l'informatore

Anno XXXIX numero 228

Gennaio Febbraio 2023

Bimestrale di informazione a cura del
Gruppo di Animazione Lesionati Midollari ODV
aderente alla F.A.I.P. Federazione Associazioni Italiane Paratetraplegici

"Poste Italiane spa-spedizione in abb.post. 70% dcb VR"

EDITORIALE

Altruismo: sacrificare qualcosa di proprio a favore degli altri

SALUTE

Ulcere da pressione la prevenzione e la cura

DIRITTI

Salute e disabilità, un incontro possibile

VIAGGI

Diario di viaggio: "Costa atlantica francese" in camper

Fashion & style
to colour your life

OFFCARR srl Via dell'Artigianato II 29
35010 Villa del Conte - Padova (Italy)
T +39 049 9325733 F +39 049 9325734
commerciale@offcarr.com **www.offcarr.com**

l'informatore 228

in questo numero

04 EDITORIALE
Altruismo: sacrificare qualcosa di proprio

06 ATTUALITÀ
Incontro con quattro associazioni veronesi

08 SALUTE
Ulcere da pressione: la prevenzione e la cura

12 DIRITTI
Salute e disabilità, un incontro possibile

14 LAVORO
Disabilità, lavoro e indipendenza... è possibile?

16 PARI OPPORTUNITÀ
Me lo devi far vedere... che sei disabile!!!

17 PARI OPPORTUNITÀ
Agenzia per badanti

18 VIAGGI
Diario di viaggio:"Costa atlantica francese" in camper

23 SPORT
Mondiale da ricordare per Brunelli e Crosara

24 MOBILITÀ
L'auto (si, viaggiare)

26 VITA ASSOCIATIVA
Visto per voi

27 VITA ASSOCIATIVA
Notizie dal G.A.L.M.

G.A.L.M. ODV

Bimestrale fondato da
Eugenio Marchesini

editore ODV GALM

aderente alla FAIP

Direttore Editoriale: Giuseppe Stefanoni
Direttore Responsabile: Danilo Castellarin
Redazione: via delle Betulle 5
Pedemonte (Vr)
IBAN: IT 79 H 02008 59580 000004561324
C.C.P. n° 65084055
Telefono e Fax 045 9251241
Cod. Fisc. e p. Iva 02664540230
mail info@galm.it
posta certificata info@pec.galm.it
web www.galm.it
Servizio Segreteria e Consulenza:
via delle Betulle 5 Pedemonte (Vr)
Telefono e Fax 0459251241
apertura: lunedì e venerdì
dalle ore 15.30 alle ore 17.30
mercoledì dalle ore 9.30 alle ore 11.30
Comitato Editoriale:
Paola Barollo, Danilo Castellarin,
Gabriella Fermanti, Valeria Ghidoli,
Aldo Orlandi, Valeria Sani,
Giuseppe Stefanoni, Franco Vincenzi
Progetto grafico: Luca Padovani
Revisione testi: Valeria Sani
Stampa: "Grafiche Marchesini srl"
Angiari (Vr)
Iscrizione al Tribunale di Verona:
n° 1837 del 24/7/09
Foto di copertina: Valentina Spagnol

HAI BISOGNO DI QUALCOSA? HAI QUALCHE PROBLEMA?

Chiama in associazione, oppure manda una e-mail.
Ti daremo sicuramente una risposta

Siamo presenti in sede : lunedì e venerdì dalle ore 15.30 alle ore 17.30
mercoledì dalle ore 9.30 alle ore 11.30
tel. 0459251241 mail: info@galm.it

ALTRUISMO

di **Monica Sani**
(psicologa - psicoterapeuta)

Cari Lettori, prosegue la serie dedicata ai sentimenti, o anche, in questa disamina che non a caso segue "Amore" e "Amicizia", ai fenomeni che da queste emozioni discendono. La psicologa che ha iniziato il percorso con noi si sofferma su un argomento apparentemente facile da nominare, ma, come vedremo, non altrettanto facile da capire, aperto a varie letture e percorso da sottili sfumature. Entrerà nel merito della grande famiglia del volontariato, della vicinanza empatica ma anche fattiva, del farsi prossimo. Parlerà, come sempre, di noi. Chi ha orecchie per intendere... ascolti.

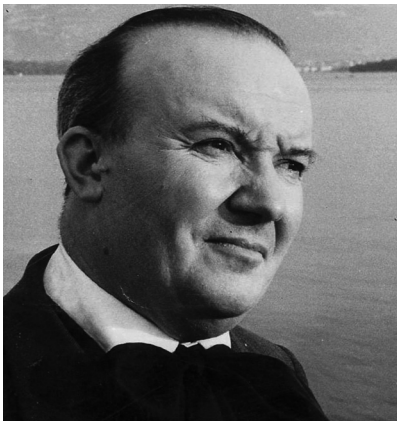
Perché si aiutano gli altri quando si trovano in situazioni di difficoltà? Quali sono le motivazioni che ci spingono a fare qualcosa per i nostri simili? L'empatia sembra avere un ruolo fondamentale, così come la sfera intima degli affetti oltre alla nostra istintiva capacità di prenderci cura dei nostri simili che, come abbiamo visto, è dettata dall'innata spinta evolutiva, volta alla conservazione della specie. La cura degli altri è influenzata dalle naturali caratteristiche di stabilità della personalità (stima e soddisfazione di sé, competenze morali, stabilità interna, non aver bisogno di ricevere approvazione dagli altri, umore positivo) insieme alla capacità di mettersi nei panni degli altri e alla disponibilità a impiegare del tempo in modo oblativo e non solo egoistico. Esistono anche comportamenti falsamente altruistici (donare cose che non servono più, aspettarsi che i gesti che compiamo garantiscano approvazione o garanzia per future richieste o ricompense), azioni che non si chiudono con un gesto generoso e gratuito ma sono dettati da un'aspettativa di scambio futuro, in pratica dettati da egoismo. Per molto tempo filosofi e umanisti hanno discusso se, nelle relazioni sociali, l'altruismo fosse dettato da secondi fini occulti (placare il senso di colpa, evidenziarsi nelle migliori competenze umane, ottenendo così vantaggi secondari, garantirsi la gratitudine per eventuali necessità di appoggio nel futuro) e se fosse possibile solo a patto che i costi non dovessero mai superare i benefici, considerando che alla base dei comportamenti altruistici ci potesse essere principalmente una valutazione, una scelta di convenienza. Come giustificare, allora, quei gesti eroici, spesso irrazionali, dove gli uomini mettono in pericolo anche la propria vita pur di salvare quella degli altri? Come classificare chi, per il bene comune, sacrifica il suo tempo, investe denaro a favore dell'umanità? E che dire di tutti quelli che aggiungono risorse personali ben oltre il loro dovere nel lavoro, semplicemente per aiutare le persone fragili o in difficoltà a star meglio, a raggiungere i loro scopi? Le speculazioni filosofiche hanno portato a distinguere tra *motivazioni* altruistiche (che possono essere sostenute da diversi fattori alcuni esclusivamente altruistici e altri sorretti da sottostanti correnti egoistiche con un ritorno vantaggioso per se stessi) e *atti* altruistici dettati da decisioni improvvise, in risposta a situazioni contingenti, dedicate esclusivamente a favore degli altri quando sono in pericolo o in condizione di fragilità. La verità, e gli studi recenti lo confermano, è che l'altruismo "*puro*", disinteressato, senza aspettarsi nulla in cambio, esiste. Molto spesso l'impiego di energie e mezzi per procurare benessere o sollievo agli altri ha il potere di regalare ben-essere e sollievo a chi dona qualcosa (tempo, denaro, energie, professionalità o umanità che sia) agli altri. Le condotte volte alla realizzazione del bene altrui comporterebbero, quindi, ricompense sia a favore di chi dona sia a favore di chi riceve. Alcuni autori hanno individuato persone con particolari doti di bontà, empatia e generosità definite "natural-helper", che in diverse situazioni agiscono in favore degli altri senza altri scopi.

Di che cosa si compone, quindi, l'altruismo? In parte è dovuto, come detto, a qualità personali come la capacità di empatizzare con le fragilità umane, l'attenzione ai bisogni altrui, la preoccupazione per il benessere e la cura degli altri e l'intenzione di agire in modo disinteressato per il bene comune o a sostegno di persone svantaggiate. Inoltre è anche frutto dell'educazione a sacrificare qualcosa di proprio a favore degli altri, dell'attitudine a seguire norme morali ed etiche sociali, con senso di responsabilità interna e del dovere. L'altruista, in sostanza, è disinteressato, è responsabile, si assume la conseguenza delle sue azioni, è libero di interessarsi e prendersi cura degli altri a costo di sacrifici personali. E' spinto da una motivazione sincera e ha soddisfazione nel mettere gli interessi dell'altro prima dei propri, talora per il bene comune, talora per aiutare chi è bisognoso (anziani, bambini, ammalati o con difficoltà economiche), senza aspettarsi di essere

ricambiato. Chi ha compassione per le difficoltà degli altri, chi empaticamente s'immedesima nel vedere la sofferenza dei simili, è mosso da una motivazione interna che lo porta ad aiutare e ad agire in modo altruistico, nonostante i costi personali. Esistono comunque delle differenze, nell'ambito delle azioni altruistiche, che si dividono in "universali" e "reciproche". Per altruismo universale s'intende un comportamento dettato da senso morale, etico e religioso che spinge a prendersi cura degli altri; gli altruisti reciproci invece sono coloro che tendono a sacrificarsi per cerchie ristrette di persone, di solito le più vicine, da cui quasi sempre si aspettano di essere ricambiati. A volte l'altruismo diventa contagioso e per semplice imitazione le persone di un gruppo imparano a essere generose e oblative dai gesti degli altri, perché aiutare gli altri dona benessere, muove sentimenti positivi profondi di autostima e sicurezza e ci fa sentire vicini, parte integrante, del genere umano, donando gioia e senso di appartenenza. I bambini, in particolare sono molto sensibili e assorbono dal mondo degli adulti o dei pari a essere generosi con gli altri, perché in ogni persona vi è un'energia vitale interna che spinge a preoccuparci e a salvaguardare la sicurezza e il benessere dei nostri simili e che orienta e motiva il comportamento sociale e la resilienza. Quando dedichiamo attenzioni e tempo ad un nostro simile, e lo facciamo stare bene, a sua volta egli imparerà ad aiutare gli altri. Aiutando gli altri si implementano le proprie capacità, l'autonomia personale, la capacità di affrontare la vita e la realizzazione costruttiva della propria personalità, portandoci a valorizzare le nostre risorse e a migliorare la relazione con noi stessi. Gli atteggiamenti e i fattori personali di chi è in grado di aiutare gli altri sono capacità individuali che possono essere sviluppate e trasmesse come competenze interpersonali; per questo i gruppi di volontari che aiutano persone malate, in difficoltà economiche o sociali si sostengono e sono in grado di coinvolgere, a loro volta, altri volontari particolarmente sensibili e disponibili a entrare in sintonia empatica con i bisogni degli altri, impegnandosi con comportamenti altruistici.

Più felice dei felici è colui che può far la gente felice (Alexandre Dumas)

La felicità non è altro che la gioia di veder felici gli altri (George Byron)



Costruite la felicità degli altri. Il domani avrà il vostro viso. Il mondo sta diventando disumano: siate uomini (Raoul Follerau)

INCONTRO CON QUATTRO ASSOCIAZIONI VERONESI SUL TEMA DELLA DISABILITÀ

di **Aldo Orlandi**

Irene Valente, consigliere comunale di Zevio nonché volontaria di ANIOC - in collaborazione con l'assessorato ai servizi sociali del Comune di Zevio e la supervisione di Adelino Fasoli- ha organizzato un incontro con quattro associazioni veronesi sul tema della disabilità in occasione della "Giornata internazionale delle persone con disabilità", per venerdì 2 dicembre alle 20,45 presso la sala civica del Municipio, moderatore della serata Massimo Coserini.

Purtroppo l'influenza stagionale ha dimezzato la presenza delle associazioni, delle quattro previste soltanto Karma on the road e Odv Galm hanno avuto modo di intervenire. Dopo il benvenuto di Irene e l'introduzione di Massimo è il momento di Karma on the Road, associazione fondata da Luca e Giulia. Perché? Presto detto.

Il 4 agosto 2016 Luca a bordo della sua moto viene investito da un'auto, riporta gravi ferite, e purtroppo le cure non vanno come sperato. Nel 2019 i medici decidono per l'amputazione della gamba sinistra sotto il ginocchio, ma Luca non si perde d'animo: spalleggiato dalla morosa Giulia vuole tornare alla moto, ha quindi modo nel frattempo di vivere di persona il problema degli ausili, delle difficoltà ad ottenerli, di assistere allo spreco di protesi dismesse ed abbandonate, per quanto ancora fruibili. Nel 2020 nasce così l'idea di una raccolta fondi per inviare protesi usate in Africa attraverso l'organizzazione inglese Legs4Africa, abbinandola ad un motoviaggio solidale da Verona a Dakar. Purtroppo Luca e Giulia non arrivano a Dakar, alla frontiera sud del Marocco vengono bloccati per l'imperversare del Covid e rientrano a Verona. Ma la raccolta fondi va comunque a buon fine e con il ricavato Legs4Africa spedisce ben 200 protesi usate in Africa.

Nel 2021 Luca e Giulia ci riprovano, vogliono raccogliere personalmente le protesi da inviare in Africa e partono per un giro per l'Italia, Luca in bicicletta e Giulia a seguito in camper. Percorrono 3500 km in 10 settimane riuscendo a ritirare presso privati altre 140 protesi, che prendono anch'esse la via dell'Africa sempre tramite Legs4Africa. Nuovi progetti? Vedremo cosa scaturirà dalle vulcaniche menti di Luca e Giulia… Massimo introduce poi l'associazione Galm ed è la volta di Aldo, che parla del suo incidente sportivo a luglio del 2006 sull'Alpe d'Huez, la conseguente lesione midollare, il ricovero in ospedale prima a Grenoble poi a Negrar per un totale di nove mesi tra il coma iniziale e la riabilitazione.

Aldo racconta del ritorno a casa, interviene anche Cristina, insieme ricordano le difficoltà lavorative, il difficile rientro nel tessuto sociale da carrozzato. E poi l'incontro con il Galm, gancio per ritrovarsi con persone che han già vissuto i tuoi problemi, inesauribile fonte di consigli su come poter gestire le difficoltà quotidiane, specchio in cui vedersi persone prima che DISABILI. Il percorso detto così pare veloce, facile, a termine. Vi assicuriamo invece che non lo è.

Ma una volta assimilato, ti fa sentire in obbligo di metterti a disposizione di chi a sua volta vive l'angoscia di una lesione midollare, e vede il tunnel buio senza una luce in fondo. C'è molto da lavorare -per chi vuole ed ha coraggio- in ambito associativo: difendere i diritti acquisiti sugli ausili, sostenere l'eterna lotta sull'abbattimento delle barriere architettoniche, confrontarsi con le società scientifiche ricordando il motto "Nulla su di noi senza di noi", seguire l'evoluzione della ricerca sulla riparazione del midollo spinale, intraprendere o sostenere raccolte fondi per finanziarla… Il pubblico ha seguito attentamente ponendo domande pertinenti ed esprimendo un plauso ai relatori per il messaggio positivo trasmesso sulla disabilità, che è apparsa realtà fatta non di persone che si piangono addosso, piegate dalle circostanze avverse, ma di persone che ad esse hanno reagito con determinazione ed una grande voglia di vivere.

A seguire, dopo l'incontro del 3 dicembre raccontato da Orlandi, alla presentazione della Melegatti Christmas Run di domenica 18 dicembre, è stata diffusa a mezzo stampa l'iniziativa per la quale -un soldino ogni chilometro- alla fine dei 5 o 10 della corsa, i previsti 4 mila «babbi» avranno riempito la sacca solidale con la quale la Gaac 2007 Veronamarathon (organizzatrice), aiuterà RoadRunnerHeart a fornire una protesi ad un runner (uomo o donna) amputato. Si correrà per divertimento e per solidarietà, con il 'patrocinio' dell'assessore alle politiche sociali e abitative Luisa Ceni e di Stefano Stanzial, presidente della Veronamarathon, per dare un nuovo impulso a ragazzi amputati che vogliano aderire, e creare una squadra che possa partecipare a manifestazioni sportive. Tramite la Fondazione Bentegodi, il delegato provinciale Cip Rolando Fortini e il presidente veneto Ruggero Vilnai hanno intenzione di intraprendere un percorso, fine ultimo scegliere a chi donare la prima protesi. Assist raccolto anche da Agsm Aim, il cui responsabile marketing Mattia Galbero ha dichiarato che la sua Azienda parteciperà «con l'orgoglio di vedere la città in una veste diversa, gioiosa e attenta ai temi della solidarietà grazie alla partnership con Veronamarathon, che ci ha aiutati a intraprendere un percorso a sfondo solidale, l'impegno verso ragazzi amputati è una marcia in più». (ndr)

SEMPLICEMENTE SE STESSI 2022

Incontro con gli atleti del Comitato Paralimpico del Veneto

di **Valentina Moro**

Sembra a volte scontato dire che la vita riserva molte sorprese, ma è proprio il pensiero che viene quando si ascoltano le storie di certe persone, quelle che hanno saputo affrontare eventi inattesi, che hanno completamente trasformato la loro vita e che hanno saputo trovare un senso profondo alla loro esperienza. Allora si capisce che essere "semplicemente se stessi" non è affatto facile, non è un dato di fatto, scontato e definitivo, ma è il risultato di un percorso, a volte pieno di ostacoli, che ci porta a guardarci dentro, con onestà e profondità, fino a capire cosa effettivamente desideriamo, cosa ci fa star bene, cosa ci realizza davvero. Forse non è nemmeno un risultato, ma un lavoro continuo che apre sempre a traguardi successivi.

