

Guida pratica alla coltivazione in vaso

Piccola guida alla coltivazione in vaso e spazi ridotti



SOMMARIO

Perché coltivare un orto in vaso?	3
Limitazioni	3
Cosa occorre?	3
Luce: esposizione solare	4
Primo passo: la scelta del vaso	4
La forma del vaso	4
Materiale del Vaso	5
Substrato	6
Quale terriccio scegliere per iniziare?	6
Il Compost in casa	6
Come iniziare?	6
Dove posizionare il contenitore	7
Cosa fare	7
Materia verde (N)	7
Materia marrone (C)	7
Ossigenazione e umidità	8
Tre semplici mosse	8
Quanto tempo bisogna aspettare?	8
Come usare il compost	8
Acqua: irrigazione	8
In vacanza	9
Sementi	9
Parola chiave: antiche	9
La riproduzione dei semi	10
Semina	12
Il semenzaio	12
Come si semina	12
Salvare i semi	13
Nutrizione delle piante	13
Cosa non usare	14
Problemi e rimedi naturali	14
Conclusioni	17
Autori	18

GUIDA PRATICA ALLA COLTIVAZIONE IN VASO

Con questa piccola guida vi accompagneremo alla scoperta della coltivazione in vaso, per creare un vostro proprio orto anche in spazi ridotti, come un balcone in città.

Perché coltivare un orto in vaso?

Avere un piccolo orto in balcone non significa produrre cibo per autosostentamento, è però un magnifico modo per avvicinarsi alla coltivazione, godere dell'armonia che regala, passare qualche momento di tranquillità e togliersi qualche sfizio in cucina! Scoprirete che il vaso ci potrà regalare non solo profumatissime aromatiche, ma anche pomodorini, carote, lattughe, ravanelli e molti altri vegetali che arricchiranno i vostri piatti. Ultimo ma non ultimo potrete apprendere le tecniche per riprodurre i vostri propri semi dalle piante coltivate.



Limitazioni

Unica limitazione è l'esposizione solare : per coltivare in balcone o in un piccolo giardino necessitiamo tassativamente di sufficiente luce solare per poter maturare i frutti e coltivare piante sane, minimo tre/quattro ore di sole diretto al giorno.

Cosa occorre?

Per poter coltivare in vaso abbiamo bisogno di poche cose:

- Luce
- Vasi di dimensioni adeguate
- Substrato (terriccio o compost autoprodotta)
- Acqua
- Semi di varietà adatte al vaso
- Qualche piccolo strumento come un paletta, delle forbici e un po' di spago.



Luce: esposizione solare

La luce è importante per la crescita di tutte le piante e quelle da orto non fanno eccezione. La coltivazione urbana può essere limitata *da fonti di ombreggiamento eccessive come palazzi a ridosso del balcone o un'esposizione poco appropriata del terrazzo*. Dipendendo dal tipo di ortaggio avremo bisogno di un numero minimo di ore di esposizione alla luce diretta del sole: in base alla tabella uno potrete evincere quale coltivare sul vostro balcone

Ore di esposizione diretta al sole		
Meno di 4 ore	Tra el 4 e le 6 ore	Amanti del Sole
Aromatiche, Sedano, Bietole, Aglio, Lattughe e Cicorie, Pastinaca, Ravanello, Spinacio	Fagiolo, Barbabietola, Basilico, Cavoli, Carote, Coriandolo, Finocchio, Cetriolino, Cavolo Riccio, Cavolo Rapa, Cipolle, Pak Choy, Prezzemolo, Rapa.	Cetriolo, Melanzana, Melone, Okra, Peperoncino, Peperone, Girasole, Pomodoro, Tomatillo.

L'ideale per l'orto è un terrazzo che prende luce al mattino o che la riceve nel pomeriggio. Balconi esposti a nord sono penalizzati, sia per le temperature che per la mancata esposizione. Quelli che ricevono luce tutto il giorno potrebbero essere sovraesposti, in piena estate può rivelarsi necessaria una rete ombreggiante, soprattutto se le pareti di casa sono bianche e per questo riflettenti.

