

CONTINUANDO COSÌ IL FUTURO NON CI FA PAURA

OCCHI APERTI

PERIODICO DELL'ASSOCIAZIONE PRO RETINOPATICI ED IPOVEDENTI



ANNO 14 - N° 44

Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - CMP Torino 2/2018

Accessibilità ai luoghi di culto:
progetti e testimonianze sempre più numerosi



N. 44
2023

COLOPHON

Anno 14 - Numero 44

Organo ufficiale di A.P.R.I. O.D.V. Editore (Associazione Pro Retinopatici ed Ipo vedenti) e delle organizzazioni consociate: A.P.R.I. Asti, R.P. Liguria O.D.V., Emergere Insieme per il Gioeni e A.N.I.C Massa Carrara
Rivista quadrimestrale di informazione, cultura e aggiornamento scientifico
Registrazione Tribunale di Torino n° 65 del 16/11/2009

Registrazione ROC 33947

Stampa: GRAF ART - Officine Grafiche Artistiche - s.r.l. - Viale delle Industrie, 30 - 10078 Venaria (TO)

Chiuso in tipografia: Agosto 2023

Direttore Responsabile: Debora Bocchiardo

In redazione: Simona Guida, Aurora Mandato, Charlotte Napoli, Valter Perosino, Giusy Pinna, Giovanni Tasso

Realizzazione grafica: Selene Spanò

Publicato con il contributo per l'editoria speciale della Presidenza del Consiglio dei Ministri
(Dlgs 15 Maggio 2017 n. 70)

A.P.R.I. O.D.V. ASSOCIAZIONE PRO RETINOPATICI ED IPOVEDENTI I NOSTRI RIFERIMENTI SUL TERRITORIO

SEDE LEGALE

Via Generale Dalla Chiesa
10072 Mappano (TO)
Tel. 011.996.92.63 - bongi@ipovedenti.it

SEDE OPERATIVA - Via Nizza 151 - (TO)

Tel. 011.664.86.36 - Fax 011.664.16.56
Segreteria telefonica informativa: Tel. 011.664.16.57
apri@ipovedenti.it - www.ipovedenti.it

SEZIONI DECENTRATE

ASTI: Presidente: Renata Sorba - Tel. 333.362.10.74 - asti@ipovedenti.it - "Qui" Via Prandone 8, 14100 Asti
CAMPOBASSO: Responsabile: Enzo Chiovitti - Tel. 366.508.63.26 - molise@ipovedenti.it - c/o Ierfor Via Jezza, 6/B Campobasso
COSENZA: Responsabile: Angelica Meda Crisan - Tel. 348.696.68.72 - calabria@ipovedenti.it
GENOVA: Responsabile: Claudio Pisotti - Tel. 010.54.11.20 - Cell. 346.031.06.24 - info@rpliguria.it - Largo Rosanna Benzi 10 - c/o RP LIGURIA - 16132 (Genova)
MILANO: Responsabile: Claudio Pasquali - Tel. 3316010272 milano@ipovedenti.it c/o Eyes & Vision - Viale Monza 338 - 20126 Milano
TERNI: Responsabile: Sandra Grassini - Tel. 3713643454 infosocialeorvietto@gmail.com
TRAPANI: Responsabile: Roberto Asta - Tel. 380.712.9029 - trapani@ipovedenti.it
VENEZIA: Responsabile: Roberto Lachin - Tel. 342.82.47.23 - veneto@ipovedenti.it
VERBANO CUSIO OSSOLA: Responsabile: Laura Martinoli - Tel. 338.718.28.24 - omegna@ipovedenti.it - Parco Maurini ex Biblioteca - Omegna (VB)
VERCELLI: Responsabile: Cinzia Frassà - Tel. 0161.80.42.70 - vercelli@ipovedenti.it - Via Giovanni Lanza 9 - 13039 Trino Vercellese (VC)

DELEGAZIONI ZONALI

BRA: Responsabile: Walter Boffa - Tel. 328.8464769 - bra@ipovedenti.it
BUSTO ARSIZIO "SCUOLA CANI GUIDA": Responsabile: Dajana Giofrè - Tel. 340.584.79.81
CANAVESE: Responsabile: Francesco Orcioli - Tel. 335.570.20.65 - canavese@ipovedenti.it
CHIVASSO: Responsabile: Ornella Valle - Tel. 333.441.31.94 - chivasso@ipovedenti.it - Via Paleologi 2 - c/o Centro "Paolo Otelli" - 10034 Chivasso (TO)
CIRIÈ: Responsabile: Aurora D'Amato - Tel. 348.329.57.68 - cirie@ipovedenti.it - Corso Nazioni Unite 32 Ciriè (TO)
GRAVELLONA TOCE: Responsabile: Ruben Besutti - Tel. 340.784.94.07
ORBASSANO: Responsabile: Loretta Rossi - Tel. 011.908.69.56 - orbassano@ipovedenti.it - Via A. De Gasperi 28 - 10043 Orbassano (TO)
PINEROLO: Responsabile: Cristina Vairolatto - Tel. 348.32.44.359 - pinero@ipovedenti.it
RIVOLI: Responsabile: Giovanna Gisoldi - Tel. 339.677.53.26 - rivoli@ipovedenti.it
SETTIMO TORINESE: Responsabile: Vito Internicola - Tel. 011.801.27.38 - settimo@ipovedenti.it - Piazza Campidoglio, 50 - 10036 Settimo T. (TO)
SUSA: Responsabile: Alice Vigorito - Tel. 347.483.04.95 - susa@ipovedenti.it
VENARIA REALE: Responsabile: Valeria Rizzetto - Tel. 339.71.02.227 - Via Nazario Sauro 48 - 10078 Venaria Reale (TO) venaria@ipovedenti.it

COMITATI TEMATICI E GRUPPI DI LAVORO

COMITATO CANI GUIDA: Responsabile: Dajana Giofrè - Tel. 340.584.79.81 - canigu@ipovedenti.it
COMITATO GIOVANI: Responsabile: Marco Andriano - giovani@ipovedenti.it
COMITATO MACULOPATIE GIOVANILI: Responsabile: Michela Vita - maculopatie@ipovedenti.it
COMITATO TECNOLOGIA E DOMOTICA: Responsabile: Luca Colombo - Tel. 392.9606273
GRUPPO VOLONTARI: Responsabile: Gabriella Valinotti - Tel. 345.876.41.82 - pvalinotti@gmail.com
SPORTELLO INFORMATICO (computer e telefonia mobile): Responsabile: Thomas Poletto - Tel. 327.571.19.38 - supportotecnico@ipovedenti.it



segui su facebook alla pagina Apri Onlus Occhi Aperti

IL PUNTO DEL PRESIDENTE



L'ESEMPLARE STORIA DI SUOR MARGHERITA

UNA LUCE NEL BUIO DELLE DIFFICOLTÀ

Ho avuto la fortuna di conoscere, da qualche mese, Suor Margherita, religiosa della congregazione delle Figlie della Carità di San Vincenzo de' Paoli. Da tempo ha perso la vista a causa di una maculopatia, ma questa circostanza non le ha fatto perdere né la serenità, né tantomeno la voglia di essere attiva.

La sua vita, da quanto sono riuscito ad apprendere nonostante la grande umiltà e la volontà di nascondimento, è stata sempre quella di una vera e propria combattente per il Signore attraverso l'aiuto ai più deboli e bisognosi. Una lunga missione accanto ai malati di Aids, alle prostitute sfruttate e maltrattate, ai moribondi dimenticati, ai senza tetto delle periferie urbane. Per ognuno di costoro ha sempre avuto una parola di conforto e, secondo numerose testimonianze, è riuscita a convertire tante persone che avevano imboccato una strada sbagliata e pericolosa.

Oggi, che è diventata anziana e non vedente, si dedica alla coltivazione delle erbe officinali, ma non perde occasione di incoraggiare chi la va a visitare o chi ricorre ai suoi preziosi consigli.

La sua espressione più frequente è: "Smettila di piangerti addosso, se Dio ti ha dato un dolore è in vista di una gioia più grande".

Nonostante infatti il suo grande attivismo, non si è fatta mai trascinare dalla mondanità e dal materialismo. Quando, ad esempio, qualcuno le ha prospettato, in questi anni, la possibilità di terapie pseudo-miracolose in giro per il mondo, ha sempre declinato con dolcezza questi miraggi: "Lasciatemi tranquilla, questa è la quarta fase della mia vita... Preferisco rendermi utile con il lavoro umile e con i consigli a chi non ha ancora trovato la misericordia di Dio".

In questo numero della rivista abbiamo voluto avvicinare anche un'altra realtà religiosa di suore non vedenti: la Comunità delle Povere Figlie di San Gaetano, che si trova nel convento di Lungo Dora Napoli a Torino. Anche qui abbiamo trovato una forza spirituale ed una serenità disarmanti nell'approccio spirituale alla disabilità visiva.

Di fronte a persone come queste si resta dunque quasi senza parole. La loro immensa Fede, sempre e comunque fondata sul buon senso e sulla ragione, ci fa comprendere, molto meglio di qualsiasi discorso erudito, il significato della vita e l'autentico valore della sofferenza.

Oggi, più che mai, abbiamo dunque bisogno delle loro preghiere affinché trionfi la vera Giustizia, che purtroppo non è di questo mondo.

Marco Bonghi

SOMMARIO

2. COLOPHON
3. IL PUNTO DEL PRESIDENTE
4. OCCHI APERTI ED ORECCHIE TESE
5. DISTROFIA DEI CONI
6. L'IMPORTANZA DELLA PREVENZIONE
7. L'IMPORTANZA DELLA PREVENZIONE
8. NEUROSCIENZE COGNITIVE DELLA CECITÀ
9. NEUROSCIENZE COGNITIVE DELLA CECITÀ
10. DSA E INDENNITÀ DI FREQUENZA
11. RIABILITAZIONE E NUOVA NORMALITÀ
12. CHIESE A PORTE APERTE
13. LE SUORE NON VEDENTI
14. VEDERE O NON VEDERE?
15. VOLARE... OH OH!
16. UNITI MA DIVISI
17. LUDOVICO III RE D'ITALIA
18. PAOLO BRITTI
19. YOGA E BENESSERE
20. MA QUANTO SONO BELLA?
21. L'UOMO CHE DISEGNÒ DIO
22. VARIE DALL'APRI
23. LI ABBIAMO PROVATI PER VOI
24. DISABILITY PRIDE
25. ALLA SCOPERTA DI BRUSASCO
26. SCUOLA E PROGETTI DI SENSIBILIZZAZIONE
27. VARIE DA TRAPANI
28. RIPARTITI I LABORATORI DI SENSIBILIZZAZIONE
29. A SPASSO NEI SECOLI
30. DONNE IN MINIERA
31. VISITA ALLA MOSTRA DI GIOVANNI BOLDINI

ASSOCIAZIONE APRI ASTI

Nuova sede in via Prandone

Dal 1° luglio l'associazione Apri Asti ha cambiato sede operativa e orari di apertura al pubblico.

Sarà in via Prandone 8, ad Asti, ogni lunedì e giovedì dalle 15,30 alle 19 e il sabato dalle 9 alle 12.

Per quanto riguarda la sede legale e la corrispondenza, permane l'indirizzo in vicolo Fornaciai 1B ad Asti.

OCCHI APERTI ED ORECCHIE TESE

Uniti contro le barriere di ogni genere



Negli ultimi mesi ho assistito ad una serie di incontri che mi hanno fatto pensare ad un riflusso sulle problematiche legate alle disabilità. Ho partecipato, in qualità di presidente della Fish, a numerosi incontri che avevano per argomenti: la non autosufficienza, i progetti di vita indipendente e le proposte di riforma delle Rsa. Mancavano in quelle riunioni argomenti come le politiche attive sull'inclusione, sulla mobilità, sul supporto alle famiglie con persone con disabilità. La cosa strana è che una disabilità della quale non si parlava a sufficienza era quella legata alla vista, malgrado io fossi presente e fosse visibile la mia disabilità sensoriale. In tutte quelle riunioni ho sempre evidenziato che, oltre la presidenza della Fish, provenivo dall'associazione Apri.

Ai tavoli di co-programmazione e co-progettazione, quando ci si confrontava sul problema della non autosufficienza, ho notato, ed ho evidenziato anche in malo modo, che le persone con disabilità visiva potevano rientrare in questa categoria. Se un non vedente si trova in un luogo non conosciuto, denuncia un'evidente non autosufficienza. Quando si affrontava il problema della vita indipendente, evidenziavo che tutte le persone con disabilità, in particolare quelle con disabilità sensoriale visiva, se ben supportate, potevano vivere autonomamente, "in modo normale". Il supporto non è soltanto l'accompagnamento, ma l'abbattimento delle barriere culturali, architettoniche, percettive e tecnologiche.

In realtà, presso la nuova sede della Regione, il grattacielo del Lingotto, altamente tecnologizzato, si possono evidenziare parte delle barriere sopra enunciate.

Come ho avuto modo di dire molte volte, l'Italia ha delle leggi relative alla disabilità molto importanti e moderne. Peccato che non vengano applicate in primis dalla pubblica amministrazione. Ho l'impressione che tutte le persone con disabilità dovrebbero non sedersi sugli allori, ma rendersi disponibili a riprendere le contestazioni e la rivendicazione dei diritti come accadeva qualche anno fa. La Fish e Apri Odv sono pronte a riconsiderare questo tipo di attività. Sono convinto che, creando nuovamente movimento, si possano raggiungere gli obiettivi indispensabili, anche perché non saremo soli. Per raggiungere gli obiettivi

di inclusione a tutti i livelli, di autonomia e di mobilità, è necessario che tutti i soci e le associazioni federate prendano coscienza di questi problemi e siano pronti ad azioni anche di piazza.

In una delle ultime alle quali ho partecipato, organizzata dai Lions, ho scoperto che questa organizzazione ha formalizzato un gruppo di lavoro per affrontare il problema delle barriere e ha richiesto, oltre alla nostra partecipazione attiva, anche l'intervento della pubblica amministrazione a partire da quella locale.

Pericle Farris

IL CRV DI IVREA ASSEGNATO ALL'APRI

Un successo meritato con il lavoro e l'impegno

Di per sé non ci sarebbe nulla di cui scrivere: un normale avvicendamento nella gestione di un servizio sanitario dell'Asl To-4, ovvero il Centro di Riabilitazione Visiva di Ivrea... Ma chi ricorda le cronache canavesane del 2014, 2015 e 2016 non avrà dimenticato le "botte da orbi" di quei tempi fra Unione Italiana Ciechi ed Associazione Pro Retinopatici e Ipovedenti.

Ricorsi, carte bollate, lettere di protesta, accuse più o meno velate, denunce per diffamazione ecc.

Ebbene: oggi si è verificata esattamente la situazione opposta rispetto al 2014. Dopo una regolare gara d'appalto Apri Odv ha prevalso ed avrà l'intera gestione del Centro. Il Centro di riabilitazione Visiva è attualmente ubicato in via Jervis 9 e garantisce una serie di servizi molto importanti a coloro che, per varie motivazioni, si trovano a fare i conti con una perdita totale o parziale della vista: prescrizioni di ausili, corsi di bastone bianco, utilizzo del computer e dello smartphone in autonomia, formazione sull'alfabeto Braille, corsi di cucina, ginnastica posturale, orientamento e mobilità ecc.

DISTROFIA DEI CONI

Sintomi e diagnosi

La distrofia dei coni è una malattia ereditaria con un'incidenza sociale di circa un caso ogni 40.000 persone sane. Viene spesso denominata anche "retinite pigmentosa inversa" perché la degenerazione interessa prima le cellule fotorecetriche a cono e solo successivamente i bastoncelli.

La patologia differisce dalle maculopatie giovanili principalmente proprio a causa dell'estensione ai bastoncelli e quindi per l'esito finale che può giungere alla cecità assoluta.

