

Healing Gardens



Indice

1. STORIA

2. ASPETTI TECNICI

3. VEGETAZIONE_ABACO BASE

4. CASO STUDIO

5. BIBLIOGRAFIA

01 **Storia**

“Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a Oriente, e vi collocò l’uomo che aveva plasmato. Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, e l’albero della vita in mezzo al giardino e l’albero della conoscenza del bene e del male.”
(Genesi 2,8-15)

Il Giardino dell'Eden



Il Giardino dell'Eden, ovvero il Paradiso terrestre, è diventato il simbolo di tutto ciò che di interessante un giardino può contenere. Rifugio, meraviglia, stupore, luogo di delizie e di incanto.

Indipendentemente dalle ipotesi che parlano di un luogo reale, rappresenta l'ideale custodito nell'inconscio di ciascuno di noi.

Tutto ciò che la nostra immaginazione può arrivare a pensare nell'ipotesi di un luogo immaginario, il più idilliaco che ci sia.

Lucas Cranach il Vecchio raffigura il Paradiso come un rigoglioso giardino in cui sono riprodotte alcune scene della storia di Adamo ed Eva.

I templi al dio Aesclepio

Nell'antica Grecia un *Asklepièion* era un tempio di guarigione sacro al dio Asclepio, il dio greco della medicina. Qui i pazienti venivano visitati per ricevere una cura, spirituale o fisica.

A partire dal 350 a.C. circa il culto di Asclepio divenne sempre più popolare. I pellegrini vi si affollavano per essere guariti. Passavano qui la notte, tempo dell'incubazione, per poi riferire i loro sogni a un sacerdote il giorno successivo. Veniva poi prescritta una cura adeguata.

Il tempio era la parte superiore in cui si svolgevano i riti principali aperti a tutti. Esisteva poi una parte più nascosta, detta *Abaton*, divisa in due sezioni: quella accessibile solo ai sacerdoti e quella per i malati. In questa seconda parte si eseguiva il rito dell'incubazione, durante la quale Asclepio, o altre divinità, parlavano in sogno ai malati fornendo loro indicazioni per la cura.



Tempio di Asclepio a Epidaurò



Tholos circolare cerimoniale e tempio di Asclepio, Epidauro, IV secolo

Il tempio di Epidauro, il più noto degli almeno 200 templi dedicati al Dio Asclepio, era un centro di ristoro per la guarigione nell'antichità classica. Il malato si recava in pellegrinaggio al suo sanatorio per la terapia dei sogni, la dieta, l'esercizio fisico e i bagni. Per i greci, l'intero sito era sacro. Le strutture sono state costruite in armonia con il paesaggio, i sentieri che conducono a esso riconoscevano e celebravano le caratteristiche naturali delle colline, della valle e dei panorami.



Esempio di kōpos greco, VIII sec. a.C.

La mitologia greca ci tramanda una lunga storia nel racconto di giardini fantastici, giardini mitici, giardini ideali. Nell'Odissea troviamo la narrazione dei giardini fantastici alla corte di Laerte e nella dimora della ninfa Calipso. O ancora il giardino di Alcino che Omero descrive come un giardino desiderato, sognato, coltivato a vigna e con l'orto. Pisandro di Rodi nell'Eracleia racconta invece del giardino delle Esperidi, un giardino mitico nel quale si recò Eracle nel corso di una delle sue dodici fatiche.



Villa di Livia, Roma, I sec. a.C.

Dietro questi giardini c'è un'immagine, un desiderio di fioritura e produttività, sinonimo di eterna beatitudine. Di questi giardini si ha traccia, tempo dopo, nelle pitture di Prima Porta, villa voluta alle porte di Roma da Livia, consorte di Augusto. In una delle stanze di villa Livia è rappresentato un giardino che racchiude numerose specie floreali, arboree e fruttifere che fioriscono in stagioni diverse dell'anno. Con l'idea di assecondare il desiderio di produttività continua e costante e di abbondanza.

I *Pairidaeza* Persiani

Le radici della parola Paradiso (*pairidaeza* in Persiano) hanno origine in Perisia e significano bei giardini chiusi da mura.

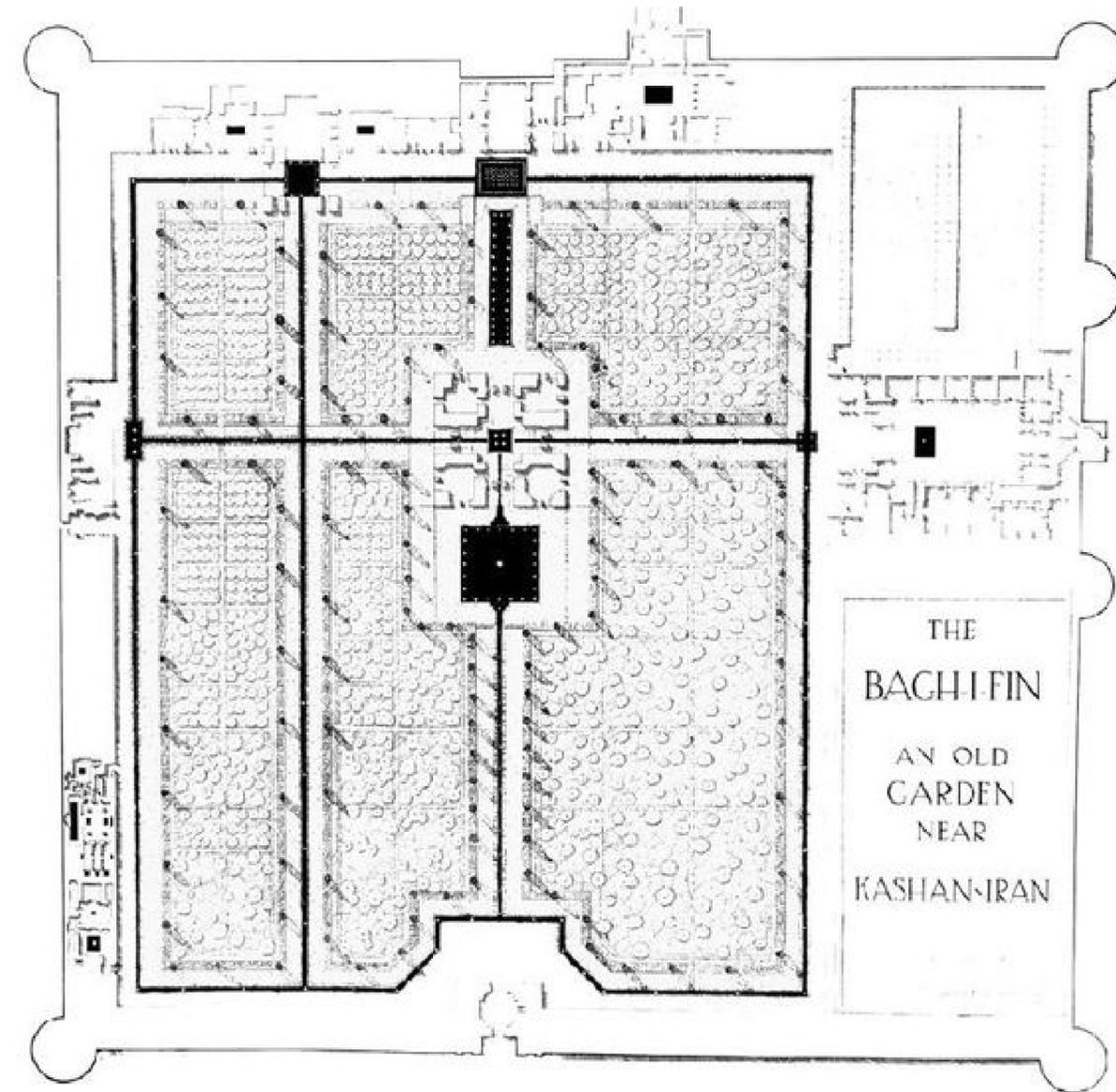
I giardini persiani sono infatti veri e propri angoli di Paradiso, oasi di fresco e ombra nel deserto dell'Iran.

La loro struttura è di forma quadrata o rettangolare divisa in quattro parti da camminamenti pedonali o corsi d'acqua (il *chahar bag*).

Sono di forma quadrata o rettangolare. Prevedono alberi carichi di frutti, arbusti e fiori intrecciati in schemi simmetrici, attraversati da corsi d'acqua, fontane, padiglioni freschi ombreggiati sotto cui sedersi.

Questi giardini dovevano infatti ricordare il Giardino dell'Eden, ovvero il Paradiso. Il principio del *char bagh* ha perseverato per due millenni con una estesa diffusione sia a Oriente nei giardini indiani che a Occidente nei giardini spagnoli.

Secondo una credenza zoroastriana i giardini paradisiaci consentivano la connessione ai quattro elementi naturali: terra, aria, acqua, fuoco.

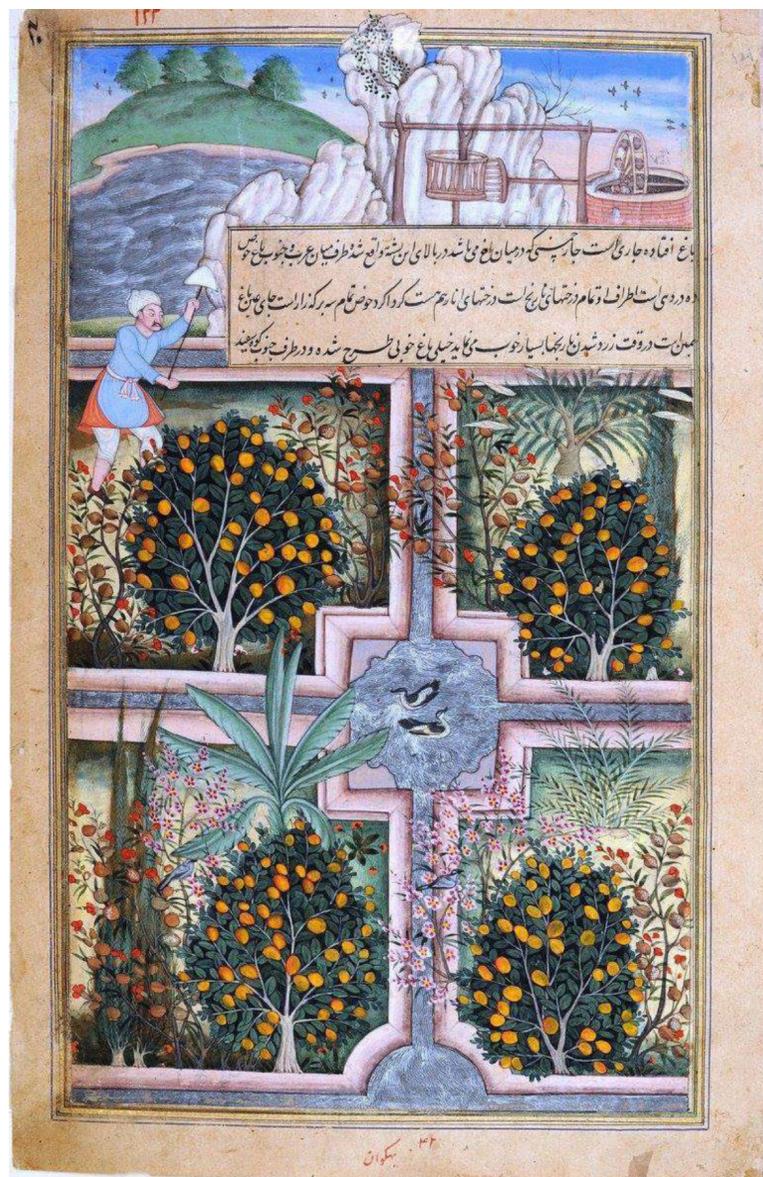


Antica pianta del Giardino di Fin, storico giardino persiano sito a Kashan in Iran



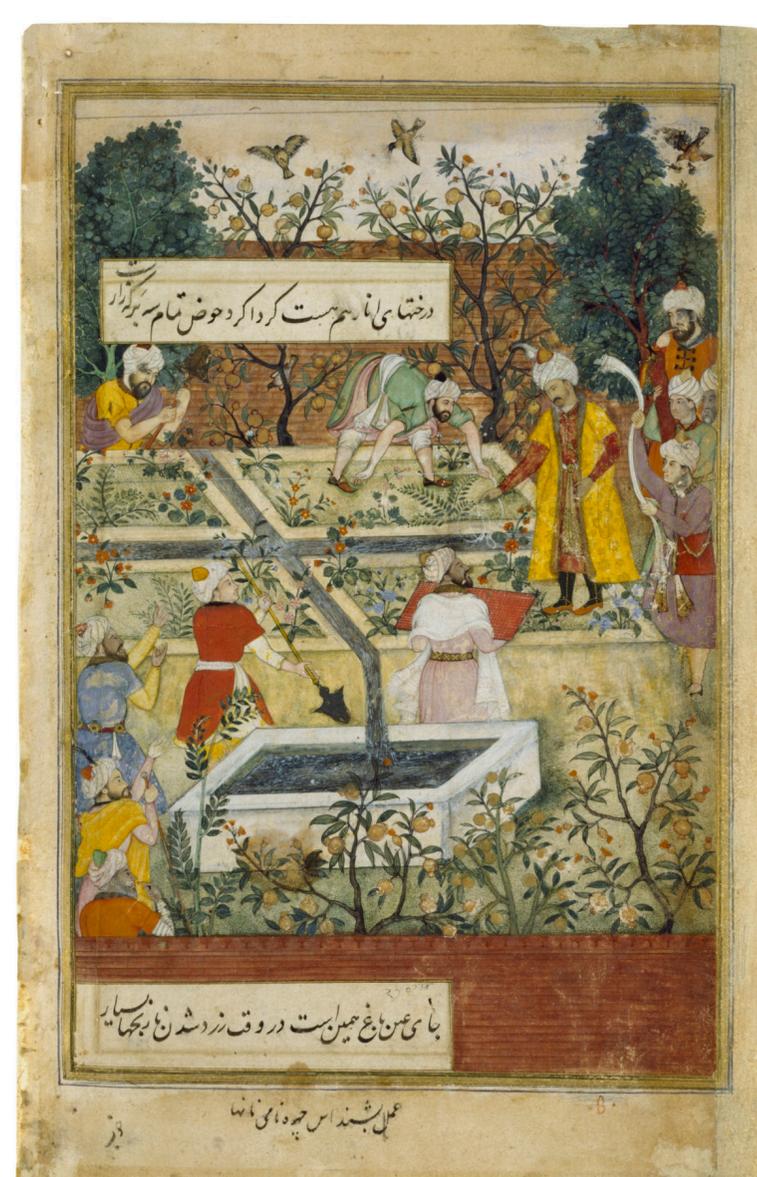
Herat, Humay e Humayun in un giardino, 1430 ca.

Per gli antichi persiani i giardini erano un luogo chiuso da mura dove venivano coltivate non solo specie ornamentali ma anche alberi da frutto ed erbe officinali.



Giardino dell'Eden, Impero Moghul, 1580-1659 ca.

Gli alti muri dei giardini ne racchiudono la bellezza espressa in forme geometriche: divisi in 4 parti uguali da ruscelli, al centro del giardino vi era spesso una vasca con giochi d'acqua.



Giardino dell'Eden, Impero Moghul, 1580-1659 ca.

Nei giardini persiani l'intento era quello di organizzare una natura geometrica, dove la frescura e la tranquillità facessero da contrasto col paesaggio arido ell'esterno.



Le Shāhnāmè de Shah Tahmasp, le livre des Rois, 1550 ca.

Il giardino è sempre percepito come luogo di meraviglie. Il musicista Barbad si nasconde in un cipresso e incanta il re Khusraw Parviz con le sue doti di suonatore.

Le piante medicinali e il Giardino dei Semplici

Diverse culture nella storia, a partire dai Sumeri, hanno trattato le malattie con medicine derivanti dalle piante. In particolare, grazie al lavoro delle comunità monastiche europee, è giunta a noi una vasta documentazione relativa ai giardini medievali e terapeutici. All'interno dei confini del monastero, in particolare, veniva coltivata una grande varietà di erbe, piante medicinali, frutta e ortaggi a sostegno della comunità e dei suoi visitatori.

Il mantenimento del giardino monastico era visto come un atto di devozione capace di unire la comunità religiosa e far incontrare le esigenze fisiche e spirituali. I giardini recintati dei chiostri monastici fornivano protezione per una passeggiata meditativa e devota. Nel Medioevo per molti viandanti gli ospizi della chiesa erano allo stesso tempo luoghi di cura e spiritualità, dove il corpo e l'anima venivano trattati come una cosa sola.



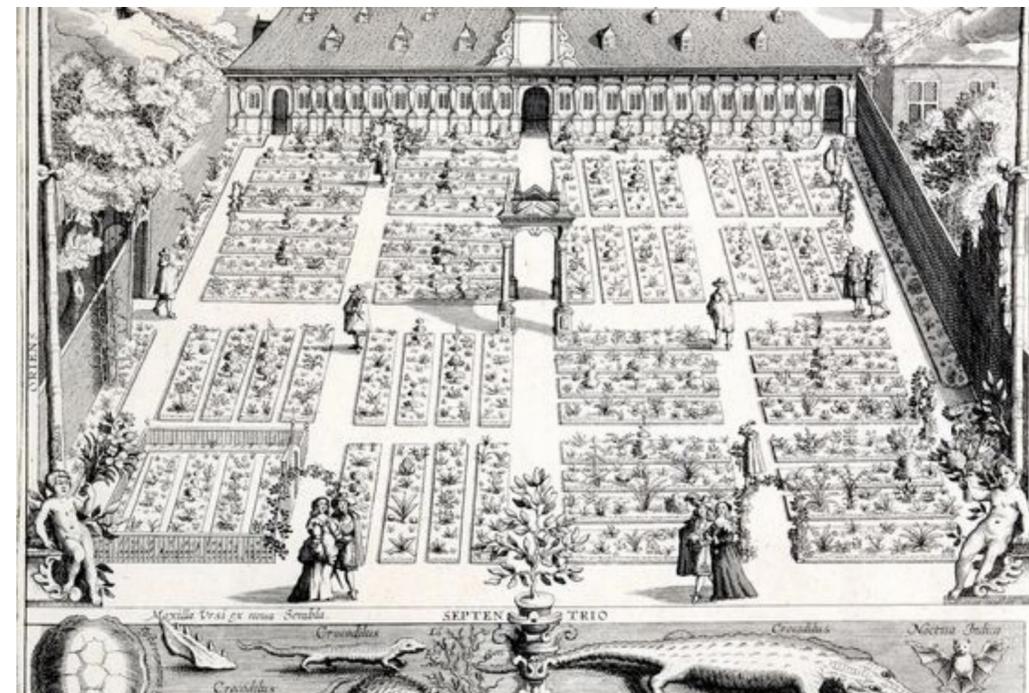
Orto Botanico di Padova



Orto botanico di Palermo, dipinto di Francesco Lojacono, 1900 circa



Padova, Orto botanico



Orto botanico di Leida, Willem Isaacs van Swanenburg, incisione, 1610

Il giardino per le piante medicinali più antico a noi noto è l'**Orto botanico di Padova**.

Fu fondato nel 1545 dalla Repubblica Veneziana per insegnare agli studenti come riconoscere e usare le piante.

Al suo interno erano coltivate 18.000 specie, inclusa qualche pianta esotica da collezione. La prossimità con Venezia, e quindi la possibilità di realizzare importanti scambi via mare, rappresentava un grande vantaggio per l'incremento di specie botaniche.

