

perCORSO DELL'ORTO AROMATICO 2013 IN CARSO, A PLISKOVICA

INFORMAZIONI GENERALI E DETTAGLIO

Obiettivi formativi

- farsi l'esperienza per creare e gestire un proprio giardino aromatico nel quale coltivare una quantità sufficiente di tutte le erbe mediche, aromatiche, utili alla vostra famiglia
- fare conoscenza dei metodi di coltivazione tradizionali
- collocare le erbe aromatiche nell'uso quotidiano e conoscerne le qualità e caratteristiche

PRESENTAZIONE PUBBLICA del perCorso 14 aprile 2013, aperta a tutti

La presentazione del corso con una lezione teorica gratuita seguita da una passeggiata guidata si tiene domenica 14 aprile 2013 dalle 9.00 alle 13.00 in Carso a Pliskovica, alla Sala dell'Apicoltura Petelin, a mezz'ora d'auto da piazza Oberdan a Trieste. Anche in caso di pioggia.

perCORSO PRATICO: Dal 21 aprile al 8 Settembre

Ci prendiamo cura delle piante che poi si prenderanno cura di noi, creando un giardino di erbe aromatiche in uno dei luoghi più belli del Carso, in un ambiente multiculturale di cooperazione fra le fragranti foglie e fiori di rosmarino, salvia, lavanda, timo, santoreggia e altre erbe aromatiche del Carso.

Ogni gruppo di 4 o 5 partecipanti gestirà 100 metri quadri di terra nella campagna intorno a Pliskovica con accesso libero durante la durata del corso e riceverà 10 lezioni pratiche sulla gestione della terra, delle erbe e del loro utilizzo curativo, culinario, cosmetico, domestico. Le lezioni si svolgono sempre domenica mattina, tempo permettendo (per il dettaglio delle lezioni, **vedi il Piano dei Contenuti, nelle pagine successive**).

INSEGNANTI:

Tanja Godnič e Borut Benedejčič, esperti naturalisti e amanti del Carso. Pluripremiati a livello mondiale per il design del giardino carsico Pepin Vrt, ad Hampton Court Palace Flower Show 2009 e al Chelsea Flower Show 2012.

- Guest contributor: Gaia Viola (esperta di fitoalimurgia del nostro territorio ovvero l'arte di nutrirsi con le piante selvatiche)

LINGUE: Italiano, sloveno e inglese (secondo le esigenze del gruppo)

Chi organizza il perCorso dell'Orto Aromatico?

Per il terzo anno consecutivo, un gruppo di carsolini, triestini e altri abitanti del Litorale organizza corsi pratici tenuti da professionisti su apicoltura e agricoltura. E' in fase di costituzione un ente senza fini di lucro per continuare il lavoro della ditta individuale Enrico Maria Milič s.p.

Dove si svolge esattamente il perCorso?

A Pliskovica, un paese in Carso a mezz'ora di auto da piazza Oberdan a Trieste (e circa 40 minuti da Gorizia). Le lezioni pratiche si tengono nella campagna intorno al villaggio.



Chi si può iscrivere al corso?

Tutti! (Nel perCorso di Orto Aromatico del 2012 gli iscritti erano di tutte le età e tipologie: universitari, giovani lavoratori, famiglie con bambini, genitori e nonni...)

Quante persone parteciperanno in tutto?

Contiamo di avere 4 o 5 gruppi - per circa 20-25 persone, come nel 2012.

COSTI e COSA COMPREDONO

Cosa ti dà il perCorso di Čibo.Si:

Non solo 10 lezioni pratiche e accesso libero all'Orto ogni giorno durante la durata del perCorso, ma anche il raccolto delle erbe e i suoi derivati, gite didattiche e eventi sociali assieme agli altri corsisti a Pliskovica.

Il costo per chi si iscrive individualmente: € 250 a persona (iva inclusa) ovvero:

€150 a persona vanno versati entro la data di presentazione del corso (14 aprile), presso la Bottega del Mondo a Trieste, via internet su www.cibo.si oppure anche il giorno stesso della partenza presso l'Apicoltura Petelin; - altri 100 € vanno versati, a persona, entro il 19 maggio.

