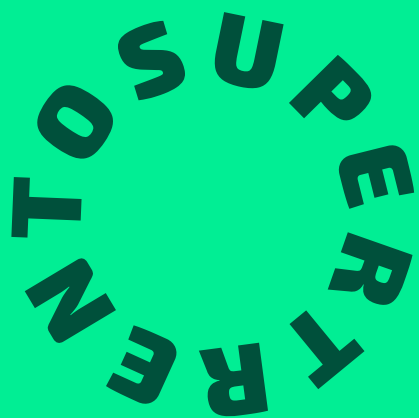




SUPERTRENTO

Scenari Urbani Partecipati
per l'Ecologia e la Rigenerazione

→ incontro 3 / 20 maggio 2023

Movimento, stili di vita, benessere

Pratiche, progetti e testimonianze da altri contesti

Luisa Ravanello

Come evolverà il concetto di benessere e che stili di vita adotteremo?

Quali pratiche sportive o ludiche si affermeranno?

Come useremo gli spazi aperti e di quali infrastrutture necessiterà la città?

Lo sport sarà solo agonismo?

Lo spazio pubblico delle città è lo spazio della socialità, dell'integrazione, dell'inclusione. È lo spazio nel quale i cittadini esercitano i loro diritti e le loro libertà. È lo spazio in cui manifestare, incontrarsi, giocare, camminare, andare in bicicletta. Sono davvero tante e diverse le 'qualità urbane necessarie' affinché questi diritti – al benessere, alla salute, all'accessibilità, alla camminabilità, alla ciclabilità, all'incontro, al verde, etc. – si realizzino e possano essere esercitati.

Come evolverà il concetto di benessere e che stili di vita adotteremo?

Quali pratiche sportive o ludiche si affermeranno?

Come useremo gli spazi aperti e di quali infrastrutture necessiterà la città?

Lo sport sarà solo agonismo?

Le persone stanno bene in un luogo pubblico se si sentono al sicuro, se si sentono in una condizione di comfort e di benessere fisico e psicologico, se hanno la possibilità di vivere momenti di socialità che ne stimolano e rinnovano la sensazione di identità e di appartenenza.

Stare bene nello spazio urbano è una esigenza che può dunque essere soddisfatta e progettata e che dipende dalla qualità percepita dalle persone, in termini di vivibilità, vitalità, benessere, sicurezza, salubrità, socialità, inclusione, etc.

Come evolverà il concetto di benessere e che stili di vita adotteremo?

Quali pratiche sportive o ludiche si affermeranno?

Come useremo gli spazi aperti e di quali infrastrutture necessiterà la città?

Lo sport sarà solo agonismo?

Oggi lo spazio pubblico deve garantire maggiori ‘prestazioni’, tra le quali sicuramente quelle di regolazione del clima. E come useremo gli spazi aperti dipenderà anche dal livello di comfort e sicurezza che saremo in grado di garantire in quegli spazi. Si parla oggi di ‘Città oasi’ e ‘Città spugna’, cioè di città in grado di mitigare gli eccessi di temperatura e precipitazione.

Questa azione di contrasto degli effetti del cambiamento climatico in città si realizza soprattutto attraverso le *Soluzioni basate sulla natura* [Infrastrutture verdi e blu] che sono lo strumento più efficace di cui disponiamo oggi per affrontare questi problemi.

Come evolverà il concetto di benessere e che stili di vita adotteremo?

Quali pratiche sportive o ludiche si affermeranno?

Come useremo gli spazi aperti e di quali infrastrutture necessiterà la città?

Lo sport sarà solo agonismo?

Si parla di Città in transizione verso modelli di mobilità più sostenibili che elaborano ed attuano strategie per spostare progressivamente la mobilità urbana dall'automobile al trasporto pubblico, alla mobilità ciclo-pedonale.

*Da questo deriva un modello di uso dello spazio pubblico con più salute, più allegria e più spazi per le persone. Dimentichiamo spesso questo aspetto della felicità come parte della nostra 'salute' e del nostro benessere.**

