



SeniORGarden

Migliorare l'invecchiamento attivo attraverso il giardinaggio biologico: il giardinaggio biologico per anziani in Europa

Informazioni su SeniORGarden

Di fronte alle sfide dell'invecchiamento e dell'isolamento sociale, **cinque organizzazioni europee** hanno scelto di unire le loro conoscenze e punti di forza per offrire una soluzione innovativa a questo problema. Per aiutare e incoraggiare gli anziani a rimanere socialmente e fisicamente attivi con l'avanzare dell'età, RISC (come coordinatore del progetto) e Forest BioFarm a Cipro, Framework in Italia, OTI in Slovacchia e M3Cube in Francia stanno implementando il **progetto SeniORGarden, finanziato dall'UE**, per aiutarli a creare orti biologici utilizzando pratiche ecologiche e tecnologie intelligenti. Con l'obiettivo di offrire un approccio innovativo che combini pratiche ecologiche, nuove tecnologie e trasmissione intergenerazionale, **gli anziani creeranno e manterranno orti biologici utilizzando metodi ecologici e strumenti digitali** appropriati. Infine, coinvolgendo attivamente le nuove generazioni e incoraggiando un approccio partecipativo e collaborativo, il progetto mira a favorire lo scambio di conoscenze, promuovere il benessere all'interno della società e rafforzare i legami sociali tra persone anziane e giovani generazioni.

Come parte di SeniORGarden, sarà pubblicata una serie di quattro articoli, che coprono tutti gli argomenti relativi al giardinaggio biologico per anziani, nonché le azioni e i risultati delle attività svolte dalla comunità SeniORGarden. A tal fine, offriamo una prima riflessione sul ruolo attuale del giardinaggio biologico in Europa.

Cos'è il giardinaggio biologico?

Il giardinaggio biologico è un approccio alla coltivazione delle piante che funziona con sistemi naturali piuttosto che affidarsi a sostanze chimiche sintetiche. Evita fertilizzanti artificiali, pesticidi ed erbicidi, concentrandosi invece **sull'equilibrio ambientale a**



Co-funded by
the European Union

Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

lungo termine, sulla protezione degli ecosistemi e sull'uso sostenibile delle risorse.

L'obiettivo non è solo la produttività immediata, ma la creazione di un giardino sano che sostenga la natura e conservi le risorse per il futuro.

Un principio fondamentale del giardinaggio biologico è la **salute del suolo**. Il suolo vivo, ricco di microrganismi, vermi e funghi, favorisce una forte crescita delle piante e una fertilità naturale. Aggiungendo compost, letame e altra materia organica, i giardinieri "nutrono il terreno" invece che direttamente le piante. Parallelamente, la **biodiversità** è favorita attraverso piantagioni varie e il supporto alla fauna selvatica, che aiuta a controllare naturalmente i parassiti, migliora l'impollinazione e crea un sistema di giardini più resiliente.

Il giardinaggio biologico promuove anche **un uso responsabile delle risorse e il non uso di sostanze chimiche nocive**. Si incoraggiano i giardinieri a ridurre gli sprechi, riutilizzare i materiali, conservare l'acqua e scegliere risorse locali o rinnovabili quando possibile. I controlli chimici sono stati sostituiti dalla tolleranza e dalla comprensione dei ruoli naturali, riconoscendo che molti insetti e erbacce contribuiscono positivamente all'ecosistema invece di necessitare una eliminazione. L'obiettivo finale di tutte queste azioni è mantenere la salute generale del giardino piuttosto che semplicemente reagire ai problemi.

Oltre ai benefici ambientali, il giardinaggio biologico sostiene **la salute mentale, la connessione sociale e l'accessibilità**. Il giardinaggio può ridurre lo stress e migliorare il benessere, soprattutto attraverso orti sensoriali e comunitari. Pratiche inclusive, come **il giardinaggio urbano** e l'uso di piante autoctone, permettono a persone di ogni abilità e spazio di partecipare. In generale, il giardinaggio biologico mira a costruire **comunità sostenibili e inclusive** attraverso un coinvolgimento condiviso con la natura.