Questo è quello che gli studenti dell'Università di Verona riportano come il messaggio fondamentale trasmesso nell'incontro che anche quest'anno abbiamo avuto modo di organizzare presso il Dipartimento di Scienze Umane dell'Università cittadina, grazie all'aiuto di Ruggero Vilnai, Presidente del CIP-Veneto e di Saverio Pellegrino, Presidente della Federazione Basket in carrozzina. E che ha visto presenti diverse classi di alcuni licei della città, che hanno arricchito l'ambiente di calore, curiosità e tante domande.

Quest'anno il tema era il basket in carrozzina (negli anni precedenti avevamo dialogato con campioni di atletica, pallavolo, nuoto) e come sempre erano presenti veri "plurimedagliati" campioni: Ahmed Raourahi, della squadra nazionale maschile, Chiara Coltri, capitana della nazionale femminile e Fabio Castellucci, allenatore della nazionale under 22. Le loro storie, riferite con una semplicità quasi disarmante, ma con altrettanta intensità, raccontano di un grande dolore, una svolta definitiva e senza ritorno della loro vita, e della capacità di ricominciare cercando una dimensione nuova, inesplorata, ma non per questo meno autentica.

Lo sport come luogo di realizzazione, come luogo di sfida, ma anche di condivisione. Inizialmente, per alcuni, un modo per uscire di casa e superare la paura di ributtarsi nella "mischia" dopo un incidente e un lungo periodo di ospedale. Poi, un posto dove si possono sperimentare i valori più importanti: porsi dei traguardi, e lavorare sodo per raggiungerli. Capire che non si può fare tutto da soli, e accettare l'aiuto degli altri. Sbagliare e fallire, e cercare la forza per reagire e allenarsi ancora di più. Guardare a chi è più forte, non per invidia ma come modello per migliorarsi. Capire la forza che deriva dall'essere parte di un gruppo, dove il valore di ognuno si sviluppa non come somma delle parti ma in modo esponenziale.

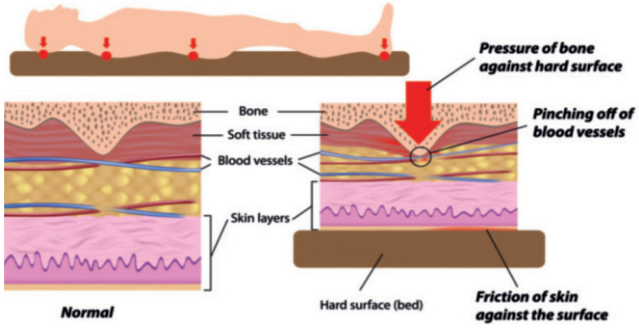
E divertirsi! Sì, perché quella del sano divertimento che deriva dal piacere di "giocare", di andare agli allenamenti, di fare le partite, di organizzarsi con la squadra, di condividere le proprie emozioni…è una dimensione importante del ritrovare sé stessi. A tutte le età, come raccontava Ruggero Vilnai descrivendo le sue prime avventure di basket in carrozzina, seguito poi da diverse altre discipline sportive, per arrivare oggi a partecipare (e vincere) i campionati di bocce…

Le domande dei ragazzi sono state numerose, e hanno spaziato dai dettagli tecnici sulle differenze tra lo sport nella sua versione tradizionale e quello adattato alle necessità dell'uso della carrozzina, fino a questioni più esistenziali, legate alle emozioni e ai vissuti che hanno accompagnato i grandi successi e i momenti più bui. Ognuno ha portato la sua storia, e facendo questo ha aiutato i ragazzi ad illuminare le proprie storie, anch'esse fatte di successi e momenti bui.

L'incontro è stato arricchito dalla proiezione di un breve cortometraggio, *Growing up*, prodotto dalla Olympic Basket Verona e disponibile sui canali youtube della società. Il percorso toccante di un giovane ragazzo che, in seguito ad un incidente, rimane tetraplegico e che, quasi forzato a partecipare ad una squadra di basket, trova nei suoi compagni i modelli e il sostegno per ritrovare la forza che è in lui, e porsi di nuovo di fronte alla vita. Era presente l'attore protagonista, Andrea Arbetti, che è stato generoso a raccontarsi ai suoi coetanei. La prova concreta che lo sport è uno strumento potente per la realizzazione e il benessere di ogni giovane, ma che in situazioni di disabilità può divenire molto di più: una via per riscoprirsi e una fonte di energia per affrontare tutti i doveri quotidiani.

L'evento è disponibile sul canale youtube dell'università di Verona (Semplicemente se stessi 2022, https://www.youtube.com/watch?v=YvgLAXAnsDY&t=545s) dove si possono trovare anche i video delle edizioni precedenti.

ULCERE DA PRESSIONE: LA PREVENZIONE



Si calcola che circa l'80% delle persone con lesione al midollo spinale abbia presentato ulcere da pressione (comunemente dette anche lesioni o piaghe da decubito) almeno una volta nella vita, ed oltre il 30% più di una volta: prevenire le ulcere da pressione è dunque un impegno quotidiano per chi ha subito una lesione midollare.
Si tratta di complicazioni fastidiose e talvolta serie che, oltre ad ostacolare la piena partecipazione alle proprie attività, possono mettere a repentaglio la salute, per non parlare dei costi legati al trattamento e alla degenza ospedaliera.
Fortunatamente più del 90 % delle ulcere da pressione possono essere prevenute con un'attenta cura della propria pelle.

Cosa sono e dove si formano le ulcere da pressione

L'ulcera da pressione è un'area della pelle e del tessuto sottostante che è sofferente o morta a causa del mancato apporto di sangue nel territorio interessato. La causa più comune è rimanere appoggiati per un periodo di tempo prolungato su zone del corpo dove sono presenti sporgenze ossee.

Fattori di rischio

- la ridotta mobilità, che costringe a letto o in carrozzina
- l'umidità, specie in caso di contatto prolungato con feci o urine
- la perdita di sensibilità che non permette di avvertire la presenza di lesioni della pelle come taglietti, abrasioni, piccole ustioni
- la spasticità che può esporre certe zone del corpo a sollecitazioni di pressione o a traumi
- lo sfregamento della cute durante i trasferimenti
- l'obesità o la magrezza eccessive

Gli stadi dell'ulcera da pressione

Il più frequente segno iniziale è la comparsa di un arrossamento della pelle. Normalmente, se si interrompe la compressione della zona interessata, l'arrossamento scompare nel giro di una mezz'ora e la cute si schiarisce. Quando questo non avviene significa che è iniziata una lesione da pressione. Nelle persone di pelle scura la cute può diventare secca, assottigliarsi, sfaldarsi o assumere un colorito cenere.
Un altro indizio sospetto è un'area di pelle più calda del normale o un cambiamento del suo aspetto consueto.
Vi sono 4 stadi della lesione:
1-Il danno è limitato agli strati più superficiali (epidermide e derma). La cute non è interrotta; l'arrossamento non scompare quando lo si preme con un dito.
2-Il danno si estende al tessuto grasso sottostante la cute. La pelle può apparire solo leggermente lesionata, oppure possono comparire un'escoriazione o una vescica.
3-La lesione, oltre a danneggiare la pelle ed il grasso sottocutaneo, si approfondisce coinvolgendo il tessuto muscolare. In questo stadio la lesione superficialmente può apparire nera con la consistenza del cuoio, circondata da una zona di arrossamento dura ed estesa, oppure può aprirsi un cratere profondo dal quale esce materiale sieroso o purulento.
4-Il danno si estende agli strati più profondi fino ad interessare l'osso, spesso si formano tragitti fistolosi dai quali esce pus.

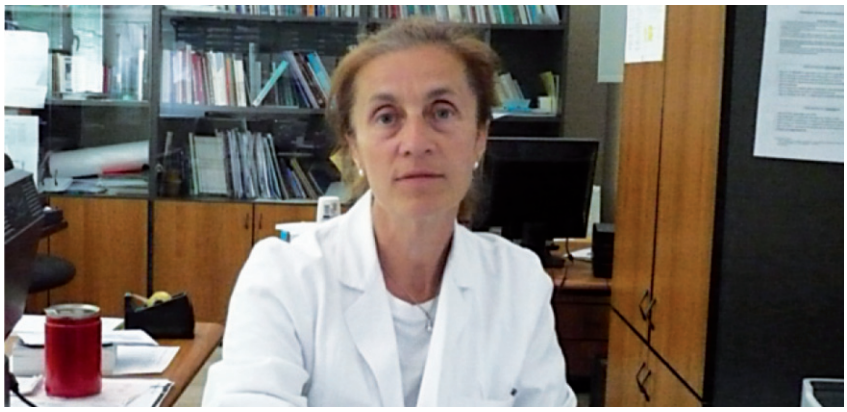
Consigli per la prevenzione

- Controllare la propria pelle due volte al giorno, mattina e sera. Esaminare (o farsi esaminare) con attenzione le zone di cute arrossate o lesionate, soprattutto dove esistono sporgenze ossee. E' necessario conoscere e controllare bene, con l'aiuto di uno specchio, le aree più a rischio cioè le zone ischiatiche (dove il corpo appoggia sul cuscino nella posizione seduta), le zone trocanteriche (le sporgenze dell'osso femorale), il sacro, il solco fra i glutei, i malleoli, il talloni e la pianta del piede.
- Usare presidi (materassi, sedili, cuscini) adeguati e gonfiati al giusto livello. Farsi consigliare per questo dagli operatori dell'Unità Spinale.
- Prestare attenzione alle scarpe, che non siano troppo strette o rigide, ed agli indumenti, che non abbiano cuciture spesse, bottoni o cerniere in zone sottoposte a pressione.
- Cambiare posizione frequentemente per evitare di pesare troppo a lungo sulla stessa zona. In particolare:
-quando si è in carrozzina, alleggerire il carico almeno ogni 15-20 minuti. Nel caso di lesioni a livello C4 o superiore con l'uso una carrozzina basculante, nel caso di lesioni C5-C6, inclinandosi in avanti o da un lato all'altro, nel caso di lesioni da C7 in giù, sollevandosi sulle braccia per una decina di secondi;
-quando si è a letto cambiare posizione almeno ogni 2 ore.
- Tenere la pelle pulita ed asciutta, lavandola ed asciugandola bene, specie in caso di perdita d'urina o feci, e cambiando gli indumenti umidi. Sulla pelle usare di preferenza lozioni invece di preparati in polvere.
- Seguire una dieta bilanciata, evitando eccessi ed alcolici, aiuta a mantenere la pelle in buona salute. Il sovrappeso aumenta evidentemente la compressione, mentre la magrezza accresce il rischio a livello delle sporgenze ossee, per la mancanza del "cuscinetto" adiposo sottocutaneo.
- Proteggere la pelle da traumi durante i trasferimenti e l'attività sportiva, ed in generale nel corso di qualsiasi attività che possa esporla a sfregamento.
- Fare attenzione alle ustioni (termosifoni, borsa dell'acqua calda).

Fonte: Office of Research Services Birmingham, Alabama - US University of Alabama UAB Spain Rehabilitation Center

LA CURA

di **Monica Baiguini**
(neurochirugo in carico allo staff dell'Unità Spinale di Negrar)



Lo scopo del trattamento delle piaghe può essere doppio, cioè può essere finalizzato a favorire la guarigione ove possibile oppure alla preparazione del terreno per una buona riuscita del trattamento chirurgico, quando questo sia ritenuto necessario.
Il trattamento delle lesioni da decubito varia in relazione al loro stadio e alle loro caratteristiche, vi sono però atteggiamenti comuni per la cura di tutti i tipi di piaghe. Il primo accorgimento è ridurre il carico sulle zone danneggiate, quindi il paziente deve evitare di caricare il peso del proprio corpo sulla piaga. Nel paziente già dimesso dall'Ospedale e che trascorre buona parte della giornata in carrozzina le zone più a rischio per le lesioni da pressione sono gli ischi; è quindi necessario ridurre al minimo o meglio ancora abbandonare per qualche giorno l'uso della carrozzina, onde permettere alla pelle danneggiata di recuperare. Ricordiamo che quanto si vede in superficie è generalmente solo la punta dell'iceberg: il danno sottostante è più esteso di quanto sembri, essendo i muscoli e il sottocute più sensibili, rispetto alla pelle, al ridotto apporto di sangue (ischemia) che è alla base delle lesioni da decubito.
La piaga va pulita ad ogni cambio di medicazione (la frequenza dei cambi dipende dal tipo di medicazione) e la pulizia deve essere eseguita dolcemente, utilizzando normale soluzione fisiologica, senza strofinare, ma in modo da eliminare i tessuti morti oltre ai residui della precedente medicazione.
Non devono essere utilizzate soluzioni disinfettanti che possono danneggiare il tessuto che sta ricrescendo. Come regola generale le medicazioni dovrebbero essere lasciate in sede il più possibile, ma se la lesione è umida e tende a bagnare la medicazione, può rendersi necessario il cambio anche due volte al giorno. Inoltre è bene ridurre al minimo l'uso di garze e cerotti che possono a loro volta aver effetto allergizzante o traumatizzante sulla pelle circostante la piaga. Ogni piaga poi va trattata in modo diverso, nel senso che ognuna ha caratteristiche proprie che possono comunque modificarsi nel corso del trattamento; quindi vi è una evoluzione che necessita di cambi terapeutici che vanno e valutati da chi, medico o infermiere, abbia esperienza nel campo.

Lesione di primo stadio

La lesione di primo stadio si ha quando un iniziale arrossamento della cute non scompare alla pressione. Il trattamento va dalla riduzione del "carico" sulla zona all'applicazione DI OSSIDO DI ZINCO, senza bisogno di frizionare. (BABYGELLA). La medicazione andrà ricoperta con un film traspirante come BIOCLUSIVE. Il cambio potrà avvenire anche una volta ogni 3 giorni se non vi saranno infiltrazioni di feci o urina e se non si nota un peggioramento.

Lesione di secondo stadio

In questo caso la pelle è interrotta, vi è un interessamento del tessuto sottostante come un'abrasione o una vescica. Anche per la cura di queste lesioni ci si basa sull'aspetto della piaga.
Se la pelle è secca e fragile si può applicare il BIOCLUSIVE, monitorandone l'evoluzione ai cambi da eseguirsi ogni 3 giorni. Se la pelle è macerata ed essudante si può cercare di ridurne l'umidità utilizzando un prodotto ad effetto barriera tipo il KATOXIN, da spruzzare ogni giorno, Per le lesioni localizzate agli arti viene generalmente utilizzata una garza grassa tipo CONNETTIVINA o JALONET da associare a pomate cicatrizzanti (CITRIZAN). In alternativa alla garza grassa si può usare una idrofibra ad azione cicatrizzante come AQUACEL, medicazione da sostituire ogni 2/3 giorni. Quest'ultima è una medicazione in grado di assorbire i fluidi della ferita e di trasformarsi in un gel che mantiene l'ambiente adatto alla crescita dei tessuti sani. Ne esiste una formulazione con argento (AQUACEL Ag) da utilizzare nel caso di lesioni infette.
Se il fondo della lesione non appare roseo, ma di color giallo o nerastro è necessario utilizzare un idrogel (NORUXOL o NUGEL) che agisce digerendo i tessuti morti.

Lesione di terzo stadio

Queste sono caratterizzate da tessuto necrotico e asciutto (crosta nerastra). Per la cura è necessario utilizzare le sostanze che digeriscano il tessuti morti che abbiamo già citato sopra; se invece la lesione è secernente oppure è presente una cavità è meglio usare una schiuma in poliuretano come il LIGASANO da cambiare giornalmente, soprattutto se le secrezioni sono abbondanti. Il Ligasano può essere utilizzato associato a NUGEL o NORUXOL in caso di presenza di tessuto necrotico. Se questo è abbondante la digestione effettuata dalle varie pomate potrebbe essere molto lenta, in tal caso è indicata la pulizia chirurgica che comporta l'asportazione del tessuto necrotico e la preparazione di un letto adeguato a ricevere un eventuale innesto o a favorire la guarigione della piaga con il trattamento medico.
Se il fondo della lesione appare roseo con presenza di tessuto sano che tende a riempire la cavità è bene favorire la crescita dello stesso utilizzando pomate ad azione cicatrizzante.

