

Fem Fam
Fum... Bosc

GUÍA DIDÁCTICA

EL BOSQUE DE LOS REGALOS

Cuánto nos
da el bosque
mediterráneo
y qué podemos
hacer a cambio



¿QUÉ VAS A ENCONTRAR EN ESTA GUÍA?

De qué vamos a hablar

Parémonos a pensar en base a estos pequeños textos

Experimentar y jugar... todo es empezar

EL BOSQUE COMO DESPENSA Y MÁS
El bosque se come. Y todo está delicoso: miel, polen, frutos rojos, setas, castañas, piñones, trufas... También nos cuida con sus aceites esenciales y medicinales: salvia, menta, orégano, tomillo, romero, lavanda. Están ricos, curan enfermedades, combaten la comida y perfuman nuestras casas. Y no sólo los seres humanos comemos bosque, también lo hace el ganado y los animales silvestres que adoran las bellotas y sus pastos naturales. Las dehesas, por ejemplo, son un tipo de bosque que las personas empezaron a crearlo en la prehistoria.

«La Tierra ofrece lo suficiente para satisfacer las necesidades de cada hombre, pero no la codicia de cada hombre»
Mahatma Gandhi

SABÍAS QUE
España es el segundo país que más corcho produce, un 30% del corcho que se usa en el planeta procede de nuestros bosques.

RETO
Echa un vistazo por tu casa o tu colegio y busca cosas que provengan del bosque, o que estén hechos con productos del bosque. Tóyalas unas fotos. Anótalas aquí debajo.

- Algo para comer
- Algo para jugar
- Algo para construir
- Algo para decorar
- Algo para escribir

APRENDE MÁS
¿Cómo aprovechar una masa forestal?

VERDADERO O FALSO

- La madera es un bien ecosistémico del bosque mediterráneo
- El acorta esencial de romero tiene propiedades medicinales
- Las vacas, ovejas y cabras odian ir al bosque

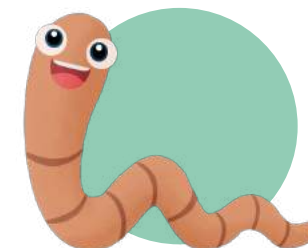
Frases famosas sobre bosques y naturaleza

Datos curiosos sobre nuestros bosques mediterráneos

La de cosas que pueden ocurrir en un bosque

Ponte a prueba

Y eso de Fem Fam Fum... Bosc, ¿qué es?



Primero me presento y después te cuento. Soy una lombriz de tierra común. Los expertos me llaman *Lumbricus terrestris*, pero tú puedes llamarme Cuqueta.

Vivo en un bosque de la Comunitat Valenciana que ha pasado por más de un incendio, varias épocas de sequía y mucho abandono por parte de los humanos.

Ahora, por suerte, algunos de esos humanos se preocupan por mi hogar y hacen cosas muy interesantes para mejorarlo. En concreto hay dos personas que me encantan, son Emma y Tomás y los vas a ver mucho en las páginas que siguen.

Tomás ha ideado el proyecto **Fem Fam Fum... Bosc** para conseguir piñones, trufas y setas y que, además de para comer, esos "cultivos" sirvan para cuidar del ecosistema y evitar los incendios. Muy loco todo, sí.

Menos mal que Emma, que es la personita que más conoce estas montañas porque siempre está por aquí curioseando, va a echarle una mano.

Pasa la página y verás a estos dos en acción... Y a mí también, claro.



Esta guía es una obra colectiva concebida, diseñada y creada por Interpreta Natura.

Contenidos: Fede Llorca y Carmen Flordelís

Ilustración y maquetación: Laura López

Editado por Interpreta Natura, febrero 2024.

Ninguna parte de esta publicación, incluido el diseño de cubierta, puede ser reproducida, almacenada o transmitida de ninguna manera y por ningún medio sin permiso de la editorial. Si necesita utilizar algún fragmento de esta obra con fines educativos, póngase en contacto con Interpreta Natura en info@interpretaeduca.com

EL BOSQUE como DESPENSA Y MÁS



El bosque se come. Y todo está delicioso: miel, polen, frutos rojos, setas, castañas, piñones, trufas...

También nos cuida con sus aceites esenciales y medicinales: salvia, menta, orégano, tomillo, romero, lavanda. Están ricos, curan enfermedades, condimentan la comida y perfuman nuestras casas.

