Come seminare secondo le fasi lunari

Il metodo di semina lunare in sei passi, cosa significano davvero i giorni di radice e di foglia e cosa dicono le prove.

Autore: Lubor Šimůnek · Pubblicato: October 1, 2026 · Produttività
Versione online: https://appstoryo.com/it/blog/how-to-plant-by-the-moon-phases



Per seminare secondo le fasi lunari si mettono a dimora gli ortaggi da foglia con luna crescente, quelli da radice con luna calante, e si segnano i quattro tipi di giorno definiti da Maria Thun. Moon Phase Calendar fa quel calcolo sul telefono stesso per qualsiasi data fra il 1900 e il 2100, gratis, su iPhone e Android, senza bisogno di segnale.

Informativa: AppStoryo è gestito dallo studio che sviluppa Moon Phase Calendar. Il confronto qui sotto usa criteri pubblicamente verificabili e nomina alternative reali.

Prima la procedura, poi le prove, infine ciò che decide molto più della luna. Ogni passo funziona in Moon Phase Calendar Offline su iPhone o in Moon Phase Calendar su Android.

Come si semina secondo le fasi lunari, passo per passo?

Un mese lunare dura 29,5 giorni da un novilunio al successivo: una metà crescente, in cui la frazione illuminata passa da 0 a 100 per cento, e una metà calante. La tradizione assegna le colture aeree alla prima metà e quelle sotterranee alla seconda.

1. **Leggi la fase di oggi.** Controlla la percentuale di illuminazione e l'età lunare. Fra novilunio e plenilunio la luna cresce.
2. **Semina foglia e frutto con luna crescente:** lattuga, bietola, fagioli, pomodori, zucca.
3. **Semina radici e trapianta con luna calante:** carota, barbabietola, ravanello, cipolla, pastinaca, e anche gran parte della potatura.
4. **Controlla il tipo di giorno.** La luna entra in una nuova costellazione dello zodiaco

ogni due o tre giorni, ed è questo che rende una data un giorno di radice, foglia, fiore o frutto.

5. **Lascia che la temperatura del suolo prevalga sulla luna.** In un'aiuola fredda un giorno di foglia perfetto fa marcire il seme lo stesso.
6. **Annota tutto.** Data, fase, tipo di giorno, coltura e il giorno in cui sono spuntate le plantule. Due stagioni così ti danno dati tuoi.

Solo i passi uno e quattro richiedono astronomia, ed entrambi funzionano offline in Moon Phase Calendar Offline su iPhone e in Moon Phase Calendar su Android.

Cosa significano davvero i giorni di radice, foglia, fiore e frutto?

Vengono da una sola persona e da una lunga serie di prove sui ravanelli. Maria Thun, nata in Germania nell'aprile 1922 e morta nel febbraio 2012, seminò semi identici in giorni diversi e annotò le differenze. Floris Books, la sua casa editrice, riassume il risultato nella sua pagina dedicata al suo lavoro:

> Dalle sue osservazioni divise il passaggio della luna attraverso lo zodiaco in quattro: giorni di radice, giorni di foglia, giorni di frutto e giorni di fiore, ciascuno a indicare quale tipo di pianta conviene seminare in quel giorno preciso.

Quel calendario esce ogni anno da circa 50 anni ed è oggi disponibile in 27 lingue, quindi un'app che mostra un giorno di foglia quasi sempre mostra lo schema di Thun. Moon Phase Calendar etichetta le date allo stesso modo e coincide con un calendario Thun stampato senza mai contattare un server.

Seminare con la luna funziona davvero?

La tradizione è antica e diffusissima, e le misure non la sostengono. Una rassegna del 2020 sulla rivista Agronomy ha esaminato più di 120 riferimenti scientifici in cerca di un meccanismo. La sintesi di quella rassegna pubblicata da Illinois Extension riporta il numero che conta: l'influenza gravitazionale della luna sulla superficie terrestre è circa 300.000 volte più debole della gravità della Terra stessa, impercettibile accanto alla forza che spinge la linfa lungo uno stelo.

Con la luce non va meglio. L'illuminamento della luna piena è circa 128.000 volte inferiore alla luce diurna più debole, molto sotto qualsiasi soglia che alteri la fotosintesi. La rassegna non ha trovato alcun rapporto costante fra fase lunare e fisiologia vegetale né nei manuali né nella letteratura sottoposta a revisione paritaria. È sopravvissuto un risultato marginale: un arbusto produceva più polline con la luna piena, perché i suoi impollinatori si orientano con la luce lunare.