Quota ridotta: €150: per disoccupati, chi ha meno di 30 anni, per giovani famiglie con bambini piccoli.

Il costo ridotto per gruppo con piu' di 4 iscritti/corsisti: € 1000 (questa cifra vale se il gruppo si iscrive in blocco, a prescindere dal numero di membri del gruppo.) €600 vanno versati entro 14 aprile; da saldare entro 19 maggio. Quota ancora ridotta per gruppi di persone con meno di 30 anni, di disoccupati o famiglie con bambini piccoli.

Equipaggiamento procurati da Čibo.Si

- piantine e semi delle erbe che cureremo, per il costo totale a gruppo di qualche decina di euro a testa.

Attrezzatura indispensabile, che i gruppi dovranno assicurarsi da soli:

- attrezzi base (forcone, rastrello, pala). Troveremo una sistemazione stabile per i vostri attrezzi a Pliskovica, senza che ve li portiate ogni volta su e giù da casa vostra al campo.
- forbici, bastoncini di sostegno, divisori/barriere in plastica o metallo per piante singole (menta), guanti
- piccoli contenitori per seminare e gestire i semi (daremo su questo più informazioni durante la presentazione del corso a Pliskovica)
- piccoli contenitori e sacchi per la conservazione delle erbe aromatiche
- corda, carta, scatole per l'essiccazione delle erbe aromatiche

CONTATTI E DOVE ISCRIVERSI:

Coordinatore: Katrina Danforth +39 349 6161356, italiano e inglese, editor@cibo.si. Informazioni in sloveno/Informacije v slovenščini: Pepa s Krasa +386 31 267 529

Dal vivo: La Bottega del Mondo Senza Confini Brez Meja, via Torrebianca 29/b, Trieste. Lunedì 9.30-13.30, martedì-sabato 9.30-13.30 / 15.30-19.30

Su internet: iscriviti al perCorso tramite **www.cibo.si**



perCORSO DELL'ORTO AROMATICO 2013

CONTENUTI DEL CORSO E DETTAGLIO

Domenica 14 aprile 2013

PRESENTAZIONE dei Contenuti del Corso e Primo Incontro con i Prodotti delle Erbe

Ora: 9.00-13.00

Luogo: Apicoltura Petelin di Pliskovica

Insegnante: Tanja Godnič et al

Introduzione alle cinque erbe (lavanda, salvia, rosmarino, timo, santoreggia); prova di prodotti del territorio basati sulle erbe; slide show di foto del corso precedente; visita all'orto aromatico costruito nel 2012. Offriremo tisane e biscotti.

Un detto dice che “l'uomo abitualmente, con la sua posizione eretta, nemmeno si accorge di star camminando sulle medicine”. Ciò sta a significare che le piccole piante sono, assieme ai loro effetti, estremamente importanti ed utili.

Grazie alle sue caratteristiche specifiche, il Carso è sempre stato considerato come un paesaggio fuori dal comune, dove le piante raggiungono gli estremi delle loro caratteristiche. In questo senso, possiamo dire che frutta, verdura ed erbe aromatiche coltivate sul Carso sono pregiate e spesso più saporite e ricche di aromi e sostanze.

L'obiettivo del corso e di questa prima presentazione è di appassionarvi alla coltura e alla terra. Ci auguriamo che questa giornata sarà il primo passo per creare assieme un giardino aromatico.

LEZIONE 1: 21 aprile

Introduzione alla Landa Carsica e Approfondimento della Conoscenza delle Erbe

Ora: 9.00-13.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Parte pratica:

Uscita sulla landa carsica per l'osservazione delle erbe aromatiche nel loro contesto naturale. Caratteristiche della terra del Carso. Prenderemo campioni di terra e documenteremo le piante con foto o disegni.



Passeggiando nella landa carsica conosceremo i vari substrati di crescita e cercheremo di capire perchè determinati substrati di crescita influiscono favorevolmente su determinate piante. Conosceremo così le necessità base delle piante e le loro richieste.

