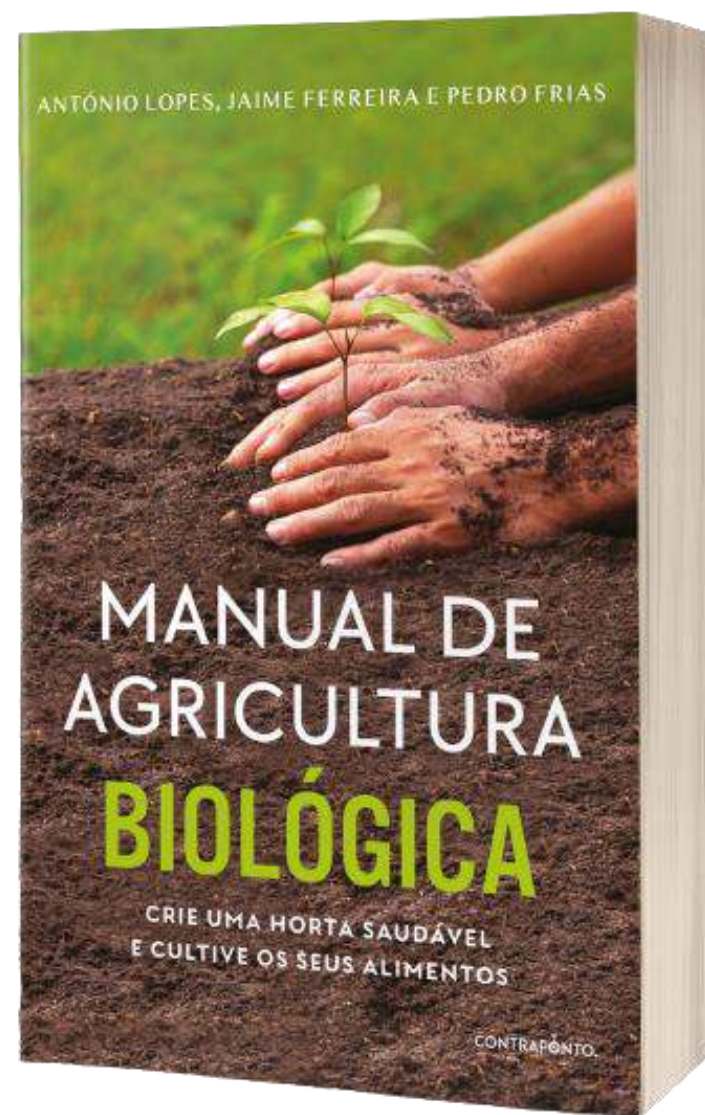
As temperaturas dos materiais em compostagem

O composto

Aubos naturais

Solo ácido ou alcalino? – quando é preciso corrigir o pH

A desinfecção do solo



6. SEMEAR E PLANTAR

Semear ou plantar?

