

MUSEO
VIVENTE DELLA
DIETA
MEDITERRANEA



PROPOSTA DIDATTICA 2025 - 2026



LEGAMBIENTE



partner



CONSORZIO NAZIONALE PER IL RICICLO
ORGANICO DEGLI IMBALLAGGI IN PLASTICA
BIODEGRADABILE E COMPOSTABILE

MUSEO VIVO DEL MARE
MUSEO VIVENTE DELLA DIETA MEDITERRANEA

Palazzo Vinciprova, Via Caracciolo 178, Pioppi - Pollica SA



LEGAMBIENTE



CHI SIAMO?

La struttura museale di **Palazzo Vinci-prova** ospita il **Museo Vivo del Mare** e il **Museo vivente della Dieta mediterranea**. È situata a Pioppi, frazione costiera del comune di Pollica, uno degli angoli più suggestivi della costiera Cilentana.

La struttura è stata aperta nel 1998 grazie agli sforzi del compianto sindaco **Angelo Vassallo** e dal 2013 è gestita da **Legambiente Onlus**.

IL MUSEO VIVO DEL MARE



Il Museo è composto da tre sale ed ospita **12 vasche** che rappresentano i tipici ecosistemi marini della costa cilentana.

All'interno è presente una **sezione multimediale** interamente dedicata alle tartarughe marine.

Un'altra sezione è dedicata invece al preoccupante problema dei rifiuti in mare e alla presenza crescente di specie aliene nel Mar Mediterraneo.



IL MUSEO VIVENTE DELLA DIETA MEDITERRANEA

Il Museo vivente della Dieta Mediterranea, riallestito negli ultimissimi mesi, è un contenitore culturale che va ben oltre la dimensione fisica di un Museo, aprendosi al territorio e alla comunità, portando i visitatori a conoscere la Dieta Mediterranea dove nasce: negli orti, nelle aziende e tra i fornelli della comunità cilentana.



Organizzato in sei sale espositive, con pannelli descrittivi e video, tra cui quella dedicata ai sensi, con installazioni per il gusto, il tatto e l'olfatto; la sala per la pasta fatta in casa, con video tutorial delle massie cilentane; la biblioteca personale di Ancel Keys, donata dalla famiglia al Comune di Pollica.

PROPOSTA DIDATTICA

La struttura museale di Palazzo Vinciprova è aperta tutto l'anno e offre particolari percorsi tematici alle scuole di ogni ordine e grado, dalla scuola dell'infanzia alla scuola secon-

daria. Obiettivo principale della struttura è quello di promuovere la tutela dell'ambiente, in particolare l'ambiente marino, e di promuovere stili di vita sani, in accordo con i dettami della

Dieta Mediterranea. Le scolaresche potranno effettuare la visita guidata ai musei e scegliere di approfondire un particolare percorso tematico attraverso lo svolgimento di attività pratiche.



Angelo Vassallo

LABORATORI

La scelta delle attività è ampia e si suddivide in cinque categorie principali: due legate ai due musei, altre tre legate alla scoperta del territorio Cilentano e di alcune aziende che su di esso operano:

Laboratori sul mare

Laboratori sulla Dieta mediterranea

Il mare e lo sport

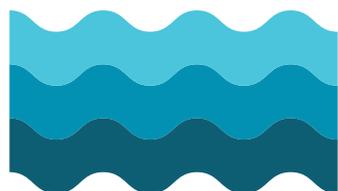
Esperienze oltre il museo

Itinerari del Cilento

Le attività didattiche sono svolte da personale esperto nelle diverse tematiche trattate. Le aziende partners del Museo vivente della Dieta mediterranea rappresentano esempi virtuosi di imprenditoria eco-sostenibile in Cilento. Gli itinerari sono guidati da un accompagnatore turistico della regione Campania.



LABORATORI SUL MARE



In fondo al mar,
la vita sommersa

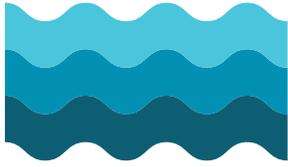


Dai rifiuti al mare



Il mare nel mito
visita animata





IN FONDO AL MAR, LA VITA SOMMERSA

La biologia marina è la branca della biologia che si occupa degli ecosistemi marini e dei loro abitanti, che comprendono organismi microscopici fino ai cetacei, gli organismi più grandi del pianeta.

Tramite l'osservazione diretta di campioni biologici e la visione di foto e filmati, i ragazzi saranno invitati a sottolineare le principali differenze tra le diverse forme di vita che popolano il mare e i rapporti che tra essi si instaurano.

Obiettivi

- Riconoscere e classificare in grandi categorie le forme di vita marine. Comprendere l'importanza della tutela del mare, come ecosistema caratterizzato da delicati equilibri.

Strumenti

- Supporti audio-visivi, attività laboratoriale, osservazione diretta di campioni biologici

Destinatari

- Scuola primaria e secondaria di I grado



DAI RIFIUTI AL MARE

Ogni anno sulle nostre coste si riversano grandi quantità di materiali e oggetti che nulla hanno a che fare con l'ecosistema marino e che vengono sbrigativamente classificati come rifiuti. Tramite questo laboratorio impareremo a considerarli materiali che, se differenziati, possono avere una nuova vita. Gli oggetti trovati sulla spiaggia verranno classificati in base alla loro provenienza e al materiale di cui sono fatti e si porrà l'attenzione sul danno che essi apportano agli ecosistemi marini ed ai loro abitanti.