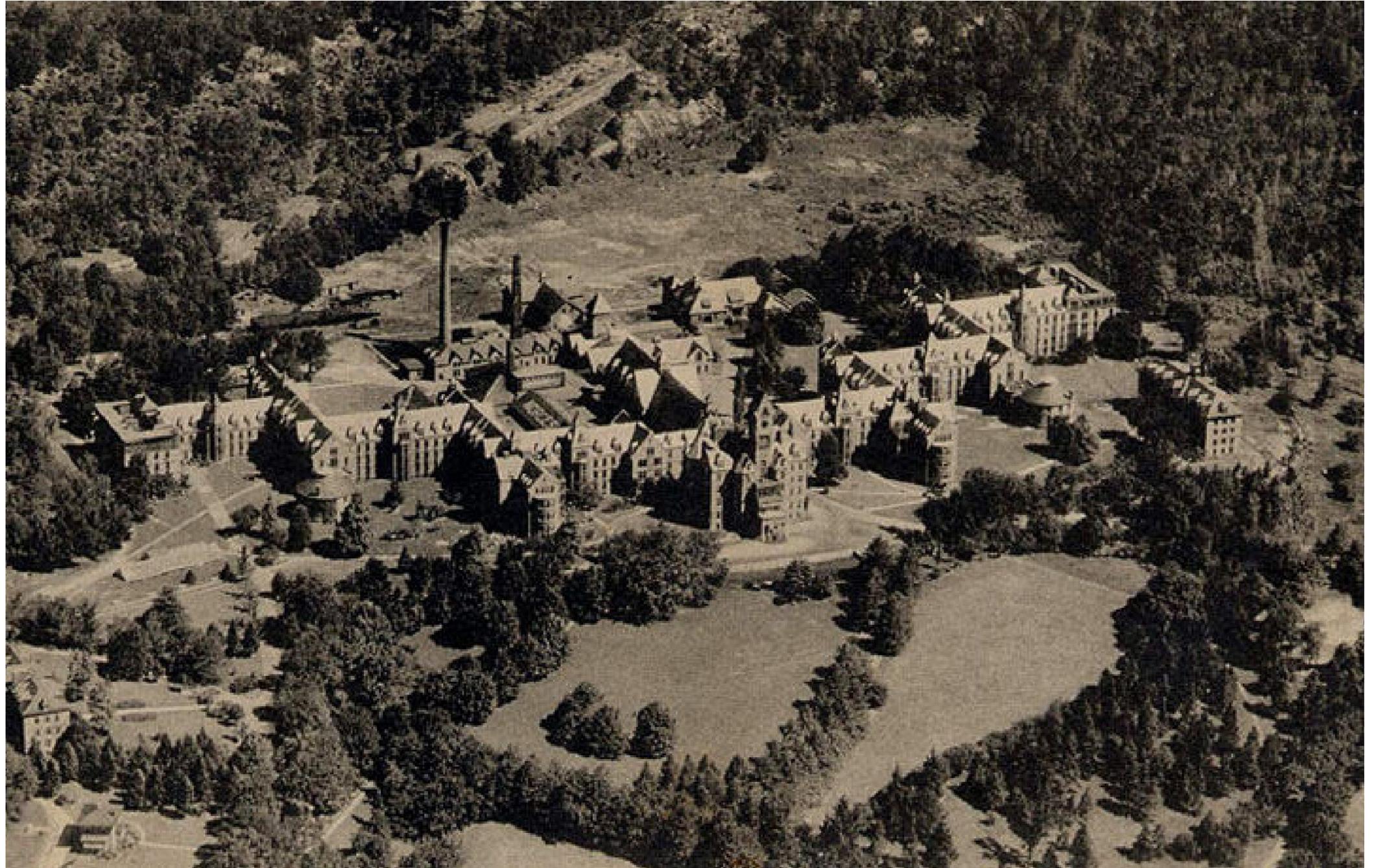
I cinque ettari di giardino erano racchiusi da un muro circolare, come protezione. Nel XIX secolo la ricchezza di questo giardino contribuì molto ad arricchire di informazioni preziose diverse discipline scientifiche fra botanica, medicina, ecologia e farmacologia.

Nel 1587 la giovane **Università di Leida** richiese al Borgomastro di Leida il permesso per la fondazione dell'*hortus academicus* dietro all'edificio dell'Accademia, a beneficio degli studenti di medicina. Il permesso fu concesso nel 1590, e come prefetto fu incaricato il famoso botanico Carolus Clusius (1526-1609), che giunse a Leida nel 1593. La conoscenza, la reputazione e i contatti internazionali di Clusius gli permisero di organizzare una collezione di piante molto vasta. Il giardino originale costruito da Clusius era piccolo, ma conteneva più di 1000 piante diverse.

Worcester State Hospital

Nel XIX secolo si cominciano a sviluppare in Inghilterra e America nuove idee riguardo i trattamenti delle malattie mentali. All'epoca, i medici credevano che la *folia* fosse una malattia del cervello innescata dalla violazione delle "leggi naturali" della salute. Moderazione nel lavoro, importanza dell'esercizio fisico, una dieta adeguata e una corretta quantità di riposo erano alla base di questo pensiero. L'apparente aumento del numero dei malati mentali nel secolo XIX fu attribuito all'industrializzazione e all'urbanizzazione, che separarono gli esseri umani dalla natura, incoraggiando le cattive abitudini. Si pensava quindi che la pazzia potesse essere curabile se i pazienti fossero stati trasferiti in un ambiente rurale con aria pulita, panorami naturali e dieta sana.

Il Worcester state hospital in Massachusetts è stato costruito nel 1854 in un contesto non urbanizzato, così da offrire un'ampia vista su un luogo scenografico, simile a un campus. L'esteso terreno includeva molte coltivazioni, di cui erano i pazienti a occuparsi come esercizio giornaliero mirato a un lavoro produttivo e inteso come parte integrante della cura.



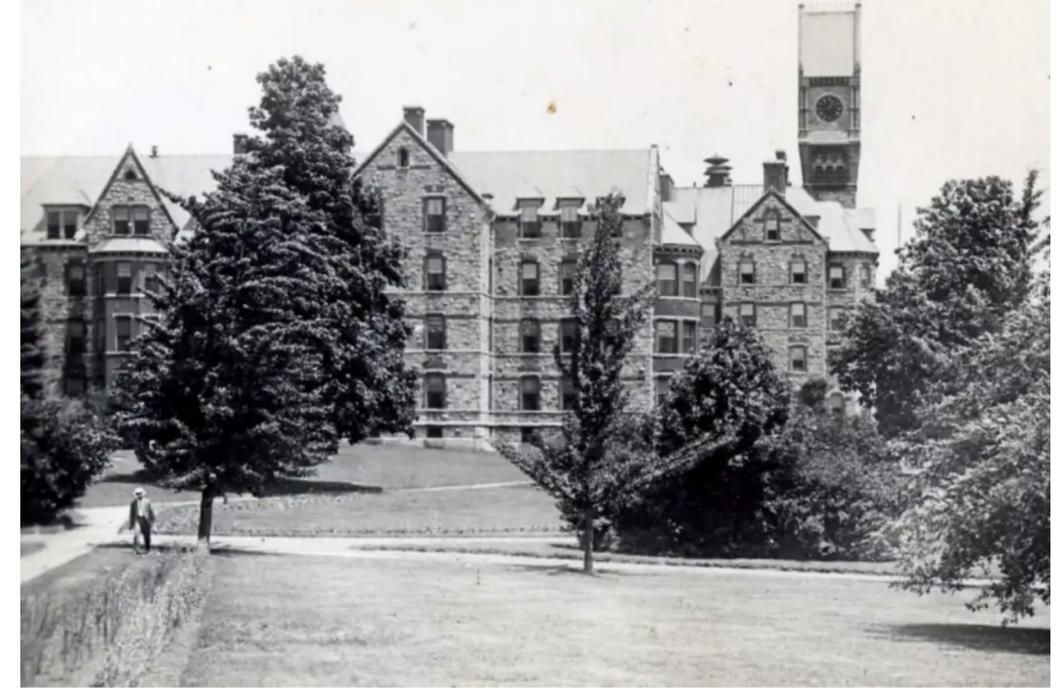
Worcester State Hospital



Worcester Hospital, Worcester Historical Museum Library and Archives



Uomini al lavoro al Worcester Hospital, Worcester Historical Museum Library and Archives



Worcester Hospital, Worcester Historical Museum Library and Archives

Il giardino dell'ospedale psichiatrico emulava un parco signorile, ricco di sentieri tortuosi, viste panoramiche e una grande varietà di alberi e vegetazione.

I terreni dell'ospedale fornivano spazio per attività all'aperto, tra cui baseball e aerobica. All'interno i pazienti potevano usufruire della biblioteca, giocare e assistere a concerti, conferenze e ricevimenti per il tè.

I pazienti lavoravano nell'ospedale. Quelli di sesso maschile prevalentemente nel settore agricolo, paesaggistico ed edilizio, mentre le donne erano responsabili della preparazione della biancheria da letto e dei vestiti, della gestione della lavanderia, delle pulizie e del servizio di ristorazione. Per i medici il lavoro era parte integrante del processo di cura.

Durante i suoi primi decenni l'ospedale godette della reputazione di "istituzione modello". Anche se purtroppo, nel tempo, sovraffollamento e restrizioni finanziarie ne compromisero le possibilità e anche il discorso della cura dei pazienti cambiò molto.

I Victory Gardens

Durante la seconda guerra mondiale, in America, alcune zone dei parchi pubblici furono destinate ad orto. Qui veniva prodotto il cibo necessario nel momento di razionamento della guerra. Sono questi i cosiddetti *Victory Gardens*, detti anche Giardini di guerra o anche Orti per la difesa.

In tempo di guerra i governi incoraggiavano le persone a realizzare questo tipo di spazi. Utili non solo per integrare le razioni alimentari, ma anche per sollevare il morale delle persone. Da un lato divennero un vero e proprio strumento per ridurre la pressione sull'approvvigionamento alimentare. Ma fu molto importante anche il loro ruolo di strumento per rafforzare il morale di chi ci lavorava che, in cambio del lavoro, veniva ricompensato dai prodotti coltivati. Ciò ha reso i Giardini della vittoria parte integrante della vita quotidiana.

Vari giardini furono poi costruiti vicino ad accampamenti come momento di evasione dalla guerra e di riconnessione mentale con i propri cari.



Victory Garden, 1940



Victory Gardens, 1940 ca.

Durante la Seconda Guerra Mondiale il governo degli Stati Uniti cominciò a diffondere manifesti propagandistici che incentivavano alla realizzazione di orti. Questi manifesti dai colori vivaci incorporavano slogan patriottici e ricordavano alla popolazione quanto fosse importante contribuire alla produzione alimentare e alla conservazione del cibo. Loro intento era trasmettere agli americani che il cibo avrebbe aiutato lo sforzo bellico tanto quanto qualsiasi altra arma.

I manifesti di propaganda alimentare promuovevano l'opportunità di diventare volontari agricoli durante i mesi estivi del raccolto, ed erano rivolti soprattutto ad adolescenti e giovani adulti, che volevano uscire dalla città e vivere la natura. Nei manifesti venivano mostrate con orgoglio le verdure colorate che potevano essere coltivate da chiunque nei Victory gardens, accompagnati a slogan propagandistici che incitavano la popolazione a contribuire alla produzione di cibo.

La United States War Food Administration e il Dipartimento dell'agricoltura degli Stati Uniti sottolineavano gli apporti di vitamine e i benefici nutrizionali derivanti dalle verdure fresche. Coltivare un Victory Garden personale significava che tutte queste risorse erano a disposizione di chiunque, proprio accanto all'abitazione.

02 **Aspetti Tecnici**

Concept base

‘Trascorrere del tempo interagendo con la natura in un giardino ben progettato non guarisce una gamba gravemente ustionata. Ma ci sono buone evidenze che possa ridurre i livelli di dolore e di stress e rafforzare il sistema immunitario, in modo da aiutare il corpo a guarire.’

Questa citazione di Clare Cooper Marcus esplicita in quale ottica questi giardini siano pensati. La salute, infatti, non è solamente l'assenza di malattie o infermità, ma piuttosto un insieme complesso di fattori che determinano il benessere sia fisico che mentale. L'Healing Garden è quindi mirato a promuovere il benessere generale della persona: per guarire una malattia è importante sentirsi bene.

Gli Healing Gardens sono spazi aperti progettati sia per finalità terapeutiche, sia per migliorare il benessere e la qualità di vita delle persone che ne usufruiscono anche solo occasionalmente.

Hanno caratteristiche precise che li rendono tali:

- Distanza dal mondo urbano;
- Stimolazione dei cinque sensi;
- Uso consapevole di colori, materiali e forme;
- Utilizzo e susseguirsi di spazi senza impedimenti di percorrenza;

Anche solo camminare e sedersi in un giardino, osservandolo e captandone gli aspetti che toccano le nostre corde più intime, rende ciascuno di noi più rilassato.

A questo modo di vivere lo spazio verde si può aggiungere la possibilità di partecipare attivamente alla sua cura, ad esempio piantando, annaffiando, raccogliendo frutta e verdura. Trascorrere attivamente del tempo all'aria aperta è sicuramente il modo migliore per assorbire tutti i benefici che un giardino può offrire.

A seconda della tipologia di degenza, i fattori da considerare sono molteplici e diversificati.



