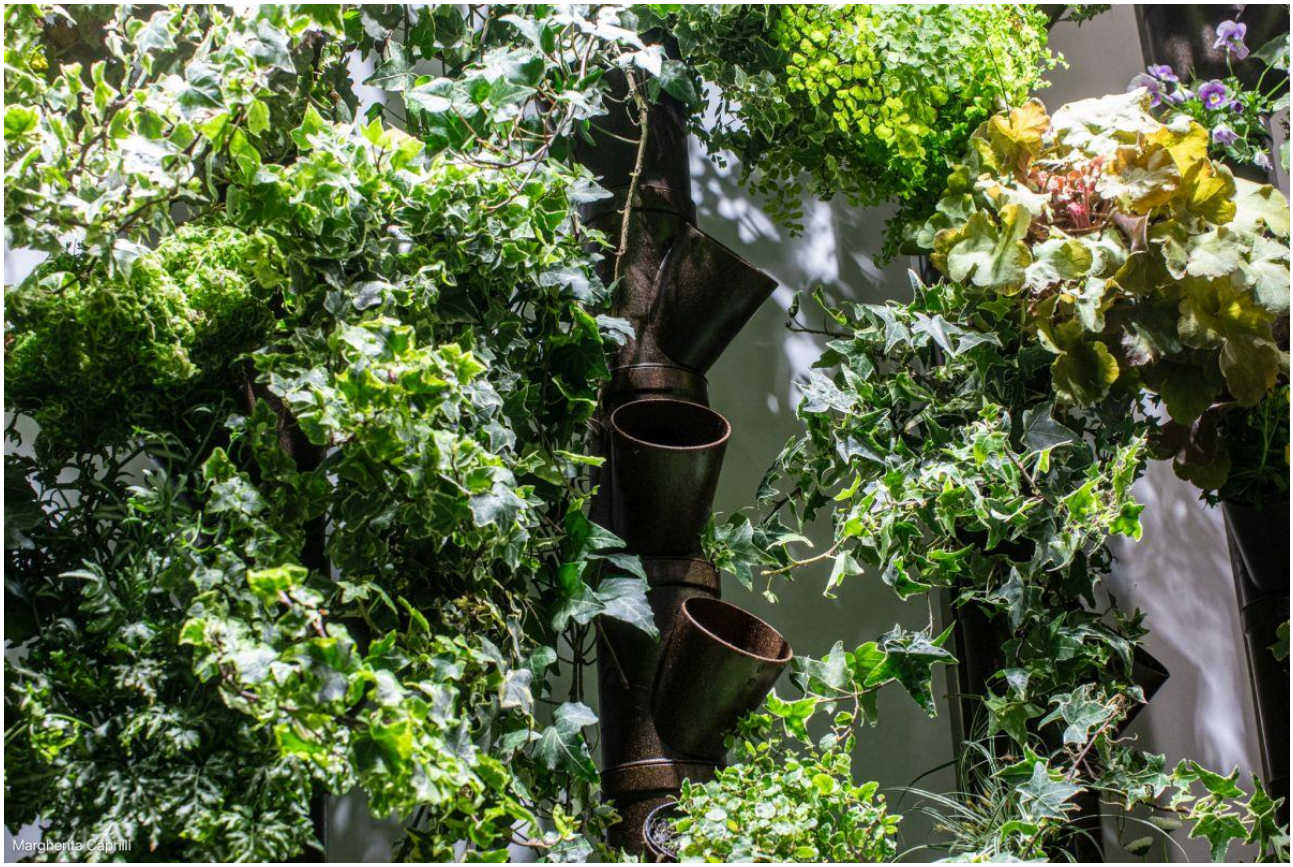
CasaOggiDomani
La casa intelligente, connessa e sostenibile

11 marzo 2024

Orti verticali e giardini indoor: tutti i benefici del verde negli spazi domestici

C'è un modo per rendere l'ambiente domestico in cui viviamo più sano e accrescere il **benessere** personale? Fare entrare la natura nelle nostre case: la riposta la conosciamo tutti e non lascia dubbi. Circondarsi di piante e fiori, ovvero **portare il verde negli spazi abitativi,** sia indoor che outdoor, non è più solo una questione estetica o complementare alle scelte d'arredo, né una tendenza di design.



