

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

PARCO S. BUGLIONE

Titolo per la tematizzazione

Il Parco agricolo

Tema di riferimento

“Terreno fertile: dalla semina alla raccolta”

L'educazione alla natura come strumento di aggregazione e riscoperta dei legami con la terra e con i frutti che essa produce, svolta all'interno dell'area verde del Parco S. Buglione, volto a creare formazione per i fanciulli e aggregazione per le altre fasce d'età.

Motivazione

Il legame terra-uomo è, solitamente, rafforzato e valorizzato quando vengono consumati prodotti agricoli la cui crescita è stata assistita e favorita dal consumatore stesso. La sfera della socialità ha un'importanza preponderante in questo contesto: l'orto diventa infatti luogo non solo di produzione ma anche di svago e di ritrovo. Chi si occupa di un piccolo appezzamento di terreno è inoltre responsabile nei confronti di tutto il territorio pubblico, l'allestimento di orti sociali infatti è una delle occasioni più importanti per consentire ad ogni cittadino di percepire il terreno come bene comune che va salvaguardato e tutelato; per queste ragioni oltre alla funzione ricreativa, gli orti sociali rappresenteranno un centro di cultura agricolo-socio-ambientale di notevole interesse.

Buone pratiche di riferimento

Dall'orto al piatto

Nel Comune di Fossano, in provincia di Cuneo, è stato realizzato un progetto dall'istituto Professionale per l'Agricoltura e l'Ambiente "P. Barbero" di Cussanio che prevede un programma pluridisciplinare di orticoltura dal titolo "**Dall'orto al piatto**" in cui alunni diversamente abili con il coinvolgimento dei docenti di sostegno operano direttamente in campo, in serra, nei laboratori e seguono personalmente il ciclo produttivo di alcune specie orticole creando in questo modo occasione di aggregazione e formazione.

Gli orti urbani

Nel Comune di Torino sono stati inaugurati alcuni orti urbani previsti dal progetto del nuovo parco dell'Arrivore, ove la terra è stata messa a disposizione del cittadino per creare non solo momenti di socializzazione e di condivisione ma anche per sensibilizzare ai prodotti biologici.

Orticoltura per tutti

Nel Comune di Rubano, in provincia di Padova, sono stati messi a disposizione dei cittadini alcuni appezzamenti di terreno da adibire ad orto, dotati di rete di irrigazione e ricovero attrezzi; tale iniziativa permette di recuperare e diffondere le conoscenze e le tecniche di naturale coltivazione, facilitare le occasioni di incontro, promuovere un sano impegno del tempo libero.

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

<http://www.comune.rubano.pd.it/comune/uffici/organigramma/direzione-servizi-amministrativi/area-socio-culturale/biblioteca-centro-culturale/orti-sociali/>

Attività di supporto previste

Orto didattico

Un'area del Parco viene destinata per un fine educativo, creare dei laboratori didattici come ad es. l'orto biologico, il giardino dei frutti, le piante officinali, l'arnia didattica, le abilità manuali ove le scuole imparerebbero, con l'ausilio degli insegnanti e la collaborazione del personale ausiliario, i modi, i tempi e i prodotti adatti alla semina, a preparare e concimare adeguatamente il terreno, ad annaffiare con acqua, a controllare in maniera naturale i parassiti ed infine ad imparare le modalità della raccolta.

www.ortodidattico.it

Limoneto

Vista la presenza all'interno del Parco di un'area caratterizzata dalla presenza di limoni, è possibile realizzare con le Associazioni e/o scuole presenti in loco, una periodica operazione di raccolta nei periodi di fruttificazione degli stessi.

Ortoterapia

È una terapia alternativa che potrebbe curare particolari disabilità, il semplice disagio o migliorare lo stato di salute degli individui sia da un punto di vista organico che psicologico. Ottimi risultati si potrebbero ottenere anche con gli anziani, soprattutto se malati di Alzheimer o costretti in ambienti limitati come case di cura o di riabilitazione, in quanto si tratterebbe di un lavoro di gruppo che, in questo modo, faciliterebbe la socializzazione.

Contenuti per la divulgazione delle informazioni

La tematizzazione del parco può essere sviluppata attraverso l'allestimento di una specifica cartellonistica relativa alle specie arboree già presenti nel parco ed ai possibili ortaggi da coltivare scelti per la realizzazione dell'orto. Di seguito si individuano alcuni esempi.

