



Sommario

RINGRAZIAMENTI.....	12
INTRODUZIONE	13
L'orto sul balcone regala sempre dei grandi piaceri.....	15
CAPITOLO 1 - L'ORTO URBANO	17
1.1 Ecologia privata e benessere collettivo.....	17
1.2 Inquinamento e orto in città.....	19
CAPITOLO 2 - PROGETTARE L'ORTO.....	21
2.1 Lo spazio.....	21
In che zona si trova il balcone.....	21
Orientamento del balcone rispetto ai punti cardinali e alla luce.....	22
Quanta superficie ho a disposizione?.....	22
Quali piante voglio coltivare?.....	23
Il disegno.....	23
Uno spazio per i lavori di giardinaggio	24
Prevedere una produzione a ciclo continuo	25
Lo spazio per una sedia	26
2.2 Il tempo	27
2.3 Cosa coltivare	28
Erbe e aromatiche	29
Ortaggi.....	29
2.4 Annaffiare risparmiando l'acqua	31
Annaffiature.....	31
Riciclare l'acqua	31
Raccogliere l'acqua piovana.....	31
Irrigatori automatici e irrigatore fai da te.....	32
2.5 Fitodepurazione dell'acqua.....	33
2.6 Container gardening	35
2.7 Quando piove.....	36

CAPITOLO 3 - L'ORTO NATURALE: NON SOLO BIOLOGICO	39
3.1 Orto biologico.....	39
3.2 Orto macrobiotico.....	40
3.3 Orto biodinamico.....	42
Compostaggio	43
Fertilizzazione	43
Le fasi lunari	44
3.4 Orto sinergico.....	44
CAPITOLO 4 - VASI, SERRE E SEMENZAI	49
4.1 Vasi e contenitori insoliti	49
Riciclare le cassette per la frutta e gli ortaggi	52
I bidoni in latta e plastica.....	52
I sacchi di iuta e plastica	52
Le lattine, le bottiglie di plastica e altri riciclaggi	53
4.2 Semenzai	53
Dove tenere i semenzai	55
4.3 Serre fisse e mobili	56
Serretta tunnel mobile	57
Serra fissa	58
4.4 Mini-serre per semenzai	60
4.5 Proteggere da caldo e freddo	60
CAPITOLO 5 - SEMENTI E PIANTINE	65
5.1 Acquisto di semi o di piantine?	65
Piante da seme.....	66
Acquistare le piantine dal vivaio.....	66
5.2 OGM, sementi biologiche e scelte consapevoli	68
5.3 Come trapiantare	71
5.4 Produzione di semi.....	73
CAPITOLO 6 - IL TERRENO: DALLA SCELTA ALLA FERTILIZZAZIONE NATURALE	75
6.1 Terriccio e interventi.....	75
Terra, terriccio, sabbia & affini	75
Lavori colturali.....	76
6.2 Fertilizzare e concimare	78
Concimazione.....	79
6.3 Macerati e prodotti naturali	80

Macerati vegetali.....	81
I preparati da cumulo di Steiner.....	83
Cenere vegetale.....	84
Lupino.....	84
Humus di lombrico.....	85
Torba.....	85
Melassa di barbabietole rosse (sangue di bue).....	86
Neem.....	86
Soia fermentata e okara.....	87
Concimi chimici, ma “naturali” e a basso impatto ambientale....	88
6.4 Compostaggio.....	91
Dove compostare.....	91
Cosa compostare.....	92
Cosa non compostare.....	93
Parametri fondamentali per il compost domestico.....	93
Tempi di gestione e utilizzi del compost.....	95
Problemi e soluzioni.....	97
6.5 Lombricompostaggio.....	98
CAPITOLO 7 – I LAVORI MESE PER MESE.....	101
7.1 Gennaio.....	101
Terreno / concimazioni.....	101
Semina in semenzaio.....	102
Semina in vaso.....	102
Trapianti.....	102
Raccolta.....	102
Frutta.....	102
Cure anti-parassitarie per il frutteto.....	103
7.2 Febbraio.....	103
Terreno / concimazioni.....	103
Semina in semenzaio.....	103
Semina in vaso.....	103
Trapianti.....	104
Raccolta.....	104
Frutta.....	104
Cure anti-parassitarie per il frutteto.....	104
7.3 Marzo.....	104
Terreno / concimazioni.....	104
Semina in semenzaio.....	105
Semina in vaso.....	105

Trapianti	105
Raccolta	105
Cure anti-parassitarie	105
Frutta	106
Cure anti-parassitarie per il frutteto	106
7.4 Aprile	106
Terreno / concimazioni	106
Semina in semenzaio	107
Semina in vaso	107
Trapianti	107
Impianti	107
Raccolta	107
Cure anti-parassitarie	107
7.5 Maggio	108
Terreno / concimazioni	108
Semina in semenzaio	108
Semina in vaso	108
Trapianti	108
Raccolta	109
Cure anti-parassitarie	109
7.6 Giugno	109
Terreno / concimazioni	109
Semina in semenzaio	109
Semina in vaso	109
Trapianti	109
Raccolta	110
Cure anti-parassitarie	110
7.7 Luglio	110
Terreno / concimazioni	110
Semina in semenzaio	110
Semina in vaso	110
Trapianti	111
Raccolta	111
Cure anti-parassitarie	111
7.8 Agosto	111
Terreno / concimazioni	111
Semina in semenzaio	111
Semina in vaso	111
Trapianti	112

