

notiziario

la rivista trimestrale di *inclusione handicap ticino*



segni della scoliosi / *PA*
Ino strumento per accog
accomagnare / Tra vita
da corista / Viaggio espl
zzera Centrale / Monoski
Dualski? / I 50 anni Spor

04 2018



inclusione
handicap ticino

NUOVA STAGIONE 2018/2019

rtf
radiofiumeticino

sommario

4 STORIE

I segni della scoliosi

7 ATTUALITÀ

PAI - Uno strumento per accogliere e accompagnare

10 EVENTI & ASSOCIAZIONI

Una vita da corista

12 SPORT & TEMPO LIBERO

Viaggio esplorativo nella Svizzera Centrale con RailAway FFS

Monoski o Dualski?

I 50 anni dello Sport Insieme Mendrisiotto

18 GIOCHI & QUIZ

EDITORIALE

care lettrici, cari lettori,

Il 25 novembre scorso è stata una giornata particolarmente intensa. In mattinata si è preso posizione a livello nazionale su due tematiche molto importanti: da una parte sull'autodeterminazione del popolo svizzero, dall'altra sulla sorveglianza degli assicurati; nel pomeriggio è invece stato possibile assistere al dibattito sulla qualità di vita delle persone con disabilità in occasione dell'evento *Disabili siamo tutti: una vita senza barriere*.

Per quanto riguarda la votazione nazionale, se per il primo argomento, l'autodeterminazione, siamo molto soddisfatti del risultato scaturito dalle urne, non possiamo certo dire lo stesso per il secondo, quello riguardante la sorveglianza degli assicurati. Siamo alquanto preoccupati su cosa si concretizzerà veramente a breve. In Ticino i consensi per i detective assicurativi si sono attestati ben al 70,1%, una cifra impressionante. Infatti, per quanto i diritti umani si confermino ancora un pilastro centrale della nostra cultura (il 53,9% dei ticinesi ha respinto l'iniziativa UDC), accettare la possibilità di essere seguiti e spiati non favorisce certo il rispetto dei diritti umani fondamentali. E questo non ha nulla a che vedere con l'individuazione di presunti impostori, «un discorso trito e ritrito che ancora oggi fa presa» come ha ben spiegato la consigliera nazionale Lisa Mazzone. Come associazione dovremo quindi continuare la lotta in favore dei più deboli e degli indifesi cercando di potenziare i nostri servizi giuridici, un'offerta disponibile per tutte le persone con disabilità residenti in Ticino.

Nel pomeriggio invece, all'evento *Disabili siamo tutti* una serie di voci si sono espresse sull'autodeterminazione delle persone con handicap: oggi a che punto siamo? Purtroppo dalle testimonianze è emerso che la società non ha ancora abbattuto tutte le barriere e che le persone con disabilità stanno ancora vivendo diversi disagi. Attualmente, ad esempio, è ancora difficile trovare un alloggio accessibile, vedersi riconoscere il diritto allo studio (inteso come scuola inclusiva) e muoversi liberamente con spontaneità. Tutti temi sui quali anche noi come associazione stiamo lavorando per dare risposte adeguate ai nostri soci e sostenitori con disabilità.

Buone Feste,



Sara Martinetti
responsabile comunicazione

*Buon Natale
e Felice Anno Nuovo*

dal Comitato, dalla Direzione e dai Collaboratori

I segni della scoliosi

di Ilenia Caglia

Fino a pochi anni fa la mia vita era assolutamente normale, come quella di una qualsiasi giovane ragazza. Poi, un'estate, un dubbio davanti allo specchio: cos'ho sulla schiena? Un gonfiore? È strano. Va approfondito, ma non sarà nulla di grave. Purtroppo invece non è stato così.

Tutto è cambiato qualche anno fa: il 16 gennaio 2014 ho dovuto fare il mio primo intervento alla schiena in una clinica di Ginevra perché mi diagnosticarono una scoliosi molto grave.

L'accettazione non è stata immediata. Io e la mia famiglia abbiamo preferito contattare diversi medici prima di decidere di procedere con l'intervento perché speravamo in una soluzione migliore e, soprattutto, meno drastica per poter guarire. Dopo varie consultazioni mediche abbiamo però capito che non si poteva fare altrimenti: ormai era urgente operarmi, altrimenti avrei potuto avere dei problemi di salute molto gravi e, forse, addirittura mortali.

Oggi ho 18 anni, sono appena diventata maggiorenne, quindi pochi anni fa ero ancora poco più di una bambina. Mi ricordo benissimo che dicevo sempre *cosa vuoi che sia mamma, non è la fine del mondo*. Ovviamente in quel momento non mi rendevo conto di quanto fosse delicata la mia situazione... Ero tranquilla e non capivo

tutta l'agitazione «inutile» dei miei familiari!

Una volta firmato l'accordo per l'operazione è iniziata la fase di preparazione: per un mese, una volta a settimana, ho dovuto fare delle punture sulla pancia che favorissero una maggiore produzione di sangue affinché potessi procedere con il prelievo di due sacche di sangue di riserva in vista dell'intervento. Finito il trattamento siamo partiti per Ginevra. Prima dell'operazione ci hanno fatto soggiornare per qualche giorno in una casa riservata appositamente per chi deve subire un intervento. Una volta lasciata l'abitazione ci siamo diretti verso l'ospedale dove i medici ci hanno spiegato in dettaglio l'operazione stessa e le eventuali conseguenze di un intervento riuscito male.

Poi è giunto il momento della scelta. Il medico ci ha presentato due opzioni: un'operazione di sei ore con perdita di molto sangue e la conseguente necessità di trasfusioni, oppure un intervento più lungo, di 12 ore, che permettesse di eseguire i passaggi con maggiore tranquillità e con minor perdita

PERCHÉ VUOI COPRIRLA ILENIA? È LA TUA VITTORIA PIÙ GRANDE

ILENIA CAGLIA

ETÀ: 18 anni

SEGNO ZODIACALE: BILANCIA

PROFESSIONE: sto affrontando il 3° anno di impiegata di commercio presso *inclusione handicap*. Ho sempre voluto fare questo lavoro e mi trovo pienamente a mio agio.

Sono contenta di aver trovato una professione che mi soddisfa e, ancora di più, un team di colleghi affiatati e simpatici.

TEMPO LIBERO: mi piace tantissimo ascoltare musica, uscire con gli amici, e passare diverso tempo con il mio ragazzo, ma ogni tanto desidero anche stare da sola per dedicare del tempo a me stessa.