Esempio 1 Il Limone

Nomenclatura binomiale Citrus × limon

Regno: Plantae

Divisione: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordine: Sapindales

Famiglia: Rutaceae

Genere: Citrus

Specie: C. × limon

È un antico ibrido, forse tra il pomelo ed il cedro, ma da secoli costituisce specie autonoma che si propaga per talea e per innesto. È un albero che raggiunge dai 3 ai 6 metri di altezza, i germogli e i petali sono bianchi e violetti, mentre la buccia può essere molto ruvida fino a liscia, più o meno foderata all'interno con una massa bianca spugnosa detta albedo. La fioritura del limone in clima favorevole avviene due volte l'anno: la prima fioritura è quella primaverile (novembre-aprile o maggio), mentre la seconda fioritura avviene in agosto e settembre ed i frutti si possono raccogliere da maggio in poi.

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

La POTATURA va eseguita in primavera o fine estate, evitando non solo di intervenire nei periodi particolarmente caldi e particolarmente freddi, ma anche quando gli eventuali frutti risultano particolarmente piccoli e ancora verdi.

La RACCOLTA deve avvenire con il tempo asciutto e va effettuata quando i frutti hanno raggiunto un grado di maturazione sufficiente. Al contrario di altre specie che non possono completare la maturazione dopo che i frutti sono stati staccati dall'albero, i limoni possono maturare anche successivamente alla raccolta. Durante l'operazione bisogna badare a non provocare danni ai frutti, per non aprire inavvertitamente la strada ai parassiti e per non privarli della rosetta.

CURIOSITA' NUTRIZIONALI: il limone è da sempre considerato una sorta di panacea universale per tutti i preziosi principi attivi di cui è costituito e per le sue numerose proprietà terapeutiche. L'acido citrico e i citrati (sali), infatti, sono dei naturali regolatori di acidità, mentre le vitamine in esso contenute (A-B-C-PP) sono importanti per l'equilibrio nervoso, per l'equilibrio della pelle, per proteggere i vasi circolatori. E' antiossidante fondamentale contro i radicali liberi e agisce sulle ghiandole endocrine.

Esempio 2 Il Noce

Regno: Plantae

Divisione: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordine: Fagales

Famiglia: Juglandaceae

Genere: Juglans

E' una pianta di origini antichissime, proveniente dalle regioni dell'Asia sud-occidentale, molto vigorosa, tanto da raggiungere anche i 30 metri d'altezza. Le sue foglie caduche presentano una superficie liscia. Nella stessa pianta sono presenti sia i fiori maschili che si trovano generalmente nei rami di un anno, sia quelli femminili che, invece, crescono all'apice dei nuovi germogli. Il frutto è una drupa, la cui parte commestibile si trova all'interno di un guscio legnoso, il quale è ricoperto da un mallo carnoso di color verde che annerisce e si stacca, quando il frutto è maturo. Resiste bene al freddo pur prediligendo climi miti e non troppo umidi.

La SEMINA del noce comune avviene per seme, mentre per altre selezioni si pratica l'innesto. Il noce predilige terreni profondi, freschi e ben drenati. Teme i ristagni d'acqua che possono favorire l'insorgere di marciumi alle radici, causando un generale indebolimento della pianta, con danni anche alla produzione dei frutti. La concimazione del terreno, invece, deve essere fatta possibilmente ogni uno o due anni, con letame ben maturo o altri concimi d'origine organica, integrandoli con concimi chimici complessi a base di azoto, fosforo, potassio e microelementi.

La RACCOLTA dei frutti avviene nei mesi di ottobre-novembre, appena il mallo inizia a staccarsi. Successivamente le noci dovranno essere esposte al sole per un periodo di 10-12 giorni per l'essiccamento.

La POTATURA deve essere annuale, si devono evitare i tagli dei rami grossi e quindi limitarsi allo sfoltimento dei piccoli rametti disordinati.

CURIOSITA' NUTRIZIONALI. La noce per il suo scarso contenuto di acqua è un frutto molto calorico, ma soprattutto ricco di grassi insaturi e polinsaturi che svolgono un'azione benefica, contribuendo ad abbassare i livelli di colesterolo nel sangue riducendo il rischio di aterosclerosi e cardiopatie.

