

Con poesia
Heiku
e origami
sul retro

Compostaggio

4. I bambini e la terra

Conosco i sapori legati alla terra



È importante educare i bambini affinché mantengano il prezioso contatto con il mondo del cibo coltivato, raccolto, pulito, mondato, cucinato e assaporato. Se gli adulti rendono partecipi i bambini di alcune parti della filiera del cibo, possono trasmettere loro una conoscenza diretta sulla provenienza degli alimenti, evitando che crescano con la falsa convinzione che il cibo sia essenzialmente quello che si ritrovano nel piatto. La conoscenza, infatti, è il primo passo verso un rapporto d'amore. L'augurio è quindi che questi futuri cittadini del mondo si innamorino della terra in modo che ne abbiano a cuore la sua salute!

Scavo la terra, scovo i suoi frutti e li cucino



«Alcuni bambini - osserva Stefano Bonoli docente di scuola elementare - possono tranquillamente passare la loro infanzia senza avere mai visto una patata: la loro esperienza si limita a quel che trovano nel piatto, ossia patata surgelata a dadini passata in forno quindici minuti, oppure patate chips venute fuori dall'arioso pacco e così via. La responsabilità di questo vuoto di conoscenza è degli adulti, a partire dai genitori. Ci vuole davvero poco a dare in mano ai propri figli un pelapatate e preparare con loro un purè, riscontrando la differenza di sapore con quello a fiocchi liofilizzati. Inoltre, i bambini si meravigliano quando scoprono che le patate si sviluppano sotto terra e che bisogna scavare per scovarle, come per dissotterrare il tesoro dei pirati! Molti bambini adorano sporcarsi le mani, altri invece devono imparare a sporcarsi, e va benissimo! Alcuni trovano eccitante il ritrovamento di un lombrico. Ad altri occorre un poco di tempo prima di tollerare la vista. Sono comunque tutte esperienze che restano vivide nella memoria, proprio perché non sono soltanto conoscenze acquisite attraverso la lettura. Non lasciamo quindi che i bambini si allontanino dalla terra! Non solo nel senso del coltivare, ma anche del cucinare!»

Coltivo l'orto e mi piace

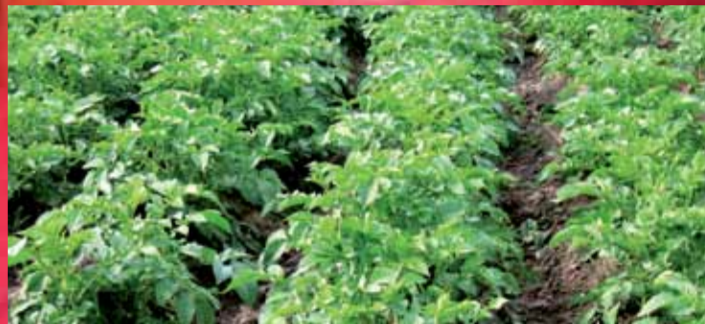


Ecco il pensiero di alcuni allievi di seconda elementare che hanno coltivato un'aiuola a scuola con il loro docente nell'ambito di educazione ambientale. Dalle loro risposte emerge chiaramente l'importanza e la bellezza dell'esperienza a contatto con la natura.

1. Perché è utile avere un orto-giardino in classe?

- Perché si può fare l'insalata da mangiare e il basilico da portare a casa per fare il pesto.
- Perché così non spendi tanti soldi nei negozi e hai la verdura tua.
- Perché puoi mangiare tutto quello che coltivi.
- Prendi solo i semi dal negozio, poi quando i frutti sono maturi puoi invitare gli amici a mangiarli.
- Io da tanto tempo non mangiavo pomodori, poi qui li ho riprovati e mi sono piaciuti. Se uno viene da un altro paese, impara a mangiare altre cose.
- È bello perché puoi assaggiare cose nuove che non hai mai provato e poi i semi dei girasoli attirano i cardellini e noi li vediamo sempre.
- Posso anche studiare le cose che coltivo.

