

esperienze di quotidiana disabilità

Nuove abilità

Pubblicazione a carattere culturale e scientifico

NUOVE PROSPETTIVE

Diritti
no Privilegi



vedi sul retro

online

1^{na}
2009

la disabilità ci vuole più forti

La lesione midollare non è la fine di una vita, ma solo l'inizio di una nuova esperienza. In sostanza, la disabilità fa parte della nostra vita, ne richiede una riorganizzazione, e rappresenta un valore aggiunto per la nostra società perché porta a capire come funziona la vita. Vero è che la disabilità quando ci colpisce ci insegna a vivere, perché ci pone di fronte a problematiche nuove. Problematiche che abbiamo dovuto imparare a riconoscere e superare, ingegnandoci e ponendoci in modo critico di fronte alle difficoltà. Per questo dobbiamo sentirci "nuovamente" abili, questo significa riconquistare le necessarie abilità, le nuove capacità necessarie per vivere una vita il più possibile normale con in più la consapevolezza di essere più forti.



Diego Cerina[®] EDITORE

X Rispettare le **3** regole:

- 1 Leggi..
- 2 Diffondi
- 3 Richiedi

nessun prezzo, nessun valore?

Questa pubblicazione ti chiede soltanto di essere letta con attenzione. Se gli argomenti che contiene non ti interessano, sei pregato di non gettarmi ma di rimettermi dove mi hai trovato così che qualcun altro possa leggermi e se lo ritiene utile portarmi via. In ogni caso rispetta questa regola anche se non vedi **nessun prezzo** di copertina: **non per questo sono da buttare.**

sul nostro sito internet:
puoi scaricare direttamente la versione in pdf della pubblicazione

www.anmicliv.altervista.org



free



nuovamenteabile@gmail.com



Sommario

Lettera ai soci
insieme più forti

Luigi Del Bravo

Pag. 4

novità
2009

NOVITA'
DEL SITO

In apertura:

- Lettera di Luigi Del Bravo (Livorno) pag. 4
- La fibrosi cistica, una realtà localmente sconosciuta pag. 6



LIVORNO

Pag. 8

Esperienze:

- Trasformare le difficoltà in opportunità pag. 8

Recensioni:

- La riabilitazione funzionale pag. 10



FIRENZE

Pag. 12

Cronache:

- Tennis Tavolo Firenze pag. 12



AFRICA

Pag. 14

Reportage:

- Bobo Dioulasso - Africa occidentale pag. 14

Recensione



LIVORNO

Pag. 10

Realtà a confronto..

Comincia a risparmiare con noi

Pag. 5



AUTOMOBILE CLUB D'ITALIA



Per scrivere alla nostra redazione:
nuovamenteabile@gmail.com



L

a pubblicazione è autoprodotta e quindi del tutto indipendente. Non riceve sovvenzioni, non ha sponsor, non fa pubblicità. Riporta solo notizie utili frutto di un lavoro in rete finalizzato a trovare le soluzioni ai problemi che la disabilità comporta, grazie soprattutto dell'esperienza delle persone. Non pubblichiamo slogan come "centri di eccellenza" perché crediamo che l'eccellenza non esista e là dove se ne parla ci si dimentichi della persona. Crediamo piuttosto nell'impegno e nella volontà delle persone.

Ho pensato ad una pubblicazione dove scienza ed esperienza si incontrano. Utile ed utilizzabile da chi è in cerca di informazioni e soluzioni ai problemi reali. Ho pensato ad una pubblicazione per fare rete tra le associazioni di volontariato, gli enti di ricerca, le istituzioni sanitarie e di assistenza. Questo per immaginare il futuro, cercando di costruire un presente migliore fatto di consapevolezza, di impegno, di diritti e di opportunità. Ho immaginato la disabilità non come un problema ma come un'occasione per crescere e far crescere le persone. Ho immaginato un futuro dove le informazioni circolano liberamente e velocemente, un percorso da intraprendere insieme ad altre persone. Finalmente riesco ad immaginare una realtà fatta di partecipazione e consapevolezza, e non di emarginazione e di degrado.

La pubblicazione è a carattere culturale e scientifico, questo perché vuole parlare di società e di ricerca, mettendo in evidenza ciò che accade nella realtà di coloro che sperimentano la disabilità sulla propria pelle e cercano di superarla e coloro che cercano di sconfiggere il problema con soluzioni innovative. Perché il progresso esiste ed è un percorso da percorrere insieme, fatto di conquiste ma anche di piccoli passi quotidiani. Nella pubblicazione non si parlerà di politica, lo si farà piuttosto nel senso etimologico del termine cioè occupandosi della "polis", dei problemi della città che riguardano le persone maggiormente in difficoltà. Non si faranno sterili polemiche, raccogliendo i problemi proveremo a costruire insieme possibili proposte con esempi che suggeriscano spunti e riflessioni. Una pubblicazione sulla disabilità scritta dai disabili (e non solo) non è carta da buttare se riporta notizie utili soprattutto per gli stessi disabili. Questo perché l'informazione che intendiamo dare con questo tipo di pubblicazione rimanga libera e non manipolata da interessi economici o politici, in quanto riporta le esperienze dirette delle persone.

