



TIERRA Y AGUA • H00 • PRIMEROS PASOS: EL PLAN DE LA FINCA • MÓDULO 1 DE 7

CÓMO EMPEZAR: DE LA IDEA AL PRIMER PASO

Del deseo de tener una finca al primer bancal, las primeras gallinas y un plan que puedas sostener: qué va primero, cuánto cuesta y dónde seguir aprendiendo

SOBRE ESTA GUÍA

UNA FINCA NO SE COMPRA, SE CONSTRUYE

La mayoría de la gente que sueña con una finca propia no abandona por un suelo malo ni por el zorro en el gallinero. Abandona porque empezó con todo a la vez: una hectárea de tierra, veinte gallinas, cabras, invernadero y frutales el mismo año. En julio hay más trabajo que horas tiene el día, el huerto se llena de hierba y el amor por la tierra se convierte en cansancio y deudas.

Este módulo es la puerta de entrada a toda la biblioteca 4freelife. Te enseña a pasar de la idea a un primer paso que puedas sostener: qué aclarar antes de la primera palada, cuánto tiempo y dinero pide un comienzo pequeño, qué hacer en cada estación y en qué orden leer las demás guías. Al final tendrás por escrito tu visión, una evaluación de tu punto de partida, una calculadora del primer plan, un calendario de la primera temporada y un plan para los primeros 90 días.

EN RESUMEN

- **Empieza pequeño y bien:** un bancal que de verdad cuidas vale más que un huerto grande comido por la hierba.
- Aclara primero **por qué, quién, cuánto tiempo y cuánto dinero**. La tierra y los animales vienen después.
- Regla para empezar: **un área nueva por temporada**.
- Las tres primeras cosas en casi cualquier finca son **agua, compost y huerto**. Las gallinas, los frutales y todo lo demás vienen después.
- **Apúntalo todo desde el primer día:** qué sembraste, cuánto cosechaste, cuánto gastaste. El diario es el maestro más barato.

HUERTO FAMILIAR

cubre esta guía

PARCELA PEQUEÑA

cubre esta guía

GRANJA PEQUEÑA

cubre esta guía

**GRANJA
AUTOSUFICIENTE**

cubre esta guía

ÍNDICE

01	Qué es una finca y qué no	4
02	Cinco preguntas antes de la primera palada	5
03	Dónde estás ahora: el punto de partida	6
04	Empieza pequeño: los primeros proyectos	6
05	Cuando empiezas: los primeros pasos según la estación	7
06	Cuánto tiempo y dinero pide un comienzo pequeño	8
07	Seguridad desde el primer día	9
08	Personas y conocimiento	10
09	Cómo usar la biblioteca 4freelife	11
10	Cómo saber si va bien	12
11	Errores más comunes	12
12	Lista de control para imprimir	13

ANEXOS — HOJAS DE TRABAJO PARA IMPRIMIR

A	Mi visión de la finca	14
B	Punto de partida	15
C	Calculadora del primer plan	16
D	Calendario de la primera temporada	17
E	Plan de los primeros 90 días	18
F	Diario de los primeros pasos	19
G	Contactos y mentores	20

01 • CAPÍTULO

QUÉ ES UNA FINCA Y QUÉ NO



4

niveles de finca: del huerto familiar a la granja autosuficiente



1

área nueva por temporada basta para empezar



5

años tarda una finca en funcionar como un todo

Una finca familiar (en inglés, *homestead*) es, tal como la entendemos aquí, un hogar que obtiene buena parte de su comida, su agua y su leña de su propia tierra y de su propio trabajo. No es necesariamente una explotación que vende. Tampoco es volver al siglo XIX: usas lo que sabían los agricultores de antes, pero también la placa solar, el riego por goteo y el calendario del móvil.

Una finca tampoco es una huida del trabajo. **Es** trabajo: diario, de temporada y a veces duro. A cambio te da comida de la que sabes el origen, seguridad cuando las tiendas fallan, niños más sanos y la sensación de crear algo con tus manos. Rara vez da dinero rápido. Si tu objetivo principal es el dinero, lee primero H00-05 Tiempo y dinero: lo que exige una finca y la serie H64 Economía de la finca.