La sintomatologia esordisce, quasi sempre, già dall'età infantile od adolescenziale, con fotofobia, difficoltà a riconoscere i colori e forte diminuzione del visus centrale. Spesso, in queste prime fasi, il fondo dell'occhio non presenta grosse alterazioni, se non un lieve pallore del nervo ottico in zona temporale e qualche migrazione dei pigmenti retinici. Con la progressione della malattia si giunge tuttavia fino

finalizzato al contenimento della degenerazione e alla prevenzione delle complicanze.

I progressi della tecnologia genica fanno tuttavia sperare in qualche incoraggiante prospettiva futura. La diagnosi si basa sull'anamnesi, sull'esame del fondo oculare, sulle immagini di autofluorescenza, sulla tomografia a coerenza ottica e sull'elettroretinogramma a tutto campo. Per alcuni geni è già disponibile la diagnosi molecolare. In campo diagnostico bisogna comunque tener conto di alcune somiglianze fra la distrofia dei coni ed altre patologie simili: in primis l'acromatopsia, la malattia di Stargardt e la retinite pigmentosa classica.

Concludiamo sottolineando, considerata soprattutto l'attuale mancanza di una cura efficace, l'estrema importanza della riabilitazione visiva e della presa in carico da parte di un'associazione di pazienti operante nel settore dell'ipovisione.



all'atrofia dell'epitelio pigmentato retinico periferico, alla riduzione delle arteriole e al pallore del disco ottico. In genere il decorso clinico della distrofia dei coni è più grave e rapido rispetto a quello delle retiniti pigmentose classiche e si evidenzia più precocemente nella cecità e nella disabilità.

Ciò avviene spesso prima dei quarant'anni.

Nello stadio terminale, tuttavia, le due affezioni presentano caratteristiche morfologiche e funzionali molto simili.

La distrofia dei coni è per lo più non sindromica, ma può, a volte, rientrare nel quadro clinico di diverse sindromi, come quella di Alström, di Bardet-Biedl e l'ataxia spinocerebellare tipo 7.

Sul piano genetico la trasmissione può essere autosomica dominante, recessiva o legata al cromosoma X.

Ci troviamo dunque di fronte a situazioni molto eterogenee. Fino ad oggi sono stati identificati ventotto geni che possono causare la patologia. I geni più spesso interessati dalle mutazioni sono: ABCA4 (1p22.1), responsabile del 30-60% delle distrofie autosomiche recessive, CRX (19q13.33) e GUCY2D (17p13.1), che causano molti casi di situazioni autosomiche dominanti, e RPGR (Xp11.4), responsabile delle distrofie legate al cromosoma X.

Al momento non esistono cure specifiche risolutive e l'approccio terapeutico resta esclusivamente



APRI ED RP LIGURIA PER LA DIAGNOSTICA

Donate le tavole di Pelli-Robson

Le associazioni Apri Odv ed RP-Liguria hanno deciso congiuntamente, aderendo ad una specifica richiesta della S.C. di Oculistica dell'Ospedale San Paolo di Milano, di donare ai ricercatori operanti in tale struttura le Tavole di Pelli-Robson, un importante strumento che permette la valutazione precisa della sensibilità al contrasto in soggetti ipovedenti affetti da distrofie retiniche o maculopatie giovanili. I contatti con i ricercatori e con i fornitori sono stati tenuti da Luca Colombo e Claudio Pisotti.

L'APRI OSPITE DELL'ACCADEMIA MONTIS REGALIS

Al via una nuova collaborazione

Sabato 13 maggio il direttore dell'Accademia Montis Regalis, prestigiosa istituzione musicale piemontese, ha invitato Marco Bongi a presentare Apri Odv nel corso di un interessante concerto clavicembalistico tenuto da Elisabetta Guglielmin. Nell'occasione si è potuto interloquire con il noto musicologo Giovanni Tasso e distribuire agli spettatori la rivista "Occhi Aperti". Nelle prossime settimane si cercherà di perfezionare con l'Accademia un rapporto di collaborazione similmente a quanto già fatto con l'Accademia Corale Stefano Tempia di Torino e con l'Accademia del Ricercare.

L'IMPORTANZA DELLA PREVENZIONE

PROTEGGIAMO VERAMENTE I NOSTRI OCCHI?

Solitamente in questo spazio ci occupiamo dei progressi scientifici, di come la ricerca procede per cercare di risolvere o mitigare le malattie che danneggiano i nostri occhi. Questa volta, considerando che nel prossimo convegno del 21 ottobre a Torino se ne parlerà diffusamente, desideriamo affrontare un argomento diverso di cui si parla spesso ma, altrettanto spesso, viene trascurato nei fatti. Quando andiamo al mare, in montagna in estate, o sulla neve in inverno, o in altre situazioni in presenza di fonti di luce dannosa, per esempio, nell'illuminazione, nei dispositivi elettronici (smartphone, tablet, video Lcd, personal computer, ecc.), negli strumenti per la saldatura, nei lettini abbronzanti e altro ancora, proteggiamo veramente i nostri occhi? Questo è il tema che ci siamo dati, perché riteniamo che debba essere affrontato e, permetteteci la "battuta", non certo per scopi commerciali, ma ad esclusivo fine divulgativo e, in quanto tale, non può e non deve sostituire i pareri forniti dal proprio medico oculista o ottico optometrista di fiducia, a cui occorre fare sempre riferimento.

Senza addentrarci troppo nello scientifico, ricordiamo che la parte di luce che riguarda il sistema visivo va



termine, possono agire con esiti negativi a carico della retina (es. concausa nell'insorgenza della degenerazione maculare). Risulta così evidente che è sempre il caso di proteggere i nostri occhi.

Un primo aiuto lo fornisce "madre natura", infatti le nostre pupille, in presenza di luce intensa, si restringono, mettendoci in condizione di attenuare almeno in parte gli effetti dannosi, sempre che non usiamo "occhiali da sole" di cui non conosciamo la provenienza, caratteristiche certe e che non danno garanzia di capacità filtrante. Magari ci attraggono per le loro fattezze accattivanti, ma le lenti, benché scure, non solo non schermano i raggi dannosi ma, con il loro colore non permettono alla pupilla di restringersi e ci espongono ai raggi dannosi molto più che se non indossassimo nulla. Occorre sottolineare che il colore delle lenti, di per sé, non è sinonimo di protezione. È necessario che rispondano ai requisiti delle norme europee in materia e che siano a marchio Ce. Solo questo garantisce la loro capacità filtrante. Veniamo ora agli effetti negativi dello spettro visibile nell'intervallo viola-blu.



da 100nm a 1mm di lunghezza d'onda, che possiamo dividere in tre intervalli: da 100 a 390nm abbiamo le radiazioni ultraviolette (Uvc, Uvb e Uva), da circa 390 a 760 nm abbiamo la luce visibile (con tutta la sua gamma di colori), da 760nm a 1mm le radiazioni infrarosse.

Come molti sanno, le radiazioni Uv, con il loro effetto cumulativo, sono quelle più dannose per l'occhio, anche se non bisogna dimenticare che pure le radiazioni del primo infrarosso possono creare dei problemi. Le radiazioni Uvc vengono bloccate dall'ozono atmosferico, gli Uvb in parte sono bloccati dall'ozono e in parte dalla nostra cornea, però con potenziale conseguenza di cheratiti e congiuntiviti. Gli Uva, minimamente bloccati dall'ozono e principalmente dal cristallino, sono potenziale conseguenza di cataratta. Entrando nello spettro della luce visibile vi sono poi le lunghezze d'onda del viola-blu (da 390 ai 455 nm) che, come le precedenti, presentano ancora molta energia, per cui anch'esse sono in grado di produrre danni, causando un notevole discomfort visivo, un effetto abbagliante invalidante, affaticamento, perdita di concentrazione, nevralgie, occhio secco e, a lungo



Queste radiazioni sono emesse anche dai dispositivi elettronici. Stare molte ore davanti ad un cellulare o a un monitor può provocare vari disturbi. A riprova di ciò, le statistiche elaborate durante il periodo forzato di lockdown per la pandemia. Esse hanno

evidenziato tra le persone un forte aumento di bruciori oculari, perdita di concentrazione, disturbi del sonno, insorgenza della sindrome dell'occhio secco, sino ad arrivare potenzialmente a patologie importanti. Disturbi che l'utilizzo di occhiali con filtro a luce blu possono prevenire.

Naturalmente per completezza occorre dire che non bisogna totalmente demonizzare la radiazione blu. Infatti, quando entriamo nella componente a bassa energia e cioè nello spettro azzurro/turchese dai 456 ai 490nm, questa risulta benefica nel regolare i ritmi veglia/sonno, l'umore, la prontezza di riflessi, le prestazioni cognitive, così come quelle fisiche.

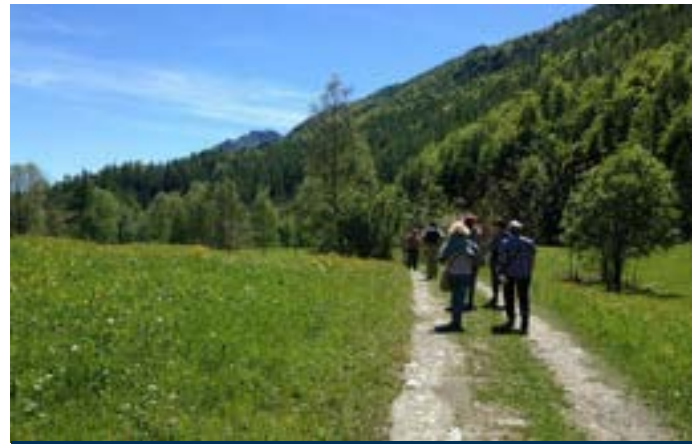
Quanto visto sino ad ora riguarda tutti gli individui in generale. Altra questione invece riguarda chi soffre di patologie oculari come retinite pigmentosa, degenerazione maculare, retinopatia diabetica o altro.

In questo caso, per essere esaustivi, il discorso risulterebbe molto ampio.

Per necessaria brevità ci limitiamo a segnalare che è bene utilizzare sempre una protezione dalle radiazioni Uv e il primo visibile (390-420nm), che possono contribuire ad accelerare il decorso della malattia, con lenti definite "medicali", che taglino anche determinate lunghezze d'onda specifiche per la patologia, in modo da eliminare in tutto o almeno in parte l'abbagliamento e la perdita di contrasto, migliorando la qualità della visione.

Va da sé che per queste prescrizioni occorre riferirsi al proprio oculista di fiducia e, dato che gli effetti prodotti dalle lenti hanno una risposta soggettiva, si suggerisce anche di fare delle prove per ottimizzare il risultato finale.

**R.P. Liguria Odv
Claudio Pisotti**



CAMMINATE: TUTTO DA RIFARE

Colpa del meteo

Maggio è stato estremamente piovoso, dopo un lungo periodo di siccità, e ha costretto l'Apri ad annullare tutte e tre le escursioni in montagna progettate in collaborazione con la guida naturalistica Andrea Mantelli: Oulx, Balme e Colle del Lys.

La circostanza non ha fatto piacere ai soci che si erano iscritti alle singole iniziative. L'associazione si ripromette di riproporre gli eventi nei prossimi mesi nella speranza di essere più fortunati. Il gruppo degli escursionisti è invitato a mantenersi in contatto con Simona Guida che, certamente, farà il possibile per riorganizzare queste belle e stimolanti iniziative.



SENSIBILIZZAZIONE AI CONDUCENTI GTT

L'Apri forma i conducenti

Giovedì 18 maggio, come già più volte avvenuto, Apri Odv è stata invitata, insieme ad altre realtà, a tenere una lezione sulla disabilità visiva ai conducenti neo-assunti del Gruppo Torinese Trasporti. L'iniziativa è stata promossa, come sempre, dalla disability manager aziendale Rita Gambino. In questo incontro Apri Odv è stata rappresentata da Marco Bonghi, che ha risposto a numerose domande poste dai futuri autisti e manovratori. Risulta davvero importante sensibilizzare questi lavoratori che molto spesso si trovano ad interagire con passeggeri non vedenti o ipovedenti. La loro disponibilità ad aiutare può infatti facilitare non poco la mobilità autonoma dei portatori di handicap.



RI-ABILITÀ

Un laboratorio alla Gam

Continua il proficuo rapporto di collaborazione fra Apri Odv e la Galleria d'Arte Moderna di Torino. A partire da luglio, sono stati programmati quattro nuovi incontri mensili dedicati all'esplorazione di altrettanti artisti del Novecento. L'iniziativa è gestita dalla dottoressa Simona Guida nell'ambito della rassegna Ri-Abilità. Gli incontri si svolgono, come di consueto, nei pomeriggi del quarto martedì di ogni mese, a partire dalle 15,30 e proseguiranno il 24 settembre, il 26 ottobre e il 28 novembre. I posti sono limitati e risulta pertanto obbligatoria la prenotazione. Per ulteriori informazioni ed eventuali adesioni scrivere a: guida@ipovedenti.it.

NEUROSCIENZE COGNITIVE DELLA CECITA

PERCHÉ STUDIARE QUESTO DELICATO RAPPORTO?

Il cervello viene concepito come diviso in aree sensoriali distinte, dette primarie. Si tratta della "corteccia visiva" e della "corteccia uditiva", nelle quali le stimolazioni provenienti da diversi organi di senso, in primis occhi e orecchie, vengono elaborate. I segnali vengono poi inviati ad aree secondarie, spesso multisensoriali, per essere integrati in una congrua esperienza percettiva o di pensiero. La visione di un cervello "sensoriale", diviso per aree percettive, è stata messa in forte dubbio da recenti scoperte nelle neuroscienze della cecità. Il quadro che ne emerge è quello di un cervello "funzionale", diviso per funzioni (tasks) più che per organi di senso. La corteccia visiva, per esempio, non sarebbe puramente visiva, ma bensì specializzata in diverse funzioni che sono in principio indipendenti dalla modalità sensoriale con cui acquisiamo i dati sensibili. Questa indipendenza consente una maggiore flessibilità nell'organizzare i processi cerebrali, consentendo alla corteccia visiva di ospitare processi mentali non visivi in caso di necessità.



consentano di avere esperienze simili a quelle visive attraverso un altro canale sensoriale. Ad esempio l'udito.

Del resto, se la corteccia visiva è specializzata in funzioni come quella di estrarre la forma, il colore o la posizione degli oggetti, che pur essendo considerate tipicamente visive non lo sono necessariamente nella loro essenza, potrebbe essere possibile tarare queste funzioni su di un altro canale sensoriale. Seppure ancora immaturi, al momento, i sistemi di sostituzione sensoriale costituiscono una metodologia efficace e non invasiva su cui dirigere la ricerca odierna.

Il contributo delle neuroscienze della cecità alla comprensione del funzionamento mentale va ben al di là della sola percezione sensoriale.

La partecipazione di persone non vedenti ad esperimenti cognitivi e neuro-cognitivi potrebbe dare un forte contributo alla comprensione di quella parte della mente che ancora appare essere la più sfuggente ed inesplorata: il pensiero astratto. Come fa il nostro cervello a farsi un'idea, spesso ben costruita, di ciò che per definizione non si può ne sentire, ne vedere, ne toccare? Parte della risposta a questo quesito millenario sembra risiedere nel fatto che i concetti astratti sono costruiti a partire da basi anch'esse sensoriali.

In particolar modo, la nostra rappresentazione dello spazio fisico sembra avere un ruolo fondamentale nel pensare in maniera astratta. Il modo in cui parliamo ci fornisce importanti indizi riguardo a questa



Le neuroscienze cognitive della cecità hanno dimostrato questo elevato grado di flessibilità. Utilizzando la risonanza magnetica funzionale, un metodo non invasivo attraverso il quale si può monitorare l'attività di diverse aree cerebrali, si è potuto dimostrare come la corteccia visiva nei non vedenti, seppur non utilizzata per processare stimoli visivi, venga riutilizzata per i più vari processi cognitivi. Aree visive primarie possono essere riutilizzate come aree uditive primarie e secondarie nel cervello di un non vedente, e possono addirittura diventare aree cruciali per la comprensione linguistica, per la lettura o per la memoria.

