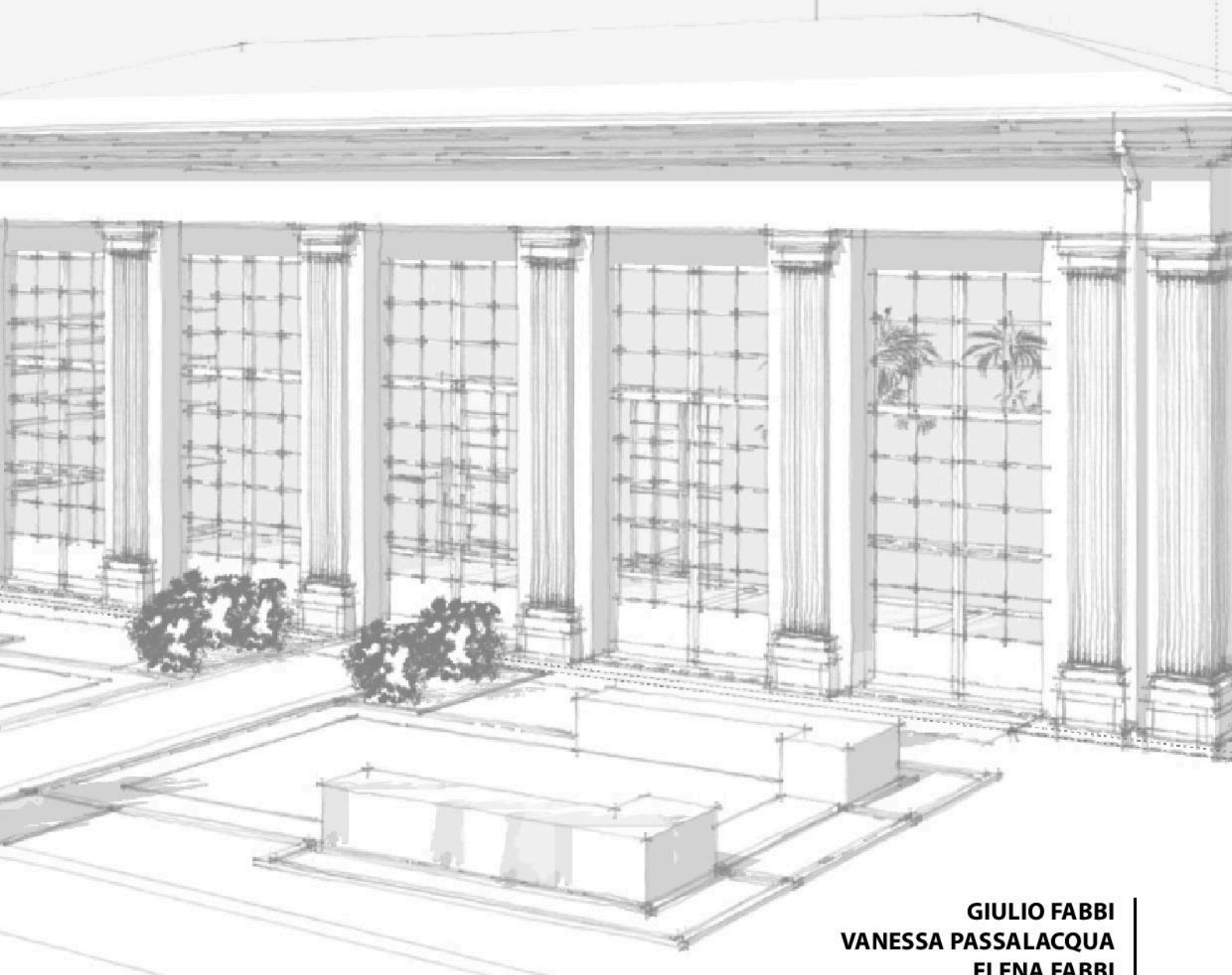




MEDeA | Associazione di Volontariato ONLUS
Oncologia Cremona

il giardino terapeutico di Casa MEDeA

TEMI E FINALITÀ DEL PROGETTO



**GIULIO FABBI
VANESSA PASSALACQUA
ELENA FABBI**

premessa

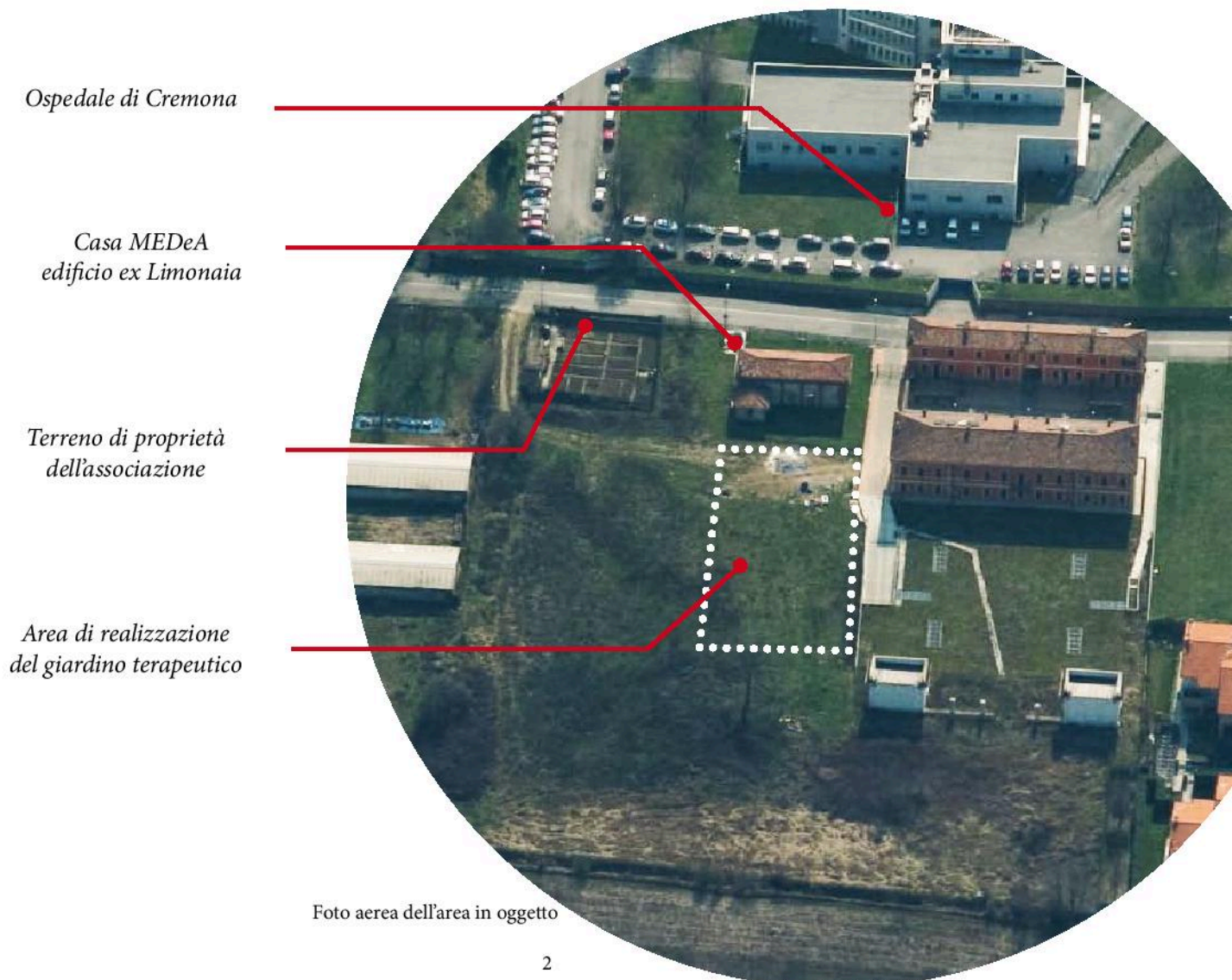
L'associazione MEDeA ha attualmente in disponibilità l'edificio denominato ex Limonaia, che ha provveduto a restaurare e convertire in centro di riferimento delle proprie attività di volontariato - Casa MEDeA, in virtù di contratto di Comodato d'uso stipulato con il Comune di Cremona.