Como preparar a sementeira

Preparar a «cama» da semente

A sementeira

Compasso de sementeira

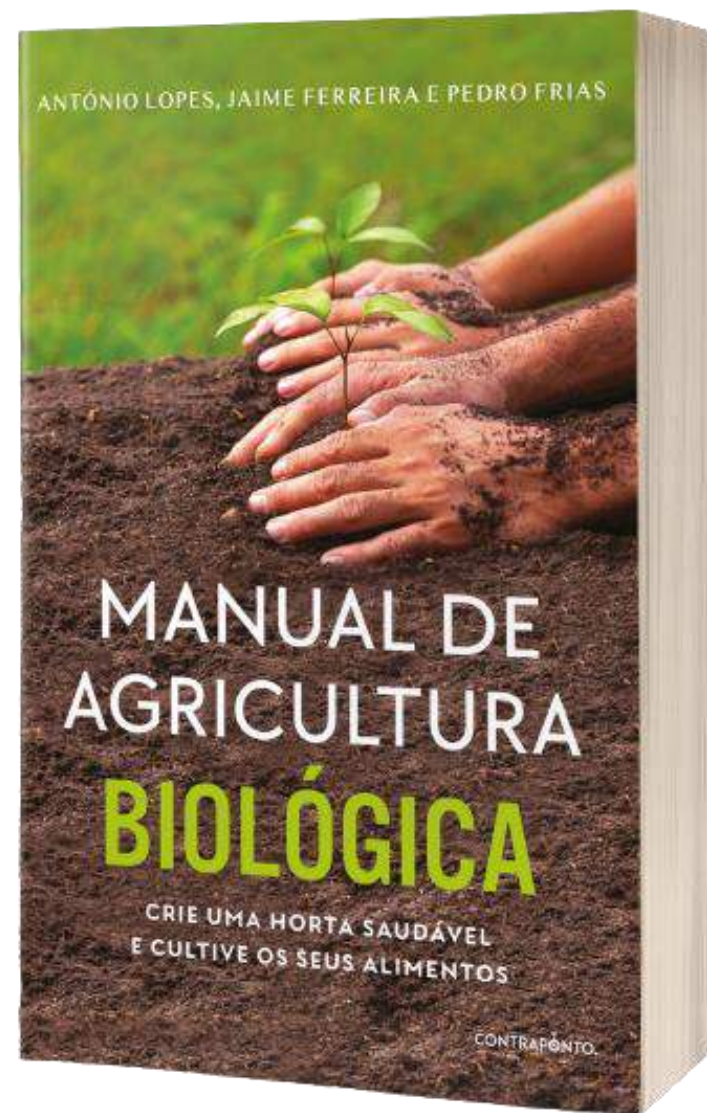
Profundidade da sementeira/plantação

Sementeiras em alfobres (vasos ou alvéolos)

Sementeiras em alfobres diretamente no solo

Sementeiras no local definitivo

Transplantar e plantar



7. TRATAR DA HORTA

Como e quando regar

Qualidade da água de rega

Sistemas de rega

Rega na medida certa

Manter pragas e doenças à distância

Crescer para cima: a importância dos tutores

As infestantes

Controlar pragas e doenças

Tratar ou deixar a natureza seguir o seu curso?