Secondo alcuni scienziati, le performance superiori di molti non vedenti in compiti di localizzazione spaziale acustica, memoria verbale, discriminazione di suoni ed elaborazione del linguaggio potrebbero essere dovute al fatto che aree cerebrali che solitamente sono dedicate a stimoli visivi vengono utilizzate per potenziare processi cognitivi non visivi.

Una delle implicazioni più interessanti di questo nuovo modo di concepire il cervello è forse quella di poter mettere a punto sistemi di sostituzione sensoriale che



spazializzazione che ha luogo nelle nostre menti, a nostra insaputa. Si prenda l'esempio del tempo. Spesso parliamo del tempo come se fosse spazio: una lunga vacanza, una breve riunione, un gran futuro. Il tempo, che non ha né estensione né direzione spaziale, acquista tali caratteristiche nelle metafore del linguaggio. Quasi tutte le lingue che conosciamo usano metafore spaziali per parlare del tempo, come mai? Perché il tempo non può essere descritto semplicemente in termini temporali? La ragione è che abbiamo bisogno dello spazio per pensare il tempo, per rendere il nostro concetto di tempo un poco più concreto e quindi più facile da pensare.

Diversi risultati sperimentali sembrano ormai convalidare l'idea che i nostri concetti temporali siano radicati in strutture neuro-cognitive originariamente utilizzate per rappresentare la nostra conoscenza dello spazio.

A questo punto si aprono interrogativi tutti da studiare. Chi non ha accesso ad un'esperienza visiva dello spazio pensa al tempo in modo diverso? Quali strutture neuronali sono implicate nella percezione del tempo e di altri concetti astratti quando non è possibile vedere? La plasticità cerebrale potrebbe estendersi al di là dei più basilari processi percettivi o mnemonici ed interessare anche gli aspetti più complessi e astratti del pensiero umano, aiutando a capire come si formano le nostre idee di ciò che non si può vedere, sentire, o toccare.

Debora Bocchiardo

(Per leggere la versione integrale dell'articolo consultare la pagina web <http://www.lucemagazine.it/integrazione/88-neuroscienze-e-cecita>).

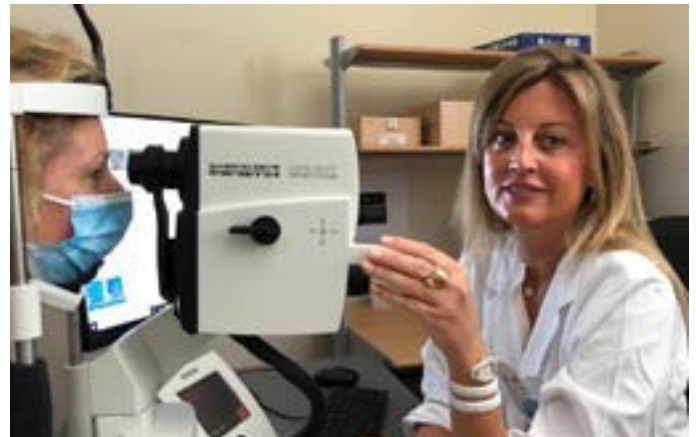


OCCHIO ED ALZHEIMER

Grazie alla collaborazione con Radio 24, l'Apri offre ai lettori un'interessante pillola di oftalmologia andata in onda lo scorso 29 marzo. In essa il professor Francesco Bandello, ordinario di oculistica presso l'Ospedale San Raffaele di Milano, presenta alcune possibili correlazioni fra determinate anomalie retiniche e la diagnosi precoce della malattia di Alzheimer.

La diagnosi precoce, del resto, assume una capitale importanza nel trattamento di molte patologie.

Si ringrazia il volontario Enrico Bona che ha reperito sul web l'interessante documento audio. Per ascoltarlo cliccare <http://www.youtube.com/watch?v=ufHGvLzSGoY>.



NOVITÀ SUL GLAUCOMA

Ne parla la dottoressa Giovanna Abbiati

Proseguendo nel percorso divulgativo attraverso interviste con importanti medici oculisti che collaborano con l'associazione, l'Apri ha incontrato la dottoressa Giovanna Abbiati, primario della S.C. di Oftalmologia presso l'Ospedale di Borgomanero. Da molti anni l'Apri collabora attivamente con questa efficiente struttura. L'argomento trattato nell'intervista è, ancora una volta, il glaucoma, sia sotto l'aspetto diagnostico che terapeutico. Un argomento davvero molto gettonato negli ultimi anni. Ecco dunque l'intervista: http://www.youtube.com/watch?v=4zWv_Q9xjG8



NUOVI RISULTATI DALL'OPTOGENETICA

Risultati interessanti contro la retinite

L'azienda statunitense Nanoscope Therapeutics ha pubblicato, il 30 marzo scorso, i risultati della fase 2b relativi alla sperimentazione della terapia optogenetica nei casi avanzati di retinite pigmentosa. Si tratta del farmaco MCO-010 che, con l'aiuto di un paio di occhiali che amplificano i segnali luminosi, consentirebbe un significativo miglioramento nella percezione visiva in questi pazienti. I risultati comunicati sembrano incoraggianti: 16 pazienti, su 18 trattati in doppio cieco (88,9%) avrebbero evidenziato un significativo miglioramento nella mobilità autonoma all'interno della clinica. Dati positivi si riferiscono anche al riconoscimento di oggetti da vicino. Va tuttavia precisato che i miglioramenti di due gradi di luminanza, come riferisce il comunicato, non corrispondono, come potrebbe apparire a prima vista, a due decimi di acutezza visiva. Il farmaco non avrebbe inoltre determinato effetti collaterali gravi. Si procederà quindi, prima dell'autorizzazione ufficiale per tutti, alla sperimentazione di fase 3, ovvero su un numero più ampio di pazienti.

DSA E INDENNITÀ DI FREQUENZA



DIRITTI E BENEFICI

Anche in questo numero di Occhi Aperti continua la rubrica dell'avvocato Marco Novara, con studio a Venaria Reale (To). Autore anche del volume "Dsa e Indennità di frequenza - linee guida su diritti e benefici" – Lisianthus editore.

Sono passati pochi anni da quando in Italia è stata posta la pietra miliare, rappresentata dalla Legge 170/2010, che riconosce i disturbi specifici di apprendimento come causa di problemi di apprendimento, non limitante ai fini dell'apprendimento stesso, ma come dato da riconoscere e gestire in senso specialistico. La norma si rivolge ad alunni che necessitano, oltre ai prioritari interventi di didattica individualizzata e personalizzata, anche di specifici strumenti volti a consentire agli studenti (in tutti gli ordini e gradi di scuola) con Dsa di raggiungere gli obiettivi di apprendimento.

La normativa riconosce che la dislessia, la disgrafia, la disortografia e la discalculia sono disturbi specifici di apprendimento (Dsa) e che si manifestano in presenza di capacità cognitive adeguate, in assenza di patologie neurologiche e di deficit sensoriali e che possono costituire una limitazione importante per alcune attività della vita quotidiana.

All'atto della programmazione annuale, accertata la necessità di realizzare un progetto specifico per lo studente con Dsa, i docenti creano il Piano Didattico Personalizzato (Pdp), ossia un documento discusso e condiviso entro il primo trimestre tra docenti, specialisti e la famiglia, dove vengono specificate le misure compensative e le misure dispensative da applicare allo studente.

Le misure compensative sono strumenti, modalità e dispositivi di supporto; mentre per misure dispensative si intendono i casi in cui o si evita di far eseguire allo studente con Dsa prestazioni per lui difficili o impossibili, oppure si decide di farle eseguire personalizzando tempi di esecuzione e materiali, senza intaccare l'essenza degli obiettivi didattici dell'attività.

L'Inps definisce l'indennità mensile di frequenza come "una prestazione economica, erogata a domanda, a sostegno dell'inserimento scolastico e sociale dei ragazzi con disabilità fino al compimento del diciottesimo anno di età".

La normativa, quindi, ha riconosciuto che i Dsa si manifestano in presenza di capacità cognitive adeguate, in assenza di patologie neurologiche e di deficit sensoriali, ma possono costituire una limitazione importante per alcune attività della vita quotidiana e ha previsto un sostegno economico che lo Stato eroga mediante l'Inps: l'indennità mensile di frequenza.

Seppur l'indennizzo economico termini con il raggiungimento della maggiore età, il legislatore ha previsto dei sostegni anche a chi è affetto di Dsa in età adulta e ciò nonostante l'individuo con Dsa abbia tendenzialmente imparato a gestire autonomamente strumenti compensativi e dispensativi. A titolo

esemplificativo, nel 2021 è stata riconosciuta da parte del Ministero dei Trasporti la possibilità di prevedere tempi aggiuntivi e supporti tecnologici per il conseguimento della patente di guida, così come numerose Regioni si stanno adeguando nel prevedere l'uso di programmi di scrittura e di sintesi vocale per la partecipazione ai concorsi pubblici e per il conseguimento delle abilitazioni professionali. Senza dimenticare, infine, il positivo impatto nel mondo del welfare dove i servizi o le prestazioni offerti dalle aziende a favore dei dipendenti non generano tassazione e sono interamente deducibili dalle imposte.

Marco Novara

INCONTRO CON L'ASSESSORE CHIARA FOGLIETTA



A breve un tavolo tecnico

Martedì 9 maggio si è svolto un incontro ufficiale tra le associazioni dei disabili e l'assessore comunale Chiara Foglietta. Al centro della discussione vi sono state le polemiche sui nuovi contenitori per la raccolta rifiuti differenziata che, per molti portatori di handicap, risultano inaccessibili e scomodi. Per quanto riguarda, in particolare, la disabilità visiva, l'Apri ha rilevato la sconvenienza di costringere i non vedenti ad esplorare tattilmente una superficie spesso sporca e non igienica. Al termine dell'incontro, l'assessore Foglietta si è impegnata a convocare, quanto prima, un tavolo tecnico di lavoro aperto ai rappresentanti delle federazioni Fand e Fish. In tale sede si studieranno i possibili correttivi idonei per migliorare la fruibilità del servizio.

RIABILITAZIONE E NUOVA NORMALITÀ

PERCORSI PER COSTRUIRE NUOVI RITMI DI VITA

Il concetto di normalità è di non semplice applicabilità alla condizione umana.

C'è chi definirebbe la propria vita normale se essa procede senza grossi ostacoli nei propri compiti vitali (famiglia, lavoro, vita sociale).

Qualcun altro riferirebbe di sentirsi normale se dorme di notte, si alimenta correttamente e gode di buona salute; taluni porrebbero una sostanziale sottolineatura sull'aver un umore stabile, senza cadute depressive o squilibri di tipo ansioso.

Altri vi aggiungerebbero la fondamentale presenza di relazioni affettive soddisfacenti, durature o di reciproca solidarietà. Altri ancora si concentrerebbero sull'importanza di possedere un buon lavoro oppure di poter coltivare i propri interessi artistici, sportivi, politici, etici, sociali.

Forse taluni aggiungerebbero altresì l'apporto del vivere armoniosamente con le persone ed il creato.

Lo psicoanalista Jean Bergeret afferma che ciascuno di noi può definirsi normale fintanto che non si trovi a vivere una situazione traumatica tale da introdurlo ad una condizione patologica.

La forza di carattere, le proprie abilità personali, gli interessi e le passioni, la rete formale ed informale nonché il proprio orientamento etico sono sicuramente elementi predittivi di possibile superamento degli ostacoli esistenziali e protettivi rispetto alle avversità traumatiche.

La perdita parziale o totale della vista costituisce un evento traumatico molto potente, in grado di sollecitare aversamente la buona tenuta delle nostre forze ed abilità psichiche, fisiche e spirituali. Il processo riabilitativo mira pertanto a riallacciare continuità interrotte e a ricostruire abilità fisiche e psichiche apparentemente scomparse oppure indebolite. In questo senso, ogni attività o proposta riabilitativa insiste sulle attività vitali della persona

per rinvigorirne la possibilità di fare e di nuovamente essere.

Così intesa, la riabilitazione alle autonomie è un processo composto da molte attività concrete che appartengono tutte alla vita quotidiana.

Nella mia pratica professionale presso Apri Odv, si sceglie una riabilitazione fatta di proposte molto naturali: un appuntamento di letture ad alta voce per allenare l'attenzione uditiva, una visita museale per sperimentarne la fruizione polisensoriale, un atelier sul bastone bianco concernente il suo uso ed i suoi accessori per imparare a muoversi ed orientarsi puntando su questo semplice ma potentissimo ausilio-accessorio, lezioni di pc e telefonia accessibile, corsi di cucina, escursioni di trekking accessibile in montagna, corsi di ginnastica dolce, difesa personale o minibasket, di make up o di musica corale.

Non di rado, accanto alla naturalità di queste attività, la riabilitazione deve servirsi di strumenti ed interventi più specifici e terapeutici: percorsi di sostegno psicologico o di psicoterapia, gruppi di auto aiuto aventi come facilitatore lo psicologo clinico, sedute di musicoterapia, parent training, laboratori di sensibilizzazione nelle scuole, corsi sulle tecniche di accompagnamento per famigliari ed operatori, esattamente come lo sono in altro ambito disciplinare gli interventi di chirurgia oftalmica oppure i training ortottici.

Tutto ciò costituisce il modello bio-psico-sociale applicato da qualche decennio nella mia professione di psicologa clinica della riabilitazione, modello che con naturalezza prende in carico tutta la persona e ne rimodula il quotidiano, ordinario ed straordinario.

Simona Guida

MONFERRATO AD OCCHI CHIUSI

APPROVATO IL PROGETTO

La Compagnia di San Paolo ha comunicato di aver approvato il progetto di Apri Odv "Monferrato ad Occhi chiusi" presentato dall'associazione, in qualità di capofila, in partnership con le associazioni RP-Liguria e Castelli Aperti. La notizia riempie di gioia, soprattutto perché si trattava di un bando molto specialistico e indirizzato ai professionisti del settore turistico. Un vero plauso dunque alla progettista Charlotte Napoli che ha dato il meglio di sé in questa bella impresa. L'iniziativa si inserisce nella proficua collaborazione avviata con l'Associazione "Castelli Aperti" che opera da anni nel settore della promozione turistica. Nei prossimi mesi si avvieranno dunque le attività che saranno concentrate soprattutto nella Provincia di Alessandria.

MUSEO DELLA RESISTENZA

ECCO IL REPORTAGE FOTOGRAFICO

Martedì 23 maggio, nell'ambito della rassegna culturale Ri-Abilità, si è svolta l'attesa visita sensoriale al Museo Diffuso della Resistenza di Torino. Vi hanno partecipato tredici soci ed alcuni volontari accompagnatori. Per l'occasione, come per altri eventi simili, è stato realizzato un breve reportage fotografico caricato successivamente sul canale Youtube. Chi non potrà vedere le foto avrà comunque la possibilità di ascoltare l'incalzante colonna sonora, ovvero l'inno della brigata partigiana Garibaldi. Le immagini sono state scattate dalla tirocinante Annalisa Aloï. Per vedere il reportage cliccare <http://www.youtube.com/watch?v=wHhvLgOpRMO>.

CHIESE A PORTE APERTE

UN PROGETTO DI FRUIZIONE E ACCESSIBILITÀ



La nuova delegazione zonale di Pinerolo e delle sue valli ha iniziato a muoversi sul territorio.

Come prima tappa, lo scorso 11 maggio, è stato sperimentato in prima persona, da alcune socie della delegazione e da una loro accompagnatrice, un progetto innovativo di fruizione dei beni culturali locali.

In particolare, si tratta del progetto “Chiese a Porte Aperte”, promosso dal Vescovo della Diocesi di Pinerolo, Monsignor Derio Olivero.

