

**SOMMARIO**

<b>Editoriale</b> <i>Un libro per noi</i> <b>RVM</b>	<b>4</b>
<b>Riflessioni</b> <i>Storia</i> <b>Luciano Fangi</b>	<b>6</b>
<b>Pensieri vaganti</b> <i>Salviamo la terra</i> <b>Mauro Carletti</b>	<b>8</b>
<b>Come eravamo</b> <i>Quando si mieteva e si "batteva" il grano</i> <b>Enzo Monsù</b>	<b>9</b>
<b>La Scuola incontra la disabilità</b> <i>Uno dei temi premiati</i> <b>G. G. 3AM Pinocchio Montesicuro</b>	<b>13</b>
<b>Comunicazioni del Presidente e le attività del CH</b>	<b>16</b>
<b>Cultura</b> <i>Tra esercitazioni, rinoceronti e ippopotami</i> <b>Francesca Santi</b>	<b>18</b>
<b>Pensieri e parole</b> <i>Guerra e Patria</i> <b>Chiara Giovanelli</b>	<b>20</b>
<b>Arte Terapia</b> <i>Il Diritto di viaggiare</i> <b>Tiziana Luciani</b>	<b>21</b>
<b>In &amp; Out</b> <i>Villa Romana</i> <b>Noemi Baldassini</b>	<b>22</b>
<b>Erboristeria</b> <i>L'Aglio ultima parte</i> <b>Marena Burattini</b>	<b>23</b>
<b>Adiconsum</b> <i>Truffe on line, c/c svuotati</i> <b>Dott.ssa Roberta Mangoni</b>	<b>24</b>
<b>Regione Marche</b> <i>Modifiche alla Legge 18/1996</i> <b>Ufficio Stampa Consiglio Regionale</b>	<b>26</b>
<b>Mondo App</b> <i>Sygmund supporto psicologico in LIS</i> <b>da Superabile Inail</b>	<b>28</b>
<b>Notiziario Anglat</b> <b>a cura di Enzo Baldassini</b>	<b>29</b>

## Un libro per noi

Passo davanti agli Archi e vedo con piacere, già alto, l'edificio che ospiterà il Centro H. Immagino che Enzo ne segua i lavori giorno per giorno; nelle nostre conversazioni da remoto sento il suo rammarico: in una struttura adeguata, il Centro H già sarebbe operativo, dopo la forzata attività dovuta alle misure anticovid. Ma ci sono gli elementi per essere fiduciosi: ancora un po' di pazienza e tutto ripartirà bene, come nella tradizione.

Una domanda non ho fatto a Enzo e vorrei fargliela: nel nuovo Centro H ci sarà una biblioteca? Non posso pensare che non ci sarà.

Il giorno dell'inaugurazione, sugli scaffali nuovi fiammanti, insieme a tanti altri, vorrei mettere un libro e poiché, con la migliore buona volontà, non sarà domani, di questo libro vi dirò qui già qualcosa.

Intitolato "Il codardo", scritto da Jarred McGinnis, edito in Italia da Sem edizioni, di pag 224, è in vendita a 16 euro. Il titolo disorienta un po', chi leggerà ne capirà il motivo; è un libro autobiografico: il protagonista si chiama Jarred come l'autore e come lui, ha perso l'uso delle gambe in un incidente. Risvegliatosi, all'ospedale, un'infermiera gli dice che non potrà più camminare e gli indica una sedia a rotelle. Non basta: dovrà tornare a vivere con un padre alcolizzato che non vede più da dieci anni, in due squallide stanze in un buco in mezzo al Texas. Da quel buco Jarred era fuggito, dopo una tragedia familiare, in una disperata fuga attraverso gli States.

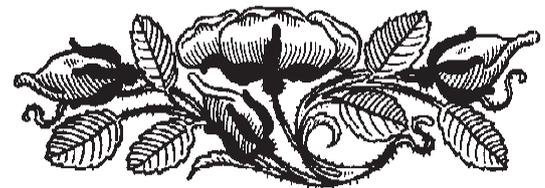
Tutto ci racconta Jarred di questo viaggio, spesso in forma inaspettatamente divertente. Ha capito subito che "ogni visione della nostra vita comprende due gambe funzionanti", ma non si abbatte. La sedia a rotelle diventa per

lui come un gigantesco pattino a rotelle con cui entra in una dimensione esistenziale nuova; guarda al futuro con speranza, ottimismo e coraggio, non esclusi momenti di tormento e paura a cui allude il titolo. Si innamora, soffre come tutti gli innamorati inizialmente respinti.

Il racconto ripercorre anche in questo la vita reale dello Scrittore che si è sposato con Sara e ha avuto due figlie. McGinnis si distanzia però dal suo alter ego che vediamo impegnato tra la difficile relazione col padre e il succedersi dei ricordi precedenti l'incidente.

Lo scrittore, nella vita reale, ha lasciato gli Usa, è tornato in Scozia che come si arguisce dal suo cognome, è la terra dei suoi antenati, si è laureato in Intelligenza Artificiale all'Università di Edimburgo, scrive per giornali e riviste, lavora per il teatro e sulla sua pagina internet scherza, raccontando di come si sposta coi mezzi pubblici, sfidando i normodotati.

R V M



## Storia

Questa assurda guerra che si combatte in Ucraina, nell'est della civile Europa, rischia di far morire di fame milioni di persone che andranno ad aggiungersi a quelle perite e che periranno per causa della tecnologica micidiale guerra bombardata.

L'Ucraina, da sempre considerata il granaio d'Europa oggi è chiusa dall'assedio dell'esercito russo che non le consente di esportare il grano già raccolto e che a causa dei danni dovuti dai tanti bombardamenti ai quali viene giornalmente sottoposta, nei prossimi anni è destinata a raccoglierne sempre meno.

