



ORTI COMUNITARI

Istruzioni per l'uso



con il contributo di

**fondazione
cariplo**

Ringraziamenti

*Il Manuale è stato scritto a seguito dell'esperienza del QuOrto, l'orto urbano comunitario di Quarto Oggiaro a Milano. L'orto nasce all'interno del progetto **Semi di comunità** (2013-6), finanziato da Fondazione Cariplo e promosso da ACLI Lombardia, ACLI Milanesi, Villaggio Nostrale, Unisono, ConVoi, Istituto CAPAC-Greppi, Consorzio CCSL, Associazione Ricerca Sociale.*

Per la redazione del Manuale si ringraziano: Silvia Cazzaniga, Marika Carbone, Giovanna Poggetti, Silvia Rampoldi, Milena Maestri, Elisa Cancian, Giulia Vairani, Vittorio Artoni, Giuseppe Imbrogno e, soprattutto, gli ortisti urbani del QuOrto di Quarto Oggiaro.



Semi di comunità

INDICE

Orti urbani comunitari: luoghi di trasformazione

Il processo partecipativo

- Terra, semi, persone. Orti urbani e processi partecipativi
- Un'esperienza: il QuOrto di Quarto Oggiaro

Spunti di agronomia

- Pensare lo spazio
- Proteggere e preparare il suolo
- Buone pratiche agricole
- Spazi e tempi per ogni pianta

Le attività educative

- Percorsi di sostenibilità
- Attività laboratoriali

Contatti



Orti urbani comunitari: luoghi di trasformazione

Da diversi anni si stanno diffondendo, in Italia e nel resto del mondo, esperienze di orticoltura e agricoltura nei contesti urbani.

Si tratta in alcuni casi di iniziative spontanee, promosse da singoli e gruppi di cittadini, in altri casi nascono all'interno di progetti e interventi specifici, su impulso di pubbliche amministrazioni, associazioni territoriali, aziende.

Nell'eterogeneità delle esperienze, restano alcuni tratti comuni.

Gli orti urbani rappresentano, innanzitutto, luoghi di **benessere** fisico e psichico, per i singoli, le famiglie, intere comunità che vi possono (ri)scoprire la relazione con il mondo naturale e agricolo così come un nuovo e diverso rapporto con l'alimentazione e con il modo in cui produciamo e consumiamo il cibo. Molto spesso sono presidi di conoscenza, di una delle prassi più antiche e indispensabili per l'uomo, l'agricoltura.

Sono spazi in cui agiamo **nuovi comportamenti**. Nel momento in cui "lavoriamo la terra" e "raccolgiamo un pomodoro" che poi a pranzo mangeremo, stiamo interrompendo il ritmo a cui la città in qualche misura ci costringe, ampliamo le attività praticabili all'interno del perimetro urbano, esploriamo nuovi luoghi rispetto a quelli consueti, modifichiamo quindi i nostri tempi e spazi di vita.

Gli orti urbani come luoghi di **trasformazione**, dunque: dei nostri comportamenti, di quelli di altri cittadini, di intere zone della città, spesso di quelle periferiche, degradate, abbandonate. Questa capacità di produrre trasformazione è alla base dell'idea dell'orto urbano come luogo di sostenibilità e di resilienza. Se la **sostenibilità** rimanda infatti alla promozione "in positivo" di nuovi modelli di sviluppo che assicurino il soddisfacimento dei bisogni della generazione presente senza compromettere la possibilità delle generazioni future di realizzare i propri, la **resilienza** è invece la "capacità negativa" di individui, comunità, territorio di resistere ai diversi fattori di rischio e vulnerabilità (educativa, sociale, ambientale), di superare uno choc esterno attraverso il conseguimento di un nuovo equilibrio.

Ovviamente queste dimensioni saranno tanto più presenti e incisive quanto gli orti urbani riusciranno a essere progettati, vissuti, tutelati come beni comuni. Perché siano davvero trasformativi, è infatti necessario che essi siano pienamente condivisi dai cittadini, appartengano alla comunità urbana

nella sua interezza, diventino parte della città. L'aggettivo **comunitario** descrive quindi sia la modalità di organizzazione dello spazio (l'orto collettivo e la presenza di aree non esclusivamente destinate alla coltivazione), sia la sua possibilità di accesso e fruizione, sia il processo di partecipazione e collaborazione fra cittadini, che è alla base della sua nascita.

Se comunitari, gli orti urbani diventano così luoghi di incontro e relazione, soggetti promotori di capacitazione e resilienza degli individui e della comunità di cui fanno parte, laboratori diffusi in cui sperimentare le buone pratiche di sostenibilità, esplorare nuove risposte condivise ai bisogni del territorio, confrontare queste esperienze con altre analoghe, contribuire attivamente ai temi che caratterizzeranno le future politiche metropolitane, per prime quelle urbanistiche e sociali.

Da queste considerazioni, nasce l'idea del presente "manuale", immaginato proprio per chi, come noi, condivide quest' **ambizione al cambiamento** delle nostre città e scritto a partire dall'esperienza del QuOrto, l'orto urbano comunitario presente nel quartiere di Quarto Oggiaro a Milano.

Il processo partecipativo

Terra, semi, persone. Orti urbani e processi partecipativi

“Negli ultimi 10-20 anni si può osservare come i cittadini abbiano la sensazione di non riuscire quasi più ad incidere sulla realtà circostante tramite l'espressione del proprio voto, ma come, al contempo, siano profondamente interessati e impegnati socialmente e politicamente nella trasformazione dal basso del loro ambiente di vita, del loro quartiere, della loro città, con un impegno e una mobilitazione che si concentra sempre più su tematiche specifiche e su interessi personali.” (Enquete-Kommission 2002, Neblo 2007).

Gli orti urbani, pur essendo luoghi che abbracciano bisogni eterogenei, possono rappresentare una delle vie di concreta realizzazione di processi partecipativi caratterizzati da:

- **Coesione:** mirano a generare comunicazioni interpersonali significative che favoriscano una progressiva comprensione delle ragioni altrui (senza rinunciare alle proprie), uno spostamento verso posizioni più equilibrate, meno egoistiche, tendenti all'individuazione di un terreno comune per la formulazione di scelte condivise;
- **Attivazione:** favoriscono il trasferimento di almeno una quota del potere decisionale ai partecipanti, sia pure limitatamente a specifiche questioni e per un periodo circoscritto, in modo che i cittadini siano disponibili a dare il loro tempo, le loro energie e la loro intelligenza per una ragionevole aspettativa, per esercitare un'effettiva influenza sulle scelte, rendendo così le persone più consapevoli, responsabili e attive nella sfera collettiva;
- **Appartenenza:** migliorano il senso di appartenenza a un luogo e a una comunità grazie a un rafforzamento del senso di cittadinanza, della propria capacità di influire realmente, con le proprie scelte e azioni, sul contesto circostante, verso la costruzione di una società più equa e democratica.