Lesione di quarto stadio

Il trattamento medico di queste lesioni non si differenzia sostanzialmente da quello delle lesioni di terzo stadio. Questo tipo di lesione è però più frequentemente associata a infezioni dei tessuti sottostanti (Osteomielite), soprattutto se presente da molto tempo, e più spesso richiede un trattamento chirurgico per ottenerne la guarigione.

Vacuum assisted closure (VAC)

Un discorso a parte merita l'uso della

VAC. Il trattamento è basato sull'applicazione di una pressione negativa a livello della piaga che viene riempita di una spugna in poliuretano e poi coperta da un foglio impermeabile. L'uso della VAC viene limitato alle lesioni di terzo e quarto stadio. La VAC favorisce la rimozione dei fluidi provenienti dalla piaga e la crescita di tessuto sano in un ambiente protetto. Viene applicata da personale esperto ogni 2/3 giorni.
Negli ultimi mesi è stato possibile trattare alcuni pazienti con tale dispositivo, presso il proprio domicilio, servizio offerto dal Distretto di appartenenza, previa relazione del chirurgo plastico che attesti la necessità del trattamento. La VAC trova la sua indicazione principe nella preparazione delle ferite all'intervento chirurgico. Può essere applicata per 4/6 settimane. Recentemente sono state introdotte in commercio apparecchiature che consentono un lavaggio in continuo della piaga, magari con antibiotico, caratteristica molto utile nei pazienti con osteomielite. Il paziente che utilizza la VAC deve presentare condizioni di nutrizione e sanguificazione ottimali, in quanto il dispositivo asportando i fluidi dalla ferita asporta anche proteine e sostanze nutritive che devono essere rimpiazzate.

Piaghe complicate da osteomielite

Un ulteriore capitolo nel trattamento delle lesioni da decubito è quello relativo alle piaghe complicate da osteomielite. Si calcola che circa il 32% delle lesioni di quarto stadio possa complicarsi con una infezione dell'osso sottostante. Esiste un protocollo per il trattamento delle osteomieliti che prevede:
esecuzione di indagini radiologiche come scintigrafia, TAC- PET, RX normali
pulizia chirurgica con asportazione dell'osso e dei tessuti infetti, con esecuzione di esami batteriologici per individuare il germe responsabile
Terapia antibiotica per almeno 6 settimane dopo l'intervento
Terapia iperbarica
Medicazioni a base di pomate antibiotiche o con uso di garza iodoformica
Intervento chirurgico definitivo una volta ottenuta una buona pulizia della zona malata.
Si consideri che i pazienti con osteomielite vanno più facilmente incontro a recidiva (17% contro il 4%)
Presso qualche struttura viene utilizzata la stimolazione elettrica con corrente pulsata a basso o alto voltaggio, trattamento che deve essere comunque associato alla normale cura e pulizia delle piaghe. La corrente diminuisce il tempo di guarigione delle ferite in quanto favorisce la migrazione verso la zona malata di cellule del sangue in grado di rimuovere i tessuti patologici e stimola la crescita di tessuto sano, riducendo i fenomeni infiammatori e aumentando l'apporto di ossigeno.

Trattamento chirurgico

Si apre infine il capitolo del trattamento chirurgico, limitato alle lesioni di terzo e quarto stadio che rispondono poco alla terapia, o di cui si vuole velocizzare la guarigione, oppure complicate da ascessi, osteomieliti, fistole. Il paziente deve essere in buone condizioni generali, e adeguatamente preparato con buon supporto nutrizionale, con la preparazione intestinale e se necessario con trasfusioni di sangue.
Segnaliamo che a volte, se esiste il rischio di macerazione da feci, è indicata l'esecuzione di colostomia (in termini semplici: il sacchetto) temporanea.
Non tratteremo in questa sede dei vari tipi di intervento.
Vogliamo però sottolineare che il paziente dovrà rimanere su un letto fluidizzato, in scarico dalla zona operata, almeno per tre settimane, riprendendo poi solo gradualmente le normali attività. Tale zona resta più fragile per circa 2 anni dopo l'intervento e va quindi attentamente controllata.
Sarà inoltre necessario che il paziente operato mantenga un sano stile di vita alimentandosi in modo vario, con adeguato supporto proteico, facendo attività fisica e astenendosi da atteggiamenti voluttuari potenzialmente controproducenti come il fumo.

FALABELLA RICONFERMATO ALLA PRESIDENZA DELLA FEDERAZIONE FISH

Nella foto Vincenzo Falabella riconfermato Presidente Fish

«*Vogliamo continuare ad essere una voce corale contro le differenze ed è questa la modalità operativa e l'obiettivo che giornalmente viene perseguito e attuato, con fatica e dedizione, dalle persone che, come i leader associativi, i volontari e i lavoratori, sono a noi vicine. Per tutto questo è per me un onore essere stato riconfermato alla guida della Federazione*». Questa la dichiarazione di Vincenzo Falabella –recentemente vittima di un caso di discriminazione nella nostra città in occasione dei festeggiamenti del 45° anniversario del Galm, ancora in corso di indagine- che durante un evento che ha coinvolto esponenti istituzionali e del mondo della politica in coincidenza con la Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità è stato riconfermato alla Presidenza della FISH (Federazione Italiana per il Superamento dell'Handicap). Nella giornata precedente al congresso ordinario della FISH infatti era stato organizzato a Roma l'evento denominato *Come trasformare le attuali sfide in opportunità di crescita*, durante il quale con autorevolezza e propositività la Federazione aveva sottolineato i vari temi che interessano la vita quotidiana delle persone con disabilità e le loro famiglie, alla presenza di Ministri, quali Alessandra Locatelli (Disabilità) e Giuseppe Valditara (Istruzione e Merito), oltre ad altri esponenti politici, tra cui Giuseppe Conte, e numerosi rappresentanti del mondo associativo.

Nella dichiarazione di intenti, ad elezione avvenuta, Falabella ha precisato che chi la FISH l'ha vissuta e la vive tuttora sa quanto la Federazione abbia puntato da sempre a dare avvio ad una nuova cultura della disabilità. Con lo scopo principale di portare avanti le istanze e i bisogni che fino a quel momento le singole organizzazioni di persone con disabilità e delle loro famiglie avevano rappresentato in solitudine, trovando più difficilmente ascolto da parte delle Istituzioni.

La FISH sotto la sua direzione intende quindi continuare ad essere una voce corale contro le differenze, non relegando la frase ad un semplice slogan, ma rendendola modalità operativa e obiettivo che giornalmente viene perseguito e attuato, con fatica e dedizione, dalle persone che, come i leader associativi, i volontari e i lavoratori, aderiscono a questi propositi.

COME TRASFORMARE LE ATTUALI SFIDE IN OPPORTUNITÀ DI CRESCITA

Congresso

Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità

Si è tenuto il 3 dicembre a Roma in Sala Capranichetta a Piazza Montecitorio, in corrispondenza con la Giornata Internazionale delle Persone con Disabilità un congresso dal titolo particolarmente significativo, "Come trasformare le attuali sfide in opportunità di crescita" Un corposo excursus su Piano Nazionale di Ripresa e Resilienza, Legge Delega sulla disabilità, Legge Delega sulla non autosufficienza, alla ricerca di individuare gli obiettivi futuri per migliorare la vita delle Persone con disabilità e delle loro famiglie. Il presidente uscente della FISH, Falabella (riconfermato nella carica il giorno seguente, vedi sopra, ndr) ha parlato di «Istituzioni che dovranno dare ascolto alle nostre istanze», pensando certamente anche alla cospicua partecipazione all'incontro di esponenti del Parlamento e del Governo. Nella sessione mattutina di apertura, infatti, sono intervenuti tra gli altri il presidente della Camera Lorenzo Fontana, la ministra per le Disabilità Alessandra Locatelli, il ministro dell'Istruzione Giuseppe Valditara, il deputato e presidente del Movimento 5 Stelle Giuseppe Conte, il segretario di Azione Carlo Calenda, e il presidente della FAND (Federazione tra le Associazioni Nazionali delle Persone con Disabilità) Nazaro Pagano. Nel pomeriggio, invece, per soffermarsi in particolare sui temi dell'assistenza e della vita indipendente, erano presenti Marcello Gemmato, sottosegretario alla Salute e Maria Teresa Bellucci, viceministra del Lavoro e delle Politiche sociali, sull'inclusione scolastica Clelia Caiazza, responsabile della Direzione Generale per lo Studente, l'Inclusione e l'Orientamento Scolastico del Ministero dell'Istruzione, sul lavoro Claudio Durigon, sottosegretario del medesimo Dicastero.

SALUTE E DISABILITÀ, UN INCONTRO POSSIBILE

Convegno

3 dicembre, giornata internazionale delle persone con disabilità

3 DICEMBRE 2022
Giornata internazionale delle persone con disabilità

SALUTE E DISABILITÀ: UN INCONTRO POSSIBILE

Sala Convegni Distretto Sanitario di Via del Capitel 22, Verona
(parcheggio posteriore ed entrata laterale a destra del distretto con rampa accessibile)
Convegno congiunto ULSS 9 Scaligera e
Associazione ODV Gruppo Animazione Lesionati Midollari

Segreteria Scientifica: Ebba Carmela Buffone, Elena Pozzani

08.45 – 09:30
APERTURA DEI LAVORI E SALUTI DI BENVENUTO
Ebba Carmela Buffone (Direttore CERRIS, Ulss 9 Scaligera)
Gabriella Fermanti (Presidente OdV GALM)

SALUTI DELLE AUTORITÀ PRESENTI: ULSS 9 SCALIGERA, COMUNE DI VERONA, CONSULTA COMUNALE DISABILITÀ

09:30 – 09:50
Moderatori: Viviana Coffele (Direttore Distretto 1, Ulss 9 Scaligera), Elena Rossato (Direttore di Riabilitazione, Ospedale Sacro Cuore)
ALIMENTAZIONE PER LA SALUTE: L'EQUILIBRIO NEL PIATTO A CONSISTENZA MODIFICATA
Relatori: dietista dr.ssa Chiara Anselmi (Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione, Ulss 9 Scaligera)

09:50 – 10:10
Moderatori: Girolamo Fabbri, Andrea Tagliente (Servizio di Odontostomatologia per Disabili, Ulss 9 Scaligera)
SALUTE ORALE: MICROBIOMA ORALE E QUALITÀ DI VITA
Relatore: Elena Pozzani (Coordinatore Clinico del Servizio di Odontostomatologia per Disabili, Ulss 9 Scaligera)

10:00 – 10:20
Moderatori: Gaspare Crimi (Direttore UOC Medicina Fisica e Riabilitazione, Ulss 9 Scaligera), Anna Franco (Responsabile Centro Ricerca e Cura AUTISMO, Ulss 9 Scaligera)
SPORT PER LA SALUTE NELLA DISABILITÀ
Relatore: Roberto Nicolis (Presidente ADS La Grande Sfida Onlus)

10:20 – 10:40
Moderatori: Luisa Andreetta (Direttore Distretto 3, Ulss 9 Scaligera), Giorgio Corrent (Servizio Integrazione Lavoro, Ulss 9 Scaligera)
DISABILITÀ TRA STUDIO, LAVORO E INDIPENDENZA
Relatore: Paola Barollo (OdV Galm)

10:40 – 11.00
Moderatori: Francesca Fornasa (Direttore Radiologia Ulss 9 Scaligera), Elena Rossato (Direttore di Riabilitazione, Ospedale Sacro Cuore))
ACCESSIBILITÀ NEL CONTESTO SANITARIO E NEL CONTESTO SOCIALE
Relatore: Renato Avesani (Specialista in Riabilitazione - OdV GALM), Gianni Falcone (OdV Galm)

11.20 – 12:45
Moderatori: Elmer Soffiati (Direttore Area Disabilità e non Autosufficienza, Ulss 9 Scaligera), Francesca Fornasa (Direttore Radiologia Ulss 9 Scaligera)
Relatori: Relatori delle sessioni e i Presidenti delle Circoscrizioni del Comune di Verona
TAVOLA ROTONDA: ORGANIZZAZIONE SANITARIA E SOGGETTI CON DISABILITÀ: LIMITI E POTENZIALITÀ
GLI ESPERTI ed i moderatori risponderanno alle domande delle Associazioni della Consulta Comunale della Disabilità di Verona e dei presenti
Verrà stilato un Documento Programmatico sulle necessità del mondo della disabilità emerse dalla Tavola Rotonda, che sarà poi inviato alle Autorità presenti

12:45: Chiusura dei Lavori e momento conviviale
Animerà l'evento la Band "Dieci più group" progetto diversamente in musica dell'associazione "Il Paese di Alice Odv", Presidente Stefania Solfa

Organizzatori — **Con il Patrocinio di**

Sabato 3 dicembre, in occasione della Giornata internazionale delle persone con disabilità, nella Sala Convegni del Distretto Sanitario di Via del Capitel a Verona si è tenuto il convegno "Salute e Disabilità: un incontro possibile", organizzato da ULSS 9 Scaligera e Associazione ODV Gruppo Animazione Lesionati Midollari, con il patrocinio di SIOH -Società Italiana di Odontostomatologia per l'Handicap, ASD La Grande Sfida Onlus e Comune di Verona– Consulta comunale della Disabilità.

I lavori si sono aperti con i saluti di benvenuto da parte della nostra Presidente, Gabriella Fermanti, e del Direttore del CERRIS dell'Ulss9 Scaligera, Emma Carmela Buffone.

Gabriella ha ringraziato tutti per la presenza e per l'impegno organizzativo, spendendo anche alcune parole di presentazione della nostra associazione e del significato della frase "cadere in disabilità": questa giornata serve a ricordarci l'importanza di "valorizzare ogni individuo" con la speranza di "abbattere tutte le barriere sia fisiche che culturali perché tutti possano prendere parte attivamente ad ogni ambito della vita sociale". Gabriella ha ricordato anche che con le Federazioni Nazionali Faip e Fish si è creato una massima morale che accompagna il nostro operato, perfetta in questo contesto: "NULLA SU DI NOI-SENZA DI NOI", riferita al fatto che le persone disabili devono partecipare ed essere coinvolte nei progetti e interventi a loro destinati.

Le Autorità (Ulss 9 Scaligera, Comune di Verona, e Consulta Comunale), hanno presentato i loro saluti in modo molto discreto per lasciare spazio ai numerosi interventi.

"Sosteniamo con convinzione questa rassegna di iniziative che puntano a sensibilizzare la cittadinanza sulla realtà della disabilità -spiega l'assessora ai Servizi sociali Luisa Ceni-.

Come amministrazione ringraziamo l'associazione OdV GALM per l'instancabile opera che svolgono sul territorio, un aiuto davvero prezioso per le persone con disabilità".

Dr. Raffaele Grottola, Direttore dei Servizi Socio-Sanitari dell'Ulss 9 Scaligera, ci spiega la collaborazione con Università e mondo della scuola per rispondere alle esigenze di inclusione dei bambini e ragazzi. I problemi in questo periodo sono tanti, soprattutto in relazione agli anziani e disabili nelle strutture di sostegno, che sono carenti di personale anche se l'ULSS 9 ha cercato di superare i problemi amministrativo- burocratici.

La dr.sa Elena Rossato, primaria all'Unità Spinale di Negrar, che ha avuto anche un ruolo di moderatore, nel suo intervento pone l'accento sul lavoro di riabilitazione e sulla necessità di un raccordo tra il momento del ricovero all'Unità Spinale e il territorio. Suggerisce anche alcune considerazioni sull'importanza del sostegno ai pazienti mielolesi, con interventi psicologici e sociali che vanno al di là della riabilitazione del fisico, in quanto la socialità delle persone è fondamentale.

Poi sono iniziate le relazioni degli esperti. La prima relazione, intitolata "Alimentazione per la salute: l'equilibrio nel piatto a consistenza modificata", è stata svolta dalla dietista dr.sa Chiara Anselmi del Servizio Igiene Alimenti e Nutrizione dell'ULSS). La Relatrice ha messo in evidenza l'importanza dell'alimentazione come elemento costitutivo della persona (noi siamo quello che mangiamo), toccando anche il punto dolente degli integratori alimentari, di cui oggi si fa molto uso, ma che a volte manifestano qualche tossicità. Nella seconda relazione la relatrice Elena Pozzani (coordinatore clinico del Servizio di Odontostomatologia per Disabili, ULSS9 Scaligera) ha presentato il tema della "Salute orale: microbioma orale e qualità di vita". La dottoressa ha presentato una relazione con molti dati corredati da fotografie che documentano il lavoro svolto sulla bocca di bambini in crescita e di adulti, sottolineando come i batteri che si sviluppano in una bocca non in grado di masticare bene (es. per malocclusione) si diffondono in tutto il corpo, dando luogo perfino alle cistiti (che per noi mielolesi sono un tormentone, n.d.r.). le mucositi orali scatenano un'eccessiva risposta del sistema immunitario. Si è parlato inoltre di microbioma interno ed esterno: la vita dentro di noi e intorno a noi, con virus e batteri, buoni e cattivi. La saliva ci protegge: è il miglior collutorio! La relatrice, inoltre, fa un riferimento alla costituzione dei Servizi, lamentando però che siano state tolte le prestazioni "impianti" dal nomenclatore che consente questa prestazione a carico dell'ULSS. L'implantologia è

fondamentale per curare certe situazioni, escluderla dal Servizio Sanitario comporta un grave danno sociale. Non tutti infatti possono permettersi un costoso impianto dentale. Si spera che parta anche a Verona la rete DAMA, per la diagnosi e cura delle persone con gravi disabilità, che invece trovano mille difficoltà a programmare le visite attraverso i CUP.