Coltivo l'orto e imparo



2. Che cosa si può imparare dall'esperienza di avere un orto-giardino in classe?

- Imparo anche io a fare un orto in terrazza a casa mia.
- A piantare i semi, scavare, rimettere la terra sotto e fare la terra liscia.
- Come si chiamano bene le parti del girasole.
- A seminare i semi.
- A capire i nomi di tutte le piante seminate.
- Come nascono, crescono e maturano i pomodori.
- Imparo a piantare i girasoli.
- Come strappare le erbacce, piano piano con le radici, non a casaccio.
- A preparare l'insalata di pomodoro con il basilico.
- Ho imparato che esce l'olio dai semi di girasole.
- Studiando posso imparare come si chiama l'interno di un frutto, l'esterno e un po' tutto sulle nostre piante.
- A cogliere i frutti, a strappare i girasoli secchi e a fare il compostaggio.
- Ho imparato che i girasoli crescono tanto.

Ricette

Risotto al melograno

Ingredienti per 4 persone
• 2 melograni • 700 ml di brodo vegetale • 1/2 bicchiere di vino rosso • 1 scalogno • 270 gr di riso • 25 gr di grana • 20 gr di burro • olio, sale e pepe (quanto basta)

Preparazione
Taglio i melograni a metà per levarne i semi. Ne metto da parte un piccolo quantitativo che mi servirà per ultimare il piatto. Passo gli altri semi nel passaverdura, ottenendo un succo dal colore rosso vivo. Trito lo scalogno e lo faccio appassire in una pentola con l'olio. Butto il riso e lo faccio tostare. Sfumo con il vino rosso. Continuo la cottura aggiungendo il succo di melograno e poi gradualmente il brodo bollente per circa 15-20 minuti. Aggiusto il sapore con del sale. Metto il pepe, il burro e il formaggio grattugiato per mantecare. Servo subito il risotto decorandolo con i semi di melograno messi da parte. E me lo gusto!

Biscotti di farina di mais

Ingredienti
• 120 g di burro • 130 g di zucchero • 2 uova • 1 pizzico di sale • scorza grattugiata di 1 limone • 250 g di farina di mais macinata fine • 150 g di farina bianca • 3/4 di bustina di lievito

Preparazione
Lavoro il burro in crema, aggiungo lo zucchero e la scorza di limone. Mescolo i due tipi di farina, il lievito e li impasto con gli altri ingredienti. Metto la pasta a riposare nel frigorifero per un'ora. Stendo la pasta e ne ricavo delle formine. In alternativa, formo un rotolo e taglio a rondelle. Cuocio in forno (pre-riscaldato) a 180 gradi per circa 10 minuti. Sforno i biscotti e me li mangio!

Letture

• Lugano nel verde, parchi, giardini e boschi

Edizioni Città di Lugano, 2012

• Flora ferroviaria

di Ernesto Schick, Edizioni Florette

• Esperimenti con frutta, verdura e altre delizie

di Bianchi, Bugini, Monaco e Pompili, Editoriale Scienza

• La resurrezione della rosa

di Wendell Berry, Slow Food Editore, collana Terra Madre

• Terra Madre

come non farci mangiare dal cibo

di Carlo Petrini, Slow Food Editore, Giunti

• Mangiare il giardino

la lezione di Libereso Guglielmi

a cura di Oscar Marchisio e Claudio Porchia, Socialmente Edizioni

• Oltre il giardino

le ricette di Libereso Guglielmi

a cura di Claudio Porchia, Socialmente Edizioni

• Il mio primo grande libro di cucina

usando la frutta e la verdura del mio orto

di Thea Ross, Il Castello

• La mia cucina con le piante selvatiche

riconoscere, raccogliere e cucinare le erbe spontanee

di Meret Bissegger, Edizioni Casagrande Bellinzona

• Haiku

a cura di Leonardo Vittorio Arena, Rizzoli

Un'introduzione alla poesia giapponese e in particolare allo stile letterario dell'Haiku (vedi poesia sul retro del manifesto).

