

MARINA FERRARA



Orti sospesi

**Come coltivare
un orto-giardino
sul balcone
tutelando la biodiversità**



Edizioni
L'Età dell'Acquario



Questo piccolo manuale vi guiderà in modo semplice e divertente alla realizzazione e alla cura di un orto-giardino sul balcone, un piccolo spazio di ristoro attraverso cui ridurre l'impatto ambientale della vostra famiglia e autoprodurre aromi, piccoli frutti, verdure ed erbe.

Oltre a offrirvi tutte le indicazioni necessarie per la coltivazione naturale e biologica, vi insegnerà a realizzare con materiali di recupero vasi, compostiere, semenzai, mangiatoie.

Un ampio spazio è poi dedicato al *birdgardening* e alle altre pratiche volte ad accogliere e nutrire la piccola fauna che resiste nell'ambiente cittadino, in particolare farfalle, uccelli e pipistrelli.

Il testo si chiude con una carrellata sulle «esperienze verdi» condotte virtuosamente in diverse località italiane, che possono costituire una fonte di ispirazione per il miglioramento della qualità della vita nei nostri centri urbani.

Orti sospesi è dedicato a tutti coloro che desiderano ritrovare un contatto con la terra pur vivendo in città e credono nel valore di pratiche di vita e di consumo più sane, equilibrate e rispettose.

MARINA FERRARA vive a Napoli. Si è laureata a Venezia in economia per l'ambiente e la cultura e nel 2009 è stata tra i fondatori de «Le Storie di Altro», associazione impegnata nella promozione di stili di vita sostenibili all'insegna del *buen vivir*. Cura il blog *Ecopasticc*, *il piacere di vivere al verde*, coltiva un orto sinergico in città ed è impegnata nella diffusione delle pratiche di decrescita. Per L'Età dell'Acquario ha già pubblicato *L'Orto Sinergico. Guida per ortolani in erba alla riscoperta dei doni della terra*.

€ 14,00

Iva assolta dall'Editore

ISBN 978-88-7136-549-7



9 788871 365497

Altrimondi

In copertina: elaborazione di un disegno di Marina Ferrara.

Disegni di Marina Ferrara.

© 2015 Edizioni L'Età dell'Acquario
Edizioni L'Età dell'Acquario è un marchio di Lindau s.r.l.

Lindau s.r.l.
corso Re Umberto 37 - 10128 Torino

Prima edizione: febbraio 2015
ISBN 978-88-7136-549-7

Marina Ferrara

ORTI SOSPESI

*Come coltivare un orto-giardino sul balcone
tutelando la biodiversità*



Edizioni
L'Età dell'Acquario

ORTI SOSPESI

*Dedicato alle Resistenze, piccole e grandi.
A chi non si arrende alla società dei consumi,
a chi ancora semina per chi verrà dopo.*

*Le finestre sono ponti tra interno ed esterno.
Ciò di cui abbiamo urgentemente bisogno
sono barriere di bellezza. I paradisi li possiamo
fare solo con le nostre mani, con la nostra
creatività, in armonia con la libera creatività
della Natura.*

F. Hundertwasser, *Il diritto della finestra*

Premessa

La nascita di orti su balconi, terrazzi e tetti in città è un fenomeno ormai diffuso a tutte le latitudini e in tutte le fasce climatiche del pianeta. Basterà passeggiare con il naso all'insù, anche in un'affollata megalopoli, per accorgersi che al posto delle tradizionali piante ornamentali, o accanto a esse, si fanno strada le più saporite piante ortive, aromatiche e da frutta.

Le potenzialità di un balconcino, anche di dimensioni risicate, sono davvero eccezionali: ottimizzando lo spazio a disposizione e applicando le cure necessarie alle piante, si otterrà un'autoproduzione ortofrutticola tutt'altro che modesta e un angolo bucolico sospeso sulla città. Su un terrazzo di dimensioni più ampie o un tetto di copertura, è addirittura possibile produrre abbastanza cibo da soddisfare il fabbisogno di una famiglia.

