

Spazi verdi a misura di anziano

Verso un benessere psicofisico alternativo

Irene Di Buono, Alessia Tramontina
Architetti

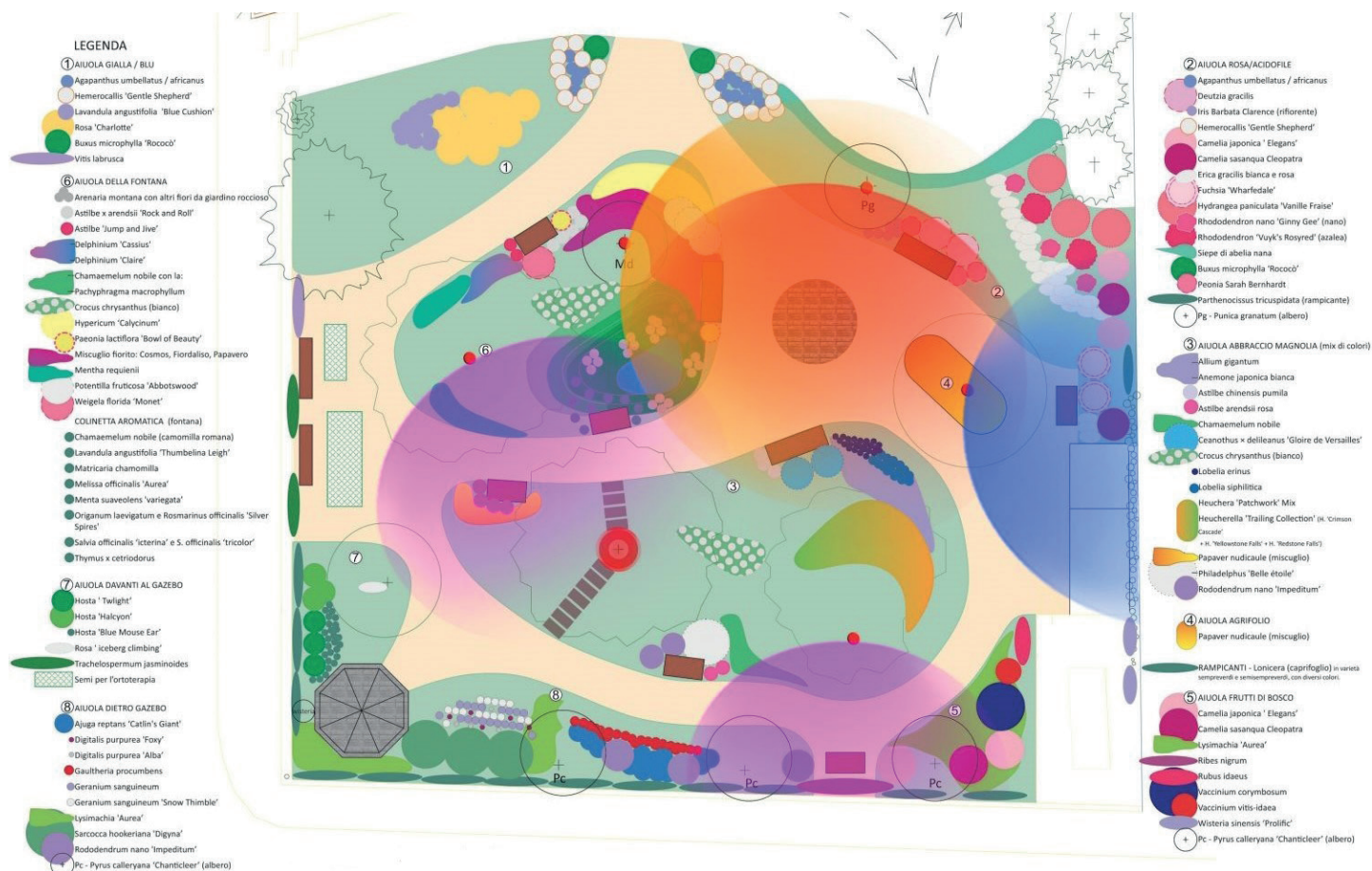


Giardino Sensoriale Balerna, percorso terapeutico per anziani. ©arch. Enrico Sassi, ph. Marcelo Villada



