

## GRANDE SUCCESSO IL PERCORSO DIDATTICO A.L.B.A. SUL MEDIOEVO

Tuesday 29 September 2015

Ultimo aggiornamento Monday 05 October 2015

«Alimentazione e stile di vita nel medioevo. Elementi da recuperare e concetti da archiviare». È il titolo del convegno scientifico che si è tenuto il 19 settembre a Sulmona seguito prima da un percorso di walking, affrontato i partecipanti indossando una pettorina blu nel centro storico della città, poi da una cena didattica, ospitata nello splendido palazzo Tabassi, in collaborazione con il Sestiere di Porta Bonomini, con un menù rigorosamente medievale, ricercato e studiato, illustrato dagli esperti scientifici.

Il corso interattivo, che ha registrato la partecipazione di numerosi medici provenienti da tutta Italia, è stato organizzato da A.L.B.A (Associazione Lifestyle benessere e alimentazione) in collaborazione con Fondazione Adi, patrocinato da Regione Abruzzo, Provincia dell'Aquila, Comune di Sulmona, Federazione Italiana Giochi Storici, Fondazione Ignazio Silone e Giostra Cavalleresca di Sulmona. Il saluto del sindaco di Sulmona, Giuseppe Ranalli, ha aperto i lavori che sono stati condotti dal responsabile scientifico, Giuseppe Fatati, direttore della struttura complessa di diabetologia, dietologia e nutrizione clinica dell'azienda ospedaliera «Santa Maria» di Terni e Presidente della Fondazione Adi e da Francesco Fagnani, ideatore del corso, nella duplice veste di Presidente di ALBA ed istruttore nazionale di Nordic Walking, il quale ha sottolineato il parallelismo fra walking e «importanza del cammino» come mezzo di spostamento, passando dai temi classici del Medioevo, come la Via Francigena, alla esigenza odierna del movimento come fattore preventivo della salute, dove il contributo del Nordc Walking può essere determinante.

«È stato un convegno importante per Sulmona, dal punto di vista anche di promozione del territorio, e si inserisce nell'ambito delle iniziative della Giostra cavalleresca che lavora tutto l'anno, non solo con le manifestazioni estive» ha dichiarato Domenico Taglieri, presidente Onorario dell'associazione Giostra, il quale ha annunciato che questo corso interattivo, cominciato lo scorso anno a Narni, potrà diventare un appuntamento fisso a Sulmona nel periodo del torneo cavalleresco. «La cena didattica medievale unita al convegno e al percorso di walking, che ha dato modo di conoscere le bellezze della città ai molti partecipanti venuti da diverse regioni, è un'iniziativa interessante e di rilievo. Ritengo che questi argomenti debbano essere portati anche nelle scuole, perché l'educazione all'alimentazione deve cominciare dai bambini» ha aggiunto Taglieri. Soddisfatto il promotore dell'evento, Francesco Fagnani, il quale ha espresso compiacimento per la riuscita dell'iniziativa «Il convegno è andato estremamente bene. Lo spirito è stato capito e gli iscritti, che hanno partecipato con interesse, ammirando la città e le sue bellezze, ci hanno chiesto di

replicare queste iniziative a Sulmona. Con molta probabilità lo replicheremo qui&rdquo;.

A moderare l&rsquo;incontro Cinzia Guidotti, allergologo esperto di intolleranze alimentari, Direttivo A.L.B.A. Il Direttivo dell&rsquo;associazione è stato rappresentato anche da Nicoletta Proietti, consulente alimentare nonché autrice di una formidabile ricerca sui temi del convegno e della ideazione del menù didattico medioevale, spiegato nei dettagli, piatto per piatto, durante la cena didattica. Presente Stefano Coaccioli, Direttore Clinica Medica e Ilenia Grandone, del Centro di Diabetologia e Dietologia, entrambi dell&rsquo;azienda ospedaliera &ldquo;Santa Maria&rdquo; di Terni, i quali hanno relazionato sui concetti dei rimedi e dello stile di vita medievali, con parallelismi efficaci con le scelte terapeutiche di oggi.

Il corso è stato caratterizzato da lezioni frontali ed esercitazioni pratiche sul walking e sull&rsquo;alimentazione del medioevo. Lezioni tese a fornire, con metodica didattica di tipo teorico e interattivo, gli elementi conoscitivi relativamente agli stili di vita e alla componente alimentare nel medioevo, così da poter valutare quanto possa essere attuale in termini di stili di vita, al fine di disporre di un bagaglio di conoscenze suffragate da elementi pratici da utilizzare successivamente nella sua attività professionale quotidiana.

Per approfondire consigliamo il testo ALIMENTAZIONE E STILE DI VITA NEL MEDIOEVO, di Fatati G., Proietti N. Fagnani F., Pacini Editore.