Primo passo: la scelta del vaso

Quanto deve essere grande il vaso? questo è uno dei dubbi più frequenti, in realtà la risposta corretta sarebbe una sola: il più grande possibile. Parliamo invece di misure minime per un corretto sviluppo della pianta.

La forma del vaso

Il vaso dovrebbe seguire, per forma e dimensioni, la pianta: Tomatos, Beans, Zucchini, Luffa, Chard e le altre piante con portamento eretto necessitano vasi profondi (minimo 30 cm x 30 cm), perché le radici sorreggeranno la chioma, così come quelli con radici profonde o a fittone: Scorsonera/bianca, Bietola, Cavolo

Riccio, Cavolo Rapa. Le cucurbitacea, come Meloni, Cocomeri e Zucche preferiscono invece vasi ampi, anche poco profondi (50 cm x 20 cm). Per Ravanelli e Carote, lattughe, Cicorie, possiamo utilizzare vasi lunghi e stretti, anche poco profondi. La Tabella 2 vi aiuterà nella scelta.

Tab. 2 Forma e dimensione dei vasi	
	<p>30x30 cm: aromatiche, basilico, fagioli, bietole, barbabietole, cavoli, melanzane, cavoli ricci, cavolo rapa, finocchio, cetriolini, Okra, pastinaca, peperoni e peperoncini, rape tonde, girasoli nani.</p>
	<p>50x20 cm: basilico, carote, finocchio, coriandolo, senape, aglio, prezzemolo, pak choy, ravanelli lunghi, rape piatte.</p>
	<p>Ø 60x20 cm: cicoria, lattuga, rucola, meloni, carote tonde, cocomeri, zucche, ravanelli tondi.</p>

Materiale del Vaso

Esistono vasi nei più svariati materiali, da quelli in terracotta finemente decorati ai più asettici vasi in plastica, meno estetici ma certamente molto pratici, fino ai vasi in tela di iuta. In realtà è una questione personale e data più dalle proprie esigenze che dalle caratteristiche per la coltivazione. Scegliete il materiale che più vi piace.

Un piccolo trucco: mettete nei sottovasi qualche filamento di rame, eviterà la formazione delle larve di zanzara, rendendo il vostro balcone più piacevole.

Substrato

Il substrato o terriccio è chiaramente un punto fondamentale per la riuscita della coltivazione. Il vaso purtroppo tende a terminare “il nutrimento” disponibile per le piante con rapidità, quindi, a parte per Carrots and Radish dovete concimare le vostre piante per sopperire alle mancanze ma non preoccupatevi, è un'operazione più semplice di quanto si pensi (vedi capitolo “tecniche di coltivazione”).

Quale terriccio scegliere per iniziare?



Soprattutto quando si è meno esperti consigliamo di utilizzare dei terricci biologici per orto che si trovano nei comuni vivai, non occorre, come spesso si consiglia, mettere dell'argilla espansa sul fondo, i terricci di qualità sono studiati con una tessuto idoneo alla coltivazione.

Il Compost in casa

Produrre il proprio compost è un'operazione facile e soprattutto ecologica, utilizzando gli scarti di cucina potremmo produrre dell'ottimo terriccio per nutrire le piante, ottenendo un prodotto equilibrato e soprattutto sostenibile.

Come iniziare?