La pubblicazione è disponibile anche online direttamente sul nostro sito internet, sul quale saranno disponibili le novità e le anticipazioni, i commenti e le proposte sul nostro forum. Le poche pagine di questa pubblicazione rappresentano infatti solo la sintesi di un lavoro in rete tra le varie associazioni e realtà coinvolte. La pubblicazione sarà periodica e servirà per mantenere vivo il rapporto con i cittadini e con le istituzioni, ma servirà soprattutto a chi deve attingere le informazioni utili.

Grazie anticipatamente a tutti.

L'editore e direttore
Diego Cerina

Lettera ai soci ANMIC

LUIGI DEL BRAVO, PRESIDENTE SEZ. LIVORNO



5



novità

2009

il nostro sito:

www.anmicliv.altervista.org

NOVITA' DEL SITO



visualizza e scarica questa pubblicazione
direttamente sul tuo computer



AVOICOMUNICARE



Attenzione:

sono in atto indagini da parte dell'INPS per la verifica delle invalidità.

Per qualsiasi avviso o lettera ricevuta in merito rivolgersi alla sede ANMIC di zona per chiarimenti e anche per evitare possibili truffe.

Cara Socia e caro Socio, è con questa lettera che voglio renderTi partecipe della realtà della nostra Associazione.

Il ruolo associativo che da anni ricopro a livello provinciale e il periodo di presidenza regionale mi hanno portato a partecipare a convegni, tavole rotonde, manifestazioni e innumerevoli riunioni in Regione, Provincia e Comune in rappresentanza dell'Associazione ma soprattutto, con mia grande soddisfazione, come portavoce di tutte le migliaia di persone affette da disabilità.

La posizione che occupa l'ANMIC è stata conquistata grazie alle continue proteste e anni di passione politico-associativa ed è grazie a tutto questo che possiamo essere presenti in Parla-

mento come in tutte le altre sedi istituzionali facendo sentire in modo forte e importante la nostra voce in questioni di invalidità civile.

Questa è una prospettiva che mi rende ottimista, ma non posso non rilevare che nel frattempo esiste una quotidianità che i portatori di disabilità non coperti da altre provvidenze debbono affrontare e che ha un nome ben preciso "otto euro al giorno".

E' per questo che nei mesi scorsi ti abbiamo chiesto una "firma" per aderire alla proposta di Legge di iniziativa popolare che proponeva l'adeguamento delle misere pensioni di invalidità civile (246.70 €al mese) alle minime pensioni nazionali (580.00 €al mese).

Il nostro impegno ci ha portato a presentare

RISPARMIO INTELLIGENTE

Rinnovata convenzione ACI con ANMIC

Questi i vantaggi per gli associati nel 2009

alla Presidenza del Consiglio, il 24 Luglio scorso, ben 295.971 firme e così in presenza di tutte le autorità parlamentari e di diverse televisioni di Stato e private è stata accettata la proposta di legge e che diventerà presto legge per la felicità di tutte queste migliaia di persone che potranno avere una maggiore possibilità economica per affrontare ogni giorno le difficoltà che la condizione di vita in cui si trovano le mette a confronto.

Caro Socio e Cara Socia, è solo grazie alla tua adesione se abbiamo raggiunto certi diritti e certi risultati ma come saprai nuove lotte ci aspettano nel nuovo anno.

Purtroppo il Governo propone tagli nel sistema pubblico ma soprattutto nel sociale e già nell'ultima circolare del Ministro Brunetta si possono notare notevoli cambiamenti per quanto riguarda l'applicazione dei benefici della Legge 104 /92, provvedimenti questi che mirano a togliere diritti sia ai lavoratori portatori di disabilità grave sia ai lavoratori che hanno familiari disabili da accudire.

L'ANMIC non è mai mancata ai grandi appuntamenti e alle grandi lotte non si è mai tirata indietro e così faremo anche in futuro, ma affinché questo cammino non si fermi è necessaria la Tua adesione e la Tua partecipazione.

Aiutaci a difenderTi, diventa Tu stesso difensore dei più deboli.

A tutti un cordiale Saluto.

Luigi Del Bravo
Presidente Provinciale
A.N.M.I.C. Livorno



ACI è da sempre in prima linea nell'assistenza degli automobilisti, con servizi esclusivi per i suoi soci e per chi viaggia con loro. La serenità per chi viaggia è importante. Il vantaggio per chi ha rinnovato il tesseramento con l'ANMIC per il 2009 è la possibilità di acquistare la tessera ACI con uno sconto presso uno dei 1.500 punti vendita ACI, esibendo idonea documentazione attestante l'appartenenza alla nostra associazione. In ragione dell'avvenuto rinnovo dell'accordo, ACI riconosce ai soci ANMIC uno sconto pari a 20 euro sulle più diffuse ed apprezzate tessere associative in promozione.

Sconti per i nostri soci



Le due tessere ACI Sistema e ACI Gold

1. Il prezzo annuale per la tessera ACI Sistema sarà di 49 euro anziché 69 euro, pari a 20 euro di sconto.
2. Il prezzo annuale per la tessera ACI Gold sarà di 69 euro anziché 89 euro, pari a 20 euro di sconto.

Per ulteriori informazioni e chiarimenti sui servizi offerti da ognuna delle tessere puoi rivolgerti direttamente alle sedi ANMIC o ad uno dei punti vendita ACI sul territorio nazionale.

informazioni su www.aci.it



Ancora una volta ANMIC ha pensato di aggiungere vantaggi per i suoi associati, pensando alla loro sicurezza e tranquillità, perché gli imprevisti non siano più un problema. La sicurezza è un tuo diritto, per te e per la tua famiglia. Con questo ANMIC porta avanti la propria campagna di informazione sui diritti e sulla loro tutela.