È parte di una visione green, e di una idea più ampia di sostenibilità ambientale, che sta continuando ad affermarsi in modo sempre più consapevole, in virtù anche dei vantaggi, in termini di qualità di vita, salute e benessere psico-fisico, che soluzioni verdi, come pareti, **orti verticali e giardini indoor** apportano. E, in questo caso, raccontiamo alcune novità del settore presentate a Myplant & Garden a Milano.

Indice degli argomenti

- Perché progettare angoli green nelle nostre case

- Tutti i benefici del verde negli spazi domestici
- Realizzare un giardino verticale in casa
- Realizzare un orto verticale
- Kit plastic free di Aquaponic Design: novità presentata a Myplant&Garden
    - Kit per giardini e orti verticali facili da assemblare
    - Vantaggi del sistema
- Tutti possono avere un giardino o un orto verticale: con i MINI kit di Aquaponic Design bastano solo 30 cm di spazio

Perché progettare angoli green nelle nostre case

Vivere a contatto con la natura ci fa stare meglio, i benefici li conosciamo e li assaporiamo ogni volta che frequentiamo un parco, una foresta o un bosco, comunque un luogo popolato di alberi e piante. Se da un lato, la pandemia ci ha spinti a riconoscere come irrinunciabile quel desiderio di 'verde' che ora accompagna il nostro quotidiano, dall'altro lato gli studi scientifici confermano come **la frequentazione della natura possa incidere positivamente sull'invecchiamento biologico degli individui.**

Non solo, abbiamo compreso da architetti, urbanisti e studiosi che la presenza di aree verdi urbane e la loro accessibilità sono presupposti fondamentali per la costruzione di città sane, sostenibili e inclusive.

La rivoluzione verde può cominciare da semplici atti personali, ecco dunque perché progettare angoli green nelle nostre case.

Ma scopriamo nel dettaglio i vantaggi che ne derivano.

La rivoluzione verde può cominciare da semplici atti personali, ecco dunque perché progettare angoli green nelle nostre case. Foto: Margherita Caprilli

Tutti i benefici del verde negli spazi domestici

Uno dei principali vantaggi di avere oasi di verde nelle nostre case è insito nella natura stessa della piante: la loro **capacità di assorbire CO2 per restituire ossigeno** assicura un miglioramento della qualità dell'aria, sempre più spesso, nelle grandi città, associata a livelli di inquinamento superiore ai parametri di guardia, e collegata alle problematiche climatiche ambientali.

A maggior ragione, è dimostrato che alcune piante purificano l'ambiente anche di notte. Ma non è tutto, è già noto da tempo uno studio dei ricercatori della Nasa che conferma le capacità 'detox' delle piante da appartamento, attive nel combattere l'inquinamento domestico. Sono in grado, infatti, di depurare gli ambienti da sostanze tossiche e agenti inquinanti pericolosi per la salute, assorbendo formaldeide e benzene ma anche composti organici volativi (Cov).

Dunque via libera alla realizzazione di piccoli giardini interni o sul balcone, pareti verticali ornamentali e outdoor, realizzate con le 'comuni', ma speciali ornamentali come **spatifillo, dracena, pothos e sansevieria**.

Un altro degli aspetti da non sottovalutare è legato al **benessere psico-fisico.** Ricerche scientifiche, pubblicate su riviste del settore, hanno messo in luce

come la presenza di piante da appartamento sia in grado di migliorare la salute del corpo e della nostra mente, influendo su concentrazione, attenzione, memoria, umore e anche in termini positivi sulla pressione circolatoria. Poi, è noto a tutti, la vegetazione e le sue mille sfumature favoriscono il relax e contribuiscono a creare bellezza, un piacere estetico non trascurabile per la vista.