L'edificio è situato in via Ca' del Ferro, nei pressi dell'ospedale cittadino. In adiacenza all'ex Limonaia sono presenti alcuni lotti facenti parte del piano attuativo CR 14. Tale piano è attualmente in fase di sviluppo da parte dei soggetti attuatori, tra i quali è presente Medea stessa in qualità di proprietaria del lotto costituente il comparto A.

Il piano CR 14 prevede la cessione di un'area a standard urbanistico, destinata a 'verde pubblico', individuata dal piano nel lotto immediatamente contiguo all'ex Limonaia, disponibilità attuale di Medea. Si presenta pertanto una ottima occasione, per l'associazione e per la comunità Cremonese, di poter estendere ed arricchire l'attività di volontariato tramite la realizzazione di un Giardino Terapeutico.

Medea ha pertanto intenzione di chiedere, a questa amministrazione, l'estensione del contratto di Comodato d'uso attualmente in essere, con le medesime modalità utilizzate fino ad oggi;

Medea si prenderebbe in carico la sistemazione, manutenzione e gestione di tale area per la durata del comodato, offrendo un'importante e riconosciuto sostegno attraverso le sue attività.



il giardino terapeutico

MEDeA ha intenzione di arricchire la propria attività presso Casa MEDeA attraverso la realizzazione di un Giardino Terapeutico - Healing Garden, il primo in Italia dedicato alla riabilitazione oncologica.

Numerose ricerche hanno dimostrato che il giardino ha molteplici effetti benefici sulla salute fisica e psichica: riduce lo stress (ansietà e depressione) conseguente alla malattia e all'ospedalizzazione, aiuta a ripristinare il proprio 'senso di controllo', stabilizza l'equilibrio psico-fisico e inoltre, fattore degno di nota, migliora le risposte alle terapie oncologiche.

Il concetto di giardino terapeutico si basa su numerosi fattori, tra i quali la bellezza (generatrice di benessere) e lo stimolo sensoriale dovuto alla percezione dei colori, dei suoni della natura e dei profumi. Questi ultimi hanno un ruolo sottile ma molto importante nel richiamare ricordi, hanno un grande potere nel rievocare sensazioni e così portare la mente lontano dalle preoccupazioni del momento.

Questi aspetti creano l'occasione per vivere il giardino, ma un giardino deve essere utilizzato e non solo ammirato: l'invito alla passeggiata costituisce pertanto una parte fondamentale della terapia e durante questo percorso sia fisico che mentale - si riscoprono valori spesso dimenticati come la semplice azione di annusare un fiore per coglierne l'essenza del profumo, osservare e ascoltare il canto dei uccelli oppure accorgersi dell'avvicinarsi delle stagioni con il mutare dei colori della siepe, la bellezza dell'autunno e la rinascita della primavera con i suoi fiori e profumi.

Il giardino permette di fare movimento ed esercizio fisico, favorisce il confronto e la socializzazione. Un Giardino è infatti una ottima l'occasione per incontrare altre persone che stanno vivendo o hanno superato una condizione simile, sia per un pazienti che parenti ed amici, che stimolati da un ambiente naturale e rilassante potranno condividere ansie e percepire che non si è soli nelle avversità della malattia.