Obiettivi

- Porre l'attenzione sul fatto che i rifiuti sono il frutto delle nostre scelte di consumo
- Nobilitare il materiale di rifiuto sottolineando l'importanza della raccolta differenziata
- Comprendere le conseguenze della presenza dei rifiuti nell'ecosistema

Strumenti

- Supporti audio-visivi, laboratorio pratico in spiaggia

Destinatari

- Scuola primaria e secondaria di I grado



IL MARE NEL MITO VISITE ANIMATE

È uno spettacolo educativo e divertente che ha come obiettivo quello di avvicinare anche il pubblico più giovane in modo nuovo e divertente alla conoscenza delle varietà di **pesci del Mediterraneo** e incentrivare l'alimentazione collegata al consumo di pesce azzurro.

Tra storie e leggende la nostra cuoca cucina per noi storie di mare. Insieme a lei vedremo come nascono le alici, che prima di trovarsi nel mare vivevano su nel cielo, la storia di come Poseidone divenne dio del mare, e di come la Posidonia Oceanica difende le coste del Mediterraneo e fornisce cibo e ossigeno per i piccoli pesci.

Uno **spettacolo/laboratorio** tutto da ridere e da ascoltare, in linea con le più aggiornate esperienze museali europee per costruire un legame stabile e duraturo tra cittadini e territorio

Destinatari

- Scuola dell'infanzia e primaria

LABORATORI SULLA DIETA MEDITERRANEA



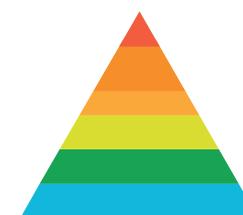
Cosmesi
naturale



Alla scoperta delle
piante tintorie



L'arte
della ceramica



Dalla piramide alimentare
alla piramide ambientale



Showcooking cilentano
con degustazione



Dal chicco al forno:
lievitazione naturale



Fusilliamo:
mani in pasta



Lecture animate
Trotula



DALLA PIRAMIDE ALIMENTARE ALLA PIRAMIDE AMBIENTALE

Mangiando consumiamo cibo e per produrre questo cibo, consumiamo una parte dell'ambiente in cui viviamo. È come se lasciassimo un'impronta sulla Terra, rendendola non più utilizzabile per altri scopi, nemmeno per produrre nuovi alimenti. Ma non tutti gli alimenti lasciano la stessa Impronta. La tutela dell'ambiente e la tutela della salute hanno, per quanto riguarda il cibo, una soluzione comune: adottare il Modello Alimentare Mediterraneo.

Obiettivi

- Comprendere il concetto di impronta ecologica nelle scelte alimentari e nelle scelte di consumo.
- Acquisire il concetto di dieta mediterranea come stile di vita e stile alimentare, in accordo con l'ambiente e con la salute.

Strumenti

- supporti audio-visivi,
- attività laboratoriale

Destinatari

- Scuola primaria e secondaria di I grado



FUSILLIAMO, MANI IN PASTA

Preparare i pasti in casa è un'abitudine caratterizzante della dieta mediterranea. Particolare importanza riveste il pranzo della domenica che, da tradizione, richiede la pasta fatta in casa.

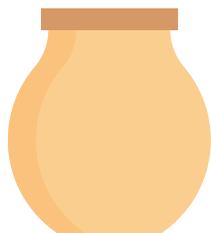
Con questo laboratorio i ragazzi impareranno a realizzare l'impasto per la pasta fatta in casa e a realizzare i principali formati della tradizione cilentana: i fusilli e i cavatelli

Obiettivi

- Conoscere le tradizioni locali e le materie prime, sviluppare la manualità, sviluppare consapevolezza sulla provenienza del cibo.

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, scuola primaria, scuola secondaria di I e II grado



LABORATORIO ARTISTICO DI CERAMICA

Con questa attività sarà possibile riscoprire la cultura contadina di un tempo attraverso gli oggetti che si usavano nella vita di tutti i giorni: le stoviglie, le pentole e gli utensili venivano realizzati e decorati a mano diventando oggetti d'arte. I ragazzi impareranno a modellare e a decorare la ceramica e porteranno a casa il loro souvenir personalizzato.

Obiettivi

- Conoscere l'arte, la cultura del luogo e le tradizioni di artigianato locale.
- Imparare che esistono fasi, metodi e tempi per la realizzazione di un oggetto.
- Esprimere liberamente la creatività.
- Realizzare un progetto giocando, creando e condividendo in gruppo.
- Sviluppare la manualità e la sensibilità artistica.
- Usare le tecniche e gli attrezzi basilari per la lavorazione della ceramica.

Strumenti

- Attività laboratoriale

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado

N.B su richiesta i lavoretti potranno essere cotti e spediti a scuola con un costo aggiuntivo di 2 € a ragazzo



Le piante dell'area mediterranea o naturalizzate, rappresentano una importante riserva di sostanze naturali, ed in particolare di essenze aromatiche e di pigmenti che oggi sono di grande interesse in molteplici settori di impiego: fitoterapico, alimentare, cosmetico, agro-industriale. La conoscenza e la valorizzazione del patrimonio officinale contribuisce alla salvaguardia della biodiversità ed è occasione di crescita delle conoscenze delle nostre tradizioni e del nostro patrimonio ambientale. Tra le molteplici utilizzazioni delle piante vi è anche quella della estrazione di coloranti per tessuti naturali di origine animale e vegetale (lana, seta, cotone, ecc.); tale uso, oggi quasi del tutto scomparso nei paesi industrializzati, è ancora abbastanza presente nei paesi in via di sviluppo. La conoscenza delle potenzialità delle piante delle nostre aree come fonte di pigmenti ad uso tintorio richiede quindi anche il recupero delle tradizioni, più o meno ancora presenti nel mondo rurale.