Lo sport è stato il tema della terza relazione: "Sport per la salute nella disabilità", tenuta dal Presidente ADS "La grande sfida", Roberto Nicolis, introdotta dalla presentazione del dr. Crimi e dalla dr.sa Anna Franco (servizio Autismo), che hanno messo in evidenza l'importanza dell'*incontro*. L'incontro a volte è difficile, ci si chiede: come? Lo sport e l'arte permettono di condividere emozioni, le persone si riconoscono nelle emozioni dell'altro ed è lì che sboccia l'incontro.

Nel caso della disabilità, lo sport è adattato: basket integrato, bocce, danza espressiva sono occasioni d'incontro e di espressività corporea. Ma anche la musica ha il suo potere d'incontro: la canzone "Il mio desiderio" di Paolo Pachera lo dimostra!

Paola Barollo ha relazionato su: "Disabilità tra studio, lavoro e indipendenza", introducendo l'operato del SIL (Servizio Integrazione Lavoro, dell'ULSSS Scaligera), con la preziosa testimonianza del nostro Andrea Arbetti. Paola racconta di essere stata mossa, nel suo impegno a favore della emancipazione attraverso il lavoro, da una domanda di un conoscente -una delle solite domande stupide da elefante in una cristalleria-. La disabilità comporta anche l'interruzione delle reti di relazione personale., per cui poter accedere a un lavoro è fondamentale. Sono stati presentati molti dati statistici in riferimento alle barriere che il disabile trova sul suo percorso, sia sul lavoro che a scuola, sottolineando la fatica che un disabile fa per il vivere quotidiano. È la società che ci rende disabili, con discriminazioni dirette e indirette. L'esclusione si manifesta sia nel pregiudizio degli altri, che attraverso il limite interiorizzato, che ci porta a rinunciare. Eppure, anche tra i disabili ci sono tante competenza e professionalità. Serve meno burocrazia e più progetti.

Il sig. Creston, l'amministratore delegato dell'azienda AddValue e di Hemera Pharma, una società che opera nel campo dell'informatica, e che opera all'interno di un progetto sostenuto anche dal GALM. Spiega come la sua ditta si serva delle professionalità espresse da persone disabili, tra cui Leonardo, che viene ascoltato in due riprese. È il lavoro, dice, che permette autorealizzazione.

È la volta di Andrea Arbetti, che racconta la sua storia, compresa la decisione forzata di cambiare scuola per la presenza di barriere architettoniche.

La dr.sa Rossato presenta il Gruppo musicale "Dieci più Group", di S. Bonifacio, che dà una simpatica e coinvolgente prova di sé.

"Accessibilità nel contesto sanitario e nel contesto sociale" è stato il titolo della relazione di Renato Avesani (specialista in Riabilitazione) e Giovanni Falcone (autore del libro "Stazionario sarà Lei").

Il dr. Avesani, con ironia verso il *burocratese*, cerca di ritrovare le radici del termine "accessibilità": accostarsi, avvicinarsi. È un invito reciproco a trovare l'altro. Un altro significato è quello di "accrescere", "aggiungere": infatti la crescita, anche economica, è prodotta dall'accostarsi, è una crescita di idee e di risorse. Valorizzare i limiti, che identificano. È anche adattamento: lo sforzo da parte di tutti, anche di saper contrattare. Quindi, il dr. Avesani parla della catena di eventi drammatica, della ricerca coperta solo in parte dal Servizio Sanitario Nazionale, che si verifica alla dimissione di una persona disabile con una casa inadeguata o senza rete parentale. Occorre una maggior sinergia tra servizio sanitario e servizi territoriali.

Gianni Falcone ci parla invece, anche tramite gustose vignette ironiche e foto impietose, della nostra città, piena di barriere architettoniche. Sottolinea la difficoltà delle persone con deambulatore, e critica, documentandole, alcune cattive abitudini, che aggiungono altre difficoltà alle persone. Nel 2018 sono stati istituiti i PEBA, approvati nel 2019, ma sono già da revisionare applicandoli anche nei quartieri. Ci dobbiamo attivare per segnalare le barriere architettoniche: in Italia quasi il 6% della popolazione è disabile grave: ma a questo va aggiunto anche chi si occupa di loro, le persone che li assistono, e che sono coinvolte a pieno titolo nelle difficoltà.

La dr.sa Fornasa, del servizio di Radiologia, aggiunge una nota sulla difficoltà che i disabili incontrano per le radiografie: gradini di accesso ai servizi, lettini inadeguati… occorrerebbe un modo per segnalare al CUP questo tipo di difficoltà.

Infine, si è tenuta una Tavola Rotonda su "Organizzazione sanitaria e soggetti con disabilità: limiti e potenzialità", durante la quale sono state poste varie domande pervenute dalle Associazioni e poste ai relatori presenti. Sono intervenuti anche presidenti e consiglieri delle Circoscrizioni, e la Presidente Lucia Marotta dell'associazione della Sindrome di Sjogren.

A chiusura dei lavori, un momento conviviale è stato allietato dalla Band "Dieci più Group", progetto diversamente in musica dell'associazione "Il Paese di Alice Odv", con Presidente Stefania Solfa.

Il Comune di Verona, con la Consulta Comunale della Disabilità, ADS La Grande Sfida e la SIOH hanno garantito il loro patrocinio all'evento.

DISABILITÀ, LAVORO E INDIPENDENZA... È POSSIBILE?

di **Paola Barollo**

Proseguiamo oggi con le interviste il cui obiettivo è una ricerca "sul campo" (ma in effetti sarebbe più esatto dire "nel campo") con tema la disabilità adulta, il lavoro e l'indipendenza economica. Abbiamo voluto dimenticare, per un momento, numeri e statistiche concentrandoci invece sulle persone, i loro desideri, le loro ambizioni e speranze e, fatalmente, le loro delusioni nel momento in cui la disabilità si interseca con il mercato del lavoro. Nella precedente intervista abbiamo parlato con Alessandro Mantovani, impiegato nella sede veronese di una grande banca, la cui testimonianza ci ha restituito uno spaccato che avremmo voluto intendere come paradigmatico, poiché Alessandro è un giovane uomo ben inserito nel contesto del lavoro e con una vita personale piena e di soddisfazione (e abbiamo motivo di credere che le due cose siano strettamente dipendenti).
In questa occasione ci confrontiamo con Chiara, dietro questo nome di fantasia c'è una persona con grandi doti umane e professionali che si è trovata, da un certo momento in poi, ad affrontare la propria esistenza con un genere di disabilità grave ma non evidente agli occhi degli "abili" e che, per tale motivo e per quanto paradossale appaia, è ancora più difficile da gestire.

Chiara, cosa vuoi dirci a proposito della tua disabilita?
La mia è un'invalidità relativamente recente e dovuta a varie patologie correlate. Sono soggetta a forti cali immunologici e perciò, per me, una banale influenza può essere pericolosa. Periodicamente necessito di trasfusioni e sono già stata ricoverata per un'emorragia interna che poteva essere fatale, evento che potrebbe ripresentarsi. Più altre cose sulle quali non sto qui a dilungarmi, né a lamentarmi. Tutto questo rende il mio vivere quotidiano -lavoro compreso- molto complesso da gestire. La mia invalidità non è però visibile, sono spesso sorridente, gentile, e il mio aspetto, al quale presto molta attenzione, fa sì che a nessuno, guardandomi, verrebbe in mente di dire che sono malata. Questo è sia un vantaggio che uno svantaggio.

Cosa vuoi dire?
La mia esperienza mi ha insegnato che posso farmi assumere senza dichiarare la mia disabilità, ma a mio rischio e pericolo, oppure dichiararlo e tuttavia poter essere giudicata con sospetto, quasi fossi una falsa invalida. É già successo e non è una bella situazione.

Chiara, vuoi parlarci del tuo lavoro?
Sono un'artigiana professionista, una sarta di alto livello, con un passato alla Scala di Milano come costumista. Nel mio ambiente di lavoro, ma ormai credo in tutti i tipi di lavoro, si pretende la massima performance, già di per sé poco adatta a una persona della mia età, ho 60 anni, figuriamoci per un invalido. Così, con l'avanzare degli anni, mi sono rivolta al collocamento mirato della Regione Veneto, ufficio che tra l'altro funziona benissimo, e con ingenuità pensavo che anche le aziende che assumevano gli invalidi avessero uno standard altrettanto elevato. Ma la mia esperienza è stata decisamente negativa.

Come mai?
Per fortuna ho avuto subito una proposta, che ho accettato. Sono stata assunta con un part-time di 4 ore al giorno. Il mio è un lavoro manuale e 4 ore al giorno non sono sufficienti per portare a compimento un prodotto, cosicché per tutti gli anni che ho lavorato in quell'azienda non ho mai potuto crescere professionalmente e neppure ho potuto confrontarmi con persone più specializzate di me, anzi sono stata costretta a fare i lavori più semplici, di rifinitura, anche se sarei stata in grado di fare ben altro.
In sostanza ero trattata come un'incapace, una persona poco dotata intellettivamente. Era come se mi avessero parcheggiata e io non avessi avuto il diritto di fare alcuna richiesta o di ambire a qualcosa di più.

Di certo una situazione frustrante. Cosa è successo dopo?
Poi è arrivata l'emergenza Covid che, paradossalmente, è stato per me un periodo quasi nella norma, lo dico nonostante la tristezza per le vittime. Io sapevo come fare, vivevo già da anni attrezzata per essere nel continuo allarme. Mi sentivo quella normale in mezzo a tanta gente preoccupata e disorientata. Avrei voluto spiegare a tutti come si faceva perché noi "diversamente abili", siamo per molti aspetti molto più capaci rispetto agli "abili". Usciamo tutti i giorni da casa pronti ad affrontare qualsiasi imprevisto, con i nostri zainetti pieni di ausili, farmaci, iniezioni, liste di allergie, nomi di medici, relazioni di ospedali, telefoni di famigliari e amici ICE *(programma In Caso di Emergenza, ndr).* Solo per questo nelle domande a un colloquio di lavoro dovremmo rispondere che sì, siamo perfettamente in grado di lavorare in situazioni di stress, di cambio di prospettiva e con spirito di adattamento. Eppure, nonostante ciò, nel periodo Covid sono stata l'unica del mio reparto a essere sempre lasciata in cassa integrazione. Così mi sono licenziata.

Un'altra situazione sconfortante, ti sei sentita adeguata e altri ti hanno detto che non era vero, mortificandoti. E poi?
In seguito ho trovato un lavoro a termine senza dichiarare la mia disabilità. Un lavoro gratificante e ben remunerato, mi sembrava proprio di essere in un'altra dimensione, ero brava, ce la potevo fare. Alla fine del contratto però sono stata ricoverata in ospedale e in quella circostanza non essermi

presentata come disabile non mi ha aiutata. Così poi, tramite passaparola, sono diventata la responsabile di laboratorio in una cooperativa. Di nuovo ero contenta, si prospettava un'assunzione, ci ho messo tutta la mia buona volontà. A fine contratto, quando avrebbero dovuto assumermi a tempo indeterminato, mi hanno detto che per continuare a lavorare avrei dovuto aprire partita IVA. Gli ho fatto presente che ero stata assunta con un'invalidità del 75% e loro mi hanno risposto che comunque io non ero una persona fragile, intendendo che me la cavavo anche troppo bene per essere un'invalida... non ho potuto tollerare questa insinuazione e gli ho risposto male. Addirittura mi dissero che se mi lasciavano a casa era per colpa mia, che avevo un brutto carattere e che non esprimevo lo spirito comunitario della cooperativa, prerogativa alla quale loro tenevano molto.

Pregiudizio, discriminazione... sorprende che tutto questo arrivi dal rapporto di lavoro con una cooperativa!
Riguardo alle cooperative non saprei proprio come esprimermi. Secondo la mia esperienza ci sono molte contraddizioni. Da una parte dovrebbero aver cura delle persone, comprendendone le fragilità più che altrove e agevolando il rapporto con il lavoro, questo dovrebbe essere il loro obiettivo, no? Dall'altra, però, per quanto riguarda consegne e tempi di lavorazione hanno una mentalità da azienda privata. So di sbagliarmi ma, a volte, ho avuto la sensazione che sia una forma di sfruttamento, legalizzato, della manodopera a basso costo...

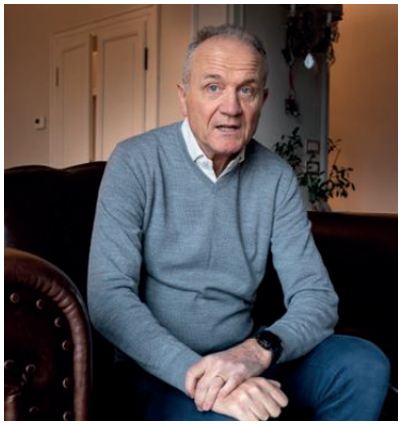
Oggi quali sono i tuoi obiettivi, le tue aspirazioni?
Ora lavoro a casa, in un angolo della cucina che ho attrezzato a laboratorio. Sinceramente mi viene voglia di fare richiesta delle agevolazioni economiche che mi spettano di diritto e continuare a fare lavoretti quando capita, per conto mio. Però non voglio vivere di assistenzialismo, mi piace uscire, portare le mie capacità all'esterno e misurarmi con dei colleghi. Proverò di nuovo. Per il lavoro questo momento storico presenta molte criticità, non c'è dubbio ma, anche considerate le agevolazioni che le aziende hanno assumendoci, riusciremo mai a rappresentare una risorsa più che un obbligo da assolvere?

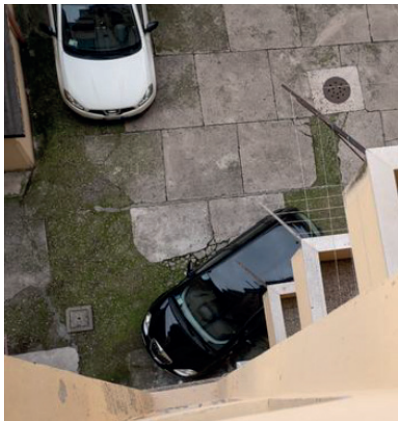
É una bella domanda, alla quale vorrei poter rispondere. Grazie Chiara, la tua testimonianza è stata molto importante.
Grazie a voi.

Chiara ha posto l'accento su una questione della massima rilevanza: come è possibile che nel mondo della disabilità la *competenza professionale* sia così irrilevante e poco utilizzata? In altre occasioni abbiamo già avuto modo di riflettere sullo stesso argomento individuando alcuni insidiosi *ostacoli immateriali* che il disabile si trova ad affrontare. Tali ostacoli si sommano alle *barriere fisiche* che, in quanto evidenti, attirano ma al contempo sviano la nostra attenzione. La vicenda di Chiara ce lo mostra con forza, non si tratta di combattere *esclusivamente* contro scale non attrezzate e buchi nel marciapiede, bensì di fare i conti con discriminazione e pregiudizi sottilissimi e, infine, con la vocina che, dal di dentro, sussurra al disabile "rinuncia, lascia perdere, chi te lo fa fare?". Non abbiamo bisogno (solo) di nuovi autobus supertecnologici, abbiamo bisogno di considerazione e di rispetto. Non vogliamo aiuto, vogliamo fiducia.