E' uno strano destino quello che sta capitando a questa parte del mondo: ad est, in una piccola regione dell'Anatolia turca, proprio di fronte al mar d'Azov dove oggi infuriano maggiori i combattimenti, gli scienziati hanno stabilito che proprio da quelle parti per la prima volta è stato coltivato il grano tenero: è dunque lì che è nata l'agricoltura ed è dunque lì che l'umanità ha lasciato una traccia indelebile nella storia. Tutto questo avvenne più o meno 25 mila anni fa, subito dopo l'ultima glaciazione.

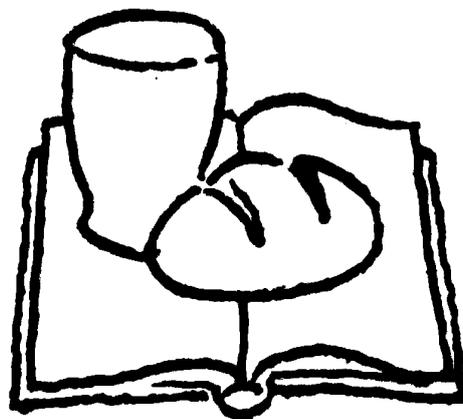
Gli studi condotti sugli antichi genomi umani confermano che questi primi "contadini" dall'oriente penetrarono in Europa seguendo la rotta del Danubio e la "parentela" tra i cacciatori/agricoltori vissuti in Asia sud orientale e i resti provenienti dai primi insediamenti anatolici è stata scoperta grazie alla comparazione tra i DNA dei due gruppi.

E la storia, ancora una volta maestra di vita, sembra volerci ammonire ricordandoci che così come l'uomo 25 mila anni fa dopo l'ultima glaciazione, fu costretto a migrare verso climi più miti per non subire l'estinzione

e così facendo trovò nell'agricoltura un modo pacifico di convivere, così l'uomo di oggi dovrà inventarsi un modo nuovo per sopravvivere, un modo che contempra necessariamente l'esclusione delle armi perchè in caso contrario sarà la fine del genere umano.

Malgrado tutto, voglio continuare ad essere ottimista e mi auguro che tutto torni in pace al più presto.

Luciano Fangi



## Salviamo la terra

Ogni 5 secondi nel mondo una superficie di suolo grande come un campo di calcio viene erosa, mentre occorrono oltre mille anni per avere 3 centimetri di terra fertile nel nostro pianeta. La terra che abbiamo sotto i nostri piedi è una risorsa limitata, ma non riusciamo a comprenderlo e la diversificazione aumenta mettendo a rischio tutti noi. Oggi il degrado dei suoli rappresenta ovunque una grave minaccia per la sicurezza alimentare e per il raggiungimento concreto degli obiettivi di sviluppo sostenibile, compromettendo il benessere di oltre tre miliardi di individui. Questo fenomeno riguarda anche la nostra penisola come sappiamo tristemente anche quando il nostro paese deve fare i conti con i drammi del dissesto idrogeologico. I dati ci dicono che in Italia il 28% dei terreni coltivabili è andato perso nell'ultimo quarto del secolo scorso e se si considera che circa il 95% del cibo che produciamo e mangiamo ogni giorno proviene direttamente o indirettamente dai nostri suoli, dovremmo comprendere che diventa necessario tutelare la salute della terra per tutelare la nostra stessa vita e il futuro del pianeta.

La perdita di terreno coltivabile ad ogni latitudine non impatta solo sulla nostra sicurezza alimentare ma è una delle dinamiche che impattano sulle migrazioni delle popolazioni costrette ad abbandonare terre sempre più improduttive.

I numeri, già oggi particolarmente allarmanti di chi lascia per bisogno il proprio paese, potrebbero entro breve tempo esplodere se non vengono cercati nuovi modelli produttivi. Bisogna cominciare a renderci conto che acqua e terra sono due beni essenziali per la vita che troppo spesso diamo per scontati, mentre scontati non lo sono affatto a maggior ragione se continueremo a consumarli, come stiamo facendo, senza limiti.

Mauro Carletti

## Quando si mieteva e si "batteva" il grano

L'espressione battaglia del grano ricorda una notoria campagna fascista di propaganda, ma potrebbe anche sintetizzare i 10 mesi di lavoro necessari ai contadini per produrre il grano, che è rimasta la prima coltura marchigiana per secoli: dalla preparazione estiva del terreno con la distribuzione del letame della stalla all'aratura con l'aratro (la pertigara, in origine di legno) tirato da 2-3 coppie di mucche, dall'erpicoltura per rompere le zolle (zuppi) e livellare il terreno alla semina autunnale, alla monnatura primaverile fatta a mano per estirpare le erbacce infestanti ... Il tutto accompagnato dallo stupore di vedere il campo farsi pian piano verde da marrone che era, per poi tingersi di giallo e d'oro; tutto accompagnato pure dall'ansia quotidiana per il timore che tanto lavoro venisse compromesso dall'agguato di vento, temporali e grandine. Si può capire allora perché anche noi bambini avevamo imparato il rito di giugno per saggiare la maturazione del grano e prevedere l'abbondanza del raccolto: sfregavamo una spiga sul palmo della mano, ne soffiavamo via la pula, contavamo i chicchi e ne mettevamo qualcuno sotto ai denti. Accertata la maturazione, il vergaro organizzava lo scambio d'opere coi vicini o compari (i consuoceri) e decideva l'inizio della mietitura cominciando dal campo da sole, quello rivolto a mezzogiorno, per evitare di raccogliere prodotto umido (che non si sarebbe conservato in magazzino) oppure troppo secco (che sarebbe caduto, si sarebbe perso durante la lavorazione).