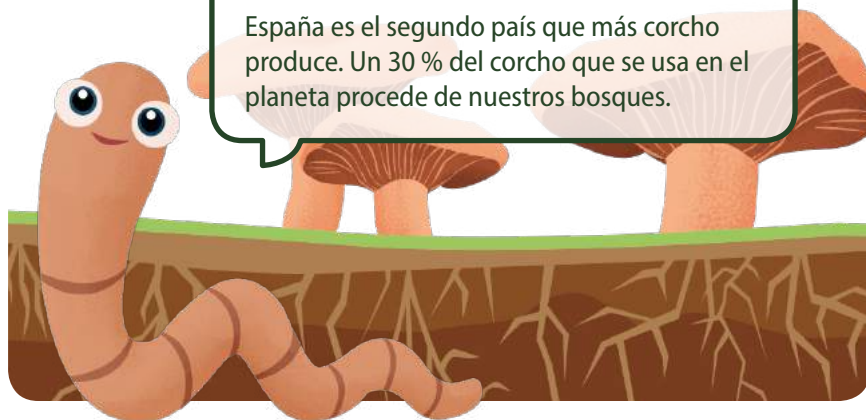
Y no sólo los seres humanos comemos bosque, también lo hace el ganado y los animales silvestres que adoran las bellotas y sus pastos naturales. Las dehesas, por ejemplo, son un tipo de bosque que las personas empezaron a crear ya en la prehistoria.

«La tierra ofrece lo suficiente para satisfacer las necesidades de cada hombre, pero no la codicia de cada hombre».

Mahatma Gandhi

SABÍAS QUE...

España es el segundo país que más corcho produce. Un 30 % del corcho que se usa en el planeta procede de nuestros bosques.



Nuestras casas eran bosque puro hasta hace bien poco. Antes de inventar los materiales de construcción modernos, construíamos nuestros hogares, muebles y utensilios con madera, corcho, resina, enea, mimbre, esparto, cera...

¡No nos olvidemos tampoco del papel! Esta guía está hecha con papel proveniente de bosques gestionados de manera sostenible.

A todos estos productos, al igual que a los alimentos de los que ya hemos hablado, se los denomina **bienes ecosistémicos** del bosque.

RETO

Echa un vistazo por tu casa o tu colegio y busca cosas que provengan del bosque, o que estén hechas con productos del bosque. Te doy unas pistas. Anótalas aquí debajo:

- Algo para comer
- Algo para jugar
- Algo para construir
- Algo para decorar
- Algo para escribir

APRENDE MÁS

¿Cómo aprovechar una masa forestal?

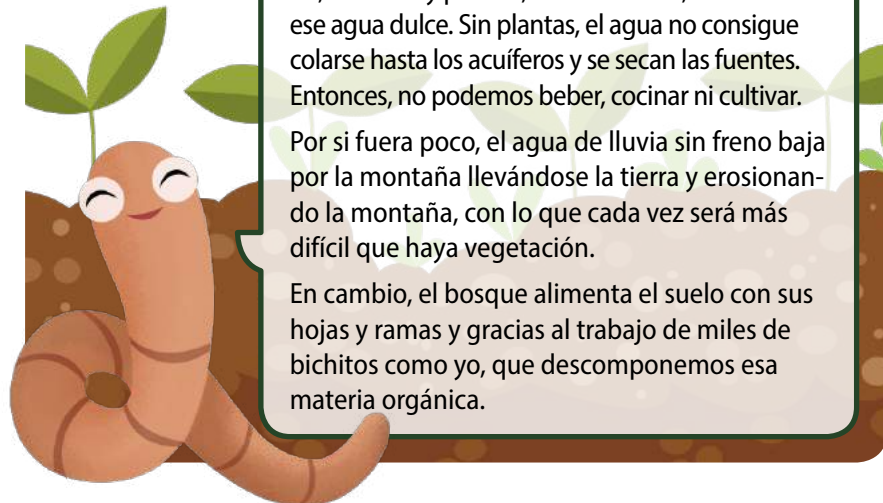


VERDADERO O FALSO

- La madera es un bien ecosistémico del bosque mediterráneo
- El aceite esencial de romero tiene propiedades medicinales
- Las vacas, ovejas y cabras odian ir al bosque

V	F
V	F
V	F

Sin BOSQUE LA VIDA SE COMPLICA



El bosque se bebe. Piénsalo bien. Si no hay árboles, arbustos y plantas, cuando llueve, nada retiene ese agua dulce. Sin plantas, el agua no consigue colarse hasta los acuíferos y se secan las fuentes. Entonces, no podemos beber, cocinar ni cultivar.