ME LO DEVI FAR VEDERE... CHE SEI DISABILE!!!

di **Valeria Sani**





La storia vissuta di Chiara, nel bel-l'articolo di Paola Barollo, penso abbia fatto storcere il naso a molti di noi. Qualcuno potrebbe aver pensato 'ma dai'... Ebbene, no. Questa seconda storia, proprio di oggi, rincara la dose, apre uno scenario che anziché colmare e rendere più vicina la tanto invocata inclusione, quella con cui troppi si riempiono la bocca, allarga il divario tra normalità e disabilità e allontana il sacrosanto diritto della persona in quanto 'essere umano' a godere in maniera paritaria di tutto quanto può rendere il quotidiano vivibile al meglio. Così, in una realtà nella quale 'solidarietà' rimane puro termine astratto, Pierpaolo Pasqualotto, socio Galm, rimasto vittima, sette anni fa, di un incidente sulle piste da sci, torna a casa dopo sei mesi di ospedalizzazione. Un lungo 'passaggio' in sedia a rotelle, poi riesce a rialzarsi, nonostante i dolori, le tensioni e le rigidità muscolari, le neuropatie periferiche residue. Patologie non eclatanti, ma del tutto invalidanti se sommate, che lo rendono davvero bisognoso di un ascensore per entrare ed uscire da casa (abita al IV° piano di un palazzo che ne è privo). Racconta Pasqualotto: «Negli ultimi anni le mie condizioni sono peggiorate, e non so quale futuro mi si prospetti. Sembra che non si riesca a uscire dallo stereotipo che sia disabile solo chi è in carrozzina, mutilato e comunque triste e faccia pena». Attualmente muoversi dall'appartamento avviene facendo sosta a ogni piano su una sedia. Il suo diritto alla libera e facile mobilità però si scontra con l'aperta ostilità di alcuni condomini, in particolare con quella di una sola famiglia, nonostante il via libera del Comune. La validazione è arrivata in virtù del recepimento da parte di Palazzo Barbieri della Ordinanza del Consiglio di Stato n° 07614/2002 REG.Prov.Coll. che ha portato alla soluzione della richiesta di avere un ascensore da parte del nostro Socio, dopo ben due gradi di giudizio (TAR Veneto e poi Consiglio di Stato) con le relative ed onerose spese tecniche e legali (tali costi purtroppo rappresentano lo scoglio che può impedire a molti di avventurarsi in queste interminabili vicende). Grazie al supporto del Galm, Pasqualotto ha acconsentito immediatamente ad entrare in gioco in una battaglia così importante. Nell'occorrenza, era stato fatto un appello anche alla Faip per avere le indicazioni giuridiche necessarie. Adesso siamo in fase di confronto col Comune, tramite i nostri consulenti avv. Anna Preto e ing. Rolando Solfa, anche per ottenere l'ufficialità della modifica dei Regolamenti attuativi Comunali utilizzati per valutare le richieste da parte di disabili per l'installazione dell'ascensore con spese a carico di tutti i condomini. Esiste infatti una legge, la 13 del 1989, che regolamenta l'uso delle barriere architettoniche, che sancisce inequivocabilmente il diritto reclamato dall'inquilino. Ma...la vicenda nel frattempo prende vie inimmaginabili per il buonsenso. Il giorno di inizio dei lavori, all'arrivo, la ditta esecutrice si trova due automobili a intralciare il passaggio, una all'ingresso del cortile interno, l'altra collocata in maniera trasversale proprio dove andrebbe installato l'ascensore (in acciaio e vetro, per non limitare l'entrata della luce, e le cui spese sarebbero comunque totalmente a carico dell'ordinante...!!!). Viene chiamata la polizia, ma trattandosi di un cortile interno la rimozione non può essere eseguita. La seconda automobile è ancora lì, da ormai quasi un mese, e nemmeno l'avviso dell'Amministratore di condominio, che ricorda come non sia possibile parcheggiare fuori dagli spazi consentiti negli spazi comuni, ha sortito alcun effetto.
La conclusione, quindi, parrebbe essere quella anticipata nel titolo di questa brutta storia di insensibilità. San Tommaso insegna: non credo se non vedo.

ASCENSORE BLOCCATO

Da molto tempo è bloccato l'ascensore che permette di accedere al sottopasso per attraversare lungadige Galtarossa. Barriere anche davanti alla scala mobile. Verona è una città ad alta vocazione turistica e dal 14 febbraio, festa di San Valentino, i turisti torneranno numerosi. Ne arriveranno ancora di più per le importanti manifestazioni fieristiche, le vacanze pasquali e la bella stagione. L'auspicio del Galm è che una delle principali "porte d'ingresso", situata vicino ai parcheggi dove arrivano i pullman, sia resa accessibile anche alle persone con disabilità, evitando loro di attraversare con la carrozzina una delle circonvallazioni più trafficate e pericolose della nostra bella città. D. Ca.

AGENZIA PER BADANTI

Agenzia per badanti, devo fidarmi? Come evitare problemi

Scegliere di fidarsi di un'agenzia per badanti può essere difficile in quanto il caregiver sarà la persona che dovrà prendersi cura direttamente dei tuoi cari. Scopri quali criteri considerare per tale scelta.

Quando si tratta di prendersi cura dei propri cari anziani, ci sono molte considerazioni importanti da tenere a mente. Potresti avere domande su come provvedere al meglio alle loro esigenze fisiche, alla loro salute emotiva, alla loro situazione finanziaria e altro ancora. Uno degli aspetti più importanti dell'assistenza agli anziani è trovare un'agenzia per badanti fidata che possa aiutarvi e guidarvi in questo processo. Fortunatamente, ci sono molte agenzie affidabili in grado di offrire un'ampia gamma di servizi su misura per la vostra situazione specifica.

Agenzia per badanti: cosa sono e a che cosa servono?

Un'agenzia per badanti è una risorsa essenziale per le famiglie che hanno bisogno di aiuto per la cura dei propri cari anziani. Queste agenzie forniscono assistenti affidabili e qualificati in grado di offrire un'ampia gamma di *servizi*, dall'assistenza nelle attività quotidiane come la toelettatura e la preparazione dei pasti, all'assistenza specializzata per le persone affette da *patologie croniche* o disabilità.Inoltre, un'agenzia per badanti supporta le famiglie in tutte le fasi del processo di ricerca e selezione del caregiver, dalle consultazioni iniziali ai colloqui e ai controlli dei precedenti.

Utilizzando i servizi professionali di agenzie affidabili, le famiglie possono essere sicure di lasciare i propri cari nelle mani di esperti qualificati che hanno a cuore i loro interessi.

Agenzia per badanti: quali criteri adottare per la selezione?

Quando si cerca una badante, la prima cosa da considerare è se l'agenzia per badanti con cui si lavora sia autorizzata a condurre ricerche e selezioni secondo gli standard del governo locale. Per averne conferma, è importante chiedere una copia dell'autorizzazione dell'agenzia a svolgere questo tipo di lavoro.

Sii consapevole che esistono molte agenzie non autorizzate o "*improvvisate*", che possono assumere forme diverse, tra cui cooperative, associazioni, liberi professionisti e persino SRL.

Pertanto, è essenziale diffidare di qualsiasi agenzia per badanti che: offra i propri servizi in prova o *senza contratto*; proponga di fare da intermediario tra te e i potenziali caregiver senza fornire un reale valore aggiunto; o ti chieda di pagare quote di iscrizione per accedere alle loro reti di caregiver.

Per essere certi di scegliere un'agenzia per badanti affidabile che fornisca servizi di alta qualità a te e ai tuoi cari, è fondamentale valutare attentamente le opzioni in base a questi criteri di selezione. È importante, inoltre, verificare chi è il vero *datore di lavoro* della badante. In altre parole, devi considerare esattamente per quale servizio stai pagando. Molte agenzie dichiarano di gestire direttamente i rapporti di lavoro, ma non sono trasparenti su cosa questo significhi realmente. Ad esempio, alcune agenzie possono pubblicizzare funzioni come l'accesso in abbonamento, la selezione illimitata di badanti, l'assistenza 24 ore su 24 o il tutoraggio dei caregiver.Tuttavia, queste caratteristiche potrebbero non essere altro che promesse vuote, che hanno lo scopo di distogliere l'attenzione dalla vera natura dei loro servizi e da ciò per cui si sta realmente pagando. In fin dei conti, il vero ruolo di un'agenzia per badanti è quello di fare da ponte tra clienti come te e assistenti qualificati. Pertanto, prima di scegliere una determinata agenzia, è essenziale considerare chi è il datore di lavoro e quali servizi si ricevono effettivamente in cambio del proprio investimento. Quando si sceglie un'agenzia per badanti, un altro dei criteri da considerare è la verifica se i caregiver siano iscritti o meno a un sindacato. Infatti, molti sindacati hanno *contratti specifici* che si applicano a diversi tipi di badanti e l'utilizzo di una persona che rientra nel contratto sbagliato può avere serie ripercussioni legali e finanziarie. Infine, è importante essere consapevoli di tutte le altre condizioni che possono essere applicate quando si assume una badante: ad esempio, alcune badanti possono essere in grado di lavorare *solo in determinati orari o giorni* a causa delle loro circostanze personali o delle leggi locali. Comprendendo questi aspetti fondamentali prima di scegliere una determinata agenzia per badanti, puoi assicurarti di ottenere la persona giusta per l'assistenza dei tuoi cari e di evitare potenziali problemi in futuro.

Agenzia per badanti: i criteri per scegliere il caregiver più adatto

Quando si tratta di *scegliere un caregiver*, sono molti i fattori che devono essere presi in considerazione. In primo luogo, è necessario tenere conto delle esigenze della persona bisognosa; ciò significa valutare la sua salute fisica, mentale ed emotiva, nonché individuare eventuali preferenze o preoccupazioni specifiche.

Inoltre, è importante valutare le qualifiche e l'esperienza dell'assistente, soprattutto se dovrà fornire assistenza medica o altre cure specialistiche.Per questo è consigliato affidarsi ad un'agenzia per badanti, in modo da avere la certezza di ottenere l'assistenza da parte di personale altamente qualificato per il ruolo. Naturalmente, oltre a queste considerazioni pratiche, è importante prendere in considerazione anche gli aspetti relazionali della scelta di una badante. In particolare, è importante capire se l'assistente ha un interesse genuino a lavorare con la persona bisognosa e a stabilire un rapporto basato sulla fiducia e sul rispetto.

L'assistente ideale capisce che il suo ruolo va oltre l'esecuzione di semplici compiti come cucinare o pulire; il suo vero scopo è quello di aiutare a mantenere il senso di dignità e di autonomia di una persona, soddisfacendo le sue esigenze specifiche nel tempo. In fin dei conti, trovare la badante giusta significa sviluppare un rapporto che favorisca la crescita personale e il benessere dei tuoi cari.

DIARIO DI VIAGGIO: "COSTA ATLANTICA FRANCESE" IN CAMPER

di **Renzo e Licinia Fattori**

Il viaggio di quest'anno è stato molto particolare, non tanto per le belle cose viste ma per alcuni eventi che hanno scombinato i piani e scosso il mio cervello. Non voglio entrare subito nei particolari, ci addentreremo un po' alla volta se avrete tempo e voglia di leggere il mio diario, ed allora cominciamo.

Alle 4,15 ci alziamo ed alle 6 siamo già in viaggio direzione Challes Les Eaux che raggiungiamo dopo quasi 500 km, poco prima della pausa pranzo. Il campeggio Le Savoy non è molto bello, fa un caldo tremendo, e soprattutto, la doccia riservata ai disabili non è raggiungibile con la carrozzina.

Lasciato di buon mattino Challes, decidiamo di fare una breve tappa a Clermont Ferrand. La sosta nel camping Huttopia se non altro ci dona qualche momento di riparo dalla calura.

Questo campeggio di montagna lo ricorderò per due motivi: il primo, ha un bagno "disabili", che non essendo però usato da tempo ha avuto bisogno, prima dell'utilizzo, di una accurata pulitura. Il secondo invece è alquanto singolare, aggettivo che utilizzo visto il buon fine dell'accaduto.

Un giorno prima della partenza sono riuscito a ricevere il Multi Traction Wheelchair (in veronese, "tre rue che tira!!") della Triride e non vedo l'ora di provarlo: ma concedo troppa confidenza al mezzo, molto scattoso, ed in una retromarcia precipitosa, eccomi gambe all'aria... devo dire che ci sono rimasto malissimo.

Il giorno seguente, sempre mattinieri, siamo pronti alla partenza in direzione Mimizan Plage (costa atlantica francese).

Decidiamo di seguire le indicazioni del navigatore che, invece di farci scendere in città, ci fa salire per strade di montagna, fra bellissimi paesaggi boscosi fino ad un passo oltre i 1.000 metri per poi proseguire per circa 45 minuti nel bel parco des Volcan d'Auvergne, fra rilievi poco elevati dalla forma arrotondata, strade quasi deserte, pascoli e rari paesi per arrivare finalmente all'imbocco dell'autostrada A89.

Il viaggio complessivamente si svolge senza intoppi, a parte per la zona di Bordeaux dove il traffico si fa intenso e caotico, e così gli ultimi 100 chilometri risultano davvero pesanti.

Alle 15,30 arriviamo al camping de la Plage, poco distante dal centro di Mimizan Plage a 800 mt dal mare. Anche in questo campeggio la doccia non è ideale, ma un volenteroso operaio in poco più di mezz'ora smonta un maniglione da qualche parte e lo installa nella "mia" doccia. Perfetto, così per la felicità di mia moglie riesco a lavarmi.

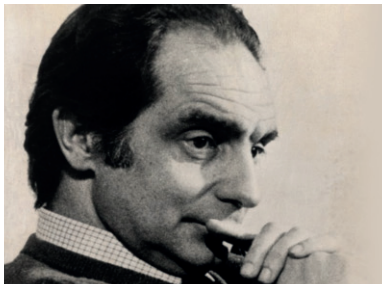
Destinazione principale del viaggio è la costa Atlantica francese, dipartimento della Gironda e Landes, nella regione della Nuova Aquitania, dove si susseguono dune meravigliose tra boschi e mare, e dove passa anche una lunghissima pista ciclabile denominata Velodysée di ben 1.245 km, che parte da Roscoff e passando da quattro regioni (Bretagna, Loira, Poitu-Charentes e Aquitania) arriva al confine dei Paesi Baschi.

Alle 9.30 siamo pronti per la prima escursione con le biciclette (ovviamente per me carrozzina + MTW Triride) per il nostro primo giro sulla Velodyssée,

prendendo la direzione nord, che passa proprio davanti al nostro campeggio.
La prima parte del percorso di circa 6 km è molto bella perché sale sulle dune coperte da una magnifica vegetazione di pini e di fitto sottobosco, poi però per quasi 10 km corre dritta affiancando la strada e risulta abbastanza noiosa, infine però, attraverso un bel bosco, raggiungiamo il grande lago di Biscarosse e Parentis.
Dopo cena andiamo a salutare l'oceano ma il vento è molto forte e restiamo poco ad ammirare l'incantevole movimento delle onde.
Prima di addormentarmi fantastico pensando al nuovo MTW e mi vedo sulla spiaggia a passeggiare affascinato da onde enormi ed abili surfisti.
Devo però rimandare alla prossima tappa l'esperienza sulla sabbia oceanica, poiché Mimizan si trova su un'alta duna ed il mare è raggiungibile solo da una scalinata.
In compenso offre percorsi ciclabili magnifici, ed un ottimo clima.
Il giorno dopo siamo sulla Vélodyssée direzione Contis les Bains, dove c'è un faro alto 38 metri a strisce bianche e nere, e arriviamo fino a Cap de l'Homy.
Il percorso attraverso la rigogliosa foresta demaniale di Lit-et-Mixe è bellissimo, un continuo saliscendi sulle dune, l'alternarsi di un bosco fittissimo a grandi spazi aperti di bassi alberi di rigenerazione, l'aria frizzantina che accompagna il nostro correre nel silenzio pieno di suoni della natura ci fa sentire liberi e felici.
Abbiamo percorso 60 km davvero entusiasmanti, fa freddino perciò limitiamo il giro serale e ci prepariamo per il giorno seguente per una nuova tappa.
Lasciamo il bel campeggio di Mimizan ed in circa un'ora arriviamo al camping Campeole Le Vivier, a Biscarrosse Plage.
Il campeggio, immerso nella pineta, è pieno e ci trovano con difficoltà una piazzola, peraltro ancora occupata dagli attuali ospiti, che si stanno preparando alla partenza.
Ci siamo, anche Biscarrosse è su una grande duna, ma qui si va in spiaggia da una discesa di sabbia ricoperta da un grosso tappeto, ed io sono emozionato come un bambino per la trepidazione di provare l'MTW, ed arrivare vicino all'oceano. La spiaggia è vastissima e la sabbia nei primi 40 metri prima del bagnasciuga è finissima, le ruote sprofondano, ma all'andata fortunatamente arrivo in un lampo in riva all'Atlantico. Gironzolo avanti indietro rispondendo ai sorrisi di parecchie persone, alzo le mani al cielo ed abbraccio mia moglie felice di aver raggiunto una meta che nelle due volte precedenti avevo solo guardato da lontano.
Lo racconto senza dilungarmi troppo, il ritorno, complice anche una piccola salitina, mi vede insabbiato, il ruotino con ruota da 16" fino a metà e le ruote posteriori con copertoni da mountain bike almeno una ventina di cm. Nemmeno il tempo di cercare una soluzione, che due robusti francesi mi spingono fino alla salita con il tappeto, levandomi dal grande imbarazzo che stavo provando.
Il giorno seguente lo dedichiamo interamente ad un lungo percorso nella foresta che avevamo già fatto nel 2018 fino alla Petit Nice, vicino al meraviglioso paesaggio delle dune Du Pilat.
Il nostro viaggio prosegue alla volta di Cap Ferret sul bacino di Arcachon, in un camping che già conosciamo con servizi buoni per persone in sedia a rotelle.
Saliamo subito sull'alta passerella che domina l'oceano ma nemmeno il tempo di gustare l'immenso spettacolo che l'MTW si ferma, non risponde più ai comandi. Provo a spegnere tutto, verificare i collegamenti e riaccendere, ed ecco che tutto riprende a funzionare…vi risparmio tutte le frasi precedenti alla ripartenza del mezzo, le lascio alla vostra immaginazione.
Percorriamo la ciclabile che porta alla punta di Cap Ferret, molto dissestata, con radici che ingrossano l'asfalto rendendolo difficile ed accidentato: proprio per questo motivo poco prima del paese mi trovo con la ruota bucata. Per fortuna ho con me la bomboletta magica e la ruota torna a girare, e ci conduce nel villaggio dove, quasi inaspettato, troviamo un punto di noleggio bici. Tre ragazzi mi guardano, spiego che sarei più tranquillo se mi cambiassero la camera d'aria ed in un batter d'occhio mi portano una tinozza su cui accomodarmi (non hanno sedie) e riparano subito la ruota. Sorridono e mi dicono che l'operazione è gratis, lascio una mancia e una montagna di ringraziamenti perché sono stati davvero bravi e gentili.
Siamo impazienti di ritrovare la casetta di pescatori (scoperta in precedenti viaggi) con davanti lo spettacolo delle bianchissime dune Du Pilat, che si stagliano contro un cielo azzurrissimo e si specchiano nel golfo di Archacon. Ceniamo con 12 huitres speciali e 12 crevettes, ed un ottimo bianco di Bordeaux.
Riprendiamo il nostro giro fino alla punta estrema della penisola e ritorniamo al campeggio pienamente soddisfatti, giusto in tempo per ammirare l'eterno spettacolo della discesa del sole sull'oceano, in un ambiente selvaggio dove la natura può esprimere sé stessa senza l'intervento dell'uomo.
La tappa successiva è Montalivet Les Bains, da dove con le nostre biciclette arriviamo fino a Sulac sur la Mere, graziosissimo paesino disteso in riva all'oceano, ma il caldo la fa da padrone e pertanto dopo un frettoloso pranzetto ritorniamo velocemente in camping per trovare un po' di refrigerio sotto una doccia fredda.
In Italia, ma anche in tanti altri paesi europei, la doccia per persone in carrozzina è accessibile solo con la chiave, in Francia, tranne qualche rara eccezione, no, in quanto si afferma che il principio è che il disabile per questi servizi abbia la priorità ma non l'esclusiva. Succede quindi che mamme con bambini, anziani, giovani ecc. ecc. ben volentieri accedono alla doccia disabili in quanto più spaziosa e "poco frequentata".
Ho fatto questa premessa proprio per dirvi che al ritorno -molto accaldato- mi ero preparato per la doccia, ma eccola occupata, e quindi mi sono recato alla reception del campeggio convincendo i gestori a riservami una stanza con la chiave, "piccola vittoria".
La nuova meta in camper è Palmyra, una zona che non conosciamo, molto turistica.
Non appena sistemato il camper, siamo sulla Velodysée, facciamo parecchi percorsi, con tratti molto ombreggiati, alcuni con saliscendi da brivido, che però con l'MTW faccio in tutta rilassatezza, superando parecchie persone costrette a spingere la bici "muscolare" poiché