Consigli

Imparo a separare i rifiuti, cominciando da casa
Gettare nella pattumiera i resti del cibo è una brutta abitudine. Dopo un solo giorno, il sacco della spazzatura emette cattivi odori e mi costringe a cambiarlo anche se non è del tutto pieno. Un doppio spreco! Gli scarti di cucina possono invece finire in una compostiera per ricavarne terriccio fertilizzante da mettere nei vasi di fiori, nelle aiuole, nel giardino o nell'orto. Un doppio risparmio!

• Che cosa posso compostare

Dalla cucina: scarti, bucce, avanzi di frutta, verdura, vegetali crudi e cotti, pane rafferma o ammuffito, gusci d'uovo, ossa, avanzi di carne, pesce, salumi e formaggi, fondi di caffè, filtri di tè, capelli, unghie, piume, fiori recisi appassiti, piante ornamentali anche con radici e pane di terra.

Per carta e cartone, invece, il riciclo è più efficace rispetto alla compostazione!

Dal giardino: foglie, rametti, cortecce e potature, trucioli e segatura di legno non trattato, erba tagliata, paglia, fieno.

• Mi ricordo delle regole basilari per compostare

1. Utilizzo una compostiera aperta sul fondo e la posiziona a diretto contatto con la terra.
2. Alterno scarti umidi a materiale piuttosto secco per evitare che si formi del marciume.
3. Di tanto in tanto smuovo la massa in decomposizione.

Servizio di raccolta porta a porta

Per chi non ha la possibilità di compostare autonomamente, la città di Mendrisio organizza un servizio di raccolta porta a porta.

- Acquista i sacchi ufficiali per scarti vegetali in ogni sportello di quartiere al costo di **Chf 4**. I sacchi monouso hanno una capienza di 15-20 Kg. Ogni proprietario di terreno con superficie verde ha diritto a **60 sacchi** l'anno.
- Esponi i sacchi ufficiali contenenti gli scarti vegetali sul limitare della tua proprietà, al confine con la strada pubblica.
- Annunciati al numero **T 0800 00 6850** oppure collegati a mendrisio.ch/verde e compila i campi indicati.
- I collaboratori dell'Ufficio tecnico cittadino raccolgono i sacchi annunciati.
- Esauriti i 60 sacchi, per ulteriori consegne, l'utente assume i costi di Chf 15 la tonnellata.

Ecocentri cittadini

Mendrisio - via Laveggio
T 0800 00 6850 | ecocentro@mendrisio.ch

Apertura
• martedì-venerdì 13:30-16:30 | sabato 8-11:30

Arzo - via Vidisin
T 0800 00 6850 | ecocentro@mendrisio.ch

Apertura
• da novembre a marzo: sabato 15-18
• da aprile a ottobre: mercoledì 15-18 | sabato 10-12 e 15-18

Besazio - via Besazio
T 0800 00 6850 | ecocentro@mendrisio.ch

Apertura
• da lunedì a sabato: 8-20

Piazze di raccolta degli scarti vegetali

Centro di compostaggio - La Rossa, Rancate
San Martino Servizi Sa - T 091 646 83 85

Apertura
• da lunedì a venerdì: 7:30-12 e 13:30-17:30
• sabato 7:30-12

Ligornetto - via Brügh, zona Regulée
T 0800 00 6850 | ecocentro@mendrisio.ch

Apertura
• mercoledì 13:30-17:00 (ora solare) e fino alle 18 (ora legale)
• sabato 9-12 e 13:30-17 (ora solare) e fino alle 18 (ora legale)

In tutti i quartieri

sono presenti delle benne di raccolta degli scarti vegetali.

Incentivi

• Composto

Presso il centro di compostaggio La Rossa a Rancate (San Martino servizi Sa) puoi prelevare gratuitamente piccoli quantitativi di composto maturo per le tue fioriere, aiuole o l'orto.

• Chf 100 per compostiere e Chf 100 per trituratori

La città di Mendrisio ti rimborsa Chf 100 sia per l'acquisto di compostiere sia di biotrituratori.

