

Cura della food forest: alcuni punti chiave!

- 1) Divertitevi!
- 2) Osservate!
- 3) Non si utilizzano sostanze chimiche di nessun tipo
- 4) Il terreno non viene lavorato
- 5) Le erbe spontanee sono fortemente valorizzate
- 6) La potatura viene effettuata solo da persone specializzate
- 7) Si minimizza l'uso di strumenti a motore
- 8) Tutti gli scarti vegetali sono compostati in loco
- 9) Si minimizza l'irrigazione e la si applica con delicatezza
- 10) Si massimizza e valorizza la biodiversità animale e vegetale



Cura della food forest: alcuni punti chiave

1) Divertitevi!

Questa è il punto chiave numero uno del prendersi cura della food forest! A volte ci si può far prendere dall'affanno del dover fare ma è solo un'illusione! La food forest bene o male cresce rigogliosa anche senza il nostro intervento! Prendersene cura deve essere un piacere. Il piacere di stare all'aria aperta, socializzare, imparare cose nuove, e del prendersi cura di qualcosa. Può inoltre essere d'aiuto tenere a mente che faticare fisicamente non vuol dire non divertirsi anche se vogliono farci credere che il nostro futuro di umani ed il nostro benessere consista nello schiacciare pulsanti su dei telecomandi.

2) Osservate!

La food forest è un mondo da scoprire ed esplorare. Prendetevi il tempo di osservare come le piante si accrescono, come gli animali e gli insetti vi interagiscono e come le connessioni tra le varie componenti si sviluppano. Osservate tanto prima di intervenire. Chiedetevi perché la natura si sta sviluppando in quel modo e se è davvero il caso di intervenire e come.

3) Utilizzo di sostanze chimiche

Nella food forest non si utilizzano sostanze chimiche di nessun tipo.

Quindi niente erbicidi, fungicidi, lumachicidi, pesticidi di ogni sorta, né concimi chimici. Non sono utilizzate neppure le sostanze ammesse nell'agricoltura biologica (piretro, verde rame ecc) in quanto anch'esse hanno una loro tossicità verso varie componenti dell'ecosistema ed intaccano gli equilibri naturali che vogliamo sviluppare.

4) Lavorazione del terreno e fertilità del suolo

Nella food forest il terreno non viene lavorato per evitare di danneggiare la sua struttura e l'ecosistema che lo costituisce. Le azioni atte a migliorare la fertilità del suolo consistono principalmente nella fornitura di materiale organico nella forma di pacciamatura e nella piantumazione di piante azoto-fissatrici quali quelle appartenenti alle famiglie delle leguminose. La lavorazione è ammessa solo nei bancali ad ortaggi nel caso in cui il terreno per una non corretta gestione si sia compattato eccessivamente o sia stato invaso dalla gramigna. E' consigliato l'uso della vanga forca per smuoverlo appena dal basso verso l'alto mentre è fortemente sconsigliato rivoltarlo. Nei bancali ad ortaggi è ammesso l'utilizzo di compost prodotto mediante compostaggio o in alternativa di stallatico maturo di origine biologica (non in pellet).

5) Gestione delle erbe spontanee e sfalcio

Nella food forest le erbe spontanee sono fortemente valorizzate sia per il loro fondamentale ruolo nell'ecosistema che, in molti casi, anche nella loro valenza alimentare.

Le uniche erbe spontanee che necessitano un minimo di gestione, tramite rimozione manuale, sono le graminacee (quelle che hanno l'aspetto di "erba"). **Tutte le altre piante spontanee vengono lasciate in sito a svolgere la loro funzione all'interno dell'ecosistema.** Porre enorme attenzione a ciò che si rimuove perché ci sono numerose piante di pregio magari poco note ma che sono state coltivate appositamente. Le graminacee possono essere confuse con agli e cipolle. In tutti i casi la rimozione avviene preferibilmente tagliando le piante alla base e non sradicandone la radice.

Evitare inoltre di calpestare l'area all'interno delle aiuole intorno agli alberi e dei bancali ad ortaggi per evitare che il terreno si compatti e fare attenzione alle zone in cui sono stati piantumati semi o piantine che sono normalmente indicate da un bastoncino di legno o un'etichetta.

6) Potature

La potatura delle piante legnose (alberi ed arbusti) **viene effettuata solo da persone specializzate**. Una potatura corretta richiede una profonda conoscenza delle modalità di accrescimento di ciascuna delle varietà di piante. Nella food forest le potature sono minimizzate, effettuate comunque solo su piante originate da vivaio, mentre non viene effettuata sulle piante cresciute da seme in sito.