Immersione nella natura

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

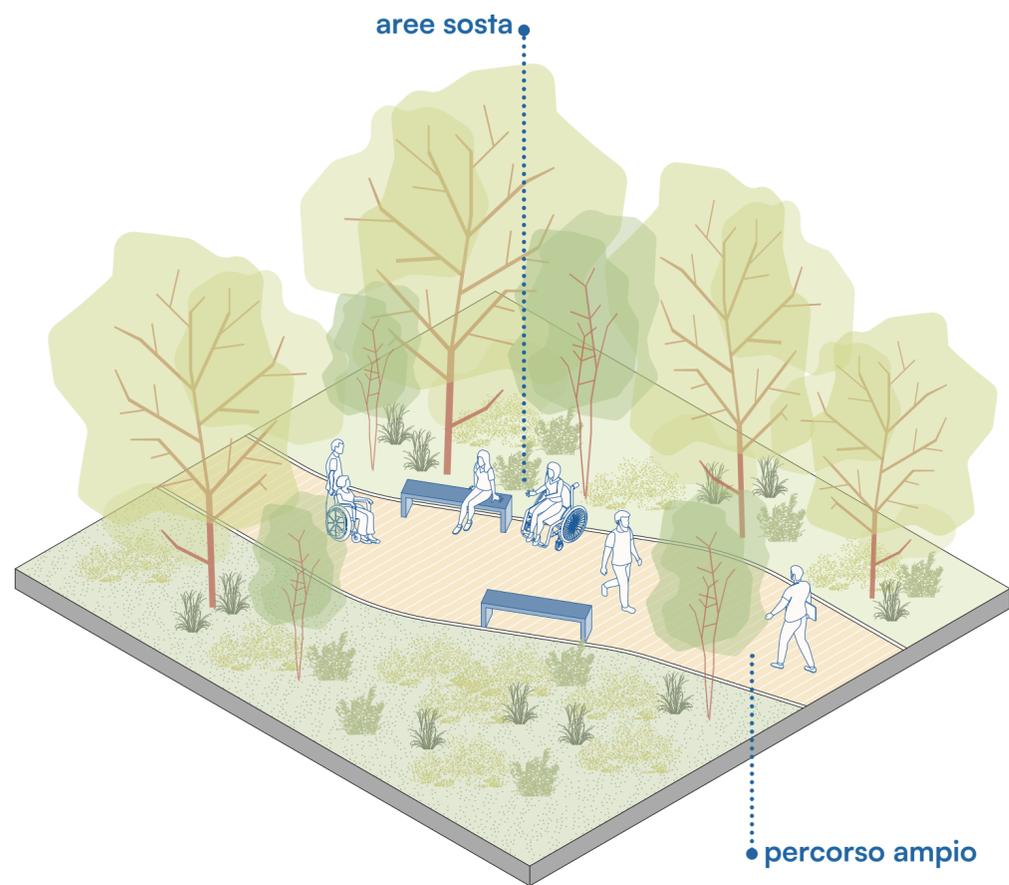
Versatilità

Ombreggiamento

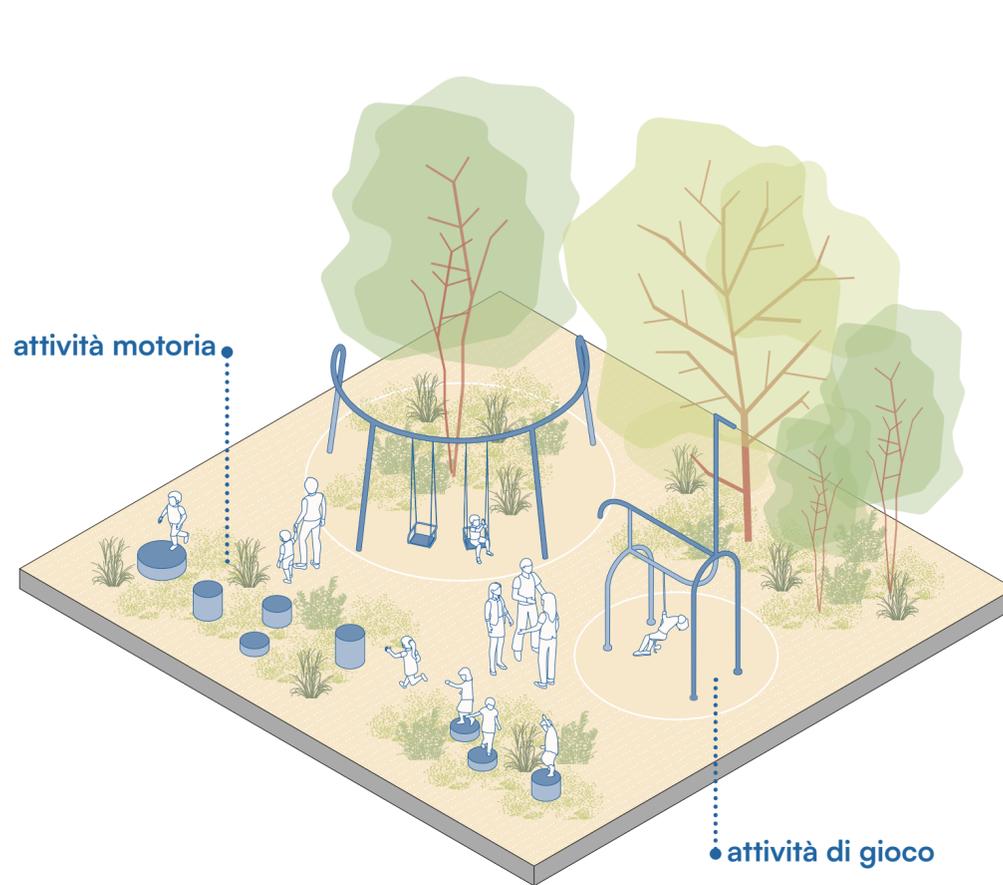
Privacy

Sicurezza

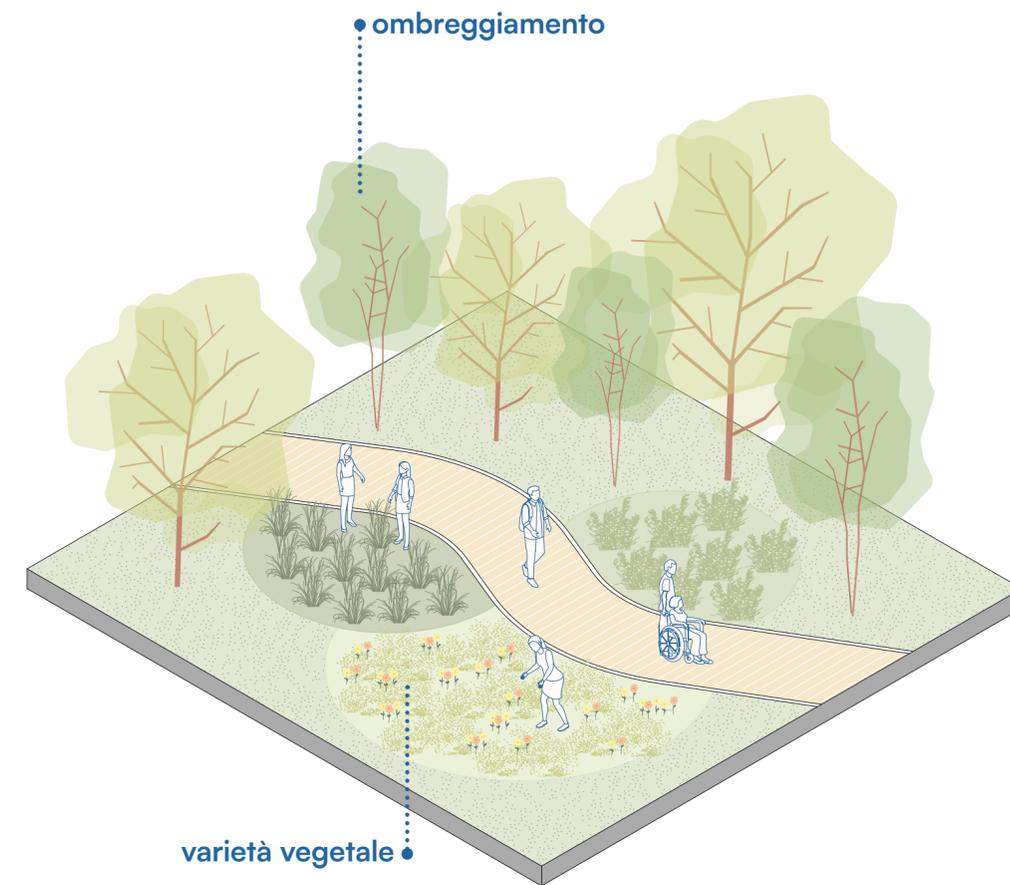
Socialità



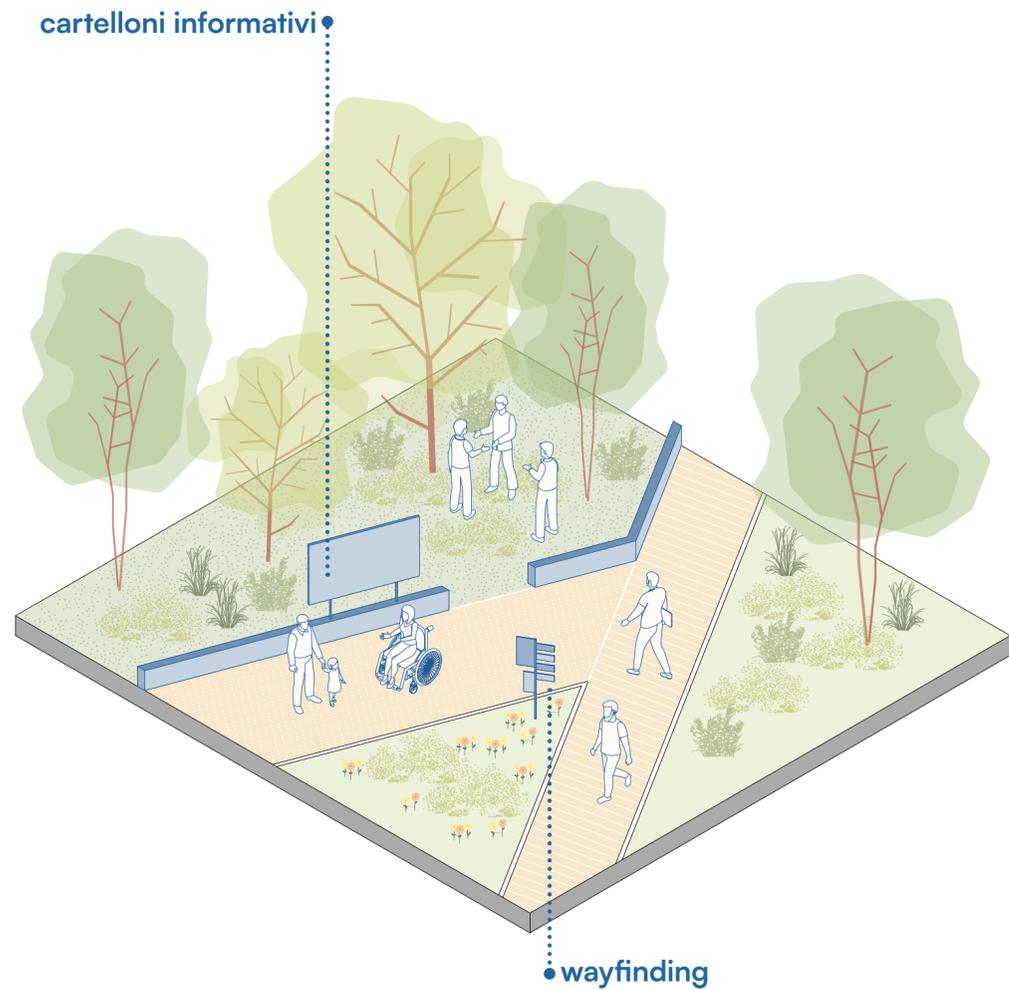
Accessibilità



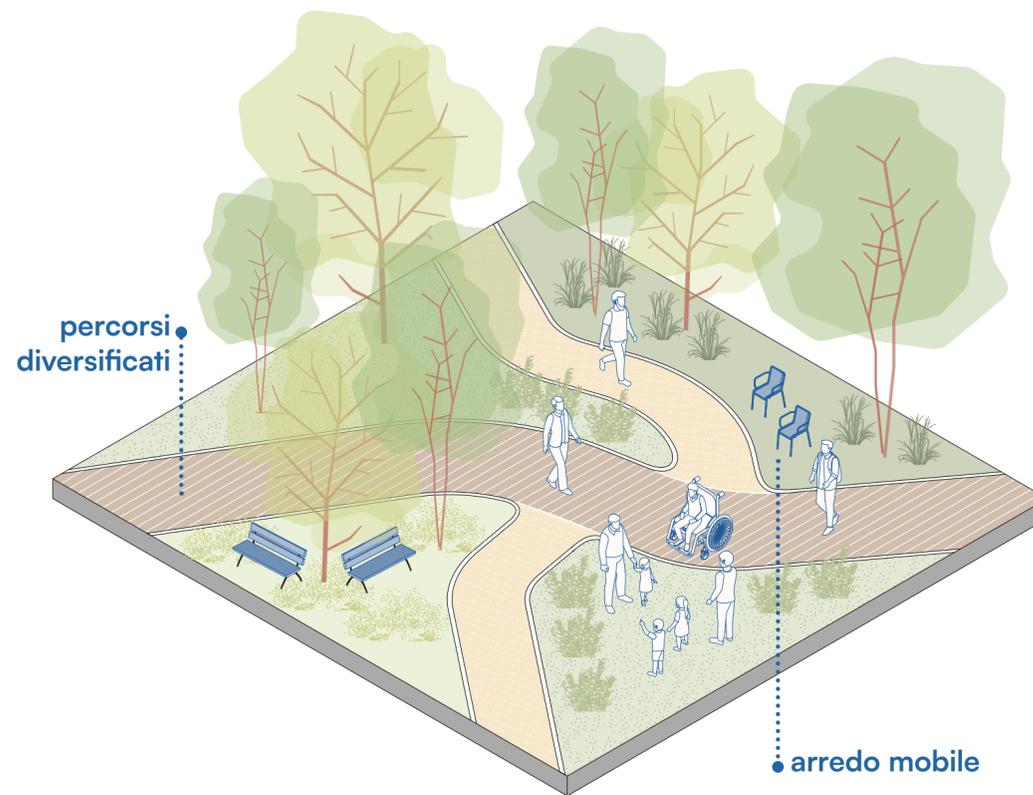
Esercizio Fisico



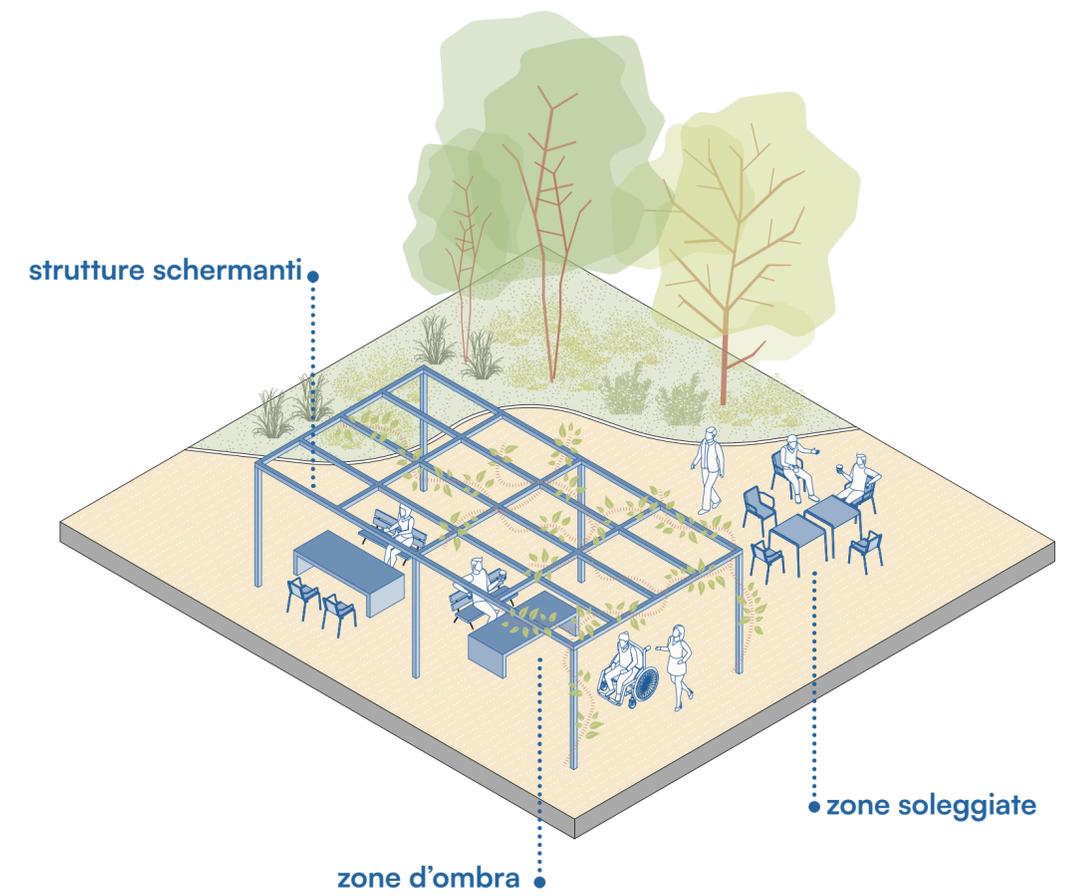
Vegetazione ricca



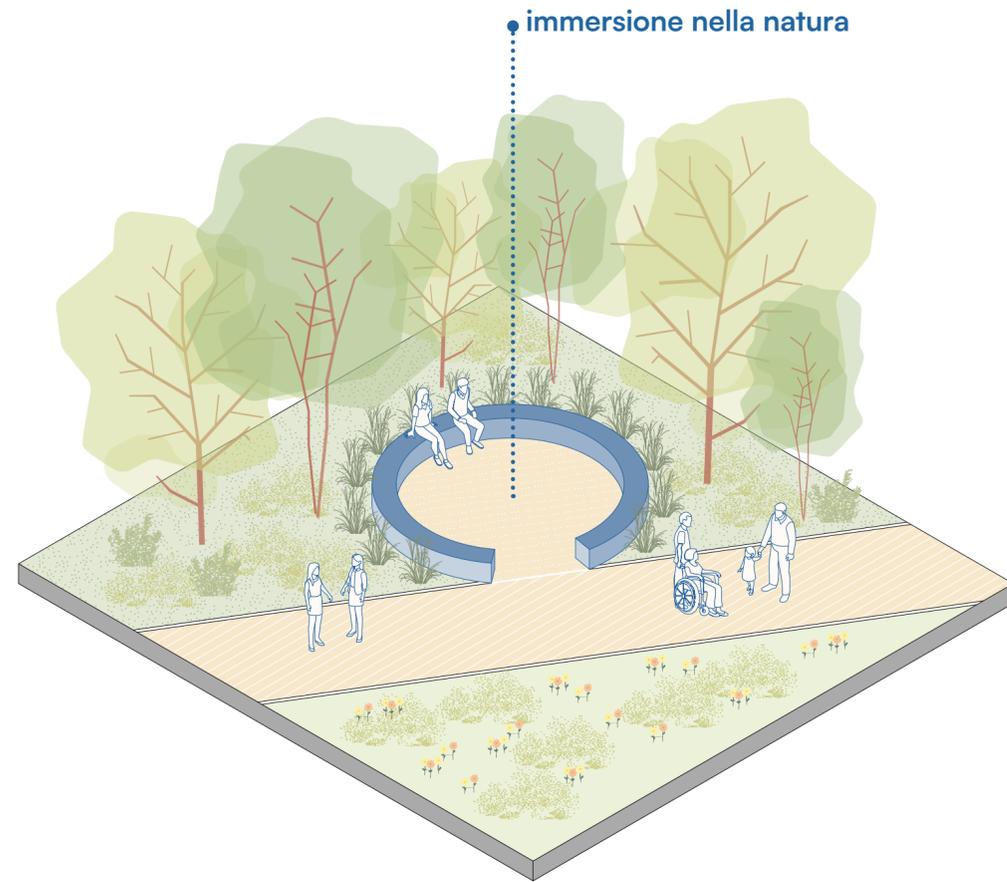
Visibilità



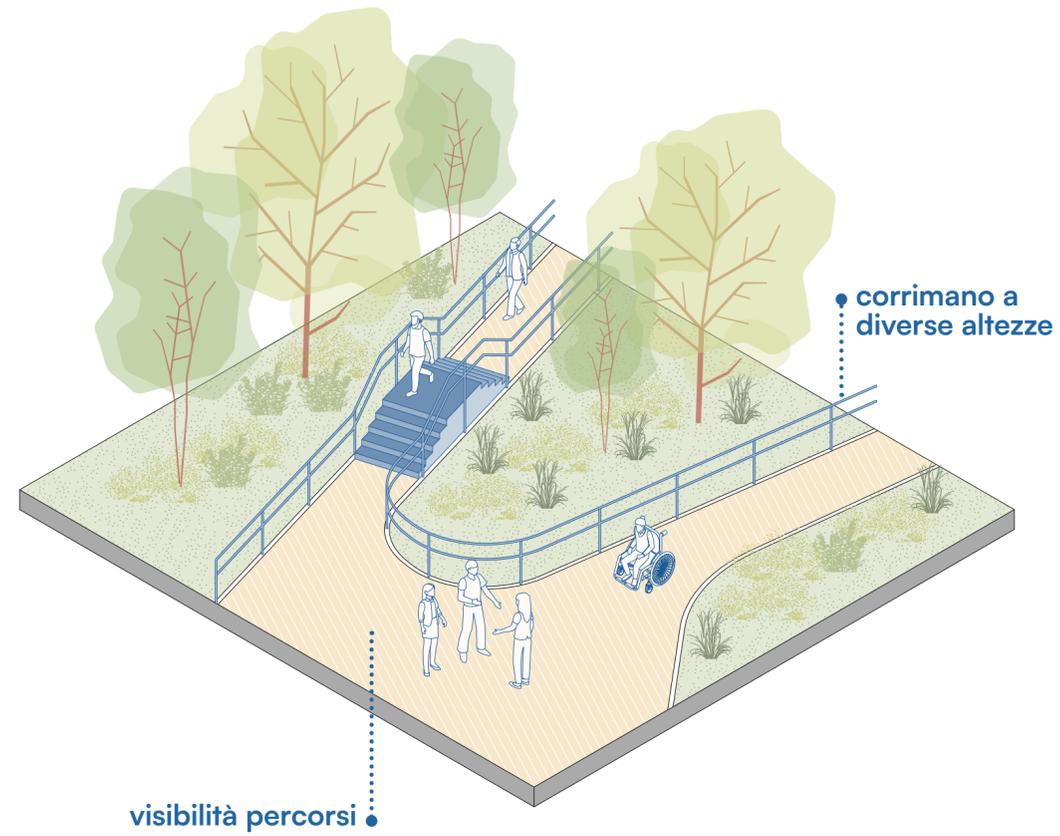
Versatilità



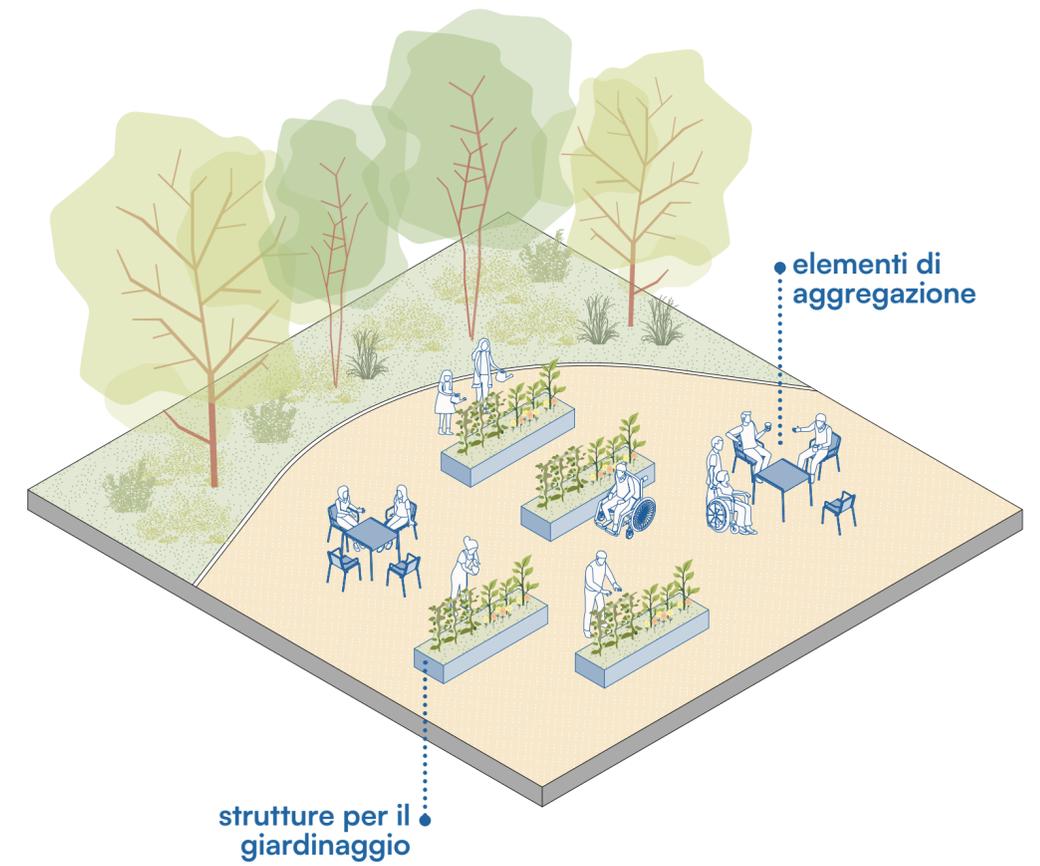
Ombreggiamento



Privacy



Sicurezza



Socialità

Accessibilità

Un giardino per tutti

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

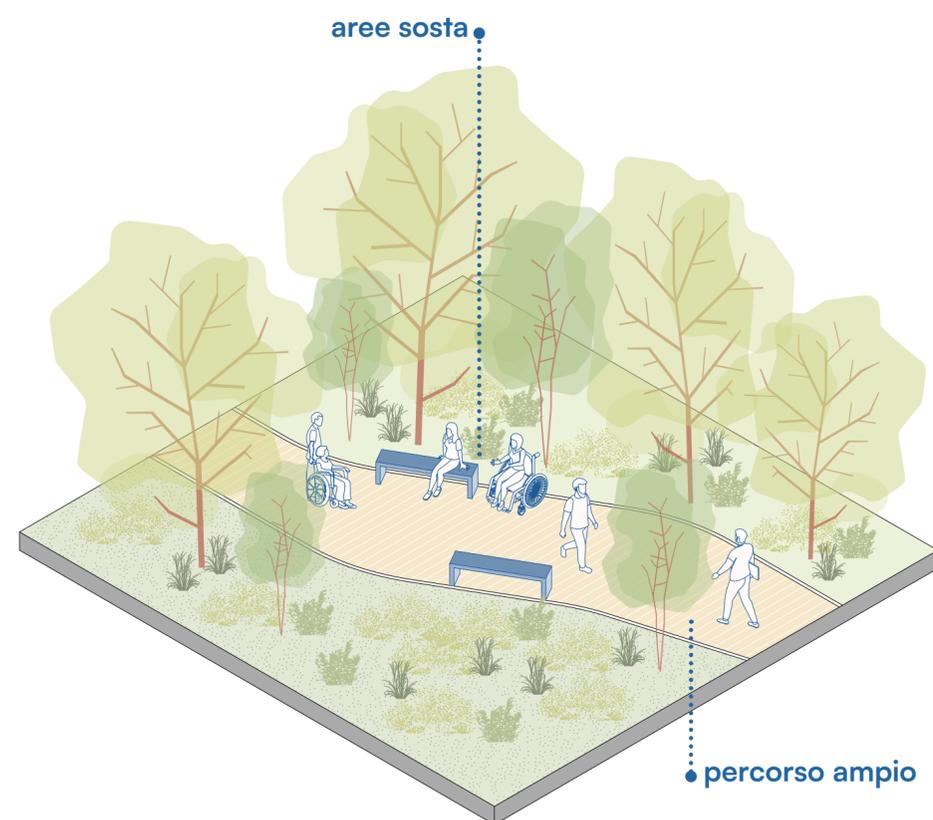
Socialità

Accessibilità

Caratteristica fondamentale dei giardini terapeutici è la loro completa fruibilità: i giardini devono infatti essere facilmente accessibili ai pazienti e ai loro familiari.

Devono prevedere percorsi semplici da individuare e comodamente percorribili, ampi e senza dislivelli, adatti a sedie a rotelle e con punti di sosta facili e frequenti. Vanno previste delle sedute lungo il percorso, in zone che garantiscano un grado adeguato di privacy ed ombra ai pazienti e ai loro familiari e che siano adatte anche ad avere due persone sedute vicine in carrozzina.

I materiali da preferire per percorsi ed attrezzature devono essere opachi, in modo da non produrre riflessi. Le pavimentazioni preferibilmente lisce.





Jin Wellbeing County, Thailand



Victorian Comprehensive Cancer Centre, Melbourne Australia



Elderly Residence Porthof West, Rapperswil-Jona, Switzerland

Accessibilità

Esercizio Fisico

Benessere per tutti

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

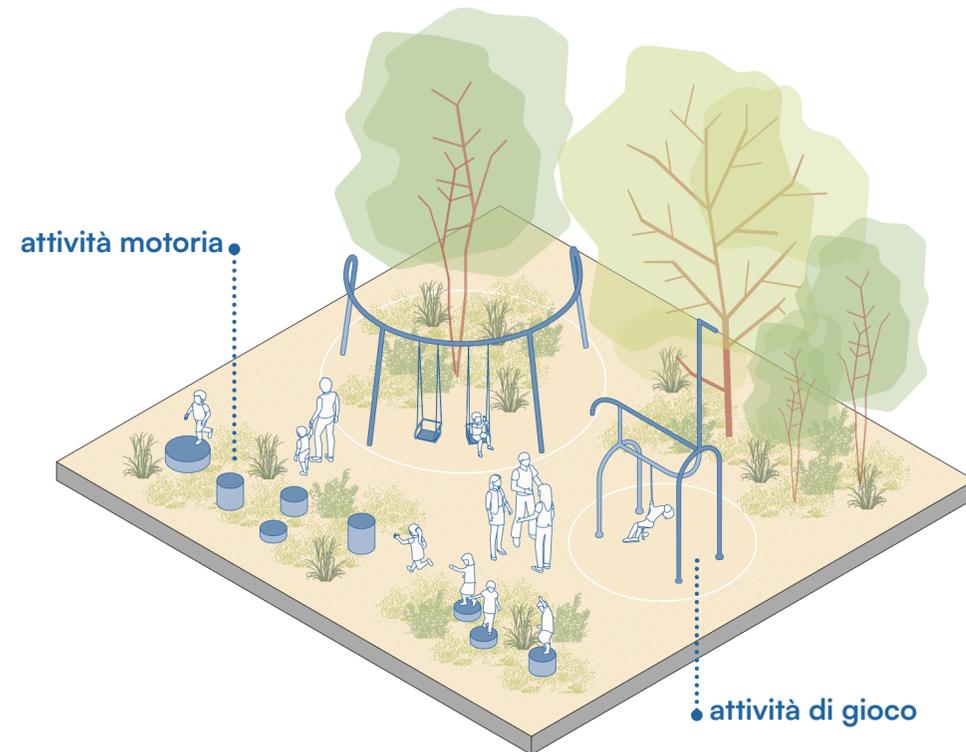
Socialità

Esercizio fisico

Scopo del giardino terapeutico è quello di migliorare il benessere mentale e fisico dei pazienti. A seconda del tipo di utenza e specie nelle lungo degenze e nei contesti riabilitativi, esso deve comprendere spazi che incoraggiano l'attività fisica e gli stimoli mentali, proponendo esperienze con la natura e promuovendo interazioni sociali.

Al suo interno deve essere presente una segnaletica molto semplice che indichi anche le distanze dei percorsi, così da mettere in atto l'idea di miglioramento delle proprie capacità motorie.

Nei reparti pediatrici i momenti di attività e di gioco all'aperto possono creare occasioni di svago ed interazione per i bambini e i genitori, creando distrazione dalla propria contingenza e una connessione con il mondo esterno all'ospedale.

