

Healing gardens e Montessori, un approccio innovativo e proattivo per gli anziani

Patrizia Palmieri

Abstract:

Active ageing represents a central challenge for Geriatric Pedagogy, requiring innovative educational strategies to improve the quality of life of older adults with cognitive frailty. This study explores the integration of outdoor education and the Montessori method – two complementary approaches that support the preservation of residual abilities, cognitive stimulation, and overall well-being. Outdoor education, through therapeutic gardens, offers sensory and motor experiences that help reduce anxiety and disorientation. The Montessori method, when applied to frail older adults, provides a structured environment and specially designed materials that support autonomy and procedural memory. The analysis of the healing gardens workshop at the RSSA “Fondazione G. Palena” in Foggia shows benefits in socialization, mood, and autobiographical memory. Although the results are promising, further studies are needed to assess the replicability and long-term impact of this educational-therapeutic model.

Keywords: Active Ageing; Cognitive Frailty; Montessori Method; Outdoor Education; Therapeutic Gardens

1. Introduzione

L'invecchiamento attivo è una grande sfida della società contemporanea, non solo per la crescente aspettativa di vita, ma anche per la necessità di ripensare modelli assistenziali ed educativi che garantiscano agli anziani un ruolo centrale e partecipativo nella comunità. Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità (WHO 2002), esso consiste nell'ottimizzazione delle opportunità di salute, partecipazione e sicurezza per migliorare la qualità della vita delle persone che invecchiano, valorizzando il loro contributo alla società e preservando la loro autonomia il più a lungo possibile. Si tratta di un modello che favorisce stimolazione cognitiva, fisica e sociale, contrastando il deterioramento precoce che si oppone a una visione della vecchiaia come fase di declino ineluttabile.

Negli ultimi anni, la ricerca pedagogica e geragogica ha esplorato metodologie educative innovative che possano contribuire al benessere degli anziani fragili, in particolare di quelli con demenza o deterioramento cognitivo lieve.

Patrizia Palmieri, University of Foggia, Italy, patrizia.palmieri@unifg.it, 0009-0001-0858-5301

Referee List (DOI 10.36253/fup_referee_list)

FUP Best Practice in Scholarly Publishing (DOI 10.36253/fup_best_practice)

Patrizia Palmieri, *Healing gardens e Montessori, un approccio innovativo e proattivo per gli anziani*. © Author(s), CC BY 4.0, DOI 10.36253/979-12-215-0744-7.59, in Vanna Boffo, Michele Bertani, Donatella Bramanti, Rabih Chattat, Laura Formenti (edited by), *Accompagnare la longevità. Buone pratiche educative e formative per l'invecchiamento attivo*, pp. 503-512, 2025, published by Firenze University Press, ISBN 979-12-215-0744-7, DOI 10.36253/979-12-215-0744-7

Se da un lato gli studi gerontologici evidenziano il ruolo chiave dell'ambiente nell'attivazione delle capacità residue (Kitwood 1997), dall'altro la pedagogia ha sviluppato approcci che favoriscono l'apprendimento esperienziale e la partecipazione attiva degli anziani. Tra questi, l'educazione *outdoor* e l'adattamento del metodo Montessori agli anziani fragili si sono dimostrati particolarmente efficaci nel migliorare la qualità della vita e nel preservare le competenze motorie e cognitive (Mortari 2015; Farné et al. 2018).

L'educazione *outdoor* è un approccio pedagogico che valorizza l'apprendimento attraverso l'esperienza diretta in contesti naturali, promuovendo il contatto con l'ambiente esterno come strumento di stimolazione multisensoriale e benessere. Studi neuroscientifici dimostrano che la fruizione di spazi verdi riduce i livelli di cortisolo, l'ormone dello stress, e migliora le capacità attentive e mnemoniche, specialmente negli anziani con fragilità cognitiva (Zeisel et al. 2003). In questo contesto, i giardini terapeutici, progettati per supportare le persone con demenza, offrono opportunità di interazione sensoriale e motoria che favoriscono la socializzazione, l'autoregolazione emotiva e il benessere psicofisico (Rivasseau-Jonveaux et al. 2013).