Anziani e giardinaggio in Europa in cifre

All'inizio del nostro progetto SeniORGarden, abbiamo condotto un **sondaggio con 120 anziani europei provenienti da Cipro, Francia, Italia e Slovacchia** per approfondire le loro pratiche di giardinaggio, in particolare il giardinaggio biologico. I principali risultati dell'indagine indicano che c'è una forte passione per il giardinaggio tra la popolazione anziana nei paesi intervistati: **il 43,3%** degli intervistati dichiara di **coltivare regolarmente**, **il 36,4%** di coltivare **occasionalmente e solo** il 20,3% **che** dichiara di non coltivare affatto.

Tra questi intervistati c'è una differenza marcata tra alcuni paesi: la Slovacchia ha la percentuale più alta di anziani che coltivano regolarmente, pari al 66,7%, mentre Italia e Francia mostrano un equilibrio, con leggermente più giardinieri occasionali rispetto a quelli regolari. Infine, a Cipro, il giardinaggio occasionale è più comune (46,7%), seguito da un impegno regolare (33,3%).

Quando si tratta specificamente di giardinaggio biologico, conoscenze e pratiche sono meno comuni, ma esistono comunque già in tutti i paesi. Infatti, **solo il 25,9% degli anziani conosce le pratiche di giardinaggio biologico**, con un ampio divario tra la



Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.

Francia e gli altri paesi intervistati, dove il 31,3% degli anziani in Francia dichiara di conoscere l'orticoltura biologica, mentre a Cipro, Slovacchia e Italia questo numero è sceso al 16,7%. Tuttavia, questa conoscenza non si traduce sempre nella pratica quotidiana, poiché **il numero di anziani che dichiarano di praticare effettivamente il giardinaggio biologico è solo del 14,7%**, evidenziando la necessità di sviluppare una formazione adeguata per aumentare tale numero.

Per informazioni più dettagliate sul sondaggio e sui suoi risultati, si prega di visitare il sito web del progetto all' [indirizzo https://www.senior-garden.eu/](https://www.senior-garden.eu/).

Sito web e risorse:

<https://www.senior-garden.eu/>

Runrid Fox-Kämper, 'The Role of Urban Gardening for European's Ageing Societies', REAL CORP 2015 Tagungsband (2015).

https://www.corp.at/archive/CORP2015_31.pdf

Janie Corley, Alison Pattie, Ian J. Deary, Simon R. Cox, 'Gardening and cognitive ageing: Longitudinal findings from the Lothian Birth Cohort of 1921', Journal of Environmental Psychology, Volume 97, August 2024, 102361.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0272494424001348>

European Environment Agency, 'Who benefits from nature in cities? Social inequalities in access to urban green and blue spaces across Europe', 01 Feb 2022.

<https://www.eea.europa.eu/en/analysis/publications/who-benefits-from-nature-in-cities-social-inequalities-in-access-to-urban-green-and-blue-spaces-across-europe>

Martina Artmann, Xianwen Chen, Cristian Iojă, Angela Hof, Diana Onose, Lidia Poniży, Alma Zavodnik Lamovšek, Jürgen Breuste, 'The role of urban green spaces in care facilities for elderly people across European cities', Urban Forestry & Urban Greening Volume 27, October 2017, Pages 203-213.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1618866717301577>

T. L. Scott, B. M. Masser, N. A. Pachana, 'Positive aging benefits of home and community gardening activities: Older adults report enhanced self-esteem, productive endeavours, social engagement and exercise', SAGE Open Med. 2020 Jan 22.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6977207/>



Finanziato dall'Unione europea. Le opinioni espresse appartengono, tuttavia, al solo o ai soli autori e non riflettono necessariamente le opinioni dell'Unione europea o dell'Agenzia esecutiva europea per l'istruzione e la cultura (EACEA). Né l'Unione europea né l'EACEA possono esserne ritenute responsabili.