

SOMMARIO

Editoriale <i>Anche noi alla festa del mare</i> RVM	4
Riflessioni <i>Se dai un dito potresti perdere la mano</i> Luciano Fangi	6
Come eravamo <i>Quando s'ammazzava il maiale a casa</i> Enzo Monsù	8
La Scuola incontra la disabilità <i>La disabilità</i> M. R. Scuola Plnocchio-Montesicuro	11
Adiconsum <i>La digitalizzazione in Italia</i> Francesco Varagona	14
Comunicazioni del Presidente e le attività del CH	16
Cultura <i>Viola</i> Francesca Santi	18
Pensieri e parole <i>Il Bagno</i> Chiara Giovanelli	20
Arte Terapia <i>Festa delle mani al Centro H</i> Tiziana Luciani	21
Ancona e il Conero in foto <i>Lo Stoccafisso</i> Mauro Ossidi	23
Guardiamoci attorno <i>Vivere a colori</i> Milena Vitali	24
Regione Marche <i>Approvato il nuovo piano socio sanitario</i> Ufficio Stampa Consiglio Regionale	25
Associazioni in rete <i>A Osimo una rete per la disabilità</i> redazione Ansa	27
Notiziario Anglat a cura di Enzo Baldassini	28



Anche noi alla festa del mare

Avevamo scritto al Sindaco Silvetti: nessun evento, nessuna iniziativa, nessuna programmazione senza che ci siano spazio e attenzione ai cittadini con disabilità, con coinvolgimento degli stessi o dei loro rappresentanti sin dalle fasi iniziali, non a cose fatte... Ci ha sorriso l'idea che l'appello sia arrivato, alla vista degli spazi riservati alle carrozzine al Passetto, nel contesto della recente Festa del Mare. Poiché si è detto e si è scritto che il momento più ammirato e partecipato della festa è stato quello dei fuochi di artificio, ci piacerebbe sapere se, anche relativamente ad esso, era stato previsto uno spazio per noi. Quello che ci interessa infatti non è la singola iniziativa che ci fa sentire protagonisti di una serata o di un giorno, per poi essere dimenticati, ci interessa che l'attenzione per la nostra qualità della vita diventi sistema. Ne siamo lontani: leggiamo che le autorità cittadine sono spesso presenti alla inaugurazione di nuove attività commerciali, bene...il Sindaco o l'Assessore presente darà uno sguardo alla porta d'ingresso, vi entra una carrozzina? C'è spazio perché il nostro mezzo di locomozione si possa muovere all'interno? Se la risposta è no, il risultato è la nostra esclusione.

Per esperienza aggiungeremo che siamo esclusi dall'accesso anche a numerosi ambulatori medici privati, mentre sappiamo che esistono normative precise che impongono l'adeguamento per l'accessibilità alle persone con difficoltà motorie o altro. Ancora dalla nostra esperienza: vediamo, nella prima periferia della Città, locali di attività dismesse, ai piani terra, perfetti per accoglierci come utenti o pazienti... è una ipotesi, perché non incentivare chi volesse aprirvi attività per noi facili da raggiungere?



Un punto dolente è la Biblioteca "Benincasa", dai numerosi, gravi problemi, un problema anche per noi: mai vista una carrozzina nella sua collocazione all'interno del Palazzo degli Anziani... vero: c'è un ascensore al quale si arriva attraverso uno scivolo in basso lato mare, ma, riflettete, se non ha un'auto adeguata alla guida, se non ha un'auto, come arriva il disabile allo scivolo e poi all'ascensore?

È un lungo, lungo arrancare, negazione dell'autonomia. Della scomodità dell'accesso ai due teatri cittadini, le Muse e lo Sperimentale, si è già parlato. Siamo così arrivati al tema parcheggi riservati, quelli dei due teatri sono pochi e pericolosi da lasciare e da raggiungere. Poiché siamo pronti a collaborare, avanziamo una domanda: vorremmo sapere, crediamo sia un nostro diritto, quante multe, per esempio, nel 2022, i nostri vigili hanno elevato per occupazione illecita dei parcheggi riservati H.

Resta tanto da fare, ma la fiducia non ci abbandona: a giorni riapriremo le attività in Via Marchetti, i Volontari si sono preparati durante tutta l'estate; ci si allarga il cuore alla vista del nuovo edificio in Via Mamiani quasi verso la fine dei lavori, sul nostro stesso vecchio spazio; abitarlo, nel piano a noi riservato, sarà una gioia che abbiamo atteso a lungo.

RVM



Se dai un dito potresti perdere la mano

Dopo una giornata piena di impegni sembra che una salutare passeggiata sollevi il morale e rigeneri le facoltà intellettuali e proprio in una di quelle rare occasioni che ho seguito il consiglio mi è capitata una storia quasi inverosimile..

Ero impegnato nel lungo giro (700 metri circa) della strada che circonda la mia casa; una via pochissimo trafficata, pianeggiante, quasi in campagna. Ero già al terzo giro quando, di fronte alla chiesa mi ferma un giovanotto di colore; spingeva la bici e dopo avermi apostrofato invano (tra l'altro sono anche notoriamente sordo) con un misto di parole che non capivo, mi allunga il suo cellulare. Era evidente che mi chiedeva di interloquire con ... un altro cellulare: difatti all'altro capo sento una voce che chiede: "Che de' ...?, chi sei ...?, cosa vuoi ...?" Mentre questi parlava, il giovane a gesti cercava di spiegarmi che avrebbe dovuto portare un vecchio frigorifero in via Flavia. "Quanto è grande" - chiedo - "è alto come te". Rispondo quindi all'ignoto interlocutore telefonico e indico dimensioni e recapito del frigo da trasportare: l'urlo che arriva è perentorio "quaranta euro!". Riferisco la risposta al giovane bengalese (sembrava infatti provenisse proprio dal Bangladesh) che scuote la testa e dice quasi sconcolato "troppo, troppo". Comunico, visto che oramai ci sono, anche quest'ultimo commento e dopo aver ricevuto l'invito di andare entrambi in quel paese la comunicazione termina.