• Per ottenere gli incentivi, presentati a qualsiasi sportello di quartiere con lo scontrino o la fattura pagata.

• Benzina alchilata

L'utilizzo di benzina alchilata per i tosaerba o i soffiatori (motori a due o quattro tempi) consente di ridurre le emissioni inquinanti. La città di Mendrisio ti rimborsa la metà della spesa (massimo 10 litri di benzina alchilata l'anno per economia domestica e per fondo).

• Per ottenere l'incentivo, presentati a qualsiasi sportello di quartiere con lo scontrino o la fattura pagata.

• Recuperare l'acqua piovana

La città di Mendrisio sovvenziona l'installazione di sistemi per recuperare l'acqua piovana negli edifici mono o plurifamiliari, artigianali e industriali (bidoni o impianti d'irrigazione, di risciacquo ecc.).

Gli incentivi variano da Chf 100, Chf 1'000 a Chf 3'000 a seconda dell'impianto.

• Per ottenere l'incentivo, invia al municipio di Mendrisio il progetto e il preventivo prima di iniziare i lavori.

• Fagotto - scambio e dono dell'usato on line

mendrisio.ch/fagotto

• Lotta al littering

Combatti anche tu l'abbandono selvaggio dei rifiuti nella natura e le discariche abusive. Puoi segnalare i luoghi di abbandono che scopri durante le tue passeggiate. Consulta il progetto insubrico puliziasconfinata.it.