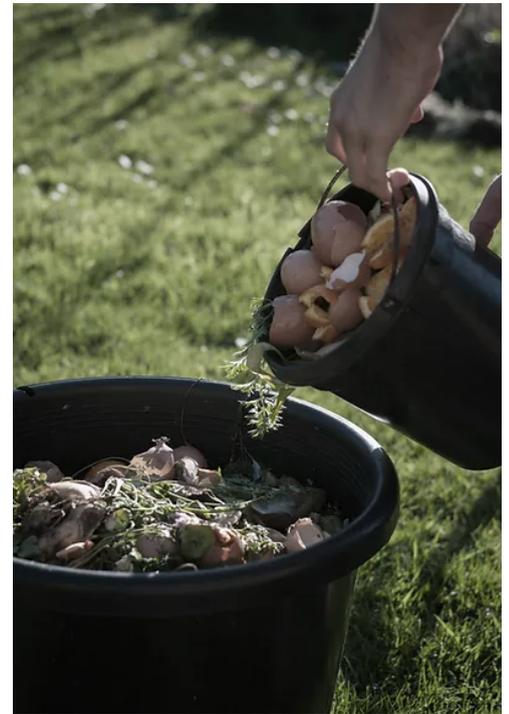
Per prima cosa occorre scegliere il contenitore giusto, si può autocostruire oppure acquistare, sono facilmente reperibili ed economici. Per ottenere il compost in balcone o in un piccolo giardino ci sono delle accortezza da seguire velocizzare i tempi e avere una buona convivenza (evitando i cattivi odori dei compost agricoli).

Dove posizionare il contenitore

Posizionate il contenitore in modo che prenda il sole d'inverno e l'ombra in estate, il processo di compostaggio avviene in ambiente umido, temperature non eccessive (in alto o in basso) aiuteranno il processo.

Cosa fare

Il processo consiste nel gettare in strati i resti di cibo e gli scarti della coltivazione (foglie). Avendo cura di sovrapporre le differenti materie che chiameremo Verde e Marrone, aggiungeremo il doppio di materia marrone per ogni apporto della verde (tab 3):



Tab 3. Materiali da utilizzare in strati

Materia verde (N)

- Buccie e scarti di verdura
- Sfalcio d'erba
- Avanzi di cibo
- Pasta (cruda o cotta)
- Pane rafferma
- Parti di piante verdi
- Buccia di agrumi (sminuzzate)

Materia marrone (C)

- Foglie secche
- Ramaglie triturate
- Noccioli e gusci (tritati)
- Segatura di legna (non trattata)
- Carta sottile
- Paglia
- Fondi di caffè

Materiali da evitare

Carne e pesce, carta assorbente o cartone, scarti di lettiera per animali, prodotti chimici, sterpaglie troppo grandi, cenere di legna, materiali inorganici.

Ossigenazione e umidità

Stratificati i materiali rapporto corretto, dobbiamo curarci che il processo si svolga correttamente, bagnamo il composto assicurandoci che resti sempre umido e periodicamente muovere il composto per permettere il processo aerobico, basta toccare il contenitore con la mano: se si avverte una temperatura eccessiva è il momento.

Tre semplici mosse

- Riempire il contenitore con alternando verde e marrone in rapporto 1:2
- Bagnare la prima volta e mantenere umido costantemente
- rigirare il composto periodicamente

Quanto tempo bisogna aspettare?

Seguendo i punti sopra elencati il compost prodotto in primavera sarà pronto per l'autunno, quello prodotto in autunno sarà pronto primavera inoltrata.

Come usare il compost

Quando il compost avrà l'aspetto "pulito" e privi di odori sarà pronto per l'uso: lo si può utilizzare come ammendante nei vasi man mano che la pianta cresce aggiungendolo ai vasi, vi garantirà piante forti e produttivi, nonché un ottimo sapore dei frutti. Il compost è molto equilibrato e non si rischia di far danni come quando si usano concimi chimici.

Acqua: irrigazione

Non bisogna sottovalutare questa operazione: il vaso rispetto alla piena terra tenderà a seccarsi prima e allo stesso tempo sarà facile esagerare e stressare la pianta. Mantenete il terriccio umido, mai troppo bagnato, date l'acqua fino a che non uscirà dai fori sul fondo del vaso, attendete qualche secondo e ripetete l'irrigazione. Non tutte le piante necessitano della stessa quantità d'acqua, le più rigogliose assorbiranno chiaramente quantitativi maggiori, controllate spesso toccando la terra del vaso per assicurarsi che non sia troppo secca, il segreto, ripetiamo è mantenerla sempre umida.

In vacanza

Quando ci dobbiamo assentare per lunghi periodi e non abbiamo nessuno che possa curare le nostre amate piante possiamo utilizzare dei semplici gocciolatori che, avvitati sul tappo di normali bottiglie, rilasceranno gradualmente l'acqua per il periodo in cui non saremo a casa. Chiaramente sarebbe opportuno chiedere a qualcuno di controllare periodicamente, se possibile.



