

**PROGETTO IMPELAGHIAMOCI**

# **Allegato 07**

**Formazione docenti- lineeguida**



Comune di Sassari  
Settore Ambiente e verde pubblico



MINISTERO DELL'AMBIENTE  
E DELLA SICUREZZA ENERGETICA





**PROGETTO IMPELAGHIAMOCI**

# **Vademecum per l'escursione di Whale Watching nel Golfo dell'Asinara**





## **Benvenuti nel Golfo dell'Asinara: un santuario di biodiversità.**

Questa uscita rappresenta l'ultimo modulo del percorso di formazione del progetto *"Impelaghamoci"*, promosso dal **Comune di Sassari** con il supporto finanziario del **Bando Pelagos** del **Ministero dell'Ambiente e della Sicurezza Energetica**, in collaborazione con **MEDSEA Foundation**.

Navigheremo in un'area di straordinaria bellezza e valore ecologico: il **Golfo dell'Asinara**, cuore pulsante del nord-ovest della Sardegna, e del Santuario Pelagos, dove il blu del mare incontra i profili selvaggi dell'isola omonima.

Durante la nostra uscita, ci spingeremo non troppo lontano dalla costa, alla ricerca delle famose pinne che tagliano l'acqua: quelle del tursiope, il delfino costiero per eccellenza. Questi animali sociali e curiosi frequentano spesso queste acque, dove si muovono tra banchi di pesci e secche marine, ma mai a orari fissi o secondo i nostri programmi.

Nel Golfo è possibile avvistare anche **balenottere comuni**, **stenelle striate**, **tartarughe marine** e **numerosi uccelli pelagici**, ma è fondamentale ricordare che ogni incontro con la fauna marina **è un regalo, non una garanzia**. La natura non lavora su prenotazione: anche se ci sono aree e periodi in cui gli avvistamenti sono più probabili, **non esiste mai la certezza al 100%**. Il nostro approccio è quello del **rispetto e dell'attesa**, osservando il mare con **pazienza e attenzione**, pronti ad emozionarci anche solo per un soffio lontano o un salto improvviso. Questa è l'essenza del **whale watching etico**: lasciare che sia il mare a decidere cosa donarci, accogliere l'esperienza per quella che è, e tornare sempre a riva con qualcosa in più... anche se non sempre visibile a occhio nudo.

## **Chi vi accompagna: Laura Pintore (WWF Italia) e Futurismo Asinara**

La nostra uscita in mare è organizzata in collaborazione con **Futurismo Asinara**, una realtà locale nata con l'obiettivo di far conoscere e vivere il Parco Nazionale dell'Asinara in modo responsabile, emozionante e rispettoso della natura, ottenendo la certificazione **High Quality Whale-Watching®**, il label di qualità adottato dal Santuario Pelagos e da ACCOBAMS.

Ad accompagnarvi ci sarà **Laura Pintore**, naturalista ed etologa, esperta certificata in conservazione marina e cetacei, operatrice autorizzata per il whale watching nel Santuario Pelagos. Collabora dal 2017 con il WWF Italia, dove si occupa della tutela dei cetacei, promuove attività di ricerca e sensibilizzazione, e dirige il programma "Professione Whale Watching" per la formazione di guide marine.





## Luogo di ritrovo

Il punto di incontro è presso il Porticciolo turistico di Stintino.

👉 [clicca qui per vedere la posizione su Google Maps](#)



## Parcheggio

All'interno del porticciolo privato è disponibile un parcheggio per i partecipanti.



## Orario di partenza e di rientro

La partenza è prevista per le ore **9:00**, quindi ti chiediamo di arrivare almeno **20 minuti** prima per accoglienza, briefing e imbarco. L'esperienza è prevista concludersi entro le ore **13:00**.

In caso di maltempo, verrà attivata automaticamente la data alternativa già comunicata a ciascun gruppo in fase di iscrizione tramite il form.