Anche se ovviamente non esistono delle ricette brevettate, tuttavia si possono indicare degli ingredienti per la riuscita di un processo partecipativo che è necessario tenere ben presenti sia nella fase di pianificazione sia in quella di attivazione (P. Nanz, M. Fritsche - La partecipazione dei cittadini: un manuale. Metodi partecipativi: protagonisti, opportunità e limiti):

- Il processo partecipativo deve muovere da un **obiettivo** ben definito;
- Nella scelta del **metodo** partecipativo adatto bisogna fare attenzione al

tema che è al centro del processo, ai suoi obiettivi, nonché alle condizioni di contesto sociali, politiche ed economiche rappresentano allo stesso tempo dei limiti e delle opportunità;

- Le/i partecipanti a un processo devono disporre liberamente delle **informazioni** sul tema affrontato e averne accesso incondizionato;
- Allo stesso tempo anche i soggetti che non sono direttamente coinvolti devono poter avere accesso in qualsiasi momento alle informazioni su obiettivo/i, promotori, partecipanti e fasi del processo partecipativo. Questo genere di trasparenza serve, da un lato, come forma di controllo, dall'altro produce un'ampia base di **fiducia**;
- Fin dall'inizio vanno fissati e illustrati con chiarezza i **limiti** della partecipazione e in chi, in ultima istanza, risiede il **potere** decisionale;
- Le promotrici e promotori devono adoperarsi affinché i partecipanti a un processo ricevano un **feedback** affidabile, in altre parole bisogna rendere note le risultanze del processo partecipativo di cui si è tenuto conto nel successivo iter decisionale, quali non sono state invece prese in considerazione e perché;
- Sia nell'ambito del processo, sia nella rappresentazione che ne viene data all'esterno, bisogna che siano chiari la divisione dei **ruoli** e le responsabilità di tutti i soggetti coinvolti (promotori, responsabili di progetto, facilitatori e personale di supporto tecnico);
- Nel corso di svolgimento dell'intero processo le cittadine e i cittadini vanno presi sul serio. Bisogna prestare attenzione a tutti i **punti di vista** che vengono espressi e tenerne conto nei successivi iter decisionali.
- Bisogna garantire che il processo partecipativo sia facilitato, controllato e valutato.

È inoltre importante, per garantire la buona riuscita del processo partecipativo, individuare alcuni ruoli chiave:

- Il **facilitatore** deve dare le massime garanzie di neutralità, è un esperto del processo (non deve necessariamente conoscere l'agronomia), ha il giusto ascolto (attivo) delle persone. Il facilitatore non è soltanto un'entità neutrale o equidistante dalle parti, la sua virtù non risiede nella distanza che riesce a mettere rispetto agli interessi di ciascuno, quanto, piuttosto, nella capacità di essere ugualmente vicino a tutti, di prendersi cura dei problemi e aiutare a vedere i possibili vantaggi e gli svantaggi di una certa soluzione (P. De Sario, *Il facilitatore di gruppi. Guida pratica per la facilitazione esperta in azienda e nel sociale*);
- Il **tecnico** ha il compito di sviluppare la parte agricola dello spazio, dalla trasmissione di conoscenze legate alle buone pratiche agronomiche alla

sensibilizzazione agli stili di vita sostenibili;

- Il **responsabile** ha la funzione di controllare che il processo avanzi secondo quanto pianificato;
- I **promotori** assicurano, passo dopo passo, che il processo partecipativo non stia solo procedendo secondo quanto prefissato, ma che porti con sé i valori propri del processo.

Per una buona valutazione è possibile utilizzare la cosiddetta scala della partecipazione (Ladder of Citizen Participation, Arnstein 1969): uno strumento che descrive i diversi livelli di intensità di partecipazione, dalla mera informazione trasmessa dai livelli superiori a quelli inferiori fino al completo potere decisionale nelle mani delle cittadine e dei cittadini. In ogni caso, nella fase di **valutazione** (intermedia e/o finale), è bene tenere in considerazione la qualità del percorso fatto, piuttosto che la quantità di persone coinvolte, se i partecipanti abbiano compreso e vissuto a pieno le tre caratteristiche del percorso (coesione, attivazione, appartenenza) e se la loro percezione del processo è di soddisfazione.



Fig. A: paesaggididecrescita.wordpress.com

Un'esperienza. Il QuOrto di Quarto Oggiaro

Il QuOrto, l'orto-giardino condiviso di Quarto Oggiaro, nasce nel 2014 all'interno del progetto di coesione sociale Semi di comunità, promosso dalle ACLI regionali e milanesi, insieme a diverse organizzazioni no profit del quartiere.

Innanzitutto, il QuOrto ha consentito di **(ri)aprire** alla cittadinanza, dopo diversi anni, un'area di circa 6000 mq, precedentemente adibita a parcheggio, successivamente abbandonata e percepita dagli abitanti del quartiere come un luogo degradato e minaccioso. Non a caso i primi ingressi degli operatori nell'area hanno visto l'inaspettato arrivo



delle Forze dell'Ordine, avvertite da qualche abitante delle case circostanti, preoccupato da quelle inattese presenze nell'area. Con il passare delle settimane il clima è però decisamente cambiato: l'iniziativa è stata accolta con curiosità, interesse, partecipazione. Nel momento in cui scriviamo l'orto urbano si estende per circa 600 mq, ma il resto dell'area, grazie all'intervento dell'ente proprietario e di cittadini e organizzazioni del quartiere (associazioni, scuole professionali), è stato messo in sicurezza e viene sottoposto a periodica manutenzione e cura del verde.

Come detto, fin dalle prime settimane l'interesse degli abitanti di Quarto Oggiaro per l'iniziativa è stato decisamente superiore alle aspettative. I primi cittadini con cui si è entrati in contatto sono stati, ovviamente, coloro che vivono più vicino all'area, ma ben presto la notizia si è diffusa in tutto



il quartiere, le richieste sono aumentate e si è stati costretti a una lista d'attesa. L'orto si rivelato un dispositivo capace di **attrarre** anche e soprattutto persone che non appartenevano ai circuiti dell'associazionismo

e del volontariato locale, alcuni giovani, molte donne, cittadini che, al di là di un'esperienza personale, in questo modo hanno deciso di giocare un proprio ruolo per la vita del quartiere, per il bene comune dei suoi abitanti.

