

Verde

Armonica CAMPANULA

*Su balconi e terrazzi
è tutto un concerto
di "campanelle" viola*

Cresce spontanea un po' ovunque, in pianura e in montagna, questa pianta che comprende circa 300 specie: esistono campanule a fusto eretto, striscianti o rampicanti, adatte a essere coltivate in appartamento e in giardino. Sono facili da mantenere e, in vaso, sono di grande effetto. Inoltre si addicono bene alla vita su balconi e terrazzi e sin dalla primavera regalano cascate di fiori nei toni del viola. E, se ben curata, la Campanula continua a fiorire per tutta l'estate!



ACQUA: Occorre fare in modo che il terriccio sia sempre umido (non bagnato!), senza ristagni nel sottovaso. D'inverno si inaffia con più moderazione. Bisogna nebulizzare le foglie e disporre la pianta su un sottovaso pieno di ciottoli riempito d'acqua, facendo attenzione che il fondo del vaso non sia immerso nell'acqua.



ESPOSIZIONE: Va posizionata in una zona con luce abbondante, ma indiretta. All'esterno, invece, si consiglia una leggera ombreggiatura. La temperatura ideale si aggira tra i 13 e i 17 gradi, ma resiste anche a basse temperature.



FIORITURA: Per assicurare una bella fioritura continua, occorre rimuovere i fiori non appena iniziano ad appassire. Usa un coltello o una forbice ben affilati, facendo attenzione che siano puliti e disinfettati, per evitare le sfilacciate dei tessuti.



PROBLEMI: Non sono piante particolarmente soggette a malattie, ma se le foglie ingialliscono significa che non hai dato abbastanza acqua al terreno. Se, invece, non fiorisce e rimane "afflosciata", può trattarsi di un eccesso di innaffiature. Se sulle foglie compaiono macchiette gialle e marroni, la pianta potrebbe essere

Al balcone di piante officinali: la salute a portata di mano

La natura è alleata della tua salute: alcune erbe e fiori contengono principi attivi di grande efficacia per curarsi in modo naturale. Molte sono le piante officinali che puoi coltivare in balcone: dalla lavanda, calmante e disinfettante, alla maggiorana il cui infuso aiuta a combattere il mal di testa. Menta, origano e timo sono utili per mitigare i sintomi delle malattie da raffreddamento, calmare la tosse e liberare le vie respiratorie. I fiori di malva hanno virtù digestive e antinfiammatorie, la camomilla calma lo stress e predispone al sonno, la salvia previene la formazione delle fastidiose afte in bocca, le foglie di alloro facilitano la digestione. Prepara vasi e cassette colmi di queste e altre erbe officinali, utilizzando un substrato per piante aromatiche, oppure il terriccio universale. Hanno bisogno di poche attenzioni: basterà innaffiare quando il substrato nel vaso è quasi asciutto e concimare ogni 15 giorni con un concime liquido biologico. Oltre che utilissime, le piante officinali sono anche profumate (il loro piacevole aroma allontana le zanzare) e molto decorative.



✓ **Curiosità**

Efficace per la salute, ottima in tavola e bella: la borragine (*Borago officinalis*) è un concentrato di virtù. Produce in maggio-giugno graziosi fiori stellati, di un vistoso colore blu; si adatta bene anche alla vita in vaso, al sole. Aggiungi i fiori di borragine a insalate, risotti e frittate; le foglie lessate si utilizzano come quelle di bietole e spinaci. Ha ottime proprietà diuretiche; con le foglie, essiccate in luogo buio e asciutto, si preparano tisane utili contro il raffreddore e i dolori muscolari. Per altre informazioni, visita un punto vendita [Viridea: www.viridea.it](http://www.viridea.it)