HOBBY PREFERITO: giocare a pallavolo, sport che anche insegno.

ATTIVITÀ: partecipo volentieri alle feste e mi piace tanto ballare.

LUOGO PREFERITO: quando ho bisogno di rilassarmi il mio posto preferito è la mia camera, lì posso svagarmi e pensare a tutto quello che voglio senza interruzioni.

Se invece devo proprio stare con qualcuno, allora sto con il mio ragazzo che mi fa divertire e mi fa dimenticare tutti i pensieri negativi.



di sangue. Soltanto che la seconda opzione prevedeva anche eventuali conseguenze più gravi quali: non poter più camminare, la paralisi completa, oppure, addirittura, non svegliarmi del tutto.

Questa decisione ho voluto prenderla io: ho scelto l'opzione B, ovvero l'operazione di 12 ore.

Perché? Questa è una domanda che mi è stata rivolta spesso. Visto dall'esterno, effettivamente, può sembrare una decisione del tutto sbagliata ed affrettata. Troppi rischi, troppe incertezze. Ma ancora oggi rifarei la stessa scelta. Non c'è un motivo specifico, non riesco a spiegarmelo, ma è una decisione che mi è venuta spontanea.

Il giorno dell'operazione, alle sette di mattina, mi hanno spostata con il lettino in sala operatoria per poter procedere con l'intervento. Non ho tantissimi ricordi in proposito, so solo che facevo la dura e non volevo piangere per non far stare male tutta la mia famiglia. In realtà ero terrorizzata e mi logoravo dentro senza accorgermene.

Per tutta la durata dell'operazione, 12 ore, la mia famiglia è stata davanti alla porta della sala operatoria in attesa di potermi rivedere sperando che fosse andato tutto bene.

Terminata l'operazione, quando mi sono svegliata, mi sono ritrovata nella stanza post-intervento dove ho rivisto con gioia tutta la mia famiglia. Sono rimasta lì per un giorno intero, sotto controllo.

Il giorno dopo mi hanno riportata nella mia camera d'ospedale per permettermi di riposare e poter verificare con calma la mia reazione all'intervento.

Non appena ho aperto gli occhi c'è stata una cosa che ho voluto fare immediatamente: muovere i piedi! Dovevo verificare io stessa che tutto andasse bene. Visti i rischi dell'operazione, vedere dissipato questo timore, mi ha tranquillizzata. Ovviamente poi, presa dall'entusiasmo, ho cercato di alzarmi dal lettino. Non ci sono riuscita a causa delle placche di titanio introdotte nel corpo lungo tutta la colonna vertebrale. Le placche fanno d'ora in avanti parte di me: servono per tenere dritta la colonna vertebrale e evitare altri danni.

Provavo tantissimo dolore, i giorni post-operazione sono stati tremendi. Mi hanno imbottita di morfina per alleviare il male che provavo, ma, allo stesso tempo, la morfina mi faceva continuamente dormire e provare una sensazione di debolezza estrema.

Inoltre aveva, come ogni medicamento, degli effetti collaterali: per me era il vomito.

Mi ricordo che non ne potevo più di continuare a vomitare e che, ad un certo punto, ho preferito sopportare il dolore piuttosto che continuare a rimettere. Ho deciso di dire basta ai medici, mi sono rifiutata di continuare con quel trattamento antidolore e ho drasticamente deciso di non iniziarne neanche un altro. Preferivo la sofferenza agli effetti collaterali che mi intontivano. Ammetto che il dolore non era indifferente: tante volte ho guardato mia madre dicendole che volevo mollare e non andare avanti.

Però è stata una mia scelta, ne ho affrontato le conseguenze e l'ho portata alla fine.

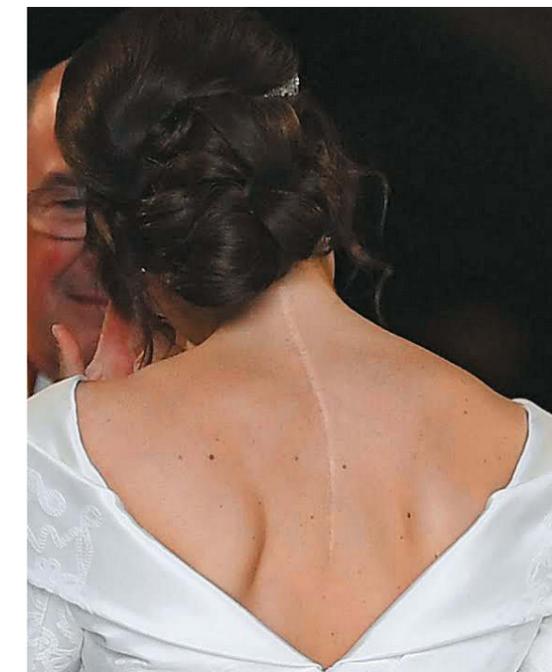
Durante il periodo della convalescenza mi sono venuti a trovare diversi parenti e ho ricevuto diversi regalini. Passati due/tre giorni tutto il team dell'ospedale è venuto a darmi la bella notizia: *Ilenia, è arrivato il momento di alzarti dal letto e camminare!*

Eugenie di York



Figlia del principe Andrea e di Sarah Ferguson, la principessa Eugenie di York è stata operata di scoliosi all'età di 12 anni. Sul suo corpo porta i segni dell'intervento. Una cicatrice messa in mostra con coraggio ed orgoglio durante il suo matrimonio con Jack Brooksbank, celebrato a Londra nell'abbazia di Westminster il 12 ottobre 2018.

La lotta contro la patologia non l'ha mai dimenticata e oggi è in prima linea al fianco degli altri pazienti per creare consapevolezza sulla malattia.



Dopo tutta quella fatica e quel dolore non potevo crederci che finalmente fosse giunto il momento: ho fatto una fatica incredibile ma con il loro aiuto ci sono riuscita, ero finalmente di nuovo in piedi!

Sembravo una bambina che fa i passi per la prima volta. Sono andata verso mia madre piangendo. La mia più grande paura, quella di non riuscire più a camminare, era stata sconfitta. Da quel momento in poi ho iniziato a fare le scale, ad andare in giro, insomma, a fare tutto quello che una persona fa quotidianamente.