Los cuatro niveles de finca

Todas las guías 4freelife indican para qué tamaño de finca sirven. Busca dónde estás ahora, no dónde te gustaría estar dentro de diez años.

Nivel	Superficie orientativa	Qué suele tener	Trabajo en temporada
1. Huerto familiar	hasta ~1.000 m ²	Huerto, aromáticas, algunos frutales, 4–6 gallinas, compost	4–8 horas a la semana
2. Parcela pequeña	1.000–5.000 m ²	+ invernadero, frutales, frutos rojos, abejas, patatas	8–15 horas a la semana
3. Granja pequeña	0,5–2 ha	+ conejos, aves de carne, cabras u ovejas, heno	15–30 horas a la semana
4. Granja autosuficiente	2 ha o más	+ vaca, cerdos, cereal, bosque para leña	más de 30 horas, toda la familia

Las horas son orientativas y valen para la temporada (abril–octubre). En invierno hace falta menos de la mitad, salvo si tienes animales grandes, que piden trabajo todos los días del año.

CONSEJO

El nivel 1 no «vale menos». Un huerto familiar de unos cientos de metros cuadrados, bien llevado, puede dar la mayor parte de las hortalizas, todos los huevos y parte de la fruta para una familia de cuatro. Mucha gente se queda ahí toda la vida, y contenta.

CINCO PREGUNTAS ANTES DE LA PRIMERA PALADA

Antes de comprar tierra, semillas o gallinas, siéntate con tu familia y responde a cinco preguntas. Escribe las respuestas en el **Anexo A · pág. 14**. Media hora de conversación te ahorra años dando vueltas.

1



¿Por qué? ¿Comida, salud, seguridad, los niños, tranquilidad, un ingreso extra? Escribe las tres razones principales por orden de importancia. Cuando las cosas se pongan difíciles, este papel te recordará por qué lo haces.

2



¿Quién? ¿Quién trabaja de verdad en casa y cuánto? ¿Quién cuida de los animales cuando tú viajas? Los niños ayudan, pero no pueden ser la mano de obra principal.

3



¿Cuánto tiempo? Escribe con honestidad las horas semanales de abril a octubre, contando tu trabajo y tus obligaciones. La mayoría de los principiantes sobrestima su tiempo al doble.

4



¿Cuánto dinero? ¿Cuánto puedes invertir el primer año sin pedir un crédito y sin poner en riesgo el presupuesto de casa?

5



¿Dónde? ¿Ya tienes tierra? ¿Vives en ella o vas los fines de semana? La distancia decide qué es posible.

Finca de fin de semana o finca para vivir

Si solo vas los fines de semana, planifica de otra manera: frutales, frutos rojos, patatas, cebollas, ajos, calabazas y abejas aguantan una semana sin ti. Los tomates en invernadero sin riego automático y las gallinas sin alguien que las encierre cada noche, no. Los animales necesitan a una persona **todos los días**. Mientras no vivas en la finca o no tengas un vecino de confianza, empieza con plantas.

DE LA EXPERIENCIA

Una familia de Valladolid compró 4.000 m² en un pueblo de Castilla, a una hora en coche de la ciudad. El primer año plantaron 30 frutales, dos hileras de frambuesas y 200 m² de patatas, y siguieron con el huerto en casa. Solo el tercer año, cuando se mudaron, metieron gallinas y un invernadero. Para entonces los frutales ya daban fruta.

03 • CAPÍTULO

DÓNDE ESTÁS AHORA: EL PUNTO DE PARTIDA

Toda finca empieza con algo. Uno tiene tierra y no tiene conocimientos; otro tiene lo que aprendió del abuelo y no tiene tierra. Seis cosas deciden cómo vas a empezar. Puntúalas en el **Anexo B • pág. 15**.