ALLA RISCOPERTA DELLE ERBE TINTORIE

Obiettivi

- Conoscenza e riconoscimento delle piante spontanee, con conseguente rivalutazione del loro utilizzo a scopo tintorio e riavvicinamento al territorio.

Strumenti

- Attività laboratoriale

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado



Il laboratorio comprende una prima parte, teorica, in cui vengono tracciate le linee guida per riconoscere la qualità di un prodotto cosmetico. Vengono fornite nozioni base di cosmesi naturale e autoproduzione. La parte pratica consiste nel produrre oleoliti vegetali a partire da piante officinali, questi oli così prodotti potranno essere utilizzati tal quali sulla pelle oppure potranno fungere da veicolanti per altri principi attivi e potranno essere adoperati in svariate formulazioni cosmetiche. Con i ragazzi più grandi ci dedicheremo anche alla produzione di maschere viso e lozioni lenitive.

COSMESI NATURALE

Obiettivi

- Scoprire il valore e gli utilizzi alternativi delle erbe spontanee.
- Scoprire gli strumenti che la natura ci mette a disposizione
- Realizzare un prodotto in gruppo, rispettando metodi e tempi.

Strumenti

- Attività laboratoriale

Destinatari

- Scuola secondaria di I e II grado



DAL CHICCO AL FORNO: LIEVITAZIONE NATURALE

Il lievito madre è un impasto di acqua e farina che, lasciato fermentare, porta alla formazione al suo interno di una microflora, una popolazione di microrganismi che acidificano l'impasto producendo anidride carbonica.

Fino a qualche decennio fa l'uso del lievito naturale era l'unico modo per ottenere prodotti lievitati, primo fra tutti il pane, cibo fondamentale della dieta mediterranea.

Con questo laboratorio i ragazzi scopriranno i segreti del lievito madre, impareranno a realizzarlo da zero e a prendersene cura.

Obiettivi

- Conoscere le tradizioni locali, imparare che esistono fasi e tempi di realizzazione per la preparazione del cibo, imparare a rispettare un impegno.

Strumenti

- Attività laboratoriale

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, scuola primaria, scuola secondaria di I e II grado

NB: si consiglia di munirsi di un piccolo contenitore per portare a casa il lievito madre realizzato.



SHOWCOOKING CILENTANO CON DEGUSTAZIONE

La Dieta Mediterranea si basa sul consumo di piatti semplici, preparati principalmente con cereali, frutta, verdura, semi, olio di oliva, rispetto ad un più raro uso di carni rosse e grassi animali. I cuochi del posto sono i depositari di una conoscenza che viene da lontano, dal profumo delle cucine delle nostre nonne. Attraverso l'incontro con un cuoco cilentano i ragazzi avranno modo di conoscere le materie prime che sono alla base della Dieta Mediterranea e avere degli spunti per arricchire ed esaltare questi ingredienti semplici. Segue degustazione di quanto preparato

Obiettivi

- Conoscenza delle materie prime alla base della Dieta Mediterranea in Cilento, Orientamento professionale.

Strumenti

- Show cooking e degustazione

Destinatari

- Scuola secondaria di II grado, consigliato per istituti alberghieri

N.B.

- Non abbinabile al pacchetto scontato, attivabile con un minimo di 20 partecipanti



LETTURE ANIMATE E CORSI DI DISEGNO CON TROTULA

Trotula è un progetto culturale e creativo, ispirato alla “medichessa” che visse a Salerno nell’XI secolo, nel periodo aureo della Scuola Medica Salernitana. L’intento è quello di divulgare, con una comunicazione che oscilla tra fiaba e racconto storico, i valori di Trotula. I suoi scritti sono arrivati ai giorni nostri e risultano sorprendentemente attuali. Trotula, già nel Medioevo, attraverso il suo operare aveva affrontato molti temi presenti nell’Agenda 2030 dell’ONU. Risulta, pertanto molto naturale affrontare questi aspetti nel Museo della Dieta mediterranea.

Laboratorio di lettura animata

Obiettivi

- Favorire lo sviluppo creativo dei bambini in un contesto di gruppo
- Navigare tra realtà storica e fantasia
- Imparare ad ascoltare ed ascoltarsi

Destinatari

- Scuola dell’infanzia, prime due classi della scuola primaria

Laboratorio di disegno

Obiettivi

- Favorire la familiarità con l’arte e i colori
- Stimolare la creatività e l’immaginazione
- Esercitare la manualità con gli strumenti del disegno

Destinatari

- Scuola dell’infanzia, prime due classi della scuola primaria



Centro Velico Anemos - Pioppi

IL MARE E LO SPORT



Esperienza in Sup



Esperienza in Windsurf



Esperienza a Vela



Passeggiata Ecologica



Trekking



centrovelicopioppi.it

Il Centro Velico di Pioppi è una struttura sportiva e turistica presso la quale si tengono corsi di vela, sup, windsurf, immersioni, yoga e molto altro.

La struttura include un bar con piccola ristorazione, spiaggia, solarium, campi da tennis e calcetto.

Per i gruppi scolastici sono stati elaborati dei percorsi di avvicinamento agli sport acquatici che sviluppano nei giovani studenti un approccio nuovo verso il mare, improntato alla sostenibilità e al rispetto degli ecosistemi.

Le attività sono costruite su misura dei bisogni dei ragazzi e delle scuole.