“La sicurezza”
assistenza ovunque voi siate.



ASSOCIAZIONI



www.toscanafc.it



La fibrosi cistica

UNA REALTA' LOCALMENTE SCONOSCIUTA

Spedali Riuniti



La cura delle persone affette da fibrosi cistica è affidata ad un Centro Regionale di Riferimento con sede a Firenze, presso l'Ospedale Meyer, a un Centro di Supporto con sede a Livorno, presso l'Ospedale Civile, ed a un Centro di Supporto con sede a Grosseto, presso l'Ospedale della Misericordia. Ogni anno vengono diagnosticati tra i cinque e i dieci nuovi casi di fibrosi cistica, il 90% dei quali attraverso lo screening neo-natale, un esame eseguito presso il Centro Regionale fin dal 1982 a tutti i bambini che nascono in Toscana.



La Fibrosi Cistica è la malattia genetica più diffusa e meno conosciuta

Lo scorso 11 novembre 2008 è stato firmato l'accordo quadro tra l'ANMIC, Associazione Nazionale Mutilati e Invalidi Civili e la LIFC (Lega Italiana Fibrosi Cistica). E' un accordo strategico, il primo di questo genere sottoscritto dall'ANMIC, che vuole così sostenere la LIFC e i malati che essa rappresenta.

La fibrosi cistica è una gravissima malattia genetica a carattere progressivo, che colpisce soprattutto l'apparato respiratorio e quello digestivo. Mediamente un bambino ogni 2.500 nasce malato e una persona su 25 è portatrice sana, spesso a sua insaputa. Pur essendo la malattia genetica più frequente, essa è ancora poco conosciuta. Attualmente non esistono terapie risolutive. Quando le terapie mediche non sono più efficaci si può fare il trapianto polmonare e/o fegato. L'aspetto assolutamente normale

di un malato di fibrosi cistica non lascia trapelare la gravità della malattia da cui è colpito. Causa il difetto di una proteina da parte delle cellule, l'anomalia comporta la produzione di secrezioni dense e poco scorrevoli che occludono dotti e canali: il **pancreas** si atrofizza, l'**intestino** si occlude, il **fegato** trattiene bile, i **bronchi** si ostruiscono e si infettano con progressive lesioni ai polmoni. Grazie alle cure mediche specifiche questi scompensi possono essere curati e la qualità della vita delle persone colpite può migliorare notevolmente. La terapia si basa sulla fluidificazione e smaltimento delle secrezioni, il controllo delle infezioni polmonari, un'alimentazione adeguata, la somministrazione di enzimi pancreatici, e la prevenzione dell'ostruzione intestinale. Con i progressi ottenuti dalla medicina, l'aspettativa di vita è migliorata considerevolmente. Oggi, la maggior



Scrivi alla nostra redazione riportando come oggetto il titolo dell'articolo



parte delle persone colpite da FC può raggiungere l'età adulta e può condurre una vita soddisfacente, ma si vede comunque confrontata con ulteriori problemi. Seguire un'attività professionale costante non è certo la regola, perché le malattie correlate come **il diabete** o **l'osteoporosi** sono molto frequenti. Per riuscire a convivere con questa malattia, è fondamentale incoraggiare le persone colpite da FC e i loro familiari a cercare di condurre una vita quotidiana normale, nonostante la presenza della malattia, in modo responsabile. E' una malattia che accorcia la vita, guadagnata comunque al prezzo di intense e continue cure quotidiane.

Obiettivo dell'accordo tra ANMIC e LIFC: consentirà di facilitare il riconoscimento dei diritti dei pazienti malati di fibrosi cistica, sia per quanto riguarda l'invalidità civile e l'handicap che per il lavoro. L'ANMIC è presente in tutta Italia, sia a livello regionale, provinciale e

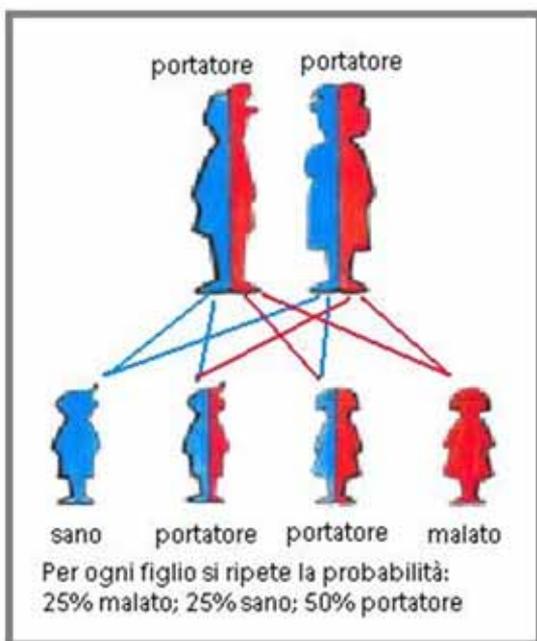
comunale, svolge attività di patronato e quindi può gestire le pratiche che riguardano i malati di fibrosi cistica.