Recurso	Pregunta	Si es débil
Tierra	¿Tienes dónde plantar y cuánto?	Empieza con macetas, un huerto alquilado o el huerto de un familiar
Agua	¿Hay agua en agosto?	Primero agua de lluvia y acolchado; mira la serie H04 El agua
Tiempo	¿Cuántas horas a la semana en temporada?	Plantas que no piden trabajo diario
Dinero	¿Cuánto sin crédito?	Herramienta usada, trueque, semillas de los vecinos
Conocimiento	¿Has llevado alguna vez un huerto o animales?	Un área por año, un mentor del pueblo
Personas	¿Quién ayuda y quién te sustituye?	Acuerdo con un vecino antes de tener animales

El agua es el criterio número uno. Sin agua segura en verano no hay huerto ni animales. Si todavía estás eligiendo la tierra, lee H01-01 Cómo elegir y evaluar un terreno antes de pagar nada.

Lo que ya sabes

Apunta lo que sabes hacer: cavar, segar, llevar un tractor, hacer conservas, ordeñar, matar y desplumar aves, arreglar un grifo. Apunta también lo que sabe tu familia. Los padres mayores y los vecinos a menudo saben más de lo que creen. Lo que saben de tu zona (cuándo cae la última helada, qué variedad de judía, frijol o poroto se da bien, dónde se seca el manantial) no está escrito en ningún libro.

04 • CAPÍTULO

EMPIEZA PEQUEÑO: LOS PRIMEROS PROYECTOS

El primer año no es para producirlo todo. El primer año es para **aprender en pequeño**, sin grandes pérdidas. Hay tres proyectos que funcionan en casi cualquier tierra y en cualquier clima.

1


Compostera: dos compartimentos de palés, 1 × 1 m. Arranca ya, en cualquier época del año.

2


Primer bancal: 10–30 m² junto a la casa, al sol y cerca del agua.

3


Hortalizas fáciles: lechuga, rábano, judía verde, calabacín, patata, cebolla.

4


Acolchado y agua: paja o hierba segada, un bidón para el agua de lluvia.

5


Pesa la cosecha: báscula de cocina y cada cosecha al diario.

Por qué en este orden

El compost es la base. Alimenta el suelo, y el suelo alimenta las plantas. El compost que hagas este año lo necesitarás la primavera que viene, así que empieza ya. Más en H03-01 Compost: en frío y en caliente, de los restos al humus.

Un bancal pequeño junto a la casa es mejor que un huerto grande al fondo de la parcela. Lo que ves todos los días es lo que cuidas. Un bancal de 20 m² da el primer año, orientativamente, 40–60 kg de hortalizas: lechuga, judía verde (ejote, chaucha), calabacín (zapallito) y tomate (jitomate) para el verano.

Las gallinas son el mejor primer animal, pero solo cuando el huerto ya funciona y tienes cerca y gallinero. Cuatro a seis gallinas dan huevos para la familia, se comen los restos del huerto y aportan estiércol para el compost. Guía: serie H20 Gallinas.

ADVERTENCIA

No compres animales hasta tener **el alojamiento terminado, la cerca, comida para un mes y una persona que les dé de comer cuando no estés**. Un animal no es un proyecto que se pueda dejar para la semana que viene. En muchos países también es obligatorio inscribir o declarar algunas especies (abejas, cabras, ovejas, cerdos, vacas y a menudo aves): en España, en el REGA a través de tu comunidad autónoma; en Latinoamérica, en el registro de cada país (SENASICA, SENASA, SAG...). Consulta la normativa de tu país con los servicios veterinarios oficiales.

La regla de un área nueva

Cada temporada, introduce **como mucho un área nueva**: este año el huerto, el que viene las gallinas y los frutales, después el invernadero o las abejas. Hasta que el área nueva no esté «rodada», es decir, hasta que la lleves sin leer a cada rato y sin agobios, no añadas la siguiente. El orden de las inversiones a lo largo de cinco años está en detalle en H00-06 Qué hacer primero: plan de inversiones a 5 años.

05 · CAPÍTULO

CUANDO EMPIEZAS: LOS PRIMEROS PASOS SEGÚN LA ESTACIÓN

No hay mal momento para empezar una finca, solo primeros pasos distintos. Los meses corresponden al interior de España (meseta, valle del Ebro). En la costa mediterránea y el sur todo va 2–4 semanas antes, y por encima de 1.000 m, 2–4 semanas después. En el hemisferio sur, las estaciones van seis meses

desplazadas.