IL MARE E LO SPORT

in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Obiettivi

- Sviluppare un rapporto nuovo con l'elemento mare superando paure e diffidenze
- Comprendere l'importanza di mantenere corretti comportamenti a mare e in spiaggia
- Arricchire il proprio bagaglio di competenze tecniche e fisiche

Strumenti

- Attività sportive e corsi pratici

Destinatari

- Scuola primaria, Scuola secondaria di I e di II grado



centrovelicopioppi.it



ESPERIENZA IN SUP

in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Corso base SUP

Il nostro programma offre ai giovani l'opportunità di esplorare le acque con fiducia e sicurezza mentre imparano le basi del SUP. Conduciamo lezioni divertenti e coinvolgenti progettate per insegnare non solo le tecniche di base del paddleboarding, ma anche l'importanza della sicurezza sull'acqua e il rispetto per l'ambiente marino.

Il SUP è uno sport in grande crescita, divertente e accessibile, che insegna un nuovo modo di esplorare il mare e gli specchi d'acqua. Il corso consente di apprendere le tecniche di base per padroneggiare la tavola da paddle (molto simile a una tavola da surf), sviluppando la capacità di mantenere l'equilibrio, di conoscere il proprio corpo, nonché a pagaiare correttamente e manovrare con sicurezza.

I nostri istruttori altamente qualificati sono dedicati a creare un ambiente inclusivo e stimolante, dove ogni ragazzo può sviluppare le proprie abilità e aumentare la fiducia nelle proprie capacità. Oltre all'aspetto fisico, incoraggiamo anche lo sviluppo della consapevolezza ambientale, educando i partecipanti sull'importanza della tutela dei nostri mari e delle nostre coste.

Che i ragazzi siano principianti assoluti o abbiano già qualche esperienza sull'acqua, il nostro corso è adatto a tutti i livelli.

L'unica cosa che occorre è la voglia di imparare e di divertirsi, facendo nuove amicizie, sperimentando emozioni uniche e ricordi che dureranno per sempre.

Durata

- 45 min ca

Attrezzatura

- Fornita dal centro

Attestato

- Rilascio attestato valido per crediti formativi

Età consigliata

- Dagli 8 anni in su

Costo pacchetto visita guidata ai Musei + corso presso il "Centro Velico Anemos" 15 € p.p.



centrovelicopioppi.it



LEZIONE DI WINDSURF

in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Corso base Windsurf

Il windsurf è uno sport che offre una combinazione unica di avventura e apprendimento. Con il vento come motore e il mare come campo di gioco, i ragazzi avranno l'opportunità di sviluppare abilità fisiche, coordinazione e fiducia in sé stessi mentre imparano a dominare la tavola e la vela.

Il nostro programma è progettato per essere educativo, sicuro e divertente. I nostri istruttori esperti guideranno i ragazzi attraverso le basi del windsurf, fornendo istruzioni dettagliate sulle tecniche di navigazione, sulla sicurezza in acqua e sull'importanza del rispetto per l'ambiente marino.

Oltre a promuovere lo sviluppo fisico e le abilità motorie, il windsurf offre anche opportunità per l'apprendimento sociale e emotivo. I ragazzi impareranno a collaborare, comunicare e lavorare insieme mentre affrontano sfide e raggiungono obiettivi comuni. Il windsurf è una straordinaria occasione per i ragazzi di sperimentare la natura, acquisire fiducia in sé stessi e scoprire una nuova passione.

Durata

- 45 min ca

Attrezzatura

- Fornita dal centro

Attestato

- Rilascio attestato valido per crediti formativi

Età consigliata

- Dai 10 anni in su

Costo pacchetto visita guidata ai Musei + corso presso il "Centro Velico Anemos" 15 € p.p.



centrovelicopioppi.it



ESPERIENZA A VELA

in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Corsi di Vela per Studenti

La vela non è solo uno sport emozionante, ma anche un'esperienza formativa straordinaria che offre ai giovani una vasta gamma di benefici sia fisici che mentali. I nostri corsi sono progettati per introdurre gli studenti al mondo della vela in modo sicuro, divertente e coinvolgente. I nostri istruttori altamente qualificati non solo insegnano le competenze fondamentali della vela, ma anche promuovono valori importanti come il lavoro di squadra, la responsabilità individuale e il rispetto per l'ambiente marino.

Partecipando ai nostri corsi di vela, i giovani studenti avranno l'opportunità di:

- Imparare le basi della vela, inclusi i nodi marinareschi, le manovre di navigazione e la sicurezza in acqua.
- Sviluppare abilità motorie e coordinazione attraverso l'uso attivo di vele e timoni.
- Potenziare le capacità di comunicazione e cooperazione lavorando in equipe per manovrare la barca.
- Apprezzare e rispettare l'ambiente marino attraverso un'esperienza diretta sulla barca a vela.
- Sperimentare una forma di divertimento all'aria aperta che incoraggia la vita sana e attiva.

I nostri corsi sono adatti a studenti di tutte le abilità e non richiedono alcuna esperienza precedente nella vela. Siamo dedicati a fornire un ambiente inclusivo in cui ogni studente possa crescere e svilupparsi sia come marinaio che come individuo attraverso un'esperienza unica e indimenticabile.

Per ulteriori informazioni o per pianificare una visita informativa presso il nostro centro, non esitate a contattarci.