Parallelamente, il metodo Montessori per anziani, adattamento della filosofia educativa originariamente sviluppata per i bambini, si basa su un ambiente strutturato, materiali didattici specifici e attività mirate per favorire il mantenimento delle abilità residue negli anziani fragili (Camp 1999). L'approccio si fonda sul principio che l'anziano, anche in presenza di declino cognitivo, debba essere considerato una persona capace di apprendere, dotata di potenzialità espressive e cognitive che possono essere sostenute attraverso esperienze pratiche e strumenti adeguati.

L'integrazione tra il metodo Montessori e l'educazione *outdoor* rappresenta quindi una sinergia pedagogica innovativa, capace di creare ambienti stimolanti e inclusivi, che permettano agli anziani di partecipare attivamente alla propria esperienza di apprendimento e riabilitazione. Questo contributo si propone di analizzare l'interazione tra queste due metodologie, evidenziandone l'impatto nel promuovere l'invecchiamento attivo. In particolare, verranno esaminati i benefici dell'educazione *outdoor* e del metodo Montessori per anziani con demenza, con riferimento all'esperienza del laboratorio di *healing gardens* presso la RSSA Fondazione G. Palena di Foggia, come caso studio esemplare di questa metodologia integrata.

2. Natura e cognizione: l'*outdoor education*

L'educazione *outdoor* nasce come approccio pedagogico finalizzato alla promozione dell'apprendimento esperienziale attraverso l'interazione con l'ambiente naturale. Inizialmente sviluppata nel contesto scolastico, negli ultimi decenni ha trovato crescente applicazione anche nel supporto agli anziani, in particolare quelli con fragilità cognitive. La ricerca nel campo della geragogia e delle neuroscienze ha dimostrato che il contatto con la natura rappresenta un fattore determinante per il mantenimento delle capacità cognitive e sensoriali negli an-

ziani fragili, offrendo una strategia efficace per prevenire il declino funzionale e rallentare i sintomi della demenza (Guerra 2020). L'immersione in ambienti naturali fornisce stimoli multisensoriali capaci di attivare processi di memoria autobiografica, attenzione e regolazione emozionale, contribuendo alla riduzione dell'agitazione e dello stress. Inoltre, la partecipazione ad attività all'aperto favorisce il mantenimento dell'autonomia e l'inclusione sociale, riducendo il senso di isolamento spesso associato alla fragilità cognitiva. L'educazione *outdoor* integra l'approccio riabilitativo con attività come l'orticoltura e il giardinaggio terapeutico. Studi recenti confermano che l'interazione con la natura migliora il benessere psicologico e rallenta il declino cognitivo. Tra i principali benefici dell'educazione *outdoor* per gli anziani fragili si possono evidenziare diversi aspetti chiave. Il miglioramento dell'orientamento spazio-temporale avviene attraverso esperienze immersive negli spazi verdi, dove la percezione della luce naturale, i cambiamenti stagionali e la disposizione degli elementi nell'ambiente forniscono riferimenti utili per la riattivazione delle capacità di orientamento. Un altro elemento fondamentale è la stimolazione della memoria autobiografica, poiché gli odori delle piante, i suoni della natura e il contatto con materiali naturali evocano ricordi ed emozioni, aiutando le persone con demenza a riconnettersi con la propria identità e con esperienze significative del passato. La riduzione dell'agitazione e dello stress nei pazienti con demenza è stata ampiamente documentata in studi recenti, che evidenziano come il contatto con elementi naturali riduca i livelli di cortisolo e aumenti la produzione di serotonina, migliorando così il tono dell'umore e la regolazione emotiva (Yzoard et al. 2017). Infine, la promozione dell'attività fisica moderata, attraverso passeggiate, giardinaggio e movimenti naturali, è essenziale per il mantenimento della mobilità e della coordinazione motoria, riducendo il rischio di cadute e favorendo il senso di benessere generale.