Giardino terapeutico bioenergetico di Villa Boffo, veduta aerea - ©Marco Nieri e Adriana Descalzo, archbio.it

L'invecchiamento e le patologie spesso conseguenti possono contribuire a un progressivo calo dell'autonomia e delle capacità motorie di un individuo. Alcune di queste, come i disturbi cognitivi, possono alterare, per esempio, le capacità orientative spazio-temporali oppure le facoltà di riconoscimento di forme e colori. Per questo motivo risulta interessante approfondire il tema dei giardini terapeutici, luoghi dall'immagine riconoscibile e rassicurante dove sperimentare libertà, relax e seguire percorsi curativi di stimolazione fisica e psichica. Essi, rivolti ai soggetti più fragili e spesso anziani, si configurano come un innovativo e indispensabile elemento all'interno di case di cura, ospedali, RSA e talvolta coinvolgono utenze esterne quali associazioni di volontariato e scuole, in maniera da favorire i rapporti intergenerazionali. Uno dei progetti disegnati per accogliere le persone con disabilità cognitiva, è



Giardino terapeutico bioenergetico di Villa Boffo, pianta complessiva - ©Marco Nieri e Adriana Descalzo, archbio.it



Giardino terapeutico bioenergetico di Villa Boffo, sezione bioenergetica - ©Marco Nieri e Adriana Descalzo, archbio.it

quello del bioricercatore Marco Nieri e dell'arch. Adriana Descalzo, l'Orto Bioenergetico di Villa Boffo, a Biella. Esso, si basa sul modello olandese per la cura dell'Alzheimer, fondato su una rete di servizi e persone capaci di prendersi cura dei soggetti anziani fin dai primi sintomi. Il giardino è suddiviso in aree tematiche estremamente accessibili, per riattivare un contatto consapevole con la natura e favorire la socializzazione. Il disegno e la distribuzione degli spazi, infatti, nascono proprio dall'attento studio degli strumenti che la natura offre per recuperare l'attenzione e l'attività neurologica, in maniera tale che il verde non svolga solo una funzione decorativa, ma sia un vero e proprio stimolo per i sensi e per la memoria. Per esempio, lungo i sentieri in ciottolo, sono state disposte piante colorate e profumate, sia perenni che annuali, in grado di favorire un'interazione sensoriale e percettiva che varia con il passare delle stagioni e le cui suggestioni si avvicinano ai principi della cromoterapia. Recenti studi hanno dimostrato che tutti i viventi emettono deboli ma significativi campi elettromagnetici e in particolare, quelli emessi dagli alberi, possono influire sullo stato energetico del nostro organismo. Il *Bioenergetic Landscapes* riprende questi concetti e permette di misurare la quali-

tà e l'intensità dei campi bio-elettromagnetici emessi dalle piante, studiando i loro effetti sugli organi del corpo umano. In base al luogo in cui queste vengono inserite, riescono a diffondere le loro proprietà energetiche fino ad alcuni metri di distanza, creando aree particolar-

mente idonee alla sosta e al relax. All'interno del giardino, una delle zone di massima influenza è quella di una magnolia, abbracciata da una panca rotonda, i cui effetti possono interessare le ovaie, il sistema cardiocircolatorio, l'intestino tenue o il duodeno.



Giardino terapeutico bioenergetico di Villa Boffo, percorsi e sedute - ©Marco Nieri e Adriana Descalzo, archbio.it



Villa Serena, veduta aerea del giardino terapeutico - ©Mati1909, pianetamati.com



Villa Serena, schizzi di progetto - ©Mati1909, pianetamati.com

Un altro progetto che prevede il susseguirsi di stimolanti zone diverse è NoViFra, acronimo di No Vita Fragile, di Andrea Mati, basato sull'innalzamento dell'efficacia dei trattamenti non farmacologici. I progettisti, già esperti su altre tematiche affini come i giardini per la sin-