Medidas de controlo de pragas e doenças

Medidas de ordem legislativa

Medidas de ordem biológica

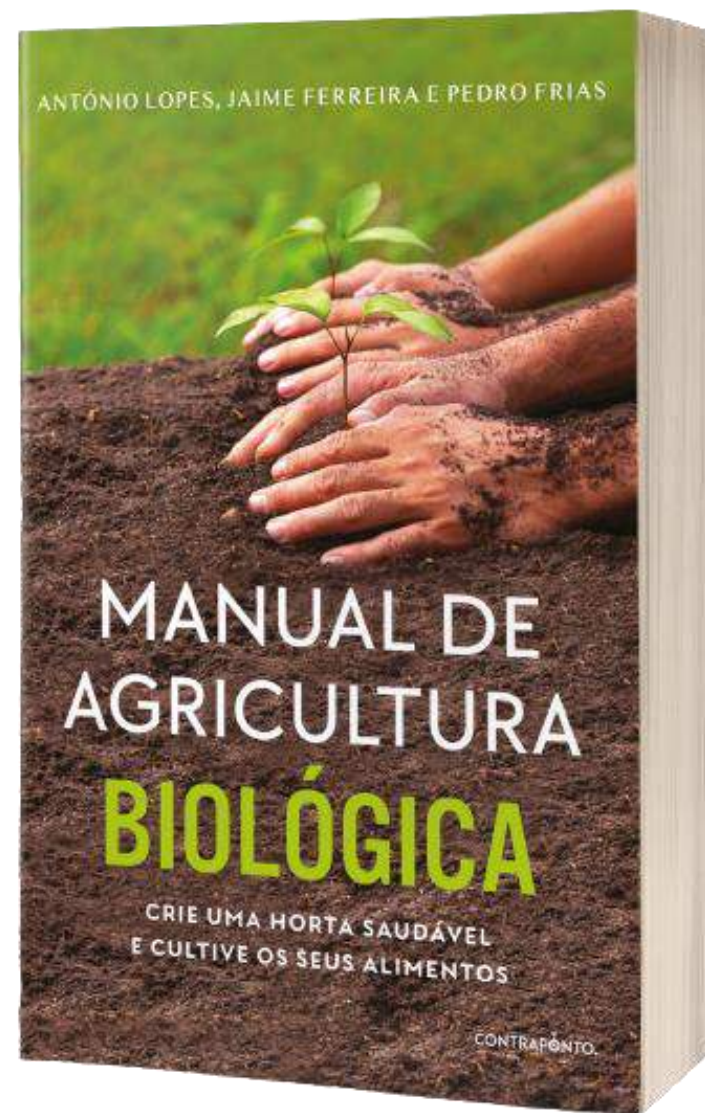
Medidas de ordem biotécnica

Medidas de ordem genética

Medidas de ordem cultural

Medidas de ordem física

Medidas de ordem química



8. NA HORA DA COLHEITA

Colher para consumo

Produtividades médias na horta

Colher na altura certa

Colher para semear

A colheita de sementes

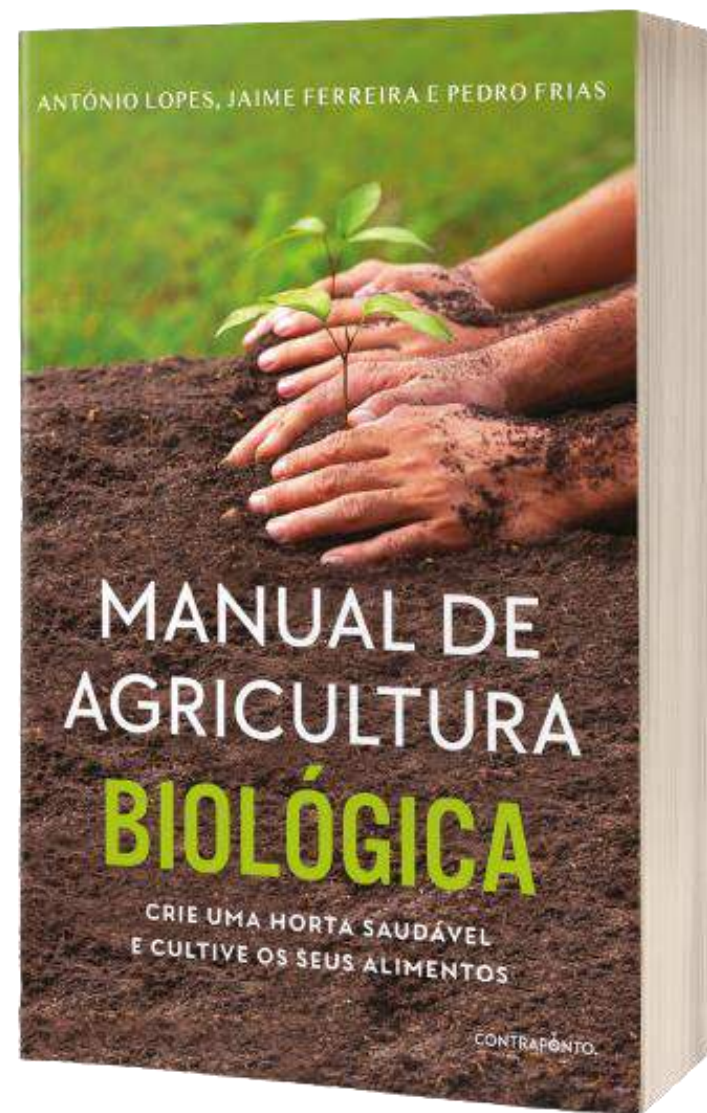
A secagem das sementes

A conservação de sementes

CONCLUSÃO

PRAGAS E DOENÇAS – MEDIDAS DE ORDEM CULTURAL

BIBLIOGRAFIA