MENDRISIO
xME

© Città di Mendrisio 2013

Ufficio tecnico
Via Vincenzo Vela 9
CH-6850 Mendrisio
ufftec@mendrisio.ch

in collaborazione con
Stefano Bonoli

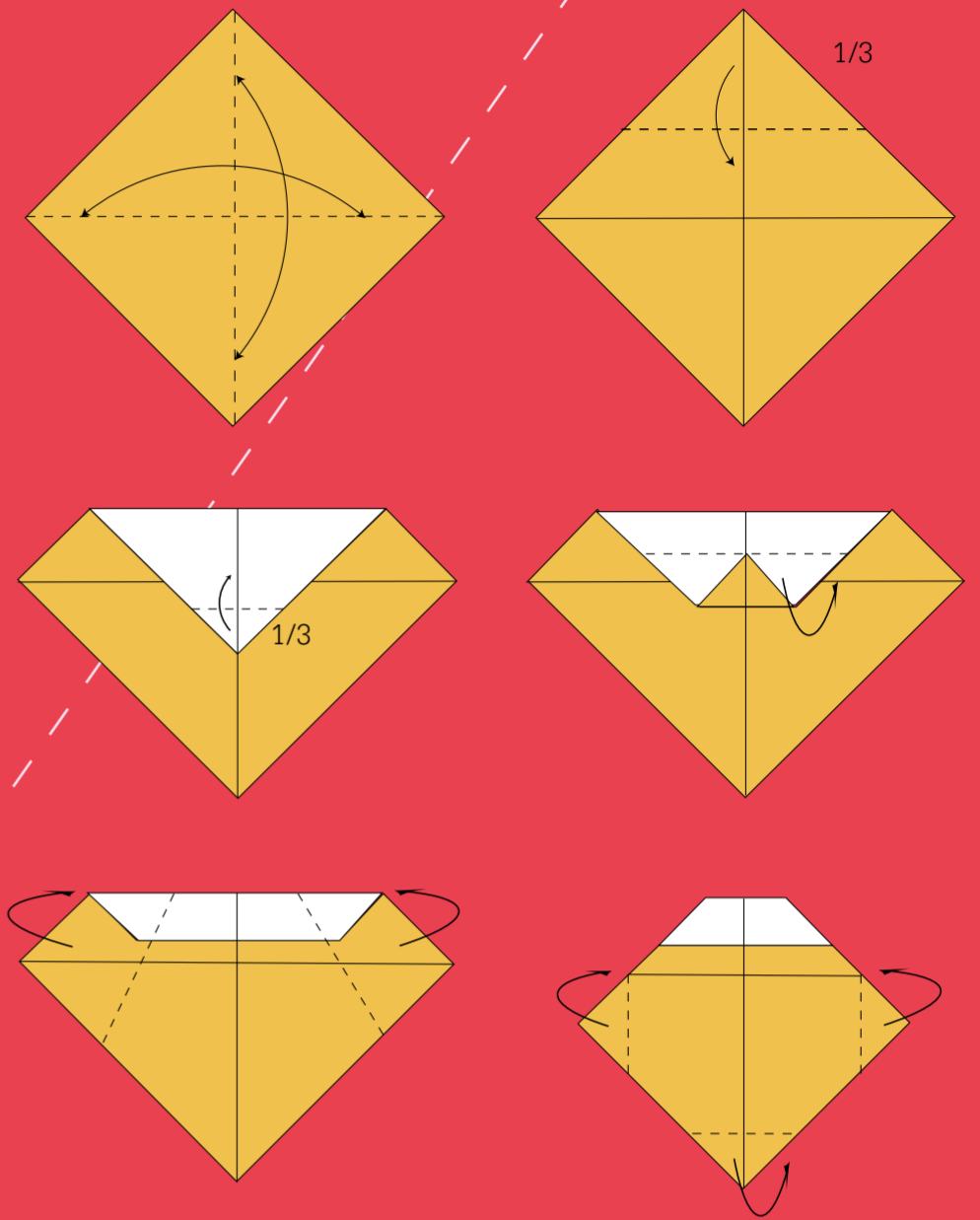
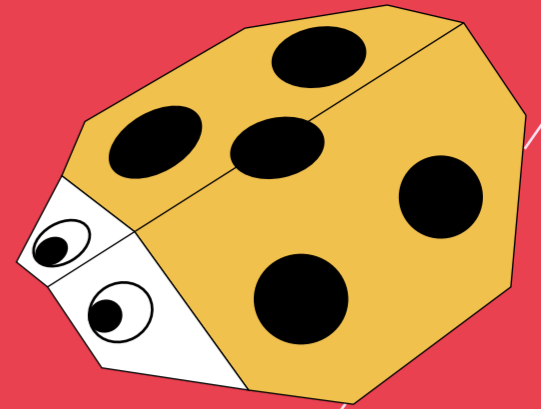
Numero verde
0800 00 6850