Il progetto, ad opera della Consulta Regionale dei Beni Culturali Ecclesiastici e della Fondazione Crt, è radicato sul territorio del Piemonte e della Valle d'Aosta attraverso 33 itinerari.

Esso si pone l'obiettivo di promuovere la fruizione dei beni artistici, conservati in edifici religiosi a volte considerati minori, ma dalla storia spesso secolare.

Il carattere innovativo del progetto risiede nel fatto che l'intera visita ai siti artistici, dalla prenotazione alla fruizione delle informazioni, viene interamente gestita tramite un'applicazione, disponibile per sistemi Android e Ios, dalla piena accessibilità anche per disabili sensoriali.

Il percorso di visita può essere prenotato in autonomia dall'omonima app “Chiese a Porte Aperte”, previa

registrazione sul sito www.cittaecattedrali.it.

Il software genera un biglietto virtuale gratuito, utilizzabile nella fascia oraria selezionata.

Una volta giunti alla porta del luogo sacro prescelto, ai visitatori viene semplicemente richiesto di inquadrare l'apposito riquadro. Cliccando il suddetto codice Qr, l'ingresso viene automaticamente sbloccato ed ha inizio la visita.

Nel territorio pinerolese, i luoghi d'arte inseriti nel circuito sono quattro, situati nei comuni di Lusernetta, Frossasco, Villafranca Piemonte e Pinerolo stessa.

Proprio quest'ultimo, la cappella di Santa Lucia alle Vigne, in strada Santa Lucia, è stato scelto dal gruppo di delegate zonali per verificare l'effettiva fruibilità del progetto e per scoprire i tesori d'arte in esso custoditi. All'ingresso della cappella, risalente al XV secolo, un pannello tattile, con la piantina del luogo in rilievo e le principali didascalie in formato Braille, permette di prendere confidenza con la struttura.

Un codice Qr rimanda ad un sito, da cui è possibile scaricare materiale audio e video pensato anche in Lis.

Una pulsantiera fisica, invece, consente di avviare, ripetere o interrompere a proprio piacimento una narrazione dell'edificio e delle opere d'arte. Contemporaneamente, viene azionato un sistema di luci mobili, che mettono in maggiore risalto i punti di interesse all'interno del bene in concomitanza della relativa illustrazione sonora.

I testi descrivono le opere, con cenni allo stile, al periodo di realizzazione e alla storia, più o meno leggendaria, che gli affreschi raccontano.

Nel complesso, il gruppo Apri Pinerolo e Valli si è ritenuto davvero soddisfatto della visita, accessibile ai disabili visivi seppur con il supporto di un'accompagnatrice. Il percorso, tuttavia, risulta comunque semplice da affrontare anche in autonomia ed è raggiungibile anche a piedi dal centro città e dalla stazione Fs Pinerolo in particolare. Unica pecca sembra essere l'accesso al sito per disabili motori, purtroppo reso difficoltoso dalla presenza di alcuni gradini irregolari all'ingresso.

Il progetto Chiese a Porte Aperte si è ormai radicato e conta, ad oggi, 33 luoghi diffusi tra Langhe e Roero, pinerolese, saluzzese, monregalese, Canavese, Valle di Susa e Valle d'Aosta.

Per consultare l'elenco completo degli itinerari e registrarsi sul circuito è possibile visitare il sito: www.cittaecattedrali.it.

Cristina Vairolatto

LE SUORE NON VEDENTI



La Matita del Cuore

...ma che vedono la vera Luce



L'ordine delle suore di San Gaetano, è nato a Pancalieri, il 21 novembre 1884. Il suo fondatore è un sacerdote, Giovanni Maria Boccoardo, molto attento ai bisogni dei più poveri e degli anziani. Con questa finalità, ha fondato l'ordine. Nel 1932, su richiesta di una ragazza non vedente, che voleva consacrarsi al Signore, è nato un nuovo ramo del suddetto ordine, che accolse le suore non vedenti. Occorre dire infatti, che fino a quel momento, non era concesso a donne non vedenti che ne sentissero il desiderio, di rispondere alla chiamata del Signore.

Fin dal principio, la loro funzione è stata contemplativa. Hanno in comune con le altre suore i momenti di preghiera e le messe, però poi si dedicano maggiormente all'adorazione, alla contemplazione e alla preghiera.

Ormai di suore non vedenti ne sono rimaste veramente poche. Una di esse, è suor Maria.

Con pacatezza, nel parlatorio del convento, racconta con una voce calma, ma intrisa di forti passioni, la sua singolare esperienza umana e religiosa.

Ha 44 anni ed è di origine napoletana, cosa di cui è orgogliosa. La sua giovinezza è stata segnata dalla lotta contro un tumore: ha salvato la vita, ma ha perso la vista. È stata sorretta dalla sua famiglia e dalla partecipazione al movimento cattolico "Rinnovamento dello Spirito". Qui è maturata la sua vocazione monastica, in particolare dopo un congresso nazionale a Rimini. La sua scelta non è stata facile: il primo monastero cui si era rivolta l'ha respinta senza motivazioni. Non si è persa d'animo

e ha bussato ancora al convento delle Povere Figlie di San Gaetano, a Torino, in riva alla Dora, ai confini con il popolare quartiere di Barriera di Milano.

Era il 2008: le discepolo del beato Luigi Boccoardo, l'accosero a braccia aperte.

In questi quindici anni ha vissuto una scelta contemplativa all'interno di una comunità di suore di vita attiva, che in particolare si dedicano agli anziani. Altre due monache non vedenti sono attualmente impegnate nel convento di Pancalieri e in Africa, in una condizione di piena integrazione con la comunità. Suor Maria lavora al computer, segue il telegiornale delle venti, si cura della sua persona, ma soprattutto dedica molte ore alla contemplazione ed alla preghiera, insieme alla preparazione della vita liturgica nella chiesa conventuale di Cristo Re.

In un'ora di colloquio aperto e senza vincoli, la religiosa è apparsa molto lieta della sua scelta, anzi: con il rammarico per la flessione delle vocazioni.

La sua fiducia nella Provvidenza è intatta: ha assicurato la sua preghiera per la società, con un abbraccio pieno di umanità. In un quartiere dominato dai problemi, con tanti spacciatori, una presenza che dà sollievo e che ha vinto l'emarginazione.

**Francesca Berardi
Angela Trevisan**



VEDERE O NON VEDERE?

LA PREZIOSA COLLEZIONE DI MICHELINO CAPOSIO



Valter Perosino ha raccolto per Occhi Aperti la preziosa testimonianza del collezionista di occhiali Michelino Caposio che con piacere proponiamo ai nostri lettori.

Nel corso della mia vita ho sempre amato contornarmi di oggetti particolari, soprattutto d'altri tempi, che provocassero in me profonde emozioni. Ho collezionato cose varie e curiose, ma nulla ha eguagliato l'attrazione per gli occhiali antichi. Collezionarli potrebbe sembrare un po' eccentrico, ma credo nasconda significati ben più profondi di una semplice raccolta di oggetti. Probabilmente dietro ciascuno di essi è celata l'essenza di un essere umano: basta pensare a quella montagna di reliquie conservate ad Auschwitz, per rendersi conto di quanto fossero presenti nella vita di quelle persone. La passione mi derivò dal fatto che ne avevamo in famiglia, anche di preziosi, così fin da giovanissimo speravo che mia madre, prima o poi, me li regalasse. Cosa che accadde nel 1980. Da allora, fu tutta una ricerca, attratto dal fascino dell'oggetto. Tanto che ad un certo punto divenne necessario documentarmi non solo con l'esperienza sul campo, ma anche con testi adeguati. Oggi ne ho circa 80 fra antichi e moderni, oltre a un'infinità di documenti di vario tipo, compresi migliaia di occhiali, custodie e non mancano certo le

attrezzature da ottico e oculista o gli ex voto dedicati a Santa Lucia: un mondo. Il culto di questi oggetti prodigiosi mi ha dato moltissime soddisfazioni a tutti i livelli. Ciascuno dei pezzi in mio possesso racconta una storia di ricerca, trepidazione, fortuna, viaggi e indubbiamente di grande amore. Anche quando ho dovuto rinunciare alla "bellezza" di qualcuno di essi, non ho desistito dal proseguire.

Da poco, forse un po' casualmente, ho avuto il piacere di conoscere l'Apri e il mondo della disabilità visiva. Chi guarda il mondo con occhi fisici, rischia di confondere l'insieme col particolare, mentre chi lo fa con quelli della mente, decisamente molto più acuti e profondi, riesce a cogliere delle sfumature impercettibili, non certo fatte di verità apparenti bensì di consapevolezza. Capire chi si ha davanti solo dalla voce, da una stretta di mano o una sensazione è un dono che supera di gran lunga tutti gli altri... e questo mi porta a pensare che non siamo soli...



Lo studio degli occhiali, che Daça de Valdes, notaio del Santo Uffizio di Siviglia, nel '600 definì i "Salvatori", mi ha portato spesso ad analizzare i vari aspetti storici e simbolici che ne determinarono l'evoluzione. Un processo che non fu certo agevole. Se si pensa che le stanghette tempiali risalgono solamente alla prima metà del '700, ossia più di quattrocento anni dopo l'invenzione, non possiamo che renderci conto di quanto le innovazioni andassero molto a rilento. Fanno parte della collezione esemplari molto particolari. I cosiddetti "Occhiali da parrucca o berretto", per esempio sono fra i più rari, datati fra il XVII e XVIII secolo. Si tratta di una testimonianza più che tangibile dello sforzo umano per sostenere gli occhiali al volto, senza doverli reggere continuamente con una mano, poiché le stanghette ancora non esistevano. Nello specifico la montatura è in ferro, le lenti rotonde e le cerchiature che le racchiudono,

non essendovi ancora le viti, nel punto di interruzione finiscono con due risvolti, uno al contrario dell'altro, permettendo così la legatura con del filo di rame o canapa. Il ponte ha la forma di un arco dal quale un appiglio centrale, una sorta di lunga stanghetta, passando sulla fronte, raggiunge la nuca. Questo marchingegno, tenuto in posizione dal copricapo, venne abbandonato molto presto per la scomodità, visto che per mettere o togliere gli occhiali, bisognava prima sollevare la parrucca.

Da ricordare anche le immagini d'epoca che rappresentano la vita di chi ha problemi di vista.

Durante il Ventennio, per evidenziare lo spirito eroico dei molti reduci della Grande Guerra, ci fu da parte del regime la divulgazione di una forma di riscatto ideologico che dava risalto alla figura del cieco e alle sue possibilità in ogni campo, fra queste la più rappresentativa è quella intitolata: "Due veri Amici - Il cieco ed il suo fido cane guida". Spesso nella vita ci sentiamo soli e avere qualcuno che nell'appoggiarti la mano sulla spalla ti sussurra di stare tranquillo poiché c'è lui, è un aiuto che non ha eguali. Il cieco e il cane sono amici da sempre, nel guardarli non traspare alcun senso di dominio da parte del padrone. Sembrano essere una cosa sola. L'animale, accompagna l'uomo con amore poiché consapevole di esserle utile e la cosa non gli pesa, non ci sono parole fra i due, ma il solo intendimento spirituale.

VOLARE... OH OH!

I DISABILI VISIVI, IN FRANCIA...VOLANO!

A Marcé (dipartimento di Maine e Loira) i non vedenti non ci hanno messo molto a trovare i loro punti di riferimento. Al tatto, essi scoprono i modelli ristrutturati o in corso di restauro, presenti in un museo. Ne apprezzano ogni pezzo perché, malgrado la loro disabilità, tutti sono allievi piloti.

«Quando ci si pensa, sembra irrealizzabile dire che si può volare essendo ciechi» dicono «è possibile con approcci leggermente differenti per quanto riguarda la tecnica, ma la formazione e l'istruzione sono le stesse destinate ad un allievo pilota vedente».

Un caso unico al mondo. Alcuni di loro sono già stati filmati ai comandi di un apparecchio, ovviamente al fianco di un istruttore. Questa performance è stata resa possibile grazie ad un casco che si sostituisce alla strumentazione di bordo. Patrice Radiguet

ha fondato l'associazione "Les Mirauds Volants" (miraudsvolants.com) giusto venti anni fa.

"Miraud" è, appunto, un termine che i francesi usano per indicare una persona con scarse capacità visive. Oggi egli ha più di seicento ore di pilotaggio al suo attivo e condivide questo sogno un po' folle con altri quaranta disabili visivi amatori di sensazioni forti.



La Francia è il solo Paese al mondo che permette ai disabili di coltivare la loro passione come qualsiasi altro pilota, anche se non potranno mai essere soli ai comandi.

Fonte: franceinfo.fr. (Traduzione dal francese a cura di Sandro Chiabaud)

PARCO ACQUEDOTTI DI ROMA

UN PERCORSO INCLUSIVO CON MAPPA TATTILE PER CIECHI E IPOVEDENTI

Un nuovo percorso fruibile attraverso una mappa tattile è stato inaugurato nel parco degli Acquedotti presso il campo Gerini, a Roma. Il progetto fa parte delle proposte vincitrici del Roma Best Practices Award- Mamma Roma e i Suoi Figli Migliori, che ogni anno riconosce, sostiene e mette in rete la parte migliore della città. "È una novità" ha spiegato Paolo Masini, ideatore del Premio Roma Bpa "che va verso la città comunità solidale e inclusiva che insieme a tante realtà romane stiamo costruendo. Un'ulteriore opportunità per Roma, che si aggiunge ai circa 200 progetti realizzati in questi sei anni del Roma Bpa, grazie al contributo delle aziende che credono in questa nostra idea di città". La mappa, installata accanto ad una aiuola odorosa, è frutto della progettualità di RomaCammina, l'associazione che da anni si occupa di far camminare con il Nordic Walking e la Camminata Sportiva.

"La nostra idea di cammino è quella di legare luoghi e persone, permettendo a tutti di esprimersi attraverso la libertà di movimento" dice Donatella Masiero, presidente di RomaCammina, che aggiunge quanto per i non vedenti e gli ipovedenti l'uso del bastoncino da Nordic Walking diventi un modo per avere una maggiore autonomia di movimento. "Permettere anche a chi ha una disabilità di vivere i nostri parchi e la nostra città, è stato uno dei primi progetti che abbiamo voluto sviluppare con tutto lo staff di RomaCammina e il premio Roma Bpa ci ha permesso di fare un primo piccolo passo in questa direzione", ha aggiunto Alessandra Cazzola, direttrice tecnica dell'Associazione. Per la realizzazione ci si è avvalsi dell'esperienza dell'Asp S. Alessio Margherita di Savoia.

UNITI MA DIVISI

I NOSTRI



DAREDEVILS

La camminata al Parco Regionale della Mandria



stare a contatto con la natura favorisce un maggiore benessere psicofisico.

Questa giornata di conoscenza al Parco della Mandria è da considerarsi pertanto il primo passo verso la creazione di un gruppo ben affiatato che possa condividere altri momenti meravigliosi.

Questo è solo l'inizio ragazzi, avanti tutta!

Alessio Piazza
Sandro Bressaglia



Uniti ma divisi, ogni passo un capolavoro e di passi se ne sono fatti veramente tanti domenica 19 marzo al Parco Regionale della Mandria.

Un folto gruppo di giovani, volontari e famigliari, coordinati da Alessio Piazza, con il sostegno di Sandro Bressaglia, si è ritrovato per trascorrere insieme una giornata a contatto con la natura.

Dopo i saluti di rito, il gruppo si è diretto a ritmo sostenuto verso il piazzale del castello, dove, durante una breve sosta, sono state fornite alcune indicazioni agli accompagnatori su come gestire in sicurezza la camminata. Il gruppo si è rimesso in marcia provando la tecnica di camminata con le racchette e tutti si sono dimostrati entusiasti ed interessati.