Planimetria Scala 1 : 100

Progetto NoViFra, planimetria dell'intervento - ©Mati1909, pianetamati.com



Giardino San Faustino, veduta dell'area terapeutica - ©Natalia Fumagalli



Giardino San Faustino, vista della pergola - ©Natalia Fumagalli

drome di down e per l'autismo, disegnano lo spazio verde di Casa Argia, dedicato agli anziani affetti da Alzheimer. Qui, oltre all'attività di ortoterapia, il percorso si snoda seguendo aiuole cromatiche, pergole sonore, zone dedicate al wondering e ai ricordi, pannelli riabilitativi, specchi d'acqua e una pedana in legno per la motricità. Questa disposizione contribuisce a creare una sensazione di continuum circolare e di uno spazio verde strutturato, che studi specifici hanno dimostrato capace di diminuire del 20-30% la somministrazione di farmaci. L'intero sistema stimola la percezione sensoriale e la riabilitazione fisica, ma anche il superamento delle crisi di panico, la riattivazione della memoria a lungo termine e l'induzione di uno stato di fiducia e benessere generale, abbassando stress e ansia.



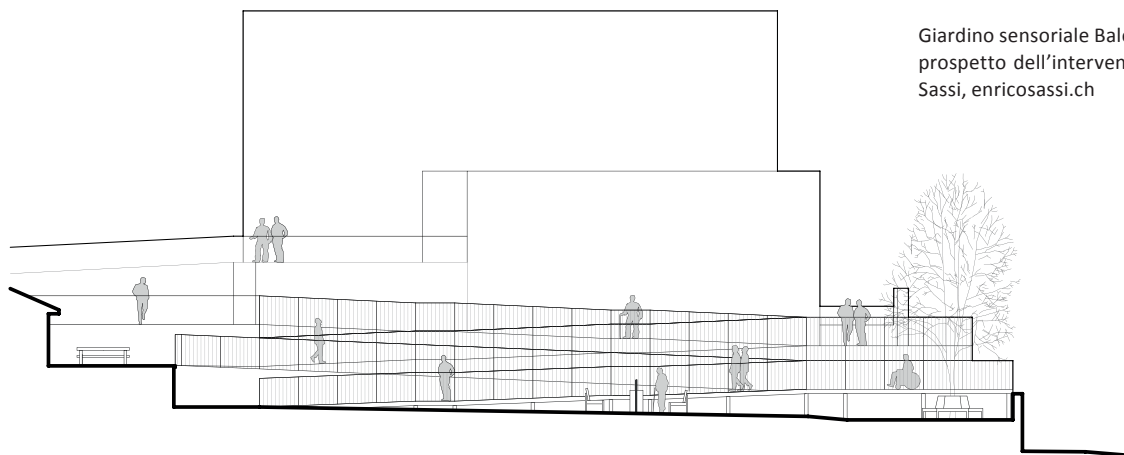
Giardino San Faustino, elementi di arredo urbano - ©Natalia Fumagalli

Tali giardini, data la complessità delle tematiche che affrontano, si stanno sempre più indirizzando verso una progettazione che comprende differenti saperi e competenze. Per valutare gli effetti benefici generati dal contatto con la natura, si sviluppa il recente studio *“Green Age. Green Space for active living: older adults perspectives”* a cura del Dipartimento di Scienze Agrarie dell’Università di Milano Statale. Il progetto ha previsto la realizzazione di un’area terapeutica di 3000 m² all’interno del Giardino San Faustino, adiacente alle due case di riposo RSA Anni Azzurri San Faustino e RSA Anni Azzurri Polo Riabilitativo, diventando luogo di misurazioni psicologiche e biomediche dai ricercatori dell’Ateneo. Nasce anche il “giardino della biodiversità”, uno spazio che ospita orti sociali e interventi a tutela della flora e della microfauna con l’obiettivo di coltivare un’area secondo metodi di giardinaggio sostenibile, attrezzata per favorire la fauna selvatica. I primi risultati degli studi considerano l’esperienza molto positiva, sia per gli over sessanta che per il campione totale di fruitori del giardino. Sul lungo periodo, il progetto mira a evolvere il Giardino San Faustino a un parco partecipato, avente un’attitudine terapeutica, luogo ideale per ospitare attività, corsi, laboratori, incontri sul tema del benessere e della salute. Inoltre, prevede la partecipazione, la compresenza e il dialogo tra più fasce di popolazione: anziani e famiglie, sportivi e amanti del verde, appassionati di orticoltura e amanti degli animali.