Battute le falci ..., eccoli in azioni i falciatori, maschi e giovani, a dorso nudo, con alla cintola le coti penzolanti per affilare le falci. Dietro a loro le donne, a raccogliere i mannelli di spighe per depositarli sopra ai varzi pure fatti di grano a mo' di legacci: loro son munite di falcetti per raccogliere i fasci e anche per sostituire le falci nei posti più scomodi o vicino agli



alberi proteggendosi allora con i cannelli parafuochi di ferro. Passava poi il legatore dei covoni che – scesa la sera e, con essa, un pò d'umidità – sarebbero stati ammuccati per formare i cavalletti a forma di croce, badando che nessuno della dozzina di covoni assemblati avesse le spighe a contatto con la terra. Solo a questo punto potevano passare le rcoierelle o spigolatrici, ragazze del vicinato, orfane, povere, senza lavoro oppure gli stessi bambini di casa ... tutti comunque a pestare le stoppie coi piedi nudi e incalliti. Col campo mietuto che vien cambiando d'aspetto, anche le covate di quaglie perdono il nascondiglio per la prole ancora non pronta a volare: anche altri animali (compresi i gatti e i cani di casa più sprovveduti) ci lasceranno le penne, soprattutto quando le falci saranno sostituite – col tempo – da mietitrici a trazione animale o da mietilega e mietitrebbie a motore.

Abbiam fatto presto a raccontare una giornata di mietitura, ma viverla sul campo era più dura e più lunga; allora a spezzarla servivano le pause mangerecce: considerando che si partiva da casa al fresco del mattino solo con una fetta di ciambellone e un bicchiere di vino o di caffè d'orzo, alle 7 era già ora di far colazione e poi, verso le 10, arrivavano le ragazze di casa per la zuppa con nei canestri qualche fetta di salume, tanto pane condito e una brocca d'acqua e vino; di nuovo a lavoro aspettando la campana di mezzogiorno per il pranzo abbondante. Una mezz'ora di riposo, un'altra fetta di ciambella e di nuovo in battaglia fino alle ore 16 circa, quando ci si sdraiava all'ombra per una rapida merenda (u voccò). Infine senza interruzione fino a cena, fatta salva la manna delle ragazze che portavano ogni tanto acqua e vino o acqua e limone rinfrescati nel pozzo.

Giornate e stagioni, quelle della mietitura, di fatica senza fine! Eppure erano anche una



fiesta per tutta la comunità di vicinato: i più giovani, la sera, trovavano ancora la forza per un giro di saltarello sull'aia, accompagnati dall'organetto, oppure per dare una mano – ogni tanto – nel campo di una vedova o di anziani senza le braccia dei figli giovani...

Finita la mietitura, entrava in azione il biroccio per radunare tutti i covoni vicino a casa: fino ai primi decenni del Novecento, a sgranare le spighe ci pensavano i muli sull'aia o gli uomini che le “battevano” coi lunghi bastoni snodati; poi i grandi setacci appesi al soffitto separavano il grano e la pula. Fu una rivoluzione l'invenzione della trebbiatrice: prima quella a vapore (rimasta in funzione al massimo fino agli anni di guerra, quando tornò irreperibile il gasolio) poi quella fatta girare dal cintone collegato al motore a scoppio del Landini “ a testa calda” (cosiddetto perché andava prima scaldato), rimasto in vigore fino all'introduzione – negli anni 70 – della mietitrebbia semovente.

L'arrivo della trebbia in casa era anche per noi bambini un evento: mentre veniva “impostata” (cioè spianata con martinetti e “fiecche” per alzarla o facendo buche per abbassarla) e collegata alle scale della paglia e della pula, le donne di casa sacrificavano oche e galline per sfamare alla fine le decine e decine di lavoratori (tutti i vicini accorsi in regime di scambio d'opere, più i cosiddetti pajaroli, addetti permanenti alla trebbia). L'urlo della sirena (avvicinata al cintone) segnalava l'inizio del lavoro; e allora via di corsa ognuno al suo posto secondo le indicazioni del vergaro: gli anziani a pestare i pagliai, le donne giovani a slegare i covoni che poi l'imboccatore infilava nel battitore dalla parte delle spighe e i giovanotti alle bocchette del grano per caricarsi i sacchi da un quintale tra capo e collo e portarli alla bascula dove venivano registrati con una tacca su un bastone

per ogni passaggio. Alla fine fattore, padrone e vergaro facevano i conti, accantonando le spettanze pattuite nel contratto mezzadrile e anche le quote per la decima al parroco e per i pagamenti in natura, compreso il noleggio della trebbia.

Merita una trattazione a sé la mangiata comunitaria finale, coi maccheroni al sugo d'oca e di papera.

MONSÙ Enzo



## Zia Teresa

“Non riesco ad immaginare la mia vita senza zia Teresa ...” E' quello che ha detto mia figlia quando ha appreso la notizia che zia ci aveva lasciati, ed è questa la considerazione di tutti noi che abbiamo voluto bene a zia, con la quale abbiamo condiviso tempo e pensieri, momenti di gioia e di tristezza, cene, feste, viaggi, passeggiate al mare, in campagna ... una vita intera.

Zia Teresa si è spenta il 7 del giugno scorso serenamente e la Chiesa, la sua Chiesa del Crocifisso, era piena di parenti, di amici, dei membri della Libera Comunità in Cammino e di quelli del Centro H, degli scout, di tutti coloro che la conoscevano e che con la loro presenza hanno voluto manifestare tutto l'affetto e l'amore che provavano per quella compagna di viaggio che ci lasciava.

