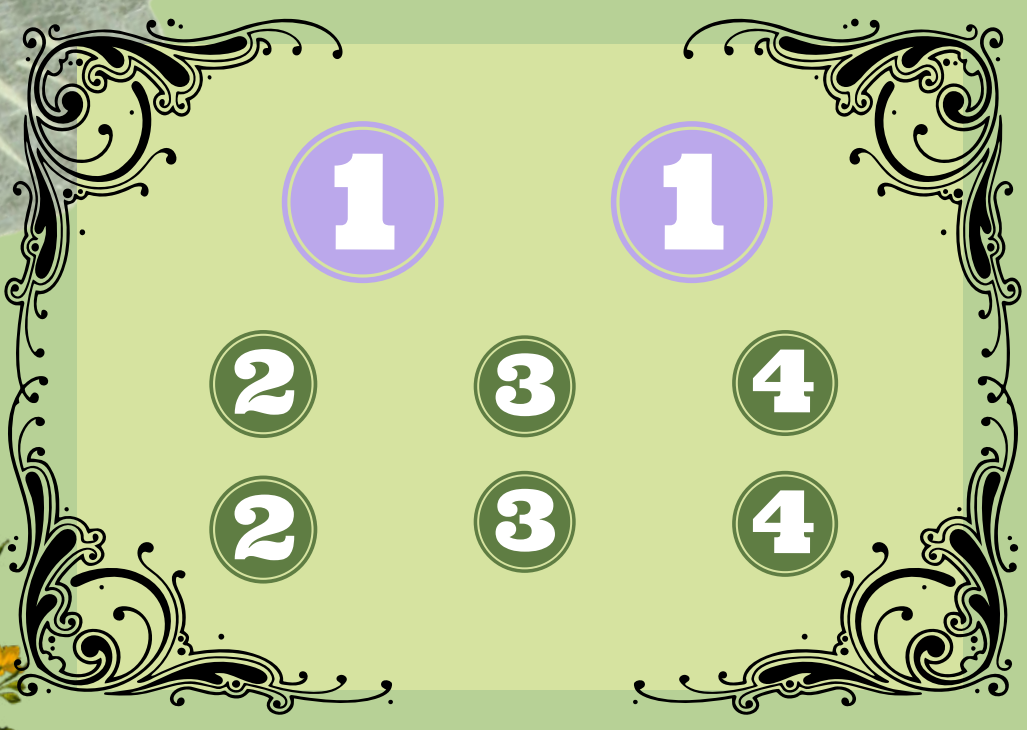
IL GIARDINO DEI SEMPLICI

PROGETTO PON A.S. 2021-2022

ERBARIO DIGITALE

SECONDA VASCA



1. LAVANDA BIANCA



La lavanda non produce solo fioriture blu, viola o rosa, esiste anche la lavanda bianca. Questa varietà vuole un'esposizione soleggiata e fiorisce da giugno a luglio.

I bianchi fiori di lavanda sono disposti in lunghe spighe al margine del fogliame grigio-verde. Abbastanza forte, può raggiungere 80 centimetri di altezza. Questa tipologia è particolarmente adatta per essere essiccata. Resiste al caldo dell'estate più torrida e al freddo dell'inverno più rigido, anche se nei casi di gelate intense e persistenti è bene ripararla con del tessuto-non-tessuto. Gradisce particolarmente le posizioni soleggiate, e molto ben ventilate. Cresce bene in un qualsiasi terreno da giardino, purchè sia ben drenato; predilige i suoli calcarei. La Lavanda necessita di annaffiature non troppo abbondanti e non troppo frequenti: è meglio attendere che il terreno asciughi un po' prima di fornire altra acqua; solitamente preferisce rimanere qualche giorno all'asciutto piuttosto che avere un substrato inzuppato d'acqua. La Lavanda, quando termina la fioritura deve essere potata per eliminare tutti gli steli fioriferi e per cimare le piante. Le piante un po' debilitate e poco compatte possono essere sottoposte ad una potatura più drastica, in modo da lasciare solo pochi cm di stelo. In questo modo la pianta di Lavanda crescerà più rigogliosa e rinvigorita stimolando lo sviluppo di nuovi germogli. La Lavanda è conosciuta fin dai tempi più antichi per le sue proprietà antisettiche, analgesiche, battericide, vasodilatatorie, antinevralgiche, per i dolori muscolari ed è considerata un blando sedativo. È l'olio eterico più utilizzato in profumeria.

In aromaterapia, viene utilizzata come antidepressivo, tranquillizzante, equilibrante del sistema nervoso, come decongestionante contro i raffreddori e l'influenza. Inoltre viene ritenuta efficace per abbassare la pressione arteriosa, per ridurre i problemi digestivi ed è miscelata con altre sostanza omeopatiche per curare il mal di schiena e il mal d'orecchie. Qualche goccia di olio essenziale, aggiunta nell'acqua del bagno, aiuta a rilassarsi.

Per uso cosmetico, se utilizzata nell'ultimo risciacquo, quando si lavano i capelli, oltre che dare un profumo delizioso, aiuta a combattere i capelli grassi.