Prima del rientro a casa i medici mi hanno medicata e messo i punti sulla schiena per tenerla stabile e limitare la fatica nel muovermi. Dopo i controlli di routine sono finalmente uscita dall'ospedale con una raccomandazione: stare attenta nei movimenti, riposarmi bene e prendere i medicinali regolarmente.

A casa c'era una sorpresa ad attendermi: familiari e vicini mi hanno dato il benvenuto e insieme abbiamo passato una cena in allegria.

Ora era tutto in discesa. Durante il primo controllo dal medico curante mi sono stati tolti i punti che avevo alla schiena e sono stata medicata nuovamente.

Chiaramente, a causa del mio problema ho saltato parecchi giorni di scuola perché la mia disavventura non è

stata una cosa da niente e avevo necessità di riposarmi e riprendermi.

Le placche che ho nella schiena sono d'ora in avanti parte integrante della mia persona: non le toglierò mai. Dovrò anche per sempre convivere con una cicatrice verticale che dal collo corre lungo tutta la colonna vertebrale. Posso assicurare che si nota.

All'inizio avevo pensato di coprire la cicatrice con un tatuaggio o con qualcos'altro ma poi mi sono fermata e ci ho riflettuto: *perché vuoi coprirla Ilenia? È la tua vittoria più grande.* Ho deciso di tenerla.

Oggi, che il peggio è ormai alle spalle, non devo più prendere medicinali, devo unicamente fare dei controlli annuali per verificare che vada tutto bene.

Se però ripenso a quanto ho vissuto, a quanto il periodo è stato lungo e difficile per me e la mia famiglia e, ancora di più, scrivendo questo articolo, mi vengono gli occhi lucidi. Non mi vengono per tristezza, ma per la gioia di aver superato una situazione così importante ed inaspettata.

Un ringraziamento speciale va a tutta la mia famiglia che mi ha sostenuta ed aiutata, a me stessa per essere stata forte, ma, soprattutto, ai medici dell'ospedale di Ginevra che mi hanno salvato la vita. Grazie.

PAI - Uno strumento per accogliere e accompagnare

di Alessandra Galfetti

È un percorso partito oltre un decennio fa quello che ha portato alla costruzione e alla messa in operatività del PAI. Si tratta di uno strumento concepito per porre al centro l'allievo con un bisogno sanitario specifico, favorire la comunicazione tra le persone di riferimento e sostenere la pianificazione delle risorse necessarie.

Il Progetto di accoglienza individualizzato (PAI) è destinato a tutti gli allievi che durante l'orario scolastico hanno l'assoluta necessità di ricevere delle attenzioni particolari legate allo stato di salute.

A dipendenza dei parametri utilizzati, è possibile stimare la prevalenza delle malattie e delle alterazioni croniche dello stato di salute al 10-30%^{1 2 3} della popolazione infantile e adolescenziale. La definizione stessa di «condizione cronica» può variare, ma è chiaro a tutti che si tratta di una situazione che perdura nel tempo, che può comportare limitazioni nelle attività quotidiane, che può richiedere la somministrazione di cure a lungo termine, anche (sovente) per tutta la vita. Una malattia cronica può portare a non essere in grado di partecipare alle attività scolastiche, o a farlo in modo limitato e/o discontinuo rispetto ai coetanei. Esempi di malattie e alterazioni croniche dello stato di salute sono l'asma, le cardiopatie congenite, il diabete mellito, l'epilessia, la fibrosi cistica, le malattie tumorali, le alterazioni dell'udito e della vista, le paralisi cerebrali infantili, la perdita della funzionalità in un arto.

La speranza e la qualità di vita dei bambini e degli adolescenti con una malattia cronica sono profondamente migliorate negli ultimi decenni anche grazie allo sviluppo di tecniche di cura (conservative, chirurgiche, riabilitative,...) e farmaci che rendono possibili prognosi più favorevoli a breve e lungo termine permettendo, a parte di loro, di condurre una vita simile a quella dei propri coetanei. Applicando la prevalenza stimata nelle scuole dell'obbligo in Ticino, si possono calcolare tra i 3'500 e i 10'500 allievi con una malattia cronica. Chiaramente la loro presa a carico non può essere considerata una mera questione

privata gestita interamente dalla famiglia: per questi allievi è importante costruire una presa a carico comunitaria e, quindi, anche scolastica. Doveroso è sottolineare che non tutti gli allievi con una malattia cronica hanno bisogno di un provvedimento sanitario durante l'orario scolastico e che crescendo, frequentemente, questi allievi diventano sempre più autonomi nella gestione della loro malattia anche a scuola. Il Cantone Ginevra, che è stato

il primo Cantone a proporre il PAI^{4 5}, a 4 anni dalla sua introduzione quantificava una presenza del PAI dell'1% nelle scuole dell'infanzia e nelle scuole elementari, dello 0,6% nelle scuole medie e dello 0,2% nel settore post-obbligatorio. Dall'anno scolastico 2017/2018 il PAI è una realtà anche per il Cantone Ticino.

Dove e quando nasce?

Nella seconda metà dello scorso decennio si sono moltiplicate le richieste di consulenza ai medici scolastici sia per l'accoglienza di allievi con malattie croniche sia per la gestione di allievi con malattie «acute». Non erano solo gli aspetti strettamente sanitari a suscitare domande nei docenti: parte delle consulenze riguardava questioni legate alla responsabilità, alla sicurezza, alla gestione delle relazioni con la famiglia, alla conciliazione tra la messa in atto di misure sanitarie e la gestione dei compagni e delle attività della classe. Per questo motivo, nel

2007 un gruppo di docenti, l'ispettorato e i medici scolastici delle scuole comunali del IX circondario (Riviera, Leventina e Blenio) si attivarono per trovare una soluzione che permettesse di rispondere ai bisogni sanitari degli allievi in modo soddisfacente, tenendo conto delle richieste delle famiglie e delle esigenze/risorse delle scuole.

Il gruppo elaborò dei «Protocolli» destinati a essere com-

NELLE SCUOLE DELL'OBBLIGO IN TICINO, SI POSSONO CALCOLARE TRA I 3'500 E I 10'500 ALLIEVI CON UNA MALATTIA CRONICA

Sempre più treni e stazioni sono privi di barriere.

Cercate i collegamenti ferroviari privi di barriere nell'orario online o con l'app Mobile FFS.