non riuscivano più a pedalare in salita.
Ed a questo punto lo so che in molti direte, ma non vorrai raccontare proprio tutto quello che hai fatto in oltre un mese vero? Ok avete proprio ragione, prendo le forbici e procedo con il diario.
L'ile d'Oleron famosa anche per i suoi venti, ci accoglie con un caldo niente male e pochissimo vento. Giriamo ugualmente con i nostri mezzi ecologici facendo percorsi bellissimi dove la natura la fa da padrona.
Lasciamo l'isola d'Oleron con un cambiamento fulmineo del tempo, passiamo da 40° a 29°, ed in seguito anche meno.
Visitiamo Chatelaillon Plage che dopo parecchie escursioni lasciamo, per l'ultima tappa sull'Atlantico, Notre Dame de Monts.
Anche questo è un luogo molto bello che visitiamo con vari percorsi tra foreste, spiagge e piccoli paesi. Proprio in questo posto riesco ad accedere alla spiaggia agevolmente con l'MTW in quanto l'oceano ha una marea lunghissima e pertanto la sabbia dura favorisce le mie escursioni a bordo mare.
Abbiamo deciso di rientrare passando lungo la valle della Loira per goderci la vista di alcuni castelli.
Prima tappa Rigny Ussè, dove sorge il bel castello di Ussè soprannominato "della Bella Addormentata" perché Disney ne ha tratto ispirazione per il suo film. Ci fermiamo in un camping semplice ma delizioso, dove hanno un locale utilizzabile da persone in sedia a rotelle ma privo di seggiolino e appoggi vari a noi necessari, insomma solo una stanza vuota con doccia. Per fortuna in camper ho sempre una sedia da utilizzare in queste circostanze, così riesco ad arrangiarmi.
Come ho promesso prima, taglio parecchie attività turistiche e vengo invece al primo episodio che mi ha rovinato la giornata.
Partiamo verso il castello di Villandry che dista circa 30 km dal nostro camping. Il percorso corre accanto alla Loira, davvero in riserva di acqua, anzi in alcuni tratti proprio in secca, tanto che sono stati sospesi tutti i tragitti turistici in battello. Arriviamo al castello che oramai è mezzodì e pertanto prima di entrare decidiamo di mangiare qualcosa. Terminato il pranzetto, mi accingo ad attaccare il Triride alla carrozzina, ma con stupore mi resta in mano un pezzo dell'attacco dove sto inserendo l'asta.
Siamo a 30 km dal camping, devo inventarmi qualcosa.
Lentamente provo a rimettere la vite e con l'aiuto di mia moglie che tiene il pezzo rotto in perfetto asse riesco ad agganciare il braccetto. Vedendo che non è affidabile, mi viene l'idea di togliermi la cinghia dei pantaloni e di utilizzarla per tenere fermo l'aggancio. Con molta circospezione e tanta ansia riusciamo a ritornare al campeggio.
Ci rimettiamo in camper per La Ville Aux Dames, vicina a Tours, con alle spalle una notte a pensare come risolvere il problema.
Ed ecco l'idea, praticamente ho tolto l'MTW, utilizzando l'inserto del braccetto e collocandolo al posto di quello rotto, ed in definitiva mi sono ritrovato con il Triride classico, avendo con me un paio di ruote di riserva.
Eccellente, posso continuare le mie escursioni, con gran sollievo mio e di mia moglie e quindi riprendiamo il viaggio con destinazione Gien, sempre sulla Loira, dove facciamo alcuni giri in bici. Ultima tappa sulla Loira è Nevers, cittadina molto interessante dove con l'aiuto del Triride riesco a girare bene per le ripide stradine.
E' tempo di tornare a casa.
Iniziamo il rientro con tappa Montgenevre, ma dopo aver percorso 150 km eccoci fermi a Roanne in panne.
E qui inizia l'odissea di cui facevo cenno proprio nelle righe iniziali di questo racconto. Premetto che in tantissimi anni di guida non mi era mai capitato che il mezzo si fermasse, per cui esperienza zero ed in più in uno stato estero, ed inoltre siamo al primo giorno di agosto. Attivo l'assistenza estera, mando la localizzazione, nel frattempo chiamo il mio meccanico italiano spiegando l'accaduto, e dalle mie spiegazioni sostiene che si tratta della rottura della frizione del cambio automatico.
Cerco di stare calmo, e nel frattempo attendo per parecchio tempo il carro attrezzi, che mi porta nel piazzale di un concessionario Fiat.
Sono quasi le 12,30, con il sole a picco, ombra completamente assente, un caldo asfissiante, siamo nel parcheggio del concessionario, che senza degnarci di una parola o di uno sguardo chiude il cancello perché è il momento della pausa pranzo.
Io e mia moglie ci guardiamo perplessi, non abbiamo ancora digerito o forse ben compreso che siamo in un mare di guai ed in una situazione un "po'" difficoltosa.
Mi faccio forza e comincio a mettere in ordine le priorità.
Bisogna stabilire le precedenze e certamente la prima è dove dormire questa notte, visto che in camper non si può, sia per il gran caldo sia perché nel piazzale del concessionario non è possibile.
Siamo nella zona industriale di in un piccolo paese a 100 km circa da Lione che si chiama Le Coteau.
Fortunatamente troviamo un albergo della catena Ibis a circa 200 mt dal luogo dove siamo in sosta forzata.
Ora rimane da vedere che fare per riparare il motore del camper.
E qui mi trovo difronte al responsabile della concessionaria che, non mostrando alcuna comprensione per la nostra situazione, ci dice che potrà vedere qual è il problema meccanico solo fra almeno 3 settimane e quindi che dovremmo attivarci per il nostro rimpatrio lasciando lì il camper.
Stentiamo a crederci perché quando si è in giro con il camper è come viaggiare con una casa appresso. Abbiamo con noi bici, guardaroba, cibo in frigorifero, strumenti informatici, e tante altre cose.
Nulli anche i tentativi da parte dell'assicurazione di trovare un'altra officina che prenda in carico la riparazione.
Dopo una notte insonne, mi rassegno e stabilisco che in Francia non è possibile riparare il camper perciò devo trovare una soluzione.
Provo a telefonare a caso a qualche azienda veronese che effettua trasporti di auto, senza trovare nessun tipo di riscontro positivo, dicono che è troppo distante.
L'indomani, dopo una seconda notte insonne, richiamo l'amico Giancarlo Marinello (INAUTO), alle 6,30 del mattino, e con mia incredulità eccolo pronto e vivace a rispondermi. Capisce le mie difficoltà e lo stato d'animo in cui mi trovo, ma lì per lì non ha soluzioni da propormi, se non coinvolgere nel

problema anche la moglie Antonella.
E questa sarà la chiave di svolta perché la Sig.ra Antonella, in pochissimo tempo, con la sua "bacchetta magica", trova un autotrasportatore che deve proprio venire in quei giorni a Lione a portare dei camper, e quindi disponibilissimo a prelevare il mio per portarlo a Verona dal mio meccanico. Comincio a vedere il bicchiere mezzo pieno e coltivo la speranza che tutto cominci a girare per il meglio. Nel frattempo l'assicurazione mi comunica che i tempi di rientro, mio e di mia moglie, saranno molto lunghi in quanto non riescono a trovare posti liberi, né in aereo né in treno.
Decidiamo che è necessario spostarci a Lione dove la ricerca dovrebbe essere più agevole. Trovato un albergo nei pressi della stazione di Lione-Part-Dieu, entriamo nel formicaio di persone che la affollano per trovare un treno chi ci riporti a casa. Ci rechiamo agli uffici di Trenitalia dove con qualche difficoltà, poiché risulta tutto esaurito fino a dopo ferragosto, riusciamo a trovare una soluzione intercettando il Frecciarossa alla fermata di Chambery per il giorno successivo. Ottimo, però c'è ancora un ostacolo, prenotare il servizio di salita sul treno per persone in sedia a rotelle.
Qualcuno sorriderà, invece in Francia la questione è estremamente seria, poiché il servizio sui treni internazionali viene eseguito solamente con un preavviso tassativo di 48 ore, previa esibizione dei biglietti. Per fortuna con l'aiuto dell'addetta alla biglietteria, che insiste con i suoi colleghi del servizio disabili per la particolarità della nostra situazione, riusciamo ad attivare l'assistenza per la salita sui treni. La prenotazione invece in Italia con la Sala Blu per l'assistenza è molto agevole ed avviene senza intoppi. Il giorno seguente, non appena siamo sul treno locale che ci porta a Chambery per prendere poi il Frecciarossa per Milano, ci viene quasi da piangere per la felicità.
All'una di notte arriviamo a Verona contenti e soddisfatti di essere finalmente a casa.
Condivido con voi alcune considerazioni. La Francia è un territorio bellissimo e la gente complessivamente è disponibile e civile, io sono stato sfortunato, a trovare un individuo così privo di sensibilità e professionalità. Molto discutibile anche l'atteggiamento a Lione del personale addetto al servizio disabili, visto il mio stato improvviso di necessità, tanto più che nell'ora del servizio di salita al treno, nell'apposita sala d'attesa c'ero solo io.
La vita è un viaggio, ed io e Licinia, da anni percorriamo itinerari, raggiungendo località e luoghi che hanno sempre fascino e cultura, che alimentano la nostra mente, arricchiscono il nostro spirito e appagano la nostra voglia di vedere e confrontarci con altre realtà.
Non bisogna mai arrendersi ma lottare sempre, anche viaggiando.
La Francia al momento può attendere ma... prima o poi... ci ritorneremo!
Buon viaggio a tutti.



"Il viaggiatore riconosce il poco che è suo,
scoprendo il molto che non ha avuto e non avrà"
Italo Calvino

GIOCHI SENZA BARRIERE

Intervista a Giovanni Malagò, presidente del Coni

"Lo sport non conosce discriminazioni. Le abbatte. Annulla ogni differenza e non lascia indietro nessuno"

TEMPO LIBERO: Può tracciare un bilancio delle misure adottate finora dal Coni (Comitato Olimpico Nazionale Italiano) sotto la sua direzione e descrivere le strategie messe in campo per stimolare e valorizzare la pratica dello sport in Italia, a livello professionistico e non?

"Parto da una premessa doverosa: i provvedimenti normativi introdotti alla fine del 2018 hanno rivisitato i perimetri d'azione dei vari soggetti istituzionali che operano nell'interesse della crescita del movimento. Detto questo il Coni, come diretta emanazione del Comitato Olimpico Internazionale (Cio), ha il dovere di seguire e rispettare i dettami della carta olimpica. La promozione del nostro mondo e dei valori che lo caratterizzano fanno parte della mission e della nostra genetica. Mi piace ricordare i numeri, che meglio di qualsiasi altra riflessione, rappresentano una fotografia attendibile dell'impegno messo in campo per promuovere l'importanza dell'attività fisica, attraverso iniziative, sinergie e investimenti anche in ambiti che eccedevano i compiti statutari dell'Ente: nel 2018 il 35,3 per cento delle persone di oltre tre anni ha dichiarato di svolgere nel proprio tempo libero una o più attività sportive. È stata la percentuale più alta dell'ultimo ventennio rilevata dall'Istat, +4,7 punti percentuali rispetto al 2013, anno del mio insediamento alla guida dell'Ente. Un dato che rende il senso dei progetti sviluppati a ogni livello per radicare, il più possibile, la cultura sportiva."

TEMPO LIBERO: Ritiene auspicabile la ricerca di una sinergia tra sport professionistico e mondo dell'associazionismo e del volontariato ai fini del recupero e del rafforzamento della socialità e della convivenza civile, con particolare riguardo per le persone svantaggiate? In caso affermativo quali sono le strategie comuni da mettere in campo?

"Lo sport, per definizione, non conosce barriere. Le abbatte. Sa annullare ogni differenza costruendo ponti all'insegna di un messaggio universale che non lascia indietro nessuno. Il Coni non opera distinzioni, riconosce 371 discipline che afferiscono ai vari organismi affiliati all'Ente ed è necessario fare gioco di squadra nell'interesse della crescita del sistema che è una base granitica per consentire al paese di esplorare nuovi orizzonti di crescita, anche a livello culturale: il nostro mondo, in questo senso, può recitare un ruolo di primo piano."

TEMPO LIBERO: Mai come quest'anno il nostro paese ha ottenuto risultati entusiasmanti in molte discipline, dall'atletica al nuoto, passando per la pallavolo, fino ad arrivare alla ginnastica. Unica eccezione il calcio, con la delusione dovuta all'esclusione dai campionati mondiali. Quali insegnamenti trarre da questa stagione senza precedenti?

"Abbiamo vissuto un 2021 da record, che ci ha visto secondi nel mondo solo dietro agli Stati Uniti per podi conquistati ai Giochi Olimpici, ai Mondiali e ai Campionati continentali, davanti a tutte le altre superpotenze. Un anno indimenticabile, i cui effetti sono stati confermati nella prima parte del 2022. Siamo reduci dalla vittoria del medagliere integrato degli Europei delle discipline acquatiche disputato a Roma, con quelli multisport disputati a Monaco: primi anche per numero di podi nelle discipline olimpiche. Un risultato che inorgoglisce, considerando anche il nostro bacino di riferimento, perché premia un lavoro orizzontale che ci ha portato a eccellere in ogni ambito. Senza dimenticare i risultati conseguiti da un'altra grande missione a Pechino, in occasione dei Giochi Olimpici Invernali, e dalle vittorie dei medaglieri dei Giochi del Mediterraneo e del Festival della Gioventù Europea Estivo, oltre agli strepitosi successi ottenuti nei Mondiali delle varie discipline. Poi c'è stata anche qualche delusione: penso alla mancata qualificazione mondiale della Nazionale di calcio che però aveva vinto gli Europei. Direi che il bilancio, in assoluto, è decisamente positivo. Lo sport ci insegna quotidianamente che non ci si può cullare sui risultati ottenuti ma è necessario alimentare il movimento, rinnovare gli obiettivi, implementare i programmi tecnici e i metodi di allenamento, favorire il ricambio generazionale. In prospettiva è il vulnus da sanare, perché è necessario tentare di neutralizzare i riflessi del costante calo demografico."

