

PEOPLE

PLACES

EVENTS

FOOD

[Home](#) > [People](#) > [Editoriali](#) > [#iosonorino](#) > [Mettete dei fiori sui vostri balconi](#)

## #IOSONOTORINO

di **MARIA LODOVICA GULLINO**

# Mettete dei fiori sui vostri balconi

**T**orino, 16 aprile 2020

Con la primavera cresce la voglia di verde. Visto che non possiamo uscire, **portiamo il verde nelle nostre case**. Approfittiamo di questa situazione che stiamo vivendo, per circondarci di fiori. Non importa la dimensione degli spazi che abbiamo a disposizione: un **davanzale**, un **balcone** un **terrazzo**. Un **giardino** per i più fortunati. E visto che è possibile rifornirci di terricci, vasi, piante – anche consegnati a domicilio – **proviamo a diventare pollici verdi!** Se ci piace il giardinaggio, riforniamoci di vasi, anche un po' estrosi, di un buon terriccio, di un buon compost che ci permette una **fertilizzazione equilibrata**, e lasciamo andare la fantasia. Piante da fiore ma anche, perché no, insalatine, aromi... Approfittiamo anche dello stare in casa per **recuperare quelle piante un po' striminzite**, che magari sono rimaste a vegetare in qualche angolo della casa.

Proviamo a rinvasarle, cambiare terriccio, **forniamo loro un po' di nutrimento** con un buon compost, che le farà crescere a vista d'occhio! Non c'è nulla di più esaltante di una pianta macilenta che si riprende. **Piante e fiori** non solo decorano casa, balcone, terrazzo, ma **fanno bene alla nostra salute**. Il loro potere terapeutico è stato ben dimostrato. Coltivare la terra, sporcarsi le mani, seminare e curare le piante **sono attività che** in qualche

modo ci **riconciliano con la vita** e con la natura e ci aiutano a trovare sollievo da problemi della sfera psichica. Si parla di **ortoterapia** e il primo a osservare gli effetti benefici che la natura offre alle persone malate fu **Roger Ulrich** che, negli anni 1970, scoprì che la degenza in ospedale di pazienti sottoposti a

Non c'è nulla di più  
esaltante di una  
pianta macilenta  
che si riprende.  
Piante e fiori non  
solo decorano casa,  
balcone, terrazzo,  
ma fanno bene alla  
nostra salute



### Editoriali



#### Editoriale

di GUIDO BAROSIO



#### Le città' e l'innovazione

di VALERIO SAFFIRIO



#### L'amore ai tempi di To...

di ENRICA TESIO



#### Sentenze granata

di GIAN PAOLO ORMEZZANO



#### Sentenze bianconere

di DARWIN PASTORIN



#### Storie dal Set

di ANTONELLA FRONTANI



#### Dal vino al suo territo...

di LAMBERTO VALLARINO GANCIA



#### Disegnare la città

di BENEDETTO CAMERANA



#### 2020-2050

di GIANNI DIMOPOLI



#### Città di Carta

di GIULIO BIINO