Alcuni elementi del processo partecipativo:

- Una delle primissime preoccupazioni è stata l'individuazione di due **figure** che fossero il primo riferimento per i futuri artisti: una facilitatrice del gruppo e una agronoma dedicata a sviluppare la parte agricola dello spazio. Queste due figure sono state fondamentali per la buona riuscita dell'iniziativa e, nello specifico, rispetto alla costituzione del gruppo di artisti urbani, alla loro capacitazione, all'accompagnamento alla propria autonomia relazionale e tecnica;
- Un secondo fattore decisivo, non meno importante, lo ha rappresentato il **Circolo** associativo locale, che è servito insieme da promotore, contenitore, casa comune per gli artisti. Il Circolo non è solo il luogo (formale e sostanziale) del confronto e delle decisioni (normate da un apposito Regolamento comune), ma anche il soggetto giuridico che garantisce continuità nel tempo all'orto urbano e possibilità di interagire con altri enti del territorio (Comune, associazioni locali, etc.);
- Altri due elementi da evidenziare, diversi, ma tra loro collegati, sono la progettazione degli spazi e la loro destinazione d'uso. Ogni artista, infatti, ha avuto sì una propria personale parcella, ma allo stesso tempo si è impegnato a co-costruire e curare le parti comuni che sono dedicate alla coltivazione condivisa, alla raccolta dell'acqua piovana, al compostaggio, al semplice relax, alle attività educative e aggregative. Proprio questo **mix** di spazi e attività diverse ha consentito, soprattutto nel corso del primo anno, che ciascuno trovasse una propria collocazione in termini di interesse, impegno, coinvolgimento e che si costruissero delle relazioni sia all'interno del gruppo di artisti sia fra questi e il resto del quartiere e della città.

Il QuOrto è diventato così un luogo dove è possibile (ri)entrare in contatto con la terra, con i suoi prodotti e, allo stesso tempo, un luogo in cui **coltivare relazioni**, incontrare e conoscere altre persone, collaborare, contribuire insieme al miglioramento ambientale del proprio territorio, condividere, con gli altri artisti urbani, uno spazio-bene comune, con regole di comportamento e gestione che vengono via via elaborate insieme e diventano occasione per conoscersi,



costruire connessioni, fare gruppo. Un **nodo**, quindi, che interagisce con altre realtà attive nel quartiere, dalle scuole (primarie, secondarie, formazione professionale), all'associazionismo di promozione sociale, al volontariato, ai Servizi, offrendo loro attività di coltivazione condivisa, formazione agrotecnica, laboratori sugli stili di vita, momenti di festa e socializzazione e dedicati alla cura di uno spazio comune, strumenti fra loro molto diversi, ma ma tutti finalizzati a vivere uno spazio che è **pubblico** nel senso più pieno della parola: aperto, accogliente, vissuto.



Spunti di agronomia

Pensare lo spazio

Quanto deve essere **grande** un orto?

Ovviamente dipende da quali sono i vostri obiettivi. Se volete avviare una sperimentazione orticola vi basteranno dei vasi, oppure un piccolo pezzo di terra di 10 mq. Se, invece, volete iniziare a cambiare la vostra dieta integrandola con ortaggi e frutti di vostra produzione, una famiglia di 3-4 persone dovrà coltivare un terreno di almeno 80 mq.

Diverse soluzioni per ogni esigenza

In funzione delle disponibilità di spazi, risorse, utenze, obiettivi del vostro progetto orticolo, potete pensare a diverse soluzioni tra cui: la coltivazione in vaso, in orto sopraelevato o in cassone, la coltivazione in piena terra.

1. In vaso

La coltivazione in vaso offre molti vantaggi dal punto di vista degli spazi, infatti è una soluzione che può essere adattata a diversi contesti e usata principalmente come strumento didattico ed esperienziale sia per sperimentare la coltivazione sia per comprendere l'importanza del riciclo, modificando e riutilizzando alcuni contenitori che altrimenti andrebbero gettati.

Per la coltivazione di piccoli ortaggi sono consigliati recipienti che abbiano una profondità di minimo 15-20 cm mentre, per piante con apparato radicale più profondo, si consigliano recipienti di una profondità minima di 30-40 cm.

2. Con cassone rialzato

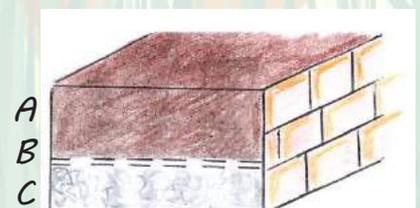
Se, per motivi strutturali dello spazio o perché nel vostro orto sono coinvolte persone (bambini, anziani, persone con disabilità) che hanno la necessità di lavorare a una determinata altezza dal suolo, potete realizzare un'unica vasca rialzata oppure più vasche.

Come costruire il cassone?

Il cassone, delimitato da legno, materiale di recupero, cemento, tufo o altro, consiste di tre strati:

A. strato superficiale di terra di almeno 40 cm;

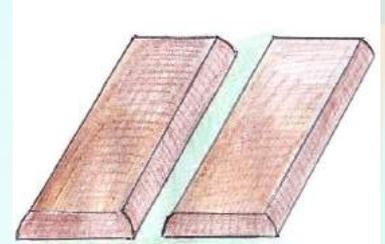
B. salendo, uno strato di tessuto non tessuto: un materiale fibroso che, in questo caso, svolge un'azione di contenimento e separazione tra lo strato profondo e quello più superficiale;



C.strato profondo composto da materiale poroso e filtrante come, ad esempio, sassi e ghiaia, di almeno 20 cm.

3. Con aiuole

Le aiuole, chiamate anche prode, sono utili nel caso di coltivazioni in piena terra, dovrebbero essere larghe circa 1 - 1,20 m e devono avere forma rettangolare. Le prode rialzate sono molto indicate in caso di terreno compatto e argilloso, in quanto il rialzo consente di evitare dannosi ristagni durante le innaffiature. Il solco tra una proda e l'altra (bastano 20 cm), oltre a servire da camminamento, consente di far defluire l'acqua facendola filtrare all'interno del terreno, senza bagnare direttamente le colture.



Come realizzare i camminamenti?

I camminamenti sono zone, vialetti, che delimitano le aiuole in cui potersi muovere ed eseguire diverse operazioni senza dover calpestare il terreno evitando, quindi, il suo compattamento.

In base all'utenza del vostro orto possono avere una larghezza compresa tra 30 cm e 1 m, nel caso di orti didattici o di orti progettati per persone con disabilità.

Considerate sempre un camminamento centrale, un po' più largo, che colleghi tutte le aiuole del vostro orto, in cui poter passare eventualmente con piccole macchine agricole o attrezzi da lavoro, senza intaccare le aiuole.

Proteggere e preparare il suolo

Il suolo, componente essenziale per il funzionamento dell'ecosistema terrestre, è da considerarsi parte di un complesso sistema vivente e rappresenta uno dei più affascinanti sistemi biologici presenti in natura, nonché una risorsa non rinnovabile. Per questo motivo è importante, con l'adozione di buone pratiche agricole sostenibili, promuovere la creazione di un ecosistema-orto stabile e produttivo che conservi la propria capacità di **resilienza** (capacità di contrastare un'azione perturbatrice, un disturbo esterno, mettendo in atto un nuovo e più efficace equilibrio).

Da cosa è formato il suolo?

Uno strato inerte che comprende:

- Una parte solida costituita da particelle di argilla, sabbia, limo in percentuali variabili in funzione del tipo di suolo (sabbioso, limoso, argilloso), minerali (azoto, fosforo, potassio), sostanza organica (%)

carbonio);

- Una parte liquida (l'acqua!);
- Una parte gassosa (l'ossigeno!).

Uno strato vivo costituito da organismi viventi aerobi ed anaerobi che favorisce il consumo e la trasformazione di fertilizzanti e concimi, di residui vegetali delle colture precedenti e di derivati della manutenzione del verde e di siepi circostanti l'orto.

