

## Saper pescare è bello...

*Sì, ma solo quanto basta!*

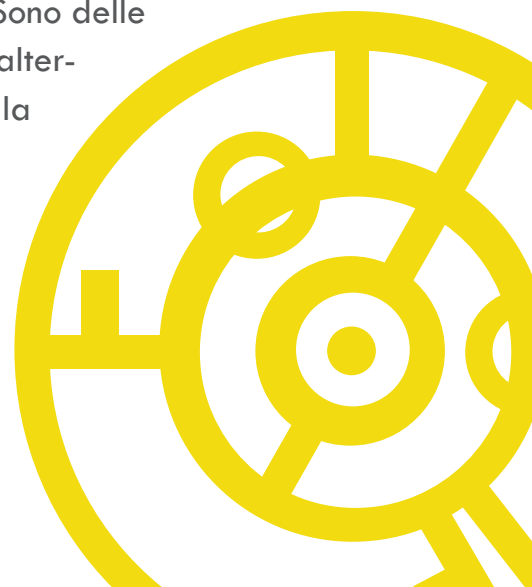


Si intitola Saper pescare il libro realizzato a conclusione del progetto C.A.R.P.A di [A.D.A. Nazionale](#) e [ARCI PESCA FISA](#) che ha coinvolto per quasi un anno circa 300 anziani. Ne abbiamo parlato con uno degli autori **Giovanni Del Savio**, Presidente di [A.D.A. Lazio](#).

**Come è stata l'esperienza che ha portato alla pubblicazione del volume? Quali sono i suoi contenuti?**

È stata un'esperienza molto positiva che ha coinvolto tante persone estremamente volenterose e il libro è proprio il risultato della fruttuosa collaborazione tra le due Associazioni che hanno partecipato.

Si divide in 5 sezioni. La prima riguarda l'ambiente acquatico e più precisamente la distinzione tra acqua dolce e acqua salata, anche l'atmosfera influenza molto le acque, pensiamo solamente alle piogge acide. La seconda e la terza parte sono le più tecniche perché si soffermano sulle diverse attrezzature e i diversi tipi di pesce esistenti, distinti tra quelli di acqua dolce e salata. Io, in particolare ho curato la quarta parte che riguarda la cura e la prevenzione di alcune malattie attraverso i prodotti ricavati dal pesce. Ad esempio ho analizzato gli omega 3 e 6, contenuti anche nei semi di lino, ottimi per ridurre, e addirittura debellare i danni derivati dal colesterolo che influiscono negativamente su tutto il sistema circolatorio. Ho illustrato inoltre i benefici di un prodotto poco usato che invece sarebbe bene che la gente conoscesse: la cartilagine di squalo. Questa contiene un fattore, l'antiangiogenesi, che elimina o previene la formazione di vasi sanguigni che irrorano i tumori. Sono delle compresse consigliate da chi ha esperienza di medicina alternativa; una cura di due mesi durante un anno può aiutare la prevenzione di alcuni tumori. In generale comunque il pesce fa bene: se riuscissimo a mangiarlo due o tre volte a settimana avremmo la salute più controllata. Proprio per questo l'ultima parte del libro, quella senz'altro più ludica, è dedicata alle ricette a base di pesce. Certo, è anche vero che spesso e volentieri i pesci con-



tengono metalli pesanti a causa principalmente di fattori inquinanti. Per questo il consiglio è quello di controllare la provenienza e di privilegiare i mari italiani. Credo sia una questione culturale, se consideriamo Paesi come la Cina e gli Stati Uniti, che non hanno firmato il [Protocollo di Kyoto](#), è possibile che scarichino di tutto in mare.

Nel libro ho analizzato anche i comportamenti che prevengono alcuni malanni legati alle attività dei pescatori, ad esempio come difendersi dai colpi di sole e l'utilizzo di maglioni di lana al posto di abiti sintetici e le cose da fare in caso di primo soccorso.

**Il libro è la conclusione del progetto C.A.R.P.A. iniziato nel gennaio 2007. Che tipo di sviluppo ha avuto? E che bilancio ne avete tratto?**

Il progetto, rivolto alle persone anziane, si proponeva di migliorare la loro conoscenza dell'ambiente e contemporaneamente di fornire cognizioni di base della pesca sportiva, praticata nel rispetto della natura. L'obiettivo è stato anche quello di formare gli anziani come educatori ambientali in grado di trasmettere ai giovani il sapere acquisito. Sono state coinvolte in tutto 7 Regioni – Lombardia, Liguria, Emilia Romagna, Marche, Lazio, Campania, Calabria e 11 province da nord a sud, con ore di lezione in aula e ore fuori per praticare la pesca sportiva. La struttura del corso era uguale per tutte le città, poi ogni territorio si è organizzato indipendentemente con diverse varianti, ad esempio a Genova hanno fatto una visita all'acquario, altrove hanno visitato anche i centri di produzione del pesce.

Alla fine tutti i partecipanti hanno fatto una gara di pesca e ad ognuno è stata data in regalo una canna da lancio con il mulinello. Le persone che hanno aderito alla formazione sono i nostri soci, era solo obbligatorio avere più di 60 anni. Gli insegnanti, nel caso del Lazio, sono state le persone che hanno scritto il libro: Francesco Loretucci è uno psicologo esperto di ambiente perchè lavora per l'[Agenzia Nazionale per l'Ambiente](#); Roberto Meloni è un esperto di pesca e Maria Giovanna Villa è un'abile cuoca per hobby.