Il Giardino Terapeutico che vogliamo realizzare si integrerà perfettamente con Casa MEDeA; essa infatti è stata restaurata e recuperata avendo come obiettivo proprio il Giardino Terapeutico che costituirà quindi il naturale completamento dell'attuale offerta di attività riabilitative, con nuovi spazi e speranze per i pazienti.

a chi si rivolge

- ai pazienti oncologici che affrontano le cure in ospedale
- ai familiari e amici dei pazienti che sono loro vicini durante le cure
- ai volontari dell'associazione
- ai medici e agli infermieri
- a tutti i cittadini in occasioni particolari: per lo svolgimento di corsi specifici, incontri pubblici, presentazioni di attività, eventi promossi dall'associazione

Il Giardino si presta anche alla possibilità di far promozione a varie iniziative didattiche e culturali per creare maggior interesse tra i fruitori, come realtà peculiare di Cremona.



i percorsi tematici sensoriali

Il Giardino Terapeutico della Limonaia sarà il luogo della stimolazione fisica e mentale e, come tale, è studiato per apportare il massimo della ricchezza sensoriale.

Al suo interno alcuni sentieri porteranno alle *stanze del colore, dell'olfatto e del tatto*: una serie di spazi conclusi in cui fare esperienza degli effetti del cromatismo, dei profumi e della fisicità delle piante.

Ci sarà spazio per sculture e opere d'arte, posizionate in punti opportuni, vocazione fondante di MEDeA.

Una serie di camminamenti permetterà a tutti di raggiungere i diversi spazi, aree di sosta con sedute costituiranno occasioni di socializzazione.

l'acqua

sarà presente come elemento visivo e sonoro, produce un rumore rilassante e tranquillante ed è un forte richiamo alla vita.

L'acqua ha un effetto calmante, produce suoni ed effetti differenti: gorgoglii, spruzzi, gocciolii, scrosci, getti improvvisi, scorrimento regolare, cascatelle, suoni differenti che si possono orchestrare per produrre stimolazioni precise.

La stessa cosa vale per gli uccelli, assai graditi nel panorama sonoro del nostro giardino per le dolci e varie melodie.

i profumi

sono collegati alle nostre memorie: fungono da ancore del nostro passato, sono legati a ricordi e percorsi neurali fissati nel tempo e raramente vengono dimenticati.

Catalizzano la riattivazioni di vecchie immagini e godono di un'enorme potere evocativo.

i colori

esercitano un ruolo molto evidente sull'umore, le emozioni e lo stato psichico e fisico delle persone.

Tutte le porzioni del giardino destinate alle fioriture saranno progettate in riferimento a colori, stagioni e profumi per caratterizzare la fruizione del giardino in ogni momento dell'anno in rapporto alle sue diverse colorazioni e alle profumazioni delle sue essenze.

i suoni

Il giardino è pensato come rifugio dalla contaminazione sonora e dalle interferenze della vita quotidiana.

Il vento: alcune piante creano degli effetti molto interessanti nella brezza. Anche gli insetti fanno parte del mondo "rumoroso" del giardino e portano il loro contributo, sono ospiti facilmente inevitabili se provvediamo loro un habitat adatto.

La stessa cosa vale per gli uccelli, assai graditi nel panorama sonoro del giardino per le dolci e varie melodie.



ortoterapia

L'ortoterapia, fa riferimento allo stesso principio del giardino terapeutico, ma più specificatamente "attiva"; viene intesa come l'insieme delle pratiche di giardinaggio quale strumento per la riabilitazione di individui con traumi psichici e fisici.

Essa, specie se condotta all'aperto, contribuisce al rilassamento, a rafforzare la resistenza allo stress, a inibire gli stati ansiosi e facilitare la predisposizione al buon umore. Esalta inoltre le proprie capacità mostrando - concretamente - i frutti del proprio impegno e quindi infonde fiducia a se stessi.

riabilitazione fisica all'aperto

All'interno del giardino sono previste attrezzature per l'attività fisica dolce, in particolare per migliorare e mantenere le attività motorie dei pazienti.

Il percorso fisioterapico prevede la presenza di attrezzi realizzati appositamente per l'esercizio riabilitativo in mezzo al verde, pensati e disposti in modo tale da permettere differenti livelli di utilizzo, personalizzando la fruizione, e misurando i propri progressi.



principali opere per la realizzazione del giardino terapeutico

Di seguito forniamo un elenco, schematico, per visualizzare ciò che MEDeA È disposta a prendersi in carico e per comprendere cosa sia necessario per realizzare questa *idea*.