Dalle tante testimonianze di amicizia e di cordoglio mi sono resa conto che quella ragazza che amava gli alberi, l'armonia e la pace non era solo la zia Teresa che mi faceva giocare da piccola, che intrecciava per me corone di margherite e che mi ha voluto sempre bene come una figlia, ma era anche una persona che ha partecipato con impegno alla vita comunitaria del rione in cui viveva e che con la discrezione che la distingueva e, come ha detto Don Davide, con la gentilezza in-nata ha saputo lasciare di se una traccia profonda.

Ciao cara zia Teresa, porterò sempre nel mio cuore il tuo sorriso sincero ed il tuo affetto caloroso.

Alessandra Mattioli



## Il mio piccolo Super eroe

La disabilità non è necessariamente una condizione negativa. Le persone che ne sono colpite non possiedono le capacità definite “normali”, ma hanno sviluppato abilità diverse e la diversità a mio parere è un valore da difendere, perché costituisce la nostra ricchezza.

Io ho la fortuna di avere accanto a me una persona disabile... il mio fratellino. Si chiama Edoardo, frequenta la prima elementare ed ha molte passioni, prima fra tutti quella per i supereroi. Lui è un po' diverso dagli altri bimbi, ma è per questo che lo definisco speciale. Già dalla nascita presentava una malformazione al cervelletto: la parte che si occupa delle capacità motorie nel suo caso non si era sviluppata. Ricordo ancora i suoi primi giorni di vita trascorsi in ospedale. Io ero ancora una bambina di 7 anni per cui alle mie domande, papà e mamma rispondevano che era stato ricoverato a causa di un “buchetto nei polmoni”. Mi rassicuravano dicendomi che non era niente di grave e che tutto si sarebbe risolto presto. Ma già allora avevo capito che c'era qualcosa che non andava.

I bambini solitamente nel loro primo anno di vita imparano a dire le loro prime parole, riescono a gattonare, a stare seduti e a muovere i primi passi. Ma per Edo non fu così.

Dopo il suo primo compleanno, non riusciva ancora a stare seduto da solo ed emetteva solo dei versi, ma niente parole. I miei genitori allora decisero di prenotargli un controllo in un ospedale di Roma specializzato nel trattare il suo caso. Scopriamo così che la sua era una malattia rarissima. Noi eravamo stravolti perché non sapevamo come aiutarlo, ma per fortuna l'ospedale ci fornì assistenza e conforto. Già da piccolino infatti fu ricoverato un mese in ospedale per svolgere un percorso intensivo di logopedia e fisioterapia, affinché potesse migliorare. I medici in realtà non ci avevano assicurato che avrebbe iniziato a parlare e a camminare. Dopo molte terapie tuttavia i risultati sono arriva-

ti: Edoardo all'età di circa due anni ha pronunciato le sue prime parole e poi è partito come un treno.

Ora parla alla perfezione, utilizzando anche termini che molti bambini della sua età non conoscono. A livello cognitivo è nella norma, invece a livello motorio permangono dei piccoli problemi. Solo ora sta iniziando piano piano a camminare, a percorrere lunghi o brevi tragitti da solo, senza l'aiuto di nessuno.

Sono fiera di lui perché è un bambino tenace che ha saputo compensare le sue difficoltà sviluppando altre capacità. Ad esempio, lui non ha molta forza nelle gambe, ma nelle braccia ha potenziato muscoli eccezionali, così come per gli addominali. Io sono molto orgogliosa e contenta di lui anche se non sempre lo dimostro. Da quando gli è stata diagnosticata la malattia inoltre non esterno più le emozioni con la mia famiglia, per paura di essere un peso in più per loro.

Edo è il mio supereroe e sono sicura che questa battaglia la vincerà lui. Meriterebbe un riconoscimento alla forza e alla determinazione per i lunghi pomeriggi di fisioterapia dai quali torna stanchissimo e per gli interminabili viaggi verso ospedali sempre più specializzati.

Io sono sicura che molti bambini della sua età non avrebbero retto a queste prassi negli ospedali. Per dirla tutta devo confessare che io in passato non lo consideravo adeguatamente, per me era solo un peso, perché voleva sempre giocare a giochi da maschi, ma ora sto riscoprendo tutto quello che lui è e tutta la felicità che sprigiona questa piccola peste, anche nei momenti peggiori. Spero di non fare più lo sbaglio di allontanarmi da lui, ma di aiutarlo in tutto e per tutto.

**IO VOGLIO UN MONDO DI  
BENE AL MIO PICCOLO SUPEREROE.**

Giorgia Giacchetti 3 AM

**ULTIME NOVITA'**  
**DALLA SEDE**

Cari Soci, Volontari e Amici,  
Vi scrivo di seguito i punti deliberati durante l'assemblea dei Soci svoltasi in sede nella mattinata dell' 8 Giugno 2022:

1 – E' stato riconfermato l'attuale Direttivo che a sua volta ha riconfermato le cariche del Presidente e del Vice Presidente.

2 – È stato dato l'ok per organizzare la consueta cena c/o il Samaritano con soci, volontari, ragazzi e genitori, da definire il giorno ma vorremmo farla entro luglio.

3 – Si è proposto di fare un'uscita, i primi di Settembre, sempre Covid permettendo, alle Terre di Maluk, a breve contatteremo la struttura per capire se è di-sponibile ad ospitarci.

4 – Si è parlato di una probabile riapertura dei laboratori ad Ottobre, sarà nostra premura contattare chi di dovere per informarci sulle modalità. Appena avremo informazioni verrà fatta una riunione con i Volontari per capire chi sarà disponibile e quindi organizzarci.