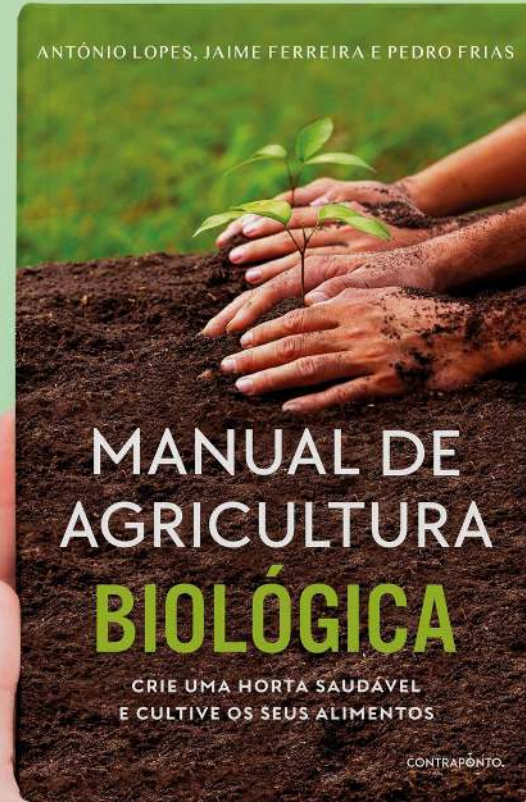


O MAIS
COMPLETO GUIA
DE AGRICULTURA
BIOLÓGICA
PUBLICADO
EM PORTUGAL

FERRAMENTA
ÚTIL TANTO
PARA INICIANTE
COMO PARA
QUEM JÁ TEM
EXPERIÊNCIA

LIVRO
PRÁTICO

REPLETO DE
ILUSTRAÇÕES
E ESQUEMAS
ELUCIDATIVOS



DICAS E TÉCNICAS
PARA SEREM
APLICADAS NUM
PEQUENO QUINTAL
DE CIDADE OU NUM
TERRENO RURAL

CONTRAPONTO.

Teste 1 – Filamento em forma de anel

Coloca-se um pouco de terra na palma da mão e humedece-se com umas gotas de água. Rola-se a terra húmida na palma para tentar formar um filamento cilíndrico e, por fim, tenta-se dobrar esse filamento em forma de anel.