- Aerobi**: hanno bisogno di aria per poter vivere all'interno del terreno e compiere tutte quelle funzioni che lo rendono fertile. Vivono, quindi nei primi strati del terreno;
- Anaerobi**: non hanno bisogno di aria, vivono negli strati più profondi del terreno.

Tipi di suolo

·**Sabbiosi**: friabili, ospitano tanta aria, ma trattengono poco l'acqua ed elementi della fertilità che scendono rapidamente in profondità. I terreni sabbiosi si seccano facilmente, ma sono ben drenati. Si possono riconoscere dal tipico colore ocra e dalla friabilità che si percepisce prendendo un pugno di terra in mano.

·**Argillosi**: compatti, trattengono acqua ed elementi della fertilità, ma non lasciano spazio per l'aria. Rimangono umidi a lungo, non drenano, provocano asfissia radicale. Si possono riconoscere dal tipico colore rosso e dalla plasticità che si percepisce prendendo un pugno di terra in mano.

A cosa serve lavorare il terreno?

Le lavorazioni del terreno hanno come obiettivo principale quello di preservare il suolo, conservare le sue qualità e la sua fertilità, vanno quindi eseguite solo al momento giusto e in numero minore possibile.

·Sono vantaggiose per: preparare un letto di semina, ovvero una condizione favorevole all'interramento e alla germinazione dei semi, aumentare la permeabilità del terreno e quindi, migliorare la circolazione dell'ossigeno e dell'acqua nel suolo riducendo i pericoli dettati dal ristagno idrico (erosione del suolo) e da condizioni di anaerobiosi (morte degli organismi viventi ed arresto di alcuni processi che avvengono nel suolo).

·Sono svantaggiose perché: le lavorazioni che comportano un rivoltamento della terra portano in superficie gli strati meno fertili del terreno e, in profondità, lo strato più fertile dove vivono gli organismi aerobi. Provocano la morte di lombrichi e la distruzione di vie di comunicazione e ricovero di alcuni animali.

Quando lavorare il terreno?

Il terreno deve essere lavorato quando si trova in ottime condizioni di umidità cioè quando non appaia né secco e sbricioloso né estremamente bagnato, ossia quando la terra rimane attaccata ai nostri attrezzi. Deve essere lavorato il meno possibile perché ogni lavorazione comporta un impoverimento del suolo, una riduzione del suo contenuto di nutrienti e, quindi, una riduzione della sua fertilità.

Quali lavorazioni?

Vangare

Consiste nel rivoltare il terreno. La vangatura autunnale permette di interrare i concimi organici e i residui lasciati da colture precedenti, mentre quella primaverile è eseguita prima della semina.



Zappare

Consiste nello sminuzzare il terreno rendendolo soffice. Può essere eseguita a seguito della vangatura, oppure per rompere eventuali croste di lavorazione che si formano dopo giornate di pioggia, in particolare in terreni argillosi e compatti.



Rastrellare

Consiste nel livellare il suolo ed è l'operazione che precede la semina.



...E poi?

Seminare

È un'operazione che richiede accuratezza ed attenzione in ogni suo particolare. Consiste nella scelta, selezione, produzione, conservazione e, infine nel posizionamento del seme sul terreno a una profondità specifica per ogni tipo di pianta.

La semina (Fig.B) a dimora si esegue per tutte quelle piante che non tollerano spostamenti e i cui semi vengono quindi messi nel terreno direttamente nel luogo dove le piante dovranno svilupparsi e fruttificare. Il terreno deve essere ben preparato e umido ed i semi dovranno essere distribuiti in modo uniforme spargendoli con la mano su tutta l'aiuola (semina a spaglio). In modo alternativo, i semi possono essere distribuiti in solchetti (semina a file). Tra le piante che richiedono la semina a dimora ricordiamo: aglio, cicoria da taglio, fagiolini, fagiolo, fava,

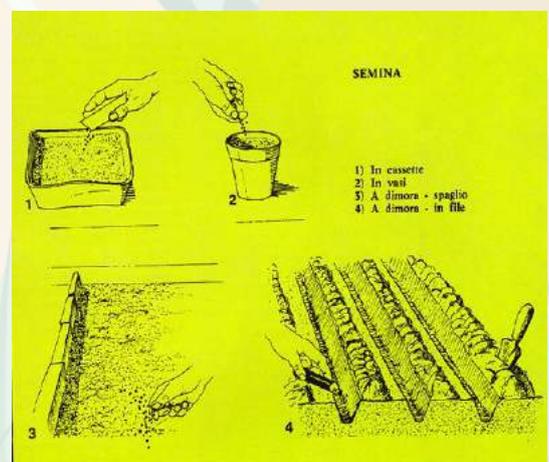


Fig.B Marco Dobrovich, Renato Lazzarini,
Il giardinaggio facile e pratico

patata, pisello, ravanella, spinacio.

La semina in semenzaio (in cassette o in vasetti) risulta opportuna quando le piante non subiscono danni da trapianto e ha il vantaggio di ottenere una rapida germinazione e di produrre in breve tempo piantine che vengono collocate a dimora nella posizione desiderata.

Trapiantare

Se si ha a disposizione un luogo riparato, è possibile seminare in cassette o vasetti, per poi trapiantare le piante, una volta cresciute le prime foglie. Quando si deve eseguire un trapianto, si innaffia abbondantemente sia il semenzaio sia il terreno che dovrà ricevere la pianta.

- Le coltivazioni orticole, preferiscono essere trapiantate con l'intero panetto di terra (Fig. 1);
- Le coltivazioni floricole vengono prelevate con l'uso di una zappetta: si puliscono dalla terra le radici, si accorciano e si collocano a dimora nelle buchette realizzate nel terreno, previa bagnatura delle radici. (Fig. 2)



Fig.1 Marco Dobrovich, Renato Lazzarini, Il giardinaggio facile e pratico

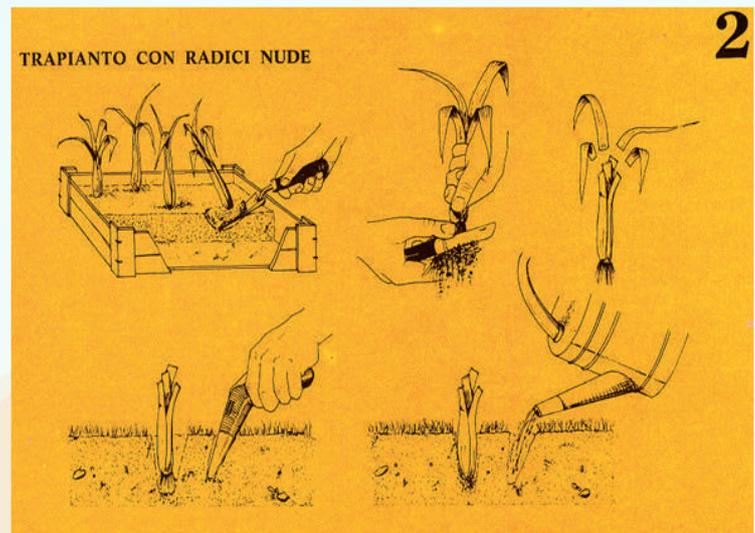


Fig.2 Marco Dobrovich, Renato Lazzarini, Il giardinaggio facile e pratico

Buone pratiche agricole

Pacciamare

È un'operazione di protezione del suolo utile per:

- Evitare che il terreno si compatti a seguito dall'azione della pioggia e che vengano eseguite lavorazioni continue per rompere la crosta formatasi in superficie;
- Ridurre le erbe infestanti che, senza luce, non possono germinare;
- Trattenere l'umidità e ridurre interventi irrigui;
- Aumentare la temperatura del suolo e quindi, facilitare il germogliamento

dei semi;

- Fornire al terreno i nutrienti necessari;
- Ridurre l'effetto serra.