Durata

- 45 min ca

Attrezzatura

- Fornita dal centro

Attestato

- Rilascio attestato valido per crediti formativi

Età consigliata

- Dai 10 anni in su

Costo pacchetto visita guidata ai Musei + corso presso il "Centro Velico Anemos" 15 € p.p.



centrovelicopioppi.it



PASSEGGIATA ECOLOGICA

in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Alla scoperta del litorale di Pioppi: dal Museo al Centro Velico

Il laboratorio prevede una passeggiata lungo il lungomare di Pioppi, che parte dal Museo Vivo del Mare e si conclude al Centro Velico. Durante il tragitto, i partecipanti saranno accompagnati da guide naturalistiche e istruttori che illustreranno le caratteristiche dell'ambiente marino e della costa, con un focus sulla flora e fauna locali, la geomorfologia e l'importanza della conservazione del mare.

Tappe del percorso:

1. Partenza dal Museo Vivo del Mare

Introduzione all'ecosistema marino e costiero di Pioppi con una breve visita al museo. I partecipanti potranno osservare esemplari di flora e fauna marina del Mediterraneo.

Argomenti trattati: biodiversità marina, specie endemiche, importanza dell'ecosistema costiero.

2. Lungomare: l'osservazione ambientale

Passeggiando lungo la costa, i partecipanti saranno invitati a osservare le peculiarità del paesaggio marino e delle spiagge. Verranno forniti strumenti semplici, come taccuini, binocoli e lenti di ingrandimento, per l'osservazione diretta.

Argomenti trattati: erosione costiera, dune di sabbia, flora costiera, impatti antropici e naturali sulla costa.

3. Sosta presso la spiaggia

Durante la passeggiata, si farà una sosta per parlare delle aree marine protette e del ruolo della riserva della Biosfera di Pioppi nella tutela della biodiversità.

Argomenti trattati: riserve naturali, conservazione della biodiversità, Posidonia oceanica, pesca sostenibile.

4. Arrivo al Centro Velico di Pioppi

La tappa finale si conclude con una visita al Centro Velico, dove verrà illustrato il ruolo dello sport nella valorizzazione e protezione del mare. Breve laboratorio pratico sulle tecniche di navigazione a vela e le dinamiche del vento.

Argomenti trattati: sport e sostenibilità, energie rinnovabili (il vento), interazione tra uomo e mare.

Obiettivi

- Osservare e comprendere gli elementi naturali e antropici presenti sul litorale.
- Esplorare la biodiversità marina e costiera locale.
- Sensibilizzare sull'importanza della tutela ambientale e della sostenibilità marina.
- Conoscere la storia e il patrimonio culturale di Pioppi.

Durata

- Circa 20 min.

Destinatari

- Scuole secondarie (secondaria di secondo grado - gruppi adulti)

Costo pacchetto visita guidata ai Musei + passeggiata ecologica 8 € p.p.



in collaborazione con il Centro Velico Anemos di Pioppi

Esplorazione del Sentiero del Pozzo dell'Uva Nera: alla scoperta della natura e della storia locale

Il laboratorio prevede una camminata lungo il Sentiero del Pozzo dell'Uva Nera, che parte dal Centro Velico di Pioppi e si snoda in un percorso naturalistico immerso nella macchia mediterranea. Lungo il tragitto, i partecipanti impareranno a riconoscere piante e animali tipici della zona e visiteranno il Mulino ad acqua, una struttura storica che conserva la memoria della comunità locale.

Tappe del percorso:

1. Partenza dal Centro Velico di Pioppi

Breve introduzione al percorso e presentazione del Sentiero del Pozzo dell'Uva Nera, con spiegazione degli obiettivi della giornata.

Argomenti: introduzione all'ecosistema collinare e costiero, breve storia del Mulino ad acqua e del suo ruolo nella vita locale.

2. Lungo il Sentiero: riconoscimento della flora

Durante la camminata, i partecipanti, guidati da un esperto naturalista, osserveranno le piante della macchia mediterranea e saranno coinvolti in attività di riconoscimento delle specie presenti. Verranno utilizzati taccuini e guide botaniche per l'identificazione.

Argomenti: caratteristiche della macchia mediterranea, piante aromatiche (come il rosmarino e la lavanda), alberi e arbusti (olivo, leccio, corbezzolo), importanza della flora locale per la fauna.

3. Osservazione della fauna locale

Durante il percorso, i ragazzi potranno osservare e ascoltare la fauna locale, con particolare attenzione agli uccelli e ai piccoli mammiferi. Verranno forniti binocoli per osservare gli animali senza disturbarli.

Argomenti: adattamenti della fauna all'ambiente mediterraneo, uccelli migratori, tracce di animali, impronte o resti di cibo.

4. Visita al Mulino ad acqua

Sosta presso il Mulino ad acqua, un'antica struttura che un tempo era utilizzato per macinare il grano sfruttando la forza dell'acqua. La guida illustrerà il funzionamento del mulino e il suo significato storico per le comunità rurali locali.

Argomenti: funzionamento dei mulini ad acqua, utilizzo delle risorse naturali nell'economia e nella storia locale.

5. Sosta al Pozzo dell'Uva Nera

La tappa finale del percorso porta alla visita del Pozzo dell'Uva Nera, un punto caratteristico del sentiero, dove verrà raccontata la leggenda locale che dà il nome al sito. Qui, i partecipanti rifletteranno sull'importanza dell'acqua nella tutela degli ecosistemi.

Argomenti: importanza dell'acqua per l'ambiente, antiche leggende e racconti popolari.

Obiettivi

- Approfondire la conoscenza della flora e fauna locale attraverso l'osservazione diretta.
- Capire l'importanza degli ecosistemi terrestri e la loro relazione con l'uomo.
- Scoprire il funzionamento del Mulino ad acqua e il suo significato storico e culturale.
- Stimolare il rispetto per l'ambiente e la comprensione dei cicli naturali.