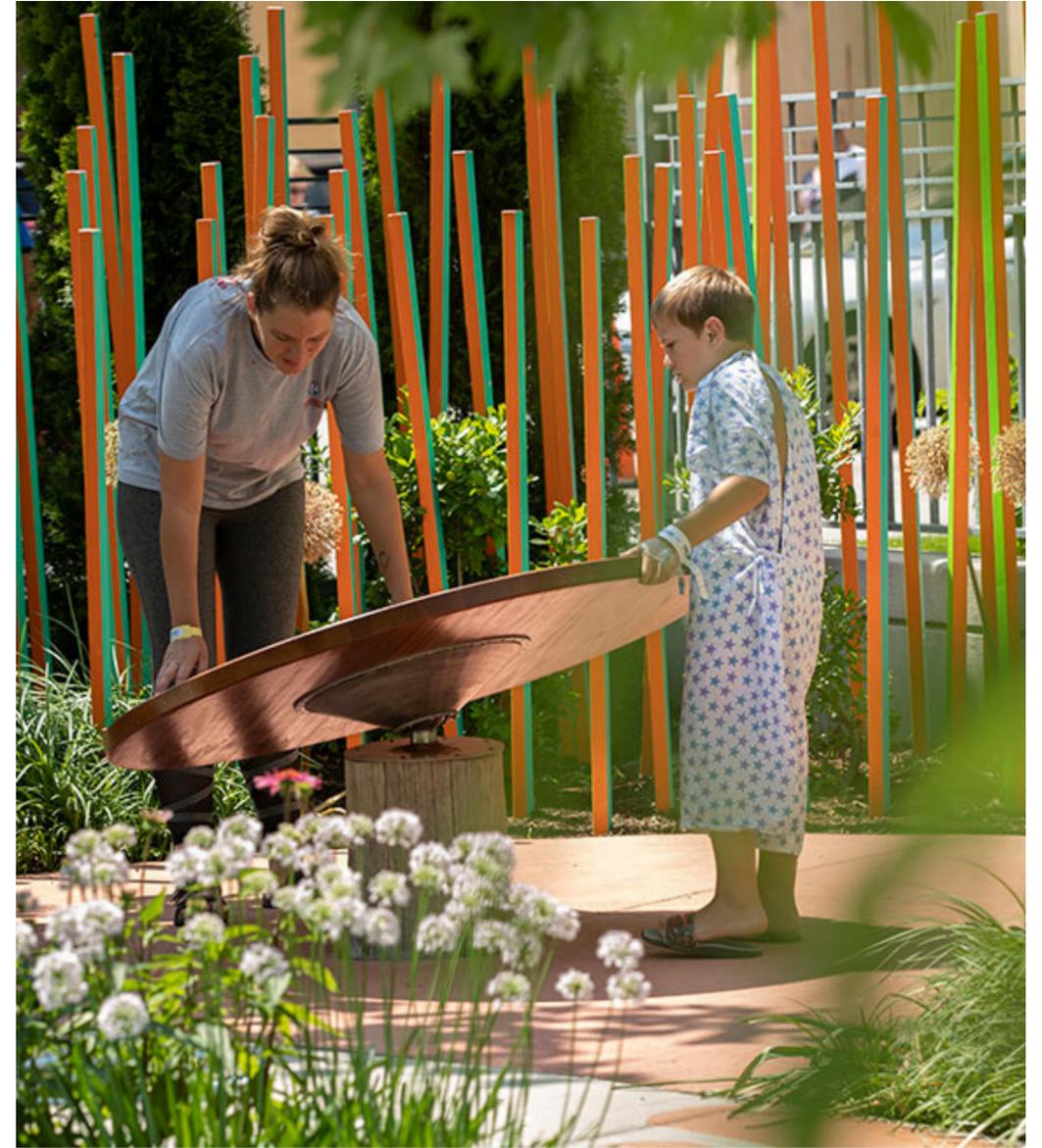




Comer children's hospital play garden, Chicago



Sensory Garden Magneten, Copenhagen, Denmark



Comer children's hospital play garden, Chicago

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Benessere nel verde

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

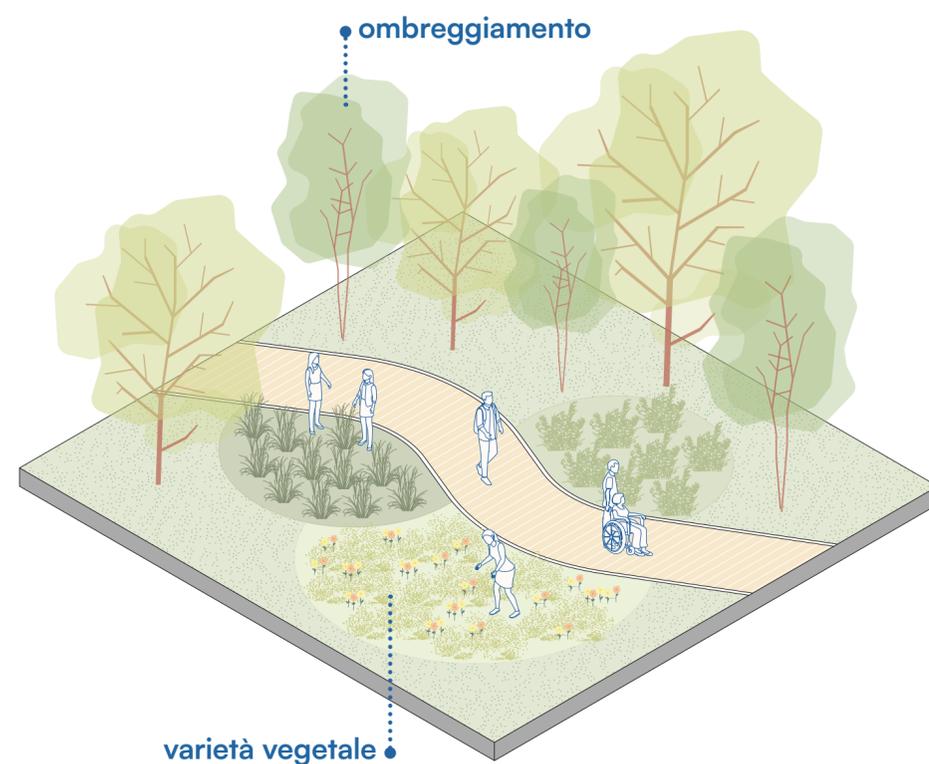
Socialità

Vegetazione ricca

La vegetazione gioca un ruolo primo piano all'interno del giardino terapeutico, occupandone la maggior parte dello spazio.

Al suo interno è importante prevedere essenze che fioriscono nelle diverse stagioni e che vadano quindi a scandire il tempo che passa. Il susseguirsi delle stagioni così come anche l'utilizzo di piante dagli odori più familiari, porta i sensi e la mente a connettersi con la propria memoria e i propri ricordi al di fuori dell'esperienza ospedaliera, stimolando in questo modo l'immaginazione e distraendo dalla propria contingenza.

Importante è anche l'uso della vegetazione a creare ombra e a generare punti di sosta e benessere dei pazienti. La presenza di alberi, oltre che per il loro senso simbolico di longevità, creano continuità e donano carattere agli spazi nel loro insieme.





Duke of Cornwall Spinal Treatment Centre, Salisbury



Children's Hospital, Boston



Comer children's hospital play garden, Chicago

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Senso di sicurezza

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

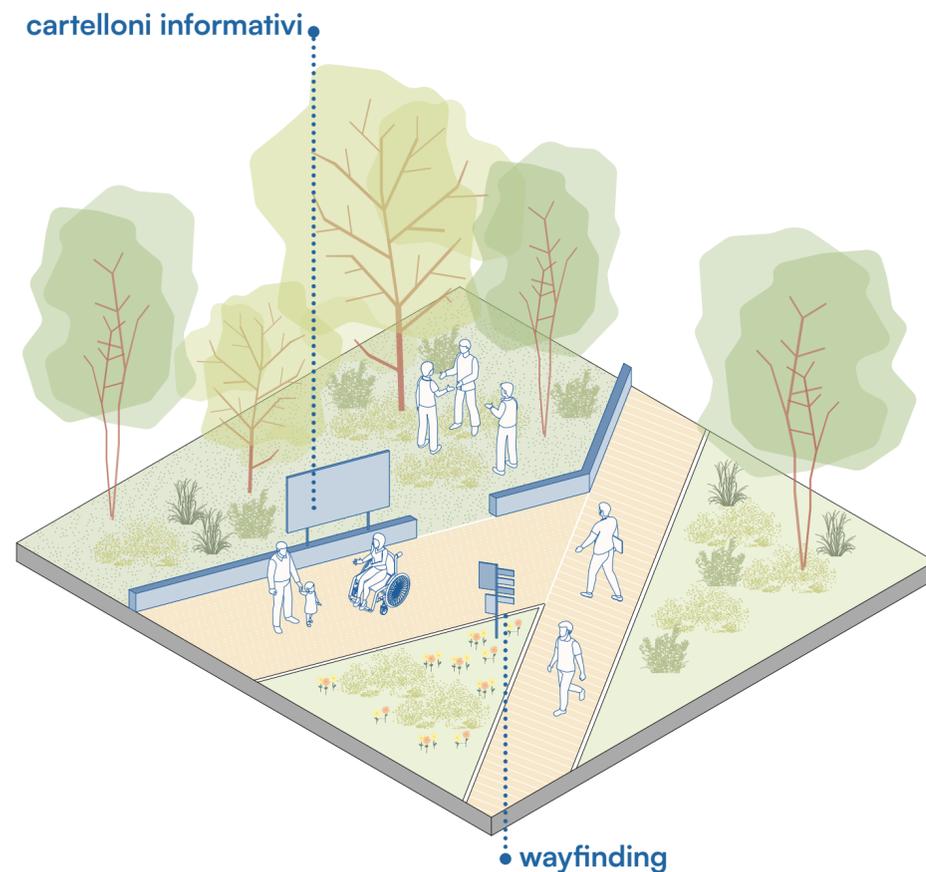
Sicurezza

Socialità

Visibilità

I giardini che fanno parte di un complesso ospedaliero devono essere ben segnalati; se ben visibili infatti, un maggior numero di persone possono usufruirne. Meglio se dotato anche di mappe tattili in modo da essere fruibile anche da persone con disabilità visive.

Pensare ad un'illuminazione mirata lungo i percorsi e le aree del giardino può servire a metterne in evidenza alcune caratteristiche.





Centro Medico ospedale presso la Stanford University, California



UF Health Shands Hospital, Florida



Spaulding Rehabilitation Hospital, Boston

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Uno spazio che si adatta alle esigenze di chi lo vive

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

Socialità

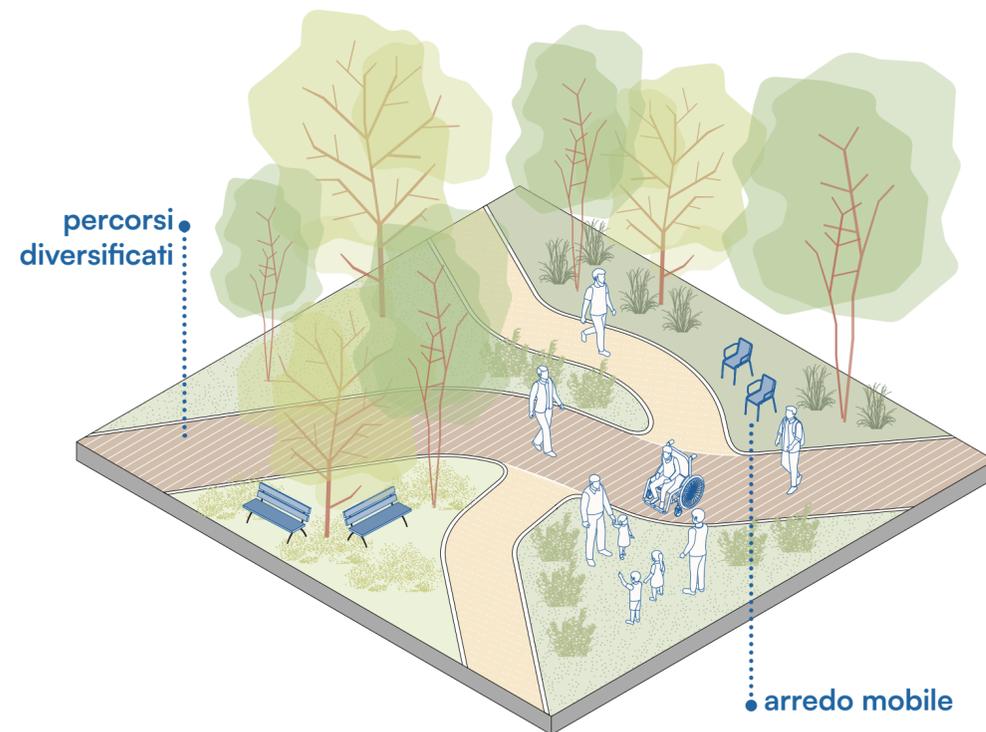
Versatilità

La versatilità di un giardino consiste nell'offrire ai visitatori più opzioni di percorso, in grado di trasmettere al fruitore una sensazione di maggior controllo dello spazio.