7) Utilizzo strumenti a motore

Nella food forest si cerca di minimizzare l'utilizzo di strumenti a motore per evitare l'inquinamento sia dell'aria che rumoroso che generano. Il tagliaerba è utilizzato solo lungo i camminamenti e lungo la sponda stradale del fossato. Enorme attenzione va posta nell'eventuale uso di decespugliatori in quanto è facile danneggiare le numerose piante presenti.

8) Compostaggio

Tutti gli scarti vegetali vengono lasciati sul posto alla base degli alberi o conferiti alle compostiere della food forest per la produzione di compost. La food forest è dotata di una compostiera "classica" e di una lombricompostiera.

9) Irrigazione

Nella food forest l'utilizzo dell'irrigazione è ridotto al minimo per risparmiare questa importante risorsa. A tal fine viene utilizzata la pacciamatura che riduce l'evaporazione e l'esposizione del suolo all'azione erosiva e compattante dell'acqua.

Si consiglia l'irrigazione tramite innaffiatoiri dotati di nuvola o comunque quando si utilizza la canna, mai indirizzare il getto dell'acqua sul suolo nudo o contro la parte vegetativa della pianta (sempre nei pressi della base). Cercare di creare un getto leggero che cada sulla pacciamatura. Non lasciare mai la canna in situ a creare pozzanghere, ristagni o un flusso eccessivo che causi il dilavamento dei nutrienti dal suolo. Il corrente flusso d'acqua è di circa 20l al minuto. Si consiglia un'irrigazione settimanale indicativa di circa due minuti ad albero (40 litri) ed un minuto ad arbusto (20 litri) nei periodi più caldi dell'anno, in assenza di precipitazioni, e per gli alberi più giovani o che manifestano segni di sofferenza idrica. Irrigare nei pressi del fusto ma anche più distante per stimolare lo sviluppo radicale. Una evento piovoso superiore ai 20 mm sostituisce l'irrigazione.

10) Biodiversità

Nella food forest la biodiversità sia animale che vegetale è massimizzata. Si cerca di favorire l'insediamento di insetti di vario tipo coltivando piante apposite che li attraggono e lasciando a loro disposizione piante secche (a fine ciclo vegetativo) e rifugi di materiale vario (tronchi, sassi) o strutture come gli hotel per gli insetti.

11) Bancali ad ortaggi

Gli stessi principi applicati alla food forest sono anche applicati nella gestione dei bancali dedicati alla coltivazione di piante annuali. Le varietà di ortaggi in vendita nei vivai sono stati selezionati per crescere in condizioni innaturali di elevate concimazioni chimiche e irrigazioni. Vogliamo

sviluppare un progetto che ci permetta di selezionare varietà adattate a condizioni naturali che riducano la dipendenza da input esterni. Si consiglia la coltivazione di varietà antiche rustiche.

Benvenuto nel progetto Fruttorti di Parma!

Chi siamo!

Fruttorti di Parma è un progetto portato avanti da un movimento spontaneo ed informale di cittadini, nato a Parma nel 2012.

Lo scopo del progetto e di questo gruppo di persone è di regalare ai quartieri di Parma spazi verdi utili alla comunità e fruibili da tutti gli abitanti del quartiere, ricchi di biodiversità, che producano cibo sano e gratuito, luoghi in cui ci si rilassa, si porta a giocare i bambini, ci si scambia due chiacchiere, si imparano cose nuove e si condividono i frutti della terra.

Siamo impegnati nella divulgazione ed applicazione di principi di sostenibilità ambientale e sociale. Siamo partiti dalla produzione di cibo consci degli enormi impatti che l'attuale sistema di produzione basato sull'agricoltura industriale causa sull'ambiente e sulla società.

Riconosciamo inoltre **nell'autoproduzione di cibo di qualità con metodi di coltivazione sostenibile** una forte fonte di resilienza per la comunità locale, e di autodeterminazione, autostima ed emancipazione per gli individui partecipanti nonché di sviluppo sociale e culturale.

Le nostre proposte vogliono dare a tutti la possibilità di riappropriarsi della capacità e del piacere di prendersi cura della propria città, della propria vita e di quella delle altre persone, del bene comune e del pianeta, in un'ottica di mutualità, solidarietà ed inclusione sociale e culturale in un momento in cui la crisi dei grandi sistemi e l'incertezza sembrano farla da padroni.

Le iniziative si rifanno a principi ecologici, biologici, di permacultura che, prendendo spunto dal funzionamento dei sistemi naturali, mirano a progettare e creare insediamenti umani sostenibili e resilienti.