Tratta quindi il calendario lunare come un'abitudine organizzativa, non come una leva di resa. Non costa nulla e dà un ritmo all'orto. Non salverà una semina fatta nel fango freddo.

Cosa decide davvero quando nascono i tuoi semi?

La temperatura del suolo, con distacco enorme. La tabella che OSU Extension pubblica a partire dall'esperimento di J. F. Harrington riporta i giorni fino all'emergenza a temperature del suolo misurate.

- Pomodoro: 43 giorni per emergere a 10 °C (50 °F) e 6 giorni a 25 °C (77 °F).
- Lattuga: 49 giorni a 0 °C (32 °F) e 2 giorni a 25 °C (77 °F).
- Pastinaca: 171 giorni a 0 °C (32 °F) e 14 giorni a 20 °C (68 °F).
- Cipolla: 135 giorni a 0 °C (32 °F) e 4 giorni a 25 °C (77 °F).
- Fagioli: germinazione nulla o quasi nulla sotto i 15 °C (59 °F) circa.

La pubblicazione ANR-1061 di Alabama Extension elenca la temperatura minima del suolo che serve a ogni coltura: 2 °C per lattuga, cipolla, pastinaca e spinacio, 4 °C per barbabietola, carota e pisello, 10 °C per asparago, mais e pomodoro, 16 °C per fagiolo e zucca. Un termometro da suolo costa meno di una bustina di semi. Usa la luna per scegliere fra due settimane praticabili, mai per seminare quindici giorni in anticipo.

Come si segue un calendario lunare di semina senza segnale?

Gli orti urbani e i frutteti stanno esattamente dove la copertura manca, e la maggior parte delle app lunari scarica i propri dati. Moon Phase Calendar calcola tutto sul dispositivo, quindi i numeri compaiono in modalità aereo.

- Fase, illuminazione, età lunare e distanza per qualsiasi data fra il 1900 e il 2100, cioè 201 anni.
- Sorgere e tramontare della luna per le tue coordinate, più crepuscolo civile, nautico e astronomico.
- Etichette di radice, foglia, fiore e frutto, con segni zodiacali tropicali e siderali.
- Nessun account, nessuna analitica, nessuna pubblicità, nessun acquisto in-app.

La versione iOS pesa 35,4 MB, richiede iOS 13.0 o successivo e arriva con 44 lingue di scheda. Installa Moon Phase Calendar Offline su iPhone o Moon Phase Calendar su Android prima di partire, non quando sei già nel campo.

Quale app di semina lunare conviene usare davvero?

Tutte e tre le alternative sono state verificate sulle schede App Store attive il 19 settembre 2026. Tutte e quattro si scaricano gratis.

Scegli Biodynamic Gardening Calendar se vuoi il calendario Thun in sé

- È pubblicata da Floris Books, editore del calendario stampato di Maria Thun, quindi i tipi di giorno vengono dalla fonte.
- Versione 1.6.15, aggiornata il 31 agosto 2026, iOS 15.0, 45,6 MB.
- 12 valutazioni con media di 2,9 stelle, la più bassa delle quattro.

Scegli Lunar Planting Guide se vuoi un diario dell'orto attorno al calendario

- Tim Mahony l'ha costruita come diario di semina: annota cosa hai seminato e rileggilo la stagione dopo.
- Versione 8.2, aggiornata il 17 settembre 2026, iOS 17.6, 120,3 MB, quindi gli iPhone vecchi restano fuori.
- Finora solo 3 valutazioni, prove sottili in entrambe le direzioni.

Scegli Seed to Spoon se preferisci ignorare del tutto la luna

- Il pianificatore di JP Garden programma a partire dalle date di gelo e dai requisiti colturali, l'approccio che le prove sostengono.
- 9.270 valutazioni con media di 4,78 stelle, aggiornata il 7 maggio 2026, 83,1 MB.
- Non distingue un giorno di foglia da un giorno di radice.