In un secondo momento si è giunti presso l'area picnic riservata, per un momento conviviale fatto di panini, crepes e torte. Il tutto condito da molte risate. La giornata si è conclusa nel primo pomeriggio con la soddisfazione di tutti i partecipanti che hanno dimostrato entusiasmo, interesse e determinazione. Si è trattato del punto di partenza per un progetto molto più ampio ed articolato che vuole avvicinare il giovane alla camminata in montagna, proponendo l'ambiente alpino per vivere con gioia, amicizia e armonia momenti insieme. In montagna si è sereni, si è felici, si incontrano persone che da sconosciute diventano conosciute, ci si aiuta a vicenda e si diventa amici facilmente. Nel vivere frenetico e sempre orientato a un obiettivo, la necessità di spazi in cui ritrovare relazioni autentiche, pare stia diventando imprescindibile.

Non dimentichiamo inoltre le sensazioni, le emozioni, i suoni, che la natura dona con tanta generosità. Come ormai le ricerche mostrano chiaramente, lo



LUDOVICO III RE D'ITALIA

L'IMPERATORE CIECO

Continuiamo ad occuparci, animati dalla curiosità storica e da velleità indagatorie spesso assai complesse da dipanare, di sovrani o condottieri che abbiano conosciuto, nella loro vita, la perdita della vista a causa di violenze o malattie. Questa volta l'impresa si preannuncia forse ancor più ardua in quanto il personaggio prescelto, Ludovico III Re d'Italia e Imperatore, è vissuto tra il IX e il X secolo, un periodo particolarmente oscuro, non tanto sul piano della civiltà, quanto piuttosto per la mancanza di documenti scritti e testimonianze.

Di lui si sa infatti molto poco. Nacque ad Arles, in Provenza, o forse ad Autun, nel 882 da Bosone I ed Ermengarda. Fu presto adottato dall'Imperatore Carlo il Grosso (839 - 888). Nell'888, all'età di soli sei anni, fu proclamato Re di Provenza sotto la reggenza della madre Ermengarda (855 - 896). Costei era una donna molto ambiziosa che fu, tra l'altro, anche promessa sposa dell'Imperatore di Costantinopoli Basilio I (811 - 886).

Gli episodi della sua vita che più ci interessano sono tuttavia relativi ai primi anni del secolo X, quando Ludovico venne due volte in Italia e fu incoronato Imperatore da Papa Benedetto IV nel 901. In entrambe le spedizioni militari il suo avversario fu il Re d'Italia Berengario I. Nel 901 Ludovico riuscì ad assumere, per circa un anno, il controllo della penisola, ma poi molti alleati gli voltarono le spalle e lo costrinsero a tornare in Provenza con la promessa di non varcare più le Alpi.

L'Imperatore ritentò l'impresa nel 905 e, in un primo momento, costrinse Berengario a fuggire in Baviera. Qui, però, l'avversario si riorganizzò, a luglio ridiscese dal Brennero con truppe fresche e assediò Ludovico nella città di Verona.

Il 21 luglio, o comunque, accogliendo altre interpretazioni, al più tardi, il primo agosto, Berengario giunse presso Verona, dove poteva ancora contare su alcuni fedeli con i quali era in contatto e che, nottetempo, gli aprirono le porte della città.

Il racconto dell'epilogo della vicenda italiana di Ludovico III è tramandato solo da due documenti: la Cronaca di Liutprando e il testo anonimo dei "Gesta Berengarii", con alcune divergenze di prospettiva dovute alle distinte posizioni dei due autori rispetto alle parti in lotta.

Rifugiatosi dunque nella chiesa di San Pietro, Ludovico, secondo Liutprando, fu scoperto per il tradimento di un veronese, unico a conoscerne il nascondiglio.

Fu quindi raggiunto e accecato, pena riservata a chi fosse venuto meno a un giuramento. Secondo

invece l'autore dei "Gesta Berengarii", volendo rimarcare la clemenza del sovrano, l'abbacinamento sarebbe stato posto in essere, da qualche militare troppo zelante, contro gli ordini impartiti dal Re d'Italia. La privazione della vista, del resto, non era così comune in occidente rispetto alle usanze bizantine. Al di là delle discordanze delle tradizioni, l'episodio veronese segnava comunque il termine delle ambizioni in Italia di Ludovico III.

Dopo l'umiliante menomazione, tornò mestamente in Provenza e condusse sempre più una vita solitaria. Non rinunciò però mai al titolo di Imperatore e continuò ad emanare atti ufficiali fino al 25 dicembre 927.

Nominò pertanto suo aiutante, per gli impegni di carattere pubblico, il cugino Ugo d'Arles (880 - 947), che acquisì progressivamente un potere sempre maggiore, pur non riuscendo mai a diventare Re di Provenza.

Durante i ventitre anni della sua cecità, Ludovico si sposò, per una seconda volta, con Adelaide di Borgogna e da lei ebbe anche un figlio.

Non si sa, invece, che sorte ebbe la prima moglie, Anna, che, secondo alcuni storici, fu addirittura la consorte del suo nemico Berengario I. Ancora una volta, a questo punto, dobbiamo irrimediabilmente arrenderci di fronte alla scarsità dei documenti pervenuti fino a noi.

Ciò che tuttavia risulta innegabile è che la mancanza della vista, anche in quei secoli oscuri, non limitava di per sé la capacità di agire e di contrarre matrimonio. Non conosciamo neppure la data esatta della morte di Ludovico III detto "Il Cieco". Secondo le fonti più accreditate essa si verificò tuttavia il 28 giugno 928.

Marco Bonghi

TURISMO ACCESSIBILE

Itinerari da ascoltare

Le Aziende di Promozione Turistica di Novara, Distretto dei Laghi e Canton Ticino hanno realizzato, attraverso un progetto di finanziamento trasfrontaliero, una serie di ventiquattro podcast dedicati alla descrizione di altrettanti siti di interesse turistico presenti sui loro territori. Si tratta di documenti audio caricati su appositi contenitori presenti sul web ed accessibili a chiunque. Le audioguide, realizzate con criteri professionali, presentano anche effetti sonori che indubbiamente aiutano l'ascoltatore a calarsi nella realtà descritta. Per fruire dei podcast occorre cercarli con la chiave "Itinerari da ascoltare". Per ulteriori informazioni scrivere a: alice.mometti@efficere.it.

PAOLO BRITI

IL CIECO DA VENEZIA

Eccoci nuovamente ad inseguire una figura di poeta-cantastorie, pressoché dimenticata, vissuta nel XVII secolo e quindi particolarmente difficile da ricostruire.

Questa volta ci troviamo in Veneto. Di Paolo Briti, mai riconosciuto come degno di figurare fra i grandi della letteratura, ignoriamo sia la data di nascita che quella di morte.

Di lui ci sono pervenute solo pagine volanti, neppure raccolte in veri e propri volumi, che probabilmente il medesimo Briti distribuiva, dopo averli commissionati ad editori secondari, ai suoi ascoltatori al termine delle esibizioni itineranti. Il primo di questi fogli è datato 1619, l'ultimo, probabilmente postumo, risale invece al 1681. L'autore si firmava regolarmente con lo pseudonimo "Il Cieco da Venezia" cercando così di rievocare, in qualche modo, una nobile discendenza artistica dal grande Omero. Nelle sue composizioni si sofferma principalmente a descrivere, in versi dal tono popolare, aneddoti della vita quotidiana e curiosi episodi amorosi. Le poche notizie biografiche che ci sono pervenute si ritrovano pertanto principalmente nei testi delle sue canzonette.

Nel 1644, o, secondo altri studiosi, nel 1641, ci riferisce, ad esempio, di essere finito in galera, non sappiamo per quale ragione, ma certo, a sentir lui, ingiustamente. In un'altra occasione ci racconta di essere caduto in acqua rischiando di morire annegato e, salvato per miracolo, scrisse, in versi, per questo il suo Testamento.

Circa la sua condizione di non vedente ci ha lasciato inoltre una significativa canzonetta intitolata "Sopra quel cieco che dimanda cosa feu che non me dà limosina".

Da tale testo emerge chiaramente una situazione sociale a metà fra l'artista e il mendicante.

Una sorte molto comune ai non vedenti dell'epoca.

Ciò che però significativamente distingue Paolo Briti dai molti cantatori suoi contemporanei è soprattutto la coscienza che ha della propria personalità poetica, che lo spinge a dichiarare espressamente la paternità delle sue opere. Le sue composizioni, pur di evidente origine popolare, tradiscono comunque qualche manifesta ambizione letteraria, tanto che alcuni critici, proprio a questo proposito, hanno potuto parlare di una poesia di strada, che rappresenta tuttavia un sottoprodotto della lirica letteraria.

Essa appare eminentemente narrativa e sentimentale, spesso prevedibile e scontata, caratterizzata da una produzione spicciola, maneggiata da modesti poeti di popolo, in forme non prive di una certa elaborazione colta, ma che immediatamente tradiscono la musica sottostante, e che risultano pertanto prontamente accessibili e acquisibili dal popolo.

Ha allora il sopravvento il genere della canzonetta, che trascura gli antichi argomenti eroici per dare spazio a più spiccati interessi realistici, a una vena comica popolare che si riallaccia direttamente al gusto diffuso dalla commedia dell'arte.

Il tema dominante diventa dunque l'amore, con le sue vicende quotidiane e avventurose, talvolta boccaccesche. Un amore ricco di passioni e di sentimenti, ma pronto tuttavia a scontrarsi con la dura realtà della vita.

Proprio tra le canzonette di questo genere si riscontrano i risultati più felici del nostro cantastorie, come nella "Nuova

canzonetta nella qual s'intende un giovine, che abbandona la sua Signora, per poter resistere alla spesa", nota anche con il titolo "L'abbandono", e nel "Ridicoloso dialogo fatto tra homo e donna" o nel "Felicissimo incontro il qual fece un giovane in t'una contadina", o anche "Checco bello ritorna dalla sua Marietina" e infine nel "Bellissimo lamento fatto da una vedova dimostrando l'infenito dolore che ella sente sendoli morto il marito". Anche solo scorrendo i titoli si può certo avere un'idea delle tematiche trattate, tematiche che caratterizzeranno l'arte dei cantastorie fin quasi ai giorni nostri.

Il medesimo discorso può valere per gli argomenti, diremmo così cronachistici, anch'essi molto presenti nelle composizioni di Paolo Briti.

Si possono vedere, in proposito, il "Compassionevole successo occorso nella villa di Marochio, dove s'intende il misero e infelice Napoli che dandosi in preda alla disperazione si dà la morte di sua propria mano".

Non mancano anche accenti moralistici o pedagogici, come nel "Pubblico disprezzo fatto sopra le meretrici, con una general esortatione di emendarsi di vita e questo serve anco a gl'uomini quali tengono la sua amicitia".

Citiamo infine, in questa categoria, anche la curiosissima canzonetta "Sopra i scomesanti, dove si dichiara la proibitione di simil vitio. Opera nova sentenziosa e rediculosa insieme". In definitiva, come il medesimo autore dichiara in un altro suo componimento, egli non smentirà mai il suo proposito: "De no me impazzar mai dai copi in suso" (di non curarmi mai dai tetti in su), che contraddistingue il suo realismo popolare scevro da impegni filosofici ed astratti. Probabilmente ebbe una moglie e una figlia.

Disparve, così come era venuto, in un anno imprecisato, lasciandoci un retaggio di buona satira, voglia di vivere e sana ironia.

WINGUIDO APRE ALL'INTELLIGENZA ARTIFICIALE

Chatgpt: una realtà tutta da scoprire

La piattaforma facilitata Winguido, sviluppata dalla Società Guido Ausili di Cava dei Tirreni (Sa), ha recentemente introdotto, all'interno dei suoi menù per l'accesso ad internet, la possibilità di interrogare il sistema software "Chatgpt", che consente di fare domande ad un'intelligenza artificiale ottenendo risposte frutto di un'elaborazione di milioni di dati in rete.

Si tratta del programma recentemente bloccato dall'Autorità Italiana sulla Privacy e successivamente riaperto a seguito dell'ottenimento di adeguate garanzie. Gli utenti di Winguido potranno dunque divertirsi a porre le domande più strampalate a Chatgpt e testarne gli esiti in momenti successivi. Iniziativa curiosa e indubbiamente originale.

YOGA DELLA RISATA

QUANDO IL BUONUMORE GENERA BENESSERE

Con questo articolo "Occhi Aperti" accoglie tra i suoi collaboratori Stefania Bozzalla Gros, laureata in Scienze della Formazione, musicoterapeuta e, dal 2018, teacher di yoga della risata.

Lo yoga della risata è una tecnica che unisce e combina la risata incondizionata alla respirazione yoga.

Il principio, molto semplice, si basa sul fatto che tutti possono ridere senza una ragione. Si tratta di un'intuizione, un'idea unica di un medico indiano, Madan Kataria, che, dal 1995, insegna come armonizzare le antiche pratiche yoga con la scienza del ridere, al fine di contrastare gli effetti negativi dello stress per raggiungere una pace mentale, migliorando rapporti interpersonali e contribuendo a promuovere la pace mondiale attraverso la risata. Questa idea si basa su un fatto scientifico: il nostro corpo non distingue tra una vera risata e una risata indotta. Si ottengono gli stessi benefici fisiologici e psicologici. Lo yoga della risata favorisce un maggior apporto di ossigeno al corpo e al cervello perché ingloba la respirazione yogica profonda e diaframmatica.

Esso ci insegna a ridere, indipendentemente dagli eventi. Ci prendiamo l'impegno di ridere perché lo scegliamo. Grazie a risate prolungate, intenzionali, si è in grado di rilasciare più anidride carbonica e ossigenare meglio ogni cellula del nostro corpo e del cervello: questa migliore ossigenazione aumenta energia, vitalità, efficienza e concentrazione. Si hanno quindi più endorfine, i nostri antidolorifici naturali, più serotonina, l'ormone della felicità, più ossitocina, l'ormone del contatto, e più dopamina, ormone del piacere e della ricompensa.

Apri Odv, a Torino, da novembre a maggio, ha proposto un sabato al mese per sperimentare insieme questa tecnica. Gli incontri, di circa un'ora e mezza, sono stati caratterizzati da un primo momento di lettura di libri, riflessioni e condivisioni inerenti la risata, la gioia ed esperienze di cambiamento. Nella prima parte della sessione si allenano i quattro principi della gioia: ridere, ballare, cantare, giocare. Nella seconda parte, chiamata meditazione della risata, si ride per circa dieci minuti lasciando fluire la risata nel modo più spontaneo e naturale possibile. Infine, nella terza parte, chiamata rilassamento guidato, si fa una breve meditazione guidata che aiuta a rilassarsi, a cui segue un momento di condivisione.

Molta la soddisfazione tra i partecipanti. Mauro Francese dice: "È stato coinvolto un pubblico estremamente eterogeneo, anche a livello di età.

Il modo estremamente semplice di comunicare di Stefania, il suo costante sorriso nell'espone le varie lezioni e la sua fragorosa risata hanno creato un ambiente coinvolgente, familiare e spensierato. Stefania ci ha insegnato che quando tu ridi cambi e, quando tu cambi, tutto il mondo cambia intorno a te.

Lezione dopo lezione ci si è resi conto di quanto fosse vero".

Francesca Berardi racconta: "Lo consiglio a tutti, perché dalla vita dobbiamo tutti chiedere il meglio. Sono sempre stata una persona molto seria, che si prende decisamente troppo sul serio, e ho imparato facendo lo yoga della risata a sdrammatizzare tante cose, a prendere la vita con leggerezza".



Salvatore Siragusa evidenzia: "Sono stato presente a pochi incontri, ma mi sono divertito. È un'esperienza che mi è piaciuta e spero si possa ripetere".

Giuseppe Moliterno afferma: "Io ho già sperimentato altre discipline olistiche e lo yoga della risata è stata un'aggiunta, un'esperienza positiva da ripetere".

Maura Scalabrin aggiunge: "L'esperienza è stata positiva perché ritornavo a casa con un animo più sereno. Frequentando un ambiente allegro, ho scoperto uno spirito più positivo nei confronti del mondo e di me stessa".