Un'applicazione specifica dell'educazione *outdoor* in ambito geriatrico è rappresentata dai giardini terapeutici, che si configurano come spazi progettati per favorire il benessere psicofisico degli anziani fragili attraverso la stimolazione sensoriale e l'interazione con l'ambiente naturale. L'idea alla base di questi spazi è che la natura possa essere utilizzata non solo come contesto educativo e riabilitativo, ma anche come strumento terapeutico, in grado di attivare le capacità residue degli anziani e di migliorare la qualità della loro vita quotidiana. A differenza dei giardini tradizionali, i giardini terapeutici sono progettati per essere pienamente accessibili, sicuri e adattati alle esigenze di persone con mobilità ridotta o con deterioramento cognitivo, con percorsi privi di barriere architettoniche, segnaletica chiara e aree dedicate a specifiche stimolazioni sensoriali. Secondo Rivasseau-Jonveaux e colleghi (2013), i giardini terapeutici hanno un effetto diretto sulla riduzione dei sintomi comportamentali della demenza, migliorando il tono dell'umore e favorendo il senso di inclusione sociale. Gli spazi verdi riducono l'agitazione e favoriscono il sonno, migliorando la relazione tra pazienti e *caregiver*.

L'integrazione tra educazione *outdoor* e giardini terapeutici favorisce il benessere dell'anziano, rendendo l'ambiente naturale parte del percorso assistenziale. Tuttavia, è fondamentale considerare alcune sfide e limiti nell'implementazione

di questi modelli. Tra le principali difficoltà vi è la necessità di formare il personale sanitario e educativo affinché possa integrare efficacemente le pratiche di educazione *outdoor* nella routine assistenziale. Inoltre, gli aspetti legati ai costi di progettazione e manutenzione dei giardini terapeutici rappresentano una barriera, soprattutto in contesti dove le risorse economiche sono limitate. In questo senso, l'esperienza internazionale fornisce spunti interessanti: in paesi come la Danimarca e i Paesi Bassi, i giardini terapeutici sono integrati nei programmi di assistenza pubblica, mentre in Giappone il concetto di 'terapia forestale' viene applicato sistematicamente nelle residenze per anziani, con evidenze di impatti positivi sulle funzioni cognitive e sull'equilibrio emotivo dei pazienti.

L'educazione *outdoor* e il metodo Montessori per anziani rappresentano strumenti complementari e innovativi per la promozione dell'invecchiamento attivo, offrendo soluzioni che vanno oltre la tradizionale assistenza geriatrica e favoriscono una partecipazione più consapevole e autonoma dell'anziano nel proprio percorso di cura. La sfida futura sarà quella di rafforzare il legame tra ricerca, pratiche educative e politiche sanitarie, affinché questi modelli diventino parte integrante delle strategie di assistenza a lungo termine, garantendo agli anziani fragili un ambiente che rispetti la loro dignità e ne valorizzi le capacità residue.

3. Un approccio innovativo

Il metodo Montessori per anziani, adattato dalla pedagogia montessoriana classica, è un approccio innovativo che mira a preservare la dignità, l'autonomia e la qualità della vita delle persone con fragilità cognitive, tra cui quelle affette da demenza. Questo modello si basa su strategie educative che favoriscono il mantenimento delle abilità residue e la partecipazione attiva alla quotidianità, riducendo la dipendenza assistenziale e migliorando il benessere globale (Camp 1999). La sua applicazione in contesti geriatrico-assistenziali ha dimostrato effetti positivi sulla qualità della vita degli anziani, diminuendo apatia, agitazione e disturbi del comportamento.

Il cuore del metodo Montessori è l'ambiente preparato, concepito per ridurre il disorientamento e stimolare l'interazione. La disposizione degli arredi, l'uso di materiali riconoscibili e facilmente accessibili, e la strutturazione di routine prevedibili aiutano gli anziani a sviluppare un senso di sicurezza e autoefficacia (Sheppard et al. 2019). L'adozione di spazi organizzati secondo criteri montessoriani consente di rafforzare l'autonomia residua, riducendo la frustrazione e favorendo un'esperienza di apprendimento serena.

Un altro pilastro fondamentale è l'uso di materiali sensoriali, strumenti che stimolano memoria e coordinazione motoria attraverso il tatto, la vista e l'udito. Oggetti come puzzle, tessuti di diversa *texture*, tavolette con lettere in rilievo e contenitori con materiali naturali facilitano la connessione con l'ambiente circostante, favorendo il riconoscimento di gesti e azioni quotidiane (Camp 1999). L'uso di materiali familiari e di attività strutturate consente di esercitare le capacità percettive e motorie in modo graduale, riducendo stress e senso di inadeguatezza.