Vogliamo essere uno dei tanti tasselli necessari al grande cambiamento culturale al quale l'umanità è chiamata al fine di sviluppare un nuovo modello sociale non solo più equo, sobrio e rispettoso del sistema naturale di cui siamo parte, ma anche caratterizzato da una maggiore qualità della vita e maggiore benessere morale e fisico.

Ma come, un gruppo di cittadini pianta e si prende cura del fruttorto e poi chiunque può raccogliere? Non pensate che qualcuno passerà e raccoglierà tutta la frutta per se?

Il progetto è un esperimento anche sociale che permetterà di osservare dinamiche poco sperimentate e testate nella società contemporanea: quella della condivisione di un bene senza restrizioni, controlli, burocrazia, divieti e barriere fisiche. Sarà interessante osservarne gli sviluppi e vedere in che modo individui e comunità si comporteranno. Non si esclude che ci sarà chi raccoglierà di più e neppure che ci sarà qualcuno disposto a prendersi cura del fruttorto senza

pretendere una fetta di raccolto proporzionale al suo lavoro. Se i secondi saranno in tanti il raccolto potrebbe essere comunque abbondante. In tutti i casi si porterà avanti con successo l'aspetto di sperimentazione agronomica, dello stare insieme, dell'abbellire il quartiere e magari dell'aiutare qualcuno in difficoltà. E non è detto che colui che raccoglie senza prendersi cura del fruttorto una prima volta non sia poi spinto a fare un passo avanti verso una nuova realtà.

La Picasso Food Forest

Immaginate di camminare in un bosco luminoso dove tutto ciò che vi circonda sono piante rigogliose, alberi e arbusti carichi di frutti e noci, e piante erbacee commestibili. Ci sono anche fiori visitati da api, farfalle e altri insetti, e uccelli che cantano nel sottofondo. Vi trovate in una food forest, un sistema produttivo progettato dall'uomo ispirandosi alla natura e al suo funzionamento.

La Picasso Food Forest, è il primo esempio di sperimentazione di una food forest urbana e pubblica a Parma e forse la prima in Italia. Il progetto è stato avviato nel 2012 su un'area verde pubblica dove sono stati piantumati centinaia di alberi e arbusti da frutta, piante aromatiche ed officinali.

L'area è aperta, dunque chiunque può accedervi ed assaggiare i frutti e le erbe prodotte.

Tra gli alberi, numerose sono le varietà antiche che il progetto contribuisce a recuperare e tra questi si annoverano tante varietà di albicocchi, mele, pere, susine, peschi, giuggiolo, melograno, cotogni, noccioli. Tra i frutti di bosco ci sono lamponi, ribes, more, uva spina, josta, goji, aronia, gomi, sambuco nonché altre piante particolari come l'olivello spinoso, il pisello siberiano, il banano di montagna e tante altre.

Si tratta di un "parco pubblico" in parole più comuni dove gli alberi e le piante oltre ad essere decorativi, fornire ombra ed ossigeno, forniscono anche cibo agli abitanti della città.

La coltivazione a livelli

Nella food forest le piantumazioni sono effettuate utilizzando anche lo spazio verticale occupando indicativamente i 7 strati vegetativi che si possono identificare in un bosco ovvero quelli degli alberi più alti (altezza oltre i 9 metri), alberi di altezza media (sotto i 9 metri), arbusti, piante erbacee, piante di copertura del suolo, tuberi e rampicanti.

La Pacciamatura

Osservando la natura si nota che praticamente non si verificano mai situazioni in cui il terreno rimane scoperto (se non dopo fenomeni di dissesto idrogeologico o nei deserti). Il terreno scoperto è soggetto ad erosione, compattamento, siccità e gelo. Per evitare questi danni è bene garantire una costante copertura del suolo possibilmente mediante vegetazione. In alternativa si può ricorrere alla pacciamatura.

La pacciamatura è un'operazione che consiste nel ricoprire il terreno con uno o più strati di materiale di origine vegetale (paglia, cippato, foglie, cartone, sfalci) al fine di:

- proteggerlo dall'evaporazione dell'acqua d'estate e dal gelo d'inverno;
- proteggerlo dall'azione della pioggia battente e quindi dall'erosione o dalla compattazione;
- arricchirlo di materia organica derivata dalla decomposizione del materiale stesso;
- tenere a bada le erbe spontanee le quali non riescono a crescere se coperte dallo strato di pacciamatura.