Si empiezas...	Haz primero	No tengas prisa con
En invierno (dic–feb)	Plan, mapa, pedido de semillas, compostera, herramientas, lectura	La compra de animales
En primavera (mar–may)	Bancal, patatas, cebollas; el plantel de tomate, cómpralo hecho	Un huerto grande: empieza con 20–30 m ²
En verano (jun–ago)	Acolchado, observar el agua y el sol, siembra de otoño (col, lechuga, zanahoria)	Plantar frutales (espera al otoño–invierno)
En otoño (sep–nov)	Plantar ajos y frutales, compost de hojas, bancal para la primavera	Gallinas antes del invierno si no tienes un alojamiento abrigado

Un año de observación

Si acabas de llegar a una tierra nueva, la mejor inversión es **un año de observación** antes de las obras grandes: dónde dura más la helada o la nieve, por dónde corre el agua después de un aguacero, dónde cae la helada tardía, por dónde pasan los jabalíes. Mientras tanto, trabaja solo un bancal pequeño y el compost. El calendario de observación está en H01-01, y el mapa de la finca en H01-03 El mapa de la finca: sol, viento, agua y microclima.

CONSEJO

Fotografía la parcela desde el mismo sitio el día 1 de cada mes, durante 12 meses. Al final del año tendrás el mejor mapa de sol, heladas y agua, y gratis.

06 · CAPÍTULO

CUÁNTO TIEMPO Y DINERO PIDE UN COMIENZO PEQUEÑO

El dinero y el tiempo son los dos límites que lo deciden todo. Abajo tienes cifras orientativas para un comienzo pequeño. El plan personalizado 4freelife usa las mismas normas, así que las cifras te cuadran.

Primer proyecto	Inversión orientativa	Trabajo en temporada
Huerto de 30 m ² con compostera	unos 60 € (herramienta, semillas, acolchado)	alrededor de 1 hora a la semana
Riego por goteo para 30 m ²	unos 45 €	ahorra tiempo de riego
5 gallinas con gallinero y parque	unos 325 €	alrededor de 45 minutos a la semana
5 frutales (plantón, hoyo, tutor)	unos 125 €	alrededor de 15 minutos a la semana
Frutos rojos, 10 m ²	unos 60 €	alrededor de 20 minutos a la semana
Depósito de 1 m ³ (IBC)	unos 150 € nuevo, usado más barato	poco

Todos los precios son orientativos y cambian según el país y el año. Calcula tu propio primer plan con el

Anexo C · pág. 16.

ADVERTENCIA

No pidas un crédito para el primer año de finca. Invierte de tus ahorros y de lo que la finca ya produce. Si no sabes cuánto necesitas, lleva primero un registro durante un año (H00-07 El diario de la finca: registrar, medir, aprender).

Dónde ahorrar y dónde no

Ahorra en herramientas (una azada y una pala usadas de un rastro o mercadillo duran décadas), en semillas (intercambio con los vecinos, semilla propia a partir del segundo año), en acolchado (hojas, hierba segada, paja del vecino) y en recipientes (IBC, bañeras viejas, palés).

No ahorres en agua, en la cerca de las gallinas (el zorro y la garduña no perdonan), en plantones de calidad de un vivero de confianza ni en equipo de protección.

07 · CAPÍTULO

SEGURIDAD DESDE EL PRIMER DÍA

El romanticismo de la finca desaparece rápido cuando alguien se hace daño. Cinco reglas valen desde el primer día, sea cual sea el nivel.

1



Peligros ocultos: una tierra vieja o cerrada puede esconder pozos abandonados, minas y galerías antiguas, escombros, amianto (fibrocemento, «uralita») y, en antiguos campos de tiro o frentes de guerra, restos de munición. Pregunta al vendedor y al ayuntamiento antes de desbrozar; si encuentras algo sospechoso, no lo toques y llama al 112 (España, UE) o al 911 (México, Argentina...), 123 (Colombia); consulta el número de tu país.

2



Herramientas y máquinas: motosierra, hacha, guadaña y motocultor piden equipo de protección y formación. Nunca vayas solo con la motosierra al monte. Más en H05-07 Seguridad con herramientas y máquinas.