Un giardino versatile è tale se lo si rende interessante, diversificato ed interattivo.

La presenza di percorsi diversificati infatti permette di poter scegliere un percorso piuttosto che un altro. Diversificare anche i punti di sosta andando a collocare le sedute in punti diversi del giardino permette ai pazienti di avere vari scorci sul giardino e sulle piante.

Prevedere l'utilizzo di arredo mobile che si può spostare aiuta la possibilità di scelta di un'area del giardino da parte del fruitore ed agevola la socialità.

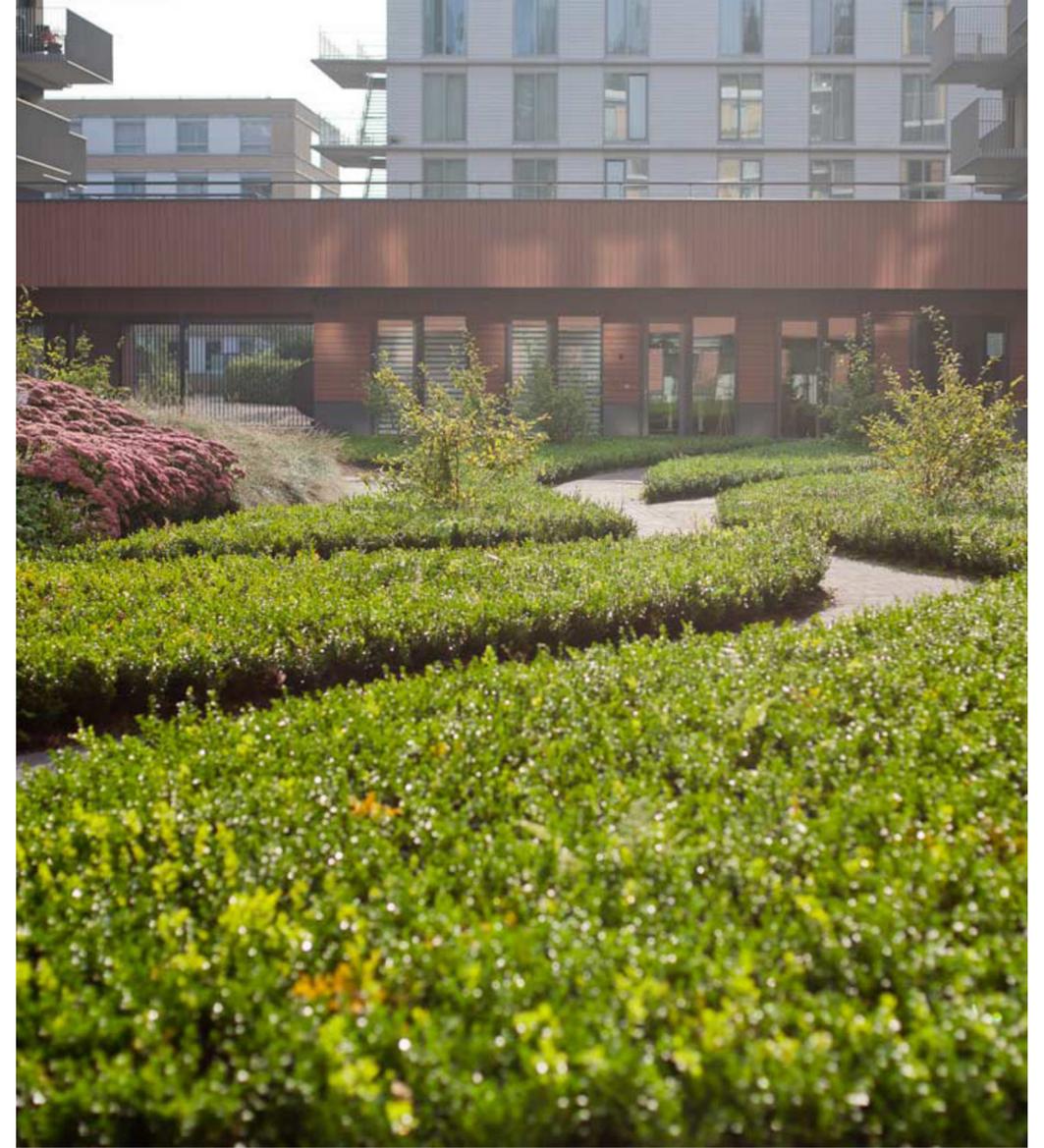




Jin Wellbeing Country, Thailand



Steno Diabetes Center Copenhagen, Copenhagen Denmark



Amstelveen Zonnehuis Care Home and De Ontmoeting, The Netherlands

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Senso di sollievo

Privacy

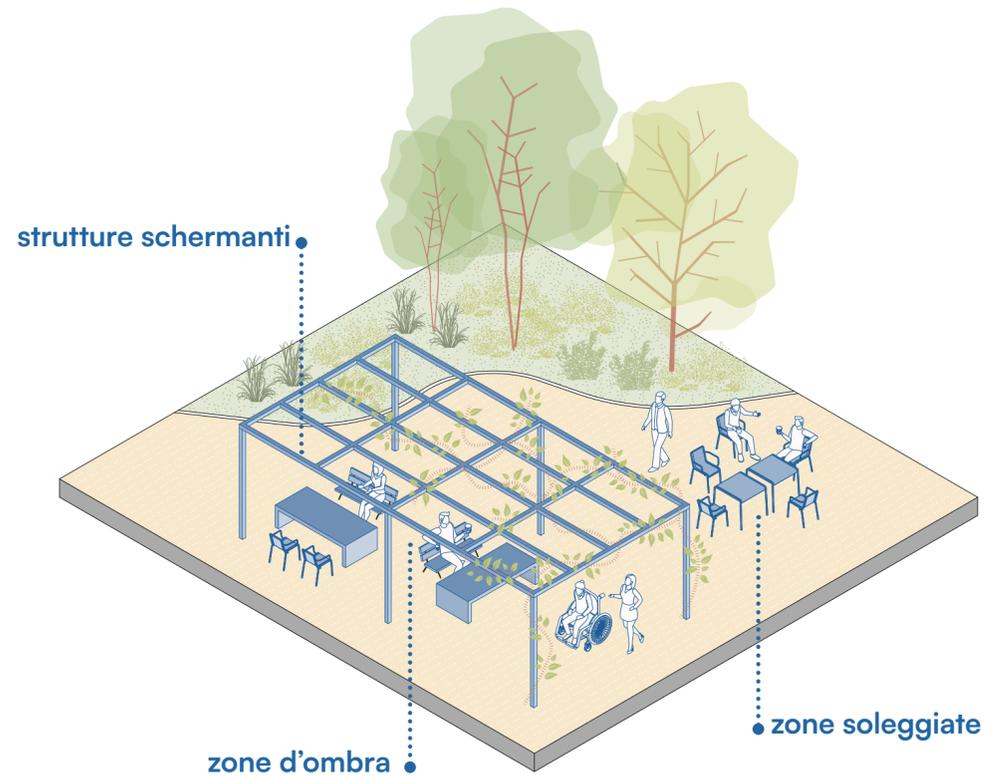
Sicurezza

Socialità

Ombreggiamento

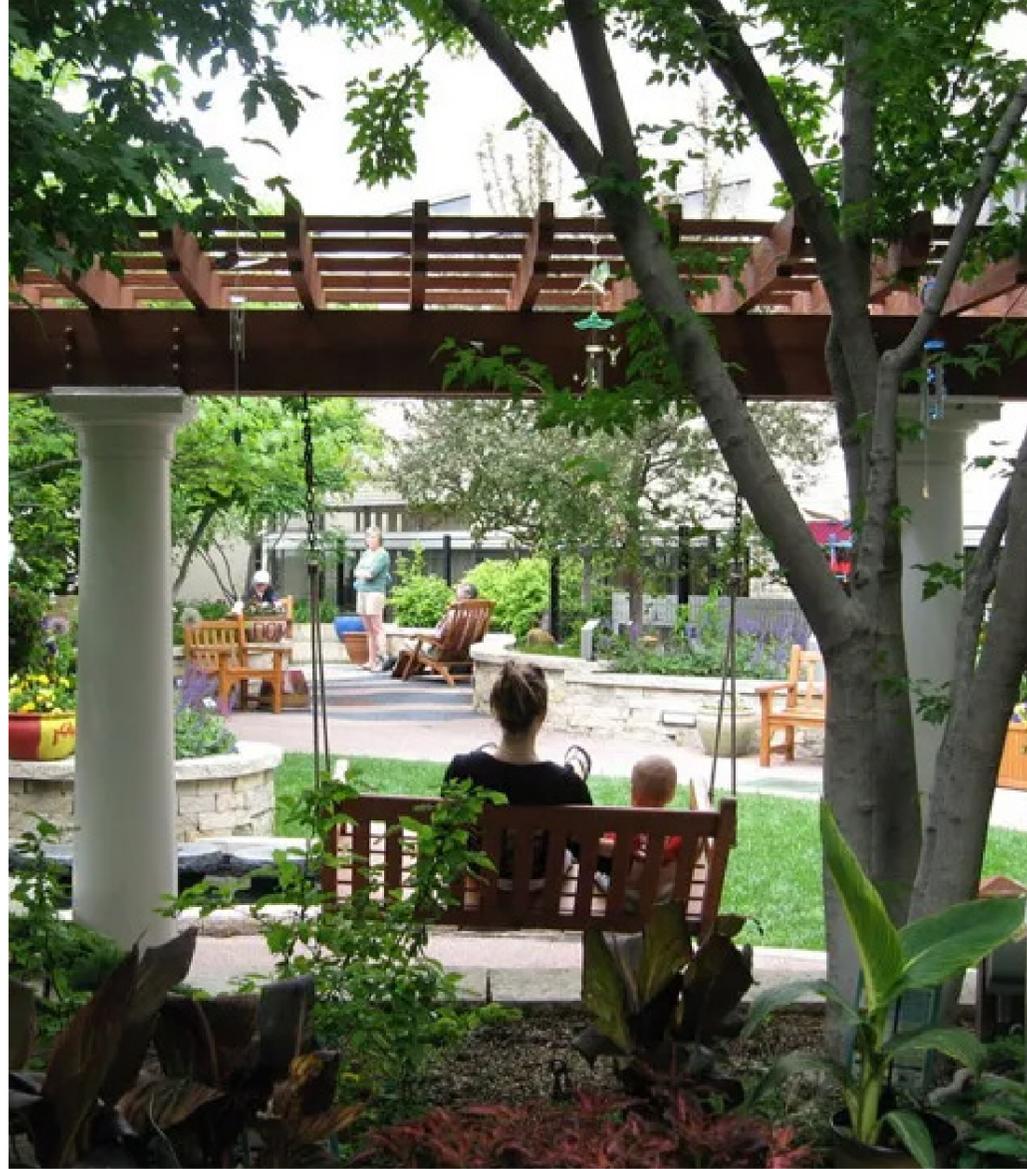
Il giardino deve prevedere un'alternanza di zone d'ombra e soleggiate, in modo che i fruitori possano stare il più possibile a proprio agio.

Sono da prevedere spazi ombreggiati in cui i pazienti possano trovare sollievo, luoghi in cui si crei un microclima con aria ventilata. Queste zone d'ombra possono essere create con la vegetazione ma anche con delle strutture di schermatura, in grado comunque di lasciar passare l'aria e generare benessere.





Children's Hospital, Boston



St.Louis Children's hospital Olson Family garden



Department for Palliative Care, Sweden

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Calma e pace danno una sensazione di benessere

Sicurezza

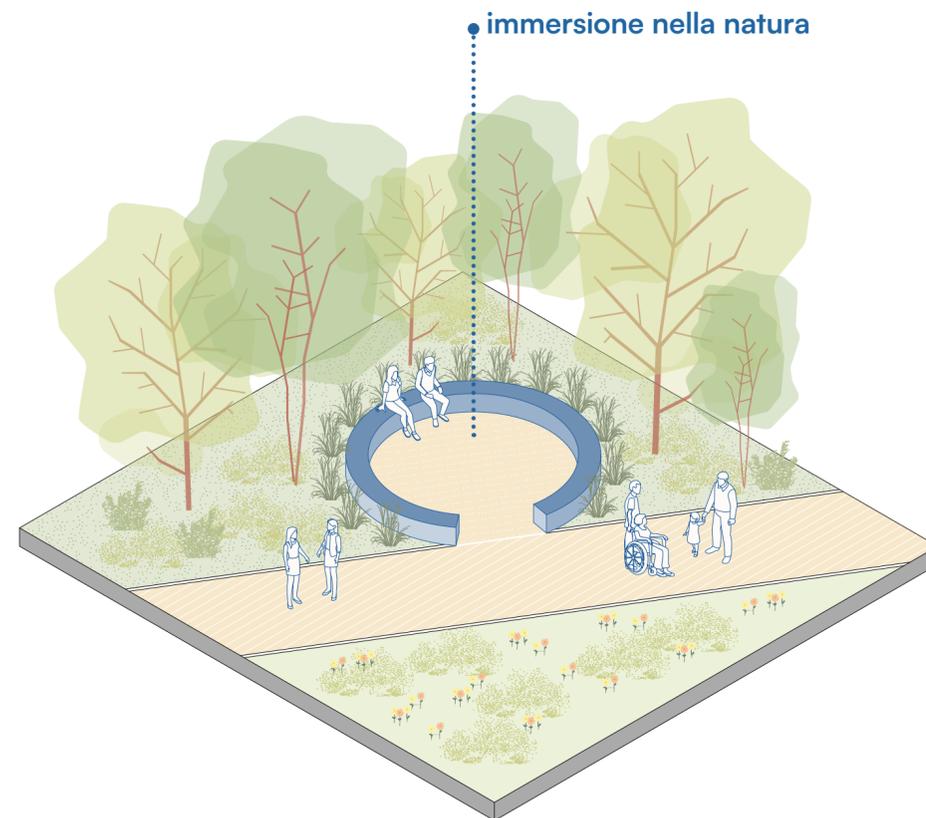
Socialità

Privacy

Il giardino terapeutico deve essere collocato lontano dalle zone rumorose, in modo da donare sollievo e tranquillità a pazienti e fruitori.

Deve mettere nella condizione di isolarsi con la mente dall'ambiente ospedaliero attraverso l'immersione e l'ascolto della natura.

La vegetazione può essere utilizzata in contesti delicati per creare delle situazioni di privacy per i pazienti e per i proprio familiari.

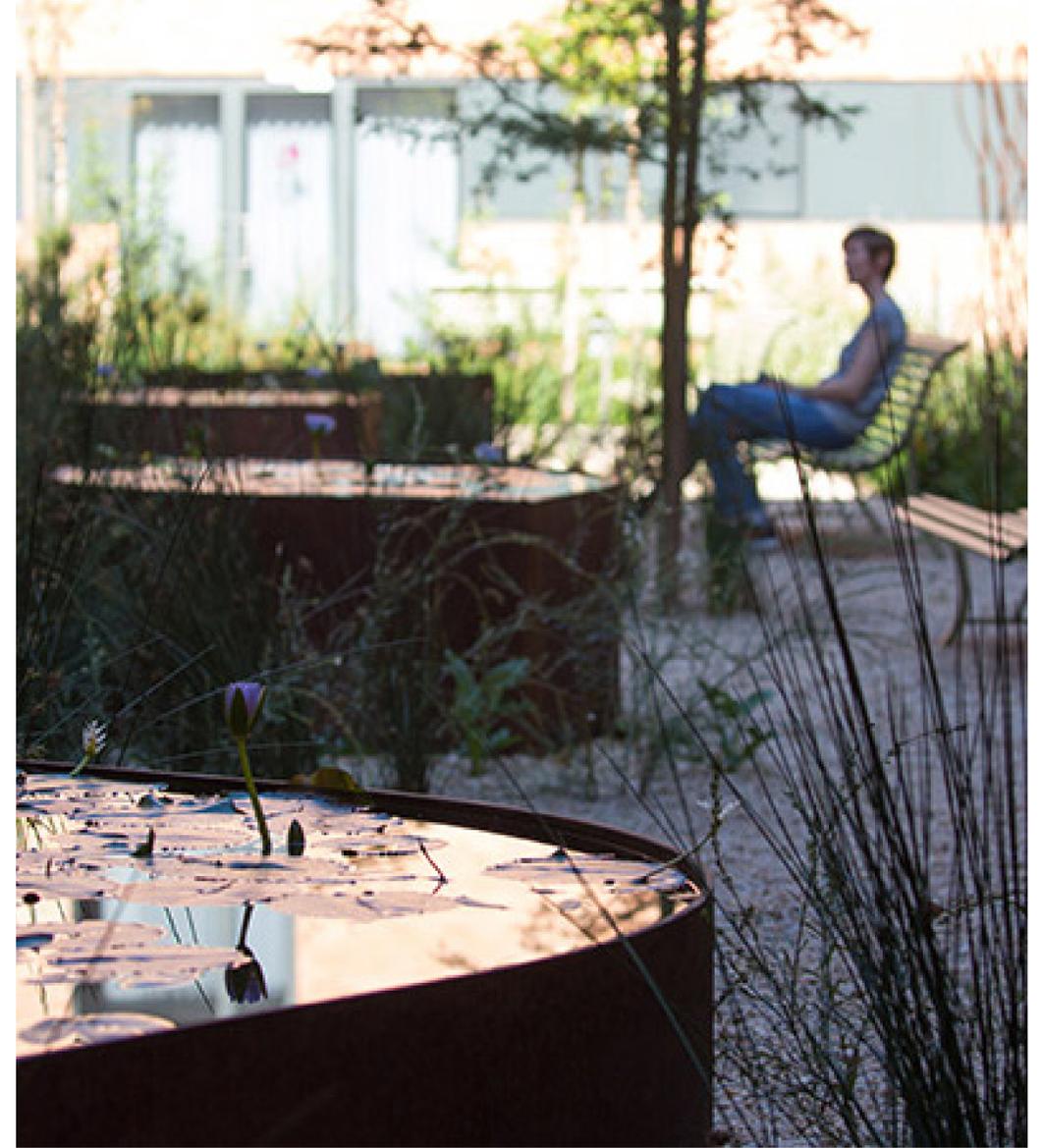




Amstelveen Zonnehuis Care Home and De Ontmoeting, The Netherlands



Comer children's hospital play garden, Chicago



Nelson Mandela children's hospital, Africa

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

Base delle necessità

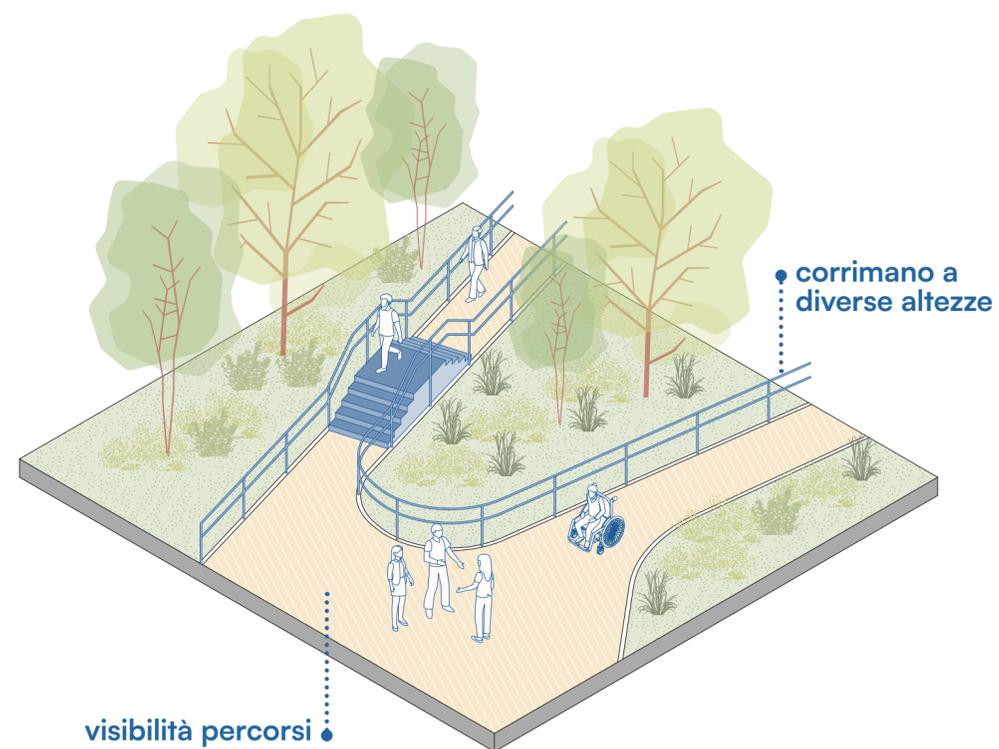
Socialità

Sicurezza

Il tema dell sicurezza rappresenta un aspetto fondamentale all'interno del giardino terapeutico.