*Giuseppe Grezzi, ass. Mobilità comune di Valencia a Mobilitars 2022

3 esempi

1. GLEISDREIECK PARK

DA AREA FERROVIARIA DISMESSA

A PARCO URBANO ATTREZZATO / BERLINO D

2. PROMENADE DU PAILLON

DA INFRASTRUTTURA VIARIA SULL'ALVEO DEL FIUME TOMBATO

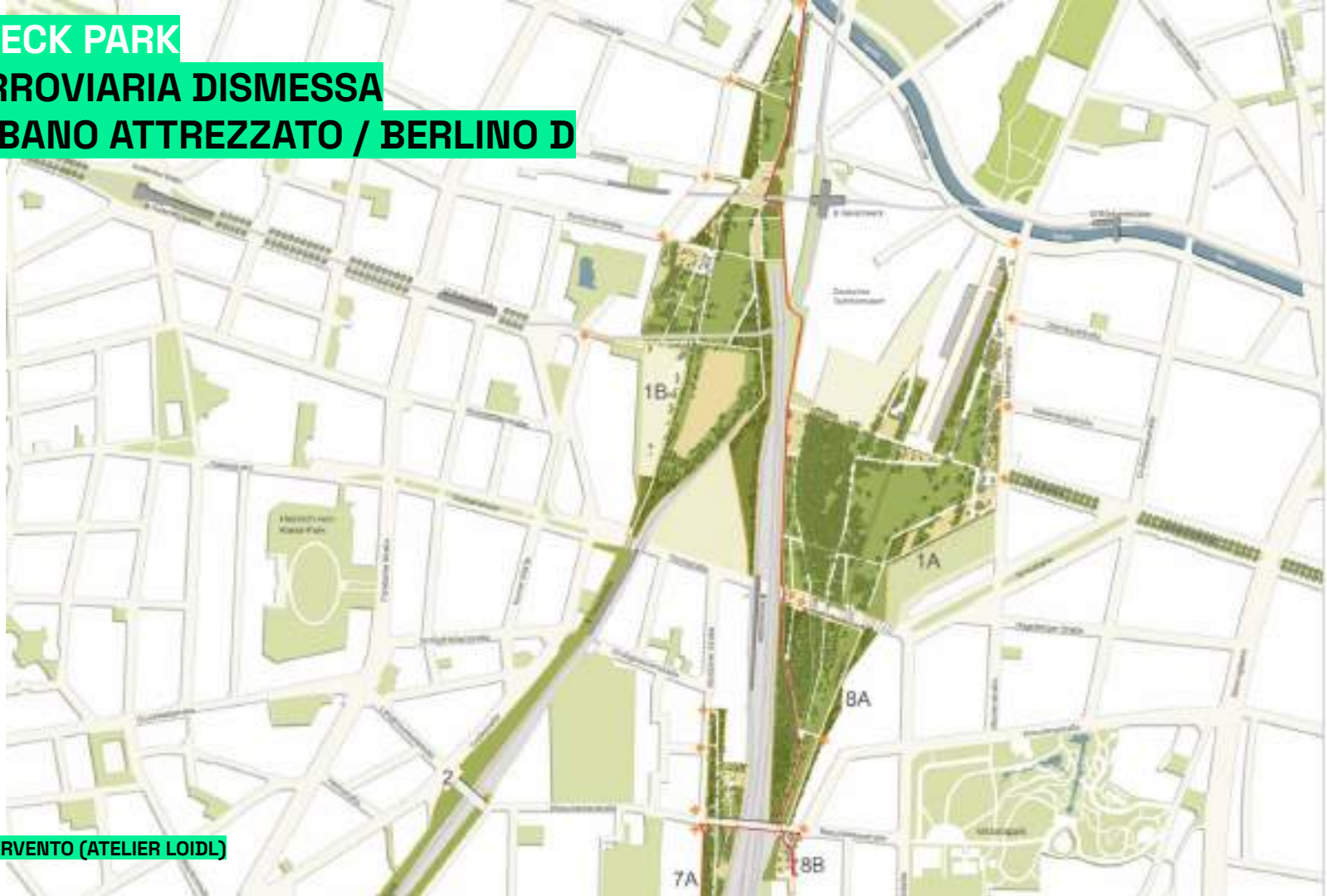
A PARCO LINEARE / NIZZA FR

3. PARCO DEL TURIA

DAL SEDIME DEL FIUME DEVIATO

A PARCO LINEARE URBANO / VALENCIA ES

1. GLEISDREIECK PARK DA AREA FERROVIARIA DISMESSA A PARCO URBANO ATTREZZATO / BERLINO D



MASTER PLAN DELL'INTERVENTO (ATELIER LOIDL)

Il parco urbano di Gleisdreieck si trova a Berlino e si estende per circa 29 ettari in una grande area triangolare dalla forma allungata, ricompresa tra i fasci ferroviari dismessi dello scalo merci, tra le stazioni di Potsdamer e Anhalter. Il nome del parco significa letteralmente 'triangolo tra i binari'.

L'area, interclusa tra i binari, è stata abbandonata negli anni '60, ma solo verso la fine degli anni '90, dopo la caduta del Muro, la città di Berlino ha stipulato un accordo con la società proprietaria dell'area ferroviaria dismessa, la Grün Berlin GmbH, definendo la costruzione del parco. Il parco è strutturato in tre macro aree collegate tra loro da percorsi che affiancano in lunghezza i vecchi binari ferroviari. Il parco si organizza su **tre macro aree**: una più naturale-selvaggia, una dove si concentrano le attrezzature sportive e l'area del grande prato attrezzato.