I vantaggi sono numerosi, e spaziano dall'indice positivo nel bilancio familiare alla genuinità comprovata della verdura che finisce in pentola.

Eppure, a mio avviso, a spingere tanti cittadini a coltivare un orto in balcone è un sentimento più profondo; il poeta cinese Tao Yuanming (365-427 d.C.), della dinastia Jin, disse: «Per coltivare la mia natura, sono tornato nel giardino».

E chi dice che non sia possibile riuscirci anche se il giardino è piccolo, pensile e in piena città?

Quante cose possiamo imparare di noi stessi e del mondo sull'angusto balcone di casa! Quanti piccoli risvegli ci riserverà il nostro «orto sospeso» a pochi metri dal trambusto cittadino: attendere con pazienza il germogliare dei semi, imparare ad ascoltare i ritmi naturali e apprezzare la stagionalità dei frutti, ci aiuterà a tornare con i piedi per terra, in contatto con noi stessi e con la natura.

Lavorare e investire energie per «conquistare» il nostro cibo (anziché il denaro che ci consente di comprarlo) è un piccolo gesto di semplicità volontaria che ce ne farà apprezzare il valore e il sapore, e che finirà per cambiare anche il nostro modo di fare la spesa. Nessuno che abbia avuto il privilegio di gustare i pomodori cresciuti sul proprio balcone durante l'estate, si rassegnerà all'insipida bacca rossa pasciata in serra in pieno inverno e venduta in una confezione sigillata al supermercato.

Non si tratta di coltivare per la propria sussistenza, ma per la cura di sé attraverso da un lato l'educazione a un'alimentazione più genuina, dall'altro un'attività gratificante che restituisca valore al nostro cibo e bellezza e respiro alle nostre città.

Ecco perché il testo non si limita a fornire le indicazioni su come coltivare gli ortaggi in vaso: il lettore sarà guidato nell'allestimento di un più articolato orto-giardino sospeso, un grazioso e saporito balcone commestibile in cui troveranno posto fiori colorati e profumati – e quasi sempre commestibili – accanto a ortaggi coltivati in vaso, rifugi per uccelli e piante capaci di dare ospitalità alle farfalle.

L'intento di questo libro, dunque, non è soltanto quello di insegnare a sistemare correttamente una pianta nel vaso

e prendersene cura, ma di fornire tutte le indicazioni utili a progettare una piccola oasi di biodiversità, in cui ogni elemento (ortaggi, fiori, aromatiche, microfauna cittadina) viene fatto interagire con gli altri, innescando una sinergia capace di riabilitare un piccolo lembo di città, per il piacere dei nostri sensi e della nostra anima!

Scopriamo: i benefici di un orto-giardino in balcone

Balconi, terrazzi, tetti e davanzali sono soglie, luoghi a metà strada tra l'interno e l'esterno della casa. Oserei dire che il balcone è una «atipicità» nella nostra abitazione, un «non luogo»: né dentro né fuori, né urbano né campestre. Allestirlo non è come arredare il soggiorno o la cucina, la cui destinazione d'uso è già decisa. Per il balcone abbiamo carta bianca! Possiamo scegliere di farne un'appendice dell'appartamento, per ricavare una sorta di ripostiglio, oppure possiamo darci a sperimentazioni più ardite, come realizzare un balcone verde!

L'artista-architetto ecologista Friedensreich Hundertwasser (1928-2000), precursore della bioarchitettura e inventore dei tetti verdi, nel suo manifesto *Che tutto sia ricoperto di vegetazione* (1980) elencava i vantaggi di ospitare la vegetazione su pareti esterne, finestre e balconi degli edifici abitativi. Tra questi indicava l'arricchimento di ossigeno nell'aria, la riduzione della polvere (che viene fissata dalle piante sulle foglie e poi lavata via dalla pioggia), la riduzione dell'inquinamento acustico (le piante attutiscono infatti suoni e rumori), il miglioramento climatico mediante la riduzione degli sbalzi di temperatura e il ripopolamento delle farfalle, la cui sopravvivenza in città è gravemente minacciata.