3



Garrapatas y tétanos: revisa tu cuerpo después de trabajar entre hierba. Comprueba con tu médico la vacuna del tétanos (se renueva según indique el médico).

4



Fuego y CO: estufa, cocina de leña, generador y secadero de leña. Un detector de monóxido de carbono y un extintor son obligatorios. El generador, nunca en un espacio cerrado.

5



Alimentos: las conservas poco ácidas, la carne y el aceite con ajo llevan riesgo de botulismo. Antes de tus primeras conservas, lee H43-01 Bases de las conservas: higiene, tarros y esterilización.

08 • CAPÍTULO

PERSONAS Y CONOCIMIENTO

Nadie construye una finca solo. La mejor fuente de conocimiento es **el vecino que lleva 40 años sembrando en el mismo pueblo**. Pregúntale cuándo siembra las judías, qué variedad de tomate guarda, cuándo cae la última helada. Llévale un tarro de miel o ayúdale a segar. Así se ha pasado el saber de siempre.

A quién acudir	Para qué
Vecinos y agricultores mayores	Clima local, variedades, agua, heladas, fauna
Oficina comarcal agraria / extensión agraria (INTA, INIA, INIFAP...)	Análisis de suelo, variedades, sanidad vegetal, ayudas
Servicios veterinarios oficiales (SENASICA, SENASA, SAG...) y tu veterinario	Registro de animales, vacunas, enfermedades
Asociaciones de apicultores, fruticultores, criadores	Cursos, mentor, compras en común
Ferias e intercambios de semillas, redes de semillas	Variedades tradicionales, experiencias
Ayuntamiento / municipio	Uso del suelo, obras, ayudas

Apunta los contactos de tu zona en el **Anexo G • pág. 20**.

CONSEJO

Busca un mentor: una persona que hace lo que tú quieres hacer, en tu clima, desde hace al menos diez años. Una visita a su finca en mayo te enseñará más que diez libros.

09 · CAPÍTULO

CÓMO USAR LA BIBLIOTECA 4FREELIFE

La biblioteca está dividida en seis pilares. Cada serie tiene siete módulos, y cada módulo es un manual independiente con hojas de trabajo. No lo necesitas todo. Lee lo que te haga falta esta temporada.

Pilar	Series
Tierra	H00 Primeros pasos: el plan de la finca · H01 El terreno y el plan de la finca · H02 El suelo: laboreo y preparación · H03 Fertilidad del suelo · H04 El agua · H05 Herramientas y maquinaria
Plantas	H10 El huerto · H11 El invernadero · H12 El frutal · H13 Frutos rojos y vid · H14 El campo: cereales, maíz, legumbres y patatas · H15 Forraje y pastos · H16 Plantas medicinales y aromáticas · H17 Semillas y multiplicación · H18 Setas
Animales	H20 Gallinas · H21 Patos y gansos · H22 Pavos y pintadas · H23 Codornices · H24 Conejos · H25 Cabras · H26 Ovejas · H27 Vacas · H28 Cerdos · H29 Abejas · H30 Peces · H31 Caballos y burros · H32 Perros y gatos en la finca · H33 Alimentación animal · H34 Salud animal de forma natural
Alimentos	H40 La leche · H41 La carne · H42 Aves y huevos en la cocina · H43 Hortalizas · H44 Fruta · H45 Cereal, harina y pan · H46 Miel y productos de la colmena · H47 Bebidas · H48 La cocina de la finca a lo largo del año
Despensa	H50 Bodega, silo de tierra y fosa · H51 Secado · H52 Ahumado y ahumadero · H53 Salado y salmuera · H54 Fermentación y encurtidos · H55 Grasa, aceite, miel y azúcar · H56 Cereales y harina · H57 Frío sin electricidad · H58 Calendario de la despensa
Casa	H60 Leña y calefacción · H61 Energía · H62 Construir en la finca · H63 Oficios tradicionales · H64 Economía de la finca

Ruta de lectura según el nivel

1		Huerto familiar: H00 (toda la serie) → H10 El huerto → H03 Fertilidad del suelo → H20 Gallinas → H43 Hortalizas (conservas) → H58 Calendario de la despensa.
2		Parcela pequeña: todo lo del huerto familiar + H04 El agua → H11 El invernadero → H12 El frutal → H13 Frutos rojos y vid → H29 Abejas → H50 Bodega.
3		Granja pequeña: + H01 El terreno → H02 El suelo → H14 El campo → H15 Forraje y pastos → H24 Conejos o H25 Cabras → H33 Alimentación animal → H34 Salud animal → H64 Economía de la finca.
4		Granja autosuficiente: + H27 Vacas → H28 Cerdos → H41 La carne → H60 Leña y calefacción → H61 Energía → H62 Construir en la finca.