5 – Come tutti gli anni, in accordo con il Direttivo, si è confermato il periodo di ferie del Centro H, dal 1° Luglio al 17 Settembre.

Per qualsiasi informazione o comunicazione la Segreteria risponderà ai seguenti numeri:  
071-54206- 3896433712

Il Centro H ODV e l'Anglat Marche augurano a tutti Buone Vacanze!

Il Presidente

**CHIEDIAMO  
A TUTTI I SOCI,  
PER CHI ANCORA  
NON L'AVESSE FATTO,  
DI RINNOVARE LA TESSERA  
PER L'ANNO 2022 TRAMITE:**

Banca: INTESA SAN PAOLO  
IT73B0306909606100000011321

Causale: RINNOVO SOCIO/A

Intestato: CENTRO H

Tramite c/c Postale:

11260601

Causale: RINNOVO SOCIO/A

intestato: CENTRO H

ANCONA - 60125 via Marchetti 1

\*\*\*

**TESSERAMENTO ANGLAT**

Per effettuare il tesseramento

(rinnovo o nuovo socio):

- Bonifico bancario

(IBAN IT47K0305801604100571525190)

- CHE BANCA – ANCONA

Indicando nella causale: rinnovo, o nuovo socio/a ANGLAT 202... Intestato a BALDASSINI ENZO

**INVIARE:**

-per il rinnovo copia della ricevuta di pagamento pari ad euro 36,00;

- per i nuovi soci anche copia del Certificato di Invalidità e modulo di richiesta iscrizione Socio/a

a: BALDASSINI ENZO - VIA R.SANZIO,  
93 60125 ANCONA

e.baldassini@alice.it

Tel 071/54206 cell 393/1822473

## Tra esercitazioni, rinoceronti ed ippopotami

Chi mercoledì 8 giugno fosse passato dalla Mole Vanvitelliana avrebbe potuto pensare che ci fosse un incendio in corso, visto il dispiegamento di vigili del fuoco a cui avrebbe assistito. Ma niente paura, era solo una prova!

Un paio di settimane prima il Museo Omero aveva ricevuto una chiamata dai vigili del fuoco con la richiesta di utilizzare gli spazi del museo per un'esercitazione antincendio che coinvolgesse fra le potenziali vittime anche un numero elevato di persone con disabilità, in modo che potessero emergere le possibili difficoltà di una situazione del genere. E le difficoltà sono emerse.

Lavorando in quel museo abbiamo imparato ad interagire con persone disabili: sappiamo parlare di Picasso a un cieco, siamo abituati a controllare che non ci siano ostacoli alle carrozzine sul percorso, sappiamo usare un linguaggio semplice e quotidiano, progettiamo laboratori inclusivi. Questa è la parte divertente del mestiere.

Ci siamo resi conto però di essere totalmente impreparati a gestire uno scenario di emergenza. Come comunicare a un sordo che deve seguirvi perché sta suonando l'allarme? Come trasmettere calma, nel bel mezzo di un incendio, a chi ha una disabilità cognitiva? E se l'ascensore non funziona chi usa la carrozzina come fa? Tutte domande che raramente ci eravamo posti e che invece rappresentano situazioni che chi vive e lavora con persone disabili potrebbe doversi trovare ad affrontare. Da un altro punto di vista niente come una situazione d'emergenza contribuisce a livellare certe differenze. Si può essere in grado di vedere, udire e camminare ed essere ugualmente impotenti, bisognosi di soccorso, perché ci si trova nel posto sbagliato al momento sbagliato, o perché la struttura non è a

norma, o perché ci si fa prendere dal panico...

L'esercitazione in teoria doveva servire ai Vigili del Fuoco per capire come agire in determinate circostanze, ma si è rivelata utile per tutti i partecipanti, speriamo anche per i visitatori, tra cui un gruppo del centro Papa Giovanni, che loro malgrado si sono trovati a dover fare da "cavie", ma che si sono prestati al gioco senza spaventarsi e seguendo tutte le istruzioni.

Con l'aiuto di tutti l'esercitazione è stata un successo!

Aggiungo una notizia positiva: chi da venerdì 17 giugno in avanti, passando per piazza Pertini, dovesse notare dei coloratissimi rinoceronti e ippopotami che camminano lungo le fioriere, sappia che sono il frutto del lavoro di molte persone che negli anni scorsi hanno frequentato il nostro Centro H e che quest'anno sono venute al Museo Omero apposta per realizzarli e per rendere la piazza più viva e colorata per tutti!

Santi Francesca



## Guerra e Patria

Gli U.S.A. decidono di fornire armi a lunga gittata all'Ucraina. Sostegno per alimentare l'europesismo e la propria influenza in opposizione alla Russia. Putin dichiara che non retrocederà finché non sono raggiunti gli obiettivi. Altri morti, tanti.

In Ancona ci dilettiamo con la bella stagione (se non ci sorprende la pioggia) e con le visite alle cantine vinicole, in questo weekend di Cantine Aperte.

La Bella Italia, con le sue stragi di Stato ormai dimenticate dalla pubblica opinione, con la sua mafia capillare, con la sua corruzione normale.

C'è speranza credo però, perché alla saturazione di un sistema che non funziona è naturale il cambiamento. Entrando nei circoli del potere politico ed economico (legati ed intrecciati da sempre) ci si stacca spesso dallo scopo per cui esistono questi poteri, cioè il vivere in comunità.

La comunità di persone in un territorio delimitato da confini è la patria per cui uccidere e dar la vita. E si viene glorificati per questo, perché si sono difese le proprietà stabilite tali da esseri umani, che ne fanno uso esclusivo.

