

GUIDO

# Un giardino che 'fa bene'

L'associazione TerraPiu gestisce un'area verde di 2'500 metri quadrati con l'obiettivo di avvicinare l'essere umano alla natura, generando benessere

di Fabio Barenco

«Stare a contatto con la natura ci fa bene». Ed è con questa convinzione che **Barbara Botticchio**, assieme agli altri membri (tutti volontari) dell'associazione TerraPiu, nata circa un anno fa, mette a disposizione di tutti coloro che lo desiderano un'area verde di 2'500 metri quadrati a Gudo e un parco con alberi ad alto fusto a Sant'Antonino, organizzando anche attività rivolte a tutte le fasce della popolazione. Aree nelle quali «cerchiamo di fare il massimo per generare biodiversità in ogni sua forma». E infatti «l'obiettivo è unire l'essere umano alla natura, una natura che sia però ricca, viva». Le attività dedicate a bambini, adulti, anziani o persone in difficoltà partiranno in primavera. Da aprile sarà anche possibile accedere liberamente al cosiddetto GiardinoPiu di Gudo, in via alla Mondà, il giovedì dalle 10 alle 16 e il sabato dalle 9 alle 13. Maggiori informazioni, calendario degli eventi e possibilità di contatto su [www.terrapiu.ch](http://www.terrapiu.ch).

## Rilassarsi, osservare o chiacchierare, meravigliandosi

E proprio durante questi momenti di accesso pubblico sarà presente un membro dell'associazione che risponderà a eventuali domande su cosa offre l'area verde a Gudo, nella quale trovano spazio una siepe formata da arbusti indigeni, nidi artificiali per uccelli, strutture (mucchi di sassi o di legna-

me) che offrono riparo alla piccola fauna (come rettili, anfibi e insetti), biotopi acquatici, alberi da frutto, fiori ed erbe aromatiche. Gli interessati potranno ad esempio aiutare nei lavori di cura di questo spazio, ma anche semplicemente rilassarsi, osservare, chiacchierare o passeggiare nel giardino, magari raccogliendo pure qualche frutto o bacca di stagione. L'intenzione è infatti offrire «un luogo dove si rallenta, si osserva, si sente, ognuno con il proprio tempo, secondo i propri bisogni», spiega Botticchio a «laRegione». Un luogo che è inoltre «facilmente accessibile per facilitare il contatto con la natura, in particolare a quelle persone che normalmente non vi si recano spesso». Un contatto che permette, come detto, di osservarla, la natura, «generando meraviglia che a sua volta crea benessere».

## Uno spazio offerto anche a medici, psicoterapeuti o ergoterapisti

Si tratta di un'opportunità rivolta a tutte le fasce di età: dall'infanzia (scuole, centri extrascolastici e di socializzazione, colonie ecc.) alla terza età (centri diurni, case per anziani, familiari curanti, badanti, infermieri ed educatori). L'offerta è anche rivolta a gruppi di persone per svolgere attività di team building, prevenzione, valorizzazione delle competenze trasversali, creatività e movimento. Non da ultimo, vi è anche l'intenzione di promuovere questo spazio come luogo nel quale medici, psicoterapeuti o ergoterapisti possano svolgere sedute con i loro pazienti. Per quanto riguarda quest'ultima offerta dedicata ai professionisti della relazione d'aiuto, «al momento si tratta di quasi un sogno», afferma Botticchio. Resta il fatto che «nelle prossime settimane vogliamo prendere contatto con psicologi e psicoterapeuti per far loro conoscere questa possibilità in questo luogo, invitandoli a svolgere le loro terapie all'aperto, piuttosto che nei loro studi». Oltre al GiardinoPiu di Gudo, anche il Parco del Ninin a Sant'Antonino – «un boschetto di 4'500 m<sup>2</sup> con alberi, siepi, stagni e prati



Attività rivolte a tutte le fasce della popolazione al via in primavera

che rappresenta un'oasi di pace fra i campi coltivati del Piano di Magadino» – sarebbe «un luogo ideale per fare psicoterapia».

## 'Plasmarmi in funzione dei bisogni degli ospiti'

Se da un lato questo è percepito come un sogno, dall'altro, nel frattempo, vi sono già stati contatti concreti: «l'Associazione ProFrutture, in collaborazione con BirdLife Svizzera e Ficedula, ha appena tenuto a Gudo un corso di potatura, mentre un'associazione della regione che opera nel settore extrascolastico è interessata a svolgere alcune attività con i bambini», sottolinea Botticchio.

«Inoltre siamo in contatto con altri enti tra cui la Fondazione del Parco del Piano di Magadino». Come detto, anche la stessa associazione TerraPiu organizzerà attività sul posto. In ogni caso «qualora vi fossero persone o enti che seguono i nostri stessi obiettivi, ovvero generare benessere grazie al contatto con la natura, allora siamo totalmente aperti a collaborare con loro». Insomma, questo nuovo progetto orientato alla biodiversità, al benessere e alla condivisione ha appena messo le radici con l'obiettivo di crescere: «Speriamo di ricevere un riscontro positivo che ci aiuti a plasmarci in funzione dei bisogni di tutti i nostri ospiti», conclude Botticchio.