DEMOLIZIONI E DESEALING



LE PRIME IDEE DI RIUSO DELL'AREA FURONO BASATE SUL MANTENIMENTO DELLA VOCAZIONE 'SELVAGGIA' DEL SITO RICONQUISTATO DALLA NATURA IN OLTRE 30 ANNI DI ABBANDONO.



UN GRANDE PRATO PER IL TEMPO LIBERO, IL RELAX, LA SOCIALITÀ



UN GRANDE PRATO PER IL TEMPO LIBERO, IL RELAX, LA SOCIALITÀ



SPAZI OMBREGGIATI PER IL BENESSERE, IL COMFORT, LA SOCIALITÀ



ATTREZZATURE PER GLI SPORT URBANI DEDICATI AI RAGAZZI, AI GIOVANI, AGLI SPORTIVI



ATTREZZATURE PER LO SPORT, AREE GIOCO, CAMPETTI DA BASKET, PISTE DI PARKOUR E FREESTYLE, PEDANE, CAMPI PER IL CALCETTO



ATTREZZATURE PER LO SPORT



SPIAGGIA



I PERCORSI PER CONNETTERE LE TRE MACROAREE DEL PARCO



2. PROMENADE DU PAILLON

DA INFRASTRUTTURA VIARIA SULL'ALVEO DEL FIUME TOMBATO
A PARCO LINEARE / NIZZA FR



La Promenade du Paillon si sviluppa nel centro storico di Nizza, tra il Teatro Nazionale e il mare. Il parco è stato realizzato dalla dismissione della vecchia stazione degli autobus e di un parcheggio per riportare nel cuore della città un grande polmone verde.

Il progetto del parco si sviluppa su una **grande area lineare**, lunga quasi **1,5 km** e larga circa **100 m** per un'estensione di **oltre 12 ettari**. Il sito è stato ricavato dalla demolizione di alcuni edifici e dal recupero di diversi spazi che, tra gli anni 70 e 90 del secolo scorso, erano stati realizzati sul vecchio sedime del fiume: la vecchia stazione degli autobus, un grande ex parcheggio, la piazza Leclerc, la zona Massena e il Forum Jacques Medecin e il giardino Albert I.



MASTERPLAN PROMENADE DU PAILLON - AREA DI INTERVENTO



ACQUA COME ATTRAZIONE, COMFORT E MITIGAZIONE DEL MICROCLIMA



LA GRANDE PIAZZA D'ACQUA

ACQUA COME ATTRAZIONE, COMFORT E MITIGAZIONE DEL MICROCLIMA



LA GRANDE PIAZZA D'ACQUA: NEBULIZZAZIONI, SPRUZZI, FONTANE E LAMA D'ACQUA

© Luisa Ravanello

IL PARCO PER IL GIOCO DEI PIÙ PICCOLI



IL PARCO PER IL GIOCO DEI PIÙ PICCOLI



**VEGETAZIONE AI BORDI DELLA PROMENADE,
PROTEZIONE DAL RUMORE E DALL'INQUINAMENTO DELLA STRADA
BELLEZZA DELLA VEGETAZIONE E DEL PAESAGGIO**



**VEGETAZIONE AI BORDI DELLA PROMENADE,
EFFETTO PROTEZIONE DALLA STRADA
DAL RUMORE,
DALL'INQUINAMENTO...
ED EFFETTO PAESAGGISTICO**



BORDI E ATTRAVERSAMENTI



STILI DI VITA SANI, SPORT



IL RIPOSO O LA LETTURA SULLA SEDIA GIREVOLE !



3. PARCO DEL TURIA DAL SEDIME DEL FIUME DEVIATO A PARCO LINEARE URBANO / VALENCIA ES



Jardín del Turia è un parco urbano situato nell'antico letto del fiume Turia nella città di Valencia. Attualmente occupa circa 136 ettari con una lunghezza di circa 8,5 km e una larghezza media di circa 160 m. Attraversa la città dal porto, dalla Città delle Arti e delle Scienze, fino al nuovo Bioparc. Fondato nel 1986, diversi decenni dopo la grande alluvione di Valencia del 1957. Negli anni '60 il Consiglio Comunale e il Governo della Spagna progettarono la costruzione di un grande asse di comunicazione (autostrade e altri mezzi di trasporto) per collegare il porto con l'aeroporto e risolvere anche il traffico interno. Ma, grazie all'azione del movimento cittadino 'Il letto del Turia è nostro e lo vogliamo verde', si optò per la sua riconversione in un luogo di svago e natura per cittadini e visitatori. La sua forma lineare che attraversa la città fa sì che una grande popolazione della città risieda nelle vicinanze del parco.



