

# JARDÍN TERAPÉUTICO MUNICIPAL "LOS SENTIDOS"



Ángel Viveros Gutiérrez  
Alcalde Presidente de Coslada

BOLETÍN  
PRIMER  
CUATRIMESTRE  
2026

*"Entre aromas,  
colores y texturas, el  
bienestar encuentra  
su lugar."*



Mª Rosario Arroyo Lázaro  
Concejala de Servicios Sociales y Mayores

Queridas vecinas y vecinos de Coslada:

Es un placer presentar este primer boletín del año del Jardín Terapéutico Municipal "Los Sentidos", un espacio de encuentro donde la naturaleza, la convivencia y la participación contribuyen al bienestar de las personas.

Durante estos primeros meses del año, el jardín ha seguido creciendo gracias a la implicación de las personas participantes, profesionales y entidades que forman parte de este proyecto, convirtiéndose en un referente de inclusión, aprendizaje y vida en comunidad.

Desde la Concejalía de Servicios Sociales y Mayores continuamos apostando por iniciativas que fomentan el bienestar, la participación y la creación de entornos accesibles para todas las personas.

Gracias a quienes hacéis posible que este jardín siga floreciendo cada día. Espero que disfrutéis de este boletín.

Con afecto,

Ángel Viveros Gutiérrez, Alcalde Presidente de Coslada

Mª Rosario Arroyo Lázaro, Concejala delegada de Servicios Sociales y Mayores





## EL JARDÍN BAJO LA NIEVE, REFUGIO EN PLENO INVIERNO

*"Agua de enero, cada gota vale un dinero."*

Enero nos regaló una imagen poco habitual y mágica: el jardín amaneció cubierto de nieve el 5 de enero, algo que no vivíamos desde Filomena. Ver cada rincón teñido de blanco convirtió el espacio en un paisaje completamente diferente, silencioso y precioso, que disfrutamos con ilusión y asombro.

Las bajas temperaturas nos llevaron a refugiarnos muchas veces en el invernadero, donde compartimos actividades arropados con mantas y el calor de la compañía. En los momentos de ejercicio, buscábamos los rayos de sol para mantenernos activos y aprovechar el aire libre pese al frío. Mientras tanto, el huerto descansó durante el invierno, preparándose poco a poco para una nueva etapa de cultivo.



E  
N  
  
E  
  
R  
  
O





# REGALO DE REYES







# PHLOMIS FRUTICOSA

## **NOMBRE POPULAR:**

Oreja de liebre, salvia amarilla, salvia de Jerusalén, candilera, orejas de burro, matagallo.

## **DISTRIBUCIÓN:**

Originaria de la zona mediterránea oriental.

## **PROPIEDADES:**

Diurética y astringente

## **USOS:**

Se ha usado en remedios tradicionales para la tos y para combatir problemas gástricos.

El néctar de sus flores es muy dulce y comestible.

Sus hojas de sabor intenso se emplean para condimentar carnes, guisos y embutidos.

También fueron perfectas sustitutas del tabaco en tiempo de escasez.





### **CURIOSIDADES:**

En algunas zonas, sus hojas se han usado como sustituto de estropajos para limpiar ollas debido a su textura.

También se han usado para hacer mechas de candiles, antorchas y lámparas.

Las flores no brotan de forma individual, sino que se agrupan en densos pisos o anillos alrededor de los tallos erectos creando una estructura escalonada bastante inusual.

Presenta un sistema de polinización fascinante, ya que sus flores en forma de capucha parecen diseñadas exclusivamente para abejorros, la longitud y posición de los estambres están milimétricamente adaptadas a su tamaño. La corola superior actúa como una cubierta protectora que obliga al abejorro a aterrizar sobre el labio inferior de la flor, al hacerlo su peso dobla la estructura y deja caer una lluvia de polen exactamente sobre el lomo del insecto.



# FEBRERO



## SEMBRANDO ILUSIÓN INCLUSO BAJO LA LLUVIA

*“En febrero, ya tiene flor el almendro.”*

Con la llegada de febrero comenzamos a preparar la nueva temporada del huerto. Empezamos los primeros semilleros para la cosecha de verano y trabajamos la tierra con ilusión, anticipando todo lo que estaba por venir en los próximos meses.

También celebramos el carnaval con una divertida fiesta de disfraces, música y baile, llenando el jardín de color, risas y momentos compartidos. Aunque fue un mes marcado por las lluvias y el mal tiempo, que dificultaron especialmente las actividades físicas al aire libre, seguimos buscando los espacios de sol para calentarnos y continuar disfrutando del jardín. A pesar de ello, los usuarios siguieron viniendo y participando con ganas, demostrando una vez más el vínculo tan especial que existe con este espacio.