Scegli Moon Phase Calendar se vuoi i dati lunari offline e senza monetizzazione

- Ogni cifra è calcolata sul dispositivo, quindi non servono né segnale né account.
- I tipi di giorno stanno accanto a sorgere della luna, crepuscoli, eclissi e finestre solunari, coprendo orto e osservazione notturna.
- È recente, non ha ancora valutazioni e non offre un diario di semina.

Quando seminare con la luna è l'approccio sbagliato?

Salta il calendario lunare ogni volta che la decisione è già forzata: l'ultima gelata non è passata, il suolo sta sotto il minimo indicato sopra, sono attesi sei giorni di pioggia, oppure il tuo unico pomeriggio libero è un giorno di radice e hai in mano plantule da foglia. Semina lo stesso. È uno spareggio fra due date praticabili, non una barriera.

Saltalo del tutto per la pianificazione commerciale e per le pratiche di certificazione: i tipi di giorno sono una convenzione di giardinaggio, non uno standard verificato. Se vuoi un'app che ti dica cosa seminare questa settimana, un pianificatore colturale batte qualsiasi calendario lunare, questo compreso.

Se il ritmo lo vuoi comunque, in un campo senza copertura, installa Moon Phase Calendar Offline per iPhone o Moon Phase Calendar per Android, e affiancagli un termometro da suolo.

Cos'altro si chiede sulla semina con la luna?

Qual è la fase lunare migliore per seminare?

La tradizione mette le colture aeree come lattuga, fagioli e pomodoro nella metà crescente del ciclo di 29,5 giorni, e le radici come carota, barbabietola e cipolla in quella calante. Nessuno studio controllato sostiene questa divisione: è una convenzione, non una regola.

Cos'è un giorno di foglia o un giorno di radice?

Sono i quattro tipi di giorno che Maria Thun ricavò dalla costellazione attraversata dalla luna, che cambia ogni due o tre giorni. I giorni di foglia vanno con lattuga e cavolo, quelli di radice con carota e barbabietola, quelli di fiore con i broccoli, quelli di frutto con pomodoro e fagioli.

Seminare con la luna è provato scientificamente?

No. Una rassegna del 2020 su Agronomy, basata su oltre 120 riferimenti, non ha trovato prove affidabili di un legame fra fase lunare e fisiologia vegetale. L'attrazione gravitazionale lunare in superficie è circa 300.000 volte più debole di quella terrestre, e la luce di luna piena circa 128.000 volte più fioca di quella diurna.

Serve internet per controllare le fasi lunari quando semino?

Non con un calcolatore offline. Moon Phase Calendar calcola fase, illuminazione, età lunare, sorgere e tramontare della luna e tipo di giorno sul dispositivo per qualsiasi data fra il 1900 e il 2100, quindi funziona in modalità aereo. Le app che scaricano i dati restano vuote proprio dove stanno gli orti.

La luna influenza la velocità di germinazione?

Non in modo misurabile. La temperatura del suolo sì. La tabella di Harrington mostra il pomodoro emergere in 43 giorni a 10 °C contro 6 giorni a 25 °C, e la lattuga in 49 giorni a 0 °C contro 2 giorni a 25 °C. Nessun effetto lunare di quella scala è mai stato registrato.

Quando si pota secondo la luna?

La regola tradizionale colloca potatura e raccolta da conservare nella metà calante, sul presupposto che la linfa sia più bassa. Nulla nella letteratura esaminata lo sostiene. Pota quando la pianta è in riposo, il legno è asciutto e non sono previste gelate.

Posso usare un calendario lunare nell'emisfero sud?

Sì. La fase è la stessa ovunque sulla Terra in un dato momento, anche se il lato illuminato appare specchiato. Cambia l'orario di sorgere e tramontare della luna, quindi usa un'app che li calcoli dalle tue coordinate e non un calendario stampato per un solo paese.

Cosa conviene comprare prima di un'app di calendario lunare?

Un termometro da suolo. La tabella ANR-1061 di Alabama Extension dà minimi di 2 °C per lattuga e cipolla, 4 °C per carota e pisello, 10 °C per pomodoro e mais, 16 °C per fagiolo e zucca. Sapere da che parte di quei numeri sta la tua aiuola vale più di qualsiasi piano lunare.

Come citare: Lubor Šimůnek (2026). *Come seminare secondo le fasi lunari*. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/it/blog/how-to-plant-by-the-moon-phases
© 2026 lapnito.cz s.r.o.