I lavori necessari consisteranno, principalmente, in interventi riguardanti la distribuzione e la suddivisione degli spazi da realizzarsi attraverso 'opere a verde', cioè opere Paesaggistiche e di giardinaggio, arredi esterni, camminamenti e percorsi, luoghi di sosta; oltre a ciò, eventualmente, esiste la possibilità, conformemente alla previsione urbanistica, di realizzare un volume edificato contenente un'estensione alle attività proprie dell'Associazione.v

- **Stanze verdi**, sono i momenti salienti del Giardino, i luoghi tematici di arrivo dei vari percorsi in cui il disegno del verde crea un luogo paesaggistico. Consisteranno in ambienti raccolti, una sorta di radure identificate da temi specifici.
- **Piazzole tematiche**, occasioni create attraverso la realizzazione di spazi di socializzazione. Consistono in spazi pavimentati, con sedute, attrezzi per l'attività fisica e le altre funzioni.
- **Percorsi** per tutte le tipologie di utenza, che garantiscano la fruibilità a diversi livelli di capacità motoria. Si prevedono pertanto differenti tipi di pavimentazione: in pietrame piuttosto che resilienti, dal pietrisco ornamentale a pavimentazioni compatte.
- **Piccoli movimenti di terreno** da riutilizzare in sito, per la realizzazione di leggeri dislivelli atti a configurare la morfologia dell'area secondo le necessità progettuali, in grado di creare una distribuzione architettonica chiara e leggibile degli spazi a disposizione.
- **Schermatura perimetrale**, svolge un ruolo fondamentale nell'intervento. Si prevede la realizzazione di una cortina arborea in grado di creare un ambiente protetto, che definisca il Giardino Terapeutico come un'isola di tranquillità e pace rispetto all'ambiente circostante.
- **Impianto di irrigazione** per garantire la corretta salute del giardino.
- **Impianto elettrico** d'illuminazione, per la caratterizzazione architettonica delle diverse aree e per un utilizzo serale.
- **Volume edificato** - eventuale - leggero e trasparente che ben si accordi con il Giardino e con la vicina ex Limonaia, avente tipologia architettonica a serra, utile ai fini di ospitare attività dell'associazione oltre al ricovero degli attrezzi manutentivi per il verde e un piccolo locale tecnico per impiantistica.



aspetti botanici del giardino terapeutico

All'interno del giardino terapeutico sarà presente una zona dedicata alla coltivazione di **piante medicinali**, una per le **piante da frutto** con varietà rare ed Antiche, un prato a **fiori selvatici**, una zona per piante in grado di attirare **farfalle**. Saranno presenti ulteriori ambienti attraverso la realizzazione di zone dedicate a temi specifici. Il tutto perimetrato da alberi ad alto fusto per chiudersi all'interno di un luogo così particolare.

Per la realizzazione di quanto esposto ci si avvarrà dell'utilizzo delle nostre **specie autoctone** che, pur essendo più impegnative progettualmente – in quanto meno appariscenti di varietà esotiche – hanno numerosi ed importanti pregi:

- rusticità – l'adattabilità alla nostra zona climatica
- resistenza alle malattie
- minor necessità di apporto idrico e cure specifiche
- miglior inserimento nell'ambiente
- incremento della biodiversità sia vegetale che faunistica – in quanto assicurano alimento e riparo alle specie animali che popolano il territorio. Le siepi autoctone miste, infatti, sono tutelate in quanto 'corridoi biologici': permettono alla fauna di riprodursi, trovare nutrimento e riparo, sono le ultime isole naturali tra gli insediamenti umani.



Il collegamento con il giardino formale, antistante l'ex Limonaia, è dato dalla siepe mista - composta da una collezione di 3 varietà di Ligustrum - che sarà ripresa nella perimetrazione del giardino, fungendo così da trait d'union con l'esistente.

