



FONDAZIONE GAV



LA MANO 2

ATTI DEL CONVEGNO
“UN ORTO PER GUARIRE”
7 OTTOBRE 2017

ORTOTERAPIA

VALENZA TERAPEUTICA
E COME SI REALIZZA



Atti del convegno “Un Orto per guarire” sabato 7/10/2017

Sala Rossa Palazzo della Provincia di Verona

ORTOTERAPIA: VALENZE TERAPEUTICHE E COME SI REALIZZA

Nel presente volume vengono pubblicati gli atti del convegno “un orto per guarire” tenutosi il sette ottobre 2017 presso la sala rossa della Provincia a Verona, organizzato dalle società cooperative sociali onlus: “La Mano2” e “GAV” Giovani Amici Veronesi, e dalla fondazione onlus “GAV”.

In collaborazione con “Cia” Confederazione Italiana Agricoltori, “Confcooperative Federsolidarietà” Verona, Cooperativa sociale “Insieme”, associazione di volontariato onlus “Crescere Insieme”, società cooperativa sociale “La Ginestra” onlus e società cooperativa sociale onlus “Farsi Prossimo”.

Il convegno si è posto il problema di analizzare e approfondire l’argomento dell’ortoterapia in quanto ne sono ben noti i benefici, per le persone afflitte da disabilità intellettuale, psichica e sociale: lo sviluppo della motricità, dell’orientamento, della capacità organizzativa, della memoria, dell’apprendimento, della concentrazione, dell’autostima e della relazione tra persone.

Nell’aprile del 2017, dopo un lungo periodo di esperienze, studio e consultazioni, è stato messo a punto e realizzato il progetto di ortoterapia sui terreni gestiti dalla Cooperativa La Mano 2 ad Oppeano in provincia di Verona, individuando uno spazio che ha coniugato il rapporto attivo con la natura con il benessere ambientale.

Il convegno vuole raccontare e divulgare questa esperienza e avviare e consolidare un insieme di relazioni per una definizione più incisiva dell’ortoterapia.

Dal febbraio 2017 la Cooperativa La Mano 2, prima nel veronese, è iscritta nell’elenco regionale delle fattorie sociali.

Intervento a cura del
DOTTOR FRANCESCO ALBERTINI
Presidente della Cooperativa Sociale GAV

Un cordiale buongiorno e un benvenuto a tutti i presenti.

Io sono Francesco Albertini, lavoro in GAV dal 1996 e, dal maggio 2016, sono Presidente della Cooperativa Sociale GAV. La Cooperativa che presiedo si occupa dell'attività socio-sanitaria della "Famiglia GAV" e gestisce tre comunità per persone con problematiche psichiatriche, il centro di Oppeano, che è anche sede del progetto che oggi presenteremo, e i centri di Negrar e Castagnè. Il progetto di orto-terapia che andremo a raccontare è nato in stretta collaborazione con l'altra cooperativa sociale del gruppo "La Mano 2" che è la prima cooperativa sociale del veronese iscritta all'Albo Regionale delle Fattorie Sociali per le attività terapeutiche-riabilitative, entrambe operano sotto l'egida della Fondazione GAV – Giovani Amici Veronesi.

Cercando qualche spunto per questa introduzione ho ripreso in mano un fascicolo che avevo in libreria, gli atti del convengo dal titolo "Coltivare per Rinascere" che don Marino e la Fondazione GAV vollero fortemente organizzare nel novembre 2004 (tra gli altri erano presenti oltre a Don Marino e al Vescovo di Verona mons. Carraro anche il prof. Sandro Ruffo e il Prof. Saverio Senni dell'Università di Viterbo, delle autorità nel campo dell'allora nascente agricoltura sociale).

Leggendo il sottotitolo "L'Agricoltura per ALLEVIARE la sofferenza psichica e sociale" mi è venuto alla mente un aneddoto: il pubblicitario, persona molto professionale, che era stato incaricato di studiare la grafica del convegno si era presentato da don Marino con una bozza dell'invito, che riportava come sottotitolo "L'Agricoltura per CURARE la sofferenza psichica e sociale". Il Don, con il suo solito fare risoluto, disse: Ma va là, togli CURARE, lassa star, lascia stare, metti ALLEVIARE, dai no stemo esagerar, NON ESAGERIAMO...

Questo per dirvi che noi veniamo da lì, da una grande intuizione, dalla ferma volontà di realizzarla, ma anche dalla consapevolezza di voler fare le cose concrete e per bene, da molti tentativi, da ripensamenti e ripartenze, da entusiasmi e delusioni... Però senza mai desistere, mettendo sempre un mattone sull'altro. A proposito di entusiasmi è arrivata, nei giorni scorsi, una bella notizia: La Fondazione Just Italia ha deliberato il finanziamento del nostro progetto di apicoltura, che ci aiuterà a completare l'esperienza dell'orto-terapia.

Concludo dicendo che questo tempo e queste esperienze ci hanno portato, oggi, a presentare l'attuale progetto, punto di arrivo, sintesi di conoscenze acquisite, ma anche solida base di partenza di un'attività che siamo fiduciosi possa portare i frutti sperati: avere un'arma in più, una possibilità in più per far "star bene" o il meglio possibile le persone, a cominciare dagli ospiti delle nostre strutture.

Grazie per l'attenzione e un buon convegno a tutti voi e ai relatori.

Intervento a cura di
ANDREA LAVAGNOLI
Presidente Provinciale di CIA Verona

Buongiorno a tutti sono Andrea Lavagnoli, presidente provinciale di CIA Verona.
Noi come associazione agricola abbiamo avuto modo già qualche anno fa di interessarci e scoprire il mondo delle fattorie sociali.
Chi conosce la C.I.A. saprà benissimo quanto la nostra associazione sia sensibile alle tematiche sociali oltre che naturalmente a quelle legate al settore primario.
Una fattoria sociale infatti nasce dall'unione di due fattori fondamentali: le necessità particolari di alcune persone più deboli e dalla sensibilità di altre più fortunate nei confronti di questi ultimi.
Non mi dilungherò sugli effetti positivi che questo particolare modo di fare agricoltura può dare a questi ragazzi e a queste ragazze, perché c'è già chi lo può spiegare molto meglio di me, ma ci tengo a sottolineare che queste realtà, queste cooperative, hanno dei potenziali grandissimi e che possono rendere alla collettività un servizio inestimabile.
Le fattorie sociali sono strutture che forniscono allo stesso tempo: formazione, educazione, cultura, assistenza, occupazione, dignità, sollievo alle famiglie, condivisione... senza scordare la produzione naturalmente.
Insomma non è poco...
Noi come associazione abbiamo già tra i nostri associati alcune di queste realtà ed ho avuto modo di vedere con molto piacere che a seguito di alcuni incontri organizzati sull'argomento, l'interesse manifestato era crescente.
Da parte nostra d'altronde c'è la precisa intenzione di spingere su questa tasto organizzando ulteriori incontri, perché no dei corsi di formazione sull'argomento, convinti che la risposta sarà positiva.
L'esperienza altisonante di Libera di don Ciotti, è sotto gli occhi di tutti e credo sia possibile prenderla ad esempio per quanto possibile.
D'altronde c'è una legge, la legge sull'agricoltura sociale del 2015 che va a normare precisamente l'ambito delle fattorie sociali e stabilisce alcuni vantaggi che queste realtà potranno avere. Come il vedere veicolati i loro prodotti agricoli in contesti pubblici come mense scolastiche ed ospedaliere, ma anche un certo tipo di promozione e vendita in spazi pubblici. Queste possibilità saranno sfruttate appieno se saremo tutti in grado di metterci a sistema riuscendo a fare ognuno la propria parte.
Credo infatti che una efficiente collaborazione con la provincia, i comuni, l'Asl possa dare una spinta propulsiva a questa realtà, in modo da mettere in sinergia anche loro, con le loro competenze, in questa filiera della sensibilità.
Ci troviamo di fronte alla possibilità di poter usufruire di uno strumento molto importante... il numero delle persone con particolari fragilità è significativo e l'agricoltura si può mettere a disposizione di queste persone.
Noi di C.I.A. abbiamo creduto nelle fattorie sociali, ci crediamo ed abbiamo intenzione di continuare a farlo. Lo facciamo perché abbiamo un'attenzione particolare per le tematiche sociali certo, ma anche perché siamo convinti che se si riuscisse a farla funzionare questa filiera della sensibilità, ci troveremo ad avere uno strumento molto importante, uno strumento che sarà importante per TUTTA la collettività.

Intervento a cura di
ERICA DAL DEGAN
Presidente Provinciale Federsolidarietà

Ringrazio per l'invito di oggi, ma soprattutto ci tengo a ringraziare la cooperativa LA MANO 2 per due motivi:

Il primo perché ha creato questo evento importante di riflessione su un tema di innovazione sociale quanto mai attuale

Il secondo perché creando questo evento mette a disposizione l'esperienza maturata e le conoscenze acquisite, a favore delle cooperative che vogliono attivarlo anche a loro questo tipo di iniziative per favorire sempre di più l'inclusione sociale

Banalmente in questi due aspetti credo che emergano chiaramente le doti, gli aspetti positivi che la cooperazione sociale sa tirar fuori.

OSARE, Innovare, investire in sfide nuove, credere nel territorio e nel tessuto sociale e condividere.

Permettetemi di dire che è questo ciò che dovrebbero far emergere i giornali con titoli grossi, e limitare isolando gli episodi di cooperazione negativa che noi condanniamo.

La cooperazione Sociale è un patrimonio non solo dei soci lavoratori ma di tutti i cittadini. Salvaguardiamola.

Intervento a cura di
ROBERTA OTTOLIN
Psicologa – Segretaria Ass.I.Ort – docente SAPM

ORTOTERAPIA QUALE STRUMENTO RI-ABILITATIVO DEL DISAGIO E DELLA DISABILITÀ

Alla scuola agraria del parco di Monza abbiamo fondato questa associazione italiana di ortoterapia con lo scopo di approfondire e di studiare cosa fosse l'ortoterapia nella sua interezza; il pensiero che vi porto è quello che abbiamo elaborato in questi anni di ricerca e di studi all'interno dell'argomento, analizzando l'ortoterapia come strumento riabilitativo del disagio e della disabilità.

Vorrei specificare in che posizione si pone l'ortoterapia all'interno del processo riabilitativo, in quanto in situazioni di disabilità o di patologia psichiatrica rimangono fondamentali tutti gli approcci terapeutici tradizionali, come (a seconda del bisogno dell'utente) i prodotti farmacologici o psicoterapeutici. A questi però si è visto che diventa sempre più importante affiancare degli interventi complementari, delle vere e proprie terapie complementari che vadano ad agire non direttamente sul sintomo ma che siano centrate sui bisogni della persona nella sua interezza, quindi considerando la persona al di là del suo sintomo. Sono nati negli anni vari tipi di terapie complementari, tra le più famose l'arteterapia, la musicoterapia, la pet-therapy e l'ortoterapia. Ognuna di queste terapie complementari ha delle potenzialità proprie, diverse le une dall'altre.

Ortoterapia è un nome che nasce dalla traduzione dall'inglese "horticulture" dove "horti" è stato tradotto con "orto" direi più per assonanza che per affinità semantica, anche perché il concetto è molto più ampio, quindi diciamo ortoterapia ma intendiamo orto/giardinoterapia, cioè tutto quello che è la terapia del verde. Possiamo dire che il giardino, l'orto giardino, è una vera e propria immagine all'interno dell'uomo, è un "archetipo", cioè un'immagine trasversale a culture diverse e in epoche storiche diverse, quasi sempre in abbinata ad immagini positive; infatti il giardino come archetipo della vita è tra le poche immagini vissute dall'uomo in senso positivo, tant'è vero che quando l'uomo si è chiesto dove poteva averlo creato Dio, ha pensato ad un giardino perché è il posto più bello e più buono che potesse immaginare, questo è un esempio di come tale archetipo sia potente nella nostra cultura.

Il giardino come potente immagine interiore è collegato all'energia del ciclo della vita, alla speranza, all'attesa, alla fantasia e a tutto quello che è il concetto di tempo, quindi il tempo della crescita, dell'attesa e il tempo personale, perché il tempo all'interno della disabilità è un elemento di notevole utilizzo, e viene appunto elaborato all'interno del ciclo di vita che si vive nel giardino.

Dobbiamo ricordare di prendere in considerazione anche la gestione della frustrazione, perché spesso nella natura dobbiamo confrontarci anche con questo aspetto.

Un'altra osservazione che ho trovato molto interessante è che il giardino, l'orto giardino, rappresenta uno spazio intermedio tra il "fuori e il dentro", tra la sicurezza della casa e

IL GIARDINO COME POTENTE IMMAGINE INTERIORE È COLLEGATO ALL'ENERGIA DEL CICLO DELLA VITA, ALLA SPERANZA, ALL'ATTESA, ALLA FANTASIA



l'incertezza dello spazio esterno, del non conosciuto. Possiamo infatti notare che tutte le case che hanno un giardino sono dal punto di vista immobiliare molto più preziose di tutte le altre, sembra banale come osservazione ma il giardino ha un'importanza molto alta, e da un punto di vista psicologico rappresenta proprio questo polmone, questo spazio intermedio tra la sicurezza che io provo nella mia casa e l'insicurezza che provo nell'esterno, nello spazio non conosciuto, quindi questo territorio che rimane sì esterno ma che è ancora "amico".

