

# A Viagrande il percorso ‘Dieta Mediterranea – Mangiare bene per stare bene’

Autore: Redazione

Data: 22 Marzo 2025



Era il 16 novembre 2010 e la **Dieta Mediterranea** veniva iscritta nella prestigiosa **Lista del Patrimonio Culturale Immateriale dell'UNESCO**. Da quel giorno è sinonimo di un vero e proprio stile di vita, fatto di competenze, conoscenze, rituali, simboli e tradizioni che toccano in concreto coltivazione, allevamento, conservazione, cucina, condivisione e consumo di cibo. Perché la **Dieta Mediterranea** non è solo un regime alimentare o un modello nutrizionale: è un **modo di vivere**. È il profumo del pane appena sfornato, il colore intenso dell'olio extravergine d'oliva su una fetta di pane croccante, il suono di una tavola imbandita dove il cibo diventa condivisione. È il legame profondo con la terra, con il mare, con le stagioni. È la scelta consapevole di nutrirsi con ciò che la natura offre, rispettando l'ambiente e il proprio benessere. **È un viaggio nei sapori autentici**, quelli che raccontano storie di generazioni, di mani operose che coltivano, raccolgono e trasformano i frutti della terra con amore e dedizione.

Proprio per celebrare tutto questo, il **Museo dell'Etna di Viagrande** (via Dietro Serra), il più grande museo vulcanologico d'Italia, punto di riferimento per la didattica e la divulgazione scientifica – *che ospita già due attrazioni uniche: la Casa delle Farfalle e il nuovo Apiario Didattico* – ospiterà un percorso immersivo e interattivo: la mostra temporanea "Dieta Mediterranea: Salute, Ambiente e Sapori di Sicilia". **Un'esperienza multisensoriale** dedicata alla cultura alimentare; una vera e propria novità didattica che sarà inaugurata **lunedì 24 marzo, dalle ore 9.30 alle 13.00, e vedrà la partecipazione di oltre 100 alunni della scuola primaria**, che avranno l'opportunità di prendere parte a una visita guidata e a un laboratorio di "Educazione Alimentare", vivendo una delle esperienze didattiche più coinvolgenti e originali.

«L'area espositiva – sottolinea **Ettore Barbagallo**, promotore e presidente Associazione Amici della Terra Sicilia – oltre ai pannelli didattici e ai totem multimediali, offre una sala immersiva multisensoriale che stimola tutti i sensi, grazie a video immersivi, suoni, odori e scenografie avvolgenti; un omaggio alla ricchezza naturalistica e culturale del territorio con paesaggi siciliani in videomapping; una piramide alimentare gigante e hi tech per comprendere la corretta distribuzione dei cibi nella dieta quotidiana. E ancora, video educational e giochi interattivi per imparare giocando nella logica dell'edutainment; diorami e ricostruzioni tematiche per scoprire gli antichi mestieri legati al cibo e alla tradizione gastronomica e un libro digitale con le ricette nostrane, per intraprendere un viaggio attraverso la cucina mediterranea e i suoi piatti più rappresentativi». Il tutto, per parlare di prodotti a km zero, riduzione degli sprechi e biodiversità.

Ortaggi colorati, legumi ricchi di energia, pesce azzurro e olio d'oliva: la mostra è stata realizzata dall'Associazione Amici della Terra – Club dell'Etna, in collaborazione con Latte Stella, da anni impegnata nella promozione della Dieta Mediterranea. Il percorso espositivo, unico nel suo genere, si avvale delle più avanzate tecnologie museali per offrire ai visitatori un viaggio coinvolgente tra storia, tradizione, salute e sostenibilità. L'evento è aperto alla stampa e a tutti coloro che desiderano approfondire il tema della Dieta Mediterranea e delle sue implicazioni sulla salute e sull'ambiente.

---

Riferimento articolo: <https://www.siciliafan.it/a-viagrande-il-percorso-dieta-mediterranea-mangiare-bene-per-stare-bene/>

Generato il 20/05/2025