

# Musica, arte e sani consigli



Comune di Trezzano sul Naviglio



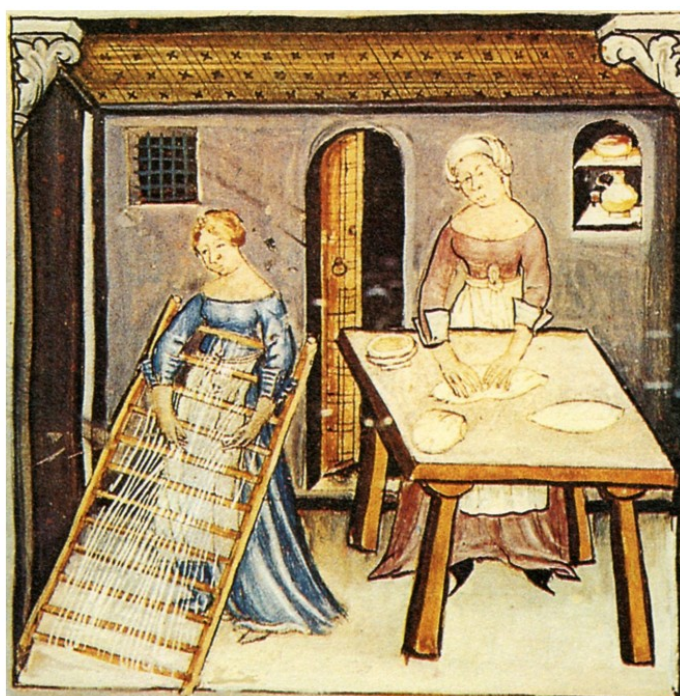
**CONCERTO MULTIMEDIALE**



MAURIZIO PADOVAN - ACCADEMIA VISCONTEA

# DE MIA FARINA FO LE MIE LASAGNE

*Alimenti e benessere nella medicina medievale*



**Lunedì 15 aprile 2024, ore 14.30**

**Centro Socio Culturale – Via Manzoni 10/12**

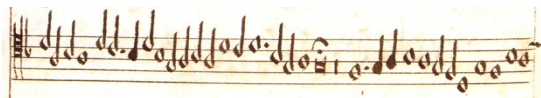
**Ingresso libero**

Assessora alla cultura  
Beatrice Ventacoli

Sindaco  
Fabio Bottero

DE MIA FARINA  
FO LE MIE LASAGNE

*Perché il sonno ti sia lieve  
la tua cena sarà breve.  
Se gli umor serbar vuoi sani  
lava spesso le tue mani.  
Se non hai medici appresso  
farai medici a te stesso  
questi tre:  
anima lieta,  
dolce requie e sobria dieta*



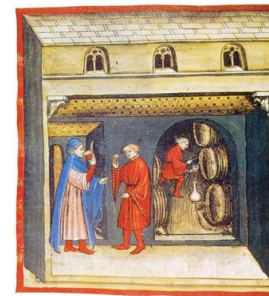
I *Tacuina sanitatis* sono delle preziose enciclopedie mediche compilate in Italia settentrionale nella seconda metà del Trecento. Riccamente miniate, queste opere rappresentavano una versione tradotta del testo di un medico arabo attivo a Bagdad intorno alla metà dell' XI secolo. Le preziose edizioni in lingua latina erano rivolte a un pubblico raffinato, interessato ad apprendere, attraverso semplici immagini e didascalie, le fondamentali norme igieniche e le basilari proprietà terapeutiche delle erbe, degli alimenti, delle stagioni e di alcune attività umane.



Secondo il pensiero medico medioevale, le qualità delle sostanze naturali erano classificate in base al loro "temperamento": *caldo, secco, umido e freddo*.

I temperamenti erano associati ai cosiddetti "umori" (*sangue, flegma, bile gialla e bile nera*) cui si credeva fosse formato l'organismo umano.

La rottura dell'equilibrio di questi umori, con il prevalere dell'uno sugli altri, era ritenuta la causa delle malattie. Per ottenerne la guarigione, si assumevano medicinali dal temperamento contrario agli umori che le avevano generate. Così, contro un *danno* provocato dal vino, caldo e secco, bisognava assumere melograni acetosi, dal temperamento freddo e umido.