Nel giardino facciamo anche una serie di esperienze che sono ancora intermedie tra le sensazioni che vengono rimandate e tutta la stimolazione sensoriale, infatti l'ortoterapia si basa molto sulla stimolazione sensoriale di tutti i cinque sensi. Il toccare la terra, vedere un fiore, sentire un profumo, il silenzio e il rumore dell'acqua, di un uccello, di un'ape, il sapore di un frutto o di un ortaggio, e tutta la stimolazione sensoriale legata all'ortogiardino, muovono dentro di noi una serie di ricordi di esperienze precedenti che vanno a collegarsi a persone, luoghi, vissuti ed emozioni sepolte dentro di noi. Questo per dimostrare quanto sia un potente strumento per sollecitare il mondo interiore. Per cui per esempio all'interno di strutture per anziani la coltivazione non di prodotti ma di fiori legati al loro periodo di vita migliore può aiutare a ricordare, ad aprire, e a ricostruire i pezzi migliori della vita.

Un'ultima considerazione (come le precedenti non è solo teorica ma vuole essere una guida metodologica), è che quando noi progettiamo il nostro giardino, lo costruiamo con noi stessi al suo interno, e proiettiamo nel giardino parti di noi, come faremmo in un quadro o in una melodia (Norfolk). Si può notare come giardini che appartengono a persone diverse siano giardini diversi, alcuni più biometrici, altri più disordinati, altri più naturali ma curati, altri più sofisticati; c'è un bellissimo libro di Duccio Demetrio che dice "di che giardino sei?" è un titolo veramente azzeccato perché mette in evidenza il fatto che nel nostro giardino andiamo a progettare parte di noi, ed è un'indicazione

anche metodologica perché ci dice quanto sia importante far partecipare gli utenti alla progettazione. Gli utenti andranno guidati dall'ortoterapista e dall'agronomo che daranno le indicazioni su quali coltivazioni siano più opportune per la predisposizione del territorio e, all'interno del range delle specie indicate per quella situazione, lasceranno libertà di scelta agli utenti che avranno la possibilità di progettare proprio loro stessi nello spazio che andranno a creare.

Questi sono i presupposti e le caratteristiche che differenziano l'ortoterapia dagli altri tipi di terapia.

Al momento non ci sono ricerche italiane su questo campo, ma nel manuale che abbiamo pubblicato è presente una raccolta della bibliografia inerente all'ortoterapia, e abbiamo visto come esiste una documentazione scientifica nella letteratura americana a partire dagli anni settanta, cioè poco dopo la fondazione dell'American Horticultural Therapy Association, che è l'associazione americana di ortoterapia da cui è partita la ricerca. Da qui viene dimostrato che l'ortoterapia, o in senso più ampio l'interazione con le piante, dà dei provati benefici a livello cognitivo, aumentando la capacità di attenzione, di concentrazione e della memoria (Kaplan & Kaplan 1989; Ulrich 1991, 1992, 1999), quindi nei processi cognitivi di base, ma anche nei processi cognitivi superiori, con un aumento del senso della responsabilità, della capacità di prendere decisioni, e nella capacità di risoluzione del problema (Kaplan 1973, Lewis 1979) (problem solving e decision making). Per noi è chiaro come il tutto necessiti di una metodologia che le supporta, in quanto non è sufficiente prendere una persona con un qualsiasi grado di disabilità e metterla nel campo per ottenere questo tipo di benefici. È quindi fondamentale una metodologia corretta e ben controllata per ottenere tutti i benefici che sono stati documentati.

È stata documentata nuovamente da Kaplan (1973) la sensazione di tranquillità e disponibilità al coinvolgimento provate dagli utenti. Questa si rivela una cosa importantissima con pazienti con disabilità intellettive o con patologie psichiatriche



NELLA COMPOSIZIONE DI UN GIARDINO
PROIETTIAMO UNA PARTE DI NOI, COME FAREMMO
IN UN QUADRO, IN UNA MELODIA (NORFOLK)



**“IMPEGNO DI UN UTENTE IN ATTIVITÀ ORTICOLE
FACILITATE DA UN TERAPEUTA ESPERTO PER
RAGGIUNGERE OBIETTIVI TERAPEUTICI SPECIFICI E
DOCUMENTATI”**

ORTOTERAPIA DEFINIZIONE UFFICIALE ATHA
(AMERICAN HORTICULTURAL THERAPY ASSOCIATION)

perché spesso è difficilissimo coinvolgerli in qualsiasi tipo di attività. Nel lavoro nel verde possiamo anche notare come all’utente faccia meno paura l’interazione con le piante rispetto a quella con, ad esempio un animale, mette meno angoscia una piantina di un foglio bianco, questa facilità al lasciarsi coinvolgere deriva dal fatto che la natura viene percepita come immagine archetipica e vissuta come qualcosa di buono, di non pericoloso.

Tornando alla ricerca internazionale si vede documentato anche un aumento della soddisfazione personale (Blair 1991) miglioramenti degli stati depressivi (Cooper, Marcus & Barnes 1999) e persino una diminuzione degli stati d’ansia (Mooney & Milstein 1994) che sono stati misurati attraverso una minore somministrazione dei farmaci.

A livello sociale sono stati rilevati miglioramenti nella interazione sociale (Perrins & al. 2000), nella integrazione sociale (Sullivan et al. 1998), nella coesione di gruppo (Bunn, 1986), e in tutte le abilità relazionali interpersonali e comunicative (Sempik et al. 2003). L’ortoterapia ha questa grandissima potenzialità di favorire il lavoro cooperativo, parliamo ovviamente di un gruppo non condotto in modo ingenuo o in modo spontaneista, ma di un gruppo ben condotto che può portare ai benefici che sono stati documentati, sempre portando avanti esperienze con una metodologia corretta, in questo caso i benefici sono sperimentabili e sono fondamentali in tutti i campi del disagio e della disabilità, così come dicevamo il riuscire a coinvolgere l’utente in qualche tipo di attività.

Infine a livello fisico tutta l’interazione con le piante e il lavoro nell’orto o nel giardino, aumenta l’affinamento delle capacità motorie fini e della coordinazione oculo manuale come è stato dimostrato da More nel 1989, una diminuzione dello stress (Rodiek 2002) e una diminuzione del battito cardiaco (Rey et al. 2005).

Noi siamo partiti dieci anni fa, quando era presente una grande confusione rispetto all’ortoterapia e come primo passo abbiamo trovato fondamentale distinguere quello che è “ortocoltura”, da ciò che è “ortoterapia”. Io ho provato a concettualizzare una

prima descrizione con questo esempio: quando vado nel mio orto personale sto facendo ortocoltura, in quanto è vero che in quel momento mi sento bene, ma in primo piano sto mettendo il prodotto. Possiamo quindi concludere che se tra prodotto e persona mettiamo l'accento sul prodotto parliamo di ortocoltura, che è fondamentalmente centrata alla produzione di un prodotto, migliore è meglio è, e più alto è il guadagno. Nell'ortoterapia invece è la persona ad essere in primo piano, i suoi progressi e tutti gli obiettivi che ci si è posti per soddisfare il bisogno di quella persona; il prodotto rimane quindi sullo sfondo. Nell'ortoterapia un prodotto di qualità è ancora necessario, ma solo per caricare sulla gratificazione e sul senso di autoefficacia della persona.

La definizione che ci porta l'AHTA intorno agli anni sessanta è:

l'ortoterapia è l'impegno di un utente in attività orticolare, in ortogiardino e con attività con il verde, facilitate da un terapeuta esperto, quindi formato, per raggiungere degli obiettivi, che devono essere terapeutici, specifici per quell'utente, e documentati. Questo è quello che l'AHTA ci manda, ed è quello che onestamente noi come associazione italiana di ortoterapia abbiamo sposato, perché ci sembra una definizione seria e che tiene conto di questi quattro elementi: l'utente, l'attività orticola, il terapeuta esperto e gli obiettivi specifici e documentati, questi sono infatti i quattro elementi dai quali secondo noi non si può prescindere.

Al momento stiamo lavorando su una classificazione, cercando di mettere ordine all'interno di tutte le esperienze di ortoterapia che si sono sviluppate in questi anni, per cercare di distinguere i diversi livelli di approccio alla disabilità. Nessuno di questi livelli ha la pretesa di essere di più o di meno dell'altro. Il valore e la nobiltà di un approccio è solo quello di rispondere al bisogno dell'utente, detto quindi che tutti hanno la pari valenza, abbiamo provato a distinguere queste aree e abbiamo identificato per il momento quattro aree specifiche:

- Un'area terapeutico riabilitativa che noi pensiamo debba avvalersi di persone che già abbiano la capacità di lavorare con una disabilità psichiatrica o intellettiva, quindi con operatori sanitari della riabilitazione che abbiano in più una formazione in ortoterapia.
- Poi possiamo parlare di un'area socio educativa e interventi di tipo psicopedagogici, anche in questi casi sarà importante avvalersi di persone che abbiano una preparazione nel campo dell'educazione sociale e anche una formazione in ortoterapia.
- Degli interventi di socializzazione che possono prevedere delle figure di animatori, formati in ortoterapia, cioè che sappiano utilizzare il verde per raggiungere i propri obiettivi.
- E un'area di inserimento sociale e lavorativo, quindi l'attivazione di percorsi lavorativi che prevedano figure che siano già formate come educatori in ortoterapia per poter realizzare i progetti di inserimento sociale e lavorativo.

Ognuna di queste quattro aree è finalizzata al raggiungimento di un obiettivo specifico e documentato per quella persona, o per quel gruppo di persone, ma è importante che il progetto possa essere portato avanti attraverso un metodo che sia standardizzato.

Noi adesso, attraverso un breve questionario sul nostro sito ass.i.ort.it, stiamo censendo tutte le realtà sul suolo italiano che stiano facendo attività di ortoterapia. Questo censimento ha come scopo quello di raccogliere e di vedere in quali campi l'ortoterapia si stia applicando, con quali metodologie e con quali specializzazioni degli operatori. La nostra è solo una prima raccolta di dati che ci permette di fare queste ricerche che hanno

come finalità quella di chiarire il campo dell'ortoterapia.

Vorrei spendere una parola sul metodo proposto che è stata la prima sfida che abbiamo affrontato come associazione, abbiamo introdotto un manuale dove potete trovare le schede prova, che suggeriscono come progettare e valutare il lavoro in ortoterapia, e che vogliono essere una guida per gli operatori stessi.

Con il nostro metodo invitiamo gli operatori a fare inizialmente degli incontri conoscitivi, di cui la prima scheda è l'incontro con l'intermediante, quindi con l'ente che ci manda l'utente, l'incontro conoscitivo con l'utente stesso (seconda scheda) e nel caso in cui sia necessario, un incontro conoscitivo anche con la famiglia dell'utente; segue nel nostro metodo la scheda tre che è la scheda di osservazione perché le informazioni che noi abbiamo ottenuto durante gli incontri conoscitivi vanno verificate quando l'utente lavora nel campo, questo in quanto l'ortoterapia può permettere all'utente di manifestare delle risorse che forse in altri campi non potevano essere rilevate, quindi parliamo di una scheda che guida l'operatore nell'osservazione sul campo. Poi andiamo alla scheda quattro che è la stesura del progetto individualizzato, con tutti gli obiettivi e le attività a breve, medio e a lungo termine che devono essere attuate per raggiungere quegli obiettivi. A seguire la scheda cinque è quella di monitoraggio, infatti tutto il percorso va monitorato, proprio perché gli obiettivi possano essere anche modificati in base al risultato e con i dati che nel tempo e durante il percorso sono stati ottenuti. L'ultima scheda è la sei che guida a fare una valutazione del percorso e a dare delle indicazioni per proseguire l'iter riabilitativo che può proseguire in campo dell'ortoterapia oppure no, in quanto l'operatore insieme all'équipe può pensare che l'ortoterapia abbia dato quello che poteva dare e che sia necessario per l'utente passare ad altro tipo di percorso riabilitativo complementare.

Per mettere in atto questo metodo è necessario che l'operatore abbia degli strumenti di lavoro come saper raccogliere e mantenere il contatto con l'équipe inviante.