Gli inni nazionali esaltano l'amor di patria e sono inni di guerra, con musiche piene di pathos e trasporto, che fanno commuovere ed emozionare, in nome dell'amore per la patria, ovvero la morte di chi è contro la patria propria, altri esseri umani, solitamente invasori che vogliono privare della libertà gli abitanti della patria.

Forse per me morire per la libertà non è morire per la patria, che non è che un territorio con dei confini, è essere pronti a vivere e così anche a morire per non averne più di confini.

Chissà se un giorno si realizzerà quello che immaginava John Lennon...

Chiara Giovanelli

## Il Diritto di viaggiare

Viaggiare soddisfa quel desiderio di vivere momenti fuori dallo spazio e dal tempo, di recarci in luoghi del cuore o in posti sconosciuti, di staccare con la routine per reinventarci in ambienti nuovi. Per lo scrittore Bruce Chatwin, il viaggio è "Diversivo, distrazione, fantasia, cambiamenti di moda, di cibo, amore e paesaggio. Ne abbiamo bisogno come dell'aria che respiriamo."

Robert Louis Stevenson, che cercava nei paesi lontani una cura per le sue infermità, scrisse: "Io viaggio non per andare da qualche parte, ma per andare. Viaggio per viaggiare."

Per la raffinata scrittrice Vita Sackville West "Viaggiare è il più personale dei piaceri".

Allora, lo capite, questo piacere deve essere garantito a tutte e tutti. Non potrà essere certo una disabilità, una fragilità, a impedirne il godimento. Il diritto universale al piacere di viaggiare è, credo, una frontiera e una realtà del turismo sociale, quello cioè che ha a cuore la democrazia della vacanza e del viaggio. E questo diritto va declinato sempre: durante lo spostamento, sia su mezzi individuali che su mezzi pubblici. Va garantito nelle strutture ricettive, che non possono discriminare fra ospiti graditi e sgraditi. Va attivato in tutte le iniziative che localmente sono offerte a villeggianti e turisti, che vanno progettate e realizzate perché possano essere apprezzate da tutti e da tutte.

Il grande Johann Wolfgang von Goethe, che amava viaggiare soprattutto nel nostro Paese, intitolò "Viaggio in Italia" il resoconto dettagliato del gran tour che egli vi compì dal 1786 al 1788. Così annota nel suo diario in data 3 settembre 1786, alla vigilia della partenza: "Alle tre del mattino partii [...] era venuto il momento". Perché, scrive: "In viaggio, mi avvolge un sentimento di pace e di sicurezza."

Mi auguro che nell'estate del 2022, questo sentimento ci avvolga tutti e tutte, senza distinzione alcuna. Perché ne abbiamo davvero, indistintamente, tanto bisogno.

Tiziana Luciani



## Villa Romana

All'anconetano medio piace mangiare al ristorante, c'è a chi piace provare ristoranti nuovi, c'è chi invece va nel solito ristorante perché sa che si mangia bene e sa che non rimarrà deluso!

Uno dei ristoranti storici di Ancona è proprio questo di cui vi scrivo oggi... "Villa Romana".

Situato nelle campagne marchigiane all'interno del Parco Naturale del Conero dal 1925, offre ai suoi clienti piatti genuini fatti in casa: pasta all'uovo, tirata rigorosamente a mano, dolci della casa e specialità di carne preparate con attenzione e maestria...vi consiglio di provare il tradizionale fritto all'italiana contornato da tante verdure o la favolosa grigliata mista!

E' possibile mangiare anche all'aperto sotto un bel pergolato dove l'arietta gira anche nelle ore più calde, e in questi giorni afosi non guasta!, o nella panoramica terrazza. Sia le sale esterne che gli spazi interni sono accessibili a tutti in quanto muniti di scivoli e rampe., cosa purtroppo mai scontata...

Il ristorante all'esterno ha anche un ampio parcheggio riservato ai clienti, e un angolo di verde con due altalene per i più piccini.

I bagni, completi di ogni ausilio necessario per garantire l'utilizzo a tutti, sono situati al piano di sotto e raggiungibili anche con un comodo ascensore accessibile con la carrozzina.

Insomma Villa Romana non delude proprio nessuno, non resta che prenotare!

Mi raccomando, se conoscete posti accessibili in Ancona o zone limitrofe che volete pubblicizzare sono a Vostra disposizione per andare a visitarli e scrivere di loro, fate-melo sapere all'email [noemi@centroh.com](mailto:noemi@centroh.com).

Se andate sul sito [www.centroh.com](http://www.centroh.com) nella sezione Locali Accessibili trovate tutte le informazioni in merito ai locali fino ad oggi da me censiti.

NoemiBaldassini



## L'aglio ultima parte

In un precedente articolo abbiamo parlato della utilità di questa pianta medicinale conosciuta e usata da tutti i popoli. Gli studi che nel tempo sono stati compiuti confermano l'importanza che l'aglio ha per la nostra salute e ci illustrano i suoi pregi; le ricette nelle quali viene impiegato, spesso antiche e provenienti da ogni parte del mondo, somigliano talvolta a trattati magici, ma sappiamo che da solo o in aggiunta ad altre erbe viene riconosciuto portentoso dalla farmacopea per uso interno ed esterno.

Cercando di evitare il più possibile l'uso dei farmaci, vi propongo alcuni medicinali utili e semplici che possono aiutarci nel quotidiano. Per esempio, i dolori reumatici e artrosici (molto frequenti in tanti di noi) possono venire alleviati da un cataplasma di aglio a cui va aggiunta polvere di argilla e acqua tiepida; la crema così creata va spalmata sulla parte dolente e coperta con una pellicola per due o tre ore; il procedimento si può ripetere una volta al giorno.

