



# *TURISMO e Psicologia*

Rivista interdisciplinare di studi, ricerche e formazione

## **ETRUSCHI A TAVOLA**

*Prof.ssa Gabriella Agostinelli*

Istituto Comprensivo "Graziano da Chiusi –Scuola Secondaria I Grado "Galileo Galilei"

*Prof.ssa Rossella Milloni*

Istituto Comprensivo "Graziano da Chiusi –Scuola Secondaria I Grado "Galileo Galilei"



---

**PADOVA UNIVERSITY PRESS**

## ETRUSCHI A TAVOLA

La Scuola Secondaria di 1° grado “G.Galilei”, Istituto Comprensivo “Graziano da Chiusi”, durante la mattina del giorno 14 gennaio 2017, è stata invitata, con una rappresentanza di alunni, a partecipare al Convegno “Etruschi a tavola: imparare dal passato per vivere bene oggi”, organizzato dall’associazione ADA in collaborazione con Cesvot. La proposta è stata accettata di buon grado sia perché la scuola è stata sempre sensibile alle tematiche che riguardano la salute sia per la coincidenza degli argomenti affrontati nelle classi seconde. Inoltre i docenti hanno valutato, positivamente, le seguenti motivazioni:

- offrire ai ragazzi un’ulteriore opportunità per sottolineare l’importanza di un’alimentazione sana ed equilibrata al fine di migliorare la qualità della vita personale e sociale prendendo anche spunto dalle antiche abitudini degli Etruschi;
- far comprendere come il benessere fisico, strettamente connesso a quello psicologico, contribuisca a definire un corretto stile di vita;
- rendere consapevoli dei collegamenti tra cibo ed emozioni;
- sottolineare la necessità di alimentarsi secondo criteri rispettosi delle esigenze fisiologiche e non di quelle che rispondono alle logiche del consumo e del commercio;
- stimolare lo sviluppo di legami tra giovani ed anziani, che mettano a disposizione il loro bagaglio di esperienze per finalità comuni;
- far scoprire che la nostra discendenza dal popolo degli Etruschi riguarda, non solo il genoma umano, ma anche le tradizionali culture praticate nel territorio.

Sostenuti da questi propositi abbiamo partecipato al Seminario che si è articolato in un susseguirsi piacevole e stimolante di interventi personali, da parte di esperti del settore e video presentati in modo da poter collegare insieme: storia, archeologia, arte, abitudini culinarie, agricoltura del territorio di Chiusi e dintorni. Sono state prese in considerazione tre coltivazioni, risorse tipiche e caratterizzanti la nostra zona: frumento, vite e ulivo, che erano già conosciute e praticate all’epoca della lungimirante civiltà Etrusca, come attestano i numerosi reperti archeologici presentati attraverso filmati su varie località etrusche della Toscana: Chiusi, Populonia, Vetulonia, Cerveteri e Tarquinia. Infatti, gli scavi praticati in questi paesi, hanno portato alla luce alcune tombe, dove sono stati ritrovati contenitori sia per l’olio che per il vino (contraddistinti da scritte, all’esterno, in latino) e perfino chicchi di grano bruciati, condizione questa adatta alla conservazione. Una particolarità interessante e simpatica fatta notare dalla Direttrice del Museo Nazionale Etrusco Dr.ssa Maria Angela Turchetti è che, insieme a questi recipienti, sono state rinvenute, anche, grattugie che servivano a speziare il vino con il formaggio. Alcuni dipinti di animali quali lepri, pernici, cervi e caprioli testimoniano che gli Etruschi praticavano la caccia. Questa carne veniva consumata arrostita come quella di maiale tagliato longitudinalmente, con le stesse attuali modalità. Sembra conoscessero perfino il prosciutto cotto.

Tutto conferma che questo popolo, enigmatico per le origini, era raffinato e amante della musica, che anche le donne ascoltavano mentre preparavano il pranzo in cucine con i fuochi in muratura, come dimostrano alcune pitture in cui sono raffigurati suonatori di piffero. Si può dedurre che gli Etruschi apprezzavano i piaceri della vita ed erano molto attenti al loro banchetto e alla convivialità, condizione psicologica favorevole al piacere di stare a tavola che, oggi, manca a causa di una vita frenetica. Non conoscevano né le proteine, né le vitamine, ma si nutrivano di alimenti salutarissimi ricchi di fibre, usando il farro, l’orzo, le farinate di cereali, (le polente di oggi), poiché la pasta è stata una successiva invenzione araba. Molti di questi reperti, visti e commentati attraverso il filmato e anche vari oggetti quali filtri e graffioni che attestavano le abitudini alimentari di tale civiltà colta ed erudita sono stati raccolti e conservati al Museo Nazionale Etrusco di Chiusi che gli alunni, al termine della mattinata, hanno visitato per osservare, dal vivo, le testimonianze lasciate dal popolo da cui discendiamo in una sintesi perfetta tra passato presente e futuro.