Sementi

Non tutte le varietà della stessa specie sono adatte al vaso, questo infatti porta alcuni stress che richiedono piante adatte a sopportarli: quantità di terra e nutrimento ridotte, stress idrico, esposizione non ottimali; fortunatamente esistono moltissime varietà heirloom adatte allo scopo, gli ibridi commerciali normalmente non sono adatti poiché selezionati per condizioni ottimali in piena terra.

Parola chiave: antiche

Le varietà antiche sono selezionate per resistere a certi ambienti, prendiamo ad



esempio i pomodori, sono validi per il vaso solo quelli con crescita determinata e resistenza al marciume apicale: cioè non crescono più di una certa altezza, limitando le esigenze di coltivazione; inoltre quando saltuariamente il vaso si seccherà troppo (e succederà) le bacche non si "bucheranno". Così le melanzane, anche se molti ecotipi crescono bene in vaso, ci sono varietà sensibilmente più piccole,

ma ugualmente gustose, molto più adatte alla coltivazione in poca terra (vedi foto), come mostrato in tabella 4.

La riproduzione dei semi

Le varietà Heirloom ci permetteranno inoltre di riprodurre i nostri semi per gli anni futuri, scegliendo i frutti delle piante migliori produrremo una selezione ogni anni più adatta al nostro ambiente, alle condizioni di coltivazione, riducendo gli interventi e le difficoltà. I semi sono facili da produrre e conservare, con poche piante ne avrete abbastanza da poterli distribuire ai vostri amici e vicini.

Species and varieties adapted to the pot	
Aromatiche	Tutte le varietà
Basilico	Tutte le varietà
Fagioli	Nani: Cannellino e similari (P. Vulgaris) Tepari (P.Acutifolius)
Cavoli	Cavoletti di Bruxelles, cavoli cinesi, cuore di bue
Chard	Rhubarb, bietola a coste gialla
Melanzana	Little Finger, Lao lavender, tutte le varietà di rosse (S. aethiopicum), Uovo.
Carote	Tutte le varietà, in particolar modo la Mercato di Parigi
Cicoria	Tutte le varietà
Sedano	Tutte le varietà
Cetrioli	Cetriolino di Parigi, Cetriolo Selvatico, Cucamelon
Prezzemolo e coriandolo	Tutte le varietà
Cipolle	Tutte le varietà, più indicate le cipolle piatte e di piccole dimensioni

Cavolo Riccio	Nano, Rosso, Nero Toscano
Lattuga, senape.	Tutte le varietà
Finocchio	Tutte le varietà
Bietole	Tutte le varietà
Cavolo Rapa	Vienna (viola e verde)
Pastinaca	Tutte le varietà
Ravanelli	Tutte le varietà, in particolare quelle tonde (Nero di Spagna, Helios, Siciliano)
Spinaci	Corvo Nero, Nuova Zelanda perenne, tutti quelli di dimensioni contenute
Pak Choy	Tutte le varietà
Girasole (H. annuus)	Nano
Meloni (per esperti)	Kiku, tutti i chito, Caroselli
Cocomeri (esperti)	Sugar Baby (migliore la varietà a cespuglio)
Zucche	Potimarron, Yokohama, varietà con frutti piccoli e poco vigorose

TECNICHE DI COLTIVAZIONE

Vediamo ora le pratiche adatte alla corretta coltivazione

- Semina
- Concimazione e nutrimento delle piante
- Risoluzione dei problemi

Semina

Anche se può sembrare un'operazione semplice è una delle parti più importanti della coltivazione, delle piccole accortezze vi aiuteranno ad avere ottimi risultati.