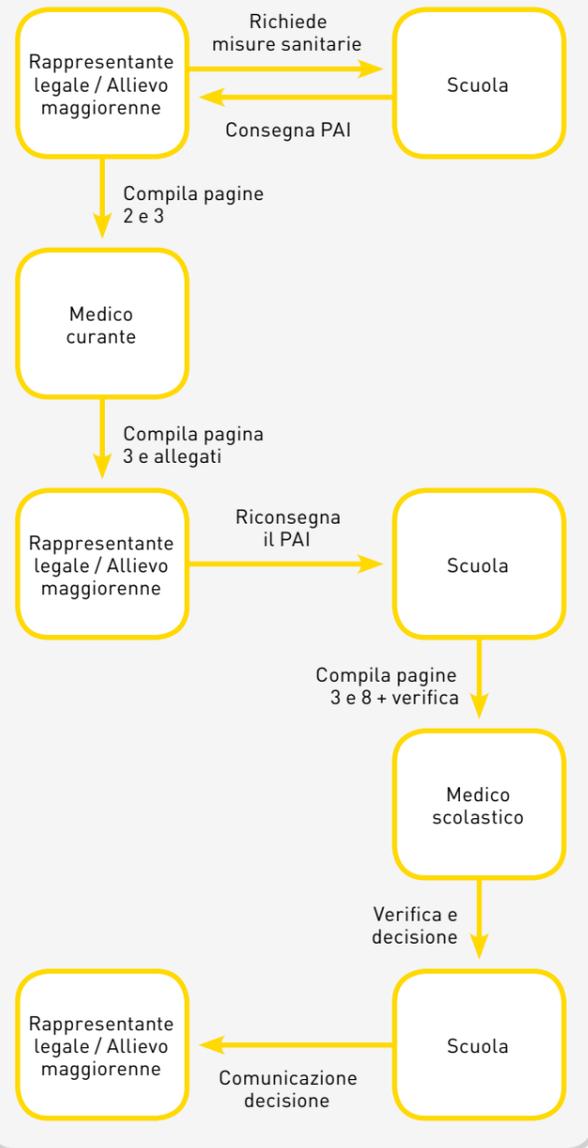
Le mie FFS.

SBB CFF FFS

SuissePass

pilati dal medico curante e dalla famiglia dell'allievo e da presentare a scuola. Al termine dell'anno scolastico fu condotta un'indagine presso tutti i docenti del IX circondario: emerse che solo l'1% degli allievi aveva problemi di salute tali da richiedere una presa a carico durante l'orario scolastico. Tra gli aspetti positivi che i docenti espressero vi furono l'aumento della sicurezza, la sensazione di una presa a carico più efficace dell'allievo, il cambiamento favorevole dei rapporti con la famiglia e la diminuzione dei casi in cui si richiedeva l'intervento del docente per questioni legate alla salute degli allievi. I docenti sottolinearono, inoltre, come fosse indicato in alcuni casi particolarmente complessi mettere in atto delle misure accompagnatorie (es. aiuto esterno, classi più picco-

Procedura per la stesura del Progetto di accoglienza (PAI)



le) e che in generale una maggiore formazione fosse utile. Parallelamente, per quanto riguarda le malattie «acute» (es. febbre, disturbi gastrointestinali, tosse,...) si pose l'accento sul concetto che per gli allievi la soluzione più adeguata fosse rimanere al domicilio e ricevere le dovute cure in un ambiente confortevole.

Sperimentare e perfezionare

Vista l'esperienza positiva e il perdurare della richiesta d'intervento dei medici scolastici presso molte sedi, si valutò la possibilità di estendere la procedura sperimentata con successo a livello locale a tutto il territorio cantonale. Ma come farlo? A questo scopo si costituì un gruppo di lavoro interdipartimentale DSS-DECS con l'incarico di elaborare una versione finale e condivisa del documento, stabilire i modi per una sperimentazione a più livelli e decidere una prassi per l'impiego nelle scuole. Parallelamente si decise di accompagnare al documento una Direttiva per delimitare il campo di intervento nelle scuole, definire le responsabilità dei singoli attori, esplicitare le procedure ed evidenziare le risorse.

L'allora Ufficio dell'educazione speciale (oggi Sezione dell'educazione speciale) fu assai prezioso, mettendosi per primo a disposizione per la sperimentazione. Nell'anno scolastico 2013/2014 negli istituti delle scuole speciali del Sopraceneri e del Sottoceneri cominciò la sperimentazione, che fu in seguito allargata a diversi istituti di scuola comunale e a due scuole medie. Durante tutto il periodo di sperimentazione, il documento è stato costantemente sottoposto a revisione con i docenti coinvolti e con il gruppo di lavoro per stimarne utilità ed efficacia. Esso è stato, inoltre, annualmente modificato nella formulazione e nei contenuti sulla base dei suggerimenti dei docenti coinvolti nella sperimentazione. Infine, su indicazione dei docenti si è elaborato uno schema procedurale per rendere più chiaro e immediato l'uso del documento (immagine a lato).

A un anno dall'introduzione del PAI

È iniziata una prima raccolta di informazioni tra i medici scolastici, tuttora in fase di elaborazione, relativa al primo anno di operatività del PAI. Una statistica parziale (15 medici scolastici su 19) permette di proporre alcune cifre e di evidenziare alcuni aspetti.

Il numero di PAI sottoposto per valutazione ai medici scolastici è stato di 279, di cui 78 provenienti dalla scuola dell'infanzia, 113 dalla scuola elementare, 72 dalla scuola media e 15 dal settore post-obbligatorio. Le diagnosi più frequentemente indicate sono state: allergie (113), asma (43), epilessia (30), celiachia (17) e diabete (13). Altre diagnosi che hanno visto casi puntuali sono state: malattie psichiatriche (5), malattie cardiache (3), disturbi ormonali (3), sindromi nefrosiche (3), malattie genetiche rare (2). I medici scolastici hanno accettato 199 PAI e ne hanno rifiutati 28. Per gli altri è stata proposta una diversa applicazione dopo chiarimenti con il medico curante, la famiglia e la scuola.

Le difficoltà emerse dall'applicazione dello strumento su larga scala sono state principalmente a livello di comuni-

Quali obiettivi per il PAI?