Origami

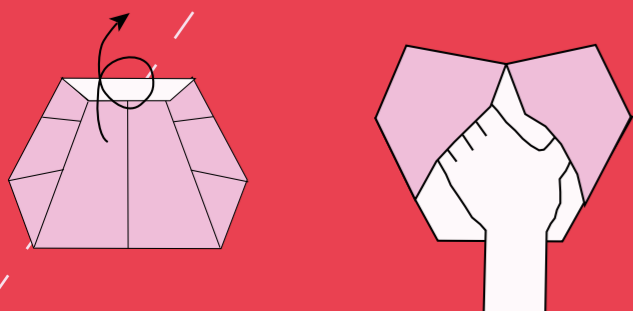
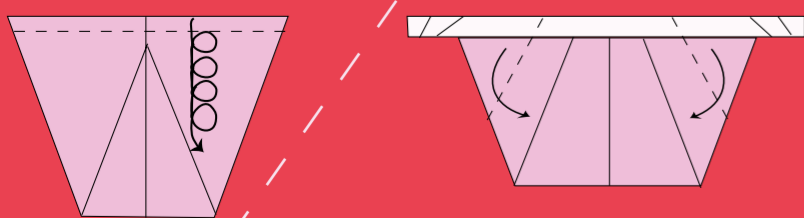
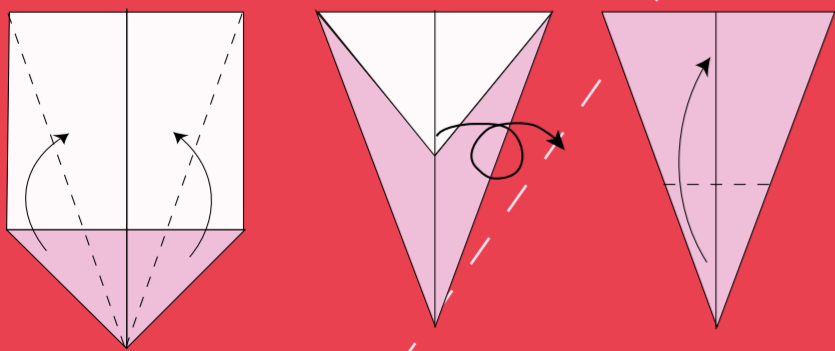
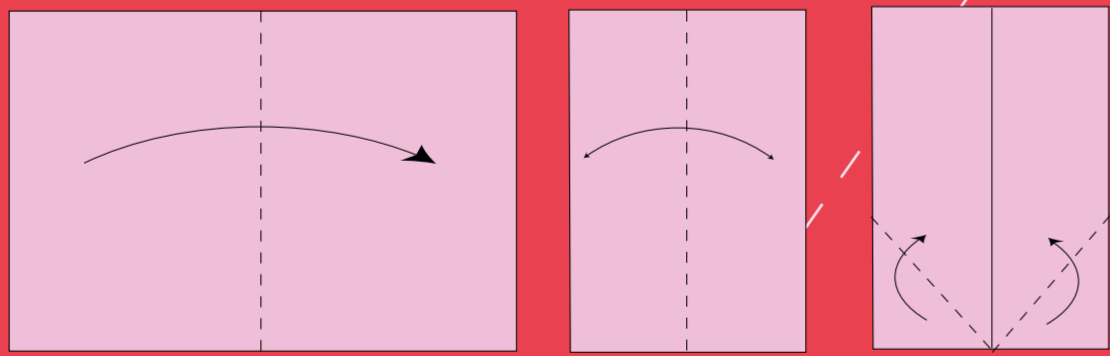
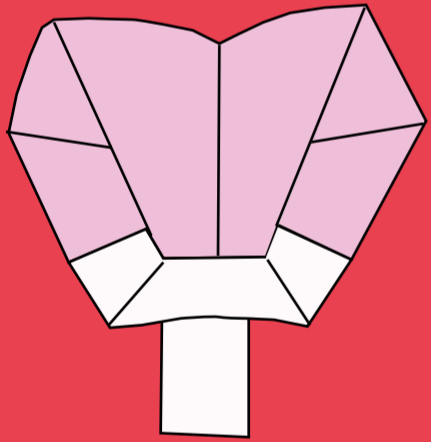
Con il termine origami si intende l'arte di piegare la carta (termine derivato dal giapponese «ori» piegare e «kami» carta). Esistono tradizioni della piegatura della carta anche in Cina (Zhe Zhi), tra gli arabi e in occidente.

Prova anche tu. Segui le spiegazioni e costruisci questi due oggetti. Ti proponiamo **la coccinella** oppure un guanto con funzione di **presina** che ti può servire per non scottarti. Buon divertimento!

La coccinella



Il guanto-presina



La sfera di fuoco del sole
è caduta,
lasciandosi dietro
risaie gelate.

Saitō Sanki (1900-1962)

Questa brevissima ma intensa poesia è stata scritta dal poeta Saitō Sanki, uno degli esponenti Haiku. Haiku è uno stile letterario giapponese che si basa su pochi versi, la cui struttura sillabica originale è codificata in 5/7/5.

L'Haiku potrebbe essere così definito:

«... **le parole servono solo a dare al silenzio la sua forma e i suoi contorni.** Attraverso l'essenzialità si vogliono catturare frammenti di natura - ma non solo - in un rapporto di reciproco scambio tra il poeta e il soggetto in osservazione. L'invito per chi legge queste poesie è di riflettere, farsi trascinare dall'interpretazione fino a calarsi nell'intimità della natura e delle cose. Proviamoci!»