Pacciamare significa ricoprire il suolo circostante le piante. Può essere messa a punto con diversi tipi di materiali: residui colturali, paglia, pietrisco, corteccia, foglie, alcuni materiali inorganici biodegradabili o plastici. La pacciamatura con materiale naturale è sicuramente la migliore perché permette contemporaneamente di raggiungere tutti gli obiettivi accennati in precedenza senza costi aggiuntivi e sprechi. Inoltre, è un'operazione che renderà in nostro orto maggiormente in equilibrio con i naturali sistemi vegetali, facendolo assomigliare al tappeto di un bosco.

La pacciamatura con materiale inorganico biodegradabile o plastico può essere realizzata utilizzando fogli di giornale, cartone, lana e altri materiali plastici. Favorisce soltanto il controllo delle erbe infestanti e contribuisce a un innalzamento termico del terreno.

Concimare

Comporta il definire i fabbisogni in elementi nutritivi delle diverse colture, stimare quanto tali fabbisogni possono essere colmati naturalmente dal terreno e fornire il complemento nel modo più efficiente possibile. È importante fare attenzione a non eccedere perché si rischierebbe un inquinamento ambientale e in una perdita in resa delle colture.

Fertilizzanti ammessi in agricoltura biologica. (Fig.C)

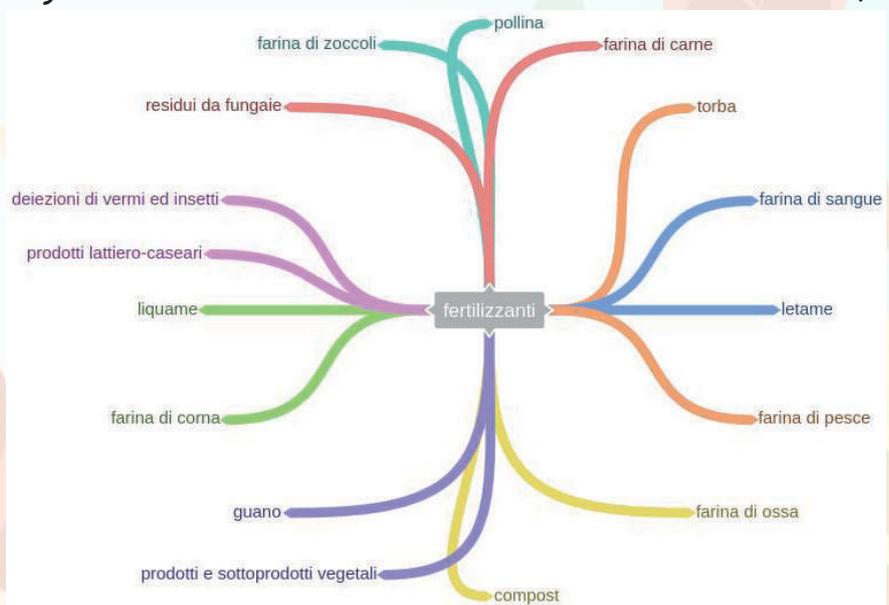


Fig.C SPG Pedagogia della terra materiali di lavoro per i comitati locali: protocollo BIO- produzioni vegetali

Compostare

Il compost è il risultato della trasformazione di un misto di materie organiche da parte di macro e microrganismi in condizioni particolari di presenza di ossigeno ed equilibrio tra gli elementi chimici. Il suo utilizzo migliora la struttura del suolo e la biodisponibilità di elementi nutritivi (in modo particolare i composti del fosforo e dell'azoto). Come attivatore biologico, aumenta la biodiversità degli organismi che vivono nel suolo.

Per avere un buon compost, bisogna ricordarsi che sono gli organismi decompositori del suolo a produrlo. Essi, per vivere, hanno bisogno di tre parametri:

- Nutrienti equilibrati: un misto di materie carboniose (brune-dure-secche) e di materie azotate (verdi-molli-umide);
- Umidità che proviene dalle materie azotate (umide) ed eventualmente dall'acqua piovana o da acqua apportata manualmente;
- Aria che si infiltra attraverso la porosità prodotta dalla presenza delle sostanze carboniose strutturanti (dure) o grazie ad una azione manuale di rivoltamento.

Diventa allora fondamentale mantenere il giusto grado d'umidità del materiale, altrimenti il processo sarà rallentato, se troppo secco o troppo umido. Inoltre in quest'ultimo caso avverranno putrefazioni indesiderate (processo anaerobico). Per asciugare un cumulo troppo umido si attua un rivoltamento del materiale (con una forca), per inumidirlo si versa dell'acqua (con la canna da giardino o con un innaffiatoio). Il tempo di maturazione del compost è variabile a seconda delle condizioni climatiche e del tipo di prodotto che si vuole ottenere.

I residui organici compostabili sono:

- Rifiuti azotati: scarti vegetali, da giardino (tagli di siepi, erba del prato), foglie verdi, rifiuti domestici;
- Rifiuti carboniosi: rami derivanti dalla potatura (meglio se sminuzzati, altrimenti risulteranno poco aggredibili da parte dei microrganismi), foglie secche, paglia (si terranno da parte accuratamente queste materie e le si mischierà man mano ai rifiuti azotati che si produrranno di giorno in giorno);
- Fondi di caffè, filtri di tè, gusci di uova, gusci di noci;
- Carta, evitando quella stampata e, soprattutto, quella patinata;
- Pezzi di cartone (fungono anche da rifugio ai lombrichi).

Sovesciare

Il sovescio è una tecnica di fertilizzazione che consiste nell'interramento (R-ovescio) di tutta la vegetazione (anche i frutti!) di una coltura coltivata per tale scopo.

Favorisce:

- Aumento di sostanza organica nel suolo;

- Aumento della biomassa del suolo;
- Aumento della fissazione di azoto atmosferico (funzione ambientale svolta da batteri azotofissatori presenti in particolar modo nelle leguminose);
- Protezione e copertura del terreno limitando l'erosione (operata dalle gocce che sbattono sul terreno) nei momenti in cui il suolo rimane incolto.