Giovanna Gisoldi spiega: "Al primo incontro sono stata un po' spiazzata perché questo ridere a comando mi stava stretto.

Di carattere sono un po' ribelle, se le cose mi vengono imposte mi rifiuto. Il primo incontro per me non è stato facile. La svolta è arrivata quando Stefania ci ha spiegato tecnicamente cos'è lo yoga della risata, cosa succede con la risata, quali sono i benefici. Quando ho capito cosa accade al nostro corpo con la risata.

Stefania è riuscita a coinvolgerci.

Mi sono lasciata andare e ho iniziato a ridere di gusto, a divertirmi e sentire questa grande forza comune. Con l'esperienza dello yoga della risata oggi mi sento più orgogliosa di quello che sono. Nell'ultimo incontro ho scoperto che il significato della parola stupida significa stupida, meravigliata: quindi sono fiera e orgogliosa di essere stupida, meravigliata, del mio modo di essere e della mia risata".

Marco Croce ricorda: "All'inizio ho avuto qualche dubbio sullo yoga della risata, poi, incuriosito, mi sono documentato e ho iniziato a praticarlo anche a casa.

Ho capito che da un sorriso nascono sempre tantissimi altri sorrisi".

Angela Trevisan conclude: "Grazie allo yoga della risata ho imparato a ridere senza vergogna. Senza curarmi del giudizio della gente e senza sentirmi sbagliata.

Per me lo yoga della risata è uno scambio di energia positiva. Rido in particolare nei momenti di difficoltà, per cercare di sdrammatizzare pur senza sminuire l'entità del problema e senza ridere di niente e di nessuno, ma semplicemente per cercare di stare meglio".

Stefania Bozzalla Gros

MA QUANTO SONO BELLA!?

Clara si presenta



Proponiamo, a partire da questo numero di Occhi Aperti, i racconti brevi degli iscritti al secondo livello del corso di scrittura svoltosi all'Apri durante l'anno.

Il mio nome è Clara. Fino a pochi anni fa ero di colore scuro, piuttosto triste e trasandata. Ultimamente però questa tendenza sta cambiando. Spesso sono colorata di rosso acceso. Il mio schienale è tappezzato di immagini, adesivi, poster di ogni tipo: cantanti, attori, atleti... tutto per rendermi sempre più bella e aggraziata. Insomma... posso affermare, senza riserve, di essere una gran bonazza.

Al mio passaggio tutti si girano a guardarmi. Sono un'attrazione, al pari delle grandi star. Se mi candidassi a Miss Universo, certamente vincerei il primo premio.

Voglio descrivervi meglio come sono fatta. Il mio aspetto è quello di una sedia, solo che ho quattro ruote, uno schienale, due braccioli e due poggiatesta. Su di me si siede un pilota, che può guidarmi manualmente o grazie a un joystick, se ho un motore elettrico.

Le persone pensano, erroneamente, che io rimanga chiusa in casa a piangermi addosso insieme al mio amico del cuore, invece quasi tutti i giorni faccio chilometri, e le mie ruote si usurano in poco tempo. Di solito dopo cinque anni vado in pensione.

Io e il mio compagno pratichiamo sport: tennis, basket, maratona, danza, talvolta anche per agonismo. Non nascondo che di tanto in tanto mi chiedo se è sano di mente, dato che insieme prendiamo dei colpi incredibili. Dopo mi spetta una bella revisionata dal meccanico, che spesso decide di porre fine alla mia esistenza, talmente sono rotta. Allora vengo sostituita da un'altra mia sorella. Quando pratico uno sport, le mie forme sono aerodinamiche, decisamente diverse da quelle standard. Spesso, con il mio "braccio destro" alla guida, faccio dei capitomboli con i fiocchi. Lui cade a terra rischiando di farsi male perché il terreno è particolarmente impervio,

c'è un gradino, un marciapiede dissestato, o qualche altro impedimento. Noi belle signore con le ruote non abbiamo certo una vita semplice. Viviamo in una società avanzata sotto tanti punti di vista, in cui però nessuno si cura molto dei nostri amici.

Come avrai capito, sono una sedia a rotelle, ma io preferisco farmi chiamare Clara. Non posso fare a meno di ricordarmi di Heidi e della sua amica, mia omonima, che ad un certo punto è riuscita a camminare e non ha avuto più bisogno di me. Inoltre, io e il mio conduttore possiamo anche andare in mare. Per farlo, le ruote davanti saranno più grandi, permettendogli così di camminare sulla sabbia, galleggiare e non annegare.

Anche se rappresento le sue gambe, lui mi fa sbattere dappertutto.



Figuriamoci quand'è anche completamente orbo... povera me! Mi fa sorridere quando gli umani, sbattendo contro di me, si scusano con lui, cosa inutile, perché a farsi male non siamo noi, ma loro. Io, infatti, ho una corazza di ferro che protegge entrambi.

Sono disposta a tutto per aiutarlo. Mi diverto anche, nonostante il mio ruolo non sia facile. Non posso nascondere, tuttavia, che gradirei un po' più di rispetto da parte sua perché per lui, giorno per giorno, sacrifico la vita.

Angela Trevisan

FOTOBIMODULAZIONE

A Genova presentato il progetto

Mercoledì 7 giugno, nel corso di una conferenza stampa online organizzata dalla Fondazione Roche, sono stati presentati tutti i progetti approvati nell'ambito del bando intitolato "Accanto a chi si prende cura" 2022. Fra essi è presente, come annunciato, il progetto, proposto dall'associazione RP-Liguria, sulla valutazione della fotobimodulazione nel trattamento della degenerazione maculare senile in fase iniziale. Su tale iniziativa sono stati presentati un breve video registrato dal presidente Marco Bonghi ed una descrizione delle attività previste elaborata dall'associazione ligure. Prossimamente il progetto entrerà in fase di realizzazione avvalendosi del supporto scientifico fornito dalla Clinica Oculistica dell'Università di Genova.

L'UOMO CHE DISEGNÒ DIO

UN NUOVO CAPOLAVORO DI FRANCO NERO

Passano gli anni, e i decenni, ma il pianeta cecità non cessa di affascinare il mondo del cinema. Anche il 2022 non fa eccezione. Ecco farsi dunque avanti, a tal proposito, l'ultima pellicola dell'attore e regista Franco Nero.

Stiamo parlando de "L'uomo che disegnò Dio", film italo-americano presentato, in anteprima, al Torino Film Festival 2022 e girato principalmente proprio nella metropoli subalpina. Oltre a Franco Nero, figurano nel cast gli attori Kevin Spacey e Faye Dunaway.

La vicenda presenta indubbiamente elementi surreali. Emanuele Assuero è un artista cieco isolato e scontroso che, nonostante la sua disabilità sensoriale, riesce ad effettuare ritratti a carboncino analizzando soltanto la voce dei suoi modelli. Solo la voce di Dio egli sostiene di non essere mai riuscito a percepire.

Insegna pittura in una scuola serale ma, ben presto, una giovanissima ammiratrice, che aveva ospitato nella sua casa, riprende di nascosto le sue misteriose abilità e realizza un video che diventa virale sul web. Arriva così un non desiderato successo ed Emanuele incomincia ad essere corteggiato da giornalisti televisivi e uomini di spettacolo. Da questo momento inizia una complessa critica ai miti e alle tecniche fatte proprie dai talk-show del piccolo schermo: la superficialità e vacuità di questo mondo feriscono profondamente Emanuele che, in fin dei conti, rimpiange la solitudine dei tempi passati.

Il film, ispirato a una non meglio precisata storia vera su soggetto dell'attore Eugenio Masciari, è scritto a sei mani con Franco Nero e Lorenzo De Luca. Esso rappresenta, allo stesso tempo, un'opera di denuncia dello strapotere dell'immagine, della superficie sulla profondità dei sentimenti umani e la critica di un mondo in cui siamo diventati ciechi "grazie" ai social, dove la cancel culture e il buonismo finiscono per illuderci che siamo giusti e buoni mentre continuano a essere perpetrati i peggiori crimini e la cattiva tv vende il dolore e la diversità per farci sentire più 'normali'.

Tutte cose condivisibili, ma che, nella durata contenuta di un film, risultano forse un po' ingenui, con metafore fin troppo esplicite che finiscono per soffocare la vicenda, mentre il giusto afflato etico e civile della pellicola rischia di sfociare nel moralismo. Questo è probabilmente uno dei motivi che hanno determinato un'accoglienza piuttosto tiepida da parte della critica cinematografica. Restano tuttavia le sane risate durante la visione per le battute taglienti ed efficaci del protagonista, per cui è impossibile non provare grande empatia. Vedere Franco Nero sul grande schermo, ammettiamolo, fa sempre un bell'effetto: il suo carisma risulta infatti tuttora inalterato. "L'uomo che disegnò Dio" è uscito nelle sale italiane il 2 marzo 2023.

Aurora Mandato

ASCOLTARE I QUADRI IN AMBROSIANA

Vedere l'arte attraverso la mente

Il progetto Descrivendo, dedicato in modo particolare agli ipovedenti, interessa anche la Pinacoteca Ambrosiana di Milano. Si tratta di un percorso che aiuta a orientarsi tra quattro capolavori e nel museo. "Vedere l'arte attraverso gli occhi della mente": così Descrivendo, progetto dell'Associazione Nazionale Subvedenti, riassume l'iniziativa. Quattro le opere del percorso: si parte dalla "Canestra di frutta" di Caravaggio per arrivare al cartone preparatorio della "Scuola di Atene" di Raffaello, segue la versione ad acquerello su carta de "Il bacio", realizzata sempre nel 1859 da Francesco Hayez, per poi soffermarsi sul "Ritratto di musico" di Leonardo da Vinci. Il progetto in Pinacoteca Ambrosiana è sostenuto dalla Fondazione Maurizio Fragiaco. Un Qr-Code davanti ai capolavori apre finestre: si ascolta un testo che orienta nell'opera mentre si danno indicazioni dall'ingresso all'uscita per superare eventuali barriere architettoniche e percettive, passo dopo passo.



L'opera intende dunque essenzialmente esprimere una critica, di carattere sociologico, alle vacuità ed all'inconsistenza effimera della cultura incarnata da molti mass-media. In tale contesto la cecità del protagonista appare quasi un elemento incidentale, forse una sorta di contrappeso rispetto alla civiltà dell'immagine che si intende criticare.

IL NUOVO VIDEOINGRANDITORE ASTRO

LA NOVITÀ DI ZOOMAX

La società Zoomax ha recentemente presentato, al Salone sugli Ausili Visivi di Francoforte, il nuovo modello da tavolo "Astro", erede del dispositivo "Aurora" che molto successo ha riscosso negli ultimi anni.

Si tratta di uno strumento agile e performante, con monitor da 22 pollici e ampia possibilità di regolare i colori, la luminosità e il contrasto, full Hd e ampio piano di lettura. Astro è distribuito, per l'Italia, da Tiflosystem srl di Padova ed è fornibile tramite il Servizio Sanitario Nazionale. Per ulteriori informazioni e per richiedere la scheda tecnica scrivere a: tiflosystem@tiflosystem.it.



A GARDALAND CON L'ACCOMPAGNATORE

IL SERVIZIO È ATTIVO FINO A SETTEMBRE

Anche per il 2023 la Cooperativa Sociale Ilea di Verona propone un servizio di accompagnamento personalizzato, a favore di visitatori ciechi o ipovedenti, all'interno del grande Parco di Divertimenti Gardaland. Il servizio, che non si sostituisce al ruolo degli accompagnatori privati, viene fornito a gruppi composti da un minimo di quattro e un massimo di dodici persone. Ciò consentirà di progettare un percorso adatto alle specifiche disabilità del gruppo, avere informazioni pratiche sulle singole attrazioni, prenotare un posto nei ristoranti interni al parco e conoscere meglio gli itinerari esistenti nel medesimo. Il servizio, attivo fino a settembre, dovrà essere prenotato almeno tre giorni prima dell'arrivo telefonando al numero: 045 - 644.97.77. L'ingresso alla struttura è gratuito per i portatori di handicap non autosufficienti e ridotto per gli accompagnatori.



BRA: LETTURE AD ALTA VOCE

Nella serata di sabato 27 maggio, presso il Movicentro di Bra, si è svolta una serata culturale dedicata al Libro al Buio, in occasione del Salone del Libro per Ragazzi di questa città. Nell'occasione ha esordito pubblicamente, in rappresentanza di Apri Odv, il nuovo delegato zonale Walter Boffa.

Le attività sul territorio si stanno intensificando ed il Comune ha già interpellato più volte l'associazione su problemi legati alla scuola e all'accessibilità del territorio. Per mettersi in contatto con il gruppo scrivere a: bra@ipovedenti.it.



L'ASSEMBLEA DI RP-LIGURIA

L'associazione si apre sempre più ai giovani

Nella mattinata di sabato 29 maggio, si è riunita, presso il Circolo dello Zenzero di Genova, l'assemblea annuale dei soci di RP-Liguria. Il presidente Marco Bongi ha relazionato i convenuti sulle attività svolte nell'ultimo anno e poi si è proceduto con l'approvazione del rendiconto 2022. La relazione scientifica è invece stata tenuta dal vice-presidente Claudio Pisotti. Alcuni soci hanno formulato interessanti proposte operative che verranno successivamente esaminate dal Consiglio Direttivo. L'associazione ha confermato un buono stato di salute sul piano economico e interessanti margini di miglioramento nel campo della visibilità sul territorio. Mancano tuttavia i giovani e, in tal senso, è stato pronunciato un caloroso appello affinché si possano avvicinare maggiormente al sodalizio.



SPORT PER TUTTI CON BEATRICE

PARTECIPA ANCHE L'ACCOMPAGNATORE!



Lei ha 45 anni e non li dimostra, si chiama Beatrice Cappai ed ha una palestra. È stata, ed è, insegnante di acquagym presso la piscina comunale di Chivasso gestita dalla Libertas nuoto. Le lezioni di acquagym sono per utenti normodotati ma, appunto, le frequento anch'io. Sì, è proprio così! Vero è che io conservo un residuo visivo e che fin da ragazza ho praticato questa attività, ma ciò che fa la differenza, e quindi mi permette di svolgere questo sport con tanta soddisfazione, è che lei impartisce comandi vocali chiari, semplici e circostanziati. Poi è successo che un giorno qualunque, chiacchierando, lei mi ha detto che io ho una iperestensione delle ginocchia, cioè un mal allineamento delle articolazioni. Beh, che ci fosse qualcosa che non quadrava l'avevo capito da sola, ma nessuno me lo aveva mai detto! Nel frattempo le lezioni di acquagym continuavano e nello stesso tempo vengo a sapere che Beatrice ha una palestra in Chivasso. Questa informazione mi è arrivata proprio quando, dopo aver consultato i soci di Chivasso e dei comuni limitrofi, si era deciso di vedere se c'era la possibilità di usufruire di un corso di ginnastica ad hoc per quei soci che volevano praticare uno sport che però non fosse l'attività in acqua. Il nome della palestra mi era stato suggerito da diverse persone, ma io ero dell'idea di scartarla perché abbastanza distante dal centro cittadino. Comoda a raggiungersi solo in automobile. A quel punto, in seguito alle positive segnalazioni

e al fatto che conoscevo questa insegnante che sapevo capace, ho deciso di contattarla. Ancora non sapevo che lei, Beatrice, dopo aver frequentato l'Isf si è anche qualificata come istruttore per le attività motorie rivolte ai soggetti diversamente abili. Così ci siamo parlate, le ho spiegato le nostre necessità e lei ci ha offerto una lezione di prova affinché capissimo se le attività proposte erano di nostro gradimento. Un piccolo gruppo, me compresa, ha deciso di frequentare una volta alla settimana il corso di ginnastica appositamente centrato sulle nostre richieste. La palestra è molto grande, è su due piani e ci sono tanti attrezzi: palle grandi e piccole, bastoni, pesi di ogni genere, tappeti elastici e... chi più ne ha, ne metta. Poi a Beatrice è venuta "l'idea": poiché ognuno di noi arrivava con l'accompagnatore, ha pensato che quest'ultimo poteva impegnare il tempo dell'attesa facendo ginnastica gratuitamente con la persona accompagnata. Un'offerta strepitosa, nonostante la pigrezza dei nostri accompagnatori! Infine, c'è stato il "salto" perché questa stessa offerta è stata riproposta anche per le lezioni di pilates.