**È UNA INFRASTRUTTURA VERDE CHE ATTRAVERSA LA CITTÀ,
AI LATI SCORRONO STRADE CITTADINE DI GRANDE TRAFFICO,
SI SALE E SI SCENDE LUNGO TUTTO IL SUO SVILUPPO**



**SI ENTRA NEL PARCO PER PASSEGGIARE E SOSTARE NELLA NATURA O
SEMPLICEMENTE PER SPOSTARSI DA UN PUNTO ALL'ALTRO DELLA CITTÀ
'LONTANO' DAL TRAFFICO, DAL RUMORE E DALLE EMISSIONI INQUINANTI DELLE
AUTOMOBILI**



**INFRASTRUTTURA VERDE PER IL BENESSERE E PER PRATICARE SPORT IN
PIENO COMFORT**



CHI CAMMINA E CHI CORRE, CHI VA IN BICI



CHI SI ORGANIZZA IL RELAX NELLA NATURA, ALL'OMBRA





AREE GIOCO PER TUTTE LE ETÀ



ATTREZZATURE PER GLI SPORT URBANI DEDICATI AI GIOVANI SPORTIVI





alcune considerazioni

- la **rigenerazione urbana** non può rinviare l'integrazione nella sua realizzazione gli **obiettivi dell'adattamento ai cambiamenti climatici**.
- sappiamo che il perseguimento di questi obiettivi passa attraverso un **approccio basato sulla reintroduzione della natura in città**, per questo possiamo dire che
le città per il clima (oasi e spugna) sono anche città per le persone
- questo approccio contribuisce al tempo stesso a migliorare la qualità ambientale e sociale e la vivibilità degli spazi pubblici e, in definitiva, la bellezza delle nostre aree urbane.
- **la qualità e la disponibilità degli spazi pubblici nelle nostre città generano anche valori economici**

alcune considerazioni

- alla **progettazione** di spazi pubblici di qualità **concorrono tanti punti di vista disciplinari** e si parte sempre dall'ascolto dei bisogni e dalla condivisione degli obiettivi con i cittadini ed i residenti
- il gruppo di lavoro e le competenze dei singoli sono fondamentali per impostare il progetto correttamente: **paesaggisti, agronomi, architetti, ingegneri idraulici, etc. devono lavorare assieme sin dalle prime fasi**
- è importante **pensare a quante più possibili tipologie di fruizione dello spazio pubblico** che stiamo rigenerando; le esigenze possono essere tante: la mobilità attiva, le attività sociali, le attività ludico- sportive, il riposo, lo studio, la contemplazione della bellezza della natura, ecc.
- **a scala urbana è importante mettere in rete tutte le piccole e grandi realtà verdi già presenti (o di progetto) creando la struttura connettiva:** corridoi verdi, alberature (lungo le strade, le piste ciclo-pedonali) in filari singoli o doppi, che proiettano ombre contigue capaci di garantire continuità dell'effetto di evapotraspirazione.

**1 / LINEE GUIDA PER LA RESILIENZA
AI CAMBIAMENTI CLIMATICI
NEGLI INTERVENTI
DI RIGENERAZIONE URBANA**
bit.ly/LIBERARE-IL-SUOLO-1

**2 / 20 CASI STUDIO PER LA
RESILIENZA URBANA. PROGETTI E
PROCESSI
DI ADATTAMENTO
NEGLI INTERVENTI DI RIGENERAZIONE**
bit.ly/LIBERARE-IL-SUOLO-2



altri materiali dal percorso formativo REBUS



Alla pagina del progetto [REBUS](#) trovate tutto quello che è stato prodotto e pubblicato con questo percorso formativo.

Potete sfogliare le pubblicazioni su issuu.com/laboratoriorebus

In particolare:

[Guida Rigenerare la città con la natura](#)

Collana Dispense (selezione):

[03 Cambiamenti climatici ed effetti sulle città](#) Teodoro Georgiadis
(CNR IBIMET, Bologna)

[04 Città e cambiamenti climatici. Il progetto del benessere termico nelle aree urbane per l'urbanistica e l'architettura](#) Prof. Andreas Matzarakis (Università A. Ludwigs di Friburgo)

[07 Gli alberi e la città](#) Maria Teresa Salomoni (Consorzio Proambiente - Bologna)

[08 Progettare comfort spazi pubblici](#) Valentina Prof.ssa Valentina Dessì (Politecnico di Milano)

[09 Natura e città](#) Christine Dalnoky (paesaggista francese)

grazie per l'invito :-)

Iravanello@arpae.it

ARPAE - REGIONE EMILIA-ROMAGNA /
CTR EDUCAZIONE ALLA SOSTENIBILITÀ