Eppure i vantaggi non finiscono qui: fare del nostro balcone un orto-giardino fiorito, profumato, «commestibile» ed esteticamente godibile è un'iniziativa che ha diversi risvolti e tanti piccoli effetti capaci di innescare circuiti virtuosi per noi, per chi ci sta vicino e per tutta la città. Vediamoli insieme!

Biodiversità e coltivazione sinergica in balcone

Il buon proposito di questo libricino, dichiarato sin dal titolo, è quello di realizzare un orto-giardino in balcone (e dunque sospeso) all'insegna della biodiversità.

Ma che cos'è la biodiversità e come può mai manifestarsi su una piccolissima superficie di un edificio in piena città? Nell'introduzione al libro *Biodiversità e beni comuni*¹, il presidente della Fondazione Diritti Genetici Mario Capanza scrive: «La biodiversità determina il destino dell'umanità e della Terra». E non è un'esagerazione: a voler semplificare, potremmo dire che la biodiversità è la strategia attraverso cui la natura, diversificandosi, tutela sé stessa e le sue creature. Se immaginiamo ad esempio una specie animale o vegetale del tutto omogenea dal punto di vista genetico, dove ogni esemplare è geneticamente del tutto identico agli altri, è facile intuire quanto sarebbe vulnerabile e come qualunque avversità (ad esempio una malattia) potrebbe determinarne la completa estinzione. Sono le infinite combinazioni di variabili e la straordinaria diversificazione della natura che garantiscono la prosecuzione della vita e delle specie.

¹G. Tamino, C. Modonesi, *Biodiversità e beni comuni*, Jaca Book, Milano 2009.

L'agricoltura industriale odierna, figlia della «rivoluzione verde», ha rinunciato a replicare questa strategia naturale e le varietà coltivate a scopi alimentari sono state drasticamente ridimensionate e omologate. Le prime due conseguenze sono il diffondersi di avversità specifiche, che mettono a rischio la stabilità del nostro sistema alimentare e l'impoverimento del suolo generato dalle monoculture intensive. A questo si fa fronte con insalubri palliativi chimici, per fertilizzare il terreno che abbiamo sistematicamente ipersfruttato e per curare sintomi che noi stessi abbiamo generato.

Coltivando i nostri ortaggi in balcone avremo l'opportunità di dissentire da tutto questo allestendo una piccola oasi biodiversificata!

Una volta che avremo imparato a partire dai semi, infatti, prenderemo contatto con innumerevoli varietà di ortaggi in cui mai ci saremmo imbattuti nei reparti ortofrutticoli dei supermercati. Scoprire, ad esempio, che esistono decine di diverse varietà di melanzane (non solo la generica articolazione in tonda e lunga), ciascuna con proprio sapore, consistenza e profumo, sarà una piccola rivelazione per il nostro palato e non solo!

Inoltre, anche solo attraverso il nostro balcone, potremo partecipare al diffuso movimento dei seed savers, ovvero i custodi di varietà antiche che coltivano e riproducono i semi a rischio di estinzione. Potremo unirvi a loro coltivando in vaso semi «preziosi» di varietà storiche e locali, che rigenereremo di anno in anno².

²Per individuare e procurarsi i semi più adatti ci si può rivolgere a gruppi più o meno formali di custodi di semi, o alla rete italiana di riferimento che è Civiltà Contadina.