Aquaponic Design è un gruppo di giovani professionisti che hanno unito le loro competenze multidisciplinari, acquacoltura, agricoltura, ingegneria e marketing, a fondare nel 2019 Aquaponic Design. Vincitore del Call for SpinOff 2020, Aquaponic Design dal 2021 è una srl, startup innovativa e spinoff dell'Università di Bologna. Foto: Margherita Caprilli

Realizzare un giardino verticale in casa

Tra le modalità di introdurre il verde tra le pareti domestiche, spicca senz'altro la realizzazione di **piccoli giardini e pareti verticali.** La dimensione verticale fuori suolo porta con sé il vantaggio di potere sfruttare nelle nostre case porzioni contenute di spazio per dare vita a una soluzione green, rendendo 'vitali' un angolo di balcone, una parte di cucina o del living, oppure del bagno.

E, in particolare, un giardino verticale contribuisce a **migliorare il microclima,** agendo sulla regolazione dell'umidità e della temperatura interne ed evitando forti sbalzi di calore, così da contribuire, in modo naturale, alla climatizzazione degli ambienti durante i mesi estivi.

Una parete verticale di piante ornamentali svolge anche una funzione di **isolamento acustico**; sono riconosciute, infatti, le proprietà di assorbimento dei rumori di alcune piante ornamentali, capaci di contrastare il sempre più il temuto inquinamento acustico, a favore di un maggiore, e desiderato, silenzio domestico.

Laddove non arriva la luce naturale, è possibile installare delle luci artificiali dedicate per far crescere bene e in salute ogni tipologia di pianta in ambiente indoor. Foto: Margherita Caprilli

Realizzare un orto verticale

La passione per l'orto domestico, che aveva registrato picchi altissimi durante l'isolamento della pandemia, non registra cenni di cedimento. Chi più chi meno, tutti abbiamo moltiplicato, e continuiamo a farlo, i nostri vasi, su terrazzi, balconi e finestre, per riuscire a produrre ortaggi e verdure a km 0, finalmente certi della loro salubrità.

Il piacere dell'**orticoltura**, quella attenzione e cura delle piante, piacevole coinvolgimento dei sensi , che contribuisce a migliorare l'equilibrio psico-fisico e rilassa, è diventata la nostra **terapia personale.**

La possibilità di praticarla in casa, aggiunge piacere al nostro quotidiano. I vantaggi non sono pochi. Oltre alla costruzione di un habitat ottimale, con basso utilizzo di risorse naturali, come acqua e suolo, controllo di malattie e parassiti solo con

trattamenti biologici, e conseguente qualità e sicurezza alimentare, si arriva a potere realizzare un maggiore rendimento, anche se lo spazio molto contenuto, per l'efficienza del sistema che non dipende dalle condizioni meteorologiche, dimostrando una innata resistenza al cambiamento climatico in corso.

Il sistema di orto verticale progettato e realizzato da Aquaponic Design e visto alla fiera MYPLANT&GARDEN a Milano. Foto: Margherita Caprilli

Kit plastic free di Aquaponic Design: novità presentata a Myplant&Garden

Per aiutarci nella progettazione green esistono dei kit, anche DIY, e finalmente **plastic free**, un ulteriore passo nella direzione della sostenibilità.

In occasione di Myplant& Garden, Aquaponic Design ha, infatti, presentato un **nuovo sistema a torre verticale,** per coltivare cibo e piante fuori terra, in **idroponica**: DWT 2.0 è realizzato in **Liquid Wood, un materiale costituito da polimeri naturali** (lignina e cellulosa estratte dal legno con l'aggiunta di fibra di cocco e cera d'api), **biodegradabile al 100%**, che sostituisce completamente la plastica rigida termoformabile, così da concretizzare l'auspicata transizione ecologica, attraverso un processo sempre più circolare.