Durata

- Circa 3 ore

Età consigliata

- Scuole secondarie (secondaria di secondo grado - gruppi adulti)

Periodo

- Da Maggio a Ottobre

Costo pacchetto visita guidata ai Musei + percorso trekking 12 € p.p.



ESPERIENZE OLTRE IL MUSEO



La via del grano
in collaborazione
con agriturismo
La Petrosa
Ceraso



Olio e dintorni
in collaborazione
con **Az. Agricola**
Nuovo Cilento
San Mauro
Cilento



**Cheese, facciamo
il formaggio**
in collaborazione
con **Fattoria**
didattica Chirico
Ascea



Tra fiume e mare
una giornata
in Cilento

1. Il valore dell'acqua
2. Sulle orme di Ancel Keys



LA VIA DEL GRANO: I GRANI ANTICHI DEL CILENTO

Presso l'az. Agrituristica "La Petrosa" – Ceraso

Il chicco di grano è un prodotto della natura di inestimabile valore per l'uomo. La produzione industriale porta tutti i giorni sulle nostre tavole cibi pronti, facendo spesso dimenticare l'origine di prodotti fondamentali per la nostra dieta come pane e pasta. Andremo alla scoperta dei grani antichi del Cilento coltivati dall'az. Agrituristica "La Petrosa" che da molti anni coltiva le fertili sponde del fiume Palistro.

Obiettivi

- Comprendere il percorso di trasformazione che dal chicco di grano porta al pane e alla pasta
- Riconoscere il lavoro necessario durante le diverse fasi di produzione (semina, mietitura, macinatura, lavorazione)
- Rivalutare le antiche varietà di grano coltivate in Cilento

Strumenti

- Attività laboratoriale, visita azienda agrituristica "La Petrosa"

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado

Costo pacchetto attività a Pioppi + attività presso "La Petrosa" € 16 p.p.



OLIO E DINTORNI

Presso l'Az. Agricola "Nuovo Cilento" – San Mauro Cilento

L'olio di oliva nel Cilento rappresenta una delle risorse principali e, soprattutto, più antiche delle popolazioni locali: recenti ricerche archeobotaniche hanno documentato la presenza dell'olivo già nel IV sec. a.C.; la tradizione, invece, vuole che le prime piante fossero introdotte dai coloni Focesi, popolazione di origine greca. Grazie alla bontà di questa risorsa naturale, l'olio del Cilento ha avuto nel 1997 il riconoscimento dalla Comunità Europea della Denominazione di Origine Protetta all'olio extravergine di oliva "Cilento". Non a caso rappresenta uno dei pilastri della Dieta Mediterranea grazie alle sue particolari proprietà. Dal 1976, con i suoi attuali 360 soci la cooperativa agricola "Nuovo Cilento" rappresenta un'eccellenza, non solo nella produzione di olio cilentano, ma anche nel ruolo di custode della biodiversità di questa terra.

Obiettivi

- Descrivere le principali fasi della coltura degli oliveti e quelle della lavorazione dell'olio quali la raccolta, il trasporto e la conservazione delle olive
- Spiegare i benefici che il nostro organismo riceve dal consumo dell'olio di oliva che rappresenta un valido alleato per la riduzione del colesterolo serico, il miglioramento della funzionalità dell'apparato cardiocircolatorio, ecc.

Strumenti

- Visita al frantoio della cooperativa agricola Nuovo Cilento, degustazione.

Destinatari

- Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado

Costo pacchetto attività a Pioppi + attività presso "Il Frantoio" € 11 p.p.



CHEESE: FACCIAMO IL FORMAGGIO

Presso la Fattoria Didattica Az. Agricola "Caseificio Chirico" – Ascea

Il formaggio è uno degli elementi principali della cultura gastronomica del Cilento. Fa parte della storia e della cultura della cucina povera della tradizione locale. Riscoprirne le caratteristiche, conoscerne la lavorazione, avere un contatto diretto con gli animali, dalle bufale alle capre, per capire e orientarsi verso una scelta e una consapevolezza che riporta direttamente ai sapori di un tempo, sopravvissuti infatti fino ai giorni nostri. Ma come si produce un formaggio? L'azienda Chirico da 40 anni alleva mucche, bufale e capre ed è oggi un eccellente esempio di azienda verde in quanto ospita un impianto fotovoltaico e un impianto a biogas che sfrutta gli scarti dell'allevamento.

Obiettivi

- Conoscere l'origine e il processo produttivo dei diversi tipi di latticini

Strumenti

- Visita alla fattoria didattica, laboratorio pratico di produzione del formaggio

Destinatari

- Scuola dell'infanzia, Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado



Costo pacchetto attività a Pioppi + attività presso Fattoria didattica Chirico €16 p.p.



TRA FIUME E MARE: UNA GIORNATA IN CILENTO

Opzione 1

GIORNATA DIDATTICA: IL VALORE DELL'ACQUA

L'acqua, elemento unico per le sue caratteristiche e indispensabile per la vita sulla Terra, è una risorsa che va utilizzata in maniera intelligente, senza sprechi inutili. Biologia, chimica e fisica sono le scienze che ci aiuteranno a comprenderne il vero valore, un percorso volto all'apprendimento a 360 di un bene primario così importante come l'acqua.