ANMIC è riconosciuta a livello politico e istituzionale, al punto che la legge prevede l'obbligatorietà della presenza di un medico nelle commissioni di primo grado, pena la nullità delle decisioni. L'accordo sottoscritto prevede che ogni associazione FC regionale concordi un punto di riferimento ANMIC attraverso il quale inoltrare domande ed eventuali ricorsi in caso di risposte non soddisfacenti. Un medico ANMIC controllerà preventivamente la documentazione allegata alla domanda, eventualmente consigliando integrazioni, e stilerà a sua volta un certificato che faccia riferimento esplicito ai codici di tabella ministeriali in modo da rendere evidente alla commissione il trattamento previsto per legge. Questo certificato recherà il logo congiunto della lega FC e di ANMIC, rendendolo immediatamente riconoscibile al medico ANMIC in commissione.

Inoltre ANMIC ospiterà articoli sulla Fibrosi Cistica e sulle problematiche inerenti alla patologia sul proprio mensile nazionale *Tempi Nuovi* (inviato ad oltre 180.000 famiglie) oltre a tutti i parlamentari e tutti i Comuni d'Italia. Sono inoltre in programma congressi regionali riservati ai medici ANMIC che affrontino anche i temi della Fibrosi Cistica e delle previsioni di legge riguardo invalidità, handicap, avviamento al lavoro.

Anche i ricorsi avverso le decisioni negative saranno estremamente semplici per i pazienti affetti da fibrosi cistica, alleviando così un aspetto che spesso provoca frustrazione nelle famiglie e nei malati.

Accordo tra ANMIC e LIFC (Lega Italiana Fibrosi Cistica) per il riconoscimento dell'invalidità





Trasformare le difficoltà in opportunità

UN LUNGO PERCORSO DI SOFFERENZE E DI VITTORIE



Un occhio
sui problemi
della città



Progettare
una città a
misura di
tutti...

..nessuno
escluso!



A volte le circostanze della vita deviano la propria strada. Ma lungo la strada ho incontrato grandi opportunità che neanche potevo immaginare. Le persone che ho incontrato (infermieri, medici, persone invalidate), grandi amici. L'anno che è trascorso ne vale almeno dieci in termini di esperienze di vita.

Il 2007 è stato per me un anno decisamente difficile (dolori, infermità motoria). Potete immaginare gli sforzi fatti per recuperare un minimo di mobilità. Inizialmente i risultati erano difficili da vedere, perlomeno io non me ne rendevo tanto conto. Quel che mi interessava era comunque arrivare ad un obiettivo, non importava quanto tempo ci sarebbe voluto, l'importante era che fosse possibile. Non nego di aver avuto momenti di sconforto, quelli non mancano mai quando le prove sono difficili. E questa lo era più di tutte. Il mio obiettivo è sempre stato quello di tornare a camminare, obiettivo ambizioso se si considera che i medici all'inizio erano scettici. Certo, si trattava di possibilità, ma queste erano esigue. Quando sai che tutto dipende dalle tue capacità anche queste rappresentano una grande incognita. Inoltre l'essere umano rimane ancora un grande mistero e le capacità di recupero sono comunque sempre un mistero.

Il trauma che ho subito alla colonna vertebrale mi aveva reso pressoché completamente paralizzato. Ho dovuto recuperare prima l'uso degli arti superiori, le braccia appunto. I primi mesi dopo il coma li ho quindi passati allettato. Chi mi vede adesso quasi non crede a quello che ho passato. Un mese e mezzo in rianimazione, sei mesi presso l'unità spinale di Firenze e poi i mesi successivi in altri centri per la riabilitazione, in tutto un anno di ricovero in ospedale. Sono quindi tornato a casa nella mia città, Livorno. Qui da diversi mesi (praticamente dall'inizio del 2008) sto continuando la mia riabilitazione. Tutti i giorni vado all'ospedale per gli esercizi che poi ripeto pazientemente a casa. Sono in una fase di grande recupero, tuttavia le cose hanno bisogno di tempo e pazienza, quella pazienza che ho imparato a coltivare in questi mesi.

In questi ultimi mesi ho potuto dedicarmi nuovamente ai miei interessi e al mio lavoro. Sono sicuramente queste cose, insieme ai miei affetti, che mi hanno permesso di riprendere a vivere. Rientrato a Livorno, le mie condizioni mi hanno messo di fronte alle difficoltà che un disabile incontra nel vivere la propria città. Nella zona dove abito mi aspettavo di trovare meno problemi, ma di problemi purtroppo ne ho trovati tanti, anche riguardanti la sicurezza. Innanzitutto le cosiddette barriere architettoniche. Nella viabilità urbana si tengono presenti più le esigenze degli automobilisti che dei pedoni. La foto che riporto in questa pagina è un esempio di come al disabile forse non si pensi (quello che si muove sulla sedia a rotelle). Nella foto si vede che dove il marciapiede si restringe, per far posto ai parcheggi, sono presenti non uno ma diversi pali. Più che un caso isolato, direi la mancanza già in fase di progetto della semplice





note d'autore

sensibilità verso alcuni problemi apparentemente banali: qui, infatti, il disabile deve tornare indietro, scendere in strada e percorrere il tratto sulla carreggiata rischiando di essere travolto da qualche mezzo in transito.