Il PAI è stato creato al fine di raggiungere i seguenti obiettivi:

- 1** garantire ai bambini con malattie croniche una presa a carico adeguata e specifica per le loro condizioni di salute, focalizzando le risorse della scuola in questa direzione;
- 2** introdurre il principio per cui di norma provvedimenti sanitari sono attuati a scuola unicamente nelle situazioni in cui sia assolutamente necessario;
- 3** minimizzare il rischio di errori e disguidi da parte di docenti e altro personale della scuola volenterosi e in buona fede, nell'eseguire le indicazioni delle famiglie.

cazione sia rispetto alla procedura, sia rispetto alla necessità di mettere in atto un PAI. In particolare, non è stato sempre agevole spiegare alle famiglie i motivi che hanno portato a rifiutare un PAI. Una situazione banale dal profilo sanitario, quale l'intolleranza al lattosio, ha dato parecchio «filo da torcere» ai medici scolastici. È stato necessario spiegare l'importanza della differenziazione voluta con il PAI, che pone l'accento sulle situazioni potenzialmente gravi per la salute. L'intolleranza al lattosio, seppur spiacevole e fastidiosa, è una condizione che non ha conseguenze gravi sulla salute dell'individuo. Proprio nel rispetto delle risorse a disposizione della scuola e delle malattie dalle conseguenze più gravi sull'allievo quali la celiachia, le allergie gravi e la dieta diabetica si è quindi lavorato sul fatto che l'assunzione saltuaria e/o accidentale di lattosio non costituisce un pericolo per l'allievo/a e si è invitata la scuola, nel limite del possibile, a cercare di limitare le grandi fonti di lattosio⁶ nei casi in cui la diagnosi sia stata eseguita secondo prassi adeguata. È in previsione anche una valutazione nelle scuole dell'impatto del PAI, in modo da avere una visione generale di quanto accade e di raccogliere da chi è direttamente confrontato con l'applicazione del PAI gli elementi che ancora richiedono approfondimento e riflessione.

Strumenti al servizio di tutti

La Direttiva e il PAI sono stati concepiti come strumenti dedicati ai bisogni sanitari dell'allievo e pensati per individuare e distinguere, tra le varie richieste fatte dalle famiglie, quelle misure necessarie durante l'orario scolastico sia per non pregiudicare la salute dell'allievo sia per consentirgli di vivere un'esperienza scolastica con meno limitazioni possibili, aiutando in questo modo la scuola a focalizzare risorse e interventi. Condividere obiettivi e informazioni è un mezzo per incentivare rapporti collabo-

rativi tra gli attori coinvolti. L'esperienza ha mostrato che attraverso il PAI, la scuola può ricevere le indicazioni per distinguere e gestire meglio le situazioni che richiedono un suo intervento favorendo così l'inclusione. Permette, inoltre, di aumentare la sicurezza nella presa a carico dell'allievo grazie a informazioni precise date ai docenti e al personale della scuola coinvolto nella sua applicazione. Il PAI consente, infine, di dare voce alle famiglie ma anche ai docenti e al personale della scuola che può esprimere i bisogni di formazione/informazione relativi a una situazione specifica. Una risorsa importante al servizio della scuola è rappresentata dal medico scolastico, che il PAI chiama a ingaggiarsi in prima persona e che è a disposizione della scuola stessa in veste di medico di fiducia. Esitazioni e dubbi in questa fase d'introduzione sono già stati registrati e vi è da attendere anche per i prossimi anni. Il cambiamento, le novità nelle procedure, la diversità di relazioni e modalità di comunicazione sono tutti elementi che possono creare insicurezza e timori. La sfida è per tutti: famiglie e allievi, direzioni e docenti, medici curanti e medici scolastici. Creare un clima di fiducia e cooperazione, impegnarsi per relazioni di qualità che consentano all'allievo con bisogni particolari di salute un percorso scolastico il più possibile armonioso sono le premesse per una buona riuscita. Nessun formulario da solo potrà mai sostituire un sano scambio e confronto tra persone e nessuna direttiva da sola potrà mai sostituire la capacità di giudicare con equilibrio e ragionevolezza una situazione. Possono però, entrambe, contribuire a dare a tutti le medesime opportunità!

- 1 Children with Chronic Conditions, <https://www.med.umich.edu/yourchild/topics/chronic.htm> consultato l'ultima volta il 29 ottobre 2018
- 2 Prevalence of Chronic Illness in US Kids Has Increased, <https://www.medscape.com/viewarticle/717030> consultato l'ultima volta il 29 ottobre 2018
- 3 Michaud, PA; Suris, JC; Viner, R The adolescent with a chronic condition, WHO 2007 ISBN: 9789241595704
- 4 L. Bittar-Fulpius, H. Jodry, E. Jeannot, O. Duperrex Projet d'accueil individualisé des élèves avec une maladie chronique à l'école: quatre ans d'expérience Rev Med Suisse 2009 ; 5 : 2113-7
- 5 CapIntégration <https://edu.ge.ch/site/capintegration/pathologies-chroniques/integration-scolaire-des-eleves-porteurs-dune-pathologie-chronique/presentation-dun-projet-daccueil-individualise-pai/> consultato l'ultima volta il 29 ottobre 2018
- 6 Società svizzera di nutrizione http://www.sge-ssn.ch/media/scheda_informativa_alimentazione_in_caso_di_intolleranza_al_lattosio_2013.pdf consultato l'ultima volta il 29 ottobre 2018



PER APPROFONDIRE

Alessandra Galfetti è coordinatrice del Servizio di medicina scolastica presso l'Ufficio del medico cantonale

www.ti.ch/med

selezionando Medicina scolastica e in seguito Misure sanitarie a scuola

www.ti.ch/med

selezionando Medicina scolastica e in seguito Primi soccorsi e farmacia scolastica

Una vita da corista

di Mirella Sartorio



I coristi del Coro del Mendrisiotto, in fondo a destra si scorge Graziella Conconi, collaboratrice della nostra associazione.

GRAZIELLA, COME SEI ARRIVATA A LAVORARE DA NOI?

Quattro anni fa, nel 2014, ho avuto modo di incontrare il direttore Marzio Proietti, ad una presentazione alla stampa di una trasferta in ambito europeo dei partecipanti di *Special Olympics*. Ho colto l'occasione e gli ho chiesto se all'allora «FTIA» di Giubiasco ci fosse qualche posto di lavoro disponibile. Lui mi ha ascoltata e mi ha gentilmente risposto di provare ad inviare per posta una richiesta ufficiale, per poi così procedere ad una verifica interna. Ho avuto fortuna: dopo circa due mesi sono stata assunta! All'inizio ho lavorato per il Settore Azienda, l'impresa sociale dell'ente, dove svolgevo diversi compiti amministrativi. Poi, dopo un po' di tempo, una volta ambientata, mi hanno chiesto se ero interessata a lavorare al centralino/ricezione perché si era liberato un posto. Ho subito accettato, ben felice, perché a me piace il contatto con le per-

sone che si annunciano appena arrivate in sede. I clienti arrivano sia per appuntamenti con i vari collaboratori, sia per ritirare le diverse merci pronte per la consegna (documenti, stampe, ecc.). Inoltre, rispondere alle chiamate in arrivo è un lavoro che avevo già svolto per tanti anni e che ancora oggi mi dà molte soddisfazioni, specialmente quando il cliente ti ringrazia perché è contento del servizio fornito.