Pomodorini in balcone di Maria Rita Gelso

A ogni modo l'orto-giardino che progetteremo con l'aiuto di questo libro si presenterà fortemente biodiversificato e presupporrà la compresenza di numerose specie diverse le une accanto alle altre: ortaggi tradizionali si affiancheranno a piante aromatiche e officinali capaci di influenzarli positivamente; parteciperanno alla biodiversità anche fiori in grado di attirare insetti impollinatori e di allontanare quelli dannosi; infine la biodiversità coinvolgerà anche la microfauna, ospitata grazie a mangiatoie e rifugi per uccelli e pipistrelli e fiori capaci di dare ristoro alle farfalle in città.

Ci impegneremo affinché fra tutti si inneschi un rapporto di reciprocità e sinergia, come vuole ogni buona pratica di orto sinergico³, per partecipare insieme alla realizzazione di

³Il metodo sinergico si propone di coltivare in modo da innescare nell'orto tutte le interazioni, le armonie e le sinergie che in natura si verificano

un ecosistema equilibrato in miniatura proprio sul nostro balcone di casa!

Estetica commestibile e riappropriazione degli spazi urbani

Una delle principali buone ragioni per cui allestire un orto-giardino in balcone è banale quanto sacrosanta: godere di una piccola oasi di bellezza nella nostra casa!

Al di là di ogni risvolto sociale o personale, l'aspetto estetico di un «orto sospeso» non va assolutamente svilito.



Orto-giardino in terrazzo di Anca Draghinescu

tra piante diverse, fauna, microorganismi, suolo ecc. Per approfondire si rimanda alla consultazione de *L'Orto Sinergico. Guida per ortolani in erba alla riscoperta dei doni della terra* di Marina Ferrara, edito nel 2014 da L'Età dell'Acquario.

Allestire sul balcone uno spazio di bellezza, profumi e colori è una piccola insurrezione al cemento e al frenetico modello di vita proposto in gran parte delle nostre città. Per questa ragione invito sempre, per quanto piccolo possa essere il balcone, a ricavare lo spazio necessario per poter sedere, rilassarsi e godere della propria oasi in miniatura. Se non c'è posto per una piccola panchina, basterà anche una vecchia sedia di legno (magari opportunamente ridipinta con colori pastello) o un cuscino su cui accoccolarsi nelle ore di sole. Ciò che conta è che in un modo o nell'altro il balcone sia progettato per accoglierci, riservando un angolino al nostro relax.

Siamo abituati a ritenere esteticamente gradevoli solo le piante prettamente ornamentali e probabilmente qualcuno resterà perplesso all'idea di realizzare in balcone un orto funzionale e allo stesso tempo un giardino di bell'aspetto. E invece l'obbiettivo di questo libricino è proprio quello di allestire un luogo di «bellezza commestibile», in cui nasturzi, calendule, pomodori in fiore e piante di zucchine arrampicate su reti e tralici non ci faranno certo sentire la nostalgia di ciclamini, giacinti e piante grasse.

L'utile e il dilettevole non saranno mai stati tanto in armonia!

Decrescita e autoproduzione

Nella società in cui viviamo siamo tenuti a lavorare di più, guadagnare di più, consumare di più, perfino produrre più rifiuti, per buttare via quello che abbiamo comprato e re-innescare il ciclo



economico. Siamo incastrati in una specie di vortice consumistico, costretti a rinunciare sempre più al nostro tempo e alle nostre piccole felicità, per condurre vite frenetiche che spesso non abbiamo scelto. Come se non bastasse siamo terrorizzati dall'idea che questo circolo si interrompa, perché se non lavoriamo, guadagniamo, compriamo e consumiamo... rischiamo il crack economico! O almeno così dicono. Dunque, non c'è via d'uscita?

Io credo ci sia e tutti possiamo fare la nostra parte per cambiare le cose: impegnandoci nella sfera sociale come in quella privata, possiamo mettere qualche sassolino nell'ingranaggio e provare, nel nostro quotidiano e con non poco sforzo, ad allentare i bulloni qua e là e a immaginare un modo diverso di stare insieme, di produrre, consumare. Uno di quei sassolini è proprio il nostro «orto sospeso»!