Va garantita una visibilità ottimale in tutti i percorsi oltre che presenza di strumenti di chiamata del personale lungo in caso di necessità.

Lungo i percorsi principali è da prevedere la presenza di un corrimano per una maggior facilità di orientamento e sostegno.

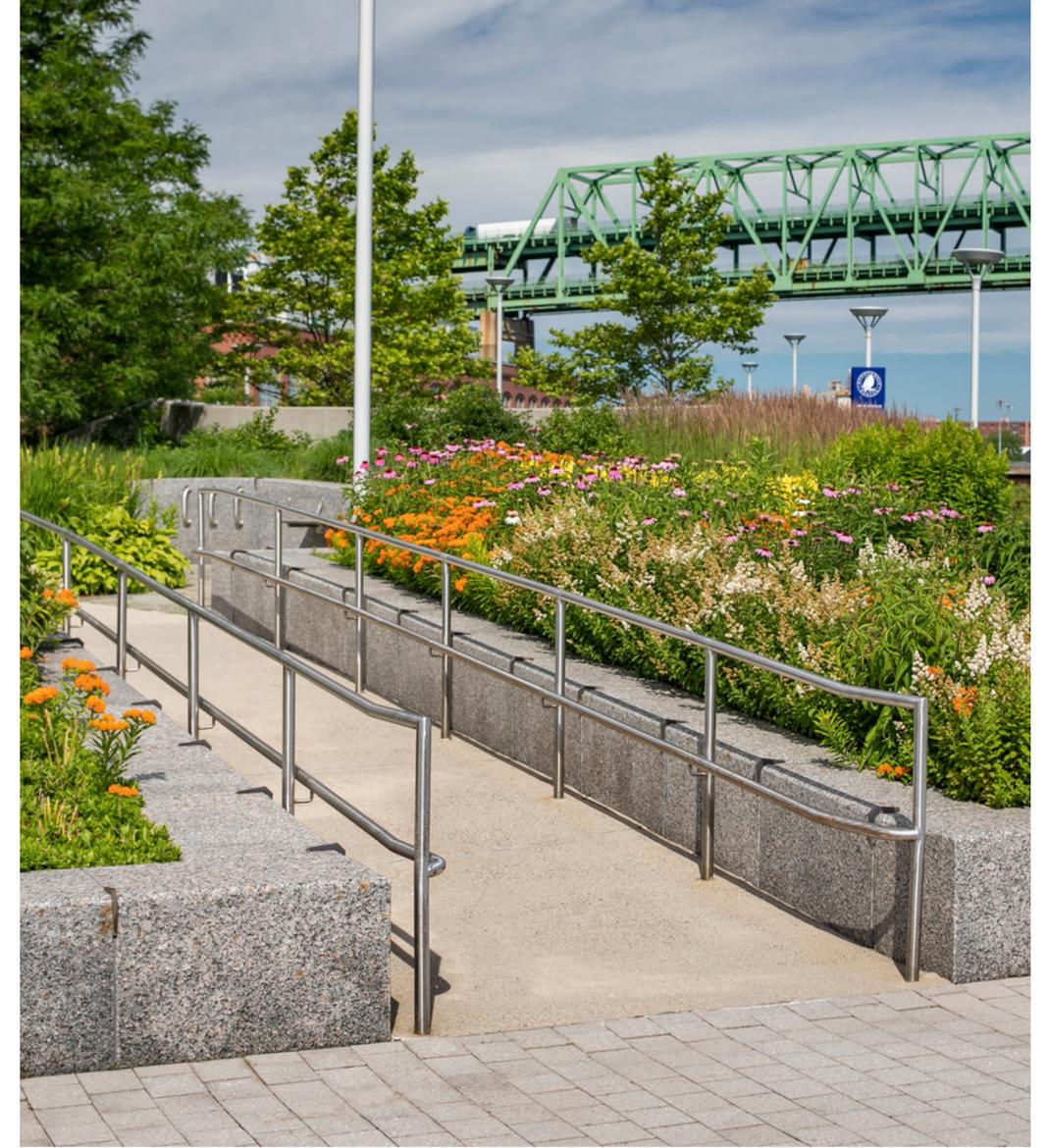




Sensory Garden Magneteten, Copenhagen, Denmark



Hospital Karsudden, Sweden



Spaulding Rehabilitation Hospital, Boston

Accessibilità

Esercizio Fisico

Vegetazione ricca

Visibilità

Versatilità

Ombreggiamento

Privacy

Sicurezza

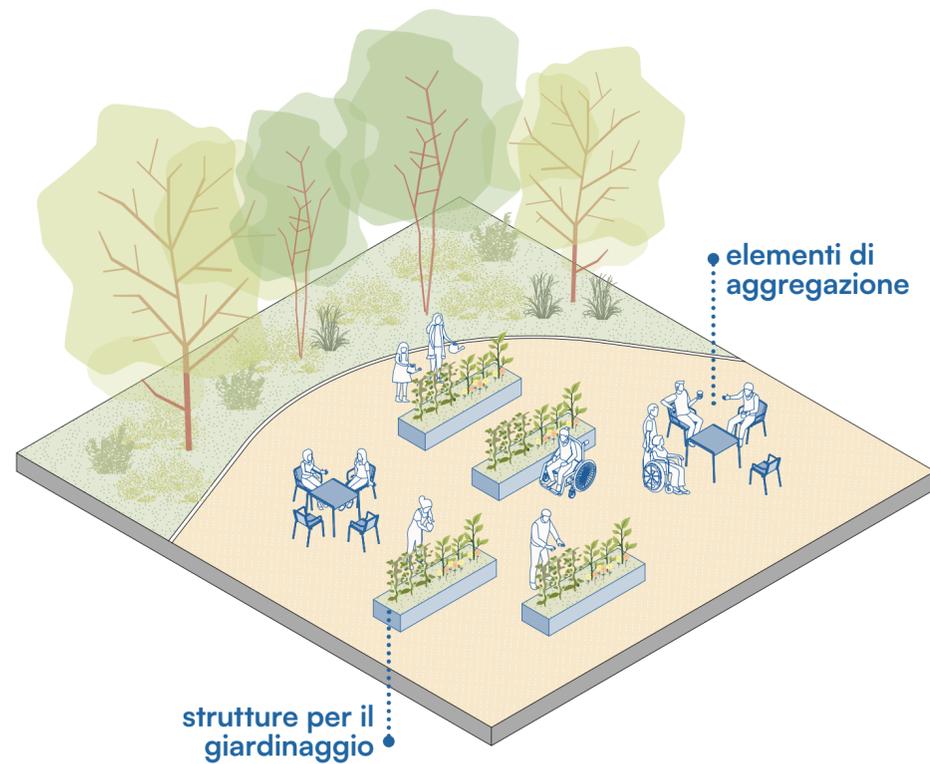
Socialità

Socialità

All'interno dei giardini terapeutici è importante creare occasioni ed episodi di socialità.

La socialità all'interno di un giardino terapeutico può essere stimolata in diversi modi a seconda del tipo di fruitore. Viene incoraggiata dalla disposizione dei punti di sosta e dalla forma delle sedute, dalla presenza di giochi per i bambini, dalla disposizione di vegetazione che stimoli i sensi e l'interazione. Possono essere presenti strutture per l'orto e la coltivazione: prendersi cura delle piante attraverso attività di giardinaggio può portare grandi benefici al paziente aumentando un senso di autostima e di gioia gratificante per le piccole cose.

Coinvolgere pazienti in attività e momenti di condivisione è utile a promuovere la consapevolezza di condividere un momento difficile.





Sensory Garden Magneten, Copenhagen, Denmark



Children's hospital, Boston



Sensory Garden Magneten, Copenhagen, Denmark

03

Vegetazione_Abaco

Base

Trovarsi in un giardino ricco di elementi multisensoriali è un'esperienza coinvolgente e nutriente per tutte le età. Le piante sono l'essenza spirituale di un giardino: raccontano storie di emergenze, crescita, maturazione, trasformazione, e rinnovo.

Chi progetta deve raccontare queste storie, scegliendo piante le cui qualità multisensoriali si relazionano con i fruitori dello spazio.

Ombra e sollievo

Stagionalità

Memoria

Interazione

Colore

Ombra e sollievo

Senso di protezione e sollievo

Stagionalità

Memoria

Interazione

Colore

Ombra e sollievo

Dal punto di vista della vegetazione è importante che gli spazi esterni siano caratterizzati da zone ombreggiate. La possibilità di esporre il proprio corpo ai raggi del sole è tanto importante quanto poter trovare dei luoghi di riposo all'ombra.

Quando il fisico è in una fase di difficoltà troppa luce può essere difficile da sopportare e addirittura nociva in base alle cure in atto.

Un insieme di alberi, alberelli e arbusti garantiscono a tutti i pazienti, e al personale, di poter trovare la posizione adeguata.



Ombra e Sollievo

Acer campestre
acero



 ALBERO

 Colori autunnali

 Interesse invernale

 Produce frutti

Buddleja davidii
albero delle farfalle



 ARBUSTO

 Attrae farfalle

 Ideale per taglio

 Profumo di miele

Cercis siliquastrum
albero di Giuda



 ALBERO

 Edibile (fiori e frutti)

 Infiorescenze

Chimonanthus praecox
calicanto



 ARBUSTO

 Fiori profumati

 Interesse invernale

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

Cornus controversa
corniolo controverso



 ARBUSTO

 Interesse invernale

 Colori autunnali

Cornus kousa
corniolo ornamentale



 ARBUSTO

 Interesse invernale

 Ideale per taglio

 colori autunnali

 Edibile (frutti)

 Produce frutti

Ficus carica
fico

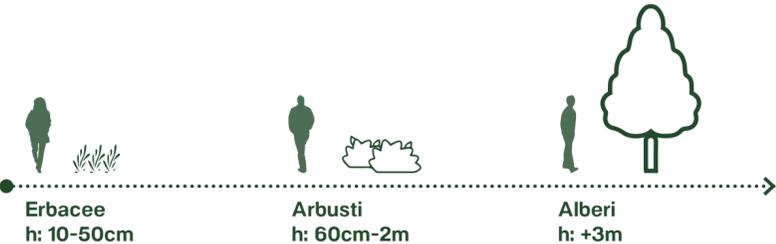


 ALBERO

 Foglie profumate

 Edibile (frutti)

 Produce frutti



Ombra e Sollievo

Hydrangea paniculata
ortensia



Malus 'Red Sentinel'
melo da fiore



Mespilus germanica
nespolo



Morus platanifolia
gelso



Rosa banksiae
rosa rampicante



Tilia cordata
tiglio



Wisteria sinensis
glicine



 ARBUSTO

 ALBERO

 ALBERO

 ALBERO

 ARBUSTO

 ALBERO

 RAMPICANTE

 Ideale per taglio

 Edibile (frutti)

 Edibile (frutti)

 Edibile (frutti)

 Senza spine

 Pianta mellifera

 Attrae fauna

 Interesse autunnale

 Attrae fauna

 Pianta mellifera

 Produce frutti

 Fiori profumati

 Ideale per ombra

 Infiorescenze

 Produce frutti

 Attrae fauna

 Ideale per ombra

 Ideale per pergolati

 Edibile(fiori)

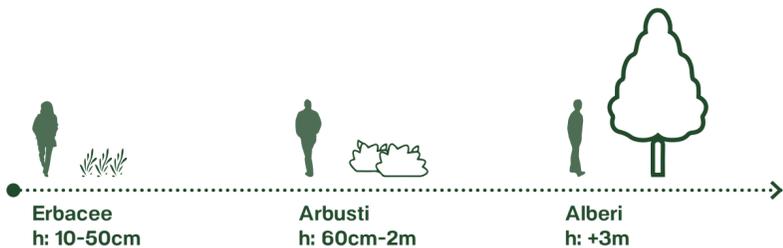
 Fiori profumati

 Interesse invernale

 Produce frutti

 Sempreverde

 Ideale per pergolati



Ombra e sollievo

Stagionalità

L'importanza delle stagioni

Memoria

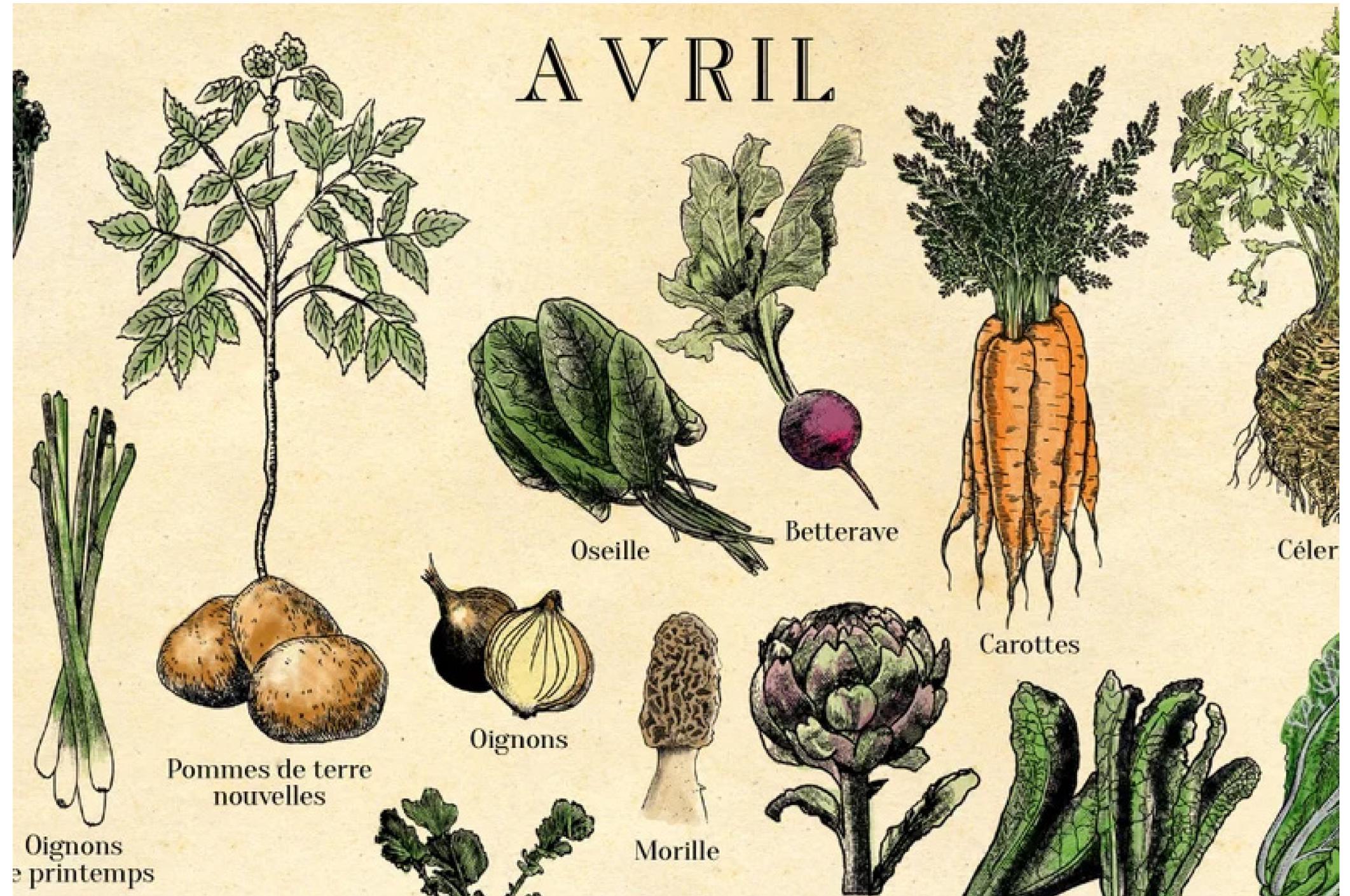
Interazione

Colore

Stagionalità

Attraverso l'utilizzo della vegetazione è possibile mettere l'accento sul tempo che passa. Ciò è importante per sentirsi connessi al mondo esterno. Vedere i colori dell'autunno, così come sentire un profumo tipico dell'inverno, o provare lo stupore tipico dei bulbi primaverili e i frutti maturi dell'estate sono elementi che permettono a chi vive un luogo di sentirsi parte anche di ciò che avviene fuori dall'ospedale.

La connessione con gli avvenimenti della natura porta i sensi e la mente a ricordare la propria esistenza fuori dalla struttura in cui si è costretti a stare per poco o anche molto tempo, dando così all'immaginazione la possibilità di correre dove vuole.