Le attività ripetibili e personalizzate sono essenziali per mantenere la memoria procedurale e l'autonomia. Esercizi come allacciare bottoni, travasare liquidi, sistemare oggetti in sequenze logiche e manipolare utensili da cucina o da giardinaggio permettono di consolidare abilità motorie e cognitive, stimolando la percezione di autoefficacia e riducendo la passività (Mortari 2015). La ripetizione di compiti semplici e strutturati aiuta l'anziano a conservare le competenze residue, contribuendo a rallentare il declino funzionale.

Un aspetto innovativo è l'integrazione tra Montessori ed educazione *outdoor*, una combinazione che ha dimostrato effetti benefici nel potenziamento delle capacità cognitive e motorie attraverso esperienze pratiche all'aperto. Il contatto con la natura amplifica l'efficacia del metodo Montessori, offrendo agli anziani occasioni di apprendimento immersive e rilassanti (Farné et al. 2018). Studi dimostrano che la stimolazione sensoriale offerta dall'ambiente naturale, unita alla metodologia montessoriana, riduce il disorientamento e migliora il recupero di abilità cognitive e motorie anche nelle fasi avanzate della demenza (Yzoard et al. 2017). Questo effetto può essere spiegato anche alla luce della persistenza della memoria procedurale nei soggetti con demenza e dei processi di neuroplasticità tardiva, che rendono possibile l'apprendimento implicito anche in età avanzata.

L'integrazione tra Montessori e *outdoor education* consente di rafforzare memoria e motricità attraverso esperienze pratiche, come la cura delle piante, la raccolta di frutti o la manipolazione del terreno. Lavorare con materiali naturali aiuta gli anziani a esercitare la coordinazione, il senso del tatto e la percezione spaziale, riducendo ansia e stress. Inoltre, le attività svolte in spazi aperti stimolano la capacità di *problem solving*, rendendo l'apprendimento più efficace e significativo.

Un ulteriore vantaggio dell'integrazione tra Montessori ed educazione *outdoor* è la possibilità di favorire l'inclusione sociale attraverso attività collaborative. La cura del giardino, la preparazione di materiali o la creazione di oggetti artigianali permettono agli anziani di sviluppare un senso di appartenenza e cooperazione, contrastando il senso di isolamento tipico delle strutture residenziali. L'ambiente naturale facilita le relazioni interpersonali e stimola una comunicazione più spontanea e rilassata, riducendo le barriere comunicative spesso associate alla demenza.

L'approccio integrato tra metodo Montessori ed educazione *outdoor* permette di creare ambienti in cui l'anziano si sente parte attiva del proprio percorso educativo, aumentando la motivazione e il desiderio di apprendere, anche in condizioni di fragilità. Il principio montessoriano del 'aiutami a fare da solo' assume qui una dimensione più ampia, che va oltre la sfera dell'apprendimento per includere anche la cura di sé e la costruzione di un'esperienza di vita significativa. Applicato in contesti di *outdoor education*, il metodo Montessori non solo sostiene le capacità residue, ma promuove anche una visione della cura dell'anziano centrata sulla persona, la sua autodeterminazione e la valorizzazione del suo potenziale.

Questo modello educativo-terapeutico rappresenta una risorsa fondamentale per le strutture residenziali per anziani, offrendo strumenti concreti per migliorare il benessere e la qualità della vita delle persone con demenza o declino cognitivo lieve. L'integrazione con gli spazi verdi e la stimolazione sensoriale all'aperto si configura come una strategia innovativa, capace di ridurre il declino cognitivo, migliorare l'umore e potenziare le capacità residue, favorendo una riconfigurazione degli spazi di cura come ambienti educativi e relazionali.

4. *Healing gardens* e agroaromaterapia: un percorso sensoriale per il benessere degli anziani fragili

Presso la RSSA Fondazione G. Palena di Foggia, è stato implementato un laboratorio di *healing gardens*, un'iniziativa che combina i principi del metodo Montessori con l'educazione *outdoor* per favorire il benessere psicofisico degli anziani con fragilità cognitive. L'esperienza ha rappresentato un modello innovativo di intervento educativo e terapeutico, integrando le tecniche tradizionali della stimolazione multisensoriale con l'uso delle piante aromatiche e dell'agroaromaterapia, un approccio ancora poco esplorato in ambito socio-assistenziale, ma con notevoli potenzialità.