Il Medioevo è un'epoca di splendore per il vino e per la storia della viticoltura in Italia. In una società che ancora non conosceva il the, il caffè e le bevande alcoliche conseguenti alla scoperta dell'America, il vino costituiva un fondamentale componente dell'alimentazione.

Frutto del lavoro dell'uomo, il vino come l'acqua disseta e come il pane nutre ma, a differenza dell'acqua, spesso inquinata e causa di malattie, il vino era una bevanda sana e igienica, consumata quotidianamente e a tutte le età.

Abbinato ad erbe o a sostanze medicinali, il vino trovava largo impiego nella farmacopea e come componente essenziale nella preparazione di sciroppi e bevande di vario genere.

Per la sua natura «calda e secca», il vino era consigliato per riscaldarsi dal freddo del rigido inverno, per allontanare i malanni, per aguzzare i sensi e rendere l'uomo sicuro e baldanzoso. In una società travagliata da carestie, epidemie, guerre ed inquisizioni, il vino era l'immagine della felicità, rappresentazione della gioia e portatore di allegria.

(M. Padovan)

Maurizio Padovan

Musicista, storico e ricercatore.

Violinista, ha inciso dischi, tenuto corsi musicali, conferenze e centinaia di concerti in Italia, Svizzera, Austria, Ungheria, Germania, Belgio, Francia, Spagna, Portogallo e Singapore.

Direttore dell'Accademia Viscontea, ha tenuto oltre 900 lezioni-concerto rivolte a più di 100.000 studenti delle Scuole Medie Superiori. E' responsabile del progetto *l'Altro Violino* e direttore della "Camborchestra" del Museo Cambonino di Cremona.

"Formatore accreditato" in Portogallo, allestisce spettacoli e tiene corsi di specializzazione e di formazione per insegnanti (Universidade do Minho, Associação Portuguesa de Educação Musical, Club Unesco di Lisbona, Rota do Romanico, Centri di Formazione per Professori, Casa della Musica di Oporto, Academia de bailado de Guimarães, Escola Superior de Dança di Lisbona, World of Discoveries di Oporto, Memórias da História de Torres Novas etc. ).

È autore di numerosi libri e saggi nell'ambito della Storia della musica, della Storia della danza e dell'Etnomusicologia.

Tra i suoi volumi: *Voci, ritmi e strumenti del Medioevo*; *Musica e società del Rinascimento*; *Il Barocco: musica e società*; *Vecchi balli per violino di aerea lombarda*; *La danza nella scuola dell'obbligo* (ed. portoghese *A dança no ensino obrigatorio*); *Danzare a scuola* (ed. portoghese *Dançar na escola*), *Le danze di Juzep da' Rous, violinista della Val Varaita*; *L'Altro Violino*; *Il Medioevo. I luoghi, i protagonisti, la scrittura e le immagini*.

Ha partecipato a numerosi convegni internazionali ed è stato docente presso la Facoltà di Musicologia dell'Università di Cremona - Pavia.

Nel giugno 2019 ha ricevuto dal Rotay Club il PREMIO PROFESSIONALITÀ con la seguente motivazione:

«... e nel 2023 l'attestato di ringraziamento dall'A.N.P.I di San Giorgio su Legnano con la motivazione: «Maurizio Padovan, con la sua musica, ridestato le coscienze su fatti storici del XX secolo»

«... segno di stima per il qualificato contributo profuso nel mantenere vivi, attraverso la musica, i fondamenti della nostra Costituzione: pace, libertà, democrazia, antifascismo, solidarietà»



Maurizio Padovan  
accademia.viscontea@tiscali.it  
335.1804764

info: Ufficio Cultura e Sport

tel. 0248418255/252

e-mail. uffcultura@comune.trezzano-sul-naviglio.mi.it

Musica, arte e sani consigli



Comune di Trezzano sul Naviglio



Concerto multimediale



# DE MIA FARINA FO LE ME LASAGNE

*Alimenti e benessere nella medicina medievale*



Musicista/relatore: *Maurizio Padovan*

15 aprile 2024, ore 14.30

Centro Socio Culturale

Via Manzoni 10/1  
Trezzano sul Naviglio (MI)