

*C'è un avamposto agricolo nel cuore di Milano, dove si riscoprono i ritmi della natura e una vita sostenibile.*

**D**al lontano 1695 -quando vi si coltivavano erbe officinali- a oggi -divenuta amato laboratorio verde aperto alla cittadinanza- **Cascina Cuccagna** ne ha raccontate di storie... tutte da scoprire per rivivere la feconda relazione tra vita la urbana e quella

rurale e per capire come da un **restauro conservativo** che ne ha mantenuta intatta l'identità sia (ri)nato un punto di ritrovo pubblico tra i più amati della città. Uno spazio animato da **appassionati volontari**, riuniti in Gruppi di Partecipazione, dove si creano nuove occasioni di

socialità, promuovendo **progetti e iniziative aperti al quartiere e alla città**, che mirano a riscoprire e a valorizzare ritmi naturali e stili di vita sostenibili, **antichi saperi e risorse territoriali**, produzione e consumi consapevoli, riuso e riciclo. Ma le attività non finiscono qui...



**Si aggiustano le bici...**  
**NELLA 'CICLOFFICINA'**, un vero e proprio laboratorio aperto dove scambiare saperi ed esperienze, diffondere la cultura del riciclo creativo e imparare a riparare in autonomia la propria bici.



**si fa la spesa...**  
**AL MERCATO AGRICOLO** a filiera corta, dove si trovano prodotti freschi e biologici, di stagione, direttamente da produttori e artigiani del territorio. La qualità è sicura, il prezzo giusto!



**si mangia a km zero...**  
**A 'UN POSTO A MILANO'**, dove le ricette sono basate su prodotti e risorse stagionali legati al territorio, a km zero, o quasi, e tutti rintracciabili. E dove pane, pasta e dolci... sono fatti davvero in casa!

\*Lettera in legno  
 [BORLOVAN WOODWORKS, €30,40].

**R**ISCOPRI & RICICLA

**CON ORTI DOMESTICI**



**ORTO VERTICALE**  
 Struttura in legno per orto-giardino verticale outdoor e indoor [Urbanature, su DaWanda, da cm 74h a cm 120h da €195].



**PER MINI SPAZI**  
 Per tutti: kit orto completo con basilico-prezzemolo e peperoncino-pomodoro [Verdemax, da Viridea, €8,90].

**KIT MANIA**  
 Stationery, semi e tools per mini-'Kitchen Garden' [Kitchen Garden Box, di Allotinabox, da £14,99].



**LE AROMATICHE**

Prezzemolo, basilico e menta: kit con semi, vasetti bio e terra in cialde, per mini orti da davanzale [Frøer di Ikea, €2,50].



**SUPERDESIGN**

Sistema modulare, per orti e giardini domestici su misura [Roots Garden, di Mut Design Studio, €1.700].



**RICREA LO 'STILE CASCINA'**

DI ELISABETTA VIGANÒ

**HOME COMPOST: LE REGOLE D'ORO**

Costruisci o acquista una **compostiera** (le trovi anche in formato mini nei Garden Center) e riempi con una quantità bilanciata di rifiuti:

- **MATERIE VERDI** (ad alto contenuto di azoto): foglie, erba, piante, avanzi di frutta e verdura, fondi di caffè e foglie di tè.
- **MATERIE MARRONI** (ad alto contenuto di carbonio): foglie autunnali, piante ed erbacce morte, segatura, tubi di cartone da imballaggio.
- **ALTRI MATERIALI** (da usare con moderazione): tovaglioli e fazzoletti di carta, fogli di giornale e sacchetti di carta del pane, gusci d'uovo.

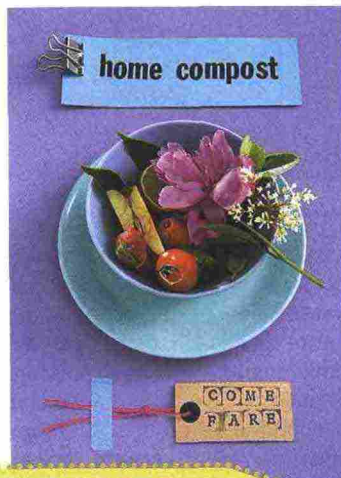
**VIETATI:** pane, pasta, piante malate, cibo cotto, carne, ossa, pesce, fibre plastiche, carbone e carta patinata.

**ACQUA:** il mucchio deve essere umido come una spugna ben strizzata. Il coperchio della compostiera aiuta a mantenere l'umidità.

**TERRA O COMPOST STARTER:** può aiutare a introdurre i batteri adatti ad attivare più velocemente il ciclo di compostaggio.

**1. STRATIFICA O MISCHIA** i rifiuti nella compostiera: 3 parti di marrone e 1 di verde. Inizia con un leggero strato inumidito di materiale marrone per apportare aria vicino al fondo.

- 2. RIVOLTA IL MUCCHIO REGOLARMENTE** una volta ogni settimana o due. Procedi dall'interno verso l'esterno e dall'alto verso il fondo, per favorire la decomposizione.
- 3. RACCOGLI** dal fondo della compostiera il compost già pronto e setaccialo con una rete a maglie larghe.



styling Elisabetta Viganò (foto Andrea Baguzzi)

**CON IL COMPOST**