Ma, a parte questi tipi di problemi di logica soluzione, quello che trovo illogico è la mancanza di sensibilità da parte della maggior parte delle persone: macchine parcheggiate davanti agli accessi pedonali per disabili, nei parcheggi per disabili e così via. Una mancanza di cultura o qualcos'altro? Inutile giudicare, basta prendere atto che la realtà purtroppo rende la vita di alcuni più difficile. Diciamoci la verità, viviamo in un mondo pigro, dove ognuno cerca la propria comodità. E a volte si preferisce parcheggiare la macchina male piuttosto che fare due passi a piedi, quando questo per un disabile è un sogno. E poi si vedono le persone che si affannano a correre sul mare per la loro forma fisica e magari si risparmiano a fare due passi per non mettere la macchina troppo lontano.

Come vedete i problemi ci sono, ma forse voi lo sapete più di me perché in fondo penso esistano problemi ben peggiori. Sarebbe interessante che ognuno, armato della propria macchina fotografica, scattasse foto nella propria zona per evidenziarne i problemi e mandasse le stesse direttamente alla nostra redazione all'indirizzo nuovamenteabile@gmail.com). Recentemente sono infatti venuto casualmente a conoscenza che esiste un progetto, approvato dalla Pubblica Amministrazione, per l'abbattimento delle barriere architettoniche. Si parla del 10% della spesa pubblica per il miglioramento della viabilità urbana, a favore di quegli interventi che servano a migliorare l'accessibilità di determinate aree. A mio parere il problema delle barriere architettoniche riguarda soprattutto la sicurezza, considerando che certe situazioni rendono la percorribilità delle fasce pedonali inutilizzabile. E' forse doveroso intervenire per adempiere ad un minimo di buon senso, sensibilizzando anche l'opinione pubblica

Ho un sogno, e ai sogni è bene non tarpare le ali perché rappresentano quelle cose che ci aiutano a vivere. Di fronte alle difficoltà della vita bisogna saper usare quegli aspetti che ci possono rendere più forti. La vita e la vittoria ci impongono prove difficili, grandi difficoltà. Arriva il momento della sconfitta, ma nel momento in cui sei arreso di fronte agli eventi, ecco il momento di cominciare a ricostruire la propria esistenza. E' proprio nei momenti più difficili che emergono i propri talenti particolari. Per questo ho pensato che in fondo le difficoltà possono essere grandi opportunità e segnare positivamente la nostra vita dando a questa una svolta importante.



al rispetto di quelle regole che permettano una convivenza più felice. Madri con i figli in carrozina, persone anziane con difficoltà di deambulazione, persone in difficoltà. La città dovrebbe essere un ambiente più a misura d'uomo. Ma spesso l'inciviltà delle persone vanifica gli sforzi di rendere una città semplicemente più vivibile, per tutti. Certe situazioni mettono purtroppo a repentaglio l'incolumità di alcuni, in quanto la continuità del percorso pedonabile è non di meno vanificata da situazioni irrazionali spesso dovute ad una errata progettazione della viabilità e al comportamento delle persone.

*Nella foto:
io alla terrazza
Mascagni di Livorno
finalmente in piedi*



La riabilitazione funzionale

I CENTRI DI RIFERIMENTO SUL TERRITORIO

La locale azienda USL 6 di Livorno propone un centro per la riabilitazione motorio funzionale presso lo stesso presidio ospedaliero.

Il Servizio di Riabilitazione Funzionale di cui è responsabile un Fisiatra dal punto di vista sanitario, è formato da medici fisiatra e fisioterapi-

bisogno di essere attiva e inserita nella vita sociale rappresentano rispettivamente il valore e l'obiettivo attorno al quale è importante lavorare per ottenere i migliori risultati. Tutto questo fa parte di un percorso personale da costruire intorno al paziente. Nella fase finale della riabilitazione è necessario lavorare su

Riabilitazione funzionale: per il raggiungimento di una migliore qualità della vita



sti. La riabilitazione è un processo finalizzato al recupero totale o parziale di funzioni compromesse in seguito ad un evento che ha determinato una disabilità transitoria o permanente. Essa ha come obiettivo il raggiungimento, nei limiti imposti dalla patologia, del migliore livello di vita possibile sul piano funzionale fisico e mentale. Vengono erogate prestazioni di riabilitazione neuromotoria, ortopedica, traumatologica, respiratoria e di linfodrenaggio per adulti (sovrapponibili alle prestazioni erogate nel Presidio ospedaliero ai pazienti degenti). Viene erogato un servizio di valutazione riabilitativa a domicilio per particolari casi in regime di cure domiciliari. La centralità della persona e il suo

quelle abilità necessarie per ritrovare l'autonomia e l'indipendenza. Essere autonomi ed indipendenti significa riappropriarsi di atti minimi nella gestione della propria persona, atti semplici conformi alle capacità, abilità, desideri, necessità ed interessi individuali, gestendo con discrezione e rispetto la rete di legami sociali ed utilizzando con competenza e flessibilità i supporti tecnologici a disposizione. Sono piccole azioni quotidiane che determinano, però, la qualità della vita, rafforzano l'autostima, vissute come momenti di autoaffermazione della propria libertà e indipendenza. In definitiva si tratta di imparare a prendersi cura della propria persona e al fine del reinserimento sociale e



L'Aifi, Associazione italiana fisioterapisti, e il Tribunale per i diritti del malato-Cittadinanzattiva insieme portano avanti una campagna per combattere l'abusivismo in fisioterapia, una piaga purtroppo a danno della nostra salute. L'8 settembre di ogni anno ricorre la Giornata mondiale della fisioterapia, un appuntamento che vede i professionisti impegnati per difendere la salute dei cittadini e lottare contro l'abusivismo. Per informazioni dettagliate l'invito è di rivolgersi sempre ai centri specializzati sul territorio e a diffidare di chi mostra improvvisazione.