Le specie da coltivare variano in base alla stagione e possono essere anche miste per favorire la biodiversità della parcella: fava, favetta, pisello, lupino, trifoglio, veccia, villosa, sulla, sorgo, segale, orzo, loiessa, loiutto e tutte le leguminose.

Per esempio, per un sovescio autunno-invernale:

- Seminare le specie che più si preferiscono;
- Al termine del ciclo della coltura: tagliare alla base gli steli, lasciarli seccare (per evitare che marciscano una volta interrati), vangare rivoltando la terra.

Ruotare

La rotazione colturale consiste nel variare, ad ogni stagione colturale, le varietà coltivate all'interno della parcella.

Questa pratica consente di: mantenere la fertilità del terreno, garantire rese omogenee dei raccolti nel corso degli anni, interrompere la crescita di alcune erbacce, contribuire alla restituzione al suolo di alcuni elementi nutritivi (le leguminose rendono disponibile nel suolo una buona percentuale di azoto).

Come scegliere le varietà da alternare negli anni?

In base alle esigenze nutritive:

Piante ritenute buoni consumatori di sostanze nutritive	Piante ritenute medi consumatori di sostanze nutritive	Piante ritenute scarsi consumatori di sostanze nutritive
Cavoli (no cavolo rapa)	Aglio	Fagioli e fagiolini
Cetrioli	Bietole	Fave
Insalate	Cavoli rapa	Pisellini
Melanzane	Carote	Prezzemolo
Meloni	Cicoria	Soia
Patate	Cipolle	
Peperoni	Erbe aromatiche	
Pomodori	Finocchi	
Sedano e sedano rapa	Porri	
Spinaci	Radicchio	
Zucche e zucchine	Ravanelli	
	Rucola	

Tab. n.1 Civielle, La gestione degli avvicendamenti colturali

Uno spazio e un tempo per ogni pianta

Nella seguente tabella troverete:

- La profondità a cui seminare ogni specifica coltura in modo che la germinazione dei semi sia tempestiva;
- Indicazioni temporali di semina e raccolto per programmare il vostro calendario delle semine e dei raccolti;
- Indicazioni rispetto alla distanza (tra le file e tra le singole piante) a cui seminare o trapiantare, per fare in modo che ogni pianta goda dello spazio adeguato per svilupparsi e dare frutti.

Ortaggi	Profondità del seme	Epoca di semina	Epoca di raccolto	Distanza tra le file	Distanza tra le piante
Aglione	4-5 cm	ott - apr	giu - ago	20-40 cm	10-15 cm
Basilico	1 cm	apr - mag	40 gg dopo la semina	-	25 cm
Carota	0.5 cm	feb - ago	6 mesi dopo la semina	30 cm	5 cm
Cavolo cappuccio	1-1.5 cm	feb - set	da giugno	60-70 cm	50-60 cm
Cavolo Bruxelles	1-1.5 cm	mar - giu	ott - dic	70-80 cm	50-60 cm
Cavolfiore	1-1.5 cm	mar - giu	nov - mar	70-80 cm	50-60 cm
Cavolo verza	1-1.5 cm	feb - ago	sempre	60-70 cm	50-60 cm
Cetriolo	1.5-2 cm	mar - giu	giu - lug	90-100 cm	50-60 cm
Cicoria a coste	0.2-0.5 cm	mag - ago	da set	30-40 cm	20-30 cm
Cicoria da taglio	0.2-0.5 cm	feb - ago	sempre	-	-

<i>Ortaggi</i>	<i>Profondità del seme</i>	<i>Epoca di semina</i>	<i>Epoca di raccolto</i>	<i>Distanza tra le file</i>	<i>Distanza tra le piante</i>
<i>Cicoria radicchio</i>	<i>0.2-0.5 cm</i>	<i>mag - ago</i>	<i>set - mar</i>	<i>20-30 cm</i>	<i>15-20 cm</i>
<i>Cipolla</i>	<i>0.5-1 cm</i>	<i>feb - mag</i>	<i>ago - ott</i>	<i>30-40 cm</i>	<i>30 cm</i>
<i>Fagiolini</i>	<i>2-3 cm</i>	<i>apr - ago</i>	<i>mag - ott</i>	<i>40-50 cm</i>	<i>10-15 cm</i>
<i>Fagioli</i>	<i>3-4 cm</i>	<i>apr - mag</i>	<i>mag - ott</i>	<i>40-50 cm</i>	<i>10-15 cm</i>
<i>Fava</i>	<i>4-5 cm</i>	<i>ott - apr</i>	<i>mag - lug</i>	<i>50-70 cm</i>	<i>15-20 cm</i>
<i>Finocchio</i>	<i>0.5-1.5 cm</i>	<i>ott</i>	<i>nov - apr</i>	<i>50-60 cm</i>	<i>15-20 cm</i>
<i>Indivia</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>mar - ago</i>	<i>ago - nov</i>	<i>30-40 cm</i>	<i>20-25 cm</i>
<i>Indivia scarola</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>lug - ago</i>	<i>mar - apr</i>	<i>35-40 cm</i>	<i>20-25 cm</i>
<i>Lattuga</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>feb - set</i>	<i>giu - nov</i>	<i>40-50 cm</i>	<i>25-30 cm</i>
<i>Melanzana</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>feb - mar</i>	<i>giu - lug</i>	<i>100-120 cm</i>	<i>50-70 cm</i>
<i>Patata</i>	<i>10-15 cm</i>	<i>feb - apr</i>	<i>lug - ago</i>	<i>100-120 cm</i>	<i>25-30 cm</i>
<i>Peperone</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>feb - mar</i>	<i>giu</i>	<i>60-80 cm</i>	<i>30-50 cm</i>
<i>Piselli</i>	<i>2-3 cm</i>	<i>nov - apr</i>	<i>da mag</i>	<i>40-50 cm</i>	<i>4-5 cm</i>
<i>Pomodoro</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>feb - mar</i>	<i>da giu</i>	<i>70-80 cm</i>	<i>25-30 cm</i>
<i>Prezzemolo</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>feb - set</i>	<i>sempre</i>	<i>-</i>	<i>-</i>

<i>Ortaggi</i>	<i>Profondità del seme</i>	<i>Epoca di semina</i>	<i>Epoca di raccolto</i>	<i>Distanza tra le file</i>	<i>Distanza tra le piante</i>
<i>Ravanello</i>	<i>1 cm</i>	<i>mar - ott</i>	<i>sempre</i>	<i>10 cm</i>	<i>5 cm</i>
<i>Sedano</i>	<i>0.5 cm</i>	<i>dic - gen</i>	<i>set - nov</i>	<i>30 cm</i>	<i>25-30 cm</i>
<i>Spinacio</i>	<i>1-1.5 cm</i>	<i>sempre</i>	<i>sempre</i>	<i>20 cm</i>	<i>10-15 cm</i>
<i>Zucca</i>	<i>2-5-3 cm</i>	<i>mar - apr</i>	<i>set - ott</i>	<i>200 cm</i>	<i>150-200 cm</i>
<i>Zucchino</i>	<i>2-2.5 cm</i>	<i>mar - apr</i>	<i>giu</i>	<i>100-120 cm</i>	<i>80-100 cm</i>

Tab. n.3 Barbara Monacelli, Il giardinaggio facile e pratico

Le attività educative

Percorsi di sostenibilità

Un orto urbano può diventare un luogo di informazione, sensibilizzazione, educazione ai temi della *sostenibilità*.