Raccolta	112
Cure anti-parassitarie.....	112
7.9 Settembre	112
Terreno / concimazioni.....	112
Semina in semenzaio.....	112
Semina in vaso.....	112
Trapianti	112
Raccolta	113
Cure anti-parassitarie.....	113
7.10 Ottobre	113
Terreno / concimazioni.....	113
Semina in semenzaio.....	113
Semina in vaso.....	113
Trapianti	113
Raccolta	114
Cure anti-parassitarie.....	114
7.11 Novembre	114
Terreno / concimazioni.....	114
Semina in semenzaio.....	114
Semina in vaso.....	114
Trapianti	114
Raccolta	114
Cure anti-parassitarie.....	115
7.12 Dicembre.....	115
Terreno / concimazioni.....	115
Semina in semenzaio.....	115
Semina in vaso.....	115
Trapianti	115
Raccolta	115
Cure anti-parassitarie.....	115
7.13 Indicazioni generali e diario	115
CAPITOLO 8 - VERDURA PER VERDURA.....	119
Aglio	120
Barbabietola	121
Basilico.....	122
Biete, bietole, erbette	123
Carciofi	124
Carote	126
Cavoli e broccoli.....	126
Cetriolo.....	128

Cipolla	129
Fagioli e piselli	131
Finocchi	132
Insalate, indivie, cicorie	134
Melanzane, peperoni e peperoncini.....	135
Melone e anguria	135
Patata, batata, topinambur	138
Prezzemolo	140
Pomodori.....	140
Porro	143
Ravanelli.....	143
Sedano	145
Spinaci	146
Zucca.....	146
Zucchina.....	147

CAPITOLO 9 - ERBORISTERIA E FRUTTA..... 149

9.1 L'erborista sul balcone	149
Assenzio	150
Bardana	151
Borragine.....	151
Calendula.....	152
Camomilla.....	153
Cerfoglio.....	153
Cumino.....	154
Dragoncello.....	154
Finocchio, anice selvatico	154
Liquirizia.....	155
Maggiorana.....	155
Menta.....	156
Origano.....	156
Ortica	157
Rosmarino.....	157
Ruta	158
Salvia.....	158
Timo	159
9.2 La frutta sul balcone.....	159
Cure anti-parassitarie per il frutteto	161

CAPITOLO 10 - COLTIVARE I GERMOGLI..... 163

10.1 Coltivazione casalinga dei germogli.....	163
---	-----

Primo giorno.....	166
Secondo giorno.....	167
Terzo giorno.....	167
Quarto/ quinto giorno.....	167
10.2 Il germogliatore fai-da-te.....	167
CAPITOLO 11 – PIANTE ORIGINALI E UTILI.....	171
11.1 Aloe: indispensabile panacea.....	171
Aloe vera.....	171
Aloe arborescens.....	173
11.2 Stevia: autoprodurre il dolcificante.....	175
Coltivazione.....	175
Riproduzione e moltiplicazione.....	175
Utilizzi.....	177
La polemica sulla Stevia.....	177
11.3 Perilla: l'eccezionale pianta del futuro.....	178
Come si coltiva.....	181
11.4 Luffa: la spugna vegetale.....	181
11.5 Edera: ombreggiare e farsi belli.....	184
Impieghi nella cosmesi domestica.....	187
11.6 Topinambur: la patata per i diabetici e i celiaci.....	187
CAPITOLO 12 – L'ECOALFABETO E L'ORTO DEI BAMBINI.....	191
APPENDICE A – METODI NATURALI PER PARASSITI, MALATTIE & C.....	197
A.1 La scelta: chimica, lotta integrata o rimedi naturali?.....	197
La lotta integrata.....	197
Consigli generali.....	198
I rimedi naturali.....	199
APPENDICE B – NORMATIVA DI RIFERIMENTO PER I BALCONI.....	201
16.1 Piccola normativa di riferimento.....	201

Ringraziamenti

Ringrazio Matteo, Marinella e Ciro: senza di loro non ci sarebbe stato né un orto, né un balcone.

Un grazie enorme a Fabrizio Comolli e Alessandro Valli: senza la loro lungimiranza non ci sarebbe questo libro e senza la loro pazienza non l'avrei mai terminato.

Un grazie di cuore a Sauro Martella e Renata Balducci, per aver fatto di Promiseland il luogo sereno che è: senza il forum *Orti e giardini naturali* questo libro non sarebbe lo stesso.

Ringrazio mille e mille volte tutti gli amici del forum *Orti e giardini naturali*, per aver capito, letto, giudicato, discusso, domandato, criticato e gioito.

Un sentito ringraziamento a Nicola Savio per l'impegno costante nel promuovere stili di vita sostenibili e per avermi messo a disposizione le sue traduzioni dei preziosi appunti di Emilia Hazelip.

Ringrazio Parva che mi ha messo in mano per la prima volta una stevia rebaudiana, "siamo vicini uniti dal fiume della vita".

Un grazie carico di entusiasmo a Marisa Gissi per le foto della serra sul balcone e al suo ingegnoso papà per la realizzazione.

Altrettanti ringraziamenti a Gianluca Grignani per le foto dei suoi balconi milanesi e per essersi fatto coinvolgere subito nell'agricivismo.

Grazie a Anna Taruffo, che mentre chiudevo questo libro mi ha mandato i semi delle carote bianche e dei Kohlrabi, la varietà di cavolo rapa tedesco, ricordandomi che c'è sempre qualcosa di nuovo da sperimentare.

Un ringraziamento speciale, grande e commosso ai lettori di Erbaviola.com, con l'augurio che i nostri orti, giardini e balconi continuino ad essere luoghi di pensiero, di rimorsi, errori, ripensamenti e dubbi, oltre che di cure, soddisfazioni, speranze e, soprattutto, sogni.