Per tali ragioni nella food forest la pacciamatura mediante apporto di materiale organico sarà utilizzata in modo estensivo fino a quando col tempo non si creerà una sufficiente copertura vegetativa.

Fertilità del suolo, concimazioni e piante azotofissatrici

Nella food forest la fertilità del suolo aumenta negli anni man mano che il sistema si sviluppa e il suolo si arricchisce di materia organica la quale ne migliora la struttura, l'umidità e la capacità di trattenere elementi nutritivi.

Le azioni atte a migliorare la fertilità del suolo nella food forest consistono principalmente nella fornitura di materiale organico nella forma di pacciamatura e nella piantumazione di piante azotofissatrici quali quelle appartenenti alle famiglie delle leguminose.

Spesso le piante non si ammalano perché arrivano i parassiti ma perché le stesse si trovano in una situazione di debilitazione dovuta per esempio ad un suolo povero di vita microbica e materia organica (humus), o ad una scorretta potatura o irrigazione.

Volendo realizzare un ecosistema il più possibile autosufficiente da apporti esterni non si può non parlare di piante azoto-fissatrici.

Le piante azotofissatrici sono piante che tramite la loro relazione di simbiosi con alcuni tipi di batteri sono in grado di fissare l'azoto atmosferico svolgendo dunque una funzione di fertilizzazione naturale. E' importante introdurre un buon numero di piante di questo tipo in un sistema produttivo come può esserlo un foresta edibile in modo da avere una fonte gratuita e naturale di azoto.

Poiché lo spazio a disposizione ed il contesto urbano non ci permettono di utilizzare piante azoto fissatrici di grandi dimensioni come l'ontano Italiano, la scelta delle azotofissatrici è stata riposta in piante di dimensioni minori quali l'olivello spinoso, il goumi ed il pisello siberiano. Queste piante azotofissatrici perenni sono integrate dalla semina di leguminose annuali quali fave, piselli e fagioli rampicanti nelle aree intorno agli alberi da frutta.

Nei bancali ad ortaggi è ammesso l'utilizzo di compost prodotto mediante compostaggio o in alternativa di stallatico maturo di origine biologica (non in pellet).

Sfalcio dell'erba

Su questo aspetto ci teniamo a fare alcune fondamentali puntualizzazioni.

Purtroppo il cittadino moderno è, per più o meno complessi motivi culturali, attratto o meglio ossessionato dall'immagine del "pratino all'inglese" e dal presunto ordine e controllo che tramite esso riesce a percepire. Si sentono molti più cittadini lamentarsi delle "aiuole piene di erbacce" che del superamento dei limiti di legge dell'inquinamento atmosferico nonostante l'ovvia differenza di gravità effettiva delle due presunte lacune.

Il pratino all'inglese ha avuto origine in Inghilterra dove fu simbolo di emancipazione e status sociale per coloro che avevano accumulato sufficiente benessere dal non dover più coltivare la terra a disposizione intorno alle proprie case. E così l'orto davanti a casa fu abbandonato e sostituito da sterili prati ad alta manutenzione ed input esterni gestiti da giardinieri a pagamento.

Nella food forest si vuole sviluppare un approccio più rilassato al nostro rapporto con il verde, meno basato sul controllo autoritario, sul presunto ordine estetico, e più orientato al dialogo con la natura e con la vocazione vegetativa dell'area in esame.

Ricordiamoci che le così dette erbacce, ovvero le erbe spontanee che si diffondono rapidamente su ampie aree, in natura esistono per svolgere un'importantissima funzione che è quella di non lasciare terreno scoperto. Un terreno non ricoperto da vegetazione è soggetto alle intemperie quindi a facile erosione, evaporazione, desertificazione o compattamento, cosa che danneggerebbe la fertilità dell'area e la salute dell'ecosistema. La natura ha dunque "creato" delle erbe molto rustiche come la gramigna capaci di ricoprire suolo disturbato e scoperto in modo rapido, una sorta di soluzione per rimarginare una pericolosa ferita. Una volta che queste piante dette opportuniste hanno rimediato a parte del danno, l'ecosistema può riprendere la sua evoluzione. In quel sito piante che crescono più lentamente approfitteranno della fertilità prodotta dalle specie pioniere e pian piano riprenderanno a crescere.

Nella food forest le erbe spontanee sono fortemente valorizzate sia per il loro fondamentale ruolo nell'ecosistema che, in molti casi, anche nella loro valenza alimentare. Infatti molte delle piante chiamate erbacce sono anche ottime piante commestibili che impareremo a riconoscere ed apprezzare.