In fondo alla via intanto c'è un tale che ci invita ad raggiungerlo. E' il venditore che, già fattosi pagare, sistema l'elettrodomestico fuori dal suo pulito ed ordinato garage e ci lascia. Il giovane asiatico guarda lui che si allontana, guarda me con occhi imploranti e mentre mi rendo conto che non ha nessuna possibilità di trasportare il frigo fino a via Flavia, la visione di mia moglie che a casa sta preparando per cena pollo, patate, e zucchine fritte mi si presenta nitidamente. Vabbe', mi dico mosso a compassione, portiamolo con la mia auto,



tanto via Flavia è a 500/700 metri, facciamo un colpo di mano e al massimo tra 10, 15 minuti sarò a casa in tempo per cenare. Carichiamo quindi il frigo, lo assicuriamo perchè sporge dal portello posteriore, sistemato alla meno peggio il giovane, partiamo. Metto la prima, poi la seconda, la terza non entra perchè il frigo, al limite dell'asta del cambio, ne impedisce il funzionamento, ma non importa ... tanto via Flavia è qui sotto!

Quando però all'incrocio accenno ad andare diritto naturalmente per imboccare la mitica via Flavia e il giovanotto sento che urla "Stazione Stazione" nel cervello mi si accende una lucina: vuoi vedere che non era via Flavia, era via Flaminia? E quindi piano piano, con il motore imballato, evitando buche e sobbalzi, percorrendo strade non troppo frequentate, arriviamo finalmente al 33 della via Flaminia. Un ciao ciao frettoloso e torno a casa, sorbendomi i giusti rimproveri di chi avrebbe volentieri cenato con il fritto caldo, ma non potevo rispondere al telefono dato che con una mano guidavo, con l'altra tenevo fermo il frigo ... e ogni polemica è cessata. Più tardi, mentre spaparanzato sul divano attendevo la visita di un amico, suonano alla porta. Scendo veloce, apro la porta del garage e ... trovo il giovane bengalese che a stento ma comprensibilmente mi annuncia che "frigo no buono, mettilo in garage". Sono esterrefatto e con la massima calma possibile gli spiego che il frigo deve portarlo davanti al garage del venditore. Lui poveretto implorava ma mia moglie quasi urlando, l'ha gelato: "Devi portarlo non qui ma dal venditore!". Dopo poco il giovanotto accompagnato da un tizio di colore che guidava un furgone particolarmente scassato, ha finalmente capito e s'è ne è andato col suo frigorifero.

Quasi ridevo di come s'era messa tutta la faccenda: una situazione davvero surreale, ed è proprio vero che potrebbe capitare nel prestare un dito di non trovare più neanche la mano

Luciano Fangi

Quando s'ammazzava il maiale a casa

“Chi de Natale no’ ‘mmazza u porcu, tutto l’anno va co u musu stortu” si diceva a Filotrano e nel maceratese, perché la carne del maiale macellato era considerata una riserva alimentare e proteica per tutto l’anno, una ricchezza della famiglia contadina: non a caso i nostri salvadainai avevano spesso forma di maiale ... C’è però un’ambivalenza del maiale nell’immaginario contadino: un tesoro da morto, prototipo di sporcizia e di tutti i vizi da vivo! Ancora oggi appellare qualcuno dandogli del maiale o del porco (al maschile o al femminile, in italiano o in inglese ...) è quanto di più dispregiativo si possa. A Sant’Antonio abate, eremita nel deserto, il diavolo tentatore appariva in forma di feroce maiale, poi ammansito dal santo fino a diventare suo fedele accompagnatore, come appare nel santino devozionale che in campagna si teneva in tutte le stalle a protezione degli animali. Certo il maiale è l’evoluzione del cinghiale selvatico (addomesticato dai cinesi nel 5000 a. C.), introdotto in Occidente dai popoli barbari (i Romani preferivano gli ovini per l’alimentazione) e poi moltiplicatosi allo stato brado nei boschi che durante il lungo Medioevo tornarono a rivestire le nostre campagne. Tutto ciò giustifica la storica diffidenza verso il maiale, la cui carne da molti popoli antichi del Mediterraneo era considerata impura (o forse solo nociva per la difficoltà di conservazione nei climi caldi!): così per gli Ebrei; il Corano (sure 5 e 6) ne vieta il consumo (eccetto in caso di rischio di morte per fame). Anche nel Vangelo è associato a immagini negative (“dar le perle ai porci” nel senso di sprecare talenti e i demoni scacciati dall’uomo e rifugiatisi nel branco di porci che finiscono in mare ...).

Il maiale era apprezzato dai contadini perché onnivoro, quindi in grado di mangiare gli scarti della lavorazione di latte e formaggi, scarti di cucina, ghiande e altri vegetali, topi e uccelli ... e perciò la sua carne risultava particolarmente saporita.