Incontri e percorsi laboratoriali, ospitati e/o collegati all'orto, possono contribuire a:

- Diffondere maggiore informazione e nuova *consapevolezza* sui temi della sostenibilità urbana e ambientale
- Promuovere l'adozione di nuovi stili di vita e *comportamenti* di produzione, acquisto, consumo orientati al rispetto per gli altri e il nostro pianeta
- Radicare *buone pratiche* che possano auto-alimentarsi e diffondersi nel tempo ad altri contesti

Di seguito descriviamo alcuni possibili percorsi, degli spunti per delle possibili attività.

PERCORSO 1

TARGET: ADULTI

OBIETTIVO: sensibilizzare e avvicinare ai temi degli stili di vita sostenibili, favorendo l'aggregazione e lo scambio fra le persone.

• Incontro **LA FIERA DELL'AUTOPRODUZIONE**

Per riappropriarci dell'arte del fare e non solo dell'acquistare. Usando ingredienti naturali e un pizzico di creatività produrremo ottimi beni alimentari.

• Incontro **ANTICHI SAPORI: PREZIOSI SAPERI**

Riscopriamo le antiche ricette e i gusti di una volta. Scambiamo e collezioniamo ricette e segreti della cucina.

• Incontro **PILLOLE DI SOSTENIBILITA'**

Momenti di confronto condiviso per affrontare tematiche legate all'alimentazione, al benessere, ai consumi, all'agricoltura.

• Incontro **OLTRE IL CARRELLO: I SEGRETI DELLA SPESA**

Cosa si nasconde dietro la nostra spesa? Da dove arrivano i prodotti che compriamo? L'etichetta è la carta d'identità di quello che compriamo e saperla leggere è importante. Le regole della Grande Distribuzione e alcuni consigli pratici.

PERCORSO 2

TARGET: FAMIGLIE (mamma-bambino)

OBIETTIVO: porre la famiglia al centro di un percorso educativo e formativo volto a far conoscere gli effetti dei propri stili di vita sull'ambiente e le relative responsabilità, favorire l'incontro e lo scambio intergenerazionale.

- Incontro **OLTRE IL CARRELLO: I SEGRETI DELLA SPESA**

Cosa si nasconde dietro la nostra spesa? Da dove arrivano i prodotti che compriamo? L'etichetta è la carta d'identità di quello che compriamo e saperla leggere è importante. Le regole della Grande Distribuzione e alcuni consigli pratici. Insieme prepariamo e decoriamo la borsa della spesa.

- Incontro **LA FIERA DELL'AUTOPRODUZIONE**

Ci riappropriamo dell'arte del fare e non solo dell'acquistare. Usando ingredienti naturali e un pizzico di creatività produciamo ottimi beni alimentari e non solo.

- Incontro **ORTO FAI DA TE**

Costruiamo un mini-orto essenziale per piccoli spazi, anche per il davanzale della finestra di casa. Utilizziamo le cassette della frutta ottenendo un risultato professionale.

- Incontro **MANGIANDO S'IMPARA**

Scopriamo l'importanza della stagionalità di quello che scegliamo di acquistare. Parliamo di km zero, filiera corta e ascoltiamo alcune esperienze di Gruppi di acquisto solidale. Quali sono i numeri dello spreco alimentare. Al termine laboratorio pratico di cucina degli avanzi.

- Incontro **I SAPORI: PREZIOSI SAPERI**

Scambiamo e collezioniamo ricette e segreti della cucina.

PERCORSO 3

TARGET: SCUOLE (secondarie di primo e secondo grado)

OBIETTIVO: entrare in contatto e conoscere i saperi necessari per vivere in maniera più sostenibile.

• Incontro **PILLOLE DI SOSTENIBILITA'**

Si comincia con la presentazione dell'esperto al gruppo classe che illustra la struttura del progetto. Momento iniziale, di ascolto e confronto condiviso, per progettare il percorso insieme agli studenti. Nello specifico si procede a identificare i temi più interessanti che si vogliono trattare. Breve introduzione sul significato degli stili di vita sostenibili.

• Incontro **OLTRE IL CARRELLO: I SEGRETI DELLA SPESA**

Cosa si nasconde dietro la nostra spesa? Da dove arrivano i prodotti che compriamo? L'etichetta è la carta d'identità di quello che compriamo e saperla leggere è importante. Le regole della GDO e il Commercio equo e solidale. Insieme prepariamo e decoriamo la borsa della spesa.

• Incontro **MANGIANDO S'IMPARA**

Scopriamo l'importanza della stagionalità di quello che scegliamo di acquistare. Parliamo di km zero, filiera corta e ascoltiamo alcune esperienze di Gruppi di acquisto solidale. Quali sono i numeri dello spreco alimentare. Laboratorio pratico di cucina degli avanzi.

• Incontro **ORTO FAI DA TE**

Costruiamo, con materiali di recupero, un orto in cassetta o in cassone per poter coltivare gli ortaggi, anche quelli che necessitano di molta terra.

PERCORSO 4

TARGET: SCUOLE (scuole dell'infanzia e scuole primarie)

OBIETTIVO: Laboratori interattivi che prevedono la partecipazione attiva dei bambini. Attraverso l'utilizzo di strumenti e linguaggi che ne facilitino il coinvolgimento aiutiamo i bambini a sentirsi protagonisti in ogni fase dell'attività. Impariamo giocando.

- Incontro **ORTO FAI DA TE**

Costruiamo un mini-orto essenziale per piccoli spazi, anche per il davanzale della finestra della scuola. Utilizzando le cassette della frutta coltiviamo tutti insieme.

- Incontro **RI-COLTIVO**

Impariamo a coltivare gli scarti della mensa. Molte parti di verdura e relativi semi si possono coltivare, però non tutte. Impariamo a conoscerle, i metodi di propagazione e la coltivazione in casa, per risparmiare e non sprecare.

- Incontro **4 ERRE**

Riduco, Riuso, Recupero, Riciclo.

- Incontro **LA FIERA DELL'AUTOPRODUZIONE**

Ci riappropriamo dell'arte del fare e non solo dell'acquistare. Usando ingredienti naturali e un pizzico di creatività produciamo ottimi beni alimentari e non solo.

- Incontro **RIFIUTI E LA RACCOLTA DIFFERENZIATA**

Avviciniamo e sensibilizziamo i bambini/ragazzi alla tematica proposta.

ALTRI INCONTRI POSSIBILI:

Semenzaio con materiali di riciclo e rimedi naturali

Costruiamo un pratico semenzaio partendo dai materiali di recupero. Prepariamo diversi rimedi utilizzando prodotti naturali a basso costo.

Il burro

Realizziamo il burro a partire dalla panna fresca, imparando così a conoscere la sua filiera di produzione.