La Riabilitazione a Livorno

lavorativo. E' importante che le figure parentali capiscano quale tipo di lavoro viene svolto sulla persona, al fine di contribuire al recupero del paziente.

In riabilitazione nulla è casuale: è indispensabile operare mediante programmi riabilitativi globali ed integrati, nell'ambito di un coerente progetto riabilitativo individuale, finalizzati ad aumentare i livelli di indipendenza, ridurre al minimo la necessità di ricovero ospedaliero ed aumentare le potenzialità per una migliore qualità della vita. Il progetto riabilitativo individuale è un insieme di proposizioni elaborate dall'equipe riabilitativa, coordinate dal medico fisiatra responsabile. E' un piano generale descrittivo, che indirizza verso risultati e aspettative della persona. Le caratteristiche del progetto riabilitativo individuale devono tener conto in maniera globale dei bisogni, delle preferenze della persona (anche dei suoi famigliari, quando necessario), delle sue menomazioni, disabilità e soprattutto delle abilità residue recuperabili, oltre che dei limiti imposti dalle situazioni ambientali e dalle risorse disponibili.

E' importante che alla riabilitazione fatta presso il presidio ospedaliero segua l'applicazione di quanto appreso a casa dove il paziente può verificarne i benefici nella vita quotidiana. Se così non fosse, ciò che viene appreso in fase di riabilitazione sarebbe vano. Non bisogna dimenticare di quantificare il numero degli atti motori o il tempo dell'esecuzione degli esercizi, perché questo ci porterà a dare un valore numerico e non approssimativo al carico di lavoro che si intende dare ad ogni seduta, oltre a darci un segnale dell'avvenuto miglioramento della resistenza alla fatica e quindi sapere se nella seduta successiva si potrà aumentare il carico di lavoro.

In definitiva, il significato della riabilitazione è quello di riconquistare quel senso di unità perduto o compromesso tra mente e corpo.

Un assetto posturale scorretto è poi causa di molti problemi. Nella fase di riabilitazione si tratta di acquisire un assetto posturale corretto al fine di raggiungere il migliore risultato possibile, tenendo presente l'obiettivo e le aspettative.



UN MOMENTO DELLA RIABILITAZIONE

Ciò di acquisito in fase riabilitativa deve essere applicato con costanza nella vita quotidiana per non vanificare quel che è stato appreso

Tennis Tavolo

UN TORNEO PER FAR CAPIRE COS'È LA DISABILITÀ

Il Torneo organizzato dal gruppo sportivo dell'unità spinale di Firenze è nato con lo spirito di creare un evento di un paio d'ore di gioioso, ludico e puro divertimento sportivo.

La storia del tennis tavolo (altrimenti detto ping-pong) è antica almeno quanto le sue origini. Lo sport rappresenta un momento di integrazione sociale molto forte, di confronto e – ahimè – a volte anche motivo di scontro. Per un disabile lo sport è ancora più importante, se pensiamo che il movimento è vita e la vita quotidiana di un disabile si svolge come quella di qualsiasi altra persona. Del resto, il tennis tavolo rappresenta di per sé stesso una metafora, come in generale qualsiasi tipo di sport. Tra i disabili vanno molto gli sport individuali, che mettono in evidenza le qualità della persona. In ogni sport c'è sicuramente l'aspetto competitivo (a volte anche troppo sottolineato nella società odierna), ma di fondo c'è sempre un aspetto molto più importante e significativo.

In realtà lo sport può essere utile per rapportarsi con le persone. Per un disabile è ancora più importante, perché in questo caso la persona deve imparare a rapportarsi nuovamente col mondo e, in generale, con una realtà che lo circonda e che spesso neanche si sofferma su determinate problematiche. Solo che a volte la vita è imprevedibile e accade di trovarsi a sedere su una sedia a rotelle, magari per tutta la vita. Che la vita è dura lo sappiamo benissimo tutti, ma per il disabile lo è ancora di più, costretto a rapportarsi in una cultura che proprio non vuole vedere i problemi ed anzi li crea a spese magari di chi è già in difficoltà.

Tornando al tennis tavolo: questo fa parte di un percorso previsto già durante la degenza dei pazienti presso l'Unità Spinale di Firenze, ed è importante per l'acquisizione di quelle abilità specifiche non solo per giocare ma anche per gestire le abilità tecniche e gli apprendimenti motori necessari per essere nuova-

**Unità Spinale
di Firenze**
mercoledì 11 giugno
2008
Tema:
"abili e disabili a
confronto"





mente autonomi e padroni della propria vita. Ma è importante che anche chi sta in piedi conosca cosa è la disabilità. Per questo, in un torneo di tennis tavolo come il nostro è stata prevista la partecipazione non solo delle stesse persone disabili ma anche di familiari, amici, personale sanitario. In questo caso, secondo il regolamento, ogni persona al tavolo da ping-pong doveva giocare seduta su una carrozzina. Molte persone, quindi, si sono rese conto di cosa significa realmente stare su una sedia a rotelle, non è facile, qualcuno non esperto ha anche rischiato di capovolgersi (senza far nomi). Stare in carrozzina presuppone un'abilità particolare che ognuno deve conquistarsi e che quindi richiede il suo tempo e la sua pazienza. Per questo, tutte le persone che hanno partecipato al torneo dicono di aver vissuto un'esperienza intensamente vera. Dico che a questo torneo ha stravinto l'amicizia, oltre ai risultati di chi ha sicuramente dato del filo da torcere ai propri avversari. L'importante è sempre tornare a casa con un'esperienza di questo genere da poter raccontare.