Por si fuera poco, el agua de lluvia sin freno baja por la montaña llevándose la tierra y erosionando la montaña, con lo que cada vez será más difícil que haya vegetación.

En cambio, el bosque alimenta el suelo con sus hojas y ramas y gracias al trabajo de miles de bichitos como yo, que descomponemos esa materia orgánica.

«Si la abeja desapareciera de la superficie del globo, al hombre sólo le quedarían cuatro años de vida: sin abejas, no hay polinización, ni hierba, ni animales, ni hombres».

Albert Einstein

SABÍAS QUE...

Más de la mitad de la superficie de la Comunitat Valenciana es forestal.



Los bosques regulan el clima para que no sea demasiado caluroso en verano ni frío en invierno. También capturan el dióxido de carbono reduciendo el efecto invernadero y filtrando el aire que respiramos. Son nuestros aliados contra el **cambio climático**.

Y los animales que viven en el bosque, que son bosque también, ayudan a dispersar semillas y los **polinizadores** aseguran la continuidad de la vida. ¡Imposible imaginar la vida sin bosques!

RETO

Haz una prueba para ver cómo las plantas retienen más el agua.

Recorta el lateral de dos garrafas de agua y tumbalas sin el tapón. En las dos, pon en la parte de abajo una capa de grava de un centímetro o dos. Sobre esa capa, pon otra de gravilla un poco más fina.

Encima, coloca una capa de tierra mezclada con un poco de sustrato para plantas. Planta varias plantitas de diferentes tamaños sólo en una de ellas y deja que pasen unas semanas para que expandan sus raíces regándolas con cuidado.

Pasadas esas semanas, riega con abundancia las dos garrafas simulando una tormenta. ¿Cuál de ellas retiene más agua?

APRENDE MÁS

¿Qué son los sumideros de carbono?



VERDADERO O FALSO

- Gracias a la fotosíntesis, los bosques retienen carbono
- La lluvia siempre erosiona y daña el suelo
- Las aves ayudan a repartir las semillas para que crezca el bosque



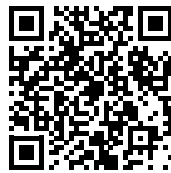
Un BOSQUE PARA JUGAR Y CREAR



El bosque se disfruta. No importa si es de ribera junto a un curso de agua o de montaña porque cada persona lo recorre de una forma: haciendo senderismo, ciclismo por pista, geocaching, piragüismo o, incluso, escalada.

En el bosque puedes pasarte el día entero haciendo fotos a plantas y árboles, a insectos, aves o mamíferos. Y puedes observar las estrellas al caer la noche o contar historias de terror alumbrándote con una linterna. ¡Es imposible aburrirse en un bosque!

Teatre al paratge



«La naturaleza es la verdadera maestra; todo lo demás es imitación».

Leonardo da Vinci

SABÍAS QUE...

En la Comunitat Valenciana hay casi 800 senderos homologados esperando que los recorras.



El bosque es arte y no hace falta ser un pintor o pintora impresionista para saberlo. Aunque si lo tuyo es pintar, en pocos lugares encontrarás más modelos e inspiración.

Artistas son también las personas que mantienen los **saberes artesanales**, como la forma de hacer los ribazos y casetas de piedra en seco, o las que aún fabrican bolsos o capazos con esparto y mimbre del bosque.

RETO

¿Crees que serás capaz de encontrar en tu localidad o en tu familia a una persona que trabaje con materiales del bosque como se hacía antiguamente?

Podrían dedicarse a la carpintería o ebanistería, trabajar el mimbre, hacer ramos de flores secas para decoración...

También puedes preguntar a tus abuelos y abuelas.

¿Te animas a probar y hacerlo tú?