Era allevato soprattutto per il grasso e – allora, non più ora - la sua qualità era proporzionale allo spessore dello strato di grasso sotto la cotenna: il lardo, usato per condire (battuto sul tagliere con aglio e prezzemolo!), era merce pregiata, prevista anche in pubblici contratti come forma di pagamento in natura. Di più: era usato come medicamento contro le infiammazioni e i reumatismi in particolare. Meno nobile il grasso che copre l’intestino del maiale, detto sugna, usato per ungere cardini e assi del biroccio, ma anche per friggere se fuso, filtrato e conservato come strutto dentro la sacca vescicale del maiale.

L’ammazzatura/abbattimento del maiale era un evento drammatico, da cui erano esclusi i bambini per il suo aspetto violento (oggi mitigato per legge): legato per il grugno con un cappio (anche per evitarne i morsi), il bestione (anche 2 quintali di peso) era caricato sopra il biroccio col timone a terra e legato ad esso se non c’erano 6-7 uomini validi per tener fermo l’animale mentre lo scannatore recideva la vena giugulare con lo speciale coltello lungo e sottile; al fine della conservazione della carne il sangue (raccolto a scopo alimentare) doveva essere tutto espulso ... Poi, sdraiato sulla paglia, veniva pelato, raschiato coi coltelli e lavato con l’abbondante acqua bollente in precedenza messa a scaldare nella stufa (neppure le setole si sprecavano, erano accantonate per farne pennelli). Legato coi tendini delle zampe ad una scala già fissata al muro, veniva squartato a partire dall’inguine per l’estrazione delle interiora, che essendo facilmente deperibili, erano accantonate per il pranzo o la cena della famiglia e condivise coi vicini. Recisa la testa (per farci la coppa) e tagliata con l’accetta la spina dorsale si ottenevano le due metà del maiale (pacche o

mezzene), lasciate a scolare fino al giorno dopo: la metà con la coda sarebbe partita verso la casa padronale, l'altra restava per il contadino secondo i patti colonici mezzadrili.

Dopo 24-48 ore c'era la festa della pista per la lavorazione delle carni del maiale: si chiamava anche salata perché consisteva essenzialmente nella salatura per la conservazione prolungata. Anzitutto si staccava la coscia posteriore che, salata, pepata e stagionata per 12 mesi, sarebbe diventata sua maestà il prosciutto! Pian piano tutte le parti venivano disossate e scotenante, separati lardo e lonze, la carne magra veniva spezzata per essere macinata nella pistatrice a manovella e insaccata: tutta andava pesata in modo da salarla e speziarla secondo le rigide dosi tramandate in famiglia. Si diceva che tutta la salata doveva restare per 2-3 giorni vicino al camino acceso "per farla sudare" e poi tutto andava trasferito in ambiente freddo, ventilato e asciutto; solo salsicce e salami venivano appesi ai bastoni stesi al soffitto della cucina ...

MONSU' Enzo



La disabilità

La disabilità è un tema a cui tengo molto, poiché ogni giorno vedo tante persone che soffrono e che hanno difficoltà di ogni genere che portano loro a condurre una vita diversa. Fortunatamente oggi hanno delle agevolazioni, vengono aiutati quotidianamente da molte persone, che provano a rendergli più facile vivere la vita con queste tipologie di malformazioni. Ci sono molte associazioni per questo e molti centri di assistenza.

Partecipando al progetto sulla disabilità all' Istvas, mi sono resa conto di quanto sia difficile per ogni persona che soffre di queste disabilità, affrontare ogni giorno anche un semplice marciapiede o fare delle scale. Questa cosa mi ha fatto riflettere molto poiché ho capito quanto sono fortunata e quanto a volte la vita sia veramente difficile da affrontare.

Noi ragazzi oggi ci lamentiamo spesso per qualsiasi motivo, dal più banale al più complesso, senza pensare che ci sono persone che purtroppo sono state costrette ad avere una vita "diversa dal normale", che è pur sempre stupenda e piena di felicità, ma a volte anche complicata. Inoltre ho riflettuto molto anche su un altro problema, noi adolescenti, a volte anche adulti, tendiamo ad utilizzare un linguaggio inappropriato, può capitare per esempio che per scherzare con l'amico gli diamo del "down", del "disabile" ecc...per noi può sembrare soltanto una battuta che ha fatto ridere tutto il gruppo ma riflettendoci a lungo ci sono veramente persone che ne soffrono, che lottano ogni giorno per questo e sentire quel tipo di battute non è una cosa piacevole. Questo argomento viene trattato molto spesso anche dalla prof.ssa Pucci in classe, ci aiuta molto a riflettere su questo tema e grazie anche a ciò siamo cresciuti molto a livello individuale e abbiamo arricchito le nostre conoscenze.

Molto spesso in tv o nei film si trattano questi argomenti, ad esempio di quando queste persone con le loro problematiche vengono maltrattate, de-

rise, insultate, bullizzati e a volte anche picchiate. Ormai nel 2022 penso che sia veramente ridicolo e brutto permettere che tutto ciò accada, poiché solitamente vengono anche isolati, non hanno molti amici intorno e per questo non riescono neanche a difendersi.