Los demás módulos de la serie H00 son el marco para todo lo demás: H00-02 calcula cuánta comida necesita tu familia, H00-03 te da el año mes a mes, H00-04 une plantas, animales y compost en un ciclo, H00-05 calcula el tiempo y el dinero, H00-06 te dice qué va primero y H00-07 te enseña a llevar un diario.

10 · CAPÍTULO

CÓMO SABER SI VA BIEN

El éxito de una finca no se mide con sensaciones, sino con números. Al final de la primera temporada, responde a cuatro preguntas:

- ☐ ¿Cuántos kilos de hortalizas, fruta y huevos hemos obtenido? (báscula y diario)
- ☐ ¿Cuánto dinero hemos gastado y cuántas horas de trabajo?
- ☐ ¿Qué ha salido bien, qué no y por qué?
- ☐ ¿Seguimos con ganas? ¿Está contenta la familia?

Si la respuesta a la última pregunta es «no», reduce, no amplíes. Una finca que agota a la familia no ha salido bien, por mucho que produzca. Si la respuesta es «sí», añade **un** área nueva. Cómo llevar los registros y aprender de ellos está en H00-07 El diario de la finca: registrar, medir, aprender.

11 · CAPÍTULO

ERRORES MÁS COMUNES

✗ Todo a la vez el primer año: huerto, gallinas, cabras, invernadero y frutales, y en julio todo está comido por la hierba.

✗ Un huerto demasiado grande, lejos de la casa y del agua.

✗ Comprar animales antes de tener alojamiento, cerca y alguien que te sustituya.

✗ Comprar tierra sin comprobar el agua en agosto y sin revisar los papeles.

✗ Pedir un crédito para equipo y maquinaria antes de saber qué necesitas de verdad.

✗ Trabajar sin registros: no sabes ni cuánto cosechaste ni cuánto te costó.

✗ Desbrozar un terreno cerrado sin preguntar por pozos, galerías, escombros o munición.

✗ Ignorar a los vecinos y el saber local porque «en internet dicen otra cosa».

LISTA DE CONTROL PARA IMPRIMIR

Imprescindible

- ☐ Respuestas a las cinco preguntas por escrito ([Anexo A • pág. 14](#))
- ☐ Punto de partida puntuado: tierra, agua, tiempo, dinero, conocimiento, personas ([Anexo B • pág. 15](#))
- ☐ Agua para el verano comprobada
- ☐ Primer proyecto elegido: compostera y bancal de hasta 30 m²
- ☐ Coste y horas del primer plan calculados ([Anexo C • pág. 16](#))
- ☐ Seguridad revisada: peligros ocultos, equipo de protección, detector de CO

Recomendable

- ☐ Plan de los primeros 90 días ([Anexo E • pág. 18](#))
- ☐ Conversación con al menos dos vecinos y un mentor
- ☐ Contactos de la oficina agraria y del veterinario apuntados ([Anexo G • pág. 20](#))
- ☐ Foto mensual de la parcela desde el mismo sitio

Conocimientos

- ☐ Sé en qué nivel de finca estoy y qué es realista para ese nivel
- ☐ Conozco la regla de un área nueva por temporada
- ☐ Sé en qué orden leer las demás series

ANEXO A

MI VISIÓN DE LA FINCA

Rellénalo con toda la familia. Vuelvan a leerlo juntos cada enero.

Por qué queremos una finca (tres razones, por orden de importancia)

Cómo es nuestra finca dentro de 5 años (una frase)

Quién trabaja en la finca y cuántas horas a la semana en temporada

Quién nos sustituye cuando no estamos (animales, riego)

Cuánto podemos invertir el primer año (en € o en tu moneda, sin crédito)

Dónde: ¿tenemos tierra, vivimos en ella o vamos y venimos?