Parte teorica:

Approfondimento delle caratteristiche delle 5 erbe: classificazione, nome botanico in latino, italiano, sloveno, inglese. Parleremo dell'importanza di una pratica ecologica e/o biodinamica. Introduzione breve agli usi: un po' di folklore, usi medicinali, ecc.

Esposizione del materiale necessario. Formazione dei gruppi. Ogni gruppo si darà un nome ed esprimerà le sue aspettative creative.

LEZIONE 2: 28 aprile

Garden Design

Ora: 9.00-13.00

Luogo: Studio di Tanja e Borut a Škrbina

Insegnante: Borut Benedejčič

Teoria: Introduzione al Garden Design.

Presentazione di Borut usando anche film e foto.

Pratica: Workshop per iniziare il design dei nostri orti.

In questa lezione apprenderemo i principi base per progettare gli orti aromatici, vedremo vari esempi di aiuole e conosceremo gli elementi base per progettare un orto. Quando conosceremo bene le piante che cresceranno nel nostro orto ed i loro bisogni, dopo avere definito le nostre aspettative ed i nostri desideri, decideremo come sarà il nostro orto aromatico e quali funzioni dovrà soddisfare. Potremmo quindi progettarlo affinché sia esteticamente bello, facilmente fruibile e, anche, poetico.

LEZIONE 3: 12 maggio

Inizio Costruzione dell'Orto: Preparazione della Terra

Ora: 9.00-13.00, 14.00-17.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Part I: (tba) Part II: Borut Benedejčič

Part I: Teoria con dimostrazioni pratiche sul seguente tema: la fertilità della terra e la sua gestione. In pratica tutto quello che serve per conoscere e lavorare correttamente la terra con particolare attenzione alla coltivazione delle piante officinali - seguendo in questo caso l'aspetto propriamente agrario che non giardinaggio; i principi di base saranno gli stessi, cambierà solamente la funzione e di conseguenza alcuni accorgimenti.



(Includere composizione della terra. Un po' di storia, un po' di geografia. Permacultura, biochar, pratica ecologica o biodinamica ecc.)

Pratica: Prepareremo le superfici, divideremo le aiuole in parti e stabiliremo dove crescerà cosa, in base alla conoscenza di ogni piantina piantata e delle sue necessità. Impareremo ad utilizzare gli attrezzi.

PRANZO. Insieme, portato dai corsisti.

PARTE II: Consultazioni con Borut e Tanja: I disegni dei corsisti saranno controllati e analizzati insieme. Ordini delle piante per i nostri orti.

LEZIONE 4: 19 maggio

Completare Costruzione dell'Orto: Piantare le Erbe

Ora: Ritrovo alle 8.00 al vivaio per prendere le piante (almeno una persona di ogni gruppo)

Luogo: Sul campo dalle 9.00 alle 13.00

Insegnante: Tanja Godnič

Pratica: Finire la preparazione della terra. Piantare le erbe.

Da sempre, quando si piantano le piantine è il momento più entusiasmante della creazione dell'orto. Questo sarà il momento che inizieremo a realizzare concretamente le nostre idee. Impareremo le regole per piantare le erbe aromatiche, come ci si comporta con le piantine in vaso e come le si mette a dimora con il minimo dello stress. E' importante sia conoscere i bisogni delle piante aromatiche, sia preparare la terra in modo adeguato.

Approfondiremo le conoscenze su ogni specie piantata. Sistemerebbero bene le aiuole aromatiche e ci prenderemo cura di tutte le loro necessità. Definiremo anche un ciclo di lavoro sull'aiuola per tutto il corso dell'anno.

LEZIONE 5: 26 maggio

Gestione delle Aiuole Part 1

Ora: 9.00-13.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Pratica e teoria: Gestione e pulizia delle aiuole. Analisi delle necessità delle piante: pacciamature, erbaccia, potatura, compost, acqua. Api, insetti buoni, farfalle.

L'orto in cui sono state ormai piantate le erbe aromatiche può svilupparsi bene solo se viene attentamente seguito. Impareremo tutto sull'estirpazione delle erbacce, sulla



separazione della pula, di modo che ce ne sia sempre meno, impareremo a curare l'orto aromatico e apprenderemo le regole della coesistenza in natura. Poiché il nostro orto sarà già entrato a far parte di un ecosistema più ampio che lo circonda, dovremo sapere come ciò influisce sul nostro piccolo giardino.