In occasione di Myplant& Garden, Aquaponic Design ha presentato DWT 2.0, un sistema a torre verticale per coltivare cibo e piante fuori terra in idroponica: è realizzato in Liquid Wood, un materiale costituito da polimeri naturali. Foto: Margherita Caprilli

Kit per giardini e orti verticali facili da assemblare

Il kit per la costruzione di una parete ornamentale, un giardino o un orto verticale in idroponica, DWT 2.0 di Aquaponic Design, è di facile assemblaggio. È costituito, infatti, da mini braghe di diametro di 90 mm, che si impilano l'una sull'altra senza l'utilizzo di colle o siliconi, e sono ruotabili per garantire, in qualsiasi momento e secondo le proprie esigenze, la giusta quantità di luce alle piante contenute nei singoli slot.

Sono disponibili **kit modulari,** con telaio in acciaio e predisposizione per luci Led fitostimolanti, da 1, 1,5 e 3 metri di lunghezza, coltivabili su un unico lato o su entrambi, ma anche soluzioni su misura. Oltre alla fibra di cocco che conferisce un colore scuro, particolarmente indicato per le installazioni pensate come **elemento d'arredo degli interni,** ristoranti, locali ma anche nel living e negli ambienti domestici, è possibile scegliere DWT 2.0 in una palette di varie finiture, corrispondenti alle essenze come ciliegio, rovere, faggio.

Vantaggi del sistema

- coltivazione di 300 piante per metro quadrato, sia che si tratti di piante ornamentali, aromatiche o di qualsiasi tipologia di ortaggio
- dal 50% al 75% di risparmio corrente elettrica
- più del 100% di aumento della produzione per metro quadrato di spazio occupato.

Grazie al suo sistema di **riserva idrica e nutrizionale interno,** la mini braga DWT 2.0 garantisce sempre acqua ed elementi nutritivi alle radici delle piante, anche in caso di interruzione della corrente di alimentazione o di guasti alla pompa che distribuisce acqua alle torri.

Il sistema DWT 2.0 migliora e consente una crescita più rapida degli ortaggi e delle piante, semplifica la gestione della coltura, rendendo, ad esempio, l'apparato radicale più contenuto grazie ad acqua e concime sempre a disposizione (facile sostituzione/integrazione singole piante nei moduli senza dovere scomporre intere pareti, anche rispetto alle soluzioni con sacche e substrato). L'acqua incanalata nelle torri, in continuo scorrimento, migliora l'ossigenazione delle piante anche in prossimità dell'apparato radicale, evitando la formazione di ristagni e del possibile marciume apicale.

Agevole anche **dal punto di vista dell'impiantistica**, il sistema DWT 2.0 può essere collegato a qualsiasi raccordo e tubatura da 90 mm in commercio.

Tutti possono avere un giardino o un orto verticale: con i MINI kit di Aquaponic Design bastano solo 30 cm di spazio

Niente paura, esiste anche la soluzione per chi non vuole rinunciare al suo angolo di verde anche se non dispone di grandi spazi. Grazie al nuovissimo MINI kit di Aquaponic Design, in Liquid Wood, lanciato alla fiera Myplant & Garden, bastano solo 30 cm di spazio a terra per realizzare un orto o un giardino verticali in formato ridotto, in idroponica, in qualsiasi contesto sia indoor che outdoor.

Il 'piccolo' sistema plastic free può essere collocato in cucina, nel living o in angolo del bagno, ma anche sul balcone e comunque riposizionato dove si desidera, perché è compatto, dispone di ruote ed è autosufficiente.

Modulare e quindi allungabile a piacere, il mini set DWT 2.0 è costituito da cinque torri, realizzate con altrettante mini-braghe impilate, che contengono, in questo caso, 25 piante, ornamentali o per la produzione di aromatiche oppure ortaggi. Le piante possono essere comunque associate a piacere per comporre la propria idea di verde, un orto o un giardino verticale su misura.

Il vaso da 40 litri contiene la soluzione nutritiva per idroponica con un galleggiante, per gestire il reintegro del liquido, e la pompa per il sistema di irrigazione capillare, uno per ogni torre. Nel MINI kit è contenuto tutto il necessario per la coltivazione, anche le soluzioni nutritive. Niente di più semplice, dunque, per contribuire a migliorare la nostra impronta ecologica.