## Cosa portare con te:

- **Zaino piccolo o borsa impermeabile** - Per tenere tutto l'indispensabile a portata di mano e al sicuro dagli schizzi d'acqua o da un po' di salsedine. Meglio se morbido e maneggevole.
- **Acqua** - Fondamentale per restare idratati! Porta con te una borraccia riutilizzabile, meglio se in metallo o vetro, per ridurre l'uso di plastica monouso.
- **Snack leggeri** - Qualcosa di semplice ma energizzante, come frutta secca, barrette, cracker o frutta fresca. Evita cibi troppo salati o pesanti.
- **Crema solare eco-friendly** - il sole riflesso sull'acqua è potente: una crema adatta alla pelle e all'ambiente marino è la scelta migliore per proteggere te e l'ecosistema.
- **Occhiali da sole con laccetto** - Per proteggere gli occhi dai riflessi e non rischiare di perderli in mare. Il laccetto è piccolo ma salvavita!
- **Binocolo o macchina fotografica** - Facoltativi, ma perfetti per gli appassionati di fauna marina, birdwatching e fotografia naturalistica. Ricorda: prima vivi il momento, poi scatta.
- **Medicinali personali** - Porta con te tutto ciò di cui potresti avere bisogno, inclusi eventuali rimedi contro il mal di mare (vedi sezione dedicata).





## Come vestirsi

Il mare è imprevedibile: si parte con il sole e si torna col vento. Per questo è sempre meglio vestirsi **a strati**, con capi pratici e ad asciugatura rapida:

- **T-shirt tecnica o traspirante** – per restare freschi e asciutti
- **Felpa o pile leggero** – il vento può far abbassare la temperatura anche a maggio
- **Giacca a vento o k-way impermeabile** – meglio se compatta e antivento
- **Pantaloni comodi** – evita jeans e tessuti che trattengono l'umidità; perfetti quelli sportivi o da trekking leggeri
- **Cappellino con visiera o berretto** – utile contro sole e vento, anche nelle giornate più miti
- **Calzini tecnici o antiscivolo** – a bordo faranno togliere le scarpe, quindi meglio averne un paio traspirante e a rapida asciugatura



## Mal di mare? Meglio prevenire che curare

Il mare è meraviglioso, ma può mettere alla prova anche gli stomaci più forti. Se sai di essere sensibile, o anche solo per precauzione:

- **Assumi un antinausea** almeno **30-60 minuti** prima della partenza (chiedi in farmacia quello più adatto a te)
- **Evita caffè, latte e cibi pesanti** prima di salire a bordo
- Durante la navigazione, **fissa l'orizzonte**, respira profondamente, non leggere o guardare lo schermo del telefono e **cerca di rilassarti**: spesso basta poco per sentirsi meglio





## Rispetto per l'ambiente

Durante questa esperienza saremo **ospiti del mare**. Il rispetto per l'ambiente marino è parte integrante del nostro viaggio:

- Non lasciare alcun rifiuto a bordo o in acqua: plastica, fazzoletti, mozziconi e anche il cibo organico **non devono finire in mare**;
- Evita urla, musica o movimenti bruschi durante gli avvistamenti: **gli animali si osservano con discrezione**;
- Segui sempre le indicazioni della guida e dello staff: ogni comportamento è pensato per la **tua sicurezza e quella dell'ambiente**



## Consigli per avvistare meglio

- **Ascolta e osserva con attenzione**: spesso i delfini e le balene si annunciano con un soffio, uno spruzzo o un movimento in lontananza
- **Guarda a 360°**: non restare fisso in una direzione, gli animali possono apparire ovunque intorno alla barca
- **Fotografa con rispetto**: se vuoi immortalare l'incontro, fallo senza fretta. Prima **assapora il momento**, poi scatta

## Ultimi consigli prima di mollare gli ormeggi

- **Sii puntuale**: le uscite seguono i ritmi del mare e del meteo. Il nostro orologio sarà la natura
- Porta con te un po' di **pazienza, apertura e curiosità**: anche senza avvistamenti, il mare ha sempre qualcosa da insegnarci
- Infine... **lasciati stupire**. Il mare è vivo, imprevedibile e autentico: l'incontro più emozionante è spesso quello che non ti aspettavi