Nivel de finca hoy (1–4) y dentro de 5 años

Lo que seguro NO queremos (p. ej., animales grandes, vender)

Lo que más nos da miedo o nos preocupa

Firmas y fecha

ANEXO B

PUNTO DE PARTIDA

Puntúa cada recurso de 0 (no tenemos) a 3 (excelente). El recurso más débil marca el ritmo. Si el agua tiene 0, resuelve primero el agua.

Recurso	Qué tenemos hoy	Puntos 0–3	Qué hay que mejorar
Tierra (superficie, suelo, sol)			
Agua (manantial, pozo, red, lluvia)			
Tiempo (horas a la semana en temporada)			
Dinero (primer año, sin crédito)			
Conocimiento (huerto, animales, conservas)			
Personas (familia, vecinos, mentor)			
Herramientas y espacio (cobertizo, bodega)			
Salud y fuerza para el trabajo físico			
Total (de 24)			

0–8: empieza con macetas, un bancal pequeño y aprendiendo. **9–16:** huerto familiar, nivel 1. **17–24:** puedes planificar el nivel 2 o más, pero sigue con un área nueva por temporada.

Lo que sabemos en la familia

Lo que sabemos hacer (huerto, conservas, animales, herramientas)

Lo que saben los padres, los parientes y los vecinos

Lo que tenemos que aprender el primer año

ANEXO C

CALCULADORA DEL PRIMER PLAN

Escribe los números en «Escribe el número»; Adobe Acrobat Reader calcula el resto (a mano: número × importe por unidad). Importes orientativos, los del plan 4freelife. En Latinoamérica, escribe los importes en tu moneda local.

Cuánto cuesta el primer plan

Concepto	Unidad	Escribe el número	Por unidad	Importe (€)
Huerto y compostera (herramienta, semillas, acolchado)	m ²		× 2 €	
Riego por goteo	m ²		× 1,5 €	
Invernadero (túnel de plástico)	m ²		× 25 €	
Gallinero y parque	gallinas		× 40 €	
Gallinas ponedoras	gallinas		× 25 €	
Frutales (plantón, hoyo, tutor)	árboles		× 25 €	
Frutos rojos con espaldera	m ²		× 6 €	
Abejas (colmena con enjambre)	colmenas		× 200 €	
Depósito o contenedor IBC	m ³		× 150 €	
Inversión total				

Cuántas horas a la semana pide en temporada

Concepto	Unidad	Escribe el número	Por unidad	Horas (h)
Huerto y patatas	m ²		× 0,035 h	
Invernadero	m ²		× 0,08 h	
Gallinas ponedoras	gallinas		× 0,15 h	
Frutales	árboles		× 0,05 h	
Frutos rojos	m ²		× 0,03 h	
Abejas	colmenas		× 0,25 h	
Total de horas a la semana				

Si el total pasa del 80 % de las horas del **Anexo A · pág. 14**, reduce el plan: necesitas margen para averías y semanas de lluvia.

ANEXO D

CALENDARIO DE LA PRIMERA TEMPORADA

Lo que un principiante hace y aprende a lo largo del primer año, sin obras grandes. Marca la casilla cuando esté hecho.

Tarea	E	F	M	A	M	J	J	A	S	O	N	D	✓
Visión, punto de partida y calculadora													☐
Pedido de semillas, compra de herramientas básicas													☐
Compostera de palés y primer compost													☐
Bidón o IBC para agua de lluvia bajo el canalón													☐
Primer bancal de 10–30 m²: preparación y acolchado													☐
Cebolla, guisante, lechuga, rábano, patata													☐
Plantel comprado de tomate, pimiento, calabacín													☐
Acolchado y riego a primera hora													☐
Cosechar y pesar cada cosecha													☐
Siembra de otoño: col, lechuga, espinaca, zanahoria													☐
Primeras conservas con un método seguro													☐
Plantar frutales y ajos													☐
Gallinero y cerca (si el huerto ya funciona)													☐
Conversación con vecinos y mentor													☐
Foto mensual de la parcela													☐
Repaso del año y plan para el siguiente													☐