Aver parlato con queste persone disabili, aver ascoltato la storia di ciascuno di loro, mi ha commosso perché mi sono immedesimata nelle loro vite. Probabilmente se ciò fosse accaduto a me non avrei avuto la forza di continuare ad avere il sorriso che avevano loro quel giorno. Come in ogni cosa ci sono vari tipi di disabilità, quelle più gravi e importanti e quelle meno gravi e evidenti. Mi ha colpito particolarmente la signora non vedente, aveva tantissima energia, era accompagnata da un cane addestrato appositamente per guidarla nella sua vita. Ci ha parlato con tanta gioia, felicità, entusiasmo ed è riuscita a trasmettermi tanta serenità. Essendo un' amante dello sport mi ha colpito molto anche il giocatore dei dolphins, ma ognuno di loro ha trasmesso in modo diverso la propria esperienza ed è stato bellissimo averli ascoltati tutti.

Personalmente ho avuto la fortuna di conoscere persone con questi problemi, ognuna nel suo piccolo mi ha insegnato qualcosa e ne sono molto felice. La prima esperienza che ho avuto, è stata alle elementari, con una ragazzina di nome Margherita che veniva in classe con me. Inizialmente non socializzava molto, nessuno sapeva la sua storia, poiché era molto chiusa e timida. Era particolarmente legata a due persone, a mio fratello Edoardo e a un'altra nostra compagna. Con il tempo iniziò a socializzare anche con me, eravamo legate, lei si rivelò una bellissima persona. Mia nonna mi portava a casa sua e passavamo il pomeriggio a fare i lavoretti insieme alla mamma, a cantare, a disegnare sulla lavagna e a fare le "maestre". Margherita non riusciva a camminare bene poiché cadde da piccolina sul bordo di una piscina e non

riuscirono dopo tante operazioni a far sì che lei camminasse di nuovo normalmente. Non riusciva a fare le scale, portava lo zaino con le rotelle poiché non poteva assumere carichi pesanti sulla schiena. Cercavo in tutti i modi di starle vicino, nonostante ero piccolina, ci aiutavamo a vicenda con i compiti, anche se lei non aveva bisogno perché nonostante tutto era molto brava a scuola.

Poi ho conosciuto un'altra ragazzina di nome Marta, che ha delle disabilità e nonostante tutto è molto solare, ha sempre il sorriso e ogni volta che la vedo a scuola mi fa ridere un sacco perché fa sempre delle facce molto buffe, è veramente speciale.

Io non ho avuto molte esperienze, ma sono comunque sicura che queste persone che ogni giorno probabilmente soffrono abbiano sempre tanta positività e che la trasmettono ad ognuno di noi. A volte, penso che sarebbe bene prenderli come esempio, per fare in modo che altre persone diventino piene di gioia e felicità come loro. Sosterrò sempre queste persone e cercherò di aiutarle, se possibile.

MATILDE REGINI

3 A I.C. Pinocchio - Montescuro



La digitalizzazione in Italia

Negli ultimi anni nel nostro paese il processo di digitalizzazione ha avuto una forte accelerazione, anche a causa della pandemia da Covid 19 che ci ha costretti in casa per lunghi periodi con la conseguenza che tutti hanno iniziato ad utilizzare gli strumenti digitali, telefonini, computer e tablet per stare in collegamento e per accedere a molti servizi. Oggi è fondamentale e ormai assolutamente necessario conoscere l'utilizzo di molti mezzi digitali anche per accedere a siti della pubblica amministrazione, per effettuare pagamenti ma anche per poter usufruire di alcune agevolazioni introdotte dallo stato. E' talmente importante questo tema che addirittura il 27% delle risorse totali del PNRR è dedicato alla transizione digitale e sono stati posti degli obiettivi che l'Italia dovrà raggiungere entro il 2026.

Purtroppo oggi in Italia c'è ancora un importante gap tra le persone che conoscono e sanno utilizzare le modalità digitali e le persone invece, in particolare molti anziani, che non sanno utilizzare le nuove tecnologie oppure che sono in condizioni economiche che non permettono loro di acquistare mezzi come gli smartphone o il computer, quindi c'è un forte rischio di esclusione sociale di tutti coloro che non sono ancora avvezzi all'utilizzo di questi strumenti. Inoltre di pari passo con lo sviluppo di nuove tecnologie aumenta il rischio di restare vittima di truffe online, c'è il rischio di una diffusione incontrollata dei nostri dati personali e infine con lo sviluppo dei social ci sono le fake news, ossia la diffusione incontrollata di notizie false. Per questo esistono degli strumenti per poter accedere ai siti in assoluta sicurezza, ad esempio lo Spid, ossia il "sistema pubblico di identità digitale", con cui si può accedere ad esempio alle proprie aree riservate nei siti delle pubbliche amministrazioni, come l'Inps. Esiste anche l'ANPR, ossia l'Anagrafe Nazionale

della Popolazione Residente, alla quale si accede sempre con lo Spid o con la CIE (carta d'identità elettronica), che permette di accedere all'anagrafe del proprio comune online, quindi senza file o appuntamenti, e da la possibilità di scaricare 15 diversi certificati, oppure di comunicare variazioni di residenza o semplicemente di visionare i propri dati anagrafici presenti negli archivi. Tutti questi servizi sono indubbiamente molto comodi, perché danno la possibilità di accedere e svolgere delle pratiche autonomamente e senza doversi recare di persona presso gli uffici, ma naturalmente per poterli utilizzare è necessario avere i necessari strumenti e le necessarie competenze. Considerando però che sono ancora molte le persone in difficoltà nell'utilizzo di questi strumenti, Adiconsum può aiutare queste persone, fornendo le necessarie informazioni, ad esempio indirizzando le persone su come fare per avere lo spid, o aiutandole a scaricare dei moduli online, o un'app sul proprio telefono e così via.

