

Giardino San Faustino: lo studio della Statale conferma la capacità del *restorative garden* di dare benessere a chi lo frequenta

La ricerca Green Age condotta dall'Università dimostra la capacità del giardino di generare una sensazione di benessere attraverso esperienze contemplative e di contatto con la natura.

Si è conclusa positivamente la fase di valutazione del *restorative garden* realizzato all'interno del Giardino San Faustino nell'ambito del progetto scientifico **Green Age. Green space for active living: older adults' perspectives**, condotto dal Dipartimento di Scienze Agrarie e Ambientali e dal Dipartimento di Beni Culturali e Ambientali dell'Università degli Studi di Milano, in partnership con l'Università della Val d'Aosta e con Cascina Biblioteca.

Un giardino in cui si sta bene

La prima informazione significativa è che **l'esperienza di benessere vissuta nel giardino è considerata medio alta**, sia per gli over 60 sia per il campione totale. *“Un dato importante da sottolineare è la coerenza osservata tra l'esperienza degli over 60 e quella del resto del campione - dichiara Marco Boffi, Ricercatore all'Università degli Studi Statale di Milano - Vi sono naturalmente delle differenze nelle attività che le diverse fasce d'età immaginano di svolgere nel giardino, legate anche alle capacità fisiche e di mobilità. Abbiamo però riscontrato forti similitudini nelle emozioni positive provate e nel senso di recupero dallo stress quotidiano: una prova che la progettazione inclusiva è in grado di dare risultati migliori per tutta la comunità”*. Un altro aspetto importante è che il *restorative garden*, per quanto inaugurato durante la pandemia, è riuscito ugualmente a **entrare nell'immaginario e nell'esperienza di una parte considerevole della popolazione**: tra i rispondenti ai questionari somministrati dai ricercatori della Statale, il 95% dei residenti in Ortica e il 48% di coloro che frequentano il quartiere per lavoro o nel tempo libero ha visitato il giardino almeno una volta. *“Il giudizio positivo dato al *restorative garden* da parte dei partecipanti allo studio del Giardino San Faustino conferma il valore dell'intervento realizzato dalla Statale insieme all'Università della Val d'Aosta e a Cascina Biblioteca – afferma Giorgio Zerbinati, Coordinatore del Giardino San Faustino – Il fatto che anche cittadini di altri quartieri ne diano un giudizio positivo e lo associno ad attività piacevoli conferma che il giardino è ormai percepito uno spazio pubblico”*. Interessanti sono anche le informazioni sul tipo di attività che le persone desidererebbero svolgere all'interno di quest'area verde: la maggioranza delle risposte hanno indicato **attività di tipo contemplativo** (come leggere o ascoltare la musica) e di **interazione con la natura** (come passeggiare, fare giardinaggio o prendere il sole), seguono attività relative al **movimento fisico e all'interazione sociale** mentre le meno selezionate sono quelle categorizzate come **pausa o ricreative**. Anche da questo punto di vista si osserva un generale allineamento tra gli over 60 e il campione totale.

Strumenti di valutazione online

L'obiettivo della Post Occupancy Evaluation (POE), definizione tecnica della fase di valutazione, è proprio la valutazione dell'esperienza vissuta dagli utenti *nel restorative garden*. L'avvento della pandemia COVID-19 e la necessità di rispettare le norme comportamentali di distanziamento sociale, a maggior ragione considerando che **il giardino è stato progettato per persone over 60 e soggetti fragili**, hanno comportato una rivisitazione dell'attività attraverso due linee di intervento abbinata fra loro. La prima è stata la somministrazione di un **questionario online sull'uso del giardino**, in sostituzione all'osservazione sul posto inizialmente prevista. La seconda è stata la realizzazione, in

collaborazione con il Laboratorio di Simulazione Urbana del Dipartimento di Architettura e Studi Urbani del **Politecnico di Milano**, di una specifica piattaforma web che ha consentito di mostrare **tre fotografie panoramiche a 360° scattate da tre punti di vista significativi**: due sedute sulle panchine disposte lungo il nuovo percorso realizzato e una sotto la pergola al centro del progetto. I questionari online, somministrati a **un campione di 320 utenti** del giardino, hanno reso possibile la raccolta dei dati in **piena sicurezza**. Le fotografie dinamiche, invece, hanno consentito di **raccogliere dati sull'esperienza vissuta** in quel luogo specifico dalle persone: rendendo possibile **un'esplorazione visiva libera dell'ambiente**, infatti, hanno potuto simulare un'interazione più naturale con l'ambiente.

Il futuro della ricerca nel Giardino San Faustino

Le attività di monitoraggio sui benefici del contatto con la natura nelle persone anziane all'interno del *restorative garden* di Green Age potrebbero proseguire anche in futuro. L'interesse per questo tipo di studi aumenterà progressivamente in considerazione delle trasformazioni urbanistiche che stanno interessando i quartieri Ortica, Lambrate e Rubattino dove, proprio attorno al Giardino San Faustino, sta sorgendo un nuovo quartiere residenziale. La possibilità che il Giardino condiviso evolva verso una condizione sempre più pubblica, assimilabile a quella di un vero e proprio parco, renderà possibili e auspicabili nuove ricerche su forme innovative di fruizione di quella che, di fatto, sarà l'area verde di riferimento per i nuovi residenti.

Per maggiori informazioni:

Dott.ssa Natalia Fumagalli

Università degli Studi di Milano – Dipartimento di Scienze Agrarie e Ambientali

Via Celoria 2 - 20133 - Milano (MI)

Contatti: +39 02503 16850 - natalia.fumagalli@unimi.it, ricerca.disaa@unimi.it