APRENDE MÁS

Esparter / Espartera



VERDADERO O FALSO

- El esparto se utiliza por lo menos desde el Neolítico
- Está prohibido caminar por los senderos de montaña
- La contaminación lumínica (por luz artificial) es mayor en el bosque

V F

V F

V F

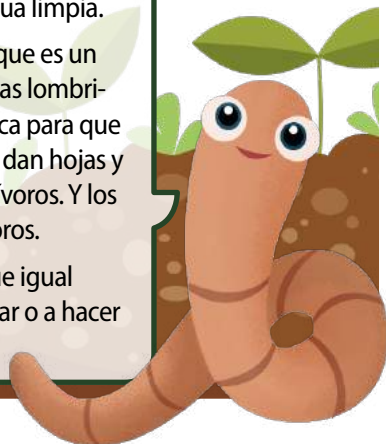
EL BOSQUE como HOGAR



El bosque se vive. ¡Que me lo digan a mí, que es mi casa! El bosque es una máquina casi perfecta de vida: da alimento, cobijo, aire puro y agua limpia.

También es como una gran familia porque es un ecosistema que no deja a nadie atrás. Las lombrices descomponemos la materia orgánica para que se alimenten las plantas. Estas crecen y dan hojas y frutos que se comen los animales herbívoros. Y los carnívoros... se zampan a esos herbívoros.

Y después estáis los humanos, claro, que igual venís a por espárragos o leña que a cazar o a hacer deporte.

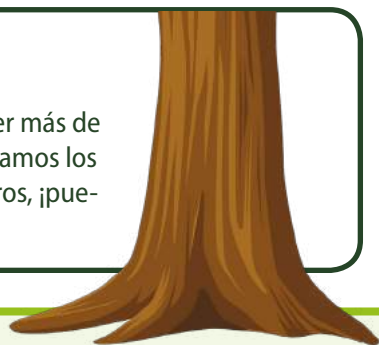


«La ecología de un bosque es muy delicada. Si el bosque perece, la fauna puede extinguirse junto con él».

Úrsula K. Le Guin

SABÍAS QUE...

En la corteza de un solo árbol puede haber más de 30 especies de líquenes y musgos. Si sumamos los insectos, las aves o los pequeños mamíferos, ¡pueden ser más de cien especies diferentes!



No nos olvidemos de que el bosque y la selva fueron también el hogar de los seres humanos primitivos. Allí vivimos durante miles de años hasta que decidimos explorar el resto del mundo.

Por eso nos gusta tanto trepar a los árboles, buscar setas, perseguir mariposas, oír cantar a las aves o ver pasar un zorro, una cierva, una osa con sus crías o un conejo.

RETO

Vas a necesitar papel y lápiz y unas zapatillas.

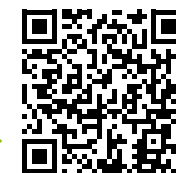
Con el cole o con tu familia, visita un bosque o un gran parque de tu ciudad. Abre bien los ojos y anota cada cosa o ser vivo que veas moverse. ¿Serás tú quien escriba la lista más larga?

¡Acuérdate de coger papel y lápiz antes de salir de casa!



APRENDE MÁS

Bosque de bosques



VERDADERO O FALSO

- Los animales herbívoros se alimentan de otros animales y de frutas
- Las aves siempre viven en el mismo bosque
- Los seres humanos siempre han vivido en pueblos o ciudades

V F

V F

V F

FEM: ¿Cómo puedo cuidar del bosque cada día?

El bosque nos necesita. Los seres humanos hemos modificado tanto los bosques mediterráneos y su entorno que ya no pueden vivir por sí solos.

Cuando nuestros abuelos eran pequeños, se recogía leña, piñas, hojarasca y pequeñas ramitas para cocinar y calentar la casa. También se recogían diferentes hierbas, bayas y arbustos para elaborar medicinas naturales. Con eso, el monte estaba limpio y más a salvo de incendios.