O.k. ↑ **3°** classificato

Bobo Dioulasso Africa occidentale

Un'associazione per un sorriso



Giuseppina Roncaglia - infermiera volontaria

MONDO:

Africa

POCHE PAROLE



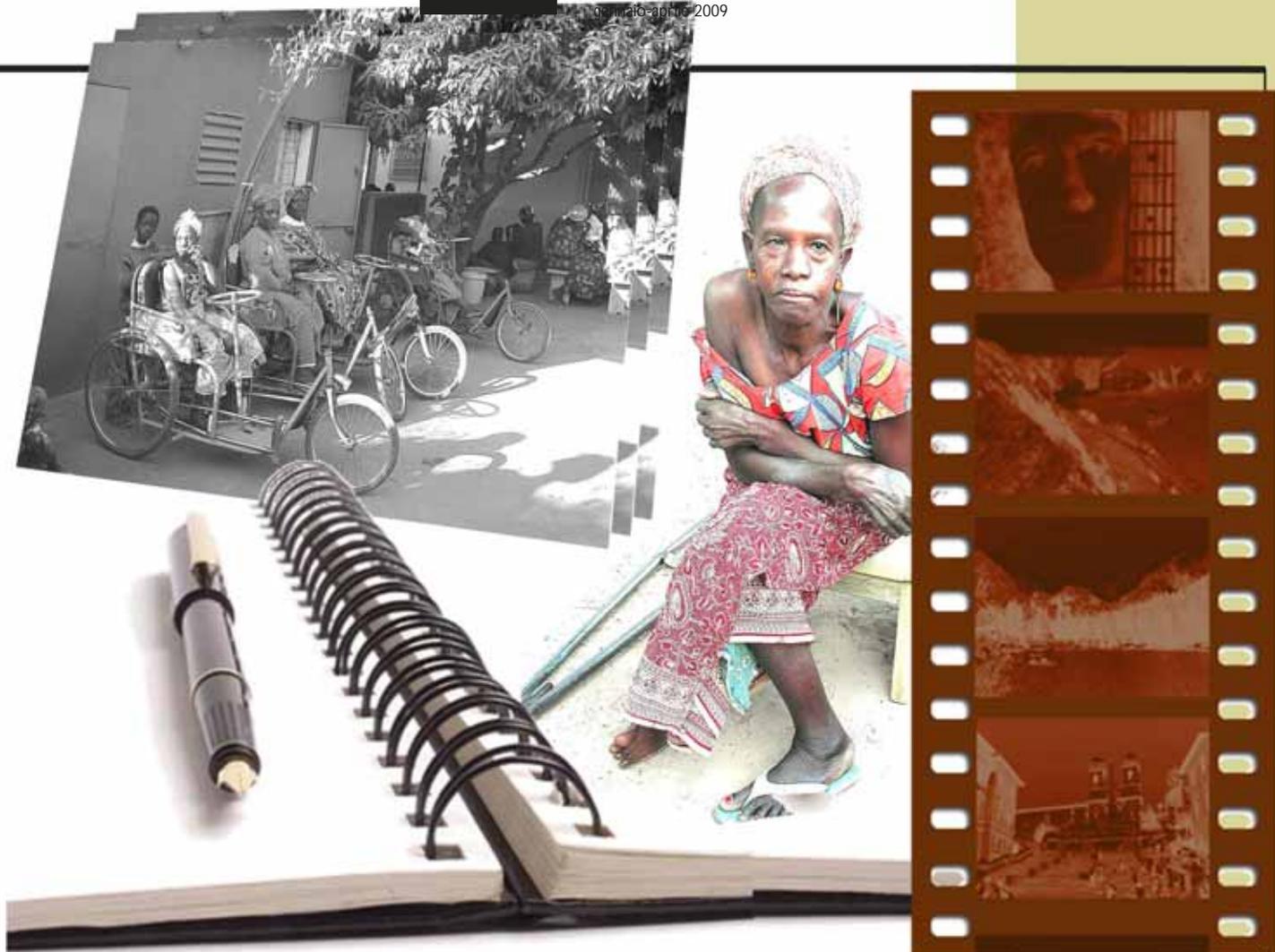
Sono Storie che toccano il cuore. E questa è la storia che la mia amica Giuseppina mi ha raccontato nella sua ultima lettera dall'Africa dove svolge attività di assistenza come infermiera volontaria. Purtroppo qui la disabilità è vissuta in maniera alquanto diversa, causa sicuramente le estreme condizioni di povertà di questo continente.