L'équipe interna è composta, oltre che dall'ortoterapista, anche da uno psicologo e da un

METODO PROPOSTO DA ASS.I.ORT SCHEDE PRO.VA

METODO DI LAVORO	STRUMENTI DI LAVORO
incontri conoscitivi	lavoro di équipe inviante
osservazione	lavoro di équipe interna
stesura del progetto individualizzato	comunicazione competente
monitoraggio	sostegno alla motivazione
valutazione del percorso	conduzione di gruppo
indicazione per il proseguimento dell'iter riabilitativo	prevenzione del burn out

agronomo che fanno fondamentalmente delle supervisioni, intervengono nel momento della progettazione, e fanno un monitoraggio del percorso ma sempre appoggiando l'ortoterapista nel corso del progetto. È necessario che l'ortoterapista possa avere una comunicazione competente per sapersi relazionare, sia con gli appoggi del team inviante, che con la famiglia dell'utente, e anche con utenti con tipologie di disabilità diverse; che sappia dare un sostegno alla motivazione, che è un punto debole nel disagio e nella disabilità, che sappia condurre il gruppo, perché il gruppo ha delle enormi potenzialità positive ma è necessario conoscere e prevenire le situazioni di devianza, come bullismi, mobbing eccetera, e sappia fare una prevenzione del "burn out", cioè che sappia in prima istanza aver cura di sé, perché tutto il dettato della disabilità mette l'operatore a rischio di "burn out", appunto di questa sensazione di depravazione di tempo, di perdita di energia e di perdita anche di motivazione al lavoro, e quindi è importante che l'operatore che opera nella disabilità sappia aver cura di se stesso.

Concludo con i campi di applicazione dell'ortoterapia, auspicandoci dopo il censimento di scoprirlne di nuovi, al momento questi sono quelli documentati di cui abbiamo le esperienze, quindi il campo degli adolescenti a rischio, tutta l'area di svantaggio psicosociale: nelle carceri (nel carcere di Bollate per esempio vicino a Milano) in senzatetto, nei migranti, che è un'altra fascia dove può essere molto importante questo tipo di approccio, proprio perché spesso vengono da realtà agricole, e quindi trovano maggior vicinanza con le proprie esperienze; nei casi di ritardo dello sviluppo psicofisico, nella disabilità intellettuale, nelle patologie psichiatriche, in tutto il campo degli anziani e delle case di cura, nella riabilitazione cardiaca, con gli ipovedenti (con i quali ci sono esperienze a Trieste), e nel campo della logopedia (ad esempio una mia studentessa logopedista dell'ulss di Torino ci ha riportato le sue esperienze di ortoterapia nella logopedia).

Al momento i capi di applicazione dell'ortoterapia sono questi, ma io spero proprio che dopo il censimento ne vengano fuori ancora di nuovi e di insospettabili.

Criteri adottati nella progettazione e realizzazione dell'orto terapeutico

DOTT. GIAMBATTISTA POLO

Presidente Cooperativa Sociale La Mano 2

“TERAPIA ASSISTITA DELLE PIANTE”

Premessa:

Si è scritto e si legge molto sugli effetti positivi dell'orticoltura quale attività finalizzata all'occupazione, alla terapia, alla riabilitazione di persone che soffrono di vari tipi di disagi.

Si concorda universalmente che l'attività orticola aiuta a sviluppare la psicomotricità, consentendo di coordinare la visione con i movimenti fisici a partire da quelli latenti o trascurati, favorendo l'orientamento non soltanto nello spazio ma anche nel tempo. Aiuta con la sequenza delle azioni a sviluppare capacità organizzative, logico deduttive ed a incrementare la memoria visiva in corrispondenza delle attività di coltivazione e di crescita delle piante. Sono noti, poi, gli effetti di rilassamento che lo sviluppo delle piante sa offrire a chi se ne prende cura.

Il corretto accudimento delle piante e il tempo che passa, creano un risultato tangibile e verificabile, ciò attraverso l'osservazione della crescita, della fioritura e dei frutti che se ne ricavano.

Questi sono alcuni aspetti, e molti altri vengono proposti dalla letteratura e dall'osservazione pratica che, tuttavia, ruotano attorno agli stessi concetti: attività che si svolge all'aria aperta, assunzione di responsabilità verso gli esseri viventi che compiono il loro ciclo vitale nell'anno solare o in parte di esso, effetto educativo derivante dal rispetto delle sequenze colturali all'interno del ciclo vitale delle piante, possibilità di effettuare attività di gruppo, eccetera.

Quando tuttavia si ricerca l'esistenza di un modello organizzativo per realizzare un orto con scopo terapeutico riabilitativo, le informazioni che si ottengono non vanno oltre ad azioni di buona volontà, condite con la creatività di chi decide di occuparsi di questo settore.

Si dà per scontato che l'ortoterapia non abbia la necessità di modalità codificate per essere attuata, e il tutto si esaurisce nella messa a dimora di sementi o piantine, nella cura successiva e nella raccolta finale.

La proposta:

Proviamo allora a dare una forma organizzata all'attività di ortoterapia.

Vale la pena sottolineare che le indicazioni per realizzare l'ortoterapia proposte attraverso il seguente scritto, rappresentano soltanto un riferimento per gli operatori che svolgono l'attività di assistenza/cura nei confronti degli ospiti, nella consapevolezza che ogni attività proposta è imprescindibile dalle caratteristiche di ciascun utente, dai suoi stati d'animo in essere, dalla sua personale risposta alle sollecitazioni esterne e dalle reazioni interiori che in lui producono.

Dunque per ciascun caso vanno apportate le necessarie variazioni allo schema di riferimento.

Infatti l'obiettivo che non va mai dimenticato, è far emergere "l'energia terapeutica" presente in ogni persona.

Lo spazio destinato all'ortoterapia deve essere un'area dedicata esclusivamente a questo scopo, non va confuso con altre zone di attività produttiva.

Tale distinzione è fondamentale per evitare che l'utente, anziché essere protagonista dei cicli produttivi o parti di esso, si senta ospite passivo nel concorrere a determinare il risultato.

Accanto allo spazio in campo aperto da destinare all'ortoterapia, si dovrà disporre di una serra di circa 100 m² sia per le attività da svolgere nei periodi climatici sfavorevoli, sia per lavorare su pianali per ottenere produzioni, come primo passaggio, da completare in campo aperto.

In campo aperto perché la pianta nel vaso è confinata, è in un mondo a parte, dipende esclusivamente dalla cura dell'uomo, cresce in un ambiente artificiale a differenza di quando viene posta nel terreno dove si trova connessa con il "tutto" a cui appartiene. Si prospetta la nozione di solitudine, della disarticolazione dagli altri, contrapposta ad interdipendenza, all'usufruire di risorse comuni a cui tutti possono accedere. Un effetto specchio dove si proietta la propria condizione di vivere. Un atto d'amore verso la pianta si esercita pienamente se rispettiamo la sua libertà, per quanto possibile, nelle condizioni in natura; mentre al contrario diviene un amore soffocante, dipendente. Se ad esempio non si irrigheranno le piante in vaso per un lungo periodo siamo sicuri che moriranno mentre, se coltivate in campo, la moltitudine di componenti e forme di vita che intervengono non danno scontato l'esito: proprio perché non c'è dipendenza ma scambio.

La serra sarà riscaldata d'inverno e possibilmente condizionata d'estate.



Ancora, si dovrà disporre, analogamente a quanto previsto all'interno della serra, di un pianale su un lato dell'orto a pieno campo così da poter esercitare, per i pazienti che lo necessitano, un'orticoltura pensile.

La scelta del luogo dove si intende far sorgere l'orto terapeutico (serra-terreno all'aria aperta) dovrà tener conto dei migliori elementi paesaggistici di contorno, quali presenza di piante e siepi, presenza di fabbricati colorati (anche la serra dovrà rispondere a questi requisiti) e altri elementi di movimentazione sensoriale (vista ed udito). Quindi l'orto terapeutico dovrà essere individuato e individuabile all'interno di un ambiente dai contorni e dai tratti definiti, dovrà suscitare una sensazione di benessere, rappresentare un luogo al quale si ritorna sempre con piacere e che dà serenità.

Sarà considerato qualsiasi elemento decorativo che ne determini un arricchimento.

E si dovrà valutare la presenza di animali di diversa taglia e il posizionamento di nidi artificiali per richiamare la presenza di uccelli sul territorio, "case per insetti" che saranno occupate dagli imenotteri d'estate e da coccinelle, mantidi, lepidotteri eccetera, d'inverno.

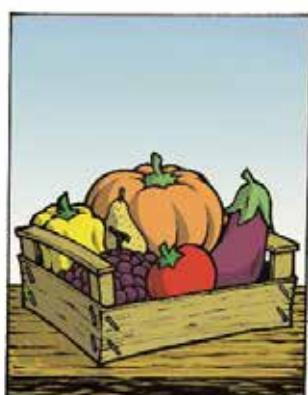
Nell'orto terapeutico si persegue un equilibrio con l'ecosistema operando a favore, "non contro", da qui l'assenza di qualsiasi trattamento fitosanitario anche se ammesso in agricoltura biologica.

Gli abitanti naturali dell'orto e dell'ambiente, dunque, non vengono cacciati, bensì conservano il loro ruolo e costituiscono, infatti, un indicatore del grado di mantenimento dell'integrità ambientale.

L'ambiente naturale consente di assicurare una presenza rilevante di crisope, ragni, coccinelle, cioè dei predatori degli insetti che attaccano le piante oggetto dell'ortoterapia. L'ambiente, quanto più è integro, tanto più consente di mettere a disposizione molti luoghi dove possono trovare riparo e proliferare gli insetti utili. L'ortoterapia non mette al centro la produttività, il guadagno, perché non è monointensiva, non è uno spazio senza bellezza e che rende problematica la sicurezza, ma combina la coltivazione delle diverse piante con l'appartenenza al luogo, alla sua dimensione di bellezza e di ritmo naturale. Anche le piante aromatiche distraggono gli insetti nocivi. Insieme alla calendula vi sono una serie di altre piante officinali come ad esempio il basilico, menta, che disorientano gli insetti. Il forte odore delle piante aromatiche fa desistere gli insetti dall'attaccare massicciamente le piante coltivate.

Quindi uno spazio strettamente intrecciato con la natura.

Si parte dalla necessità di stimolare i vari sensi: tatto, vista, gusto, udito, olfatto, cinestesico



(percezione del movimento proprio o di parti di sé), proprioaccettivo (percezione della propria posizione o di parti di sé nello spazio, indipendentemente dagli altri sensi, es. occhi chiusi). In taluni casi può essere interessante proporre sperimentazioni che escludono, e/o privilegiano esperienze con solo alcuni sensi, così da favorire l'intensità del senso che la persona preferisce e/o limitare quelli che la destabilizzano.



I colori delle foglie e delle piante oltre che dei fiori variano nel corso del giorno e delle stagioni. Il verde di agosto di una foglia non è lo stesso del mese di maggio.

In base all'inclinazione del sole la luce rimodella i colori in una sequenza sempre diversa, combinando luci ed ombre.

E ancora chiudere gli occhi per annusare le piante officinali, per associarle ad immagini, a sensazioni, a stati d'animo come ad esempio: serenità, passione, allegria, movimento, eccetera.

Da qui l'aromaterapia, attività per contrastare le negatività, migliorare l'umore, rilassare. Oltre alla memoria visiva vi è quella olfattiva da utilizzare per ancorare alcune attività dell'orto. Ad esempio la potatura si collega al forte odore che sprigionano le femminelle di pomodoro appena tagliate.

Va premesso che l'orticoltura a pieno campo dovrà essere esercitata direttamente a contatto della terra senza ricorrere a pacciamatura né di tipo sintetico né di tipo naturale.

La terra ha consistenza, colori e profumi che variano con le circostanze climatiche e ciò ne condiziona l'accesso e la lavorabilità. È sempre opportuno misurarsi con questi elementi perché sono parte dei cicli naturali.

Sarà possibile soggiornare presso la sede, per alcuni ospiti (massimo 4-6) e per periodi da valutare, così da consentire loro di svolgere compiti in preparazione d'attività che, il giorno successivo, o lo stesso giorno, svilupperanno altre persone. L'organizzazione del lavoro per altri aiuta ad aumentare la percezione: delle proprie abilità, delle diverse capacità di ciascuno e, nel mettere assieme vari talenti, crea comunità. Il poter dimorare nella struttura, l'arrivarvi al mattino presto o nel tardo pomeriggio, vuole consentire e far rilevare agli ospiti come l'esperienza sensoriale cambi nell'arco delle giornate, rafforzando in loro la percezione dello scorrere del tempo nelle diverse stagioni, delle differenti sensazioni e benesseri fisici, sensoriali e psichici, che ognuno può, personalmente, sperimentare nei diversi orari.

Le piante che saranno scelte per l'attività di ortoterapia comprenderanno quelle con cicli biologici distinti sia rispetto all'accrescimento, alle cure culturali, alla durata del raccolto eccetera.