Cosmesi naturale

Una coccola, un momento per sé o semplicemente un suggerimento di regalo? I cosmetici naturali sono sempre una bella idea da regalare e un ottimo modo per prendersi cura di sé.

Orto sul balcone in cassone

Costruiamo un orto sul balcone capiente per poter coltivare gli ortaggi, anche quelli che necessitano di molta terra. Tutto con materiali di recupero.

Attività laboratoriali

Scrub corpo della sera

Sale da cucina grosso
Olio di mandorla
Olio essenziale alla
Lavanda, facoltativo
1 cucchiaino di Amido
di mais



In una ciotola versare una quantità di sale adatta a riempire il vasetto prescelto per custodirlo. Mescolate accuratamente al sale una quantità di olio sufficiente a renderlo leggermente unto, ma non troppo: più la pella è secca, più ne avrà bisogno; più è grassa, più necessità di sale.

Se volete ottenere un effetto rinfrescante, aggiungete alcune gocce di olio essenziale di lavanda, per ottenere un effetto rilassante.

Fate lo scrub una volta alla settimana massimo. Non usate la pasta esfoliante sul viso, sulle mucose, sulle parti intime, nè sulle zone irritate o ferite.



Ricetta del sale alle erbe

Fior di sale grosso q.b.



Erbe aromatiche
a piacere



Lavare delicatamente le erbe, asciugarle per bene e metterle nel mixer insieme al fior di sale grosso. La consistenza non deve risultare fine ma piuttosto grossa. Accendere il forno a 50° ventilato.

Adagiare il sale e le erbe su una placca rivestita con carta da forno e far "asciugare" per 5/10 minuti, non di più.

Versare il sale così ottenuto in vasi precedentemente sterilizzati. In questo modo gli oli essenziali delle erbe rimarranno imprigionati nei granelli di sale.

Ottimo su carne, pesce, verdure e vellutate



Ricetta del burro fai da te

Panna fresca
500 g



Mettere la panna ben fredda in una ciotola e avviare lo sbattitore. Dopo qualche minuto, si sarà formata la panna. Continuando a sbattere, si formerà il burro. Una volta che questo si sarà trasformato in una palla e si sarà attaccato alle fruste, smettere di sbattere e spostare il burro in un colino spremendo il siero in eccesso.

Sciacquare benissimo sotto l'acqua corrente (sino a quando questa non si presenterà perfettamente limpida) e spremere in modo da tirare via più acqua possibile.

Il burro preparato in casa va conservato, per pochi giorni al massimo, in un barattolo chiuso e in frigo. E' ottimo da consumarsi crudo o fuso: non è adatto, invece, a soffritti o frittiture.



Ricetta del sale da bagno

Fior di sale grosso q.b.

Olio essenziale
alla lavanda

Amido di mais

Olio extravergine di
oliva



Lavare delicatamente le erbe, asciugarle per bene e metterle nel mixer insieme al fior di sale grosso. La consistenza non deve risultare fine ma piuttosto grossa. Accendere il forno a 50° ventilato.

Adagiare il sale e le erbe su una placca rivestita con carta da forno e far "asciugare" per 5/10 minuti, non di più. Versare il sale così ottenuto in vasi precedentemente sterilizzati. In questo modo gli oli essenziali delle erbe rimarranno imprigionati nei granelli di sale.

Ottimo per essere regalato!



La bomba di semi

Argilla in polvere

Terriccio

Semi di fiori misti

Acqua

Mettere una parte di semi, tre parti di terriccio e cinque parti di argilla in una ciotola.

Quando avrete mescolato per bene gli ingredienti aggiungete l'acqua poco per volta, in modo da creare un impasto morbido come la plastilina.

Da questo impasto formate delle palline dal diametro i circa due centimetri, sistematele su un vassoio e lasciatele seccare per qualche giorno.

Quando saranno asciutte basterà fare un giro per il quartiere e lanciare qualche bomba in qualsiasi aiuola, terreno o isola di traffico e aspettare che gli agenti atmosferici facciano la loro parte!



Contatti

Di seguito trovate i contatti delle sedi provinciali e della sede regionale ACLI della Lombardia.

Se, insieme al vostro Circolo, alla vostra associazione o a un gruppo di amici, avete in mente di creare un orto condiviso, rigenerare uno spazio urbano, dare vita a un percorso partecipativo, per informazioni e supporto potete contattare una delle sedi che seguono oppure scriverci a sostenibili@aclilombardia.it

ACLI Bergamo segreteria@aclibergamo.it
Via S. Bernardino, 70/A; Bergamo. tel. 035.210284

ACLI Brescia segreteria@aclibresciane.it
Via Corsica, 165; Brescia. tel. 030.2294030

ACLI Como como@aclit.it
Via Brambilla, 35; Como. tel. 031.3312711

ACLI Cremona cremona@aclit.it
Via S. Antonio del fuoco, 9/A; Cremona. tel. 0372/800422

ACLI Lecco lecco@aclit.it
Via S. Nlicolò, 4; Lecco. tel. 0341.288217

ACLI Lodi lodi@aclit.it
Viale Rimembranze, 12/B; Lodi. tel. 0371.423505

ACLI Mantova segreteria@aclimantova.it
Via Solferino, 36; Mantova. tel. 0376.432711

ACLI Milano segreteria@aclimilano.it
Via della Signora, 3; Milano. tel. 02.7723221

ACLI Pavia pavia@aclit.it
Via C. Battisti, 148; Pavia. tel. 0382.29638

ACLI Sondrio aclisondrio@libero.it
Via C. Battisti, 30; Sondrio. tel. 0342.212352

ACLI Varese aclivarese@aclivarese.it
Via Speri della Chiesa, 7; Varese. tel. 0332.281204

ACLI Lombardia sostenibili@aclilombardia.it
Via B. Luini, 5; Milano. tel. 02.86995618

BIBLIOGRAFIA

Barbara Monacelli, Il giardinaggio facile e pratico.

L. Giardini, l'Argonomia per conservare il futuro, Pàtron Editore, Bologna 2012.

Pio Rossi, Come condurre un orto rigoglioso secondo natura.

Civielle, La gestione degli avvicendamenti colturali, Ed. Febbraio 2014.

Centri Regionali di Competenza, E-Democracy: modelli e strumenti delle forme di partecipazione emergenti nel panorama italiano.

Direzione generale Assemblea Legislativa, Linee guida per la progettazione di un processo partecipativo.

Nantz, Fritsche, La partecipazione dei cittadini: un manuale. Metodi partecipativi: protagonisti, opportunità e limiti.

SITOGRAFIA

www.interazioniaps.org/?p=344

www.des.varese.it/wpcontent/uploads/2015/04/SPG2015_protocollo_BIO_SPG_produzioni_vegetali.pdf

www.agrariailponticello.com/documenti.html

paesaggididecrescita.wordpress.com/2011/11/11/dire-fare-partecipare/



*ACLI Lombardia
ACLI provinciali milanesi
Circolo ACLI Santa Lucia*