1 1

2 3 4

2 3 4

2. TIMO VOLGARE



Dal greco “thymon” = forza, coraggio, per le virtù rinvigorenti dell’infuso; gli antichi Egizi lo adoperavano nel processo di mummificazione, i Greci lo usavano nei templi al posto dell’incenso per rinfrescare e purificare l’aria. Era conosciuto dal VI millennio a.C., ma è con i Romani che la pianta venne disseminata in tutto l’impero, tanto importante era il suo uso. Sant’Ildegarda e Sant’alberto Magno (XII sec. d.C.) lo suggerivano contro la lebbra e la paralisi; Leclerc (XX sec. d.C.) lo ritenne un ottimo antiastenico e stimolante della circolazione capillare. Ne esistono circa 100 specie, tutte accomunate dalla presenza nell’olio essenziale, di timolo, un composto antisettico tra i più potenti presenti in natura; tra i molti, il Timo cedrino odora di limone, esistono poi il T. arancio, T. anice e T. argentato; in Marocco vegeta una varietà con profumazione pinacea, denominata “z’itra”, ricca in borneolo. Condivide con il Thymus serpyllum le proprietà terapeutiche, ma sono più forti; per una modulazione dell’attività occorrerà utilizzare entrambe le specie. Thymus vulgaris è una specie mista in timolo (principio antisettico ed espettorante) e carvacrolo (principio antispasmodico) mentre la varietà spagnola T. zygis (gracilis) Boiss è più ricca in carvacrolo ed è ritenuto più pregiato. Numerosi sono gli studi, anche sull’uomo, che attestano l’efficacia dei composti contenuti nell’olio essenziale come antibatterici, antitussivi, fluidificanti sanguigni e antispasmodici. si può impiegare anche in balneoterapia nella cura delle affezioni reumatiche e muscolari. È originario del bacino del Mediterraneo ed è considerato tra gli ingredienti peculiari della dieta mediterranea, apprezzata in tutto il mondo.

1 1

2 3 4

2 3 4

3. TIMO LIMONE



Il timo limone è una pianta aromatica della stessa famiglia del timo, meno conosciuta della sua parente ma altrettanto apprezzata. Specialmente in cucina, dove il suo aroma delicato dalle note limonate lo rende l'ingrediente perfetto per regalare a molte pietanze una nota di sapore in più. La pianta si presenta sotto forma di arbusti compatti, dalla forma sferica, con piccoli fiori il cui colore va dal bianco al rosa tenue e piccole foglie screziate di giallo che, quando vengono sfregate, emettono il caratteristico profumo di limone. L'arbusto, che può crescere fino a 50 cm di altezza, fiorisce in primavera e in estate ed è particolarmente amato dalle api, poiché i suoi fiori sono molto ricchi di nettare. Il timo limone non solo è ricco degli olii essenziali che gli conferiscono le note agrumate per cui è tanto apprezzato. Questa pianta è anche una preziosa fonte di vitamine e Sali minerali, in particolare di vitamina C e vitamine del gruppo B e di fenoli, come il timolo.

Questa pianta è molto apprezzata non solo per il suo aroma particolare, ma anche per le proprietà curative. Viene spesso impiegata per preparare infusi, tisane e rimedi naturali per la tosse e il raffreddore. Inoltre, favorisce la digestione, ha proprietà antisettiche e aiuta a regolare la produzione di sebo. In epoca rinascimentale, questa incredibile pianta era utilizzata per preparare un vino cotto aromatico, che veniva impiegato per curare disturbi come l'asma e le infezioni alle vie urinarie. Non richiede irrigazioni frequenti: l'annaffiatura va fatta solo quando il terreno sia ben asciutto.

1 1

2 3 4

2 3 4

4. TIMO SERPILLO



Il Serpillo,anche detto Pepolino, Pipernia o Timo selvatico è una pianta appartenente alla famiglia delle Lamiaceae.
In tutta Europa e Nord Africa, è una delle specie di timo più diffusa, utilizzata da secoli per scopi culinari, ornamentali e medicinali. È una pianta erbacea strisciante, molto variabile, alta da 10 a 30 cm.
Fusti prostrati striscianti o ascendenti, sottili, radicanti, ramosi.
Foglie piccole da lineari ad ellittiche, cigliate alla base, piane.
Fiori piccoli, a corolla bilabiata, in spicastri corti apicali. Colore variabile dal bianco al rosa al violetto. La fioritura dura un mese circa, in un periodo variabile tra aprile e settembre.
È una pianta erbacea strisciante, molto variabile, alta da 10 a 30 cm.
Fusti prostrati striscianti o ascendenti, sottili, radicanti, ramosi.
Foglie piccole da lineari ad ellittiche, cigliate alla base, piane.
Fiori piccoli, a corolla bilabiata, in spicastri corti apicali. Colore variabile dal bianco al rosa al violetto. La fioritura dura un mese circa, in un periodo variabile tra aprile e settembre.
Si riproduce per seme, si moltiplica più frequentemente per propaggine in estate, o per talea in primavera o autunno.
Si coltiva in terreno ben drenato; su suolo compatto ha apparato radicale superficiale, per cui gradisce annaffiature regolari.