Per la realizzazione dei moduli ci si è basati sulla scelta di piante appartenenti alla famiglia delle solanacee, ritenendole meglio rispondenti alla realtà dell'orto terapeutico, in quanto:

- Sono conosciute perché i prodotti ottenuti sono alla base del nostro utilizzo alimentare.
- Pur essendo della stessa famiglia le diverse specie hanno caratteristiche completamente differenti riguardo alla capacità di sollecitare i sensi.
- Hanno un grado di variabilità biomorfica all'interno della stessa specie.
- Provengono da areali lontani ed esotici dove si sono affermate, unitamente a quella mediterranea, le prime civiltà umane. Ciò consente sollecitazioni anche tramite immagini, suggestioni, emozioni, curiosità.
- Analogamente si prestano al racconto della loro introduzione nelle abitudini alimentari degli europei dopo lunghi periodo di diffidenza e di osservazione.
- Consentono di attivare tutte le abilità che vengono richieste nella coltivazione comprese la potatura, la legatura ai sostegni, il rincalzo.
- Hanno comportamenti vegetativi differenti: lineari e contenuti nella melanzana e nel peperone; espansi nel pomodoro, trattenuti nelle patate.
- Hanno epoche di maturazione diverse ma, soprattutto, possono essere messe a dimora in un periodo di tempo molto ampio e, a parte le patate, le piante forniscono frutti per un arco di tempo sufficientemente lungo.
- Sono annuali: il loro ciclo biologico si esaurisce nell'ambito dell'anno solare.
- Sono facilmente riproducibili e non presentano difficoltà per la loro coltivazione, cura e sviluppo. Il raccolto è certo anche in presenza, purché non con effetti epidemici o infestanti, di malattie e di insetti.
- I frutti ottenuti, essendo conosciuti da sempre e alla base della nostra alimentazione, si prestano alla realizzazione di laboratori sensoriali. In base alle esperienze e ricordi propri, ciascun utente in grado di esprimere un giudizio, sia sul prodotto fresco che trasformato.
- Si prestano, per talune specie, come ad esempio il pomodoro, a modalità di coltivazione più complesse, ciò richiede ulteriori nozioni ed attrezzature: si pensi ad esempio allo

sviluppo di piante di pomodoro indeterminate (che sviluppano continuamente per tutta la durata del ciclo vegetativo)

- Si prestano ad essere coltivate sul terreno e mantenute monde da erbacce non avendo uno sviluppo invasivo orizzontale come ad esempio le cucurbitacee: cetrioli, zucche, meloni, angurie.
- Sono individuabili le varie fasi biologiche, le evoluzioni di queste e come ogni fase (le foglie, i fiori, i frutti) solleciti i sensi.

All'interno delle piante a ciclo biologico più lungo si individueranno piante (es pomodoro indeterminato) che richiedono cure più complesse rispetto alle altre, ad esempio: da fissare a sostegni, che richiedono potature, che andranno diradate dei frutti, eccetera. Saranno effettuati dei filari con distanze variabili tra di loro. I primi avranno una distanza di 200cm l'uno dall'altro e successivamente di 100 cm

Sui primi filari si provvederà a mettere in atto una sequenza di coltivazione a moduli: ciascun modulo comprenderà 12 piante di 4 tipi, 3 di pomodoro, 3 di melanzana, 3 di peperoni, 3 di patate. Per ogni specie si prevedono 3 varietà diverse per forma e sviluppo della pianta, colore e forma dei frutti, colore dei fiori e per caratteristiche delle foglie. All'interno del modulo tra una pianta e l'altra verranno trapiantate piante officinali o aromatiche che non solo serviranno a contrastare gli insetti dannosi ma potenzieranno e valorizzeranno il percorso sensoriale dell'orto terapeutico. Tra le piante che si utilizzeranno:



Tagete sono margherite di diversi colori che rilasciano sul terreno sostanze nocive ai nematodi e che attirano gli insetti utili.



Analogamente la **Calendula** ha un'azione nematocida con fiori giallo arancio.



Il Nasturzio allontana gli afidi, formiche e lumache. Ha la prerogativa di coprire con le foglie il terreno tenendolo umido. Fiori dai colori giallo fino al rosso.



La Petunia che tiene lontana la dorifora della patata, con fiori dai molteplici colori.

È necessario prevedere una distanza tra un modulo e il successivo di “sicurezza” per evitare che comportamenti individuali distruttivi arrechino danno ai moduli gestiti dagli altri ospiti.

Sui filari posti a minor distanza l'uno dall'altro, cioè a 100 cm, si avrà una sequenza a moduli dello stesso tipo di piante dei primi filari, tuttavia ogni modulo anziché di 12 piante sarà di 24. Anche questi moduli si replicheranno lungo il filare. Su questi filari non è necessario mantenere una distanza di “sicurezza” tra moduli. Questi moduli sono riservati agli utenti dal S.I.L (Servizio Integrazione Lavorativa) con l'obiettivo formativo, di insegnare come si organizza un orto e si coltiva, da replicare in autonomia, come servizio di “coltivazione prossima” (proponendosi nella realizzazione di orti condominiali o plurifamiliari) nelle comunità dove queste persone vivono.

La forma dell'orto a pieno campo sarà quadrata, e il suo perimetro attorniato da erbe officinali annuali. Si può prevedere sul lato nord, qualora confinante con una capezzagna, una canaletta o altri divisorii con altri terreni, piante di alto fusto.

La larghezza dei filari può consentire lo sviluppo di erbe selvatiche che trovano utilizzo in cucina, permettendo allora, inaspettatamente, di fare i conti con una nuova scoperta, la quale consente una nuova narrazione e utilizzazione.

Ad esempio il farinaccio (*chenopodium album*) è noto come spinacio selvatico che in cucina può essere valorizzato ed apprezzato. Oppure la porcellana (*portulaca oleracea*) commestibile che si associa fresca con altre verdure e che ha la caratteristica di abbondare di vitamina D e ferro.

Ancora si propone, a ridosso dell'area da coltivare, una zona sufficientemente ampia, tenuta a prato, da utilizzare quale “zona d'ozio” o “zona di decompressione”, coperta da 4 gazebo stabili, aperti sui 4 lati, in cui gli ospiti possano camminare scalzi e sdraiarsi a terra per scaricare fatica e tensioni; trovare riposo su sedie e sdrai, osservare gli spazi attorno, le attività e chi le svolge. Luogo in cui assaporare e far depositare le emozioni e le sensazioni. Riappropriarsi di propri spazi, pensieri e tempo. Ma anche area in cui allestire feste, eventi legati ai prodotti stagionali ed aperti a visitatori e parenti.

Un orto aperto per ritrovare un senso civico e di appartenenza alle comunità non solo perché ci si prende cura dell'altro, in uno scambio di operazioni culturali che assicurano la continuità delle attività di coltivazione, ma perché si mantengono l'armonia e la bellezza dell'ambiente nel quale l'orto è inserito. E ciò costituisce l'elemento imprescindibile di quell'armonia e di quella bellezza di cui tutti possono godere ed usufruire.

Nelle nuove teorie si fa riferimento alle bioenergie che vengono emanate dalle piante. Ad esempio la pianta di agrifoglio viene individuata per l'influenza positiva che determina sul sistema nervoso, analogamente l'alloro e il tiglio. Mentre invece la pianta del leccio avrebbe un'influenza positiva sul sistema cardiocircolatorio.

Anche non ritenendo tali teorie affidabili e frutto delle mode che caratterizzano la contemporaneità, rimane la considerazione che l'inserimento di ulteriori specie vegetali, in aggiunta a quelle esistenti, potrà contribuire ad assicurare una più elevata qualità ambientale.

PIANTE PROPOSTE PER L'ORTOTERAPIA



PEPERONE

ORIGINE E DIFFUSIONE

È originaria dell'America centrale e meridionale. Fu introdotto in Europa nel XVI secolo e da subito apprezzato.

PARTI UTILIZZATE COME ALIMENTO E PROPRIETÀ NUTRITIVE

Si utilizza il frutto che contiene capsicina, lecitina, vitamina c, PP, P2 ed E, magnesio, potassio, fosforo.

Alcaloidi presenti e altre sostanze

Solanina, capsicina.

Contiene luteolina che fa bene alla memoria.

COLORI

Foglie verde intenso, fiori bianchi, frutto (bacca) verde, giallo, rosso.

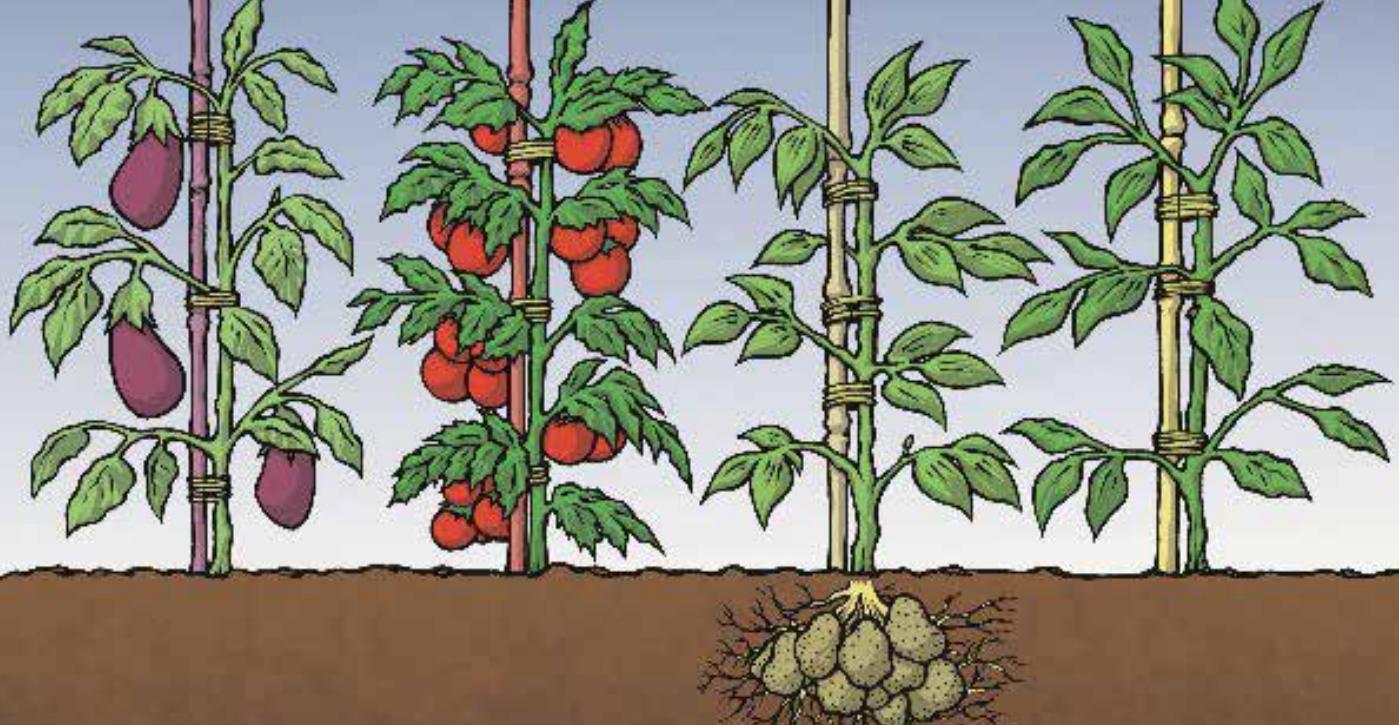
TATTO

Foglie lucide, lisce e glabre.

Frutto liscio, glabro, lucido.

SEMINA E TRAPIANTO E TEMPI DI MATURAZIONE

Trapianto da aprile a luglio, raccolta dopo 120/150 giorni



PATATA

ORIGINE E DIFFUSIONE

È originaria dalla zona andina del Perù. Quando arrivò in Europa non fu utilizzata per l'alimentazione umana poiché si pensava che i tuberi potessero trovare impiego soltanto nell'alimentazione animale. Furono le carestie a farlo scoprire quale alimento. Al punto che in Irlanda divenne l'alimento esclusivo dei contadini. Fra gli anni 1845/1848 quando la coltura fu compromessa dalla peronospera molte migliaia di persone morirono di fame e molte furono costrette ad emigrare nell'America del nord.

PARTI UTILIZZATE COME ALIMENTO E PROPRIETÀ NUTRITIVE

Viene utilizzato il tubero, ricco di amido con tracce di vitamina B6, contiene potassio, fosforo, calcio.

Alcaloidi presenti e altre sostanze

Solanina in tutte le parti aeree della pianta.

COLORI

Tubero giallo brunastro chiaro, ma può essere anche rossastro e violaceo. Foglie verde chiaro. Fiori bianchi o violacei. Frutto rotondo verde bruno.

TATTO

Foglie lisce nella parte superiore, inferiore tormentosa.

Il tubero può avere buccia liscia o ruvida a seconda della varietà.

SEMINA E TRAPIANTO E TEMPI DI MATURAZIONE

Si semina a marzo. Le varietà precoci maturano in 60/90 giorni dalla nascita; le tardive dopo 130/140 giorni.

POMODORO

ORIGINE E DIFFUSIONE

Si ritiene sia originario dal Perù e dal Messico. Il suo nome originario presso le popolazioni locali era tomate che ancora si utilizza in varie lingue. All'inizio veniva coltivato, quale pianta ornamentale, negli orti botanici. Vi fu un tempo che si pensava che le bacche fossero afrodisiache da cui il nome "pomo amoris". Solo dal XVII secolo venne utilizzato su larga scala nell'alimentazione umana.

PARTI UTILIZZATE COME ALIMENTO E PROPRIETÀ NUTRITIVE

Frutto (bacca) ricco di vitamina A, B, C, D, E, k e di potassio.

Alcaloidi presenti e altre sostanze

Solanina. Contiene licopene che è un antiossidante, tomatina che ha effetti positivi sull'organismo. Contiene altresì zeaxantina che ha proprietà antiossidanti.