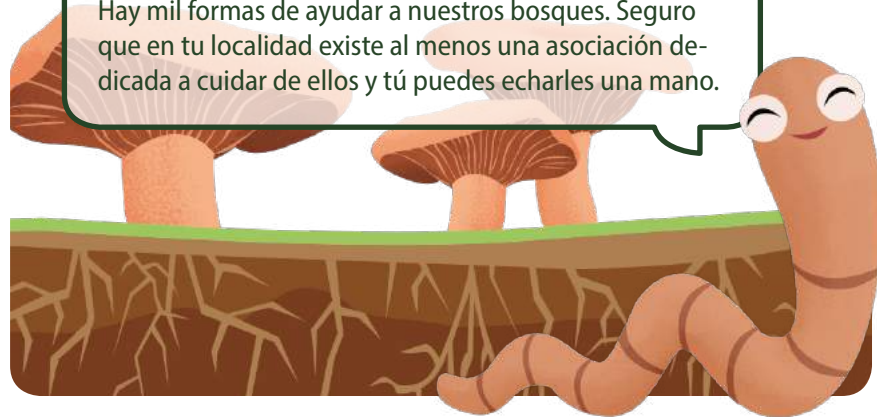
Además, los campos que rodeaban esos bosques estaban cultivados y bien cuidados y servían como cortafuegos. Es lo que se llama "mosaico agroforestal".

«Hasta que no caves un agujero, plantes un árbol, lo riegues y lo hagas sobrevivir, no habrás hecho nada. Sólo estás hablando».

Wangari Maathai

SABÍAS QUE...

Hay mil formas de ayudar a nuestros bosques. Seguro que en tu localidad existe al menos una asociación dedicada a cuidar de ellos y tú puedes echarles una mano.



Ahora, con el abandono del medio rural y el calentamiento global y las sequías, nuestros bosques mediterráneos están más en peligro que nunca.

Con el proyecto Fem Fam Fum... Bosc, por ejemplo, se intenta mejorar la composición del bosque y aumentar su valor económico plantando carrascas con trufas y setas, para que sean más resistentes contra los incendios.

Pero cada persona puede ayudar recogiendo basuras, plantando árboles y yendo después a regarlos y cuidarlos, respetando a los animales... en resumen: siendo bosque.



RETO

¡Es una excelente idea participar en familia en actividades de voluntariado ambiental! Hay muchas maneras de contribuir al cuidado del medio ambiente mientras se disfruta del tiempo en familia.

Busca tu oportunidad y comparte la experiencia luego en la clase o grupo de amigos.



APRENDE MÁS

¿Qué son los núcleos de dispersión?



FAM: Aprovechemos mejor el Bosque

Un arroz con espárragos y tomillo, unos macarrones con trufa, unas setas a la plancha, un dulce con miel y piñones... ¿no te entra hambre? Pues todo eso son sabores del bosque mediterráneo.

Lo mismo ocurre con los muebles de tu casa, por ejemplo: cuando necesitéis comprar un mueble nuevo, aseguraos de que esté hecho con madera sostenible.

Por desgracia, muchas veces, se cuidan más las cosas si tienen un valor económico, así que vamos a ayudar a que los bosques de la Comunitat Valenciana sean productivos y rentables.

«Somos como somos porque una vez, no hace tanto tiempo, fuimos bosque».

Joaquín Araújo

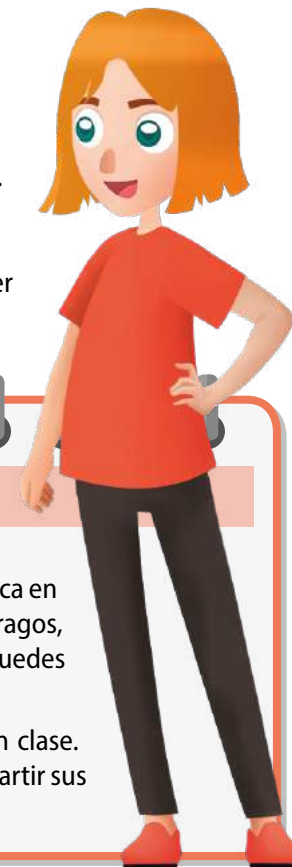
SABÍAS QUE...

Muchas especies de plantas, especialmente de árboles y arbustos, producen frutos carnosos que recompensan a los animales por ayudarles a esparcir sus semillas.



El bosque no sólo se come, también se respira, se siente y se vive. ¿Te has parado a pensar por qué será que cuando estás en plena naturaleza te sientes mucho más feliz?

Las personas, sobre todo las niñas y niños, necesitamos visitar los bosques, jugar en ellos, explorarlos... vivir durante un rato como los humanos primitivos. Es decir, necesitamos **reconectar con la naturaleza**. ¡Y a los mayores también les vendría bien volver a ser niños y niñas de vez en cuando!