Un po' come quelle offerte "paghi uno, prendi due": si paga il corso per una persona (cioè la persona disabile visiva) e l'accompagnatore frequenta lo stesso corso gratuitamente. È stato un successo e Beatrice ha deciso che questa offerta super speciale debba essere estesa a tutti i soci Apri interessati a fare attività fisica presso la sua palestra. Qualche dato: palestra "Beauty and Core" via degli Alpini 3/r a Chivasso. Per informazioni è possibile telefonare al numero 3405110458.

Avete anche voi una storia da raccontare? Contattate il numero 3334413194.

Ornella Valle

COLLERETTO GIACOSA

L'APRI INCONTRA IL SINDACO

Venerdì 2 giugno il presidente Apri Odv Marco Bongi si è recato presso il municipio di Colletterto Giacosa dove lo attendeva, nonostante la giornata festiva, il primo cittadino Ernesto Marco. Colletterto Giacosa è un piccolo comune, di circa 600 abitanti, posto nelle vicinanze di Ivrea. Dette i natali al noto drammaturgo Giuseppe Giacosa (1847 - 1906). Il sindaco aveva esplicitamente contattato l'associazione per avere consigli allo scopo di rendere più accessibile il giardino pubblico del paese e ha guidato personalmente un sopralluogo alla struttura. Al termine del cordiale colloquio è stata registrata, come sempre, una breve intervista: <http://www.youtube.com/watch?v=AoRJI58fcRg>.

ABBATTIMENTO DELLE BARRIERE ARCHITETTONICHE



Se ne è parlato in Comune a Chivasso

Lunedì 29 maggio, alle 17:30, presso la sala del Consiglio Comunale di Chivasso, si è tenuta una riunione dal titolo "Osservatorio per l'abbattimento delle barriere architettoniche", voluta dall'assessore alle Politiche Sociali del Comune di Chivasso, Tiziana Siragusa. Questo incontro, oltre alla delegazione di Chivasso rappresentata da Michele Rosso e Ornella Valle, ha visto la partecipazione dei rappresentanti di altre associazioni fortemente presenti sul territorio, tra cui la Uildm, lo Spi Cgil e la Cisl. Presenti anche alcuni consiglieri e assessori del Comune di Chivasso. Tiziana Siragusa ha voluto condividere con le associazioni l'informazione circa due finanziamenti, l'uno proveniente dal Pnrr sull'asse cultura e l'altro in arrivo dalla Regione Piemonte, sezione commercio, relativamente all'abbattimento delle barriere

fisiche, sensoriali e cognitive su due importanti aree di Chivasso quali la zona dei viali Vittorio Veneto e la connessione dei luoghi di principale interesse con la biblioteca civica. Si tratta di un importo abbastanza esiguo: circa 300.000 euro che si dovranno impegnare con oculatezza. Si è ribadita l'importanza di lavorare in gruppo affinché le opere che verranno realizzate siano veramente utili per tutte quelle persone che in maniera temporanea o definitiva si trovino in situazione di disabilità. I diversi rappresentanti delle associazioni si sono offerti per partecipare alla programmazione e alla discussione con i progettisti già individuati per fare il meglio possibile. La riunione si è conclusa con la certezza di un prossimo incontro, ad una data ancora da concordare. Vi terremo aggiornati!

Ornella Valle

DISABILITY PRIDE

UNA MARCIA PER PROMUOVERE L'INCLUSIONE SOCIALE

L'espressione "Disability Pride", tradotta dall'inglese, significa "orgoglio dei disabili".

Le prime manifestazioni di questo genere, chiamate Handy Pride, si sono tenute negli Stati Uniti intorno agli anni '90. Con questo tipo di evento, si intendono richiamare due differenti concetti: uno relativo alla fierezza delle persone con disabilità e l'altro riguardante la "Pride Parade", cioè la marcia dell'orgoglio dei disabili. Scopo di tutto questo è continuare a promuovere l'inclusione sociale e la realizzazione dei diritti delle persone con disabilità. Per Torino si è trattato del primo appuntamento ed è stato promosso dalla cellula di Torino Luca Coscioni in collaborazione con altre 18 associazioni del territorio, tra cui l'Apri. La manifestazione ha visto la presenza di circa un migliaio di persone, che si sono ritrovate alle 14:30 davanti alla stazione di Porta Nuova per poi recarsi, passando per via Roma, in Piazza Castello. La delegazione Apri di Chivasso era presente in massa. È veramente stata una bellissima manifestazione, volutamente colorata, allegra e rumorosa. Lungo il percorso i rappresentanti delle varie associazioni hanno descritto le loro attività e alcuni hanno anche illustrato i punti per i quali, secondo loro, è necessario ancora battersi. Tra questi, per l'Apri, è intervenuta Alessia Volpin. In piazza Castello il Comune di Torino



ha collocato un palco sul quale hanno preso la parola tante altre associazioni. Hanno svolto magistralmente l'attività di conduttori Dajana Giofrè e Marco Andriano: sono stati bravissimi!

Da segnalare l'intervento di Pericle Farris. Nel suo stile, duro, puntuale e forte, tra le altre cose ha anche ripercorso la storia dell'approccio alla disabilità ricordando che, ai suoi tempi, le persone disabili venivano chiamate subnormali, e quanto ancora siamo lontani da una vera e propria parità di diritti e di opportunità.

Un grazie particolare a Charlotte Napoli, sempre super presente e mai invadente!

ALLA SCOPERTA DI BRUSASCO



Una gita tra storia, natura... e prelibatezze

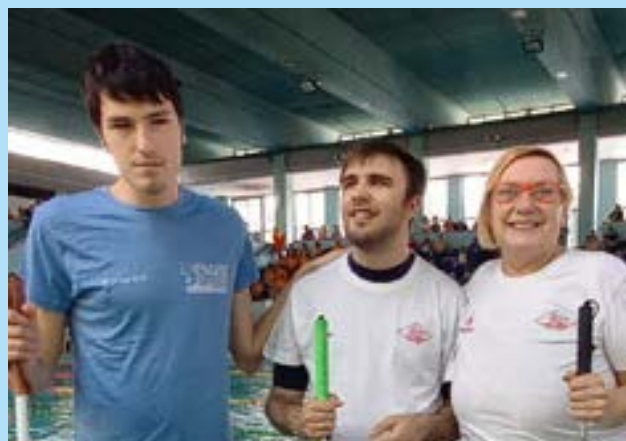
Brusasco è un piccolo comune situato a circa 50 chilometri a nord-est di Torino, sulle rive del Po, alle pendici delle colline, prossimo alla confluenza con la Dora Baltea. Le sue origini risalgono al periodo romano e oggi conta circa 1.700 abitanti la cui attività prevalentemente è agricola. Brusasco è ricco di storia, monumenti ed aree protette. Perché non fare una gita lì? Ha pensato il gruppo di Chivasso. Così, domenica 26 marzo, ben 38 tra disabili visivi, parenti e simpatizzanti, si sono radunati nella piazza San Pietro di Brusasco e, accompagnati da una guida d'eccezione, il giornalista Giuseppe Valesio, hanno esplorato la parte bassa del paese. Il pranzo ha visto una location speciale: il ristorante "Del luogo", collocato nelle antiche scuderie del castello. Verso la fine del pranzo il socio Marco Actis Dato e altri due amici hanno suonato e cantato per allietare ulteriormente il momento conviviale nell'attesa che smettesse di piovere. A seguire, il proprietario del castello, che come quasi tutti i castelli si trova su una altura, ha condotto il gruppo in un'interessante visita dello stesso oltre che all'esterno, nell'antico borgo. Quest'ultimo, conformato a ricetto, fu il luogo dove, nel Medioevo, si trasferirono dalla pianura gli abitanti di Brusasco per difendersi degli assalti delle varie ondate di eserciti invasori. Marco e la sua mamma, Barbara Bertolino, hanno preparato delle illustrazioni tattili e dei testi in Braille che hanno permesso ai partecipanti non vedenti di conoscere diversi dettagli altrimenti non fruibili. Alle 18, stanchi ma soddisfatti, i partecipanti sono ripartiti per le loro abitazioni.

Ornella Valle

QUATTORDICESIMO MEMORIAL ERMINIO CATANIA

GLI ATLETI DELL'APRI PARTECIPANO CON SUCCESSO

Sabato 25 maggio a Torino, presso la piscina comunale della Colletta, si è tenuto il quattordicesimo memorial Erminio Catania: una gara di nuoto rivolta ad atleti disabili provenienti da tutto il Piemonte. I soci Marco Actis Dato e Ornella Valle hanno gareggiato nella società Libertas Nuoto Chivasso mentre di socio Alessio Piazza ha "corso" per la società Rari Nantes di Torino, portando a casa rispettivamente una medaglia di bronzo, una medaglia d'argento e un quinto posto. Le gare seguono le regole federali/Uisp: le batterie vengono effettuate in base ai tempi precedentemente rilevati dagli allenatori e le gare si svolgono alla presenza di giudici e cronometristi. Gli atleti si sfidano a stile libero e a dorso, con e senza ausili, sui 50 e 25 metri. Nello spirito del Memorial c'è un premio per tutti, anche per chi non si è qualificato tra i primi tre. C'è anche una coppa per ogni società che ha partecipato. Chi era Erminio Catania? Erminio era un educatore che lavorava ad un importante progetto di inclusione sportiva per le persone disabili e deceduto una decina di giorni prima di un importante evento sportivo. Con questo memorial si vuole ricordare il suo grande impegno! La prima edizione, nel 2009, ha visto una cinquantina di partecipanti, che gradualmente sono andati ad aumentare anno dopo anno. Complimenti a tutti gli atleti e ai loro bravissimi e pazientissimi istruttori.



SCUOLA E PROGETTI DI SENSIBILIZZAZIONE

Gli alunni donano tre audiolibri



Nella mattinata del 21 aprile gli alunni dell'Istituto Comprensivo "Rodari", nello specifico il plesso delle scuole secondarie di primo grado di Valstrona, risultata tra i vincitori del Bando del Ministero della Cultura per la promozione alla lettura, indetto dalla direzione generale Biblioteche e diritto d'autore, del 2022, hanno donato i files contenenti tre audio libri da destinare agli utenti delle Associazioni Uici di Novara/ Vco e all'Associazione Apri sez. Vco di Omegna. È stata la conclusione del progetto promosso dal Ministero della Cultura, con grande soddisfazione della Dirigente Paola Marchi, dei docenti e degli alunni stessi. "L'iniziativa finanziata" ha riferito il professor Cristian Scatamacchia "Si è diretta lungo tre assi. Si è provveduto a rinnovare la dotazione libraria per

incontri con gli autori e attività teatrali a cura del Parco della Fantasia Rodari di Omegna". Lo scorso 21 aprile, alla presenza di tutti gli alunni, si è proceduto alla donazione. Sono intervenuti il presidente dell'Uic di Novara/Verbania Pasquale Gallo, il presidente di Apri Odv Marco Bonghi e la responsabile dell'Apri sez. Vco Laura Martinoli. Si è dato vita ad un serrato confronto con molte domande pertinenti riguardanti le difficoltà vissute quotidianamente da non vedenti ed ipovedenti. Mattatore dell'incontro è stato Alfredo Crivillaro, socio Apri sez. Vco, con il suo cane guida "Luna", subito eletto beniamino dai ragazzi. Si è trattato di una bellissima esperienza per alunni e docenti. I fruitori di questo prezioso dono, frutto di una non comune sensibilità, nel ringraziare tutte le persone coinvolte, compreso il sindaco di Valstrona Luca Capotosti, che ha voluto dare, con la sua presenza, un tangibile segno dell'attenzione che l'amministrazione ha verso i problemi della disabilità in generale, si sono lasciati con l'impegno dell'associazione Apri sez. Vco di ritrovarsi per parlare di disabilità visiva. Per confrontarsi sulle modalità di coinvolgimento quotidiano delle persone affette da questi problemi e per capire come è avvenuto uno storico passaggio nella comunicazione per mezzo dell'alfabeto "Braille".

Franco Cattaneo



IL PROFESSOR SCATAMACCHIA LASCIA LA VALSTRONA

Un grazie di cuore dalla sezione Apri del Vco

Il professor Christian Scatamacchia lascia la sede della scuola secondaria di primo grado di Valstrona. La sezione Apri del Vco coglie l'occasione per augurargli di ripetere l'ottimo lavoro svolto anche nella nuova sede di Orta San Giulio. Speriamo che la collaborazione avviata in Valstrona possa proseguire nella nuova sede. I temi sociali sono profondamente radicati nell'animo del docente e contiamo sul suo aiuto per coinvolgere i suoi nuovi alunni. Tanti auguri per il lavoro che avvierà in un nuovo ambiente e un sincero arrivederci dall'Apri sez. Vco.

i ragazzi, ormai vetusta, con l'acquisizione di circa 70 libri, facendo partecipare gli alunni alla scelta. Si è promossa la lettura attraverso un'azione di utilità sociale: prestare un servizio per l'Unione italiani Ciechi, con letture apposite da parte degli alunni per le persone non vedenti, con la creazione di file audio, ovvero audio libri. Nello specifico: gli alunni di prima hanno letto "La torta in cielo" di Gianni Rodari, quelli di seconda "Il fantasma di Canterville" di Oscar Wilde e infine gli allievi di terza "La fattoria degli animali" di George Orwell. Abbiamo fatto vivere lo spazio bibliotecario con eventi dedicati alla lettura e alla scrittura creativa: laboratori, letture animate, presentazioni di libri,

VIVICITTÀ, LA CORSA PER I DIRITTI

CON L'APRI DI TRAPANI ANCHE DUE ATLETI NON VEDENTI

Lo scorso 2 aprile la sezione provinciale di Trapani ha preso parte alla manifestazione "Vivicittà, la corsa per i diritti", organizzata da Giuseppe Sammaritano per la Uisp Sicilia e patrocinata dal Comune di San Vito Lo Capo. Il percorso si è sviluppato per un paio di chilometri tra il lungomare e le strade del centro cittadino. Hanno fatto parte del gruppo Apri anche gli atleti non vedenti Francesco Pidalà e Ignazio Bonfardieci, arrivati per l'occasione da Messina e Palermo.



GREST ESTIVO

L'Apri ha presentato le attività sensoriali

Il 14 maggio la sezione Apri di Trapani ha presenziato alla presentazione del Grest estivo promosso dalla Cooperativa Sociale Voglia di Vivere, presso Fondo Auteri nel Comune di Valderice.

Per l'occasione sono state presentate dal gruppo le attività sensoriali rivolte ai bambini e alle famiglie presenti.



DISABILIDAMARE 2023

ANCHE L'APRI DI TRAPANI HA PARTECIPATO

Dal 18 al 21 maggio, ha preso il via la terza edizione del progetto DisabilidAmare 2023, presso la spiaggia senza barriere "Playa", lido Ohana, nel Comune di Castellammare del Golfo. Durante la manifestazione si è tenuto uno stage di apnea applicata indoor e nuoto pinnato per diversamente abili a cui hanno partecipato cinque associati Apri. Le lezioni erano tenute da Stefano Makula ed i campioni italiani Ilenia Colanero e Fabrizio Pagani, che hanno stabilito più volte il record mondiale ai Campionati Italiani di apnea indoor e nuoto pinnato per diversamente abili organizzati dalla Fipsas, Federazione Italiana Pesca Sportiva, Attività Subacquee e Nuoto Pinnato. Al termine della manifestazione sono stati consegnati gli attestati di partecipazione. Molte le attività proposte, tra cui quelle promosse dall'Associazione Nazionale Riabilitazione Equestre ed i cavalli del "Ranch del Golfo", uno stage di stand up paddle a cura del team "Sup Around Sicily", un'uscita in catamarano, esibizioni e moto terapia.