Il laboratorio ha preso avvio da un'idea chiave della filosofia montessoriana: l'interazione con l'ambiente esterno come strumento per favorire la memoria, la motricità fine e la connessione con la realtà circostante (Camp 1999). Il giardino della struttura è stato trasformato in uno spazio educativo e terapeutico, in cui gli ospiti hanno potuto vivere esperienze immersive a contatto con piante aromatiche, materiali naturali e percorsi sensoriali. L'obiettivo principale era quello di stimolare i sensi, evocare ricordi autobiografici e favorire la socializzazione tra i partecipanti, creando un ambiente accogliente e armonioso.

L'iniziativa ha coinvolto 33 ospiti selezionati eterogeneamente rispetto al livello cognitivo, favorendo un approccio inclusivo che ha permesso a persone con diversi gradi di autonomia di partecipare attivamente alle attività proposte. Questa scelta ha rispecchiato il principio montessoriano dell'unicità dell'individuo, secondo cui ogni persona possiede capacità residue che possono essere valorizzate attraverso un apprendimento personalizzato e flessibile. L'intervento ha adottato un approccio quali-quantitativo, combinando *report* di osservazione partecipata con l'utilizzo di schede standardizzate per la rilevazione dei comportamenti e dello stato psicofisico generale, valutati su scala *Likert* (1-5).

Il laboratorio si è svolto nel mese di settembre 2024 ed è stato strutturato in fasi progressive, ognuna delle quali ha enfatizzato un aspetto specifico della stimolazione cognitiva e sensoriale.

Nella prima fase, gli ospiti sono stati coinvolti nella piantumazione e cura delle piante aromatiche, in particolare basilico, lavanda e rosmarino. Questa attività è stata progettata per stimolare il tatto e l'olfatto, due sensi strettamente legati alla memoria autobiografica e alle emozioni (Zeisel et al. 2003). Gli anziani hanno toccato e annusato le foglie, condividendo ricordi legati a profumi

e sapori della loro infanzia o giovinezza. La libertà di esplorare con i sensi ha permesso una partecipazione spontanea e attiva, favorendo un maggiore coinvolgimento emotivo.

Successivamente, gli ospiti hanno avuto l'opportunità di sperimentare percorsi sensoriali attraverso materiali naturali, camminando su superfici di legno, erba e pietre levigate. Questo tipo di stimolazione è fondamentale per il mantenimento della percezione corporea e dell'equilibrio motorio, soprattutto in individui con ridotta mobilità. Il contatto diretto con elementi naturali ha offerto loro un'esperienza di *grounding*, una tecnica basata sul principio che il contatto con il suolo favorisca il rilassamento e la regolazione emozionale (Rivasseau-Jonveaux et al. 2013).

Un momento particolarmente significativo del laboratorio è stata la fase di distillazione ed essiccazione delle piante officinali, un'esperienza che ha coinvolto gli ospiti in un processo di trasformazione concreto, rafforzando il concetto di ciclo vitale e continuità. Utilizzando un alambicco, gli anziani hanno osservato e partecipato all'estrazione di oli essenziali dalle foglie di basilico, comprendendo come il contatto con la natura possa generare prodotti benefici per la salute.

L'intero processo di estrazione degli oli essenziali è stato condotto sotto la supervisione scientifica della Professoressa Laura Frabboni del Dipartimento di Agraria dell'Università di Foggia, esperta e ricercatrice nel campo delle proprietà delle piante officinali. La sua guida ha permesso di approfondire le caratteristiche chimico-terapeutiche del basilico, fornendo ai partecipanti una comprensione più ampia dei benefici delle essenze naturali e del loro impatto sul benessere psicofisico.

Questo processo non solo ha suscitato curiosità e interesse, ma ha anche rappresentato un'occasione di apprendimento e di connessione con saperi tradizionali, spesso legati alla cultura rurale di molti partecipanti.