TEMPO LIBERO: Il campionato europeo di calcio femminile che si è tenuto lo scorso luglio ha fatto registrare un'attenzione e una partecipazione del pubblico senza precedenti. Si è aperta una nuova epoca per uno sport considerato "maschio" per eccellenza?

"Un grande segnale che esprime la capacità di evoluzione del sistema seguendo un approccio culturale all'altezza, sulla scia delle determinazioni del Cio che sta lavorando da anni sulla parità di genere, come evidenziato dalle iniziative intraprese in ogni ambito e dai programmi olimpici in occasione dei Giochi Estivi e Invernali. Bisogna andare incontro al futuro e rimuovere stereotipi anacronistici per vincere le sfide che ci attendono."

TEMPO LIBERO: Ritiene giusta l'eliminazione della Russia da tutte le manifestazioni artistiche e sportive a livello mondiale? E in ogni caso qual è il ruolo dello sport in questi anni difficili, attraversati da guerre e pandemie, oppressi da disuguaglianze e ingiustizie crescenti?

"Il Cio ha adottato una risoluzione chiara e decisamente tempestiva: la Russia ha violato la tregua olimpica, che vale fino ai 7 giorni successivi al termine dei Giochi Paralimpici ed era sacrosanto intervenire. Ovviamente la filiera sportiva prevede che le varie Federazioni Internazionali recepiscano le decisioni del Comitato Olimpico Internazionale e le attuino nel loro alveo di riferimento. Il segnale andava lanciato: la sicurezza degli atleti e dei funzionari russi e bielorussi non poteva essere garantita a causa di sentimenti ostili nei loro confronti dopo l'invasione dell'Ucraina ma lo sport rimane l'espressione più nitida del concetto di fratellanza e di uguaglianza, l'orizzonte cui tendere per evitare discriminazioni. Lo sport è l'espressione più nitida del concetto di fratellanza e di uguaglianza, un orizzonte senza discriminazioni".

Intervista integrale, dal sito: https://www.fitel.it/tempo-libero/tempo-libero-rivista-di-cultura-sport-turismo-sociale-e-servizi-al-tempo-libero-trimestrale-fitel-luglio-settembre-2022-n-130/

MONDIALE DA RICORDARE PER BRUNELLI E CROSARA

Gioie mondiali: Brunelli, Crosara e Rossi con la squadra azzurra

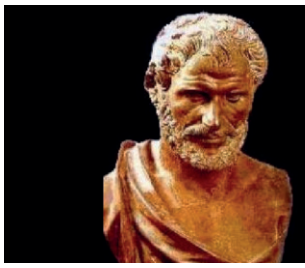
News dei metalli migliori dai Mondiali paralimpici di Granada: Giada Rossi è campionessa iridata nel singolo, e nel doppio femminile con Michela Brunelli, argento invece con Federico Crosara nel doppio misto introdotto quest'anno nel mondiale andaluso. Vent'anni di differenza e un feeling perfetto negli scambi: Brunelli e Rossi (classe '74 e '94) hanno confermato la forza di coppia già bronzo a Tokyo 2020 battendo le thailandesi Dararat Asayut e Chilchitraryak Bootwansirina al termine di una gara durissima per 3-1. «Anche dopo tanti anni di attività» commenta la Brunelli «giocare per traguardi importanti crea pressioni e vincere regala emozioni sempre nuove. Quando le avversarie cercano di giocare al centro siamo talmente coese che non passa una palla. L'intesa è il nostro punto di forza». Non mollare mai è il loro motto, poi ci sono state le parole del ct Alessandro Arcigli a ricordare che forza di ragazze sono, e l'energia dei compagni in panchina ha fatto il resto. «Bisognava –ricorda Michela- rimanere sempre concentrate, ci siamo riuscite. In finale abbiamo trovato le thailandesi, che avessero superato le coreane per me è stata una sorpresa, e averle battute per due volte motivo di soddisfazione». Certo nel singolare avrebbe sperato in qualcosa di meglio, ma purtroppo è uscita ai quarti contro la slovacca Alena Kanova, «al termine di una buona prestazione. In passato mi era capitato di non riuscire a fare ciò che avevo preparato, a Granada non è mai accaduto. È stata una manifestazione molto positiva per me. Lei e la Rossi ringraziano oltre a Arcigli, i tecnici Hwang Eunbit e Massimo Pischiutti, il preparatore atletico Alessandro Sellan, gli infermieri Mauro Bianchin ed Eva Pittin, le fisioterapiste Elisa Quaglia e Anna Simonatto, e tutti i compagni di Nazionale. Secondo mondiale invece, e primo argento nel nuovo misto, per Federico Crosara, che racconta: «La vittoria nel torneo di Ostrava non ci aveva illusi, io e Giada sapevamo che in Spagna il livello tecnico sarebbe stato più alto, ma ce la siamo cavata bene, l'affiatamento ha funzionato anche nella durissima finale contro i due atleti coreani Seu Su Yeon e Park Jin Cheol, lei molto forte sul controllo e sul palleggio, lui attaccante fenomenale. Reggere il ritmo era complicato. Ci siamo resi conto che nel doppio misto possiamo competere ad alto livello. Quest'argento è stato un ottimo risultato». Crosara è andato fuori agli ottavi nel singolare, eliminato dal brasiliano Guilherme Da Costa, «una sconfitta amara da accettare». Poca fortuna anche per Federico Falco, altro bentegodino: si è arreso negli ottavi dopo una strenua battaglia all'ungherese Endre Major conclusasi solamente al quinto e decisivo set.

PARTECIPA ANCHE TU ALLA VITA DEL G.A.L.M.

Lo puoi fare iscrivendoti alla MAILING LIST

iscrivendoti alla MAILING LIST avrai la possibilità di comunicare con molte altre persone con lesione al midollo spinale per chiedere informazioni e consigli che possono aiutarti a migliorare la qualità della tua vita.

Per iscriversi invia una mail a info@galm.it indicando il tuo nome ed il tuo indirizzo di posta elettronica; oppure con un "mi piace" sulla pagina Facebook del GALM. Potrai così seguire tutte le notizie e i commenti su problematiche legate alla disabilità ed in particolar modo alla lesione al midollo spinale; oppure visitando il sito www.galm.it.



La giustizia è l'utile del più forte

Trasimaco

L'AUTO (SI, VIAGGIARE)

di **Valeria Ghidoli**

L'acquisto di un'automobile è sempre impegnativo, ma per noi disabili lo è ancor più, perché, oltre al prezzo, le prestazioni, la cilindrata, la marca e possibilmente la carrozzeria, nonché lo spazio del garage o del parcheggio, occorre valutare altri aspetti, in riferimento alla nostra mobilità e al tipo di carrozzina che abbiamo. In particolare, si dovrà valutare il tipo di guida, le dimensioni e gli spazi interni.

Occorre poi pensare al tuo tipo di carrozzina: è una carrozzina grande, elettrica? Ci sono dei veicoli in cui puoi salire da dietro e, attraverso un sistema di rotaie, ti puoi posizionare direttamente al posto di guida. In questo caso occorre un'auto col portellone molto comodo e ampio. Altre si aprono di lato, e si può entrare con la carrozzina posizionandosi direttamente al posto guida. Hai una carrozzina manuale e sarai l'autista tu stesso? Sarà più comodo evitare il suv, perché la maggior altezza del sedile richiede un dispositivo in più per raggiungere il posto guida. Molte persone non sanno consigliarti bene: in quanto disabile, penseranno che ti si confaccia un suv o un furgoncino. Ma se la tua è una "semplice" paraplegia non ha senso il furgoncino, e il suv sarà, almeno all'inizio, troppo alto per te. Dipende anche dalla tua statura, dalla lunghezza delle tue braccia. In realtà l'etichetta di "disabile" è molto generica, significa vabbè che sei poco o tanto più "sfigato/a" degli altri, ma non colloca la tua fatica in una dimensione precisa. Questa definizione risulta quindi inutile ai fini della personalizzazione dell'auto: del resto la Commissione medica, che ti esamina prima di darti la patente speciale, ti impone per iscritto, su un documento, anche gli ausili di cui ti dovrai dotare per poter guidare. Gli **ausili** per la guida sono dei meccanismi che permettono di guidare senza dover usare i piedi e/o usando al minimo anche le mani. Per poter montare questo tipo di comandi ci vuole un'officina specializzata, che possibilmente ti faccia provare a guidare con questi dispositivi. L'auto dovrà avere il **cambio automatico**, e anche questa è una variazione a cui ti dovrai abituare. Per prendere la patente speciale si devono fare delle guide su un'auto con i comandi modificati, ma le auto della scuola-guida hanno dispositivi molto standardizzati, mentre invece ne esistono di tanti tipi. Per questo è meglio rivolgersi a un'officina specializzata, con esperienza, anche se distante qualche chilometro da casa tua.

Il tipo di carrozzina è determinante per la scelta. Se abbiamo una carrozzina manuale, a spinta, dobbiamo considerare se è pieghevole a crociera o rigida con schienale ribaltabile.

Nel primo caso la carrozzina verrà riposta nel vano dietro il sedile di guida; occorre perciò valutare lo spazio che separa il sedile di guida dai sedili posteriori. Si può fare da soli, ma esistono anche dei sistemi a carrucola (verricello) che vengono montati appositamente dall'officina di cui sopra.

La carrozzina rigida invece richiede una certa manualità nel montaggio e smontaggio delle ruote, un'operazione molto semplice ma che bisogna imparare. Le ruote vengono sfilate e riposte nel vano posteriore, il corpo della carrozzina invece troverà posto sul sedile del passeggero (c'è chi riesce a metterla dietro). Questa operazione richiede un po' di pratica e una certa forza. Si svolge meglio con una porta ampia, perché, per caricare la carrozzina, devo abbassare il sedile di guida fino quasi a sdraiarmi, e sollevare il corpo della carrozzina dal basso con un movimento ampio. In questo caso è importante che i sedili siano facilmente reclinabili, per poter attuare velocemente le manovre che prevedano il fatto di sdraiarsi (ad es. per passare le ruote dietro, passare la carrozzina smontata sul sedile fianco, ecc.)..

Le portiere devono essere abbastanza ampie per garantire:

l'ingresso in macchina da parte del/della carrozzato/a

le manovre di carico e scarico della carrozzina.

Si consiglia di apporre la gommina per riparare il bordo delle portiere: molto spesso andranno a sbattere contro il muro del garage!

Il baule. Dovrà essere comodo, per poter contenere la carrozzina, nel caso in cui si viaggi con qualcuno. Meglio che abbia un'apertura abbastanza ampia e piuttosto bassa, in modo da consentire le operazioni di carico/scarico senza troppa fatica. E' importante preoccuparsi degli altri (amici, caregiver) anche perché questa operazione, se faticosa, demotiva i tuoi accompagnatori (la gente non vuole far fatica, ha paura di sporcarsi con le ruote, ha paura di urtare la macchina e rovinare la carrozzeria, ecc.). È utile foderarlo con un tappetino di gomma in modo che la carrozzina non rotoli di qua e di là. Si possono anche usare dei ganci elastici, o dei cunei. Il baule ampio (o reso più ampio ribaltando i sedili posteriori) ti permetterà anche di caricare il Triride, se vai a fare qualche gita.

Riassumendo: l'auto deve avere le seguenti caratteristiche:

cambio automatico, ausili, porte ampie, spazio interno sia per la carrozzina smontata o piegata, che per la carrozzina "intera" (nel caso avessimo un passeggero).

Siti web interessanti:

https://francescarestuccia.com/rolling-life/tutorial/come-salire-e-scendere-dallauto-in-carrozzina

https://www.youtube.com/watch?v=sdb_J8guzVs&ab_channel=MassimoCorada

https://www.disabili.com/prodotti/articoli-qprodotti/guida-disabili-come-caricare-la-carrozzina-in-auto

BUON VINO FA... BUON RICICLO!

Classifiche di eccellenza e strategie per inquinare di meno

di **Valeria Sani**

Secondo una comunicazione del presidente Zaia, l'anno che -si spera!- ci vede in uscita dalla pandemia premia, come da giudizio di Legambiente, il lavoro virtuoso che la Regione Veneto ha intrapreso. Obiettivo finale, diventare sempre più una zona "Rifiuti Free", migliorare quindi lo standard già buono raggiunto anche attraverso il contributo dei comuni 'più ricicloni' citati nel rapporto annuale Arpav. «È un risultato che va condiviso con i Comuni di Refrontolo (il migliore in assoluto, con soli 39 chili pro capite non riciclati e con una raccolta differenziata del 92%), a seguire San Biagio di Callalta e Cappella Maggiore, Montebelluna, Castelfranco Veneto, Mira, Conegliano e Treviso, che a vario titolo raggiungono risultati formidabili. Idem per 'Le Colline del prosecco di Conegliano Valdobbiadene, luogo Patrimonio Mondiale Unesco, che guadagna il titolo di 'Rifiuti Free" con una produzione di rifiuto a smaltimento inferiore a 75 kg procapite», così si esprime Luca Zaia nel comunicato. Per quanto riguarda i Comuni più popolosi il primato va a Montebelluna con 62 chili abitante a smaltimento e il 90% di raccolta differenziata, seguono Castelfranco Veneto, Mira, Conegliano e Treviso. Le città sopra i centomila abitanti (Padova, Venezia, Verona e Vicenza) sebbene rappresentino il 17% degli abitanti del Veneto, incidono sulla produzione di rifiuti SOLO per il 30%. Spiega Legambiente che in quasi tutti questi comuni negli ultimi anni si è visto un miglioramento, ma non ancora sufficiente. Solo Vicenza raggiunge una percentuale di raccolta differenziata superiore al 70%, valore che è ritenuto il minimo obiettivo per queste città. In affanno Verona, che da sola è responsabile del 10% (62.803 tonnellate all'anno) del rifiuto che va a smaltimento in Veneto. Nel particolare della nostra Provincia, Sommacampagna si è classificato primo, tra i Comuni con più di 15mila abitanti. Oltre a una corretta raccolta differenziata, è indispensabile che la quota di secco residuo si attesti sotto i 75 chili per abitante, come specificato poco sopra: ebbene, Sommacampagna ha una produzione pro capite annua di indifferenziato di 62,3 chili e differenzia per l'88,1%. Ma questo paese così virtuoso ha anche altre frecce al suo arco. Sapete che si possono trasformare i mozziconi di sigarette in materiali plastici per gli usi più svariati? È una nuova strada, una nuova sfida di cui tutti gli abitanti si possono fare portavoce. I mozziconi sono il rifiuto più presente per le strade e nei luoghi pubblici: ne sono state raccolte grandi quantità dai ragazzini del paese che hanno partecipato a fine ottobre alla giornata 'Puliamo il mondo'. Così il Comune ha deciso di installare alcuni raccoglitori nelle zone più frequentate del capoluogo e della frazione, aderendo ad una iniziativa lanciata da una azienda innovativa, per radunarli e avviarli a una trasformazione che ne consentirà il riutilizzo. Si tratta di un sistema per la purificazione e trasformazione dei mozziconi in un polimero plastico. Ma i cittadini potranno anche raccogliere a casa i mozziconi e conferirli all'Ecocentro comunale nei contenitori dedicati. Serve da parte di tutti un piccolo gesto per contribuire alla tutela dell'ambiente, trasformando un rifiuto in risorsa. Sommacampagna è il primo Comune della Provincia ad aderire a questo progetto sperimentale. Bisogna, in sintesi, perseguire negli anni la strategia della graduale ma costante riduzione della produzione di rifiuti destinati allo smaltimento in discarica, e al contempo incrementare la raccolta differenziata, valorizzare il prodotto riutilizzabile. Pensate che una volta gettati a terra, passati nei tombini e finiti in mare, i mozziconi di sigaretta impiegano anni a decomporsi, incrementando -con il rilascio in natura di numerose sostanze tossiche- l'inquinamento della terra, la contaminazione dell'acqua, danni permanenti ad uomini ed animali. Una indagine promossa dall'associazione Marevivo insieme a Bat Italia (British American Tobacco), «Piccoli gesti, grandi crimini», evidenzia che più della metà delle sigarette è fumata fuori casa. Bene, di queste 'cicche' spente solo il 30% viene conferito nei cestini, mentre il rimanente viene gettato a terra.

Con le conseguenze appena evidenziate. Possiamo migliorare?

Risposta scontata...adesso che abbiamo capito come si fa.

Qualunque cosa tu possa fare o sognare di fare, incominciala.

L'audacia ha in sé genio, potere e magia. Incomincia adesso.

Goethe

visto per voi

A CHIARA

di **Valeria Sani**

Ho rincorso con tenacia questo film. Il manifesto con il viso di Swamy Rotolo, vincitrice con questa sua interpretazione del Davide di Donatello 2022, è di fatto indimenticabile, una volta visto. Tre volte mi è passato davanti e non l'ho colto. La quarta, presentatasi in sordina in un cinema fuori cintura urbana, pomeriggio piovoso assai – più unico che raro nell'aridissima annata 2022, 5 persone in sala, è stato finalmente acchiappato, e… ognuno dei 121 minuti del film è stato una ricompensa.