RIPARTITI I LABORATORI DI SENSIBILIZZAZIONE

A breve saranno presso la torre e la palazzina Siva

A gennaio, dopo tre anni di sospensione a causa dell'emergenza pandemica, presso la Biblioteca Civica e Multimediale Archimede, a Settimo Torinese, sono ripartiti i laboratori di sensibilizzazione scolastica sulla disabilità visiva organizzati dalla sezione locale e dalla sede centrale di Apri Odv in collaborazione con l'Archimede.

Quest'anno le proposte didattiche di questo tipo erano due e, più nello specifico, il ben consolidato progetto "Con altri occhi", giunto ormai alla sua ottava edizione, e quello mai sperimentato fino ad ora "Giocare con i cinque sensi". Il primo, che si rivolge alle classi quarte e quinte elementari, attraverso la visione di un film, la creazione di un cartellone tattile, una mini lezione di Braille, il muoversi ed il consumare la merenda al buio, intende, inizialmente, far riflettere i bambini su cosa significhi non vedere ed, in seguito, permette loro di calarsi nei panni di un cieco, anche se solo per breve tempo. Il secondo, invece, è indirizzato ai bimbi più piccoli, di prima e seconda elementare, e prevede un incontro e non due. Nel corso di tale esperienza ludico-didattica, i fanciulli, prima, ascoltano la favola dei cinque sensi, quindi, guardano il cartone animato dedicato al medesimo argomento e tratto dalla trasmissione per ragazzi "L'albero azzurro", andata in onda su Rai tre fino a qualche anno fa. Infine, proveranno a giocare, in quest'ordine, con vista e gusto, olfatto, tatto ed udito. Osservando molto attentamente tre sostanze tra loro affini, sale,



zucchero e farina di riso, dovranno distinguere una in particolare e, dopo averla assaggiata, verificare se siano o meno riusciti nell'impresa. La maggior parte dei partecipanti non ha riconosciuto quale delle tre fosse lo zucchero fino a quando non ne ha percepito il gusto. Tutto ciò per far comprendere ai piccoli come la vista possa trarci in inganno oppure non funzionare o farlo poco, male e che in questi casi ci vengono in aiuto i quattro sensi residui. Gli ultimi tre giochi consisteranno nuovamente nel riconoscere delle sostanze, degli oggetti celati dentro particolari scatole di cartone, dopo averli sfiorati ed estratti da esse, dunque mediante la pelle e le mani, oppure ascoltando il suono da essi prodotto.

Giuseppina Pinna

CORSO DI ALFABETIZZAZIONE BRAILLE

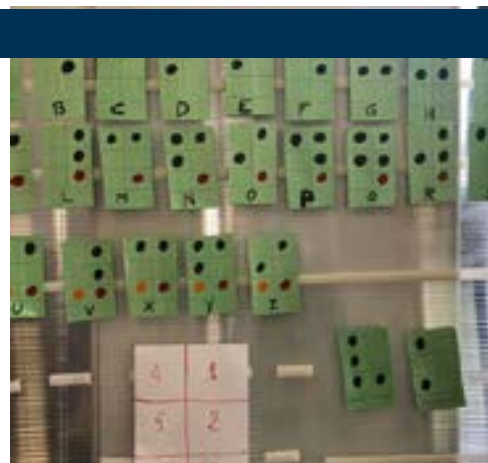
Terminate con successo le lezioni

Nella mattinata di sabato 20 maggio, presso la sala blu della Biblioteca Civica e Multimediale Archimede, a Settimo Torinese, si è concluso il corso di alfabetizzazione Braille che aveva preso avvio il 4 novembre.

Le quattro allieve, di cui tre insegnanti, due impegnate nel sostegno, si sono cimentate nella prova d'esame che consisteva nella trascrizione in alfabeto Braille dell'incipit del romanzo "Alice nel paese delle meraviglie", dello scrittore inglese Lewis Carroll, e nella lettura della pagina di un libro scelto tra quelli di cui la biblioteca dispone.

Superato l'esame, le corsiste hanno conseguito un attestato di frequenza e le tre docenti hanno diritto all'accreditamento riconosciuto dal Ministero della Pubblica Istruzione e fornito dall'agenzia formativa Aniat. Alle consuete 20

lezioni, la cui docenza è stata sempre affidata alla responsabile delle relazioni esterne della sezione locale di Apri Odv, dottoressa Giuseppina Pinna, ne sono state integrate due di carattere tiflopedagogico, tenute dall'educatrice non vedente dottoressa Simona Valinotti, concernenti le modalità per approcciarsi ad un bambino nato cieco o che ha perso la vista prima dei 5 anni, le tecniche utilizzate per sviluppare la sua capacità di percepire lo spazio che lo circonda e quelle per insegnargli il Braille.



A SPASSO NEI SECOLI

Come si affrontava un tempo la disabilità visiva?



fotografie, ha raccontato in breve la storia degli occhiali. In seguito, la dottoressa Giuseppina Pinna, responsabile delle relazioni esterne della sezione locale di Apri Odv, ha spiegato di quali strumenti disponessero i disabili della vista tra gli anni '60 e la prima metà degli '80, per avvicinarsi al mondo della cultura, dei libri e godere del piacere della lettura: fondamentalmente due e cioè i testi in Braille e quelli prima registrati su nastri magnetici avvolti in bobine, poi su audiocassetta. Infine, il presidente dell'Apri, Marco Bongi, ed il presidente della Fish Piemonte Pericle Farris, hanno parlato della loro esperienza

Dopo il grande successo conseguito lo scorso anno dalla prima edizione, "A spasso nei secoli" è stato riproposto anche nel 2023, più precisamente, domenica 28 maggio. L'evento è realizzato dall'associazione "La traccia" in collaborazione con le tre consulte cittadine, culturale, sportiva e della solidarietà ed altre onlus ad esse legate, con il patrocinio del Comune di Settimo Torinese. Apri Odv ha aderito all'iniziativa e vi ha preso parte con il convegno che ha avuto luogo sabato 27 maggio, dalle 15, presso la sala "Primo Levi" della Biblioteca Civica e Multimediale Archimede, dal titolo "Vedere e non vedere negli anni 60: come erano l'oculistica, la tiflogia, la scuola speciale". Esso si è aperto con il saluto della giunta comunale portato dal vicesindaco, Giancarlo Brino, e con quello di Franco Orsola, responsabile della Biblioteca Archimede. I lavori sono proseguiti con il primo intervento condotto dal dottor Mario Vanzetti, ex oculista dell'Ospedale Mauriziano, facente parte del comitato scientifico di Apri Odv, che, servendosi di immagini, ha esemplificato l'evoluzione dell'oftalmologia chirurgica e clinica nel XX secolo, riferendosi in particolare alle operazioni di cataratta, glaucoma e trapianto di cornea. Il collezionista antiquario, Michelino Caposio, mostrando alcune



all'interno delle scuole speciali. Il primo soltanto in quella di Torino, il secondo, inizialmente, a Cagliari e, successivamente, in via Nizza 151, dove era ubicata quella torinese.

DONNE IN MINIERA

SE NE È PARLATO ALL'ASSOCIAZIONE MAG MAX



Nella mattinata di sabato 15 marzo il dottor Massimo Tomalino, presidente dell'associazione Mag Max ed esperto di mineralogia, ha intrattenuto due gruppi di ipo, non vedenti e volontari di Apri Asti, illustrando e narrando la mostra dedicata alle donne in miniera. Tomalino ha esposto in modo molto chiaro e coinvolgente, sottoponendo ai presenti oggetti, statuine e cartoline. Cenni storici e aneddoti hanno fatto da cornice nel rappresentare le condizioni di vita e di lavoro nel passato e ancora oggi esistenti in alcune parti del mondo.

La mattinata è passata veloce e ha entusiasmato tutti coloro che hanno aderito alla visita. Il museo, il

più piccolo al mondo, raccoglie elementi unici ed esemplari fuori dal comune. È stato un momento di grande cultura e nel contempo di grande interesse per un argomento molto particolare e poco conosciuto.

Appuntamento alla prossima iniziativa, che sarà sicuramente accolta favorevolmente da Apri Asti. Si ringraziano Massimo Tomalino e la sua assistente Barbara Degara per la competenza e disponibilità dimostrate.

Renata Sorba

GIORNATA DI PREVENZIONE SULLA VISTA

SI REPLICA AD OTTOBRE

Lo scorso 15 marzo, l'Apri Asti, in collaborazione con Ottica Bella, ha organizzato una giornata di sensibilizzazione e di prevenzione. Comuni cittadini e soci, previo appuntamento, hanno potuto, gratuitamente, sottoporsi ad una visita di controllo. L'iniziativa ha riscosso grande successo e ha permesso di far conoscere l'associazione e le sue attività. L'evento è stato organizzato per la giornata del glaucoma. Soci e volontari si sono alternati, in una postazione davanti all'esercizio commerciale, per accogliere i cittadini e per distribuire materiale divulgativo e opuscoli sulle patologie oculari. L'iniziativa si replicherà in ottobre per la giornata della vista.



LIMBIATE DAY

La testimonianza di Renata Sorba

Anche quest'anno la presidente Apri Asti Renata Sorba ha preso parte alla giornata dedicata ai cani guida e dichiara: "Da 16 anni non manco all'annuale appuntamento con il Limbiate Day. Con Rudolph, York e oggi con Robin Hood, i miei tre cani guida. Sono stati addestrati dal centro di Limbiate grazie al contributo dei Lions.

Con l'Associazione Apri Asti anche quest'anno, accompagnata da amici e soci, ho trascorso una giornata memorabile.

È bello" prosegue Renata Sorba "per tutta la giornata incontrare cuccioli con puppy walker, cani in addestramento e conduttori con i loro cani. Avere un cane guida è un privilegio, ma nel contempo è anche doveroso restituire con un

segnale, attraverso la sensibilizzazione e l'informazione, partecipando attivamente e promuovendo raccolte fondi. La manifestazione offre un momento di condivisione e soprattutto contagia tutti coloro che la vivono, con un clima di grande pace e serenità. Stare all'aria aperta, respirare la natura, conoscere gente nuova e soprattutto accarezzare meravigliose creature a quattro zampe è un'ottima medicina per lo spirito. I protagonisti di questa giornata saranno futuri cani guida che daranno un grande supporto logistico e affettivo ai disabili visivi.

Tutto il lavoro che viene svolto prima, durante e dopo l'assegnazione del cane guida al conduttore" conclude la presidente "va rispettato e riconosciuto. Per questo continuo ogni anno a frequentare il Limbiate day e a coinvolgere amici e disabili per vivere questa esperienza unica nel suo genere.

Grazie ai Lions per la loro generosità e a tutti coloro che lavorano e credono in questa bella realtà".



VISITA GUIDATA ALLA MOSTRA DI GIOVANNI BOLDINI

ALLA SCOPERTA DI BEN 80 OPERE!



Sabato 11 marzo un gruppo di ipo, non vedenti e volontari ha avuto l'opportunità di visitare la mostra allestita a Palazzo Mazzetti di Asti su Giovanni Boldini. Grazie alla disponibilità del dottor Andrea Rocco, i visitatori hanno potuto ascoltare la narrazione e la preziosa descrizione delle oltre 80 opere esposte dell'artista e dei suoi contemporanei della Bella Epoque. La competenza e la cultura della guida hanno permesso al gruppo non solo di immaginarsi le opere, ma anche di conoscere il contesto storico in cui sono state realizzate. Andrea Rocco, direttore del museo, ha già in passato accompagnato gruppi di disabili visivi e ha acquisito ormai una capacità descrittiva e di coinvolgimento davvero straordinaria.

“IO NON C'ERO”

Dalle donne alle donne

Nella splendida cornice medioevale della sede della Proloco di Montaldo Scarampi, nella provincia di Asti, è stato replicato lo spettacolo che lo scorso novembre aveva riscosso un grande successo di pubblico e di critica per la giornata internazionale contro la violenza alle donne. L'evento di venerdì 21 aprile è stato molto apprezzato dal pubblico che ha riempito la sala e ha risposto con grandi applausi, massimo silenzio e attenzione durante le letture. Lo spettacolo ha coinvolto, oltre alla presidente Renata Sorba, che ha curato anche la regia, le volontarie Apri Asti Paola Arione, Mariella Benazzi, Mapi Benetti, Marina Caneva, Marilena Fissore, Tiziana Liuzzo e Susi Sacco, che hanno prestato le loro voci. Sono intervenute anche le professioniste del Capitolo Athena: la dottoressa Barbara Venturello, assistente sociale privata e aziendale, con le avvocatesse Silvia Bagnadentro, Simona Gai e Francesca Maccario ha proposto monologhi attinenti agli argomenti trattati. Un grazie speciale a Mauro Crosetti per aver curato la dizione delle lettrici e a Veronica Ruscalla e Mario Nosenzo per il supporto tecnico e logistico. La formula ancora una volta ha funzionato e sono pervenute altre richieste, per esempio dai Comuni di Castagnole Lanze e Montemagno d'Asti. Il successo continua...



PREMIO “PERSONE E COMUNITÀ”

Premiata Renata Sorba

Un gruppo di soci e volontari di Apri Asti, martedì 18 aprile, è intervenuto alla cerimonia di premiazione, svoltasi presso la Sala Colonne del municipio a Torino, dell'edizione 2023 di “Persone e Comunità” del Centro Studi Cultura e Società. Il premio sezione “Disabilità”, è stato consegnato nelle mani della presidente Renata Sorba, che ha ringraziato tutti coloro che hanno partecipato attivamente al progetto e allo spettacolo “Anche i non vedenti nel loro piccolo s'incazzano”. Un format che ormai è già stato replicato in diverse location e che verrà riproposto in estate in altri teatri e piazze della provincia di Asti. Il diploma ricevuto è un grande risultato. Stimola il gruppo coinvolto nello spettacolo a continuare a crederci e a promuoverlo.

SCRITTURA E LETTURA IN BRAILLE

Grazie al contributo di Mauro Crosetti

Grazie al contributo, come volontario, di Mauro Crosetti, è possibile partecipare ad un corso di dizione. Ogni giovedì dalle 17,30 alle 19, presso la sede di Apri Asti, un gruppo di soci e volontari si ritrovano per seguire le lezioni in cui Crosetti insegna le regole per avere una buona parlata e soprattutto saper leggere ad alta voce. Il progetto sarà di grande aiuto per continuare a promuovere caffè letterari, spettacoli teatrali e soprattutto per creare un momento di aggregazione e di condivisione.

Il direttivo Apri Asti ringrazia Mauro Crosetti per l'impegno e la disponibilità nei confronti dell'associazione e dei propri iscritti.



Renata Sorba

La Maison du Vin



“La Maison du Vin” è stata fondata nel 1987 dall’enologo Fabio Pederiva con sua moglie Franca. Fabio è nativo di Valdobbiadene, dove i suoi genitori possiedono una vigna di Prosecco. Vissuto “nel vino” fin da bambino, trasportato da questa passione, nel 1984 ha conseguito il titolo di enologo presso l’istituto “G.B. Carletti” di Conegliano. Fabio e Franca affermano: “Per noi i vini sono, prima che una bevanda di piacere, l’espressione del territorio da cui provengono. Essi portano con sé origini e tradizioni. Dal 2015 proponiamo corsi di degustazione per non vedenti. Recentemente, gli stessi incontri per persone con problemi di vista li organizziamo con docenti anch’essi disabili”.

**La Maison du Vin - Via Antonio Canova 19 Torino cap 10126 Torino zona ospedale Molinette
cell. 346 1384412 Tel 011 4506602 email mdv.torino@gmail.com**