




Aiuola sopraelevata di ortaggi con flora messicola

La combinazione di ortaggi e piante utili

-  Conferisce valore agli spazi
-  Rientra nel concetto di giardinaggio urbano
-  Dà una struttura al giardino



1. Vantaggi per l'uomo e la natura

Le aiuole rialzate sono molto apprezzate per il giardinaggio urbano, infatti il loro numero cresce anche in parchi e giardini. Se oltre a ortaggi vengono piantate anche erbe selvatiche e flora messicola, esse diventano preziose non solo per la nostra tavola ma anche per le api selvatiche, le farfalle e gli organismi ausiliari.

Le specie messicole non ostacolano la crescita delle colture di piante utilitarie, forniscono nettare a molti insetti e danno un tocco di colore all'aiuola. Queste piante crescono in modo naturale nei terreni coltivabili costantemente dissodati, necessitano di luce e non sopportano trattamenti chimici, motivo che ha portato alla loro scomparsa in molti luoghi in cui si pratica un'agricoltura intensiva. Si possono però seminare nel proprio giardino, facendo attenzione alla provenienza regionale della miscela di semi durante l'acquisto.

Vantaggi delle aiuole sopraelevate di ortaggi rispetto a quelle all'altezza del suolo

- ✔ Consentono di lavorare in posizione comoda e di prevenire i dolori alla schiena.
- ✔ Gli ortaggi nelle aiuole sopraelevate sono meno colpiti dal gelo del suolo e si possono quindi piantare prima, rispettivamente raccogliere più tardi nel corso dell'anno.
- ✔ Lumache, larve e altri parassiti fanno più fatica a raggiungere gli ortaggi. All'occorrenza si possono montare recinti supplementari contro le lumache.
- ✔ Possono essere utilizzate come elemento decorativo e che cattura l'occhio.

2. Istruzioni per la costruzione

2.1. Possibilità di realizzazione

Le aiuole rialzate possono essere utilizzate in diversi luoghi e, a dipendenza della loro collocazione, anche come elemento divisorio, fendivista o decorativo, nonché per superare dislivelli. A quelle a forma di tavolo e costruite appositamente possono lavorare anche persone in sedia a rotelle.



Aiuola rialzata accessibile a persone in sedia a rotelle

2.2. Pianificare l'ubicazione

Prima di riempire di terriccio l'aiuola rialzata, bisogna assicurarsi che sia stabile e orizzontale, in quanto poi diventa difficile spostarla. Il luogo deve essere adatto alle esigenze di ciò che si desidera mettere a dimora, per esempio molti ortaggi e specie messicole necessitano di un posto soleggiato. Le dimensioni dell'aiuola dipendono dallo spazio disponibile e dalla quantità di piante, ma bisognerebbe sempre poter accedere comodamente al centro. Idealmente non sono più larghe di due metri, mentre la lunghezza è a discrezione. Che siano fatte di legno, metallo o pietra è secondario, si tratta piuttosto di una questione estetica.

2.3. Allestimento dell'aiuola rialzata

1. Posizionare la struttura perimetrale per terra e metterla nella posizione desiderata.
2. Fissare bene la struttura perimetrale al suolo o collocarla in modo stabile su una superficie fortificata.

3. Nelle aiuole mobili o singole, proteggere il fondo con una pellicola perforata. Rivestire le aiuole collocate direttamente sul terreno con una rete metallica e attaccarla bene in tutta la struttura al fine di proteggere le radici delle piante dai topi.
4. A titolo opzionale, rivestire la struttura con tessuto non tessuto, che aiuta contro le erbe infestanti e impedisce l'erosione del terriccio, oppure con la iuta o una stoffa che lasci passare l'acqua al fine di evitare un ristagno idrico. Per questo motivo consigliamo di rinunciare a una pellicola.
5. Riempire lo strato inferiore con materiale grossolano e non marcio (rami, rametti) che, decomponendosi e rilasciando sostanze nutritive, favorisce la crescita degli ortaggi e migliora la permeabilità. In questo modo si evita di riempire l'intera aiuola con pregiato terriccio per fiori. Compattare bene questo strato, il quale si riduce proprio a causa del processo di decomposizione. Lo strato superiore dovrebbe essere granuloso e ricco di sostanze nutritive. Sono particolarmente adatti i terricci per ortaggi o piante da vaso senza torba, così come il composto da giardino.
6. Per la piantumazione, spargere le sementi secondo le indicazioni riportate sulla confezione o mettere a dimora le piante che si prediligono. Fino a metà maggio bisogna tenere presente il fattore gelo. Le specie messicole, perlopiù annuali, germogliano bene grazie con i semi e non devono essere prioritarie nella piantumazione.
7. Scrivere i nomi delle piante messe a dimora su etichette resistenti alle intemperie, in modo da distinguere quelle desiderate da quelle indesiderate e rimuovere quest'ultime.
8. Innaffiare con prudenza per non far fuoriuscire le sementi.