Oltre al ligustrum selvatico comporranno la siepe rose canine, prugnoli, viburni, coronille, noccioli, scotani e altri arbusti autoctoni, tra gli alberi ad alto fusto aceri campestri, pioppi, olmi, ontani...nel prato fiori di campo come fiordaliso, papaveri e lino.

Per quanto riguarda la salute del giardino, le cure strettamente necessarie seguiranno le linee guida dell'agricoltura biologica (trattamenti e concimazioni consentite a composizione totalmente naturale) in modo da tutelare l'ambiente circostante, e in particolar modo la salute dei fruitori che non verranno in nessun modo esposti a sostanze dannose.



progetto

- ✦ tutela del paesaggio tipico
- ✦ fiori misti selvatici h 50-60cm
- ✦ bassa manutenzione
- ✦ contorna e segue la forma della siepe, con sfalcio ondulato
- ✦ senso: vista, olfatto

- ✦ alberi ad alto fusto
- ✦ a scalare in altezza con arbusti fino alla quota prato
- ✦ aumenta la prospettiva
- ✦ senso: vista



- ✦ visuale libera sui tempieetti



- ✦ alberi ed arbusti a frutti commestibili
- ✦ maturazione a scalare
- ✦ raccolta continua
- ✦ tappeto di fragole rifiorenti (riprodotte durante l'ortoterapia)
- ✦ sensi: vista, olfatto, gusto



- ✦ orto rialzato di piante officinali per ortoterapia e piccoli laboratori per i lavori di coltivazione e creazioni fai da te

- ✦ siepe autoctona mista per la tutela del paesaggio tipico
- ✦ corridoio biologico
- ✦ piantumazione naturale (non in filare) con andamento ondulato anche in altezza
- ✦ forma naturale (non necessita di potatura)
- ✦ varietà di arbusti a fioritura e fruttificazione a scalare,
- ✦ bacche fino ad autunno inoltrato/inverno e fioriture precoci primaverili
- ✦ bassa manutenzione
- ✦ sensi: vista, tatto, olfatto e in più isola dai rumori dell'esterno



Limoni in vaso

- ✦ sono un richiamo all'uso tradizionale dell'edificio della Limonaia nata come serra per gli agrumi (da ritirare all'interno nella stagione fredda)



- ✦ siepe formale, rose inglesi rifiorenti,
- ✦ incornicia e valorizza la facciata storica lasciando libera la visuale dalla strada
- ✦ h 1.60circa



- ✦ per ombreggiatura e delimitare visivamente il fronte storico (olmo, ontano, farnia, omiello...)



- ✦ accesso semi-nascosto tramite un tunnel coperto da rampicanti (glicine)
- ✦ schermatura siepe verde compatta con fioritura profumata
- ✦ siepe di sfondo ad arbusti fioriti (lilla)
- ✦ roseto centrale
- ✦ forte impatto visivo e olfattivo, invita alla scoperta

- ✦ Boschetto di arbusti a bacche appetibili per gli uccelli
- ✦ mangiatoie, nidi, abbeveratoio
- ✦ punto attrezzato per l'osservazione, schermato
- ✦ sensi: udito, vista



- ✦ piante in grado di attirare le farfalle, arbusti ed erbacee,
- ✦ per il loro nutrimento e riproduzione
- ✦ punto attrezzato per l'osservazione, con seduta e il riconoscimento



- ✦ all'incrocio dei sentieri in posizione centrale con sedute semicircolari
- ✦ pozzoromantico, ingentilito da rampicanti
- ✦ momento di pausa e punto di incontro
- ✦ sensi: udito, vista

- ✦ erba resistente, calpestabile, sfalcio basso
- ✦ inserti irregolari con officinali profumate
- ✦ (menta, origano) che se calpestate emettono profumi
- ✦ senso: olfatto



- ✦ arbusti rifiorenti (buddleja, fiore d'angelo, ibischi...)
- ✦ h 1.40 circa
- ✦ alternati a piante tappezzanti h20-30cm in corrispondenza delle finestre