Filamento cilíndrico de solo



**Dicas
práticas**



Teste 2 – Aderência aos dedos

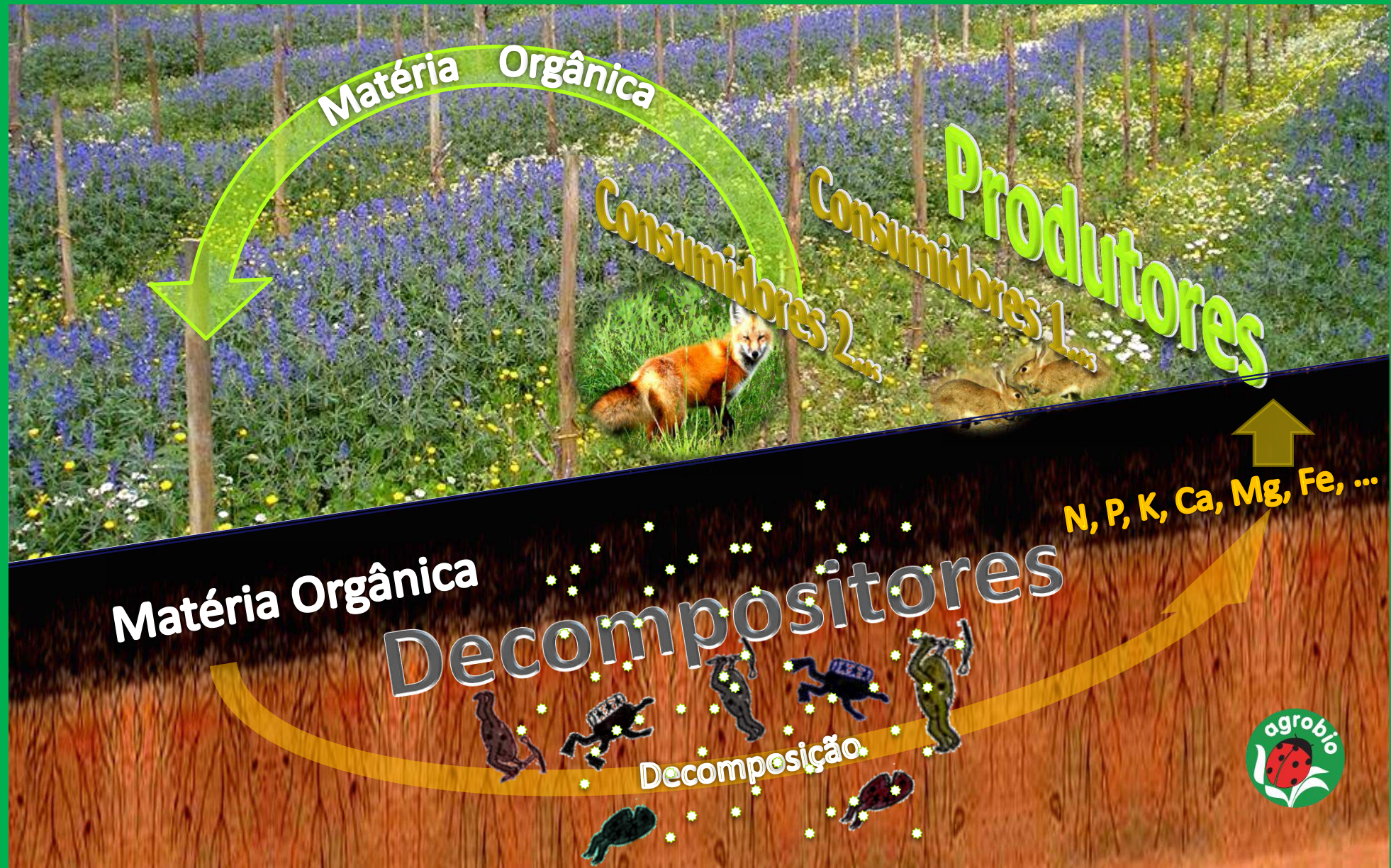
Coloca-se um pouco de terra na palma da mão e humedece-se com água. Aperta-se a terra húmida entre o polegar e o indicador e afastam-se os dedos lentamente 2 ou 3 mm.

Terra húmida aderente aos dedos



Realizados os testes (basta um deles), será possível classificar a textura do solo da horta através da consulta do quadro que aqui se apresenta.

A fertilidade e atividade biológica do solo



A fertilidade e atividade biológica do solo



A fertilidade e atividade biológica do solo



A fertilidade e atividade biológica do solo



Quantidade - Kg / camada superficial (20cm) de 1 ha

17 Vacas
(500 Kg)



A fertilidade e atividade biológica do solo



Quantidade - Kg / camada superficial (20cm) de 1 ha

45 Porcos
(190 Kg)



A fertilidade e atividade biológica do solo



Quantidade - Kg / camada superficial (20cm) de 1 ha
245 Cabras/Ovelas
(35 Kg)



A fertilidade e atividade biológica do solo



Quantidade - Kg / camada superficial (20cm) de 1 ha
2.850 Galinhas / Patos
(3 Kg)