Un ottimo rimedio contro l'affaticamento e la debolezza degli arti superiori è costituito da massaggi eseguiti sulla schiena utilizzando aglio pestato e alcool canforato, mentre un efficace disinfettante soprattutto utile contro le zanzare, è realizzato macerando per 10 giorni 30 grammi di spicchi di aglio tagliuzzati in mezzo litro di aceto; il composto si può usare anche per disinfettare ferite. Infine, per lenire il dolore causato da un forte mal di denti consiglio uno spicchio di aglio crudo o bollito in poca acqua.

Concludo con una ricetta adatta per fresche insalate estive: 1litro di aceto (di vino o di mele), alcune foglie di basilico, 2 cipolline, 2 spicchi di aglio, 6/7 grani di pepe, 2 chiodi di garofano; tritate il tutto, versate nell'aceto e lasciate macerare per 7 giorni, quindi filtrate con una garza, rinvasate il tutto e usate a piacere.

Alla prossima!

MarenaBurattini



## Truffe on line, c/c svuotati

In queste settimane molti cittadini della nostra regione si sono visti sottrarre ingenti somme dai propri conti correnti dopo essere caduti nella trappola di pirati informatici e si sono rivolti agli sportelli della nostra Associazione. Tecnicamente si chiama «phishing», di fatto è una truffa perpetrata via internet. Lo scopo è rubare le credenziali di accesso dell'home banking per prelevare denaro a danno dell'ignaro consumatore.

Il tutto inizia con l'invio di una mail alla casella di posta elettronica del cliente. Se il messaggio arriva sul telefono cellulare la truffa si definisce «smishing». C'è il logo della Banca e un messaggio che appare importante contenente un testo, non sempre in perfetto italiano. Si è avvisati circa la necessità di svolgere alcune operazioni per incrementare la sicurezza del proprio account. A quel punto si clicca su un link e si viene dirottati su quella che all'apparenza sembra la pagina ufficiale della banca, in realtà si tratta di un sito clone, molto simile all'originale. Se si ha la sventura di inserire le credenziali, quelle sì vere, le informazioni finiscono direttamente nei computer dei malviventi che le usano immediatamente per accedere al vero sito della Banca. A quel punto la frittata è fatta.

In seguito - ecco la sottigliezza della truffa - i pirati informatici dispongono un bonifico oppure ricaricano una carta estera intestata ad un ignaro prestanome. Ma per completare l'operazione, trattandosi di somme rilevanti, è necessario il codice che viene generato automaticamente dal sistema e inviato via sms o mail al cellulare o alla casella di posta elettronica del cliente. Come fare per ottenerlo? I pirati del web chiedono anche questa informazione. Se il consumatore malauguratamente inserisce anche quel dato sul sito



clone si può dire addio ai risparmi di una vita.

Ci sono concittadini che in questo modo si sono visti sottrarre in un battibaleno diverse migliaia di euro.

### COME DIFENDERSI?

Innanzitutto è buona regola non prendere per buone le mail della banca quando è richiesto di accedere al vostro conto on line. Il vostro istituto di credito, se proprio vuole contattarvi per ragioni di sicurezza, vi convoca in filiale o vi spedisce una lettera a casa. Nel dubbio, non fatevi prendere dall'impulsività e, anche se è sabato e lo sportello è chiuso, attendete il lunedì per chiamare in filiale e chiedere raggugli.

Non chiamate mai i numeri di telefono indicati nella mail ricevuta. Oltre a ciò, non fidatevi se il testo del messaggio non è scritto in perfetto italiano. Anche se grafica accattivante, loghi ufficiali e messaggi efficaci a volte disorientano. Badate, verificate sempre di essere sulle pagine web della vostra banca controllando l'indirizzo che compare sulla barra del browser.

A scanso di equivoci, prima di collegarvi, digitate sempre voi l'indirizzo web scrivendolo direttamente e non cliccate sui link contenuti nelle mail.

La miglior difesa è la prevenzione!

Dott.ssa Roberta Mangoni  
Adiconsum

## Modifiche alla Legge 18/1996

*Attraverso gli interventi di modifica si rafforzano le funzioni della Consulta regionale per la disabilità, valorizzando il ruolo attivo delle associazioni presenti sul territorio. Alla Consulta vengono conferiti nuovi strumenti di proposta e di valutazione dei programmi regionali.*

Via libera, in Commissione regionale Sanità, alle modifiche alla legge regionale 18 del 1996 concernente la promozione e il coordinamento delle politiche di intervento in favore delle persone in condizione di disabilità.

Le modifiche, approvate a maggioranza (tre i voti di astensione), si riferiscono in modo particolare alla già prevista Consulta regionale per la disabilità, alla quale viene però assegnato un ruolo più forte attraverso una composizione più ampia e rappresentativa e strumenti di proposta e di valutazione delle azioni della Giunta regionale nel settore della disabilità.

La Consulta avrà la possibilità di presentare specifiche proposte alla Giunta regionale e, assieme alle tante associazioni presenti sul territorio regionale, potrà esprimere una valutazione sui programmi predisposti dalla Regione a tutela dei diritti delle persone con disabilità.

La prima riunione della Consulta, nella sua nuova veste, così come aggiornata dalla legge, è prevista entro il 31 ottobre 2022, mentre la prima conferenza regionale sullo stato dei servizi per la disabilità avverrà entro aprile 2023.