I risultati della sperimentazione hanno confermato l'efficacia del laboratorio nel migliorare il benessere psicofisico degli ospiti. I dati raccolti hanno evidenziato una riduzione significativa del senso di disorientamento nei pazienti con demenza, attribuibile all'interazione con un ambiente strutturato e familiare. Inoltre, si è osservato un aumento dell'interazione sociale tra gli ospiti, con una maggiore partecipazione attiva durante le attività di gruppo. Gli effetti benefici si sono estesi anche a livello emotivo, con una diminuzione dei livelli di ansia e un miglioramento generale dell'umore. Alcuni ospiti hanno espresso il desiderio di ripetere l'esperienza, evidenziando come l'impegno in attività significative rafforzi il senso di utilità e appartenenza (Farné et al. 2018).

Gli oli essenziali prodotti sono stati utilizzati nella cucina della struttura, permettendo agli ospiti di vedere il risultato concreto dell'attività. Questo elemento ha aggiunto un significato pratico all'esperienza, rendendola ancora più coinvolgente e gratificante.

L'agroaromaterapia come metodo educativo e terapeutico ha dimostrato di essere una pista di ricerca promettente nell'ambito dell'assistenza agli anziani con fragilità cognitive. Sebbene il laboratorio sia stato concepito come un appuntamento unico, i risultati ottenuti suggeriscono la possibilità di strutturare

percorsi continuativi, integrando stabilmente le pratiche di educazione *outdoor* e terapia sensoriale nella routine della struttura. Studi internazionali hanno evidenziato come attività basate sulla stimolazione sensoriale e sulla connessione con la natura possano ritardare il declino cognitivo e migliorare la qualità della vita nelle persone con demenza (Yzoard et al. 2017).

5. Conclusioni

L'integrazione tra educazione *outdoor*, metodo Montessori e giardini curativi si configura come un modello assistenziale innovativo, capace di contrastare il declino cognitivo, migliorare la qualità della vita e favorire l'autonomia residua negli anziani con fragilità cognitiva. L'esperienza presso la RSSA Fondazione G. Palena ha messo in evidenza come un approccio basato sulla terapia sensoriale, la motricità e la socializzazione possano incidere positivamente sulla condizione psicofisica degli ospiti, con benefici che vanno oltre la semplice riabilitazione. Tuttavia, per consolidare questi risultati, è essenziale istituzionalizzare e standardizzare le pratiche di *outdoor education* e giardini terapeutici, garantendone un'adozione sistematica nei contesti di assistenza agli anziani.

Un'area ancora poco esplorata, ma dal grande potenziale terapeutico, è l'applicazione di questi principi in contesti forestali, ampliando il concetto di educazione *outdoor* ai boschi e agli ambienti naturali incontaminati. Studi condotti in ambito di terapia forestale dimostrano che l'immersione in ambienti boschivi riduce lo stress, abbassa i livelli di cortisolo e migliora le funzioni cognitive, grazie alla ricchezza di stimoli multisensoriali presenti in tali contesti (Lu et al. 2022). L'accesso a spazi naturali più vasti potrebbe potenziare ulteriormente gli effetti positivi già osservati nei giardini terapeutici, offrendo opportunità di riabilitazione basate sulla camminata consapevole, la respirazione profonda e l'interazione con la biodiversità vegetale.

Per trasformare queste pratiche in strumenti consolidati e sostenibili, è fondamentale adottare un approccio sistemico, capace di integrare l'educazione ambientale e il metodo Montessori nei percorsi assistenziali per anziani con fragilità cognitive. Un elemento chiave di questa strategia è la formazione degli operatori specializzati, affinché possano applicare consapevolmente queste metodologie nella quotidianità assistenziale, adattandole ai bisogni specifici degli ospiti e garantendo interventi mirati e personalizzati.

Parallelamente, è necessario promuovere progetti sperimentali in ambienti boschivi, con l'obiettivo di valutarne l'efficacia su larga scala e di comprendere meglio l'impatto della terapia forestale nella gestione del declino cognitivo e nel miglioramento del benessere psicofisico degli anziani. Questi studi pilota consentirebbero di raccogliere dati scientificamente validi, utili a definire protocolli operativi standardizzati per l'integrazione di queste pratiche negli interventi assistenziali.

Inoltre, affinché questi approcci possano avere un impatto concreto e duraturo, è indispensabile che vengano inclusi nelle politiche sanitarie nazionali, trasformandoli in strumenti strutturali dell'assistenza geriatrica.