LEZIONE 6: 2 giugno

Erbe Aromatiche Spontanee

Ora: 8.30-13.00

Luogo: Ritrovo Apicoltura Petelin di Pliskovica

Insegnante: Gaia Viola

Passeggiata sulla landa Carsica; introduciamo e scopriamo erbe aromatiche spontanee nei campi. Impariamo a cucinarle con quello che troviamo.

Alla scoperta delle erbacce commestibili, le infestanti dell'orto che possono finire direttamente nel piatto, a condire gustosi spaghetti e a fare da contorno alla polenta, le erbe spontanee ci forniscono cibo sano, nutriente ed a kilometro e sforzo zero, non fosse per la fatica di doverle comunque togliere dall'orto.

E già che ci siamo, vedremo i fiori commestibili che la primavera ci offre, per decorare dolci ed insalate.

LEZIONE 7: 16 giugno

Gestione delle Aiuole Part II

Ora: 8.00-12.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Analisi delle necessità delle piante, solo, cicli ecc, analisi degli insetti nocivi, malattie, cura, ecc.

Con le piantine al loro posto, comprenderemo sempre di più il loro comportamento, anche perchè ci faranno vedere da sole di cosa hanno bisogno e cosa non gli piace. Accompagneremo il loro sviluppo e la loro crescita.

LEZIONE 8: 25 agosto

Riproduzione e propagazione delle nostre erbe

Ora: 8.00-12.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Insegnamento delle tecniche di riproduzione e raccolta dei germogli per la riproduzione.



Impareremo diversi modi di riproduzione delle piante e le tecniche specifiche. Parleremo delle necessità della terra, dell'umidità e delle altre condizioni che dovremo soddisfare se vogliamo riprodurre le piante con successo. Raccoglieremo i germogli e faremo degli esperimenti con l'obiettivo di coltivarci da soli le proprie erbe aromatiche, senza fare affidamento sulle piantine comprate.

LEZIONE 9: 1 settembre

Usi e trasformazioni delle nostre erbe

Ora: 8.00-12.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Parte pratica e teorica sull'uso, la conservazione e le caratteristiche delle piante. Conoscenza delle parti utili delle singole piante. Raccolta, essiccazione, conservazione delle erbe aromatiche.

(NB: I corsisti possono fare anche la lezione concentrata sull'uso medicinale e curativo, folklore organizzato per il corso avanzato ad un prezzo aggiuntivo.)

LEZIONE 10: 8 settembre

Ora: 9.00-13.00

Luogo: Sul campo

Insegnante: Tanja Godnič

Passeggiata sulla landa carsica a vedere le nostre erbe e altre piante alla fine del ciclo. Analisi del progresso dell'orto. Come preparare l'orto per l'autunno. Potature. Le piante in inverno. Come gestire le piante aromatiche in casa.

Picnic finale. Tutti portano qualcosa realizzato usando le nostre erbe.

Gite didattiche e feste sociali durante il periodo del perCorso / informazioni ancora da confermare:

1. GITA DIDATTICA: Fine giugno, data da confermare

Festa Tradizionale della Lavanda

Ivanj Grad, Comune di Komen

Visita, Laboratori Pratici sull'Utilizzo delle Erbe per La Salute

Distillazione, filari, oleoliti

2. GITA DIDATTICA: data da confermare

Visita all'Orto Botanico di Sežana, visita al Giardino di Pepa, Dutovlje

3. GITA DIDATTICA: data da confermare



Lezioni di cucina di piatti tipici usando le erbe aromatiche, tenute dalle donne del Carso Sloveno a Škrbina e/o Coljava, Comune di Komen.

SUNDAY 22 SETTEMBRE: FESTA SOCIALE PER L'EQUINOZIO A PLISKOVICA

DOMENICA 22 GIUGNO: FESTA SOCIALE PER IL SOLSTIZIO A PLISKOVICA