PASSIAMO AL TUO HOBBY PER CUI SEI «FAMOSA» NELLA NOSTRA ASSOCIAZIONE: IL CANTO.

Come i miei colleghi ben sanno, oltre al lavoro la mia grande passione è il canto. Infatti, da 25 anni sono attiva nel Coro del Mendrisiotto, un coro a quattro voci miste. Sono una corista di lunga data, ne faccio parte dal 1991!



GRAZIELLA CONCONI, classe 1958, ha frequentato la scuola commerciale di Chiasso ottenendo il diploma di impiegata di commercio nel 1977. Ha iniziato la sua carriera professionale in Helvetia per poi passare a UBS e ad una società finanziaria. Dal 2014 lavora al 50% presso *inclusione handicap ticino*. Ha un figlio, Erik, di 32 anni. Per quasi dieci anni ha insegnato a giocare a bocce alle persone con disabilità e per tanti anni è stata anche attiva fra le fila di *Special Olympics* partecipando a diverse gare nazionali ed europee.

Purtroppo la vita, come anche ad altre persone, mi ha riservato grandi prove da affrontare ed oggi sono felice di poter dire che sono riuscita a superarle anche grazie all'aiuto del coro. Oltre alla passione che condivido con gli altri coristi, provo grande soddisfazione nell'essere in grado di imparare a cantare sempre canzoni nuove. Tra l'altro, tutti i brani, vengono poi interpretati durante i nostri concerti. Abbiamo un repertorio molto vasto, ricercato ed unico.

DA COME LA DESCRIVI SEMBRA UN'ATTIVITÀ PIUTTOSTO IMPEGNATIVA...

Direi di sì, le prove sono costanti e si svolgono all'oratorio di Coldrerio tutti i martedì sera dalle 20.30 alle 22.00. Siamo circa una trentina divisi fra soprani, tenori, bassi e contralti. Mi rendo conto che tante volte è un'attività molto impegnativa, soprattutto quando esercitiamo dei pezzi nuovi, ma alla fine la fatica non la si sente più quando si è soddisfatti del risultato raggiunto. Oltre alle prove, siamo impegnati anche con diversi concerti durante tutto l'anno. Ormai abbiamo i nostri affezionati ed appassionati ammiratori che ci seguono e apprezzano sempre.

FREQUENTI I COLLEGHI CORISTI? HAI STRETTO AMICIZIE?

Absolutamente sì, ci si ritrova ogni settimana anche per mantenere i forti rapporti di amicizia che si sono creati negli anni. Come detto, ho passato alcuni momenti bui dove la tristezza ha quasi avuto il sopravvento... È grazie alle attività del coro e alle splendide persone che ho conosciuto se sono riuscita a superare anche le sfide più dure che la vita mi ha riservato. Mi auguro ancora tanti anni in questo magnifico coro, vorrei continuare a poter dare il mio contributo e far sentire la mia voce.

DI QUALE CONCERTO SERBI IL PIÙ BEL RICORDO?

Tutti i concerti ti lasciano una sensazione particolare, ma quello che mi ha lasciato il più bel ricordo è stato l'esibizione musicale tenutasi alla fine di settembre 2009 al Mercato Coperto di Mendrisio, quando abbiamo cantato con la Filarmonica di Mendrisio nello spettacolo *Sacra Terra del Ticino* per l'inaugurazione dei Mondiali di Ciclismo. Sono state tre serate molto intense, ma la grande presenza di pubblico e gli infiniti applausi ci hanno ricompensato adeguatamente! Probabilmente poi, mi è rimasto impresso anche perché sono appassionata di questo sport, avendo avuto mio figlio Erik, oggi 32enne, che ha corso per dieci anni per il Velo Club Mendrisio.

PER CONCLUDERE, DOVE POTREMO VENIRE AD ASCOLTARTI PROSSIMAMENTE?

Volentieri, siete tutti i benvenuti! Dopo i concerti natalizi saremo ospiti del Coro delle Rocce a Cugnasco-Gerra. Vi aspetto quindi tutti alla chiesa parrocchiale domenica 6 gennaio 2019 alle ore 17.30. Per i prossimi appuntamenti del 2019 vi invito invece a consultare il sito internet www.corodelmendrisiotto.ch.

Il Coro del Mendrisiotto

Nato nel 1989, nel 2014 ha festeggiato i 25 anni di attività. Una bella fetta di vita! In questi anni il coro si è migliorato, i coristi si sono divertiti e insieme sono diventati «grandi». Due pubblicazioni musicali hanno raccolto i loro sforzi: *All'inizio della scala* del 1999 e *Storie di ieri e di oggi* del 2005. Un'ulteriore maturazione è avvenuta nel 2007 sotto la raffinata direzione di Andrea Cupia, con il quale il coro si è indirizzato verso nuove sonorità e nuovi modi di «fare musica», riprendendo canti popolari di matrice rinascimentale e barocca, senza perdere d'occhio però quegli autori più vicini ai nostri giorni e realtà. Per i 25 anni del Coro del Mendrisiotto è stato pubblicato, con il Maestro Andrea Cupia, il terzo CD dal titolo *Sut steilas* portato in tournée, in giro per il Ticino, nel corso del 2015. I coristi amano cantare e con i loro concerti si augurano di poter trasmettere tutta la loro passione. Desiderano infatti riuscire a diffondere in chi li ascolta quelle piacevoli sonorità utili ad accompagnare ciascuno di noi nella vita di tutti i giorni.

Per maggiori informazioni:
www.corodelmendrisiotto.ch



www.titraduce.ch

Viaggio esplorativo nella Svizzera Centrale con RailAway FFS

di Chiara Andreocchi

Grazie all'offerta combinata di RailAway FFS, visitate il Tierpark Goldau o il Museo dei Trasporti a prezzo ridotto.