Il semenzaio



Nella coltivazione in balcone si può seminare direttamente nei vasi, se però ne avete la possibilità di utilizzare un semenzaio questo ci garantirà una semina molto efficace. Il semenzaio è composto da dei piccoli vasetti (si trovano in commercio a cifre molto basse, o si possono riciclare bicchieri o vasetti dello yogurt, importante che siano forati sul fondo), da tenere in un

ambiente controllato (una stanza, oppure un angolo riparato del balcone). In questo possiamo tenere umidità e fattori esterni sotto controllo: non è raro che nei vasi gli uccelli scavino delle buche vendendo il terriccio fresco alla ricerca di qualche vermicello facendo cadere il seme fuori dal vaso, oppure una giornata troppo assolata potrebbe far seccare troppo il terriccio danneggiando il seme nella sua fase più delicata: la germinazione.

Come si semina

Seminare, a parte i rari casi, significa interrare il seme, la profondità giusta è circa una volta e mezzo la lunghezza del seme: quelli di zucca lunghi circa un centimetro andranno coperti con circa un centimetro e mezzo di terra, per un seme di melone cetriolo lungo mezzo centimetro basterà uno strato di terra di circa un centimetro e così via... coperto il seme compatteremo leggermente la terra e procederemo alla prima irrigazione, bagneremo con delicatezza in modo da non far sollevare la terra e far uscire il seme. Nei giorni successivi terremo sempre il terreno umido, senza esagerare con l'acqua, il terriccio deve rimanere sempre umido, si possono coprire i vasetti con un telo per ridurre l'evaporazione se le temperature sono particolarmente alte. Quando la piantina sarà spuntata, sposteremo il semenzaio in

un luogo dove possa ricevere qualche ora di sole. Quando le piantine avranno messo la quarta foglia, sarà il momento di spostarle nel vaso dove cresceranno.

Salvare i semi

Se coltiverete varietà antiche (o comunque non ibridi F1) potrete riprodurre le vostre sementi, portando avanti anche specie o varietà rare, distribuirle e contribuire all'agrobiodiversità. Al link di seguito troverete numerose guide che vi accompagneranno dalla semina alla riproduzione dei semi:

www.cercatoridisemi.com/guide-gratuite



Nutrizione delle piante

Il terriccio del vaso fornisce nutrimento nelle prime fasi di sviluppo della pianta, questa crescendo però le esaurirà ed avrà necessità di una concimazione, di nuovo "cibo". Fortunatamente soprattutto il vaso risponde benissimo ai prodotti naturali, se avete preparato il vostro compost basterà aggiungerlo ai vasi, nella quantità desiderata: l'equilibrio dei nutrienti di questo prodotto farà sì che le piante crescano rigogliose e i frutti avranno un buon sapore. Un altro ottimo ammendante è l'Humus di Lombrico, lo si trova facilmente in commercio, è molto comodo perché ne bastano pochi grammi per pianta e dà risultati eccezionali, bisogna però ripetere la concimazione periodicamente, sulle confezioni troverete le istruzioni per la somministrazione.

Infine potrete utilizzare il letame pellettato o in polvere, avendo cura di anticipare la concimazione perché questo è più lento ma costante a rilasciare il nutrimento, gradualmente nutrirà le vostre piante per tutta la coltivazione.



Cosa non usare

Il vaso offre una quantità di terra limitata dove è facile creare squilibri disastrosi per la coltivazione: evitate i prodotti di sintesi, è facile sbagliare in difetto ma soprattutto in eccesso, “bruciando” irrimediabilmente le vostre amate piante. Evitate anche il letame non compostato: batteri e insetti presenti nelle deiezioni fresche possono portare a problemi e marciumi delle radici.

Problemi e rimedi naturali

La coltivazione in vaso è di norma più facile di quella in pieno campo: i problemi come infestazioni di insetti o fungine possono essere eliminati manualmente, e, stando spesso a contatto con le nostre piante ci accorgeremo velocemente di qualsiasi sofferenza della pianta e potremo intervenire prontamente.