Stagionalità

Convallaria majalis
mughetto



Primavera

Cucurbita maxima
zucca



Autunno

Diospyros kaki
caco



Autunno

Galanthus nivalis
bucaneve



Primavera

Helleborus niger
rosa di Natale



Inverno

Jasminum nudiflorum
gelsomino d'inverno



Inverno

Morus alba
gelso



Estate



BULBO



Fiori profumati



Ideale per taglio



Infiorescenze



ERBACEA



Edibile (fiori e frutti)



Produce frutti



Infiorescenze



ALBERO



Edibile (frutti)



Produce frutti



BULBO



Fiori profumati



Ideale per taglio



Infiorescenze



ERBACEA



Ideale per taglio



Infiorescenze



RAMPICANTE



Fiori profumati



Infiorescenze



ALBERO



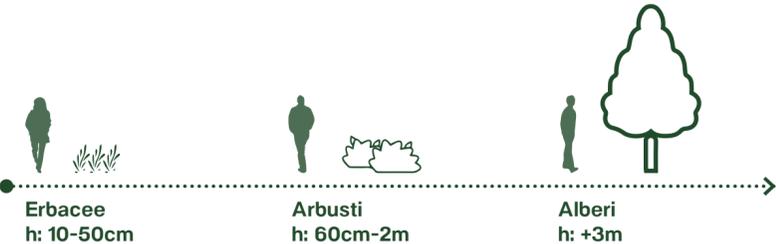
Edibile (frutti)



Produce frutti



Ideale per ombra



Stagionalità

Narcissus tazetta
narciso



Primavera

Osmanthus fragrans
osmanto



Inverno

Paeonia
peonia



Estate

Prunus mume
albicocco di montagna



Primavera

Prunus persica
pesco



Primavera

Pseudocydonia sinensis
cotogno cinese



Primavera

Tulipa humilis
tulipano botanico



Primavera



BULBO



Fiori profumati



Ideale per taglio



Infiorescenze



ARBUSTO



Fiori profumati



Infiorescenze



ARBUSTO



Infiorescenze



Ideale per taglio



ALBERO



Edibile (frutti)



Infiorescenze



Produce frutti



ALBERO



Edibile (frutti)



Infiorescenze



Produce frutti



ARBUSTO



Edibile (frutti)



Infiorescenze



Produce frutti



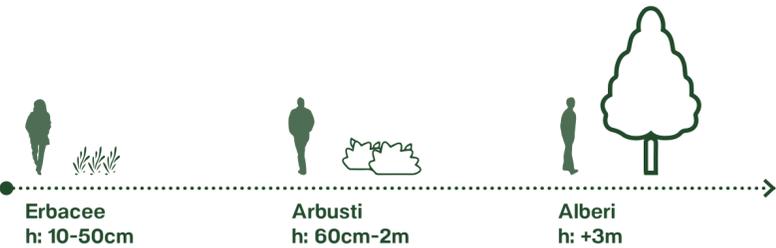
BULBO



Ideale per taglio



Infiorescenze



Ombra e sollievo

Stagionalità

Memoria

Il ricordo come cura

Interazione

Colore

Memoria

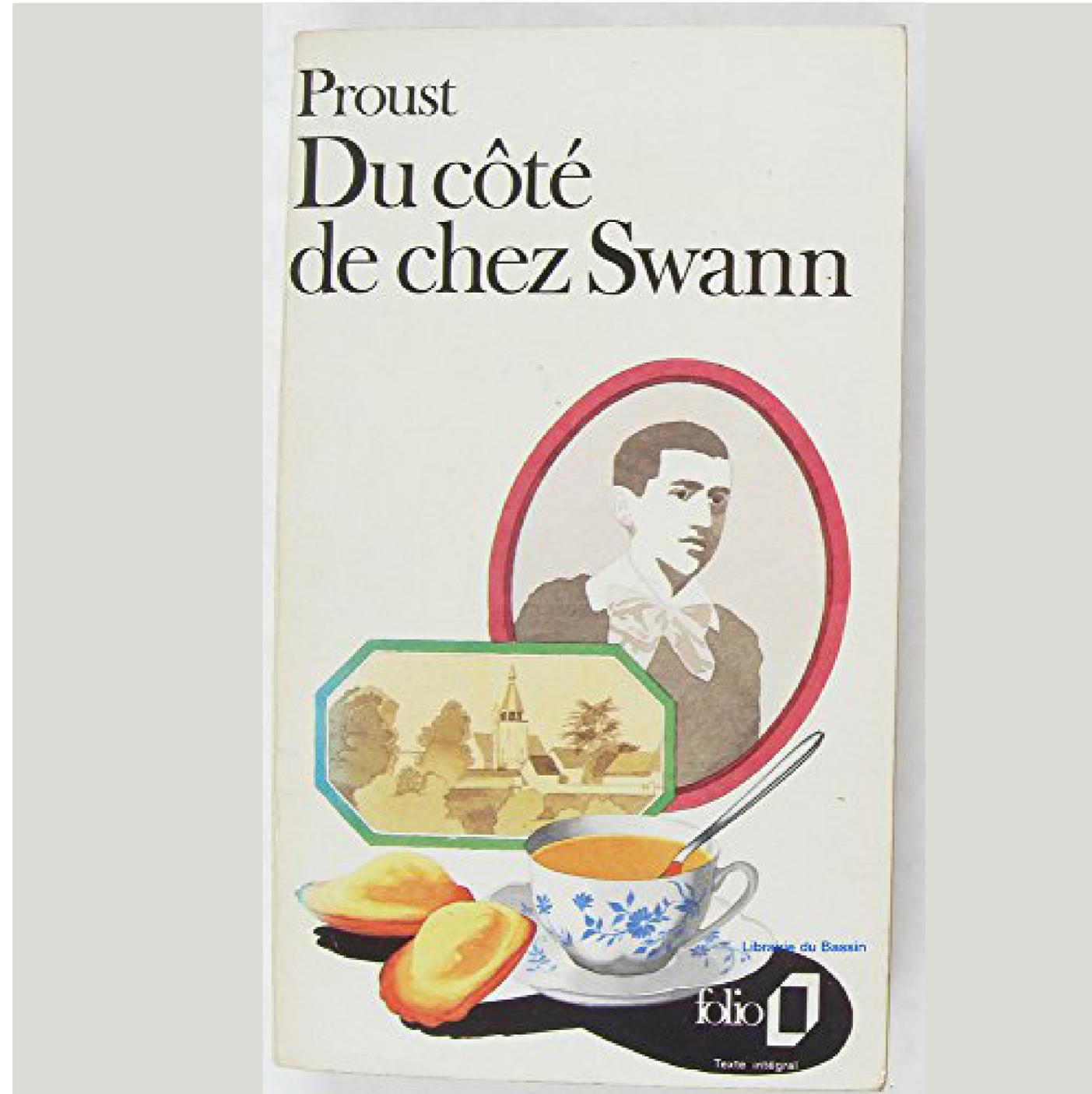
Ciò che dovrebbe accadere è riconducibile al meccanismo della Madeleine di Proust. Foglie, profumi, fiori, frutti, gestualità legate alle esperienze in giardino o nell'orto possono evocare memorie preziose nel paziente, che si sente così connesso con sé stesso e con la natura che lo circonda.

“Una sera d’inverno, appena rincasato, mia madre accorgendosi che avevo freddo, mi propose di prendere, contro la mia abitudine, un po’ di tè. Dapprima rifiutai, poi, non so perché, mutai parere. Mandò a prendere uno di quei dolci corti e paffuti, chiamati madeleine, che sembrano lo stampo della valva scanalata di una conchiglia di San Giacomo.

E poco dopo, sentendomi triste per la giornata cupa e la prospettiva di un domani doloroso, portai macchinalmente alle labbra un cucchiaino del tè nel quale avevo lasciato inzuppare un pezzetto di madeleine. Ma appena la sorsata mescolata alle briciole del pasticcino toccò il mio palato, trasalii, attento al fenomeno straordinario che si svolgeva in me. Un delizioso piacere m’aveva invaso, isolato, senza nozione di causa.

E subito, m’aveva reso indifferenti le vicissitudini, inoffensivi i rovesci, illusoria la brevità della vita...non mi sentivo più mediocre, contingente, mortale. Da dove m’era potuta venire quella gioia violenta? Sentivo che era connessa col gusto del tè e della madeleine. Ma lo superava infinitamente, non doveva essere della stessa natura. Da dove veniva? Che senso aveva? Dove fermarla? ”

Marcel Proust, *Dalla parte di Swann*



Memoria

Borago officinalis
borragine



 ERBACEA

 Edibile (foglia e fiore)

 Infiorescenze

Centaurea cyanus
fiordaliso



 ERBACEA

 Ideale per taglio

 Infiorescenze

Chasmanthium latifolium
avena selvatica



GRAMINACEA

 Ideale per taglio

Cydonia oblonga
cotogno



 ALBERO

 Produce frutti

Escallonia illinita
escallonia



 ARBUSTO

 Foglie aromatiche

 Infiorescenze

 Interesse invernale

Helichrysum italicum
elicriso



 ERBACEA

 Foglie aromatiche

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

 Interesse invernale

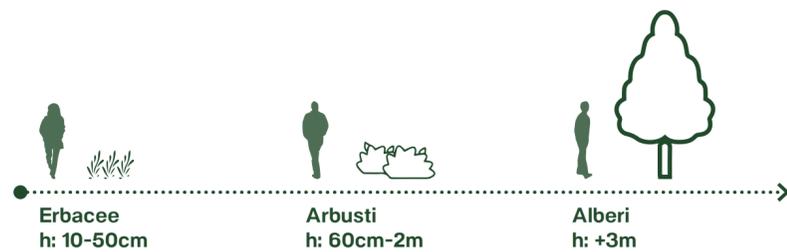
Nigella damascena
fanciullaccia



 ERBACEA

 Infiorescenze

 Ideale per taglio



Memoria

Papaver rhoeas
papavero rosso



Pelargonium graveolens
malvarosa



Rosa damascena
rosa di Damasco



Rosmarinus officinalis
rosmarino



Salvia officinalis
salvia comune



Santolina chamaecyparissus
santolina



Thymus citriodorus
timo limoncino



 ERBACEA

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

 ERBACEA

 Edibile

 Foglie aromatiche

 Tattile

 Interesse invernale

 Ideale per taglio

 ARBUSTO

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

 Commestibile (fiore)

 ARBUSTO

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

 Commestibile

 Foglie aromatiche

 Interesse invernale

 ARBUSTO

 Infiorescenze

 Ideale per taglio

 Commestibile

 Foglie aromatiche

 Interesse invernale

 ARBUSTO

 Foglie aromatiche

 Tattile

 Interesse invernale

 Ideale per taglio

 ERBACEA

 Commestibile

 Foglie aromatiche

 Fiori profumati

 Attrae fauna

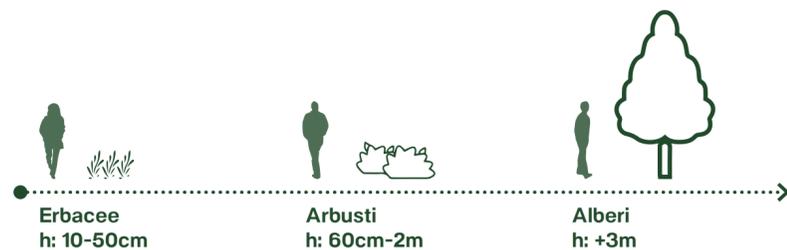
 Tattile

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Ideale per taglio

 Può dividersi



Ombra e sollievo

Stagionalità

Memoria

Interazione

L'importanza della gestualità

Colore

Interazione

Interagire con la vegetazione che ci circonda è importante: permette di conoscerne anche gli aspetti meno evidenti, può dare delle gioie e anche delle soddisfazioni.

La sociologa francese Florence Weber del suo *L'honneur des jardiniers. Les Potagers dans la France du XXe siècle* spiega come sia importante in certi contesti essere visti e percepiti per ciò che si è in grado di produrre.

Per un paziente poter cogliere dei fiori e creare piccoli mazzi da portare nella propria o altrui camera, così come cogliere un frutto, o anche creare la struttura affinché un piccolo rampicante possa crescere, sono azioni importanti.

Sono tutte attività che portano la mente altrove e che permettano una percezione di sé stessi e di sé visti dagli altri molto diversa da quella routinaria che si può avere in luogo di cura.

Questo processo è salutare e aumenta un senso di autostima e di gioia per le piccole cose.

A questo si aggiunge anche la bellezza della memoria storica che ciascuno può avere in relazione a erbe aromatiche, frutti e fiori di interesse personale.

Ogni esperienza gratificante e soddisfacente dal punto di vista emozionale è un elemento positivo per chi deve stare a stretto contatto con una realtà difficile.



Interazione

Allium schoenoprasum
erba cipollina



 ERBACEA

 Edibile

 Foglie aromatiche

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Raccolta fiori

Aster
settembrino



 ERBACEA

 Edibile

 Foglie aromatiche

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Raccolta fiori

Boltonia asteroides
boltonia



 ERBACEA

 Edibile

 Foglie aromatiche

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Raccolta fiori

 Può dividersi

Dahlia
dalia



 RIZOMA

 Edibile

 Infiorescenze

 Raccolta fiori

 Può dividersi

Fragaria vesca
fragolina di bosco



 ERBACEA

 Edibile

 Produce frutti

 Raccolta frutti

Helianthus tuberosus
topinambur



 TUBERO

 Edibile

 Infiorescenze

 Raccolta fiori

 Può dividersi

Lathyrus odoratus
pisello odoroso



 ERBACEA

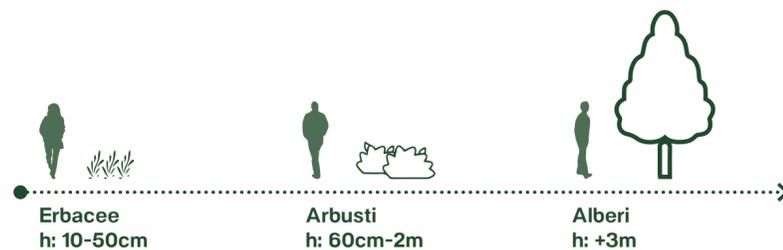
 Fiori profumati

 Attrae fauna

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Raccolta fiori



Interazione

Zinnia elegans
zinnia



 ERBACEA

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Ideale per taglio

Lycopersicon esculentum
pomodoro



 ERBACEA

 Edibile

 Produce frutti

 Raccolta frutti

Narcissus poeticus
narciso dei poeti



 BULBO

 Fiori profumati

 Attrae fauna

 Raccolta fiori

Rosa 'Zéphirine Drouhin'
rosa



 ARBUSTO

 Fiori profumati

 Senza spine

 Raccolta fiori

 Ideale per il taglio

Tropaeolum majus
nasturzio



 RAMPICANTE

 Edibile

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Ideale per taglio

 Raccolta boccioli

Verbena bonariensis
verbena di Buenos Aires



 ERBACEA

 Attrae fauna

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Ideale per taglio

Lavandula angustifolia
lavanda



 ERBACEA

 Edibile

 Foglie aromatiche

 Fiori profumati

 Attrae fauna

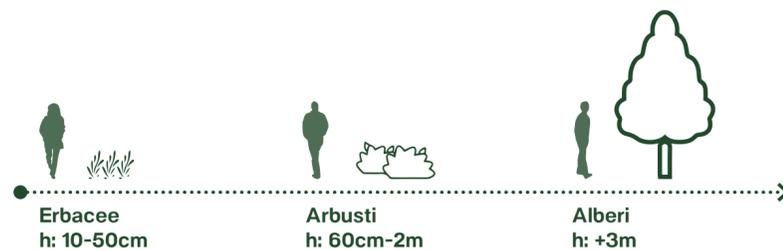
 Tattile

 Infiorescenze

 Ideale per semina

 Ideale per taglio

 Raccolta steli



Ombra e sollievo

Stagionalità

Memoria

Interazione

Colore

La percezione del colore non è uguale per tutti

Colore

Il tema del colore è sicuramente un elemento importante che riguarda diversi aspetti legati alla psicologia dei malati.

I colori suscitano delle emozioni e scegliere dei colori che si adattano ai diversi stati d'animo può avere un'influenza positiva su chi ne è avvolto.

Se da un lato i colori possono quindi stimolare degli effetti nella psicologia del paziente, dall'altro è importante considerare che esistono patologie che mutano la percezione dei colori.

Ad esempio nella malattia di Alzheimer esistono molti aspetti dell'elaborazione visiva che sono influenzati dalla patologia: così come in alcune fasi della malattia diventa difficile vedere i contorni degli oggetti, anche la capacità di discernere tra determinati colori può diventare problematica.

La capacità di vedere lo spettro blu-verde è infatti compromessa in alcune fasi delle demenze. Ed è proprio in casi come questo che la scelta cromatica deve adeguarsi alle esigenze del malato, considerando tutti gli aspetti utili a contrastare eventuali frustrazioni. In questo caso è importante optare per colori più caldi, come i gialli e gli aranci, che vengono invece percepiti come tali e quindi gratificanti agli occhi del paziente.