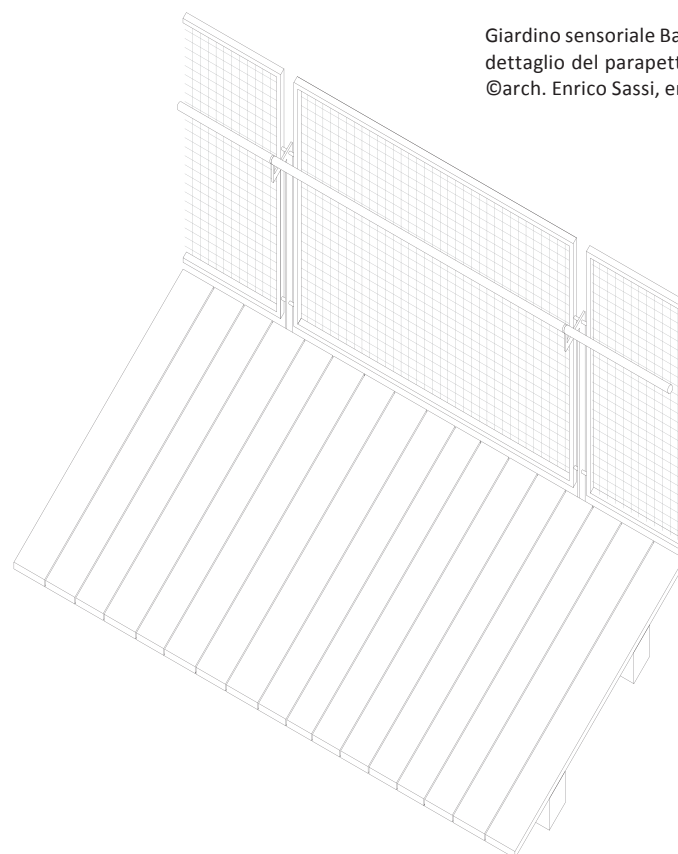
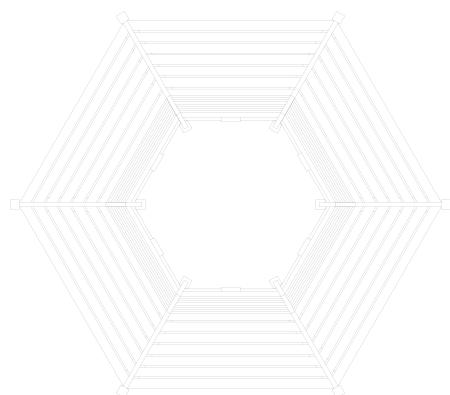
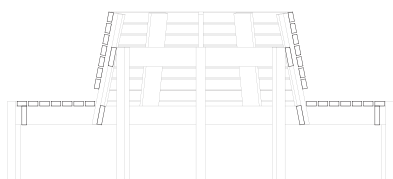
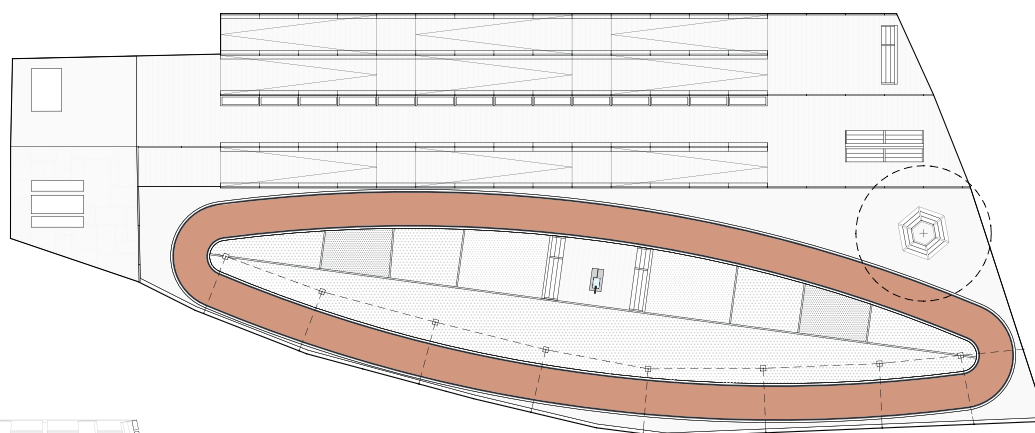
La crescente diffusione ed efficacia dei giardini terapeutici consente, talvolta, di innescare dei processi di riqualificazione di aree degradate, attribuendo loro nuova vita. Il centro terapeutico Pro Senectute di Balerna ne è un esempio; esso, infatti, disponeva di un giardino in stato di abbandono, a causa della sua morfologia e delle numerose barriere architettoniche presenti. L’intervento progettuale, ad opera dell’architetto Enrico