COLORI

Foglia e fusto verdi, frutto rosso, arancio.

Fiori gialli.

TATTO

Foglie e fusto pelosi, glandulosi.

Frutto: buccia liscia sottile.

SEMINA E TRAPIANTO E TEMPI DI MATURAZIONE

Trapianto da marzo a luglio, raccolta dopo 90/120 giorni.

MELANZANA

ORIGINE E DIFFUSIONE

È originaria dell'India. Gli scrittori greci e romani non parlano di questa pianta dunque si suppone fosse sconosciuta.

In Italia arriva alla fine del XIV secolo e all'inizio viene utilizzata come pianta ornamentale, i frutti venivano chiamati mele-insane. Poi se ne scopri il valore alimentare.

PARTI UTILIZZATE COME ALIMENTO E PROPRIETÀ NUTRITIVE

Frutto (bacca) contiene potassio, zinco, rame, selenio, vitamina A, C, E.

Alcaloidi presenti e altre sostanze

Solanina. Il frutto contiene cinarina che è un riequilibrante con funzioni digestive.

Contiene acido clorogenico che è un antiossidante.

COLORI

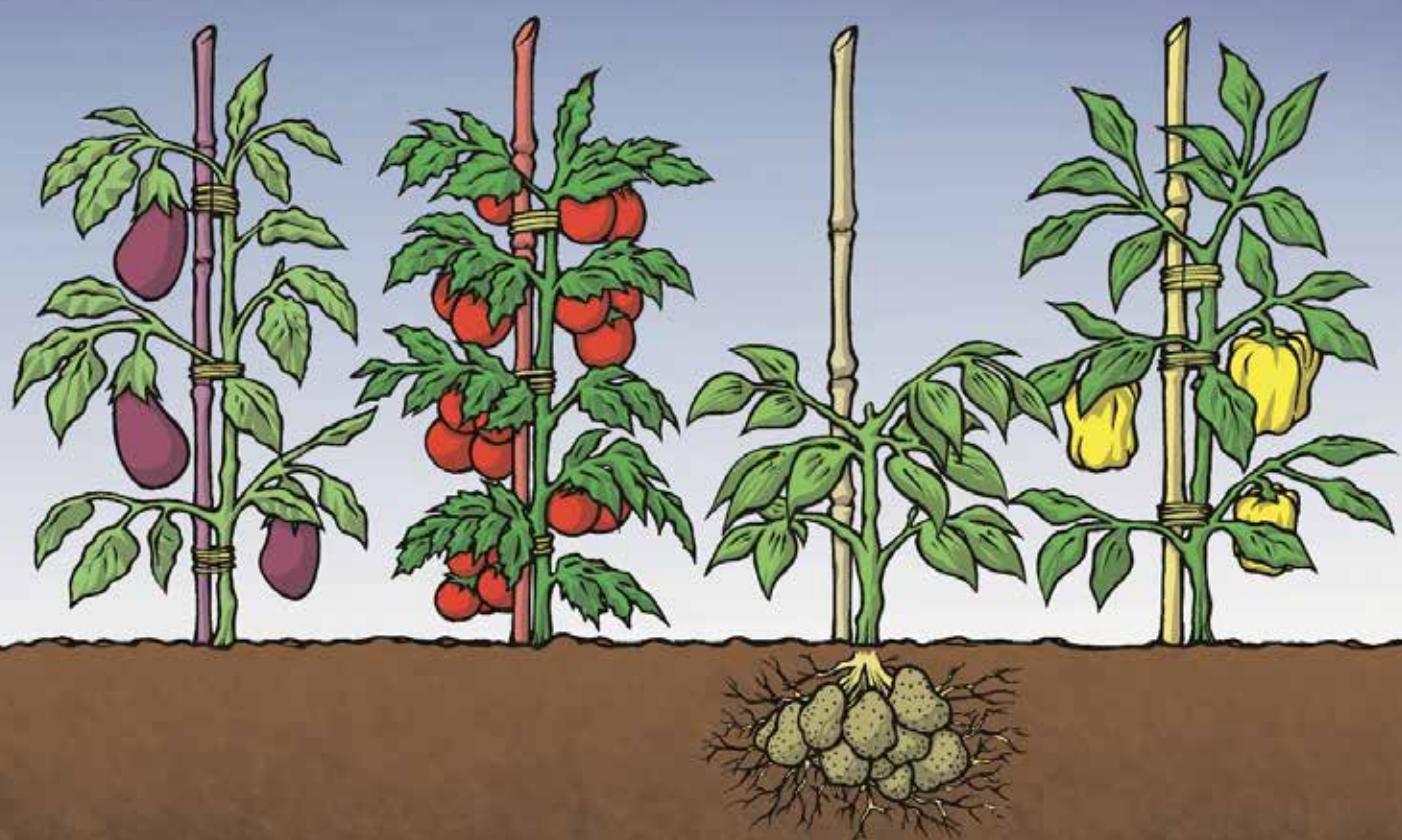
Fiori lilla, prugna. Frutti viola, striati, bianchi.

Foglie color verde.

TATTO

Foglie pelose ed acuminate nella parte apicale.

Frutto liscio e vellutato salvo il calice che è acuminato.



SEMINA E TRAPIANTO E TEMPI DI MATURAZIONE

Trapianto da marzo alla prima metà di agosto, raccolta dopo 50/70 giorni.

Considerazioni sulla proposta d'impostazione dell'orto terapeutico come sopra descritto: Le diverse distanze tra le file consentono di adattare la psicomotricità delle diverse persone alle attività orto terapeutiche. Quando si è acquisita la proporzione tra spazio di servizio e attività di cura delle piante si entra in un ulteriore passaggio del percorso riabilitativo (oltre ad apprendere la nozione di spazio produttivo e di valorizzazione dell'elemento base che crea sostentamento agli esseri viventi, cioè la terra).

L'adozione della disposizione delle piante secondo criteri di modularità, risponde al messaggio, da offrire ai nostri ospiti, che tra piante diverse si instaura un rapporto di sinergia e di convivenza. Non vanno utilizzate piante che siano in competizione, salvo quando questa fosse per ragioni di spazio, a cui si corrisponderà con un adeguamento delle distanze tra e sulle file.

La sequenza modulare consente, inoltre, di imparare a conoscerle e a distinguere non isolatamente ma nel contesto della presenza di altre piante.

La modularità permette di graduare l'attività di cura, comprendendo il diverso impegno richiesto dalle differenti specie.

La modularità delle colture serve a far comprendere, su piccola scala, il principio della rotazione, dove, nell'ambito del ciclo biologico, una coltura lascia il posto ad un'altra.

La scelta di prevedere tre piante per tipo corrisponde al principio dell'avvio alla modalità di coltivazione finalizzata alla produzione, che è distinta da quella della mera occupazione che ha i caratteri dell'hobbistica.

La riabilitazione infatti, finalizzata all'inserimento lavorativo, ha come caratteristica la ripetitività delle azioni culturali su larga scala, da qui la ragione per cui, nel secondo tipo di filari, gli spazi si riducono e, all'interno del modulo, la presenza dello stesso tipo di pianta raddoppia.

La scelta di adottare piante a crescita diversa, corrisponde alla necessità di accompagnare gli utenti a relazionarsi con i cicli biologici che non sono uguali per tutte le piante e dunque a fare i conti con le diverse specificità degli esseri viventi.

Oltre a quanto già espresso, la scelta di piante con cicli biologici diversi deve rispondere alla necessità di stimolare tutti i sensi al fine di trarne il massimo giovamento terapeutico e vitale.

LE FASI:

Le fasi a cui corrispondono le diverse cure culturali sono le seguenti:

- preparazione, durante la stagione invernale, dei vasi da utilizzare per la riproduzione delle piante sui bancali in serra o pieno campo, dipingendoli in base alla pianta che verrà coltivata. La scelta colore/pianta, potrà essere individuale o frutto di decisioni di gruppo.
- preparazione dei sostegni con diverse colorazioni;
- preparazione del compost come residui vegetali, con attrezzi e tecniche ormai disponibili e consolidate;
- predisposizione del terriccio del compost dentro le apposite formelle;
- semina;

- irrigazione;
- trapianto delle piantine in campo o sull'orto pensile posto sui pianali;
- formazione dei cumuli di terreno;
- posa delle piante nell'orto terapeutico avendo a riferimento lo schema qui proposto:

	SEMINA IN SERRA	SEMINA DIRETTA- MENTE NEL CAMPO	GIORNI EMERSIONE	TRAPIANTO IN CAMPO APERTO	TEMPI DI MATURA- ZIONE E RACCOLTO IN GIORNI
PEPERONE	MARZO	APRILE	2 SETTIMANE	DA APRILE A LUGLIO	120/150
PATATA	GENNAIO / FEBBRAIO	MARZO	4 SETTIMANE	DA FINE MARZO AD APRILE	PRECOCI: 60/90 TARDIVE: 130/140
POMODORO	FEBBRAIO/ MARZO	APRILE	1 SETTIMANA	DA MARZO A LUGLIO	90/120
MELANZANA	MARZO	APRILE/ MAGGIO	1 SETTIMANA	DA MARZO ALLA PRIMA META' DI AGOSTO	50/70

	SEMINA IN SERRA	SEMINA DIRETTA- MENTE NEL CAMPO	GIORNI EMERSIONE	TRAPIANTO IN CAMPO APERTO	FIORITURA
TAGETE	MARZO / APRILE (SEMINA SOTTO VETRO CON RIPICCHETTAMENTO IN VASSOIO IN CASSONE FREDDO)	MAGGIO	2 SETTIMANE	FINE DI MAGGIO	DOPO 5/6 SETTIMANE DALLA SEMINA. DA MARZO A NOVEMBRE

CALENDULA	FEBBRAIO	MARZO / APRILE	2 SETTIMANE	MARZO / APRILE	DELL'ESTATE FINO ALL'AUTUNNO
NASTURZIO	DA MARZO A MAGGIO	DA APRILE A MAGGIO	10 GIORNI	APRILE / MAGGIO	DA MAGGIO A OTTOBRE
PETUNIA	FEBBRAIO / MARZO	MARZO / APRILE	TRA I 7 E I 10 GIORNI	FINE MAGGIO / INIZIO GIUGNO	DA METÀ PRIMAVERA A METÀ AUTUNNO

- cure in campo, principalmente, irrigazione, sarchiatura e posa in opera dei sostegni, legatura ai sostegni, diradamento, sfemminellatura, eliminazione frutti deteriorati o parti di piante secche, raccolta ed eliminazione di insetti dannosi (es dorifera);
- raccolta;
- attività post raccolta-laboratorio sensoriale;
- utilizzo dei prodotti della raccolta;

I prodotti raccolti saranno trasportati dagli utenti presso il loro luogo di provenienza, oppure, altre volte, utilizzati e preparati assieme al personale di cucina della sede, o nell'apposito laboratorio esistente, per consumarli sul posto da parte di tutti i presenti. Poi, oltre ad usare verdure e piante aromatiche, sarà da valutare l'utilizzo dei fiori in pietanze, insalate, dolci, marmellate e composte, sempre presso le cucine della struttura o nell'apposito laboratorio, lasciando agli ospiti, che lo desiderassero, libertà di sperimentare.



Per la riconosciuta azione terapeutica, liberatoria ed aggregante, durante talune attività sarà utile e auspicabile ricorrere all'amplificazione di musica, i cui generi si potranno concordare, in parte, pure con gli ospiti e, per chi di loro volesse, avere la possibilità di intrattenere suonando.

Spazio iniziale di utilizzo:

Prevedendo di lavorare con 50 utenti, distribuiti in 10 turni (gruppi di cinque persone) nell'ambito della settimana e calcolando che ogni utente possa far fronte ad un modulo, lo spazio necessario all'interno della serra è quello già detto di 100 m², mentre lo spazio in pieno campo, ipotizzando la distanza massima dei filari di 200 cm e calcolando una distanza tra le piante di ogni filare mediamente di 70 cm, i moduli necessari saranno 50 per complessivi 1.600 m².

Tale superficie sarà aumentata in ragione degli spazi occupati dalle piante officinali, o altre, poste ai lati dell'orto, o sul lato nord, qualora si prevedano piante di alto fusto.

Lo spazio dedicato all'ortoterapia sarà aumentato in previsione di riservare un'area per una coltivazione di gruppo "importante" da realizzarsi con sostegni, come potrà essere la coltivazione di zucche ornamentali. In definitiva, prevedendo un numero di 50 utenti che si turnino settimanalmente, la superficie effettiva da destinare all'ortoterapia è di circa 1.600 m². A cui vanno aggiunti ulteriori 200 mq da destinare al prato "zona d'ozio".

PERIODO DI ATTIVITÀ:

Da gennaio a marzo: Attività in serra

Da aprile a settembre: Attività nell'orto.

Attività di servizio da assicurare all'ortoterapia per tutta la durata dell'attività:

- irrigazione
- sarchiatura
- raccolta se necessaria
- assicurare che il ciclo delle piante si mantenga.

Le sole attività di sarchiatura manuale e meccanica richiedono l'intervento di una persona per otto ore, per almeno 10 interventi durante il ciclo complessivo per un totale di 80 ore.