1. La prima attività di laboratorio prevede:

- Introduzione alla biologia marina
- Osservazione diretta di campioni biologici
- Visione di foto e filmati
- Riconoscimento e classificazione delle diverse forme di vita che popolano il mare e i rapporti che tra esse si instaurano

2. La seconda attività di laboratorio prevede:

- Analisi delle proprietà, delle anomalie e delle peculiarità dell'acqua
- Dimostrazioni ed esperimenti pratici sulla forma tridimensionale della molecola, sulla sua polarità e sulle caratteristiche fisico-chimiche che ne derivano
- Osservazione degli aspetti riguardanti le transizioni di fase e la spinta archimedeica
- Studio degli effetti e delle modifiche che l'acqua può determinare sul microclima, sulla flora e sulla fauna

Destinatari

- Dalla scuola dell'infanzia alla scuola secondaria di II grado

Costo pacchetto attività a Pioppi + attività presso Oasi Fiume Alento €16 p.p.



TRA FIUME E MARE: UNA GIORNATA IN CILENTO

Opzione 2

GIORNATA DIDATTICA: SULLE ORME DI ANCEL KEYS

Mangiando consumiamo cibo e per produrre questo cibo, consumiamo una parte dell'ambiente in cui viviamo. È come se lasciasimo un'impronta sulla Terra, rendendola non più utilizzabile per altri scopi, nemmeno per produrre nuovi alimenti. Ma non tutti gli alimenti lasciano la stessa Impronta. La tutela dell'ambiente e la tutela della salute hanno, per quanto riguarda il cibo, una soluzione comune: adottare il Modello Alimentare Mediterraneo.

1. La prima attività di laboratorio prevede:

- Introduzione alla Dieta mediterranea
- Comprensione del concetto di impronta ecologica nelle scelte alimentari e nelle scelte di consumo
- Comprensione del concetto di Dieta mediterranea come stile di vita alimentare, in accordo con l'ambiente e con la salute
- Visione di supporti audio-visivi e attività laboratoriale

2. La seconda attività di laboratorio prevede:

- Introduzione alla Piramide Alimentare: esperimento sull'acqua
- Comprensione del funzionamento dei carboidrati: esperimento con tintura di iodio
- Comprensione del funzionamento delle proteine: esperimento sulla denaturazione delle proteine
- Comprensione del funzionamento dei grassi: esperimento sulla produzione del formaggio

Destinatari

- Dalla scuola dell'infanzia alla scuola secondaria di II grado

Costo pacchetto attività a Pioppi + attività presso Oasi Fiume Alento €16 p.p.

ITINERARI DEL CILENTO

Il gruppo avrà a disposizione tutta la giornata un accompagnatore turistico iscritto all'albo regionale che lo guiderà attraverso tutte le tappe programmate e si occuperà dell'accesso e dei titoli di ingresso nei diversi punti di interesse. Le attività a Pioppi sono programmate per il pomeriggio, tuttavia è possibile, in sede di prenotazione, concordare l'organizzazione della giornata nella maniera più congeniale al gruppo.

Obiettivi

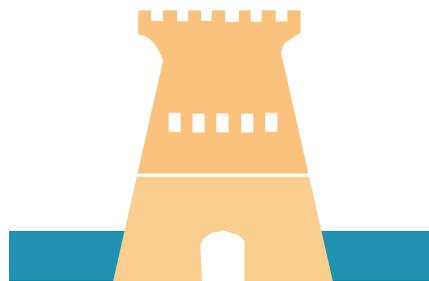
- Offrire una visione d'insieme del territorio attraverso il comune denominatore della Dieta mediterranea

Destinatari

- Scuola primaria, Scuola secondaria di I e II grado



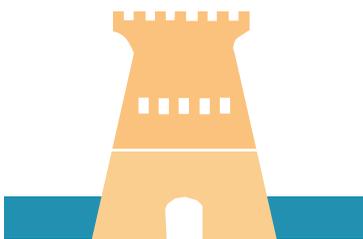
Le radici della Dieta mediterranea
Pioppi ed Elea-Velia



I borghi della Dieta mediterranea
Pioppi, Pollica e Acciaroli



La Costa del Cilento antico
Pioppi e Castellabate (o Agropoli)



I BORGHI DELLA DIETA MEDITERRANEA PIOPPI, POLLICA E ACCIAROLI

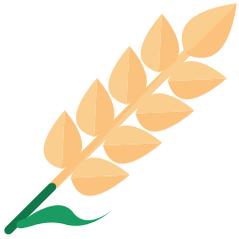
I BORGHI DELLA DIETA MEDITERRANEA POLLICA- ACCIAROLI- PIOPPI

Questo itinerario vi permetterà di approfondire la storia della Dieta Mediterranea lì dove è nata:

Si parte dal centro abitato di Pollica, dove è possibile visitare il centro storico in cima al quale svetta il Castello Capano, risalente al 1200, oggi proprietà del comune e sede del centro studi sulla Dieta Mediterranea.

L'itinerario continua con direzione Acciaroli, principale frazione costiera del comune di Pollica, con il suo porto turistico e l'antica Chiesa dell'Annunziata. L'itinerario termina a Pioppi, con la visita all'antico mulino ad acqua, recentemente ristrutturato e al Museo vivo del mare e al Museo vivente della Dieta Mediterranea

Costo pacchetto attività a Pioppi + visita guidata al borgo €15 p.p.