"A CHIARA" appartiene, per dichiarazione del regista Jonas Carpignano, ad una speciale 'trilogia' (Mediterranea, 2015 e A Ciambra, 2017) ambientata a Gioia Tauro, nella quale le tre realtà anomale della città, che lui stesso descrive: << …nel 2010, non avevo l'idea di una trilogia in testa, volevo solo saperne di più sui disordini. Abbastanza presto ho però capito che volevo fare tre film sui tre volti di questa cittadina. Il primo era dato dalla comunità africana, il secondo da quella rom (un tempo nomade ma ora sedentaria e stabilitasi a Gioia Tauro) e il terzo dalla malavita, ovvero tutte quelle persone coinvolte nell'economia sommersa creata dalla mafia>>, sembrano rappresentare proprio la cifra della città. Ma, a voler essere onesti, le tre realtà sono intimamente connesse a tutto il tessuto regionale della Calabria, in alcuni punti più che in altri. Di questo straordinario film, che apre con una splendida panoramica sulla famiglia Guerrasio, il punto di forza di grande impatto emotivo è che in realtà a recitare è tutta la famiglia Rotolo, padre madre e sorelle di Swamy, nessuno di loro mai stato prima davanti ad una cinecamera. Che li sorprende a brindare ai 18 anni della figlia primogenita Giulia, sparandoci -negli occhi e nelle orecchie- la vita in diretta, i dialoghi, i rumori, i cori, le canzoni e musiche di una festa tra parenti ed amici, piena d'amore, di gioia, una esplosione di allegria e positività. Chiara ha un legame strettissimo con la famiglia, e viscerale con il padre Claudio. E' l'adolescente che tutte noi donne siamo state, amiche palestra musica scuola, con gli occhi intelligenti ben aperti sul mondo. Per loro, la sera che esplode un'auto parcheggiata davanti a casa -episodio preceduto da una accesa discussione dei genitori che la ragazza tra sonno e veglia, via via sempre più risvegliandosi, ha colto- per quegli occhi affamati di conoscenza e non intenzionati a farsi ingannare, Chiara inizia un nuovo percorso, il distacco dall'oggettivo rassicurante al soggettivo inquietante, misterioso, tutto da scoprire e da capire. Il padre dopo l'esplosione scompare. E le motivazioni incerte fornite non convincono adesso, la sorella non è più sentita complice ma nemica, come la mamma Carmela, che difende con accanimento la sua completa adesione alla vita segreta della famiglia. Poi, una notte, sempre tra sonno e veglia, Chiara intuisce in casa la presenza del padre. Scopre così, appena gli adulti lasciano campo libero, l'esistenza di un passaggio segreto nel camino del salone, di quelli a scomparsa tanto usati da tutti i latitanti di tutte le mafie del mondo: con un meccanismo che scattando apre ad una scala, a una stanza segreta sotto la casa, attrezzata per una lunga sopravvivenza, e poi ad un cunicolo che ha come uscita una botola nel campo dietro il giardino. Diventa così frenetica la rincorsa al padre, spesa con la caparbia ostinazione dell'affetto, e del voler sapere. Ed è scontato che lo trovi. Dopo lunghi giri da casa verso la periferia in macchina con lo zio finalmente convinto, e fuori città, inerpicandosi sulla montagna, e piove, c'è nebbia, e poi bisogna scendere dall'auto, e avventurarsi da sola nella desolata landa incolta e ventosa, lunare, fino a che suo padre improvvisamente si materializza dal nulla, uscendo da una botola del terreno come da una tomba. Questi uomini, che si nutrono di potere e di terrore, a tal punto deviati da preferire una prematura specie di morte, nei cunicoli sottoterra, di esclusione, di rinuncia a vita ed affetti… suo padre! … che persone sono. Chiara se lo chiede. Ma ancora non è sufficiente. Così lo accompagna in un incontro tra trafficanti di n'drangheta, vede, tocca con mano cosa quell'uomo tanto amato è, quel che fa.

Dopo una tale esperienza, è più facile forse fare la scelta sbagliata per il resto dei giorni. Sua madre, sua sorella, l'hanno fatta.

C'è amore a piene mani in questa pellicola, per la vita, per la Calabria, per gli esseri umani liberi di mente e di cuore, per la verità, per la giustizia, e perché no per il cinema. La scelta -accerchiata da ogni dove da sofferenza e da fuorvianti incertezze- che Chiara farà, è la dichiarazione di questo amore. Ci dice che molti strumenti, se usati da persone consapevoli, da istituzioni che funzionano, da una coscienza civica e morale che NOI dobbiamo ricercare perseguire e praticare, portano a diventare cittadini e individui migliori.

Swamy/Chiara vince il premio meritatissimo, a mani basse, ma Claudio Rotolo (Claudio), Grecia Rotolo (Giulia), Carmela Fumo (Carmela), Giorgia Rotolo (Giorgia), Antonio Rotolo (Antonio), Vincenzo Rotolo (Enzo), L'INTERA FAMIGLIA Rotolo, è caso unico di bravura.

In sintesi, sì, un film da inseguire.

L'"ALTRO CANTO"

di **Valeria Ghidoli**

In piedi da sinistra:
Loredana, Claudio, Fiorella Moro, Liuccia, Luciana
sedute da sinistra: Giulia, Viviana, Valeria, Barbara, Marina

Concerto La vita è bella del 12 novembre 2022
presso la sala consiliare del comune di Sona
https://youtu.be/SOM__STQOgs

Storia. Verso la fine del 2018 nasce, all'Ospedale Sacro Cuore di Negrar, l'idea di coinvolgere i pazienti mielolesi, e anche quelli cerebrolesi, in un'attività di canto. La neurologa, dr.ssa Rossi, è convinta che questa attività possa costituire una forma di riabilitazione dell'apparato respiratorio e del diaframma, spesso compromessi nel tempo dalla posizione in carrozzina, e nell'immediato, dall'estubazione dei pazienti con lesione a seguito di trauma. Questa idea prende forma con la collaborazione dell'insegnante Fiorella Moro, insegnante e musicoterapista, che presta la sua opera presso l'ospedale fino all'avvento delle norme anti-Covid (2020). Successivamente, le persone che avevano partecipato, ormai dimesse dall'ospedale, si ritrovano a cantare presso una casa religiosa, ma l'attività del canto produce molta emissione d'aria. Con il lockdown, perciò, si opta per l'insegnamento on line. Solo in primavera del 2022 ci si potrà ritrovare in presenza presso la sede del GALM, che intanto era stata ristrutturata e inaugurata. In seguito si sono aggiunte persone con altre motivazioni (tra cui l'unico uomo -per ora, che è il marito di una di noi). Purtroppo i pazienti dell'Unità Spinale dovranno ancora attendere per questa forma di riabilitazione respiratoria, pensata per affiancare quella tradizionale. Questa idea nasce da una visione olistica della persona, che tiene conto anche dell'importanza dell'espressione di sé. Infatti, soprattutto in questi soggetti fortemente limitati nella loro libertà d'azione, l'aggregazione e l'esplosione della voce rimandano positività, perché danno il senso di poter attivamente incidere sul mondo circostante.

Il metodo. "Questa attività ha come scopo quello di potenziare, attraverso il canto, la muscolatura che mette in moto il diaframma permettendo così una migliore respirazione. La migliore ossigenazione permette anche una migliore ricaduta a livello cardio-circolatorio, a livello del cervello, per non parlare poi del volume e della qualità vocale, che è la base della comunicazione" (Fiorella Moro) Questa attività piacevole ci permette di lavorare anche quando il cervello non è in grado di gestire consapevolmente il diaframma.

Le sedute /lezioni si svolgono con alcuni esercizi iniziali di "riscaldamento", sia fonetico che vocale: produzioni di suoni labiali, vocalizzi, scioglilingua. Successivamente l'insegnante propone dei pezzi artistici, scelti con determinati criteri di difficoltà di articolazione e di memorizzazione, che vengono cantati insieme utilizzando una base digitale di accompagnamento. L'apprendimento dei vari brani si implementa nel tempo, migliorando anche le capacità mnemoniche dei cantanti. Lo stile dell'Insegnante è stato quello dell'incoraggiamento e dell'esempio: la direzione di un coro implica -nel nostro caso- anche la profusione di un'energia con un'attività fisica che Fiorella rende esplosiva. I suoi movimenti ci costringono a stare "a tempo" -noi che qualche volta tendiamo a "sederci" sulle note allungate-, e rimandano ai nostri neuroni-specchio un'immagine di grande vitalità, che non possiamo esprimere col corpo, ma che vogliamo conservare nella nostra mente.

Con lei ci si sente parte di un progetto globale, in cui ognuno viene valorizzato. In questo modo si evita, anche in un contesto come quello di un'esibizione a teatro, di sentirsi in ansia da prestazione: la Maestra, durante le prove, se necessario ci "sgrida" (come gruppo), ci spinge al miglioramento ma senza mai sminuire il gruppo o le persone. Conferma, stabilisce tempi e ruoli, accoglie le difficoltà, valorizza i risultati.

Le attività del gruppo. Ci troviamo a cantare tutti i martedì mattina, nella sede del GALM, a Pedemonte. Ultimamente una di noi, Luciana, ha avuto l'idea di partecipare a una rassegna di spettacoli a Sona, e ci è stata riservata una serata intera. Abbiamo preparato una quindicina di pezzi tra colonne sonore (una di queste, "La vita è bella", ha dato il titolo al concerto), canzoni swing (molto ritmate) e pezzi operistici.

Di ogni pezzo Fiorella ci raccontava la storia, e questo ha accresciuto la nostra cultura musicale. Il video è accessibile su YouTube al link https://youtu.be/SOM__STQOgs

In programma, sabato 12 dicembre, abbiamo uno spettacolo a Valeggio, nella scuola media dove insegna Fiorella. Lei ci vuole presentare ai suoi studenti come esempio di resilienza.

Noi parteciperemo volentieri, prima di tutto per far sentire la nostra voce, e poi forse anche per incontrare questi ragazzi, all'alba della loro vita, nella stagione in cui ancora non si sa chi siamo e chi diventeremo. Crediamo che incrociare l'allegria di persone che pure hanno vissuto un dramma, sia, per loro, rassicurante.

INSIEME È MEGLIO

Domenica 18 dicembre, presso il Ristorante 'da Gian' di Negrar, molti soci GALM hanno partecipato al tradizionale pranzo di Natale, consueto appuntamento per scambiarsi gli auguri prima della festa della Natività. C'erano Elia Barcella, Cristian Benedetti, Mario Castello, Giovanni Conati, Alessandro Consolaro, Marino Cortese, Gabriella Fermanti, Marina Marchesi, Giacomo Murari, Alessio Padoan, Luca Padovani, Giacinto Scandola, Maria Tirapelle e Luigi Tommasi. Con loro erano presenti anche numerosi e simpatici accompagnatori. All'incontro hanno preso parte anche i volontari Danilo Castellarin e Valeria Sani. Natale, tra tutte le solennità cristiane, è la festa per eccellenza della famiglia e, per molti aspetti, il GALM è proprio una famiglia che condivide gioie e dolori. Riunirsi intorno a un tavolo favorisce lo scambio di esperienze e soluzioni per affrontare la quotidianità e solo il fatto di scoprire che un nostro problema è uguale a quello di tanti altri, lo rende più affrontabile. Questo è il vero senso della convivialità natalizia. A volte succede invece che il mondo moderno preferisca celare le problematiche con gli addobbi, le luci intermittenti e la carta luccicante dei regali. I doni veri sono la riconciliazione con un figlio, la riappacificazione con un genitore, il chiarimento con un parente, il perdono inaspettato ricevuto da un amico, la forza del gruppo per la difesa di diritti conquistati a fatica.
Questo vuole essere il nostro messaggio per l'anno nuovo, appena iniziato.

15ma EDIZIONE DEL TALENT SHOW THE ORIGINAL

Il gruppo dei vincitori, dei presentatori e degli organizzatori

Nel gremito Palasport dedicato a Bruno Ruffo, si è tenuta a Colognola ai Colli il 10 dicembre la 15esima edizione del Talent show the original, manifestazione organizzata da Talent Eventi, Comune e Polisportiva, che si è riconfermata fucina di giovani artisti, sempre graditissima al pubblico. I proventi dello spettacolo, con ingresso ad offerta libera, sono stati devoluti al Galm (Gruppo animazione lesionati midollari). Data la bravura di tutti i debuttanti, non è stato facile scegliere i vincitori per la giuria di esperti, presieduta da Luca Salvi, medico fisiatra presso l'Ospedale Sacro Cuore Don Calabria di Negrar (dove si occupa di riabilitazione neurologica, uno dei referenti del Galm), qui in veste speciale, poiche' ha sostituito all'ultimo il presidente storico, l'avvocato Guarienti, assente per motivi di salute. Lo showman Paolo Somaggio, ideatore e conduttore dello spettacolo, affiancato durante la serata prima da una giovane presentatrice, Sofia, e poi dalla modella e attrice Maira Salvagno ha festeggiato il successo dello spettacolo anche con la regista, Clara Albi Castello, socia del Galm assieme al marito, e ancora, a completare la presenza del Galm alla serata, ospite anche la socia Francesca Marchi, cantante. «Abbiamo sempre creduto in questa manifestazione», hanno precisato gli assessori Marchesini e Nogara e il sindaco del paese Giovanna Piubello, sottolineando come la manifestazione sia «sempre attesa nel territorio e importante per la duplice finalità sociale rivolta ai giovani e anche solidale, una vetrina dai risvolti sociali importanti». Gabriella Fermanti, presidente del Galm, ha ringraziato per la loro generosità «gli organizzatori che hanno scelto di aiutare la nostra realtà veronese, dal 1977 al fianco delle persone con lesione spinale, alle quali la nostra Associazione offre sostegno e consulenza di tipo psicologico, previdenziale e legale, e per le quali organizziamo convegni e conferenze sul tema. Supportano il tutto le donne del Galm (Gruppo Donne fondato nel 2005), lavorando sulle particolari esigenze 'al femminile'. Il ricavato della serata quindi sarà interamente investito nelle molteplici attività dell'Associazione»

MARTINI CARLO
ASCENSORI
ASCENSORI - PIATTAFORME ELEVATRICI
MONTACARICHI - MONTASCALE - MONTAUTO

Via Monte Comun 69 / Via G. Garibaldi 5/40 - 37057 S. Giovanni Lupatoto - Verona
Tel. 045/8753391 - Fax 045/9251506 - E-mail: info@martiniascensori.it - www.martiniascensori.it

QUOTIDIANE OTTUSITÀ

Autista o passeggero?

scegli la soluzione più adatta alle tue esigenze

inAUTO
prodotti e servizi per disabili

info@inauto-disabili.it | 045 6176111 | www.inauto-disabili.it

CONTRIBUISCI ANCHE TU

COME SOSTENERE CONCRETAMENTE L'INFORMATORE E LA NOSTRA ASSOCIAZIONE

Caro Lettore,
com'è consuetudine in questo ultimo numero dell'anno de L'Informatore,
troverai un bollettino di c/c postale utile per un versamento destinato
a sostenerne le spese di stampa, cellofanatura e spedizione.
Ognuno si senta libero di versare quanto desidera,
anche se da parte nostra, da molti anni,
ci permettiamo di suggerire un contributo minimo di € 30,00.
È anche possibile versare la cifra tramite bonifico bancario su IBAN:
IT 79 H 02008 59580 000004561324 di Unicredit Banca,
intestato a: ODV GALM - GRUPPO ANIMAZIONE LESIONATI MIDOLLARI

Qualsiasi contributo a favore della nostra Associazione e de L'Informatore
può essere portato in detrazione dall'imposta sul reddito
o in deduzione dal reddito imponibile.
Gli interessati possono inviare una mail a info@galm.it
indicando i dati anagrafici, il codice fiscale e l'indirizzo,
richiedendo la quietanza valida ai fini fiscali.

Ti ringraziamo fin d'ora per il sostegno, ricordandoti che L'Informatore
è garanzia di ricchezza di notizie e di novità per quanto riguarda
il mondo delle persone con lesione al midollo spinale.

Il risarcimento danni ha un nuovo orizzonte.

Grazie a una convenzione attivata con GALM il risarcimento danni comincia con la miglior tutela.

Tuteliamo il tuo futuro e **difendiamo i tuoi diritti**. Cominciando da una consulenza gratuita grazie alla convenzione con GALM, aderente alla FAIP (Federazione Associazioni Italiane Paratetraplegici), **senza anticipo di spesa**, anche a domicilio. Ti affianchiamo per farti ottenere il giusto risarcimento **per il tuo futuro e quello della tua famiglia**. Mettiamo a disposizione avvocati, medici legali e altri professionisti, oltre alla statura etica e professionale di uno studio che ha **50 anni di esperienza nella gestione di risarcimenti** a seguito di incidenti o infortuni.
In tempi rapidi, perché i tuoi nuovi orizzonti non possono aspettare.

AISS
RISARCIMENTO DANNI

Numero verde
800 424905

www.aiss.info