RETO

¡Busca el tesoro! Visita con tu clase o familia un bosque cercano. Llévate un mapa del lugar y marca en él todos los tesoros que encuentres (setas, espárragos, un árbol enorme, una caseta de piedra, etc.). Puedes dibujarlos, describirlos, hacerles fotos...

Se recomienda hacer equipos de exploración en clase. Al finalizar, cada equipo puede presentar y compartir sus hallazgos.



APRENDE MÁS

Bosques e innovación



FUM: Ni un incendio más

El bosque se muere. Con cada desastre medioambiental, con el cambio climático y las sequías interminables, el bosque mediterráneo sufre y, en muchos casos, ya no puede recuperarse.

Pero, sin duda, lo que resulta más devastador y llamativo es el aumento de la ferocidad de los incendios forestales. Y lo peor es saber que uno de cada cuatro, en la Comunitat Valenciana, está provocado por el ser humano, sea o no a propósito.

Las basuras, las colillas, los petardos, las barbacoas, algunas quemas agrícolas descontroladas, el no respetar las prohibiciones de ciertas actividades los días de más riesgo... con todo eso, las personas destruyen el hogar de miles de animales, árboles y plantas.

«Una sola chispa puede prender fuego a un bosque».

Charles Bukowski

SABÍAS QUE...

Lo que el incendio devora en días puede tardar más de 100 años en recuperarse.

Un incendio no sólo deja un paisaje negro y desolado. Al desaparecer la protección de la vegetación, se erosiona y pierde el suelo, con lo que es más difícil que vuelva a aparecer un buen arbolado. Y, si llueve después, la lluvia arrastra las cenizas y se contaminan los ríos.

Además, ¿a dónde van los pocos animales que consiguen sobrevivir? Jabalís, corzos, conejos, aves, pequeños reptiles y millones de insectos perecen en estos desastres o se ven obligados a desplazarse a otros territorios con los problemas que eso genera.



RETO

Somos periodistas. Vamos a crear una noticia sobre los incendios forestales de los bosques más cercanos. Tenemos que encontrar alguna fotografía o persona que vivió o trabajó en el incendio. ¿Qué pasó en el bosque? ¿Cómo pasó? Crea el título de la noticia, pon una foto o dibujo y redacta la noticia.

APRENDE MÁS

El mosaico agroforestal



ESCRIBE AQUÍ TUS NOTAS

Fem FAM FUM... BOSC

¿JUGAMOS Y RECORDAMOS?



Verticales

1. Que puede arder
3. Canasto hecho con mimbres, tiras de caña o varas de sauce sin pulir
5. Resguardo frente a un peligro
6. Territorio admirable para observar
9. Fuego grande que destruye lo que no debería quemarse
10. Animal que se alimenta de plantas o algas

Horizontales

2. Lugar poblado por árboles, arbustos y matas
4. Producción dulce del trabajo de las abejas
7. Lugar donde se combina el bosque con los cultivos
8. Proceso por el que las plantas fabrican materia orgánica
11. Conjunto de seres vivos y el medio en que viven
12. Depósito de carbono
13. Transporta el polen de una flor a otra

Soluciones Verdadero o Falso

Pág. 5 ← V-V-F
 Pág. 9 ← V-F-V
 Pág. 11 ← F-F-F

Soluciones crucegrama Pág. 18

Horizontales
 2. bosque
 4. miel
 7. agroforestal
 8. fotosíntesis
 11. ecosistema
 12. sumidero
 13. polinizador
 Verticales
 1. combustible
 3. cesta
 5. protección
 6. paisaje
 9. incendio
 10. herbívoro

OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE



Lee este Qr para saber cómo cuidar el monte cuando vas a visitarlo



Si ves humo en el bosque, no lo dudes y llama al 112

#STOPALFOC



www.interpretayeduca.com

Para contactar con nuestro equipo:

Telfs. 96 201 83 93 / 640 352 991 interpretanatura@interpretayeduca.com

Sede principal:
C/ Concepción Arenal, 2 bajo
46600 - Alzira (Valencia)

Sede de ruralidad:
Plaza de las Eras, 10
12414 - Vall de Almonacid (Castellón)