L'adozione di linee guida ufficiali e l'inserimento di queste metodologie nei programmi di cura istituzionali permetterebbero di superare la frammentarietà attuale e di garantire agli anziani fragili accesso a percorsi terapeutici innovativi e scientificamente validati, contribuendo così a una visione dell'invecchiamento più centrata sul benessere e sulla qualità della vita.

L'evoluzione della ricerca su giardini curativi, *outdoor education* e terapia forestale rappresenta una direzione promettente, da esplorare attraverso studi più approfonditi e sperimentazioni che coinvolgono ambienti naturali più ampi. La natura offre un potenziale terapeutico ancora largamente sottovalutato, che se adeguatamente valorizzato, potrebbe contribuire a ripensare in modo significativo il concetto di assistenza geriatrica.

In linea con recenti evidenze internazionali (Tan et al. 2020), questi approcci mostrano un impatto positivo sul benessere e sulla funzione cognitiva degli anziani con demenza.

Il futuro dell'invecchiamento deve superare il modello puramente sanitario e assistenzialista, abbracciando una visione attiva olistica, in cui l'anziano non sia solo un destinatario di cura, ma un protagonista attivo del proprio percorso di benessere. Investire nella connessione tra educazione, natura e riabilitazione significa non solo migliorare la qualità della vita degli anziani fragili, ma anche costruire un modello di assistenza più umano, inclusivo e sostenibile.

Riferimenti bibliografici

- Camp, C.J. 1999. *Montessori-Based Activities for Persons with Dementia: A Guide for Caregivers*. Beachwood, OH: Myers Research Institute.
- Guerra, M. 2020. *Nel mondo: Pagine per un'educazione aperta e all'aperto*. Milano: FrancoAngeli.
- Kitwood, T. 1997. *Dementia Reconsidered: The Person Comes First*. Buckingham-Philadelphia: Open University Press.
- Lu, S., Oh, W., Ooka, R., e L. Wang. 2022. "Effects of Environmental Features in Small Public Urban Green Spaces on Older Adults' Mental Restoration: Evidence from Tokyo." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19 (9): 5477. <https://doi.org/10.3390/ijerph19095477>.
- Mortari, L. 2015. *Filosofia della cura*. Milano: Raffaello Cortina.
- Rivasseau Jonveaux, T., Batt, M., Fescharek, R., Benetos, A., Trognon, A., Bah Chuzeville, S., Pop, A., Jacob, C., Yzoard, M., Demarche, L., Soulon, L., Malerba G., e B. Bouvel. 2013. "Healing Gardens and Cognitive Behavioral Units in the Management of Alzheimer's Disease Patients: The Nancy Experience." *Journal of Alzheimer's Disease* 34 (1): 325-38. <https://doi.org/10.3233/JAD-121657>.
- Sheppard, C.L., McArthur, C., e S.L. Hitzig. 2016. "A Systematic Review of Montessori-Based Activities for Persons With Dementia." *Journal of the American Medical Directors Association* 17 (2): 117-22. <https://doi.org/10.1016/j.jamda.2015.10.006>.
- Tan, Z., Lau, K.K.L., Roberts, A.C., Chao, S.T.Y., e E. Ng. 2019. "Designing Urban Green Spaces for Older Adults in Asian Cities." *International Journal of Environmental Research and Public Health* 16 (22): 4423. <https://doi.org/10.3390/ijerph16224423>.

- WHO. 2002. *Active Ageing: A Policy Framework*. Geneva: World Health Organization. <<https://iris.who.int/handle/10665/67215>> (2025-06-15).
- Yzoard, M., Batt, M., Trognon, A., Verhaegen, F., Jacob, C., Pop, A., Bernez, L., Fescharek, R., e T. Rivasseau-Jonveaux. 2017. "Jardin thérapeutique et démences: Le dialogue comme unification des fonctions psychologiques." *Neurologie – Psychiatrie – Gériatrie* 17 (100): 253-63. <https://doi.org/10.1016/j.npg.2016.07.002>.
- Zeisel, J., Silverstein, N.M., Hyde, J., Levkoff, S., Lawton, M.P., e W. Holmes. 2003. "Environmental Correlates to Behavioral Health Outcomes in Alzheimer's Special Care Units." *The Gerontologist* 43 (5): 697-711. <https://doi.org/10.1093/geront/43.5.697>.