“Modifiche utili a migliorare l’operatività della Consulta, valorizzandone il ruolo e consentendo agli stessi componenti una partecipazione più attiva ed agevole, anche attraverso la convocazione telematica e mista” – ha commentato la Presidente della Commissione Elena Leonardi (FdI) – “Altro aspetto rilevante delle modifiche è la convocazione con cadenza biennale della

conferenza regionale sullo stato dei servizi per la disabilità, appuntamento che servirà ad effettuare un focus con tutti i soggetti interessati”.

“Abbiamo dato dignità alla Consulta con un effettivo coinvolgimento dei soggetti e dei validi strumenti di intervento – ha affermato Anna Menghi (Lega), relatrice di maggioranza sul provvedimento – “L’introduzione della conferenza biennale sulla disabilità ci offrirà ulteriori elementi per una valutazione sullo stato dell’offerta dei servizi sul territorio e, in prospettiva, per una revisione complessiva della legge”.

“Modifiche insufficienti e parziali – ha invece commentato il relatore di minoranza, Romano Carancini (Pd) – proprio perché vanno ad inserirsi solo sul ruolo della Consulta. Sarebbe servito più coraggio per intervenire più organicamente su una legge che rappresenta una pietra angolare nel contesto delle norme sulla disabilità”.

Ufficio stampa  
Consiglio regionale Marche  
Venerdì, 10 Giu



## Sygmund supporto psicologico in LIS

Sygmund, lo psicologo online, adesso è anche in Lis. La piattaforma registrata presso il Servizio sanitario nazionale e fondata da Alessandro De Carlo, docente di Psicologia del lavoro presso l'Università di Padova, ora è disponibile in lingua dei segni per offrire un servizio in più alle persone sorde. L'applicazione è disponibile su GooglePlay, nell'App Store e si può scaricare anche dal sito web sygmund.it.

Le sedute hanno durata di 30 minuti di prestazione netta, per un costo di circa 35€ a cui si aggiungono le fasi di accoglienza e congedo (generalmente meno di 10 minuti).

"La pandemia, con tutte le paure e le incertezze che l'hanno accompagnata, ha purtroppo peggiorato gli stati di ansia e conseguentemente lo stress di molti. Le persone sorde non fanno differenza e, inoltre, devono gestire situazioni di complessità strutturali", ha spiegato De Carlo. "La partecipazione dell'Ente nazionale sordi è un primo passo verso quella che ci auguriamo essere una partnership che si dovrà strutturare in brevissimo tempo e che potrà permetterci di supportare sempre meglio le persone non udenti in tutta Italia, 24 ore su 24 e 7 giorni su 7.

da Superabile Inail  
Aprile 2022



## Comunicato stampa

*E' legge l'accessibilità di mezzi per uso di persone con disabilità sui percorsi ciclabili e corsie ciclopedonali*

Per il Presidente di ANGLAT un atto di grande sensibilità e una vittoria di civiltà. Significativo passo in avanti nella mobilità per le persone con disabilità: il decreto legge n.68 del 16 giugno 2022, infatti, ha stabilito che "le macchine per uso di persone con disabilità possono circolare sui percorsi ciclabili e sugli itinerari ciclopedonali, nonché, se asservite da motore, sulle piste ciclabili, sulle corsie ciclabili, sulle corsie ciclabili per doppio senso ciclabile e sulle strade urbane."

L'importante via libera, da tempo sostenuto da ANGLAT, Associazione Nazionale Guida Legislazioni Andicappati Trasporti, è contenuto nelle disposizioni urgenti per la sicurezza e lo sviluppo delle infrastrutture, dei trasporti e della mobilità sostenibile, nonché in materia di grandi eventi e per la funzionalità del Ministero delle infrastrutture e della mobilità sostenibili.

Per il Presidente di ANGLAT, Roberto Romeo: "Ora una persona con disabilità che si muove su una sedia a ruote ad auto spinta, elettrica o su un elettroscooter potrà circolare più facilmente e vivere delle opportunità e delle bellezze delle nostre città. Un grazie doveroso vogliamo rivolgerlo al Ministro per le disabilità, Sen. Erika Stefani che si è fatta promotrice di questo ulteriore ed importante intervento normativo, al Ministro delle Infrastrutture e della Mobilità Sostenibili, Enrico Giovannini, al Governo e Parlamento per aver approvato questa importante modifica al codice della strada, volta a favorire la mobilità privata delle persone con disabilità."

Ufficio Stampa ANGLAT

Il Centro H si unisce al dolore della famiglia Sonnino per la scomparsa della Signora Italia mamma di Dinella una delle ragazze che da anni frequenta i nostri laboratori.

La Segreteria

**Socio e Rivista .... € 20,00**

**Donazione Bancaria: INTESA SAN PAOLO**  
**c/c bancario: IT 73B0306909606100000011321**

**Causale: Offerta liberale**

**Donazione postale:**

**c/c postale: 11260601**

**Causale: Offerta liberale**

**intestato: CENTRO H**

**ANCONA - 60125 via Marchetti 1**

**5xMILLE codice fiscale 93020510421**

**ANCONA . 60125 via Marchetti 1**

**Telefono e fax 071/54206**

**www.centroh.com**

**info@centroh.com**

**www.ANGLATMARCHE.com**

*Il Centro H, nel rispetto della L. 675/96  
implicante la riservatezza dei dati personali,  
utilizza le generalità dei Soci conservate negli archivi  
ai soli fini statutari evitandone la diffusione a terzi.*

*Questa Rivista è stampata da:*

**"La Poligrafica Bellomo S.r.L."**

**Tipografia-litografia-grafica computerizzata**  
**via Gabrielli, 10 - Zona Industriale Baraccola est**  
**60131 Ancona**

**tel. 0712861711/0712869126/fax 0712864676**