Le imminenti feste natalizie sono il clima ideale per condividere il tempo con chi si ama e regalare una giornata indimenticabile nella splendida cornice della Svizzera Centrale per visitare il Tierpark a Goldau o il Museo dei Trasporti di Lucerna. Sì, perché RailAway FFS propone proprio il binomio «viaggio in treno a prezzo ridotto ed agevolazione per l'entrata ad una attrazione» cosicché il divertimento e il relax partono già dalla porta di casa o quasi! Grazie ai treni di ultima generazione TILO o ai diversi treni a lunga percorrenza le persone con disabilità fisiche o con mobilità ridotta (in sedie a rotelle o con difficoltà di deambulazione) possono viaggiare comodamente e avvalersi di assistenza (gratuita) da parte delle FFS. Per una consulenza è a disposizione il Call Center Handicap FFS al numero telefonico gratuito 0800 007 102 (dalla Svizzera, dalle 6 alle 22).

Nelle maggiori stazioni ferroviarie ticinesi è possibile usufruire dell'offerta Park&Rail: così, partire per una giornata tutti assieme è facile e comodo. Con il nuovo collegamento sud-nord di Alptransit i tempi di percorrenza per transitare al di là del Gottardo si sono ridotti notevolmente e una giornata a Lucerna o Goldau rappresenta un'ottima ragione per coloro che ancora non hanno provato la nuova linea. La peculiarità di un viaggio in Svizzera interna sta proprio nella vicinanza e nella semplicità a raggiungere una meta, approfittando inoltre di un momento in treno per chiacchierare, giocare o semplicemente rilassarsi. Il paesaggio invernale che si intravede dai finestrini dopo aver passato il Gottardo poi, vale da solo il prezzo del biglietto. Gli splendidi panorami bianchi di neve o di brina rimandano ad un mondo incantato che fa sognare grandi e piccoli.



Tierpark di Goldau

Dalla stazione di Arth Goldau basta seguire letteralmente le orme disegnate sulla strada che portano dritti all'entrata del Parco naturale e faunistico di Goldau. Una ricca esperienza per tutti, dove poter ammirare più di cento specie di animali selvatici.



Negli spazi sono stati riprodotti in maniera formidabile i loro habitat naturali, non sembra neanche di vedere degli animali in cattività.

Il parco è strutturato in aree diverse, tutte collegate da una rete capillare di stradine dove incontrare simpatici

muffoni e cervi sika del Giappone da accarezzare o da foraggiare con apposito cibo messo a disposizione a pagamento. Una bellissima meta soprattutto da visitare con bambini. Il bellissimo Tierpark è inoltre accessibile a chi si muove su sedie a rotelle ma va prestata attenzione perché alcune stradine sono sterrate (con ghiaia) e le persone che si muovono con mezzi ausiliari potrebbero necessitare di un aiuto, anche considerando che alcune stradine presentano una pendenza piuttosto marcata. Sono a disposizione per persone con mobilità limitata anche degli scooter elettrici (da prenotare con almeno quattro giorni lavorativi di anticipo) per muoversi meglio nel parco ma a condizione che non vi sia neve o ghiaccio. Il team del Tierpark è a completa disposizione per qualsiasi informazione in merito (tel. 041 859 06 24).



INFORMAZIONI UTILI

Offerta RailAway FFS

20% di sconto sul viaggio con i mezzi pubblici e 20% di sconto sull'entrata al Tierpark. È possibile approfittare dello sconto sull'ingresso con qualsiasi titolo di trasporto (biglietto del treno ordinario, carta giornaliera, biglietto risparmio, abbonamento di una comunità tariffale o un abbonamento generale), basta acquistare l'offerta prima della partenza.

www.ffs.ch/parco-faunistico

Ulteriori offerte e/o maggiori informazioni:
in stazione, al Rail Service 0848 44 66 88 (CHF 0.08/min.)
oppure online su ffs.ch/tempolibero.

Museo dei Trasporti

Per le famiglie con figli più grandicelli o per un'uscita tra amici, il Museo dei Trasporti è il posto ideale: va dimenticata la dimensione statica e letterale della parola «museo», qui si apre la mente ad un vero e proprio spazio tecnologico dove storia, ingegno e tecnica vanno a braccetto e catapultano il visitatore in un mondo curioso. Nelle varie aree si possono ammirare e provare numerose attrazioni: nel padiglione dedicato all'aeronautica e astronautica, per esempio, si può provare l'ebbrezza di



pilotare un elicottero o un jet con un simulatore di volo, oppure, nel padiglione del trasporto stradale, è possibile vedere il funzionamento e cosa si prova durante un crash test. Lascia invece senza parole il fenomenale planetario, il più grande della Svizzera, dove poter ammirare il cielo stellato e fare una passeggiata tra gli astri del cielo, indipendentemente dalle condizioni meteo! Il planetario, il cineteatro e lo Swiss Chocolate Adventure sono accessibili in sedia a rotelle ma viene consigliato di prenotare i biglietti per telefono almeno il giorno precedente. Per i biglietti d'ingresso del Museo dei Trasporti non è necessaria alcuna telefonata. Tra l'altro, all'interno della struttura, si trovano servizi igienici accessibili.

INFORMAZIONI UTILI

Offerta RailAway FFS

20% di sconto sul viaggio con i mezzi pubblici e 10% di sconto sull'entrata al Museo. È possibile approfittare dello sconto sull'ingresso con qualsiasi titolo di trasporto (biglietto del treno ordinario, carta giornaliera, biglietto risparmio, abbonamento di una comunità tariffale o un abbonamento generale), basta acquistare l'offerta prima della partenza.

www.ffs.ch/museo-trasporti

Ulteriori offerte e/o maggiori informazioni: in stazione, al Rail Service 0848 44 66 88 (CHF 0.08/min.) oppure online su ffs.ch/tempolibero.



Monoski o Dualski?

di Giovanna Ostinelli



CI SONO DIVERSE POSSIBILITÀ.
IL MONOSKI-AUTONOMO È INDICATO
PER CHI NON HA BISOGNO DI
ACCOMPAGNAMENTO ED HA SUFFICIENTE
FORZA NEGLI ARTI SUPERIORI PER
ACCOMPAGNARE IL MOVIMENTO DURANTE
LA DISCESA E PER GESTIRE LA VELOCITÀ.