A fertilidade e atividade biológica do solo

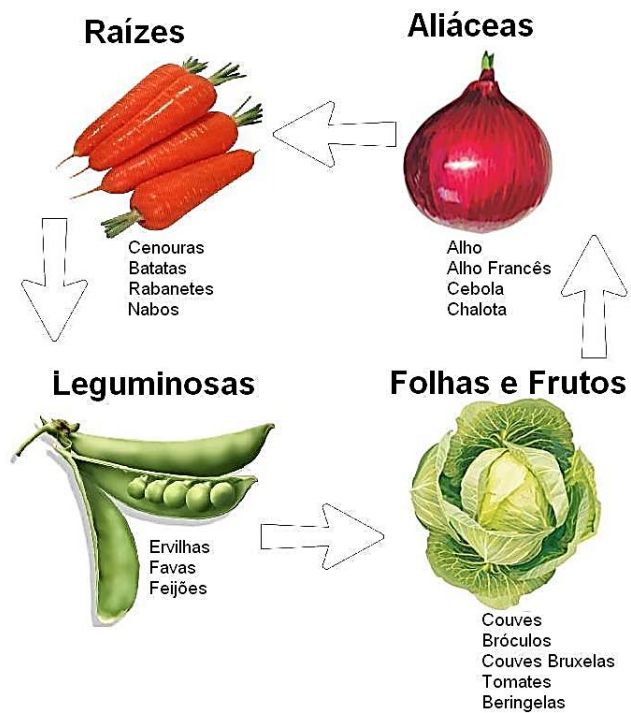


Agricultura Biológica



Agricultura Química

Fertilização



Rotações de Culturas



Consociações

Fertilização

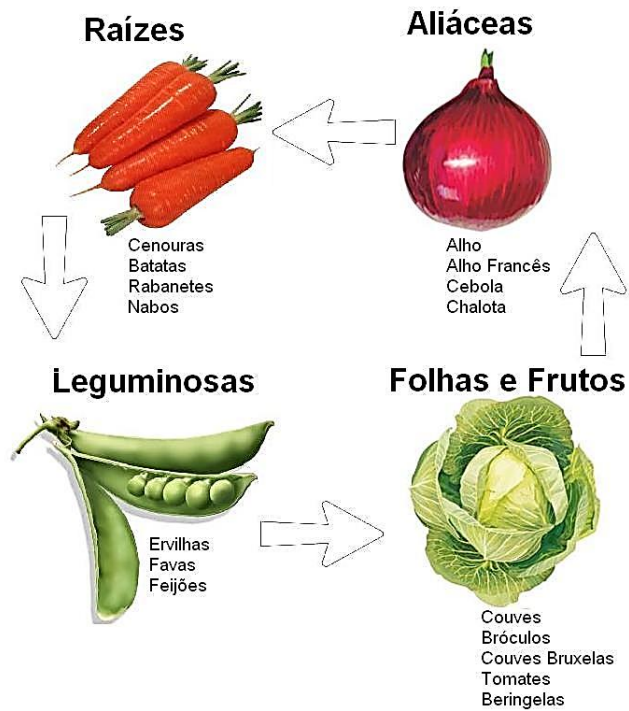


🐞 **Adubos Verdes**



🐞 **Compostagem**

Controlo de pragas e doenças



Rotações de Culturas



Consociações

Controlo de pragas e doenças



🐞 Organismos Auxiliares



🐞 Variedades Resistentes

Porquê um alimento biológico?

- 🐞 Sem pesticidas e adubos químicos de síntese
- 🐞 Mais sustentável - proteção da água e dos solos
- 🐞 Livres de OGM's
- 🐞 Consumo local
- 🐞 Sazonalidade



Sazonalidade dos alimentos

- 🐞 + frescos
- 🐞 + baratos
- 🐞 + ecológicos
- 🐞 + nutritivos



O simples acto de consumir dá-nos a
responsabilidade e o poder de
decidirmos a Alimentação e a
Agricultura que queremos.



**OBRIGADO PELA VOSSA
ATENÇÃO**

www.agrobio.pt