Giardino sensoriale Balerna, coesistenza tra natura e architettura - ©arch. Enrico Sassi, ph. Marcelo Villada, enricosassi.ch



Giardino sensoriale Balerna, planimetria e
prospetto dell'intervento - ©arch. Enrico
Sassi, enricosassi.ch



Giardino sensoriale Balerna, disegni di
dettaglio del parapetto delle rampe -
©arch. Enrico Sassi, enricosassi.ch

Giardino sensoriale Balerna, disegni di dettaglio
delle sedute - ©arch. Enrico Sassi, enricosassi.ch



Giardino sensoriale Balerna, dettaglio tavoli aromatici- ©arch. Enrico Sassi, ph. Marcelo Villada, enricosassi.ch



Giardino sensoriale Balerna, arredi urbani - ©arch. Enrico Sassi, ph. Marcelo Villada, enricosassi.ch

Sassi, ha reso fruibile il giardino che, ad oggi, si presenta come spazio ben delimitato e protetto dove sviluppare un senso di serenità e benessere per tutti gli ospiti del centro, affetti da disturbi cognitivi. Un sistema di rampe-pianerottoli collega la quota dell'edificio con quella del giardino posta più a valle, risolvendo un de-

clivio di circa 3,20 m. Le rampe, parallele al muro preesistente, sono state appositamente progettate per essere percorse da una persona disabile senza accompagnatore, aventi una pendenza inferiore al 6%. Lungo il percorso, alla terza rampa, trovano spazio diversi tavoli in legno che, nel loro insieme, costituiscono un giardi-

no pensile di essenze aromatiche come lavanda, salvia, timo, menta e rosmarino. I bordi dei tavoli possono fungere da corrimano per gli ospiti, permettendo così uno stretto contatto con il verde e la stimolazione di tatto e olfatto. Un altro elemento caratteristico del giardino consiste nel percorso ad anello di lunghezza pari a 67 m e definito da una pavimentazione ben visibile. Esso è corredato da alcuni punti di interesse, resi chiaramente riconoscibili, tra cui una piccola piazza pavimentata in legno con due panchine, una fontana, un albero circondato da una seduta, una pergola con diverse specie di piante rampicanti e aiuole fiorite. Qui, tutte le specie vegetali sono state scelte con cura, evitando quelle urticanti, spinose, taglienti o velenose.

I progetti selezionati dimostrano la varietà degli ambiti di applicazione dei giardini terapeutici, fornendo innumerevoli spunti per future realizzazioni, sempre più all'avanguardia e in grado di migliorare concretamente la fruizione degli spazi e la salute dei suoi utenti. Inoltre, gli ottimi risultati delle ricerche permettono di sottolineare la necessaria cura e attenzione da parte dei progettisti, al fine di preservare una delle fasce più fragili della popolazione.