■ Plan y aprendizaje ■ Suelo y compost ■ Siembra y plantación ■ Cosecha ■ Animales ■ Agua

Los meses corresponden al interior de España (meseta, valle del Ebro). En la costa mediterránea y el sur, 2–4 semanas antes; en la montaña (por encima de 1.000 m), 2–4 semanas después, y allí los ajos y los frutales mejor a la salida del invierno. En el hemisferio sur (Chile, Argentina, Uruguay), desplaza el calendario seis meses; en el trópico manda la estación de lluvias, no el mes. El calendario detallado de todas las áreas está en H00-03 El año en la finca, mes a mes.

ANEXO E

PLAN DE LOS PRIMEROS 90 DÍAS

Escribe la fecha de inicio y tres tareas concretas para cada mes. Una tarea es concreta cuando se puede marcar: «hacer una compostera con 4 palés», no «arreglar el patio».

Fecha de inicio: _____

Mes	Tarea	Plazo	Quién	Hecho
Mes 1				
Mes 1				
Mes 1				
Mes 2				
Mes 2				
Mes 2				
Mes 3				
Mes 3				
Mes 3				

Qué conseguir

Cosa	Dónde (nuevo, usado, trueque)	Precio (€)	Comprado

ANEXO F

DIARIO DE LOS PRIMEROS PASOS

Una línea por cada día importante: siembra, primera cosecha, un problema, una compra, un consejo del vecino. El registro detallado está en H00-07.

Fecha	Qué hicimos	Horas	Gasto (€)	Qué aprendimos

ANEXO G

CONTACTOS Y MENTORES

Vecino de confianza (nombre, teléfono)

Mentor: quién, qué hace, dónde

Oficina comarcal agraria / extensión agraria (INTA, INIA, INIFAP...)

Servicios veterinarios oficiales y veterinario

Vivero de frutales (de confianza)

Vendedor de semillas o red de intercambio

Asociación (apicultores, fruticultores, criadores)

Ayuntamiento / municipio: urbanismo y agricultura

Protección civil / emergencias (112, 911 o el número de tu país)

Médico y urgencias

FUENTES

- Seymour, J. (1976): *The Complete Book of Self-Sufficiency*. Londres: Faber & Faber. Repaso clásico de todas las áreas de una finca.
- Holmgren, D. (2002): *Permaculture: Principles and Pathways Beyond Sustainability*. Holmgren Design Services. El principio de «soluciones pequeñas y lentas» y observar antes de actuar.
- Bane, P. (2012): *The Permaculture Handbook: Garden Farming for Town and Country*. New Society Publishers. Planificación de la finca por fases y zonas.
- Falk, B. (2013): *The Resilient Farm and Homestead*. Chelsea Green. Desarrollo de una finca a lo largo de los años.
- Jeavons, J. (2012): *How to Grow More Vegetables*, 8.ª edición. Ten Speed Press. Rendimientos en superficies pequeñas.
- Plan personalizado de finca 4freelife: las mismas normas orientativas de superficie, trabajo y costes que la calculadora de este módulo.
- Para revisar en local antes de publicar: precios orientativos por país (plantones, gallinas, depósito, invernadero), obligación de inscribir animales y colmenas (REGA por comunidad autónoma en España; registros de cada país en LatAm, también para autoconsumo), números de emergencia por país y recomendaciones sobre la vacuna del tétanos.

Los campos y casillas de este PDF se pueden rellenar y guardar en Adobe Acrobat Reader (ordenador y móvil). En algunos navegadores no funciona — en ese caso, imprime la página.

Aviso legal. Esta guía tiene fines exclusivamente educativos y no sustituye el consejo de agrónomos, veterinarios, abogados, topógrafos u otros profesionales. La normativa varía según el país y la región y cambia con el tiempo: consúltela con las autoridades competentes antes de comprar, construir o vender. El autor no se hace responsable de los daños derivados de un uso inadecuado del contenido. Este PDF tiene licencia para uso personal y familiar; no se permite compartirlo ni revenderlo.



4FREELIFE

DE LA TIERRA A LA DESPENSA.

BALKAN • EN • DE • ES •
FR • PT • TR • AR