Esempio 3 Il castagno

Nomenclatura binomiale *Castanea sativa*

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

Regno: Plantae
Divisione: Magnoliophyta
Classe: Magnoliopsida
Ordine: Fagales
Famiglia: Fagaceae
Genere: Castanea
Specie: C. sativa

Originario dell'Asia giunse attraverso la Grecia nel nostro paese, dove è stato per secoli un importante fonte di cibo e legno, specie per le popolazioni delle zone montane. Il castagno, diffuso oggi nelle regioni temperate dell'emisfero settentrionale, è una pianta a portamento arboreo, con chioma espansa e rotondeggiante e altezza variabile, secondo le condizioni, dai 10 ai 30 metri. Le foglie sono di forma lanceolata, acuminata all'apice e seghettata nel margine, con denti acuti e regolarmente dislocati. Il frutto, comunemente chiamato castagna, di colore marrone e di consistenza cuoiosa si presenta con un lato appiattito, detto pancia, e uno convesso, detto dorso. Sul dorso possono essere presenti striature più o meno marcate importanti ai fini del riconoscimento varietale.

La POTATURA avviene ogni tre/quattro anni con l'eliminazione dei rami più vecchi, malati o mal distribuiti.

La **RACCOLTA** dei frutti avviene nel periodo autunnale deve essere preceduta da un'accurata pulizia del suolo in modo da rendere visibili i ricci contenenti le castagne

CURIOSITA' NUTRIZIONALI. Le castagne contengono amido, zuccheri, grassi, fosforo e sono ricche di carboidrati, fibre, vitamine e sali minerali tanto da risultare altamente digeribili. La cottura, invece, ne altera l'equilibrio poiché trasforma gli amidi in zuccheri semplici conferendole così il sapore zuccherino tipico e rendendole sconsigliate a chi è affetto da diabete.

Esempio 4 La fava

Sinonimo: *Faba vulgaris Moench*

Appartenenza: Leguminose

Classe: Dicotyledonae

Ordine Leguminosae:

Famiglia: Papilionaceae

Sottofamiglia:

Tribù: Viciaeae

Specie: *Vicia faba L.*

E' uno dei più antichi legumi presenti in Europa, consumato da millenni dai popoli del Mediterraneo, è una pianta annuale, a rapido sviluppo, a portamento eretto e di colore grigio-verde.

La **SEMINA** si effettua in autunno in particolare dalla metà di novembre fino a dicembre, ovvero in un periodo normalmente abbastanza piovoso, oppure in primavera. Qualora le piogge non siano sufficienti si interviene con irrigazione per infiltrazione laterale da solchi, in particolare al momento della fioritura. La semina si esegue a file distanti 30-50 o 70 cm ad una profondità di 5-10 cm.

La RACCOLTA si esegue a mano quando i semi hanno raggiunto la giusta consistenza oppure a macchina sfalciando quando vi è ancora un po' di umidità e lasciando seccare le piante riunite in fasci o in andene.

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

CURIOSITA' NUTRIZIONALI. La fava ha un elevato valore alimentare in quanto fornisce proteine, fibre, vitamine (A, C, E, K, PP) e sali minerali importanti per la loro azione di drenaggio dell'apparato urinario, contribuiscono nel controllo dei livelli di glucosio e colesterolo nel sangue. Alcuni soggetti non possono mangiarle a causa di una patologia ereditaria cd. "favismo", per la quale non posseggono un enzima necessario a neutralizzare gli effetti nocivi di alcune sostanze tossiche presenti nelle fave e possono andare incontro a crisi emolitiche.

Esempio 5 Il Pomodoro

Sinonimi Lycopersicon esculentum

Regno: Plantae

Divisione: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordine: Solanales

Famiglia: Solanaceae

Genere: Solanum

Specie: S. lycopersicum

Originario del centro America, si è diffuso intorno al 1500 in Italia. Il nome "pom-d'oro" deriverebbe dal colore che aveva in passato, quello dell'oro appunto. L'attuale colore rosso, invece, è dovuto a selezioni ed innesti successivi. E' una pianta annuale che raggiunge, a volte, l'altezza di due metri e necessita di un sostegno. I fiori si presentano a grappoli, mentre il suo frutto è una bacca rossa di forme e dimensioni diverse a seconda della varietà.

La SEMINA del pomodoro avviene nel periodo primaverile-estivo, in particolare aprile maggio e richiede un regime idrico alternato. All'inizio della crescita fino alla fioritura, le piante si avvantaggiano di modeste quantità idriche, dopo l'allegagione i consumi idrici devono essere aumentati per risultare massimi nelle fasi di maggior crescita dei frutti.

La RACCOLTA viene effettuata da luglio a settembre prevalentemente a mano, a grappoli interi (6-10 frutti) quando le prime 3-4 bacche del grappolo sono mature e successivamente si appendono a mazzi in magazzini aerati e freschi per la conservazione.

CURIOSITA' NUTRIZIONALI. I pomodori sono alleati preziosi per la salute, sono un alimento leggero, rimineralizzante, dissetante, antiossidante ad alta densità nutrizionale.