Uno degli aspetti più significativi di questa esperienza sono state le relazioni e lo scambio di nozioni, tipo la trasmissione di usi e costumi, avuti durante gli incontri formativi. Ad esempio in Liguria gli anziani hanno riportato alla memoria un'usanza dei tempi passati, ormai in disuso, quando la sera sparava il cannone che indicava il divieto di circolare nel porto fino alla mattina successiva.

E' emerso inoltre quanto gli anziani rispettino la natura e l'ambiente. Infatti al di là del fatto di non sporcare, loro, per così dire, prendono dalla natura solo quello che gli serve, evitando sprechi inutili. Ad esempio se una persona ha 50 figli deve pescare 50 pesci, ma se ne ha solo 1 ne pesca solo 1. Per questo ad esempio, molti partecipanti al corso hanno chiesto di imparare a togliere l'amo

dal pesce senza ferirlo mortalmente per poi rigettarlo nel fiume.

Si tratta di un concetto legato all'ambito contadino che poco si trova nella cultura radicata nelle grandi città. E' stato un insegnamento molto bello per tutti noi.

### **300 anziani coinvolti in sette Regioni d'Italia. Che differenze avete notato e che similitudini, negli obiettivi e nel modo di operare?**

Una differenza sostanziale sta nel fatto che Rimini, Ancona, Genova e anche Reggio Calabria hanno sicuramente pescato in acque salate, mentre nel Lazio abbiamo pescato in acqua dolce precisamente lungo l'Aniene. Siamo stati vicino a Tivoli in un ambiente molto pulito dove i docenti hanno illustrato i vari tipi di pesca da fiume e poi per la pesca pratica siamo andati al laghetto. Ci piacerebbe, in futuro, fare anche un confronto sulle diverse esperienze dipese dai vari territori nei quali si è svolta l'attività. Un collega del nord, per fare un esempio, mi parlava dell'imbastardimento del Po. Il fiume ha diminuito tanto la sua portata ed il mare, essendo più prepotente, si è inoltrato talmente tanto all'interno del fiume, che ora si trova acqua salmastra fino a 40 km dalla foce. Questo comporta un cambiamento sia della flora che della fauna, ma la cosa molto più grave è che non si possono più irrigare i campi con un grosso contraccolpo per l'agricoltura.

Sarebbe bello che queste esperienze fossero tramandate dai nostri anziani ai propri nipoti, ma sono sicuro che qualcuno lo ha già fatto raccontando in famiglia l'esperienza della pesca.

### **Come è stata la collaborazione fra A.D.A. e ARCI PESCA?**

La collaborazione è stata ottima. Abbiamo avuto un'assistente molto valida Liana Conti che è stata la nostra coordinatrice, il punto di forza e di raccordo fra le due associazioni. Ci tengo a sottolineare la sua importanza perché a lei va la maggior parte del merito per la riuscita del progetto. Un ruolo fondamentale lo ha svolto il Dott. Antonio Tiberi responsabile nazionale dell'ARCI PESCA che ha avuto l'arduo compito di controllare e gestire le risorse economiche del progetto. Ognuna delle due Associazioni ha portato avanti il compito che aveva da progetto e insieme siamo riusciti ad ottenere quello che volevamo. Diciamo che è stata una partecipazione reciproca, la nostra esperienza organizzativa mescolata alla loro e la nostra esperienza pratica unita alle loro conoscenze concrete.

### **Le sfide future di A.D.A. Lazio. Che programmi prevedete?**

Stiamo programmando delle attività belle e importanti. Abbiamo appena finito una collaborazione con [Auser](#) e [Anteas](#) e la [Regione Lazio](#) per la stesura

di un progetto sull'Alzheimer. Aspettiamo notizie per poter operare.

Un'altra sfida che la nostra associazione si è posta riguarda il paesino di Gerano vicino Roma, nei pressi di Subiaco, un posto importante perché ci fanno la più antica infiorata d'Italia. In particolare ci concentreremo sull'ambiente di Gerano. E' un territorio con tantissimi boschi soprattutto di castagni e cerri e molti abitanti anziani del posto facevano i carbonai. Infatti la maggior parte della gente pensa che il carbone si trovi soltanto nel sottosuolo, invece il carbone si produce: esistono le carbonaie. C'è una tecnica particolare attraverso la quale si accatasta la legna, la si ricopre di terra lasciando un pertugio alla sommità e un pertugio alla base. Dal pertugio alla base si accende il fuoco e tramite una lenta combustione, dopo alcuni giorni, si ha il carbone.

Si tratta di un progetto di diffusione di metodi poco conosciuti, ci siamo accorti che i bambini, e non solo loro, queste cose non le conoscono. Si prevedono delle escursioni nei boschi di questo territorio aperte non solo ad anziani e bambini, ma anche ai portatori di handicap. Accanto alle escursioni c'è l'intento di diffondere la conoscenza delle piante e anche di ciò che gli ruota intorno, ad esempio di come nutrirsi di alcune radici o bacche. Al momento stiamo redigendo il progetto, coinvolgendo le autorità interessate di tutti i paesi che circondano il bosco.

Un altro argomento che mi sta molto a cuore e che riguarderà le nostre attività future è la prevenzione. Stiamo organizzando degli incontri sulla prevenzione del tumore al colon nelle persone anziane, momenti in cui proietteremo delle diapositive e soprattutto distribuiremo l'opuscolo realizzato a questo proposito, in collaborazione con ALSI, [ANMIC Roma](#) e [SPES](#).