Aiuola di erbe selvatiche

2.4. Scelta delle piante

Una selezione di erbe selvatiche idonee e commestibili e di flora messicola è disponibile nell'allegato.

Dato che le aiuole rialzate vengono collocate spesso in posti soleggiate, di principio sono adatte tutte le piante che amano il calore. Come per l'avvicendamento delle colture nell'agricoltura, nei primi due anni bisognerebbe piantare specie molto esigenti come i pomodori, il cavolo e i cetrioli, e dal terzo specie poco esigenti come l'insalata e gli spinaci. A dipendenza dei gusti personali, si possono piantare anche cipolle, carote, cornetti, ravanelli o fragole. Optando per una coltura mista si riducono preventivamente le infestazioni.

Contrariamente alle erbe coltivate in serra, molte erbe selvatiche sono robuste, capaci di adattarsi, crescono anche in terricci poveri di sostanze nutritive e non necessitano di concime, caratteristiche che le rendono perfette per le aiuole rialzate. A seconda della specie, i fiori o le foglie vengono utilizzati per scopi culinari.

3. Manutenzione e consigli

L'aiuola rialzata va riempita regolarmente con terriccio fresco, in quanto questo tende ad abbassarsi. All'occorrenza, dopo alcuni anni si può aggiungere un po' di composto da giardino o di concime organico, oppure sostituire il terriccio e stratificare di nuovo l'aiuola.

Se la struttura perimetrale è in legno, bisogna tener presente che esso può disgregarsi e che prima o poi dovrà essere sostituito.

4. Scelta delle piante

4.1. Erbe selvatiche commestibili

Nome volgare	Nome botanico
Achillea millefoglie	Achillea millefolium
Alliaria comune	Alliaria petiolata
Erba cipollina	Allium schoenoprasum
Aaglio orsino	Allium ursinum
Margherita	Bellis perennis
Billeri dei prati	Cardamine pratensis
Cicoria comune	Cichorium intybus
Carota selvatica	Daucus carota
Olmara comune	Filipendula ulmaria
Fragola di bosco	Fragaria vesca
Caglio tirolese	Galium mollugo
Stellina odorosa	Galium odoratum
Edera terrestre	Glechoma hederacea
Falsa ortica purpurea	Lamium purpureum
Piantaggine lanciata	Plantago lanceolata
Origano Comune	Origanum vulgare
Ranuncolo favagello	Ranunculus ficaria
Romice acetosa	Rumex acetosa
Salvia dei prati	Salvia pratensis
Centocchio comune	Stellaria media
Tanaceto	Tanacetum vulgare
Tarassaco	Taraxacum officinale
Timo goniotrico	Thymus pulegioides
Trifoglio rosso	Trifolium pratense
Tossilagine comune	Tussilag farfara
Ortica comune	Urtica dioica

4.2. Esempi di flora messicola

Nome volgare	Nome botanico
--------------	---------------

Gittaione comune	Agrostemma githago
Camomilla dei tintori	Anthemis tinctoria
Bupleuro perfoliato	Bupleurum rotundifolium
Fiordaliso	Centaurea cyanus
Carota selvatica	Daucus carota
Iberide bianca	Iberis amara
Specchio di Venere comune	Legousia speculum-veneris
Camomilla comune	Matricaria chamomilla
Muscari ignorato	Muscari neglectum
Lappola bianca	Orlaya grandiflora
Rosolaccio	Papaver rhoeas
Reseda biondella	Reseda luteola
Stregona annuale	Stachys annua

5. Allegato

5.1. Maggiori informazioni

Sul sito www.il-vostro-giardiniere.ch sono elencati i giardinieri di JardinSuisse che aiutano a pianificare e ad attuare i moduli naturali.

Trovate altre schede e giardini dimostrativi al sito www.naturmodule.ch/it/.

5.2. Fotografie

Ringraziamo Sebastian Meyer per aver messo a disposizione le fotografie.