Esempio 6 Piselli

Regno: Plantae

Divisione: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordine: Fabales

Famiglia: Fabacee

Genere: Pisum

Specie: P. sativum

La coltura dei piselli pare abbia avuto inizio in alcune zone dell'India settentrionale per poi giungere fino in Europa. Il fusto di questa pianta erbacea è piuttosto debole, ha un portamento eretto o rampicante, a seconda delle varietà, presenta fiori irregolari, per lo più bianchi e frutti oblungi che contengono semi bianchi o verdi.

SEMINA: Le piante di piselli prediligono zone climatiche caratterizzate da una temperatura mite che non fa registrare forti escursioni termiche. Temono, infatti, le

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

condizioni climatiche estreme sia di freddo che di caldo torrido, la siccità ed i ristagni idrici, potenziale causa di marciume radicale.

I piselli sono piante poco esigenti per quanto riguarda le caratteristiche del terreno, prediligono quello poco compatto che offre un buon drenaggio. In ogni caso il terreno deve essere opportunamente lavorato (vangato e fertilizzato) alcuni mesi prima della semina e concimato con letame maturo. E' opportuno che i semi vengano piantati in solchi paralleli e ricoperti da uno strato di terreno, con l'ausilio del rastrello.

Lungo i vari filari bisogna provvedere a creare dei sostegni, la cui altezza varia dai 70-90 cm ad oltre 2 -2.50 m, ben ancorati al terreno cui legare i vari cespugli delle piante.

Raccolto Il raccolto dei piselli inizia in primavera e si protrae fino alla fine dell'estate. La raccolta deve essere eseguita quando il pisello presenta il giusto grado di maturazione (durezza), dopo circa 90-100 gg. dalla semina. I piselli possono essere raccolti a scalare per essere consumati freschi oppure attendere che diventino quasi secchi per essere falciati e trebbiati.

CURIOSITA' NUTRIZIONALI: I piselli hanno un contenuto proteico e glucidico inferiore rispetto agli altri legumi. Questa caratteristica, associata alla scarsa presenza di lipidi e all'elevato contenuto di acqua, rende i piselli un alimento ipocalorico. I piselli, insieme agli altri legumi e alle verdure a foglia larga sono tra gli alimenti a più alto contenuto di acido folico o vitamina B9, essenziale per evitare le malformazioni neonatali (spina bifida). Tale vitamina però viene fortemente alterata durante la cottura.

Esempio 7 ZUCCHINE

Regno: Plantae

Divisione: Magnoliophyta

Classe: Magnoliopsida

Ordine: Cucurbitales

Famiglia: Cucurbitaceae

Genere: Cucurbita

Specie: C. pepo

Originaria dell'America Centro settentrionale (Messico), è molto diffusa in tutto il mondo. La zuccina presenta un portamento cespuglioso e si distingue rispetto alle altre specie di Cucurbita per lo stelo angoloso, le sue foglie sono provviste di lunghi piccioli, mentre i suoi fiori, di colore giallo -arancione, vengono raccolti e raggruppati in mazzetti e sono utilizzati in campo culinario.

La Semina viene fatta da aprile a giugno, e comunque quando la temperatura, sia diurna sia notturna, si mantiene mite, in terreni di medio impasto, ricchi di sostanza organica in una posizione soleggiata e ben areata. Ogni buca deve contenere 2 o 3 semi che si piantano in verticale nel terreno, con la parte più stretta rivolta verso il basso. Le irrigazioni devono essere abbondanti, per evitare la formazione prevalente dei fiori maschili sterili.

Raccolta: I frutti vanno raccolti quando sono teneri e non completamente sviluppati, prima si colgono e più la pianta continua a produrne.

Curiosità nutrizionali: Ricca di acqua e con poche calorie, la zuccina è una fonte di vitamine C e B9. L'alto contenuto di potassio e il basso contenuto di sodio dà loro proprietà naturalmente diuretiche

PIANTE OFFICINALI come lavanda, camomilla, menta, rosmarino, saranno piantate nelle aiuole presenti nelle vicinanze della fontana, per creare un percorso tattile olfattivo.

Programma di tematizzazione dei parchi urbani del Comune di Napoli

Progetto di Valorizzazione mediante attività di animazione dei parchi esistenti

Gruppo di Progettazione – Servizio Realizzazione Parchi - Azione 5

Opere edili a supporto

Modifiche dell'attuale sottoscala da adibire a deposito per attrezzi;

Contenitori di compostaggio.