Presso gli sportelli Adiconsum (Via Ragnini 4 ad Ancona Tel. 071/2832101) è dunque possibile ricevere informazione e assistenza anche per tutto quanto concerne gli strumenti ed i servizi digitali.

Francesco Varagona



Comunicazioni del Presidente

Cari amici bentrovati,
dopo la pausa estiva il gruppo dei Volontari dell'Associazione si è riunito il 6 Settembre per organizzare il lavoro da svolgere con i ragazzi fino a Giungo 2024. Il 19 Settembre il Centro H ha riaperto le porte al Laboratorio che come ogni anno si svolgerà nei pomeriggi di Martedì e Giovedì e nelle mattinate di Mercoledì.

Ci saranno alcune novità che sicuramente faranno piacere ai partecipanti, oltre alle consuete attività (lavori con la creta, con la carta pesta, con la pasta di sale, con il midollino, ecc) i Giovedì saranno rallegrati dalla musica diretta da Gianfranco Orazi ed un pomeriggio al mese una persona esterna animerà le due ore con spettacoli e magie

Altra cosa importante tornano finalmente con noi i ragazzi provenienti dalle strutture esterne come Villa Almagià, Il Cigno, Papa Giovanni XXIII e saranno nuovamente con noi anche i nonni e le nonne dell'Istituto Podestì..

Per Natale si sta programmando il pranzo Sociale durante il quale avremo la possibilità di scambiarci auguri e doni.

In regola con la tradizione è stato dato il via al Concorso "La scuola incontra la disabilità". Siamo giunti alla ottava edizione e in questo lungo tempo il concorso ha visto la Formazione di circa 2500 alunni delle terze Medie di Ancona e di circa 70 Docenti.

Prima di salutarvi esprimo il solito auspicio affinché i lavori dei nuovi locali di via Mammiani continuino con alacrità per consentire alla Associazione di prenderne quanto prima possesso.

Arrivederci a presto.

Enzo Baldassini

=====
CHIEDIAMO, A CHI NON FOSSE ANCORA
IN REGOLA, DI VERSARE LA QUOTA
ASSOCIATIVA, DI € 20,00, PER L'ANNO
2023 GRAZIE
=====

TESSERAMENTO ANGLAT

PER IL RINNOVO O PER "NUOVO SOCIO"
VA EFFETTUATO IL VERSAMENTO TRA-
MITE

- Bonifico bancario intestato
IBAN IT47K0305801604100571525190
- CHE BANCA - ANCONA
Intestato a BALDASSINI ENZO

INVIARE: per il rinnovo copia della ricevuta di pagamento pari ad euro 36,00; per i nuovi soci inviare anche copia del Certificato di Invalidità e Modulo di richiesta iscrizione Socio/a vedere www.anglatmarche.com

INVIARE IL TUTTO AL SEGUENTE
INDIRIZZO: BALDASSINI ENZO

VIA R.SANZIO, 93
60125 ANCONA

oppure
e-mail e.baldassini@alice.it
Tel 071/54206
Cell. 393/1822473



Viola

Contrariamente ad altri libri che ho recensito, *Viola*, romanzo scritto da Marina Cuollo, è un libro rivolto ai lettori adulti. Viola è una biologa napoletana testarda e impulsiva che, tra le altre cose, ha anche una disabilità motoria. I suoi genitori, con cui vive, sono iperprotettivi, terrorizzati che alla loro “bambina” possa succedere qualcosa. La sensazione è che Viola sia sempre un po’ svalutata, in particolare dal professore che dirige il suo laboratorio, che non le mostra fiducia, e dai suoi stessi genitori, che non si immaginano neanche lontanamente che la figlia possa avere una relazione o una vita indipendente dalla loro (ma intanto permettono al fratello minore di andare a vivere da solo).

Per quanto sia chiaro che per lei la situazione sia frustrante, la protagonista sembra affrontare il tutto con una certa ironia e anche un pizzico di furbizia. Viola infatti ha un compagno, conosciuto online, e lo frequenta di nascosto, temendo che la sua relazione possa preoccupare la famiglia, con la complicità della sua amica Federica che la copre, mentendo a tutti per nascondere il suo segreto. Quando però i suoi genitori concedono al fratellino di andare a vivere da solo, Viola, per ripicca, decide di presentare il suo ragazzo in famiglia.

La scrittura del romanzo è semplice, scorrevole, a tratti esilarante, ma per nulla scontata. L'autrice tocca il tema delicato della sessualità nelle persone con disabilità, che spesso rimane un tabù nei romanzi e nei film. Nell'immaginario collettivo, non si associa tradizionalmente la persona disabile a qualcuno che possa avere rapporti sessuali. Nei media, anzi, spesso i personaggi



disabili sono infantilizzati da questo punto di vista, possono essere persone sempre buone e gentili, con vite però piene di sofferenza, oppure inacidite con il mondo a causa della loro disabilità ma, in ogni caso, senza alcun tipo di vita sessuale.

L'autrice Marina Cuollo ha molto in comune con la protagonista, dal lavoro come biologa alla disabilità motoria, ma nel corso di un'intervista ha sottolineato che Viola non è un racconto autobiografico. Nei suoi libri cerca, in maniera ironica e pungente, di smantellare i preconcetti che chi è normodotato nutre nei confronti di chi è disabile, fra cui appunto quelli sulla sessualità. Nel corso di un'intervista afferma: “La maggior parte delle persone si aspetta che la vita sessuale tra persone disabili sia un po' una cosa complicata, che si viva questa esperienza in chissà quale strano modo particolare, in realtà Viola, nel libro, ribalta questo concetto. Le persone con disabilità provano quello che provano gli altri: perdono la testa, incontrano gli stronzi, hanno storie da una botta e via ... Ognuno - diciamolo - vive la sessualità in maniera personale”.