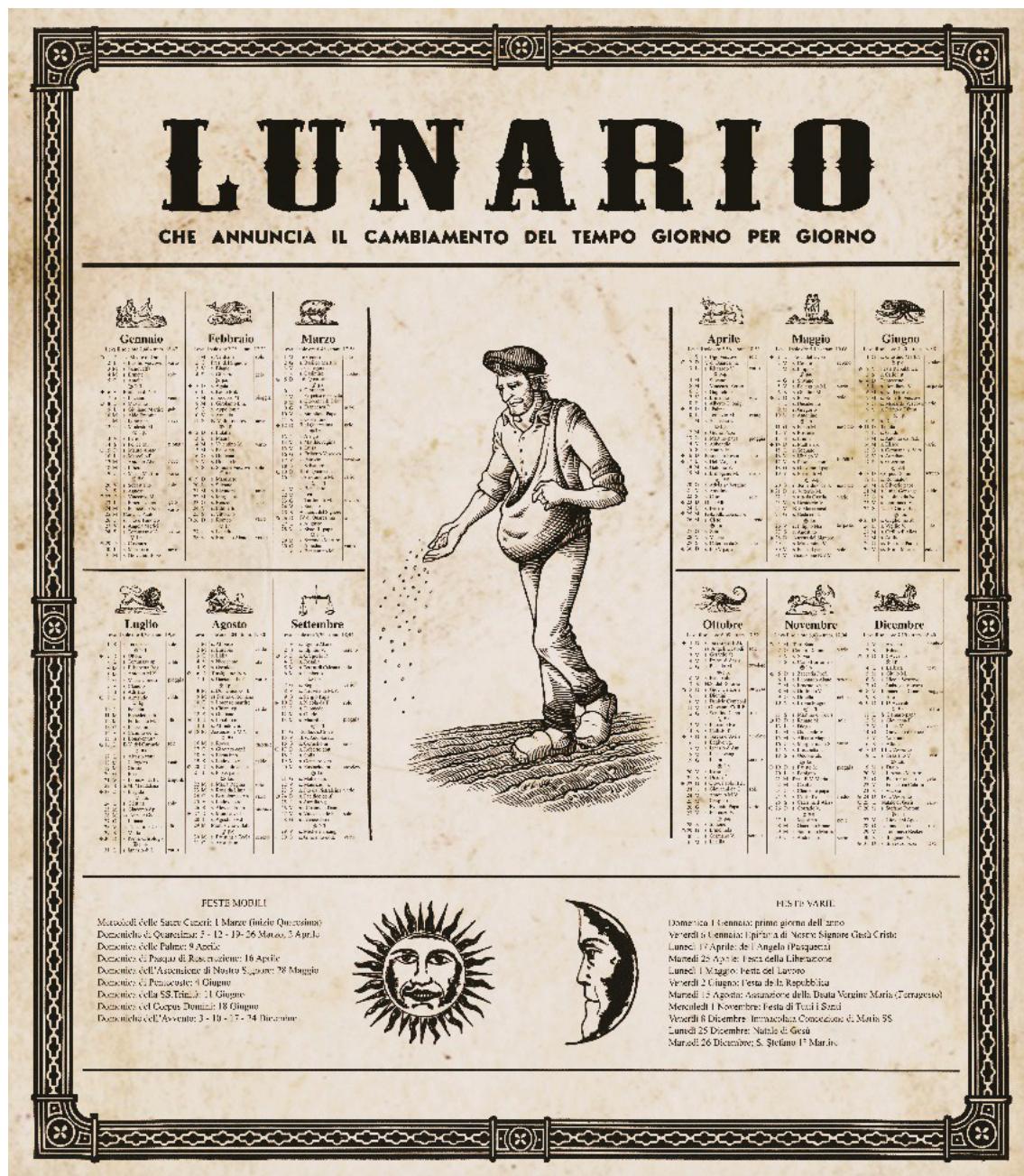
Sarà fondamentale che l'orto terapeutico non venga mai trascurato, anche in caso di lunga assenza degli utenti, così da evitare loro, al rientro, stati di frustrazione, che potrebbero comprometterne il percorso svolto precedentemente.

Il lavoro in campo aperto degli ospiti dovrà essere coadiuvato, durante i mesi caldi, dalla presenza di leggeri gazebo trasportabili che garantiscano un adeguato ombreggiamento.

- Riunioni preparatorie con gli utenti prima dell'avvio delle attività manuali in serra o in pieno campo.
- Somministrazioni di nozioni teoriche relativamente alle tecniche di coltivazione;
- illustrazione delle caratteristiche delle piante con descrizione dei loro utilizzi finali e caratteristiche nutritive (raccontando la storia della loro provenienza e dell'influenza nella storia umana);
- sottolineare il collegamento tra le diverse fasi biologiche di coltivazione e crescita delle piante con i proverbi della sapienza contadina, utilizzando la ricchissima documentazione raccolta ed elaborata, tra gli altri, nella nostra regione, da Dino Coltro. Nel mondo contadino le varie scelte agricole si attenevano a quanto formulato nei proverbi, i quali erano il risultato dell'osservazione secolare dei ritmi della natura e della compatibilità, con essi, delle attività agricole.

Il collegamento al calendario dei santi, del lunario, ai proverbi, agli scritti della tradizione, ad episodi della storia, consentiva di memorizzare con facilità i diversi momenti dell'anno per intervenire nel ciclo produttivo.

Ai giorni nostri questa sapienza e questo sapere, anche se non rinnovati, si sono conservati nelle famiglie, nel racconto dei più anziani e ripristinare queste conoscenze può attivare le memorie remote d'infanzia di alcuni ospiti.



ATTIVITÀ POST RACCOLTA-LABORATORIO SENSORIALE:

Qualsiasi sia il prodotto che si raccoglie: frutta, tuberi, foglie, fiori, erbe aromatiche ed officinali, andrà effettuato un test di valutazione con gli utenti che hanno partecipato alle attività, poiché ciascuno, in base ad una scheda che verrà predisposta, possa esprimere un giudizio su parametri che contraddistinguono le qualità organolettiche di ogni prodotto. Ad esempio se si decide di valutare le caratteristiche dei pomodori si esprimerà un parere su: grado di acidità, dolcezza, profumo, colore, forma, eccetera.



Ciò costituirà una modalità per stimolare i sensi e metterli a confronto all'interno del gruppo.

Andrà prevista la registrazione di filmati che riprendano le varie fasi a cui hanno partecipato gli utenti nel corso dell'anno.

Scheda di valutazione degli utenti:

Sarà necessario approntare un sistema di valutazione ex ante, in itinere e post svolgimento delle attività, sulla base di griglie valutative specifiche e di indicatori oggettivi e soggettivi.

Serra:

Va redatto il progetto per le necessarie autorizzazioni comunali e per il calcolo dei costi di realizzazione.

COSTI PROGETTO DI ORTOTERAPIA:

Vanno previsti e calcolati in base agli investimenti necessari: serra, impianto irrigazione, piantumazione piante arboree, struttura da approntare sullo “spazio d’ozio” o di “decompressione”, acquisto attrezzature di coltivazione (decespugliatori, tagliaerba, moto coltivatore, sarchiatrici, struttura di compostaggio, piccoli carrelli da trasporto, pianali in metallo, scaffalature in metallo, eccetera), materiali di consumo (scarpe, indumenti da lavoro, forbici, palette, formelle per la messa a dimora delle sementi, vasi, colori, pennelli, eccetera), e in base ai costi, almeno relativamente ai primi tre anni di manutenzione ordinaria quali le attività di sarchiatura, di irrigazione, di taglio dell’erba, della pulizia delle piante che fanno da contorno all’orto terapeutico, eccetera.

ATTREZZATURE E STRUTTURE PRESENTI:

La Cooperativa è certificata biologica; ha la disponibilità dei terreni dove realizzare la serra e realizzare l’orto. Dispone inoltre di un locale per effettuare attività di terapia e di un laboratorio a norma di legge per la trasformazione e lavorazione dei prodotti.

Intervento a cura di
CHIARA ROSSI
Psicologa della Comunità GAV

CIÒ CHE ACCADE NELL'ORTO ACCADE NELLA PSICHE:

Un anno fa circa il dr. G.B. Polo, Presidente della Coop. La Mano 2 ha proposto l'idea di predisporre uno spazio dedicato all'orto terapia utilizzando un'area adiacente la comunità di Oppeano della Coop. Gav. Il progetto per realizzare l'orto-terapico, per come è stato presentato, aveva caratteristiche specifiche per grandezza, forma, collocazione, scelta delle piante a rapida, media e tardiva crescita, distanze e sequenze delle piante, inclusione di piante adornanti: queste idea mi ha fatto riflettere perché il progetto si fondava sul concetto parallelo di setting (termine che si utilizza in ambito psicoanalitico) su cui poggia la relazione terapeutica: il setting rappresenta il **tempo e lo spazio** e il compito del terapeuta è di favorire la percezione di una situazione di contenimento, stabilità e sicurezza. Nella nostra realtà lo spazio è l'orto e tutto ciò che esso contiene e il tempo corrisponde alla frequenza e alla durata degli accessi all'orto ma non solo, è anche il tempo del ciclo della natura. L'Orto diventa un luogo dove i nostri ospiti e le persone affette da disabilità possono avvicinarsi alla terra e da essa far nascere con fiducia una fioritura.

Ma lavorare con la terra è spesso un percorso accidentato, punteggiato da fatica e delusioni: le piante di zucchina pungono, i pomodori maturano velocemente e appiccicano, le patate non si vedono sono sotto terra, troppo sole, poco sole, più acqua meno acqua, le piante cresceranno o moriranno, quale sarà la reazione emotiva che tutto questo susciterà?

Così, per stemperare qualche preoccupazione, mi sono ricordata di una riflessione fatta con un gruppo di ospiti adolescenti all'ospedale di Santa Giuliana: ho provato a sostituire, provvisoriamente, le parole terapeutico e riabilitativo con armonia ed equilibrio. La psiche elabora per tutto il corso della vita un'immagine corporea: se il corpo non è più armonioso perché duole o perché ferito, l'immagine corporea si modifica e viene lentamente riadattata. La mente produce una nuova immagine per ripristinare l'equilibrio: quando invece la psiche non è più armonica si frammenta: questo lo vediamo nei pazienti psichiatrici perché il linguaggio è disarmonico, la percezione del mondo interno ed esterno è disarmonico, i pensieri sono disarmonici. Accogliere e relazionarsi con le parti disarmoniche del sé rende complesso lavorare con questi ospiti e l'attività non ha lo scopo di occupare il tempo ma di restituire alla loro psiche un'immagine armoniosa di quello che stanno compiendo anche se non vi è la consapevolezza piena o la capacità di portare a termine tutto il percorso dell'attività. Laddove il percorso non si compie o delude o si interrompe per incapacità, per frustrazione, per confusione allora l'attività, se armoniosa, restituirà dignità e riconoscimento anche del più piccolo contributo. L'Orto terapico ha tutte le caratteristiche per rimandare alla psiche, di chiunque vi acceda, armonia. L'Orto terapico così come è stato progettato è armonico.

Dopo questa premessa vi racconto l'esperienza di tre gruppi di ospiti delle comunità della Coop. Gav. Le equipe di ogni struttura ha organizzato un gruppo di ospiti la cui partecipazione doveva essere costante e continua, sempre lo stesso giorno e negli stessi orari. È stato garantito il servizio trasporto per stimolare il desiderio di "muoversi verso" ... e non "aspettare che qualcosa arrivi o succeda": l'orto è un'area ben delimitata, l'accesso è semplice e l'operatore aspetta i nostri contadini. I contadini ritrovano lo spazio, da una settimana all'altra, riordinato e curato da un ospite che vive nella comunità di Oppeano. Ogni ospite ha a disposizione un pezzetto di terra, un filare, nel quale ha piantato quattro tipi di piante (3x4) se ne prende cura, le sorveglia, viene aiutato a capire i suoi bisogni, fino al momento della fioritura e del successivo raccolto che possono tenere e mangiare assieme agli altri nelle comunità. Questa trasformazione avviene con l'impegno di ogni singolo, con la sua presenza, la sua speranza e con la fiducia di poter avere, domani, un raccolto.

La parte finale del progetto è stata quella dell'assaggio dei prodotti per compilare una scheda per il riconoscimento delle qualità organolettiche (sapori).

Ovviamente come nei cicli della natura e dell'orto ci vuole tempo per vedere i risultati e anche nei nostri ospiti l'esperienza dovrà essere ripetuta anche più volte fino a che possano sentirsi veramente parte di una stagionalità in cui esiste la preparazione della terra, la semina, la crescita, la produzione e il raccolto e siamo certi che li avremo aiutati a ridare un'immagine armonica alla psiche di un luogo che è L'ORTO, in un tempo che non è solo quello dell'attività ma anche quello della natura che è lento e in virtù di questa lentezza permette la trasformazione e la possibilità di avere risultati sempre migliori.

Con il lavoro di tutti abbiamo raggiunto la sicurezza che, se anche una cosa non viene bene si può sempre rifarla meglio.

Grazie a tutti.