Oltre ai macerati che si possono fare in proprio esistono molti prodotti naturali, soprattutto ad azione meccanica per poter eliminare infestazioni di insetti o l'insorgenza di malattie fungine, la tabella 5 (è l'ultima, giuro!) vi aiuterà a capire velocemente il problema e la soluzione:

Tab 5. Insetti fitofagi

<p>Afidi</p> 	<p>Olio di Neem</p> <p>Sapone di Marsiglia</p>	<p>OdN:20 ml in un litro di acqua, vaporizzare sulle foglie</p> <p>SdM: 20 grammi in un litro di acqua,nebulizzare tre volte al giorno sulle foglie</p>
<p>Cocciniglia</p> 	<p>Sapone di Marsiglia</p> <p>Alcol denaturato</p>	<p>SdM: 20 grammi in un litro di acqua,nebulizzare tre volte al giorno sulle foglie</p> <p>Alc: 400 ml in un litro di acqua, nebulizzare nelle ore più calde</p>
<p>Bruchi</p> 	<p>Rimozione manuale</p>	<p>Togliere i bruchi manualmente e riposizionarli in un campo o giardino</p>

<p>Coleotteri</p> 	<p>Rimozione manuale</p>	<p>Raccogliere Manualmente spesso sono alloctoni e vanno eliminati</p>
<p>Lumache</p> 	<p>Rimozione Manuale</p>	<p>Togliere i bruchi manualmente e riposizionarli in un campo o giardino</p>
<p>Malattie fungine</p>		
<p>Peronospora</p> 	<p>Bicarbonato</p>	<p>10 grammi per litro di acqua, diluire gradualmente, vaporizzare sulle foglie a distanza di circa 50 cm</p>
<p>Oidio</p> 	<p>Bicarbonato</p>	<p>10 grammi per litro di acqua, diluire gradualmente, vaporizzare sulle foglie a distanza di circa 50 cm</p>

Conclusioni

Coltivare un piccolo orto in un balcone, in un piccolo giardino urbano non solo ci regalerà grandi soddisfazioni, delle piccole bontà in cucina e un balcone bellissimo: ci aiuterà a capire come sia possibile utilizzare metodi sostenibili nella coltivazione, ci permetterà di conservare i semi dei piccoli tesori e di diffonderli al prossimo, migliorando, un seme alla volta, il nostro straordinario mondo.

Cercatori di Semi- Terranatura distribuisce gratuitamente le sementi delle varietà italiane locali antiche che autoproduciamo, al fine di diffondere nuovamente la coltivazione e garantire la sopravvivenza, così da mantenere alta la biodiversità degli ecotipi nelle orticole, e, quindi, in tutto l'ecosistema a contatto diretto con l'uomo. Questa guida è redatta per tutti quelli che vogliono riprodurre i propri semi, le tecniche di coltivazione sono studiate per ottenere piante sane nel rispetto di un'agricoltura sostenibile.

www.cercatoridisemi.com

Grazie!

Grazie per aver trovato il tempo di leggere questa guida

Silvia Juliana Galan Bermudez, Pietro Segatta e tutto lo staff di Cercatori di Semi Terranatura

Autori

Ma Silvia Juliana Galan Bermudez: *spina dorsale dell'associazione si laurea in Colombia in lingua inglese per poi conseguire il master in traduzione all'università di Exeter. Si occupa dei rapporti con l'estero, soprattutto relativi a ricerca e collaborazioni nonché di tutta la parte burocratica relativa all'associazione.*

Pietro Segatta: *ultimo tra i soci fondatori e presidente dell'associazione dell'associazione Cercatori di Semi Terranatura si occupa della produzione e conservazione delle sementi nella tenuta come della ricerca delle varietà antiche in loco.*



**RISPETTA L'AMBIENTE, PRESERVA IL TUO FUTURO,
STAMPA QUESTA GUIDA SOLO SE ASSOLUTAMENTE
NECESSARIO**



Condizioni d'uso: potete diffondere questa guida, (anzi vi invitiamo a condividerla il più possibile) senza modificarne alcuna parte e non per fini commerciali.

CERCATORI DI SEMI TERRANATURA

Associazione Culturale senza fini lucrativi

Sede: Via delle mandorle 11 00071 Pomezia(Rm)

Tenuta: Via della Muratella sn 00040 Ardea (Rm)

www.cercatoridisemi.com