Lo sapete quale è la prima e più comune causa di amputazione degli arti nei giovani africani? Ai bambini spesso vengono amputati gli arti inferiori perché una gambina semplicemente rimasta nei razzi della bicicletta si infetta e alla fine

va amputate. Purtroppo le condizioni igieniche e le grandi distanze da percorrere per giungere ad un ospedale da campo attrezzato causano certe situazioni e impongono scelte drammatiche. Sono cose quasi difficili da credere, ma la realtà purtroppo è molto peggio di quanto ci possiamo immaginare.

Eppure la dignità di queste persone e la volontà di andare avanti sono qualità esemplari che ci devono far riflettere. La vita continua, e non è solo un detto così per dire. Spesso le madri disabili devono accudire anche i figli da sole, perché i mariti le abbandonano. Così è la donna la prima a dover sostenere la propria famiglia, anche se è in qualche misura limitata dall'handicap. Come poi potete vedere dalle foto, i mezzi di locomozione per disabili sono alquanto diversi dalle nostre sedie a rotelle. I lunghi tragitti e le strade sconnesse e non asfaltate impongono di utilizzare mezzi simili a biciclette a tre ruote. In ogni caso, qui l'arte di arrangiarsi è di casa un po' per tutti.





La storia continua su..
www.tantemaniper.org

ASSOCIAZIONE TANTE MANI PER.. UNO SVILUPPO SOLIDALE ONLUS

NOVITA' DEL SITO



IsforDD

LIVORNO



ECDL European Computer Driving License



nasce la rete tra le associazioni e una pubblicazione online tutta nuova

informati e aggiornati su:

www.anmicliv.altervista.org

dove è possibile leggere e scaricare la pubblicazione

www.isfordd.livorno.it

e.giacomelli@isfordd.livorno.it

1
2009



Is.For.d.d. - ANMIC Livorno è l'istituto formativo emanazione dell'Associazione di promozione sociale ANMIC per la Sede provinciale di Livorno. Persegue finalità di maturazione culturale, orientamento e formazione professionale, qualificazione di giovani e di adulti, disabili e non, occupati e disoccupati. **Due sono le sedi** attualmente funzionanti, quella di Livorno e una a Piombino, di prossima apertura è quella di Pisa, mentre 50 sono i docenti esperti altamente qualificati su cui possiamo contare per la nostra attività di formazione e consulenza.

I corsi e gli orientamenti sono rivolti agli ambiti lavorativi di maggior interesse, pronti a valorizzare le capacità dei singoli e aperti alle nuove prospettive di lavoro e alle nuove professionalità, oltre a presentare nuove possibilità nell'ambito del sociale al fine di formare competenze e mentalità più utili in questo settore.

Rivolti a tutti sono i **corsi per la patente europea del computer (ECDL)**, oltre a corsi di alfabetizzazione informatica di base e navigazione web. Per quanto riguarda la lingua inglese invece vi sono due livelli di formazione, base e avanzato. Vi sono poi progetti attivi per l'inserimento delle categorie protette in determinati ambiti lavorativi (progetto Documentalia e progetto Diversamente Abili al Lavoro). In ogni caso la progettazione dei corsi è mirata all'orientamento verso le nuove tecnologie e soprattutto in considerazione di una determinata realtà lavorativa presente nella realtà territoriale, al fine di incontrare con la domanda l'offerta di lavoro. In questo senso sono attive specifiche convenzioni con associazioni delle piccole e medie imprese, al fine di formare e mettere a disposizione personale adeguatamente qualificato.

IS.FOR.D.D. - ANMIC LIVORNO

ISTITUTO FORMATIVO PER DISABILI E DISADATTATI SOCIALI EMANAZIONE DI ANMIC
AGENZIA FORMATIVA ACCREDITATA DALLA REGIONE TOSCANA N. 001067 DEL 2001
Certificata Qualità ISO 9001/UNI EN ISO 9001:2000
AGENZIA FORMATIVA ACCREDITATA FORMATEMP CERTIFICATO N° 0064.0236
Test Center AICA per conseguimento della patente europea del computer ECDL

DOCUMENTALIA è la cooperativa sociale attiva nell'ambito dei servizi di document management, gestione archivi, servizi di back office organizzativo realizzata con i finanziamenti di Esprit organismo intermediario per la gestione della sovvenzione globale "Piccoli Sussidi" sulla misura B1 del Programma Operativo FSE-OB 3 2002/2006

La nostra pubblicazione

www.anmicliv.altervista.org

3x contattarci:

1 **Proprietà e Direzione: Diego CERINA**

Via Lepanto 44 - 57127 Livorno

2 **Ente Gestore: ANMIC sezione di Livorno**

Scali del pesce 41 - 57100 Livorno
tel. 0586 897006 - fax 0586 895154

3 **Stampa e spedizione: Editore Tipografia Bertelli snc**
vizzuo di porto 19 - 50018 Scandicci (FI)

Per info e contatti scrivi a: nuovamenteabile@gmail.com

NON FACCIAMO PUBBLICITA' - PUBBLICAZIONE GRATUITA

tesseramento 2009
ANMIC Livorno

unisciti a noi per difendere i tuoi diritti!!

Diritti no Privilegi

Una sola tessera, tanti vantaggi...

Per iscrizioni e informazioni:

ANMIC sezione di Livorno

Scali del pesce 41 - 57100 Livorno

Tel. (+39) 0586 897006

Fax: (+39) 0586 895154

anmicli@virgilio.it

www.anmicliv.altervista.org