Intervento a cura di
FASOL ANTONIO
per Cooperativa Farsi Prossimo

AGRICOLTURA SOCIALE E ORTOTERAPIA:

Come cooperativa sociale di tipo “a” impegnata da molti anni nella gestione dei servizi residenziali e territoriali di tutta la “filiera” assistenziale e riabilitativa nell’ambito della salute mentale convenzionata con i Servizi Psichiatrici delle ULSS del territorio abbiamo sperimentato e apprezzato molto il percorso svolto da un gruppo selezionato di ospiti della CTRP “Casa Raldon” presso la fattoria sociale Fattoria Margherita gestita dalla cooperativa La Mano2 operante a Oppeano.

Pur infatti avendo nel tempo e tuttora sperimentato diversi inserimenti occupazionali-lavorativi di utenti psichiatrici presso orti, serre e aziende agricole afferenti alle nostre strutture o comunque indicate dai servizi di competenza, spesso i tempi e le modalità di inserimento risultavano discontinui e dagli esiti incerti, in quanto a seconda della tipologia dei progetti agricoli si poneva maggiore attenzione di volta in volta o alla produzione in sé o alla mera “occupazione” del tempo ma mai specificatamente al progetto terapeutico dei soggetti.

Nel contesto del progetto di ortoterapia organizzato da La Mano2, invece, è risultata particolarmente efficace e felice l’attenzione prioritaria posta, appunto, all’aspetto riabilitativo e terapeutico degli utenti, in linea peraltro con gli obiettivi dei PTRI previsti per l’inserimento nella comunità terapeutica stessa.

Ciò volutamente anche a scapito della produzione sia in termini qualitativi che quantitativi: per esempio nella sistemazione distanziata dei filari nel campo, nel rispetto dei tempi di crescita naturali, nella rinuncia a qualsiasi tipo di concimazione, sia naturale che chimica, ecc.

Volendo poi approfondire le analogie e i “sincretismi” disciplinari, interessante è risultata la funzione “sostitutiva” di un addetto alle cure delle piante dedicato a supplire durante le assenze fisiologiche degli utenti, volto a prevenire il fallimento con conseguente perdita di fiducia, oltre all’applicazione di “sostegni” su piantine fragili (quali emblematicamente sono spesso gli utenti) fino al rispetto delle diversità connaturali alle diverse specie e tipologie di piante e ortaggi.

A completare la cornice terapeutica, va segnalata la cura del contesto ambientale (i dipinti nei muri di cinta, le stradine interne sicure) nonché la possibilità di “ricoverare” (appunto) in luogo “protetto” le piantine in caso di maltempo.

Importante infine anche il riferimento alla ciclicità della vita delle piante, icona naturale della ciclicità della vita in generale, spunto per riflessioni di vita ed esistenziali prima ancora che psicologiche.

Si è trattato quindi di una esperienza assolutamente utile ed efficace per il gruppo di utenti che si è impegnato a partecipare, agevolato anche dalla vicinanza della comunità e dalla sinergia e collaborazione instaurate tra le due Equipe di lavoro, che auspichiamo possa avere un seguito!

Intervento a cura di
MARIKA AMBROSI
referente della Cooperativa Sociale La Ginestra e della Associazione Crescere Insieme

IL NOSTRO PROGETTO: “CHI SEMINA RACCOGLIE”

Periodo	14 luglio/agosto/settembre/ 6 ottobre
n° Incontri	9
n° Pazienti centro diurno Il Tesoro:	4
n° Pazienti centro diurno La Ginestra	7
Totale	11
Caratteristiche dei pazienti	problemi di comportamento adattivo, adesione al compito, importanti limiti cognitivi.

Il nostro lavoro non ci ha portato al raccolto a causa di una pioggia devastante ma il mancato raccolto non ha invalidato il lavoro, l'entusiasmo e gli aspetti più importanti che si desiderava perseguire e raggiungere.

L'esperienza affrontata è un percorso e, come tale, gli obiettivi sono in divenire. Nonostante ciò alcuni aspetti importanti sono stati rilevati.

Aspetti educativi favoriti dall'attività:

- rinforzo dell'identità individuale grazie alla fatica necessaria allo svolgimento del compito
- responsabilizzazione condivisa ed individuale nel “fare”
- senso percepito di un lavoro reale (uso di attrezature normali solitamente non proposte o concesse)
- incremento del senso di competenza grazie ad elevati indici di successo dei singoli compiti
- ampliamento dell'utilizzo delle abilità
- abbassamento del livello di ansia da prestazione grazie a tempi lenti e a compiti semplici
- ottimale alternanza dei tempi di concentrazione con quelli di relax
- esito visibile del lavoro svolto
- progettualità condivisa
- relazione operatore/utente potenziata nel suo valore del “fare insieme” nello stesso momento e con obiettivo comune
- valore collettivo del successo e dell'insuccesso: in entrambi i casi il singolo e la

squadra si percepiscono attivi, partecipi, protagonisti di un destino.

Per gli operatori:

- sperimentarsi in una relazione collaborativa senza la responsabilità della gestione dell'attività (Valentina)
- vivere la condizione di essere utente dell'attività alla pari e contemporaneamente agli utenti del cd, potendo quindi sperimentare facilitazioni ed ostacoli utili ad una revisione critica dell'essere operatori che, a loro volta, propongono e richiedono nelle varie attività quotidiane del centro diurno.

Intervento a cura di
LUISA SPINIELLA E FRANCESCA LODI
della Cooperativa Vale Un Sogno:

PROGETTO DI VITA E OCCUPAZIONE LAVORATIVA

La cooperativa Vale un Sogno Onlus, parte del gruppo Fondazione Più di un Sogno, si occupa di giovani e adulti con disabilità intellettuale.

Pianifica percorsi riabilitativi ed educativi rivolti al ciclo di vita di utenti con disturbo dello sviluppo cognitivo e disabilità intellettuale, assumendo una prospettiva di intervento che include i contesti di vita quotidiana e le prospettive evolutive a lungo termine.

Si impegna prevalentemente su due progetti:

- Educazione all'autonomia nella prospettiva di una vita il più indipendente possibile;
- Formazione al lavoro o occupazione lavorativa

Il sogno è quello di valorizzare le persone con disabilità intellettuale: mettere al centro l'utente e la sua famiglia per migliorarne la qualità della vita attraverso un approccio non assistenziale ma piuttosto sussidiario e basato sulle relazioni.

Si parla di progetto di vita per la necessità di creare un percorso coordinato, integrato e continuativo. Nel passaggio all'età adulta i percorsi educativi sono integrati da interventi di formazione al lavoro e, quando possibile, di inserimento tutelato nel mondo del lavoro. Per ogni persona è garantito un percorso individualizzato e che offre un impegno quotidiano significativo.

In collaborazione con la Fattoria Margherita è stato avviato il progetto il colore del lavoro che offre attività con contenuti diversificati e collocate su diversi livelli di complessità.

La scelta di un ambiente agricolo è stata fatta per rispondere a delle esigenze e dei bisogni diversi dalla struttura del classico centro diurno, ed avere la possibilità di affiancare ad una struttura che mantiene al suo interno delle lavorazioni "vere" ma che offre anche la possibilità di stare in un ambiente aperto, vario e a contatto anche con altre persone. Lo staff psicologico ed educativo lavora molto per un supporto alla famiglia che è chiamata a concretizzare azioni di accompagnamento che richiedono la capacità di essere vicini e allo stesso tempo di allontanarsi.

Il progetto prevede quindi opportunità di inserimento lavorativo per persone con disabilità intellettuale con interessi e abilità diverse.

Le attività vengono strutturate sulla base degli obiettivi individuali che ogni utente ha bisogno di raggiungere nella prospettiva di una miglior autonomia possibile per una vita indipendente al di fuori del nucleo familiare.

All'interno del progetto di vita è importante l'acquisizione di un ruolo sociale, fattoria Margherita risponde perfettamente a questo bisogno grazie al modo in cui è strutturata, grazie agli spazi ed alle lavorazioni che offre.

Organizzazione della giornata

Ora	Attività
9.00	Arrivo, cambio e pianificazione (della giornata, del lavoro e del pranzo)
9.15/30	Inizio lavoro (lavoro nei campi, semina in vaso, diserbo e pulizia del vivaio, lavorazione erbe officinali, lavorazione fiori per raccolta semi, pulizia vasi conserve e prodotti lavorati)
10.15/10.45	Pausa (a turno)
12.00	Fine lavoro, riordino, cambio e spesa
12.30	Pranzo (preparazione del cibo, preparazione della tavola, riordino....)
14.00	Riposo (giochi da tavolo, DVD, tablet, PC, TV, CD, Radio...)
14.30	Igiene
15.00	Fine attività

Per Descrivere la giornata tipo con dettaglio attività si prendono in considerazione I seguenti Capitoli e Domini della classificazione Internazionale del Funzionamento della Disabilità e della Salute:

1. Arrivo c/o Fattoria Margherita
2. Pianificazione del pranzo, scegliere e chiedere al gruppo se è d'accordo
 - intraprendere un compito singolo
 - eseguire le routine quotidiane
 - comunicazione
 - parlare
 - conversazione
 - interazioni interpersonali semplici
3. Cambio, indossare gli abiti da lavoro
 - cura della propria persona-prendersi cura delle singole parti del corpo
 - vestirsi
 - intraprendere un compito singolo
 - eseguire le routine quotidiane
 - Pianificazione del lavoro, attendere istruzioni sul compito del giorno e recuperare materiale adeguato e recarsi nel luogo dove si svolge il determinate lavoro.
 - intraprendere un compito singolo
 - eseguire le routine quotidiane
 - camminare
 - spostarsi
4. Fine lavoro, riordino, sistemazione del materiale utilizzato e spesa presso supermercato.
 - fare dei lavori di casa
 - interazioni interpersonali semplici
 - interazioni interpersonali semplici
 - parlare
 - conversazione

5. Pranzo (preparazione del cibo, preparazione della tavola, riordino....)
 - mangiare
 - bere
 - abilità di vita quotidiana-domestiche
 - preparare dei pasti
 - fare dei lavori di casa
6. Igienie
 - cura della propria persona-prendersi cura delle singole parti del corpo
 - vestirsi

Il progetto **Il colore del lavoro** coinvolge 8 ragazzi con disabilità intellettuale, 2 educatori, 1 operatore e 1 supervisore psicologo che si coordina con l'operatore stesso che si occupa dell'utenza della fattoria e della preparazione del lavoro.

Intervento a cura della
Dottoressa Valentina Zevilonghi
Operatore Cooperativa Sociale La Mano 2

RESOCONTINO FINALE ORTOTERAPIA 2017

Da Marzo fino alla fine di Agosto ho lavorato con i gruppi provenienti dalle comunità “Gav” e dalla comunità “Farsi Prossimo” per realizzare un orto terapeutico estivo, mentre da Agosto ho iniziato la stessa attività con il gruppo formato dalle comunità “La Ginestra” e dal “Tesoro” realizzando un orto terapeutico autunnale.

L’orto è stato approntato secondo le indicazioni del progetto di ortoterapia del Dott. Giambattista Polo.

I ragazzi partecipanti hanno avuto dei moduli, cioè delle frazioni di terra, dove si sono occupati di piantare gli ortaggi designati e prendersene cura.

In alcuni casi il modulo era assegnato ad un solo utente, in altri era diviso tra più persone, a seconda dei bisogni e delle difficoltà di ciascuno.

Oltre ai gruppi delle diverse comunità, abbiamo realizzato dei progetti individuali come quelli con i ragazzi inviati dal Sil (Servizio Integrazione Lavorativa) e quelli del progetto “Esodo” che si occupa di trovare percorsi di inclusione socio lavorativa per detenuti ed ex detenuti.

Anche le persone con progetto individuale hanno avuto un modulo personale da gestire ma oltre a questo, si sono occupate della manutenzione ordinaria dell’orto, cioè dell’irrigazione e dell’eliminazione delle erbe infestanti durante i giorni della settimana in cui non erano presenti gli altri ragazzi, per poter garantire sempre la riuscita ottimale dell’orto.

In totale abbiamo avuto circa una quarantina di ragazzi che hanno partecipato al progetto di ortoterapia in questi mesi, suddivisi in gruppi di numero variabile nei vari giorni della settimana.

LE VARIE FASI DI LAVORO

Il lavoro è stato suddiviso in diverse fasi. Nella maggior parte dei casi ogni fase rappresenta un incontro diverso con gli ospiti, tranne quando si tratta di operazioni particolarmente lunghe o che hanno bisogno di essere svolte costantemente in orto.

Le diverse fasi devono essere svolte in modo rigoroso e con ordine per poter dare a tutti la possibilità di cogliere pienamente il senso di ciò che viene fatto.

