



Special Ride Le Divine Costiere 4° Edizione dal 10 al 13 Settembre 2020

*IN VIAGGIO DAI LUOGHI DELLA DIETA MEDITERRANEA
ALLA STORIA E LE BELLEZZE DI BENEVENTO
LA REGINA DEL SANNIO*

11/9 - Il Museo del Mare e la Dieta Mediterranea



Il tour inizierà con la visita al Museo vivo del Mare che è insieme al Museo Vivente della Dieta mediterranea parte integrante della rete dell'Ecomuseo della Dieta Mediterranea, fatta di luoghi, musei e percorsi culturali attorno al tema dichiarato dall'Unesco, il 16 novembre 2010, Patrimonio Immateriale dell'Umanità!»!

L'Ecomuseo della Dieta Mediterranea ha la propria sede centrale nel Palazzo Vinciprova di Pioppi, con una ricca sala espositiva, una tisaneria e sale laboratoriali, ma si sviluppa poi sul territorio attraverso sentieri, orti didattici, luoghi storici e progetti immateriali, che vanno anche oltre i confini comunali di Pollica. Pollica, con il Cilento, è una delle sette comunità emblematiche della Dieta Mediterranea individuate in sede di dichiarazione Unesco (la c.d. dichiarazione di Chefchaouen), ma ne è in qualche modo la capitale mondiale dal momento che proprio lì, nel borgo marinaro di Pioppi, ha soggiornato, vissuto e studiato Ancel Keys, l'epidemiologo statunitense scopritore del nesso diretto tra regime alimentare (connesso allo stile di vita) e patologie cardiovascolari. Dai suoi lunghi e approfonditi studi, che lo portarono ad analizzare gli stili di vita e i regimi alimentari in sette paesi di quattro continenti, correlandoli ai dati di incidenza delle malattie cardiocircolatorie delle popolazioni locali, scoprì che alcune popolazioni del mondo vi erano meno affette.



In particolare, quelle che si affacciano sul Mediterraneo (oltre al Cilento rientrano una comunità spagnola, una greca e una marocchina), da qui la definizione di Dieta Mediterranea. Tra queste, dunque, il Cilento, che con lo stile di vita della popolazione, fatto di un mix di cibo sano, carente di grassi saturi, il consumo regolare di verdura, frutta, cereali e olio d'oliva, con una moderata quantità di vino ad accompagnare i pasti e una buona attività fisica (il lavoro in campagna, la pesca), rappresenta oggi la patria di un stile di vita diventato negli ultimi anni tra i più promossi e consigliati.

Al fine di raccontare e valorizzare questa straordinaria peculiarità, Legambiente, in sinergia con il Comune di Pollica, il Parco Nazionale del Cilento, Vallo di Diano e Alburni, e altri soggetti territoriali, ha intrapreso un percorso che ha portato alla realizzazione di un Ecomuseo: gli orti della dieta mediterranea.

Un Ecomuseo (o museo diffuso), molto diverso da un normale museo; è un "territorio caratterizzato da ambienti di vita tradizionali, patrimonio naturalistico e storico-artistico particolarmente rilevanti e degni di tutela, restauro e valorizzazione".

Secondo il suo ideatore, l'archeologo Huges de Vareine, se il Museo si compone fondamentalmente di tre elementi quali collezione, immobile e visitatori, l'Ecomuseo si fonda su tre assi molto diversi e cioè il patrimonio, il territorio e la comunità.

Uno strumento ideale per collegare tutti gli aspetti, materiali e immateriali, di questa straordinaria cultura. In un locale caratteristico, adiacente al Museo ed ovviamente sul mare, avremo modo di gustare tali specialità.

12/9 - Benevento: La Regina del Sannio

Inizieremo il nostro tour con la visita esterna della Rocca dei Rettori. Situata su quello che era il punto più alto della città, è ancora oggi visibile a tutti, grazie alla sua imponenza e alla sua straordinaria bellezza architettonica, la Rocca, castello e palazzo dei Governatori Pontifici, fu edificata per volere di Papa Giovanni XXII nel 1320.

Il giro proseguirà con una visita al Complesso di S. Sofia, patrimonio mondiale dell'UNESCO dal Giugno del 2011.

La Chiesa, infatti, realizzata da Arechi II nel 762 si caratterizza per una pianta del tutto nuova ed originale che la rende un edificio di eccezionale interesse nell'ambito dell'architettura europea del primo medioevo. Ci recheremo, quindi, nell'antico Monastero che oggi ospita il Museo del Sannio ricco di testimonianze storiche ed archeologiche riguardanti il territorio beneventano, con il meraviglioso Chiostro il cui colonnato è costituito, ancora oggi, da fini colonne e pregiati capitelli romanici. Visiteremo ancora l'Hortus Conclusus il magnifico giardino che ospita le opere di Mimmo Paladino, uno dei massimi esponenti delle Transavanguardie; in esso tratteremo il «Mito delle Streghe»!

Il nostro giro continuerà poi alla volta della Cattedrale con la sua meravigliosa Janua Major, la porta di bronzo risalente al XII secolo.

Dopo la sosta pranzo il nostro tour riprenderà con la visita al monumento più rappresentativo della città: l'Arco di Traiano!

Realizzato tra il 114 ed il 117 d.C. per celebrare l'apertura della nuova via Traiana, con le sue 27 lastre scolpite, esso doveva esaltare le qualità politiche, civili e morali dell'imperatore, considerato ancora oggi tra i migliori del suo tempo.

Ci recheremo, infine, al Teatro Romano.

Posizionato nella parte bassa della città, all'interno del quartiere medievale Triggio, la sua costruzione ebbe inizio sotto l'imperatore Adriano e terminata nel II sec. d.C.

Di proporzioni grandiose, esso poteva contenere fino a 10.000 spettatori.



13/9 - Vietri sul Mare: la culla delle ceramiche famose in tutto il mondo

L'arte della ceramica di Vietri, tra storia e patrimonio culturale. Una delle eccellenze campane riconosciute in tutto il mondo, vanto della nostra regione.

L'arte della ceramica vietrese, oltre che fonte di un enorme patrimonio economico è l'espressione evidente di una forma di artigianato fantasioso, capace di cogliere i colori e le sfaccettature del paesaggio della costiera amalfitana. Si tratta di oggetti di decoro, lavorati interamente a mano e la cui tradizione viene perpetrata da artigiani residenti in piccoli borghi marinari. Questi deliziosi elementi di arredo abbelliscono non solo le suppellettili domestiche, ma anche le strade di paesini affacciati sul mare, dando vita ad un'atmosfera vivace e colorata.

Il procedimento di produzione è lungo e complesso. La prima fase prevede la foggatura dell'argilla al tornio, in modo da conferire la forma e la struttura all'opera. Segue una fase di cottura in forno con una successiva smaltatura. I piatti e le piastrelle sono poi immersi in uno smalto bianco, e dopo essersi asciugati, vengono decorati a mano. I colori vengono resi più brillanti grazie ad una seconda cottura che ha lo scopo di fissare le opere disegnate. La caratteristica più importante degli oggetti realizzati con le ceramiche di Vietri è che non esiste – e mai esisterà – un oggetto uguale all'altro. Ogni ceramica è unica!