È infatti quello che si dice una «buona pratica», un gesto che ben si inserisce in un percorso di decrescita⁴ che ci consente di riconquistare un po' del nostro tempo, prenderci cura di noi stessi, riscoprire il piacere di un'attività «lenta» capace di rimetterci in contatto con i ritmi e le leggi della natura.

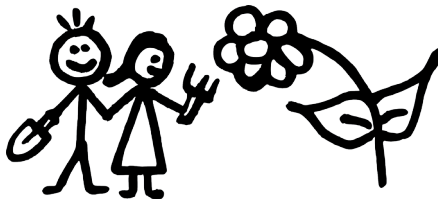
Inoltre, il nostro orto in balcone si inserisce tra quelle pratiche di autoproduzione fuori dalle logiche di mercato, che ne sfatano il mito secondo cui esso è la fonte a cui attingere la risposta a ogni bisogno. Fare in casa e far da sé, oltre che un piacevole hobby, è una libera espressione, una maniera alternativa di produrre, consumare, donare: il piacere di curare e veder maturare giorno per giorno gli ortaggi sul

⁴La decrescita (*degrowth*, *décroissance*, *decrecimiento*) è un movimento politico, sociale ed economico che si propone di abbandonare l'obiettivo della crescita economica illimitata, il cui motore è la ricerca del profitto da parte dei detentori di capitale con conseguenze per l'ambiente e per l'umanità.

nostro davanzale, di trasformarli e soprattutto di condividere tutto questo dispensando assaggi ad amici e familiari è davvero una piccola rivoluzione casalinga! Per tutto questo, infatti, dobbiamo necessariamente uscire dal perimetro del mercato, e rientrare in quello della casa o, tuttalpiù, del balcone! Possiamo comprare ovunque dei pomodori, ma in nessun luogo la gratificazione di veder nascere la piantina dopo la semina, di custodirne un'antica varietà locale, di scambiare i semi e di gustarne i frutti appena raccolti, schiudendoci un mondo di sapori e profumi dimenticati.

Ortoterapia e orti didattici

È nota come *Horticultural Therapy* ed è la ricerca del benessere fisico e psicologico attraverso un'attività, quella della cura dell'orto, capace di ristabilire il contatto con la natura e con sé stessi.



Più precisamente: «La terapia orticolturale viene definita come una disciplina medica che usa le piante, l'attività di giardinaggio e l'innata affinità che noi sentiamo verso la natura, come mezzo professionale in programmi di terapia e riabilitazione».

Se nei paesi anglosassoni è una pratica già consolidata, anche in Italia si diffondono sempre di più esperienze di orti terapeutici aperti a bambini e adulti con disagi emotivi di vario tipo – depressione, panico, difficoltà di relazione, scarsa autostima, stati ansiosi ecc. –, ma anche affetti da autismo, sindrome di Down o portatori di handicap motori.

La cura di orti e giardini ha infatti un riconosciuto effetto terapeutico e riabilitativo, insito in un'attività rilassante e riconciliante, ma anche nella responsabilizzazione veicolata dalla cura delle piante.

Questi due aspetti sono gli stessi che motivano la crescente diffusione degli orti didattici: l'effetto che «riconciliazione» e «responsabilizzazione» sortiscono sui bambini è sbalorditivo ed è sufficiente osservarli qualche ora alle prese con semi, terriccio e innaffiatoio per constatarlo. Per questo motivo, i programmi di educazione ambientale sempre più spesso coinvolgono i più piccoli in attività di orticoltura.

Un piccolo orto in balcone può rispondere pienamente anche a esigenze di questo tipo, proponendo un'attività di cura e intrattenimento: l'effetto distensivo e quello didattico non mancheranno di sortire i propri benefici su chiunque decida in famiglia di dedicarvisi, a prescindere dall'età e dal suo stato emotivo!