LE RADICI DELLA DIETA MEDITERRANEA: ELEA VELIA E PIOPPI

LE RADICI DELLA DIETA MEDITERRANEA ELEA VELIA E PIOPPI

Un viaggio emozionante, che dalle radici greche, con la triade mediterranea, ci porta fino ad Ancel Keys e alla Dieta mediterranea del terzo millennio. L'itinerario inizia ad Elea, Velia per i romani, antica polis della Magna Grecia, patria dei filosofi Parmenide e Zenone, esponenti della Scuola medica Eleatica, che ha poi ispirato la Scuola medica salernitana. Uno degli elementi più interessanti del sito è la Porta Rosa, primo esempio in Italia di arco a tutto sesto di età ellenistica. L'itinerario termina a Pioppi con la visita al Museo Vivo del mare e al Museo vivente della Dieta mediterranea, all'interno del quale si approfondiranno la figura di Ancel Keys e i moderni sviluppi della Dieta mediterranea

Costo pacchetto attività a Pioppi + visita guidata al borgo €15 p.p.



I BORGHI DELLA DIETA MEDITERRANEA COSTA DEL CILENTO ANTICO AGROPOLI (O CASTELLABATE) E PIOPPI

COSTA DEL CILENTO ANTICO AGROPOLI (O CASTELLABATE) E PIOPPI

Una fascia costiera che corre da Santa Maria di Castellabate fino alla frazione di Pioppi nel Comune di Pollica, impreziosito da un'area marina protetta, dalla presenza del Parco nazionale del Cilento e dall'iniziativa del Comune di Pollica. Il piccolo Comune cilentano ha svolto e continua ad esercitare una funzione di traino rispetto al resto del territorio, sviluppando in particolare i temi della promozione della dieta mediterranea che qui ha trovato la sua culla e la sua consacrazione voluta dall'Unesco patrimonio immateriale dell'Umanità. Oltre alla visita al Museo vivo del mare e al Museo della Dieta mediterranea di Pioppi il gruppo potrà scegliere di visitare il centro storico di Castellabate oppure di Agropoli.

Castellabate: i punti di interesse sono il centro storico, ritenuto uno dei borghi più belli d'Italia e set del famoso film "Benvenuti al sud" e il castello, risalente al 1200.

Agropoli: centro storico e castello angioino aragonese che si erge maestoso sul promontorio incastrandosi con il vertice del borgo antico. Palazzo civico delle arti e museo archeologico, struttura espositiva ospitata nel palazzo Cirota, costruito nel 1892.

Costo pacchetto attività a Pioppi + visita guidata al borgo €15 p.p.

TEMPI E COSTI



I moduli didattici sono per max. 25 studenti + max. 2 accompagnatori/insegnanti (non paganti). Possono essere svolti max. 2 attività in contemporanea per un totale di 50 studenti + 4 accompagnatori o insegnanti (non paganti).

*N.B. I prezzi sono riferiti a persona

- € 4 Ingresso Palazzo Vinciprova
- € 4 **Museo Vivo del Mare**
- Museo Vivente della Dieta mediterranea**
- € 2 Visita guidata Museo del mare e della Dieta Mediterranea
- € 2 Passeggiata ecologica durata 20 minuti, minimo 20 partecipanti
- € 9 Il mare e lo sport durata 40 minuti, minimo 20 partecipanti
- € 5 Laboratorio didattico Pratico durata 40 minuti, minimo 20 partecipanti
- € 5 Visita animata durata 40 minuti minimo, 50 partecipanti
- € 15 Showcooking con degustazione durata 45 minuti, minimo 20 partecipanti
- € 15 Itinerari Cilento durata intera giornata, minimo 50 partecipanti
- Esperienze in azienda prezzo indicato nelle schede descrittive

€ 10

Pacchetto scontato

ingresso + visita guidata ai due musei + laboratorio o visita animata

€ 19

Pacchetto scontato

ingresso + visita guidata ai due musei + showcooking

PRENOTAZIONI



Palazzo Vinciprova | Via Caracciolo 178, Pioppi-Pollica (SA).

Possibilità di sosta e parcheggio gratuito per autobus a pochi metri dal Palazzo o presso il Centro Velico.

Per prenotare una visita, per ricevere maggiori informazioni, per adattare le nostre attività alle esigenze didattiche della scolaresca:



www.museovivodelmare.com (compila il form prenota)

www.museovivotedietamediterranea.it



info@ecomuseodietamediterranea.it

info@museovivodelmare.com



371 136 24 85 Dott.ssa Federica Sirignano



Museo vivente della Dieta mediterranea

Musea - Museo vivo del mare



musea_pioppi / museodietamediterranea



RISTORANTI CONVENZIONATI



MYOSOTHIS

Bar con ristorazione mediterranea

📍 Pioppi, adiacente al museo

☎ 334 621 68 98



FUORIBORDO - CENTRO VELICO

Bar con ristorazione mediterranea

📍 Pioppi, a 250m dal Museo

☎ 338 15 56 904



PIOPPI CAFFÈ

Bar Bistrò

📍 Pioppi, piazza del Millenario

☎ 328 094 75 26



RISTO62

Bar pizzeria

📍 Pioppi, adiacente al Museo

☎ 379 1574985

LE NOSTRE STRUTTURE PARTNER



LA SOSTERIA

Degustazione prodotti propri

📍 Ascea marina

☎ 0974 97 15 84



SOSTA MEDITERRANEA

Ristorante dell'Oasi Alento

📍 Prignano Cilento

☎ 0974 83 70 03



LA PETROSA

Struttura agrituristica

📍 Ceraso

☎ 334 912 07 47



IL FRANTOIO

Ristorante tipico cilentano

📍 San Mauro Cilento

☎ 0974 90 32 39



All'aperto



Al coperto

contatto e definizione del menù a cura del gruppo



Inquadra il codice QR
e prenota subito

MUSEO
VIVENTE ELLA
DIETA
MEDITERRANEA



ecomuseodietamediterranea.it