Francesca Santi

Il Bagno

“Sacre abluzioni” nell’antichità. “Lavaggi con fisiologica” in reparti ospedalieri. “Lavaggi del cervello” nella struttura della nostra società e nel nostro privato. Anche bagni, tuffi, nuotate al mare o ai laghi.

Una stanza della casa in cui, appunto, possiamo fare il bagno. La stanza più ambita a volte. Quante volte dobbiamo andar in bagno per prepararci per un’uscita, per la giornata, per la notte o far i bisogni ed è occupato...

Non so se qualcuno di voi legge anche in bagno...alcuni artisti hanno ispirazioni per nuove opere in bagno..! In bagno abbiam cura del nostro corpo e così del nostro spirito, non dovremmo mai sottovalutarlo. Ci sono i bagni fenestrati e quelli ciechi, quelli con ausili, quelli ad armadio, quelli principeschi.

A volte è una fatica aver cura di sé, o a volte non possiamo e qualcun altro ha cura di noi. Se ci sembra una fatica insopportabile sebbene abbiamo la capacità di compierla, dovremmo chiederci perché secondo me e le risposte possono essere molto sgradevoli, perché è il luogo più intimo della casa dove ci ritroviamo con noi stessi, con la nostra fragilità e nudità.

A volte ci sentiamo nudi in mezzo alla gente, vulnerabili, e dovremmo forse aver cura delle nostre delicate parti, vestendole e lavandole con grazia...non dico con sacralità, con grazia.

Questo è uno dei brevi scritti che v’invio sulla “casa”. A voi piace la vostra casa? O vorreste ridecorarla? Non è tempo di pulizie stagionali, eppure tra breve saremo più spesso in casa, meglio se siamo felici di esservi.

Chiara Giovannelli

Festa delle mani al Centro H

I volontari, le volontarie del Centro H si mettono a disposizione di persone con disabilità, offrendo loro uno spazio accogliente, del tempo prezioso e delle proposte di attività da condividere insieme.

Quest’anno, in particolare, sono: musica, bricolage ceramica, carta pesta, origami, disegni su carta. Frequentano il Centro circa 60 persone, accolte da quindici fra volontari e volontarie.

Questi appuntamenti mi sembrano soprattutto degli incontri di mani. Se penso alla parola “mano” mi vengono in mente dei modi di dire:

dare una mano
stare in mani sicure
mettersi nelle mani di qualcuno
mettersi una mano sul cuore
stendere la mano
tendere una mano a qualcuno

Tutti questi modi di dire esaltano la mano come simbolo della reciprocità, della relazione, della disponibilità all’altro.

Durante la pandemia stringere una mano è diventato davvero problematico. Allora anche a voi, come a me, sarà mancata l’energia rassicurante d’una stretta di mano, o il sentire la nostra mano accolta nell’ospitale mano altrui.

In quel brutto periodo abbiamo perso: il contatto, la vicinanza, le relazioni, la spontaneità. Quelle mani sono diventate potenziali veicoli di contagio. Ma da tempo, in un qualche modo, abbiamo recuperato la nostra socialità, riprendendo, o iniziando, delle attività di volontariato. Perché, come ben sappiamo, dare una mano agli altri ci aiuta a stare meglio con noi stessi/e.

Ora desideriamo offrire un **CONTATTO** positivo a noi e agli altri. Per-

ché alla lunga l'essere umano non può sopravvivere senza il senso del tatto. Le carezze trasmettono sì malattie contagiose, ma anche sentimenti ed emozioni.

Io la vedo così: il volontariato è una festa delle mani, delle mie, delle tue, delle nostre. In più, nel Centro H di Ancona, con quelle mani si colora, si realizza, si crea. Le mani di chi fa volontariato, e le mani di chi frequenta il Centro H, si scambiano competenze, inventiva e umanità, stabiliscono relazioni, nutrono l'autostima e rinforzano il senso di comunità. C'è tutto un mondo, sai, nelle nostre mani!

Tiziana Luciani



Lo Stoccafisso

Lo Stoccafisso non è altro che il risultato della tradizionale essiccazione del merluzzo norvegese, se lo comprate ancora secco è molto importante idratarlo benissimo. E' un piatto molto apprezzato in Ancona, abbiamo anche l'"Accademia dello stoccafisso" ed è un piatto quasi sempre disponibile nei ristoranti e trattorie locali. Esiste una ricetta ufficiale anconetana ma ogni famiglia applica le sue varianti, anche perchè sono ricette tramandate dai nonni. Questa e' la preparazione che faccio io:

Lo stoccafisso va ben sgocciolato e asciugato e poi tagliato a pezzi di media grandezza. Preparo un battuto con cipolla, aglio, prezzemolo, rosmarino e acciughe dissalate. In una ciotola emulsiono olio, poco sale e pepe, e unisco il battuto aromatico. In una casseruola, possibilmente con la griglia per impedire al pesce di toccare il fondo (mia nonna metteva delle piccole canne di bambù), faccio uno strato di stoccafisso con la pelle verso il basso poi insaporisco con un giro d'olio aromatizzato, verso alcune olive nere, i pomodori tagliati a filetti o interi a seconda della grandezza, un po' di alici intere, qualche rondella di carota, e volendo qualche cappero, quindi aggiusto di sale e di pepe. Per ultimo distribuisco le patate tagliate a spicchi, verso acqua e vino fino a coprire il tutto e se serve aggiungo ancora olio. Faccio cuocere per 20/25 minuti a fiamma un pò vivace, poi abbasso la fiamma al minimo, copro e lascio proseguire la cottura per circa 3 ore; verso fine cottura tolgo il coperchio e faccio ritirare un po' il fondo di cottura. Durante la cottura lo Stoccafisso **non va mai girato o mescolato**. Con i pezzetti più piccoli (il famoso spezzato che viene venduto a un prezzo più basso rispetto al filetto vero e proprio), si può preparare un ottimo sugo per condire tagliatelle, spaghetti o paccheri.

Mauro Ossidi

Vivere a colori

L'associazione Vivere a colori di Camerano, nata nel 2021, si occupa principalmente di persone con disabilità. Organizziamo corsi ballo per persone down, in sedia a rotelle e da ottobre anche per persone cieche, ipovedenti e sorde.

I corsi sono in collaborazione con Chiqito ballerino professionista di ballando con le stelle ed attore, che affiancherà una volta al mese l'insegnante Silvia Cerusico e Simona Ficosecco direttrice artistica della sopra indicata a scuola.

I Corsi si svolgeranno presso la scuola di danza "La Luna Dance Center" in Via Maestri del Lavoro, 2C ad Ancona nei seguenti orari:

Lunedì

dalle 16.00 alle 17.00

corso "Comunque ballare" per persone in sedia a rotelle

dalle 17.00 alle 18.00

corso "Insieme ballando" per persone down

dalle 18.00 alle 19.00

corso "Anche tu puoi" per persone cieche, ipovedenti e sorde.

Venerdì

dalle 17.00 alle 18.00

corso "Insieme ballando" per persone down

dalle 18.00 alle 19.00

corso "Comunque ballare" per persone in sedia a rotelle

Organizziamo anche eventi, feste a tema e tanto altro. Ad Agosto con il comune di Camerano abbiamo anche organizzato "Camerano Cubano", un evento che ha riscosso molto successo.

Ci trovate su tutti i social e siamo a disposizione per qualsiasi informazione al numero di Cellulare 3516465412.

Milena Vitali

Approvato il nuovo piano socio sanitario 2023/2025

L'atto amministrativo, approvato dall'Assemblea legislativa regionale il 9 agosto scorso, fissa linee programmatiche, indirizzi ed obiettivi di settore, riguardanti personale, infrastrutture fisiche e digitali, per il triennio 2023/2025. Il testo del provvedimento è stato integrato da alcuni emendamenti e da un ordine del giorno presentati dai gruppi di maggioranza.

ANCONA - Via libera per il "Piano Socio Sanitario regionale 2023-2025. Salute, sicurezza e innovazione per i cittadini marchigiani". L'atto, illustrato in Aula dal relatore di maggioranza Carlo Ciccioli (Fdi) e da quello di minoranza Maurizio Mangialardi (Pd), è improntato sui principi di integrazione tra sanità e sociale con l'obiettivo del miglioramento dell'assistenza ospedaliera territoriale. Tra le altre linee programmatiche quelle dello sviluppo degli ospedali di alta specializzazione e delle strutture minori diffuse sul territorio, l'abbattimento delle liste d'attesa, la riduzione della mobilità passiva, l'integrazione tra pubblico e privato. Il Piano, accompagnato da un'ampia discussione d'Aula che ha visto intervenire i consiglieri di tutti i gruppi, gli assessori e i Presidenti di Giunta e Consiglio, riserva una particolare attenzione ai capitoli relativi al fabbisogno e al reclutamento di personale, all'assistenza farmaceutica, all'innovazione tecnologica e all'incremento delle infrastrutture digitali a servizio del sistema sociosanitario, anche in funzione dell'obiettivo della riduzione delle liste d'attesa.

In fase di discussione generale le opposizioni (Pd, M5S e Misto) non hanno presentato emendamenti, bocciando tout-court il testo della proposta di atto amministrativo, uscendo dall'Aula e di conseguenza non partecipando al voto sul provvedimento. Da parte dei gruppi di maggioranza sono stati presentati e approvati 7 emendamenti e un ordine del giorno, sottoscritto



da Fratelli d'Italia, Lega, Forza Italia, Udc, Civici Marche e Rinasce Marche, che recepisce i contenuti di altri emendamenti presentati sempre dalla maggioranza e successivamente ritirati.

Il Piano è naturale derivazione della legge di riorganizzazione del Sistema sanitario regionale n.19/22, approvata esattamente un anno fa, e segue il via libera del provvedimento in Commissione Sanità che ha fatto registrare, in circa due mesi, le audizioni di oltre centoventi soggetti del settore e il recepimento di numerose istanze e suggerimenti formulati in audizione o fatti pervenire tramite memorie, scritte.

Ufficio Stampa
Consiglio regionale Marche



Ad Osimo una rete per la disabilità

*7 Associazioni per proporre
progetti ed evitare sovrapposizioni*

Una rete tutta marchigiana per la disabilità con protagoniste diverse realtà del territorio: oltre a Frolla Microbiscottificio, ne faranno parte anche Lega del Filo d'oro, Coordinamento H, Roller House, Orizzonte Autonomia Onlus, Anfass A.P.S Conero e Ass.Gruppo Raul Follerean.