Qui è riportato l'elenco delle diverse fasi:

- Distruzione del vecchio orto e preparazione del terreno.
- Misurazione delle distanze e stesura dei fili che indicano i diversi filari e i moduli individuali.
- Misurazione delle distanze sul filo e legatura degli elastici di colore diverso che indicano il punto in cui vanno messe le piante a dimora e quali piante a seconda del colore dell'elastico, ad esempio un elastico rosso per i pomodori, uno verde per i peperoni e così via per le diverse piante.
- Creare il rincalzo di terra sotto agli elastici messi precedentemente in concomitanza a dove vanno messe le piantine.
- Messa a dimora delle piante sulle basi circolari di terra in ordine di 3 piante per ogni tipologia di pianta e tutte di varietà differente una dall'altra.
- Creazione di paletti colorati da mettere in prossimità di ogni pianta. Anche in questo caso il colore del paletto richiama il colore del frutto della pianta. Quindi il rosso indica i pomodori, il viola le melanzane, il verde i peperoni e il giallo le patate. I paletti hanno sia lo scopo di indicare la posizione delle diverse tipologie di pianta e quindi di poterle riconoscere con facilità, sia quello di supporto per le piante che necessitano di un sostegno a cui essere legate.
- Irrigazione delle piante in modo manuale. Questa fase di lavoro diventa costante dal momento della messa a dimora, infatti non è stato messo un sistema d'irrigazione automatico proprio perché gli utenti potessero mantenere la cura dell'orto costantemente.
- Altra azione da svolgere con continuità è il diserbo manuale visto che l'orto viene creato sulla nuda terra e non su teli pacciamanti.
- Legatura delle piante ai supporti tramite dei legacci appositi. Nel caso dei pomodori è essenziale, altre piante che non lo richiedono sono state legate ugualmente per poter continuare l'operazione e renderla sempre più familiare e facile.
- Dal momento in cui compaiono i primi frutti la raccolta diventa anche quella una costante e uno dei momenti più importanti e di maggior soddisfazione per gli ospiti.
- Per ultima c'è la fase di assaggio dei prodotti in laboratorio, facendo un vero e proprio panel con un grafico in cui gli ospiti valutano le diverse caratteristiche di ogni ortaggio.

OSSERVAZIONI E CONSIDERAZIONI PERSONALI

Dall'esperienza sinora svolta sono giunta ad alcune considerazioni personali.

In generale gli ospiti hanno dimostrato molto entusiasmo all'inizio, impegnandosi nella pulizia del terreno dalle erbe infestanti dove sarebbe sorto l'orto. Credo che questa fase sia molto importante perché i ragazzi sentono di fare ordine nell'orto e in sé stessi e di iniziare qualcosa di totalmente nuovo che rompe con il passato. La fase di "distruzione" del vecchio, eliminare le erbacce, pulire il terreno, magari raccogliere qualche ortaggio rimasto da piante ormai esaurite, rappresenta una fase importantissima che se possibile bisognerebbe sempre lasciar fare agli ospiti che si apprestano a coltivare le proprie piante, senza far trovare uno spazio già costruito ad hoc da qualcun altro ma lasciando a loro stessi il timone di quello che sta accadendo in quello che diventa a tutti gli effetti

un loro spazio.

Altro punto che vorrei sottolineare è il senso del limite sia temporale sia fisico.

Dal punto di vista fisico deve essere chiaro il limite del proprio spazio, la chiarezza su qual è il pezzo di orto che è stato assegnato ad ognuno e di quali sono le piante di cui prendersi cura. In questo modo aumenta il senso di responsabilità che ogni persona ha sulla vita delle proprie piante e sulla riuscita di un buon prodotto finale.

Da un punto di vista temporale è bene sottolineare con gli ospiti che le piante hanno un ciclo vitale determinato nel tempo e lavorando con piante orticole questo tempo è limitato a pochi mesi. Questo ricorda alle persone di essere anch'esse limitate nel tempo.

È un fatto che va spesso ricordato perché sembrano non tenerlo troppo a mente, considerando anche che le piante quando sono alla fine della produzione mostrano chiari segni di deterioramento. Ho notato in molte persone, in particolare quelle con problemi psichiatrici, la tendenza a confondere il deterioramento naturale della pianta che è alla fine del proprio ciclo vitale, con la malattia. Di fronte a foglie gialle o appassite spesso mi hanno chiesto se potevamo dare qualche prodotto per rimetterle in sesto, scambiando quindi i sintomi della vecchiaia con quelli della malattia. Quest'esempio ci dà l'idea di quanto fortemente l'orto sia in connessione con la psiche di ciascuno, di come il mondo naturale diventi lo specchio del sentire dell'individuo. Tutto ciò può aiutare a predisporre dei cambiamenti in noi e negli altri solo a partire da una pianta.

Altro punto fondamentale nello svolgere l'ortoterapia è il bisogno di ordine.

L'ordine deve essere costante: dall'assetto iniziale dell'orto con misure precise alla cura quotidiana dell'orto. Anche nel legare i pomodori o nel togliere parti marcie deve esserci sempre ordine e chiarezza su ciò che si sta facendo e su come va fatto. Bisogna sapere dove sono gli attrezzi e avere la certezza di trovarli nel solito posto e deve esserci ordine nella disposizione delle piante e nel modo di lavorare.

Questo è un argomento che ho trattato anche con loro e tutti concordano con l'importanza di avere un luogo di lavoro e di rigenerazione che rimandi a un'idea di ordine e precisione che serve a dare dei punti di riferimento fissi e che mettono a proprio agio.

Nell'idea di ordine rientra anche la routine, cioè il mantenere uno schema fisso di come vengono svolte le diverse mansioni. Per cui gli ospiti che hanno realizzato l'orto, una volta imparato lo schema sapevano già quali sarebbero state le azioni quotidiane, come il dar da bere o raccogliere le verdure. Tutto ciò sempre per creare un clima di fiducia e di quotidianità rassicurante.

Una volta dato uno schema chiaro sulle mansioni e sulla realizzazione dell'orto viene anche lasciato spazio alla creatività personale. Gli ospiti possono dare idee su cosa piantare, come farlo, come utilizzare il prodotto finito o per risolvere le diverse situazioni che vengono a crearsi.

Altro fattore fondamentale è lo scopo. Perché piantiamo una pianta rispetto ad un'altra, perché viene lasciato un determinato spazio, e scoprire insieme la storia, le origini e le

curiosità degli ortaggi coltivati. La narrazione è una parte fondamentale dell'ortoterapia, non si tratta solo di fare un orto ma di creare cultura, di dare valore a ogni singola varietà piantata, di ritrovare nel proprio passato qualcosa che ci leghi a quel determinato sapore, odore, o colore.

L'idea di avere un pezzo di orto personale, di poter portare a casa la propria verdura, di sapere che si sta facendo qualcosa per sé stessi è un'altra fonte di fiducia ed entusiasmo per chi partecipa all'orto terapeutico. Ho notato infatti un entusiasmo maggiore in chi aveva un modulo personale rispetto a chi l'ha condiviso e più cura nella raccolta in chi sapeva che avrebbe portato la verdura a casa da qualche parente.

Inoltre nell'orto abbiamo realizzato anche alcuni esperimenti sensoriali, come la possibilità di camminare scalzi nella terra calda appena arata per vedere quali fossero le sensazioni provate. Sono stati in pochi a partecipare a questo esperimento perché la paura di sporcarsi è sempre in agguato, ma chi l'ha provato è rimasto soddisfatto dell'esperienza, dicendo di trarne energia.

Essendo l'orto legato ai sensi altre attività sono state quelle di riconoscere le piante in base al colore dei fiori o al profumo emanato.

In particolare l'attività che più ha messo in moto i sensi dei partecipanti è stata l'assaggio finale dei prodotti coltivati. Infatti, una volta raccolti i frutti, gli ospiti hanno avuto la possibilità di realizzare un vero e proprio panel, con un grafico con un insieme di caratteristiche da valutare in una griglia da uno a quattro. Così mettendoci in laboratorio abbiamo assaggiato le diverse varietà di pomodoro, melanzana e peperone, rilevandone sapore, odore, colore e inserendo i dati in un grafico compilato da ciascuno e poi confrontandolo con gli altri.

Anche questa esperienza è stata interessante e ricca di spunti per il futuro, sarebbe infatti interessante avere la possibilità di cucinare i prodotti raccolti tutti insieme, seguendo le ricette proposte da ciascuno.

Quando si vuole realizzare un progetto di questo tipo è molto importante la collaborazione di tutte le persone che sono coinvolte nella cura delle persone che partecipano all'orto. L'entusiasmo sul lavoro svolto deve arrivare da più fronti, dalla famiglia, dagli operatori, dagli assistenti sociali, in un lavoro di equipe che coinvolga tutti. Perché basta veramente poco per gettare nello sconforto una persona che si è impegnata nel realizzare qualcosa e ci vuole molto impegno per creare quel clima di fiducia ed entusiasmo necessari per avere dei risultati positivi dall'esperienza dell'orto terapeutico.



MENEGO STRENGHETO

di Autore Polesano

Quando che mi gero ragazeto
al me paese ghe gera un mato:
el se ciamava Menego Strengheto.

Longo, suto, insaccà in t'un vestito sliso
co'l me vedea ghe se s-ciavava el viso
e tuto alegro el me contava:

"Carlin, a lo digo solo a ti:
i m'à dà un milion de franchi,
i m'à nominà sindaco, prefeto, re:
el dotore, al me confronto, l'è un tirapiè."

"Da bon? – Che fortuna ca ti gà!"
- disevo mi – e lu beato
el rideva come un... mato.

"Carlin, voto ca te compra na bicicleta nova?
Voto na steca de mandolato
Granda come na mota de giara?
voto na s-ciopa ca spara



o voto na fornà de pan biscoto
e un saco de frumento?
Stanote te porto tuto in banda al monumento.”

“Magari!” – disevo mi –
e lu el gera contento.
Ma un bruto giorno, con un intrigo,
Menego Streheto i l'à menà a Rovigo.
L'è sta via un gran tempo
e dopo l'è tornà
mortificà.

Lo incontro de sconton:
l'è molo, sbiasio, smonà:
el gà la scafa sora el peto, i brazzi a sbingolon.
El me varda, el me vien vizin
el me tira in t'un canton:

“Carlin, le gera tute bale quele ca t'ò contà:
mi no gó cariche, no gó schei,
mi son un poro-can”,
e le lagreme
pian – pian
ghe cascava, dai oci, sora le man.

“O Dio”,
senza dir gnaca na parola
mi son scapà
co'l gropo in gola.

El sogno de Menego Streheto l'è finio:
el gera mato: i l'à guario.

CONCLUSIONI

L'attività di agricoltura sociale in base alla quale Fattoria Margherita, gestita dalla cooperativa La Mano 2, è iscritta all'elenco regionale delle fattorie sociali si caratterizza con progetti di integrazione sociale in ambito lavorativo, ma soprattutto con l'attivazione di percorsi abilitativi e riabilitativi mediante sottoscrizione di convenzioni con enti pubblici e privati.

Da anni la cooperativa La Mano 2, in stretta collaborazione con la cooperativa sociosanitaria Gav, giovani amici veronesi, affronta, con le risorse agricole di cui dispone, le disabilità psichico-intellettive e quelle fisico-sensoriali.

La scelta dunque di evolvere la cooperativa quale fattoria sociale non scaturisce, prioritariamente come in altri casi, dall'esigenza di diversificare l'attività agricola che si esercita nella fattoria Margherita, ma al contrario quale attività fondante e prioritaria delle finalità della cooperativa in base all'esperienza accumulata in questi anni su "Agricoltura e diverse abilità".

La multifunzionalità delle fattorie sociali o aziende agricole con operatori formati diventa di vitale importanza, in quanto a fronte di una emersione sempre maggiore di una casistica alla quale non si riesce a dare una concreta risposta, sia per i costi elevati, sia perché è una categoria che non è facilmente individuabile dato che un disagio non è necessariamente riconducibile ad una determinata malattia, gli enti pubblici da soli non possono riuscire a rispondere a tutti i diversi e specifici bisogni di questi utenti. Allora rimane nelle mani del privato farsi carico di questo impegno, partendo dall'assistenza alla famiglia, e arrivando, attraverso operatori che siano correttamente formati, a premiare il lavoro di gruppo finalizzato al ritrovamento dell'autonomia personale da parte dell'utente.

I profili di professionalità presenti nella comunità in campo agronomico e psichiatrico consentono di realizzare una progettazione abilitativa e riabilitativa sia con l'ortoterapia, con le piante aromatiche officinali e con gli animali, che con le attività di pittura e decorazione legate all'agricoltura. Gli spazi sia esterni che interni sono attrezzati rispondenti alle normative di sicurezza e per assicurare in ogni periodo dell'anno la continuità delle attività all'interno dei percorsi occupazionali, terapeutici e riabilitativi individuati per ogni persona.

Vorrei concludere sottolineando quanto l'ortoterapia, posta nelle mani giuste, e gestita con la corretta sensibilità e metodologia, possa essere un valido e concreto strumento riabilitativo e di cura del disagio e della disabilità. Per questo credo fermamente che sia valsa la pena soffermarsi ad approfondire l'argomento in ogni sua sfaccettatura. E viste le potenzialità che l'orto terapeutico offre mi auguro che questa possa essere una valida traccia per gli operatori che vorranno intraprendere questo tipo di percorso terapeutico; sempre tenendo presente e nella consapevolezza che ogni attività proposta è imprescindibile dalle caratteristiche di ciascun singolo utente.



FONDAZIONE GAV



LA MANO 2