Colore

Colori freddi

Ampelopsis brevipedunculata
vite da bacca



Amsonia hubrichtii
amsonia



Callicarpa bodinieri
albero dei bonbon



Cotinus coggygria
albero della nebbia



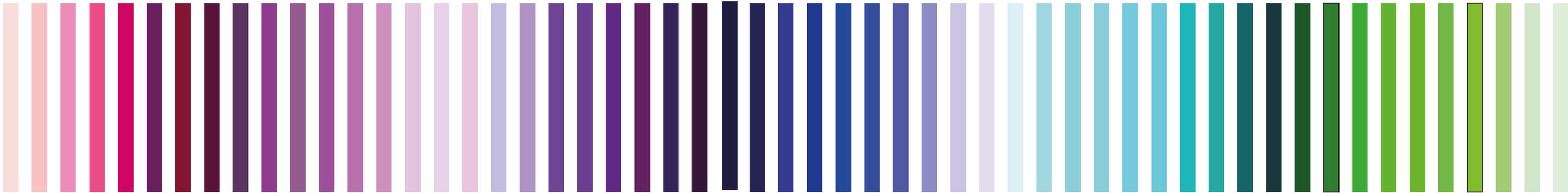
Ceanothus 'Concha'
lillà della California



Echinops bannaticus
cardo pallottola



Cosmos bipinnatus
cosmea



Colore

Colori Caldi

Cornus sanguinea
sanguinella



Eschscholzia californica
papavero della California



Ginkgo biloba
albero dei ventagli



Liquidambar styraciflua
storace



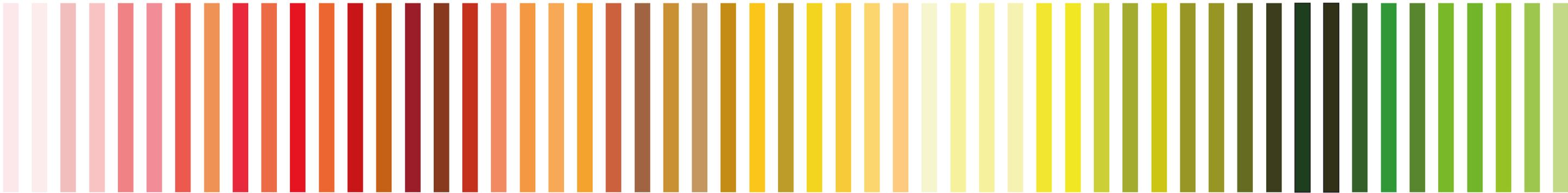
Rhus typhina
sommaco



Rosa rugosa
rosa



Sorbus aucuparia
sorbo degli uccellatori

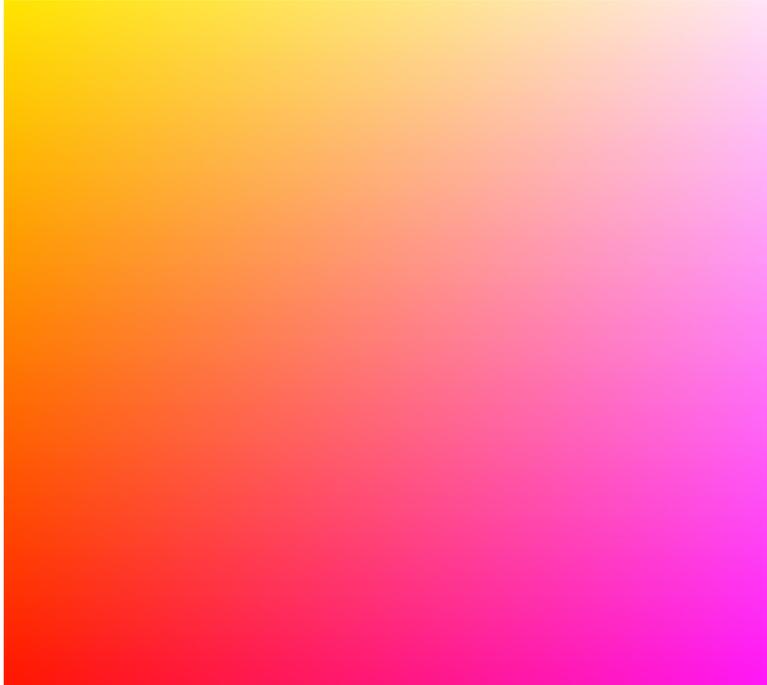


Moodboard



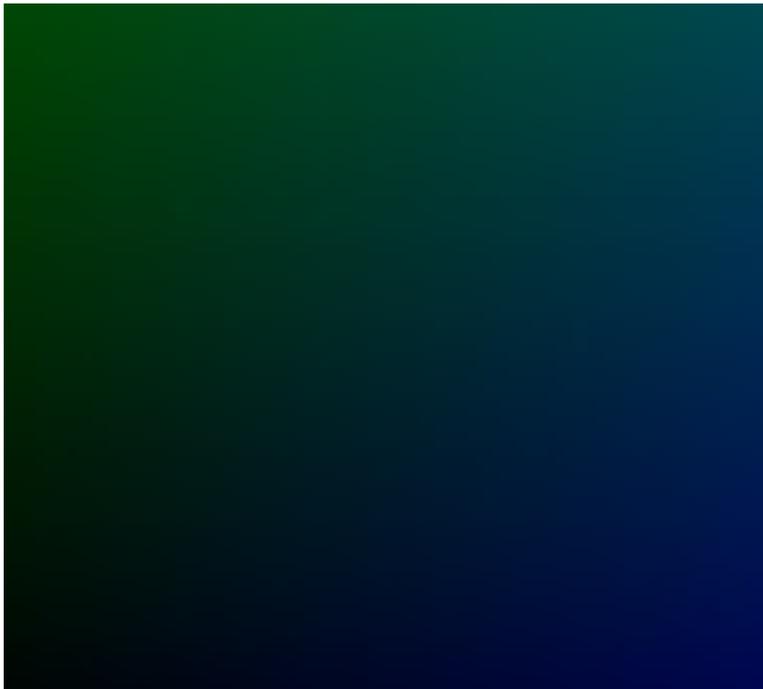
L'immagine del *Clavier* di Le Corbusier vuole essere lo spunto per introdurre il tema della possibilità di creare associazioni cromatiche interessanti in corrispondenza di scelte botaniche che nel loro insieme formano giardini complessi e funzionali.

Opzione 1



Rosa damascena
Tropaeolum majus
Rosa banksiae
Rosa chinensis 'Mutabilis'
Calendula officinalis
Loropetalum chinense

Opzione 2



Tilia cordata
Tropaeolum majus
Paeonia
Cercis siliquastrum
Calendula officinalis
Tagetes

Opzione 3



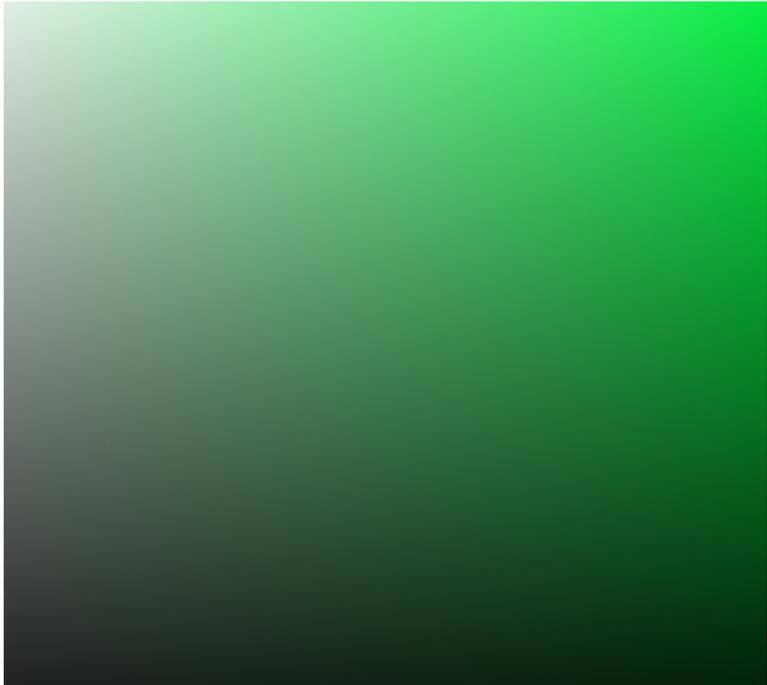
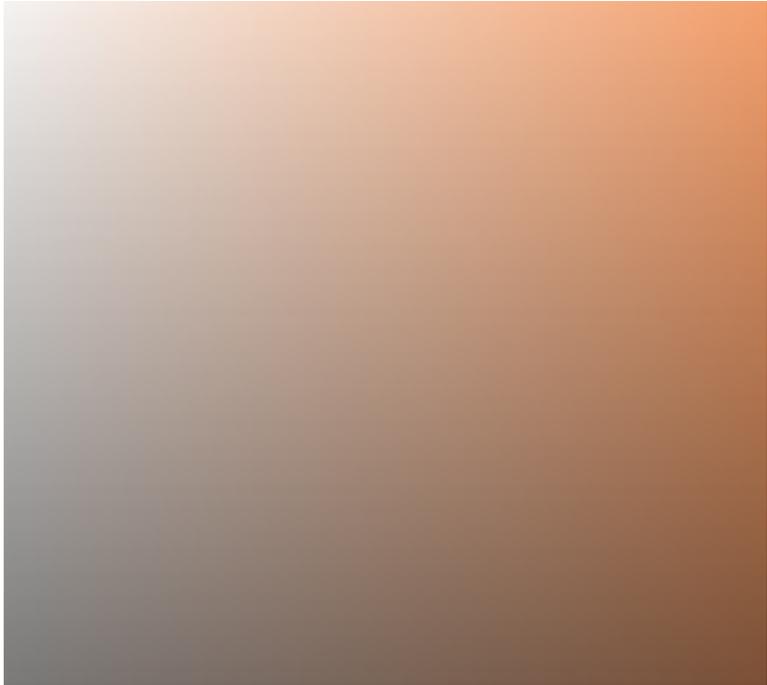
Zinnia elegans
Salvia microphylla
Belamcanda chinensis
Cosmos bipinnatus
Calendula officinalis
Loropetalum chinense

Opzione 4



Centaurea cyanus
Lathyrus odoratus
Echinops bannaticus
Lavandula angustifolia
Verbena bonariensis
Aster carolinianus

Opzione 5



Osmanthus fragrans
Narcissus poeticus
Thymus citriodorus
Cornus florida
Cornus controversa
Chasmanthium latifolium

04

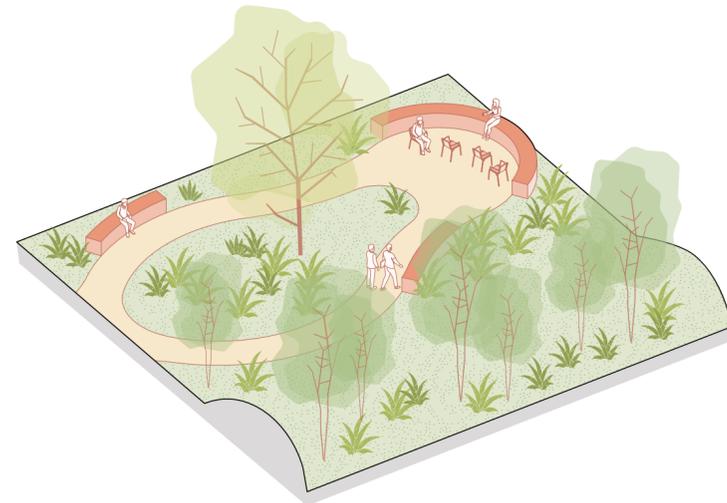
Caso studio

Ospedale di Lanciano

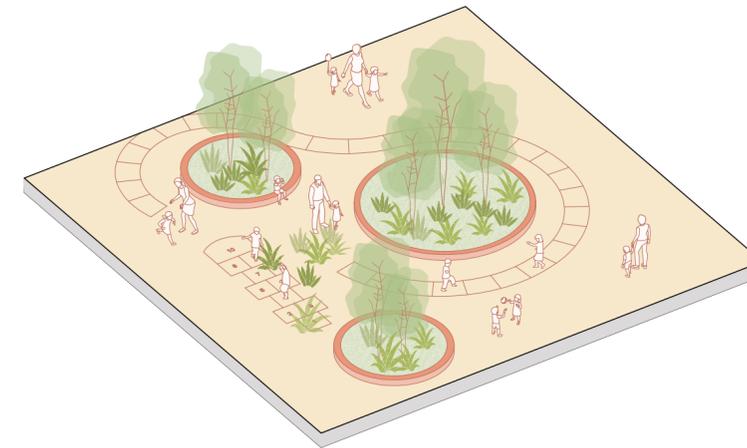
Le aree verdi sono pensate secondo i principi che caratterizzano gli Healing Gardens, intesi come spazi aperti progettati sia per finalità terapeutiche che per migliorare il benessere e la qualità di vita delle persone che ne usufruiscono anche solo occasionalmente.

Fra gli elementi comuni a questo genere di spazi vi sono un'idea di distanza dal mondo urbano; una stimolazione dei cinque sensi; un uso consapevole di materiali, forme e colori; l'utilizzo e il susseguirsi di spazi privi di impedimenti di percorrenza. Sono dunque luoghi disegnati appositamente per far incontrare fisico, psiche e bisogni sociali in una fase delicata della vita.

Ciascun reparto ha esigenze specifiche diverse e, quindi, percorsi adeguati, punti di vista sulla vegetazione pensati in modo accurato e scelte botaniche precise. Ad ambiti diversi corrisponderanno, quindi, spazi progettati ad hoc.



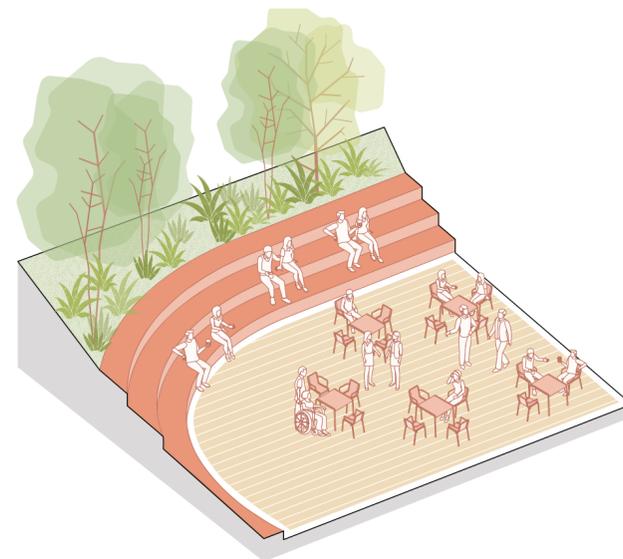
A - Giardino pensile - Reparto psichiatria



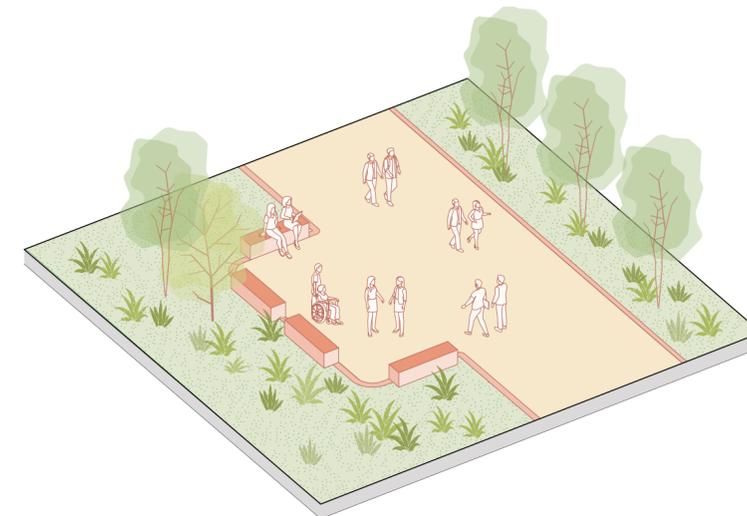
B - Giardino pensile - Reparto pediatria



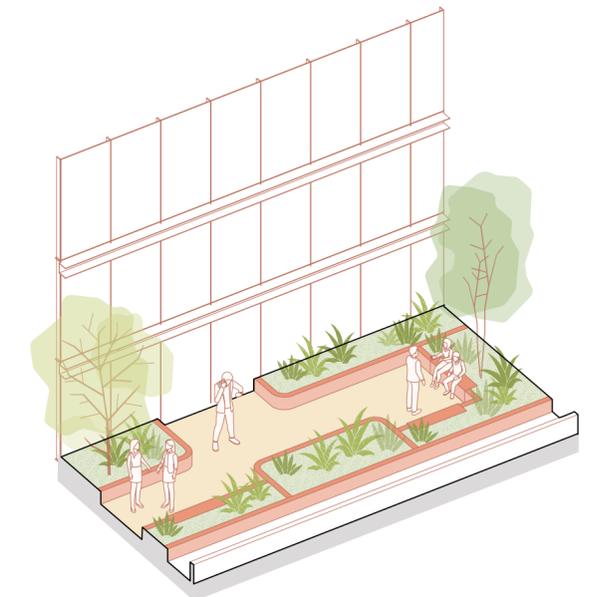
C - Giardino pensile - Reparto maternità



D - Dehor della mensa



E - Viale d'ingresso pedonale



F - Terrazza comune

Ospedale Lanciano

A - Reparto psichiatria



Punica granatum

Piccolo albero

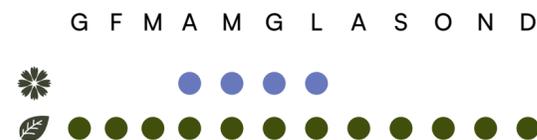
Ombra e sollievo; pianta che riattiva ricordi; frutto di buon auspicio; fioritura colorata; bei colori autunnali; stagionalità.



Rosmarinus officinalis

arbusto

Profumo noto e riconoscibile che riattiva memoria e ricordi; fioritura delicata; possibilità di raccolta e utilizzo.



Helichrysum italicum

arbusto

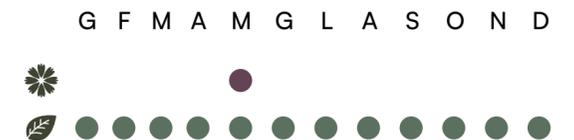
Lascia nell'aria il classico profumo della macchia mediterranea, riattivando il ricordo di esperienze passate; portamento morbido; fioritura dal colore allegro.



Thymus ciliatus

arbusto

Lascia nell'aria il profumo della macchia mediterranea; possibilità di raccolta e utilizzo; portamento morbido; fioritura dal colore delicato.



B - Reparto pediatria



Cercis siliquastrum

piccolo albero

Ombra e sollievo; fioritura molto colorata; fogliame fresco; stagionalità e morbidezza.



Lavandula angustifolia

arbusto

Profumo riconoscibile che attiva la memoria; si presta all'attività manuale e al gioco; fioritura colorata; dimensione a misura di bambino.



Santolina chamaecyparissus

arbusto

Forma molto morbida; fioritura giallo intenso; forma giocosa; dimensione a misura di bambino.



Ballota pseudodictamnus

arbusto

Cuscino morbido divertente al tatto; dimensione a misura di bambino.



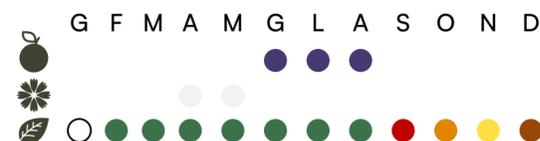
C - Reparto maternità



Amelanchier ovalis

Piccolo albero

Fioritura scenografica; colori autunnali di grande impatto; frutti edibili interessanti; sensazione di leggerezza; dona ombra e sollievo



Ceanothus 'Concha'

arbusto

Verde tutto l'anno; fioritura molto scenografica; ombra e sollievo



Rosa chinensis 'Mutabilis'

arbusto

Fioritura molto profumata; colori mutevoli e sorprendenti; fiori che ricordano farfalle; legame ad una memoria antica.



Cistus x skanbergii

arbusto

Foglia profumata; profumo mediterraneo che attiva la memoria; fioritura estiva delicata; verde tutto l'anno; sensazione di leggerezza.



05

Bibliografia

Bibliografia

Marcel Proust, *La recherche du temps perdu. Du coté de chez Swann*, Bernard Grasset, 1913

Florence Weber, *L'honneur des jardiniers. Les Potagers dans la France du xxe siècle*, Belin, 1998

Pia Pera, *Apprendista di felicità. Una vita in giardino*, Ponte alle Grazie, 2019

Pia Pera, *Al giardino ancora non l'ho detto*, Ponte alle Grazie, 2019

Gian Lupo Osti, *Invecchiare in giardino. De senectute in horto*, Ponte alle Grazie, 2010

Clare Cooper Marcus, Naomi A. Sachs, *Therapeutic Landscapes*, Wiley, 2013

Gayle Souter-Brown, *Landscape and Urban Design for Health and Well-Being*, Taylor & Francis Ltd, 2014

Daniel Winterbottom, Amy Wagenfeld, *Design for Healing Spaces Therapeutic Gardens*, Timber Press, 2015

Ruth Ammann, *Il Giardino come spazio interiore*, Bollati Boringhieri Edizioni, 2019

Roberto Leggero, *Salus in horto. Il giardino come cura*, DeriveApprodi, 2020

Kathleen N. Brenzel Mary-Kate Mackey, *The Healthy Garden*, Harry N Abrams Inc 2021

Jo Thompson, *The Gardener's Palette: Creating Colour Harmony in the Garden*, Royal Horticultural Society, 2022

Sue Jeffries, *Designing, Planting and Using a Therapeutic Garden*, The Crowood Press Ltd, 2023

Pauline Marsh, Allison Williams, *Cultivated Therapeutic Landscapes Gardening for Prevention, Restoration, and Equity*, Routledge, 2023

A.A.V.V., *Curarsi con il verde. Giardini terapeutici per persone con demenza tra evidenze sperimentali e linee guida*, Padova University Press, 2023

Carmen Spetta, *Grace's Healing Gardens*, Paperback, 2024