# CARNAVAL,





# CARNAVAL







## LA PRIMAVERA EMPEZÓ A ABRIRSE PASO

*"Marzo trae las hojas y noviembre las despoja"*

Marzo trajo consigo los primeros movimientos de la primavera. Durante este mes se realizó la poda del olivo, y aprovechamos sus ramas para crear coronas naturales que después decoraron distintos rincones del jardín, llenándolo de vida y creatividad.

También comenzamos las primeras siembras en tierra, dando inicio a una nueva etapa en el huerto tras los meses de descanso. Entre actividades y cuidados, recibimos además una visita muy especial: un pequeño erizo apareció por el jardín y rápidamente se ganó el cariño de todos. Tras muchas propuestas, acabamos bautizándolo como Anacardo, aunque para algunos siempre será Velcro.



M

A

R

Z

O







*Hola, algunos me conoceréis como Anacardo, el nombre que me puso Ruth, o Velcro, idea de mi amiga Laura.*

*Un día decidí echar a andar y acabé llegando a vuestro jardín. Allí encontré un remanso de paz donde me disteis agua, comida (por cierto, ¡qué bien comen los gatos de Laura, son muy afortunados!) y muchos cuidados.*

*Durante unos días disfruté de las plantas, las flores y alguna que otra lombriz despistada. Gracias por cuidarme tan bien y hacerme sentir como en casa.*







## EL HUERTO CRECE Y LLEGAN NUEVOS COMPAÑEROS

*"Abril, abril, tu agua para otro, tu sol para mí"*

En abril el jardín siguió llenándose de vida. Tras semanas cuidando los semilleros, llegó el momento de trasplantar los plantones al huerto y continuar acompañando su crecimiento día a día. Poco a poco, los espacios comenzaron a transformarse con los nuevos cultivos y el trabajo compartido.

Este mes también recibimos una visita inesperada y muy querida: un conejo apareció en el jardín y se quedó con nosotros durante semana y media, acompañándonos en las actividades y despertando la curiosidad y el cariño de todos. Finalmente fue bautizado como Pompón, convirtiéndose en uno de los protagonistas más entrañables de la primavera.



# A

# B

# R

# I

# L



# UN RECORRIDO POR EL JARDÍN A TRAVÉS DE LOS OJOS DE SUS PROTAGONISTAS





Este boletín tiene un significado muy especial, ya que es el primero en el que ha participado el grupo de Creación del Boletín, una nueva actividad del jardín terapéutico. Sus integrantes han aportado ideas, creatividad, ilusión y muchas de las fotografías que acompañan estas páginas, convirtiendo este número en un reflejo de su mirada y de su forma de vivir el jardín.





# POESÍA DÍA DEL LIBRO



En el jardín hay muchos árboles que se mueven que parecen fuertes. y  
a veces frágil.

Al entrar siento mucho bienestar porque me puedo relajar.

Si me acerco a tocar una rosa me siento más hermosa.

En el jardín florido en el árbol veo un nido.

El cerezo es tan hermoso que me trae muchos recuerdos preciosos.

Los recuerdos de mi infancia me conectan con el jardín porque me  
evocan a mi padre que me enseñó a ser feliz.

El color de las plantas me trae mucha esperanza.

Me reconforta la compañía. por eso vengo aquí cada día.

Las hojas de lo árboles cantan cuando el viento se levanta.

Las semillas brotan y la vida explota.

Las orejas del conejo vi asomar mientras pensaba al pasear.

Me levanto por las mañanas con ilusión cuando vengo al jardín y  
disfruto un montón.

Hemos venido aquí a rimar y nos vamos felices de juntos estar.

Me gustan las manzanas. pero las nuestras son enanas.

Las terapeutas del jardín son geniales para mi ... y para mi ... y para  
mi ...

El huerto y la jardinería nos ayuda en el día a día.

Me ha gustado disfrutar con mis compañeras en este día de poesías.  
risas y alegría.

Hoy amaneció nublado. pero con nuestros rípios se tornó soleado.

Este día me ha servido de relajo. me voy a casa con unos ajos.

Al cruzar la puerta el ruido externo se difumina y dentro encuentro la  
calma que me ilumina.



# JARDIN TERAPÉUTICO MUNICIPAL “LOS SENTIDOS”

**Tercer cuatrimestre 2025**



Encuétranos en C/Ecuador, 2. Coslada (Junto a sede policía Local. Avd. Constitución, 106),

## INFORMACIÓN Y CONTACTO

Concejalía de Servicios Sociales y Mayores

Avda. Príncipes de España 12 28023 Coslada Telf.: 916278200 Ext. 3600

[servicios-sociales@ayto-coslada.es](mailto:servicios-sociales@ayto-coslada.es)

Directamente en el “Jardín Los Sentidos”

[info@jardinesterapeuticos.com](mailto:info@jardinesterapeuticos.com)

690 033 976

Servicio gestionado por:



CONCEJALÍA DE SERVICIOS  
SOCIALES Y MAYORES