Un lavoro sinergico che ha anche come obiettivo quello di evitare sovrapposizioni e contrapposizioni rafforzando il rapporto con gli enti locali, le istituzioni tecniche, gli enti, le organizzazioni socio-sanitarie. Un gruppo di lavoro che nel tempo si impegna a presentare programmi e progetti nel corso di eventi che avranno come obiettivo la divulgazione del concetto di inclusione, soprattutto nel mondo del lavoro.

Anche in considerazione di una delle prime e più pressanti richieste delle famiglie, ovvero la creazione di una o più esperienze di vita indipendente nel solco della legge sul Dopo di noi (n. 112 del 2016) e di lavoro pro-pedeutico attraverso lo sviluppo delle abilità sociali. "Tutte le organizzazioni presenti hanno espresso ampia disponibilità per una futura possibile rete - affermano i promotori della rete - mettendo in comune le competenze e operando per un fattivo contributo alle politiche per la disabilità nel territorio a sud di Ancona, sia in termini di consulenza per le famiglie che in termini di formazione continua del volontariato. L'obiettivo di tutti è la costituzione di un Forum della disabilità, al fine di condividere iniziative, progetti e attività con tutti gli attori".

Redazione ANSA

Soluzioni di mobilità per disabili e anziani

ROMA. Secondo siti specializzati, grazie all'innovazione tecnologica e all'attenzione alla progettazione accessibile, esistono sul mercato molte soluzioni di mobilità che possono essere ideali per persone con disabilità e anziani. I montascale a poltrona, per esempio, sono dispositivi progettati per aiutare le persone a salire e scendere le scale con facilità. Con una poltrona comoda e sicura, gli utenti possono muoversi liberamente tra i piani della loro casa. I montascale a pedana sono un'opzione ideale per coloro che usano una sedia a rotelle; la pedana si muove su e giù per le scale, permettendo alla persona di rimanere sulla propria sedia a rotelle. Normalmente questi montascale hanno la pedana richiudibile, per ridurre al minimo l'ingombro dopo l'uso. I montascale mobili sono dispositivi portatili che possono essere spostati e utilizzati dove necessario, offrendo una soluzione di mobilità flessibile. Le piattaforme elevatrici possono sollevare una persona da un piano all'altro. Rispetto al montascale a pedana, che si muove in obliquo lungo una scala, la piattaforma elevatrice supera un dislivello in verticale. I sollevatori per persone con disabilità, invece, aiutano a movimentare gli interessati con facilità e sicurezza e a rendere più semplice e sicuro il lavoro dei caregiver.

Esistono, poi, molte modifiche che possono essere fatte in un bagno per renderlo più accessibile, come l'installazione di maniglie di sicurezza, sedili per la doccia e vasche con porta, mentre per camera e salotto l'arredamento può essere progettato o modificato per essere più accessibile e comodo per gli anziani e le persone con disabilità. Qui la gamma di soluzioni va dai letti rotanti motorizzati, alle poltrone relax con uno o più motori e con alzata-seduta assistita ecc.

Anche le cucine possono essere progettate con caratteristiche accessibili, come piani di lavoro e armadietti regolabili in altezza. Di solito queste cucine sono appositamente studiate per

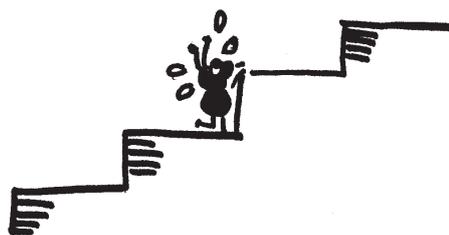
consentire a una persona in sedia a rotelle di usufruire nel miglior modo possibile della cucina.

Gli scooter elettrici offrono un modo per le persone con mobilità limitata di muoversi liberamente, sia in casa che all'esterno. Ne esistono molti modelli, a quattro o a tre ruote, con comode sedute e comandi semplici, e batterie elettriche che consentono di percorrere diversi chilometri nelle vicinanze.

Infine, l'abbattimento delle barriere architettoniche può includere una serie di modifiche alla casa, come l'installazione di rampe, l'abbassamento degli interruttori della luce e l'installazione di porte più larghe.

L'acquisto di ausili per la mobilità e l'abbattimento delle barriere architettoniche può godere di varie agevolazioni, come ad esempio, iva agevolata, incentivi, detrazioni e sgravi fiscali.

da SuperAbile INAIL del 25/09/2023



Il Centro H si unisce al dolore della famiglia Gaggiotti per la perdita della cara Guerrina Fisulli, nostra Amica, socia e membro del Direttivo.

La Segreteria

COME PUOI SOSTENERCI?

***** DIVENTANDO SOCIO O SOSTENITORE*****

Socio e Rivista € 20,00

Conto corrente bancario

INTESA SAN PAOLO

IT 73B0306909606100000011321

Conto corrente postale 11260601

intestato: CENTRO H ODV

°°°DONARE IL 5XMILLE***

codice fiscale 93020510421

***** DEDICANDOTI AL VOLONTARIATO*****

ANCONA . 60125 via Marchetti 1

Telefono e fax 071/54206

www.centroh.com info@centroh.com

www.ANGLATMARCHE.com

Il Centro H desidera ringraziare l'architetto Mario Gerbi per aver creato nel 1988 il formato e la grafica di questa rivista; una rivista che rimarrà per sempre il simbolo della ns Associazione.

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