- ANDREA MAZZOLENI

Il mese di ottobre del 2018 resterà iscritto negli annali della meteorologia della Svizzera italiana come il mese più caldo dall'inizio delle misurazioni sistematiche di 150 anni fa. Un'estate caldissima che, protraendosi più a lungo del solito, ha rubato un po' di spazio all'autunno. Gli amanti degli sport invernali sono preoccupatissimi perché aspettano il freddo, ma soprattutto la neve!

Ad Andrea Mazzoleni, responsabile delle attività invernali del Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese (GSIB), abbiamo chiesto quali sono gli strumenti che possono utilizzare le persone con disabilità fisica per

avvicinarsi agli sport di scivolamento invernali.

C'È MODO DI ACCOMPAGNARE INVECE CHI HA PIÙ DIFFICOLTÀ?

Certo. In quel caso si utilizza il Monoski-guided. Si scia con due paia di sci: un Monoski per il partecipante e l'altro per l'accompagnatore. Il partecipante, se ne ha la possibilità o quando acquisisce sicurezza, può interagire con l'accompagnatore e guidare così il movimento durante la discesa. Il dualski è simile al Monoski-guided. Ha maggior stabilità, è indicato per passeggeri più robusti e che non hanno la possibilità di interagire con l'accompagnatore durante la discesa.

SPORT & TEMPO LIBERO

SERVE UNA PREPARAZIONE FISICA ADEGUATA PER L'ACCOMPAGNATORE?

Per poter utilizzare il Monoski-guided bisogna seguire una formazione specifica che è indicata per sciatori esperti. Oltre all'attività sulla neve, ci sono poi da considerare gli spostamenti per arrivare sulle piste. Prevedere un accompagnatore in più è l'ideale.

CI SONO ALTRE COMPETENZE RICHIESTE?

Il feeling tra il monitore ed il partecipante è di grande importanza a mio modo di vedere. L'attrezzo è sicuro ma è il rapporto di fiducia che si instaura a permettere al partecipante di sentirsi a proprio agio.

NEL VOSTRO GRUPPO CI SONO DIVERSI MONITORI CON QUESTA QUALIFICA, COME MAI?

Tutto parte dall'esigenza di una componente del nostro gruppo: per poter sciare insieme ai suoi amici c'era bisogno di un Monoski-guided e di qualcuno che potesse accompagnarla. Ora, sulle piste, lei segue il gruppo e vive un'esperienza motoria paragonabile a quella dei suoi compagni.

Un'esperienza positiva è sempre una buona base di partenza e un buon esempio sul quale potersi appoggiare per costruirne altre. Ora manca solo la neve!



CALENDARIO INVERNO/PRIMAVERA 2019

ATTIVITÀ ANDICAP MENTALE

26.01	Giornata sulla neve per principianti	Da definire	<i>inclusione andicap ticino</i>
9-15.03	Corso cantonale di sci alpino, fondo e snowboard	Klosters	<i>inclusione andicap ticino</i>
26.03	Splash and Go	Bellinzona	Gruppo sportivo integrato del bellinzonese
marzo/giugno	Corsi di avvicinamento al cavallo	Claro	ATRE - <i>inclusione andicap ticino</i>

SPORT & TEMPO LIBERO

I 50 anni dello Sport Insieme Mendrisiotto

di Claudio Comi

Eravamo nel 1968 quando, sull'onda dell'entusiasmo di alcuni pionieri, guidati da Milly Moser, si crearono le basi per i gruppi sportivi per disabili (inizialmente si parlava di invalidi) che oggi conosciamo.

L'avventura iniziò proprio nel Mendrisiotto, nella minuscola palestra dell'Istituto Loverciano. Nel dicembre del 1968 venne ufficialmente costituito il Gruppo Sportivo Invalidi, seguito poi a ruota, nel 1969, dalla fondazione dei gruppi a Bellinzona e Lugano. Più tardi si aggiunsero poi anche il gruppo di Locarno e quello di Biasca. Nel 1973 prese inoltre forma la FTIS, diventata poi FTIA e oggi *inclusione andicap ticino*. Insomma, sono stati i momò a muovere i primi passi nello sport con i disabili, in parallelo alla nascita del movimento *Special Olympics* che festeggia pure quest'anno i 50 anni di vita.

La ricorrenza ci ha permesso di dare visibilità al nostro gruppo attraverso alcune iniziative che, oltre a proporre momenti di sport e di svago ai nostri sportivi e monitori, hanno aperto una finestra verso l'opinione pubblica. Perché proprio questo manca nella nostra esperienza di vita societaria: fare breccia nella popolazione. Spesso, le nostre attività rimangono chiuse nelle palestre o in piscina, troppo rare sono ancora oggi le occasioni di reale inclusione sociale.

In primavera abbiamo proposto una tavola rotonda, a margine della nostra assemblea, che ha messo a confronto chi ha vissuto il fervore del 1968 che fu, per il mondo della disabilità, una chiave di volta. Atgabbes fu fondata nel 1967 grazie allo spirito coraggioso di genitori di bambini con disabilità. Angela Croci-Vassalli e Mario Ferrari (purtroppo scomparso recentemente) hanno ripercorso quegli anni di grande vitalità, men-

SPORT & TEMPO LIBERO

tre Stelio Belloni (per il nostro gruppo) e Mauro Durini (oggi responsabile del Club '74 a Casvegno, Mendrisio) hanno illustrato quanto importante sia ancora oggi il ruolo delle associazioni come la nostra che s'impegnano nella valorizzazione delle abilità, del talento e delle sensibilità delle persone disabili.

Nel maggio di quest'anno lo Sport Insieme Mendrisiotto ha proposto una giornata di *giochi senza barriere* che ha coinvolto i cinque gruppi cantonali in contese curiose e divertenti insieme a tanti ragazzi del gruppo scout di Castel San Pietro. In autunno invece, dopo la spassosa giornata al Tierpark di Goldau, ci siamo presentati al pubblico attraverso un filmato e una serie di pannelli espositivi affissi all'info point del centro commerciale Serfontana.

L'anno della ricorrenza si è concluso con la festa sociale al Mercato Coperto con 250 partecipanti. E in prospettiva, per la fine dell'anno, sarà pubblicato il libro del 50esimo con le storie dello Sport Insieme Mendrisiotto

corredate da tantissime immagini. Tiziano Sciolli, Presidente del gruppo sportivo, non ha mancato di ringraziare, soprattutto parlando a nome dei tanti genitori di persone disabili, la schiera di volontari che in tante forme danno vita alle nostre attività e a tutti i gruppi del Cantone per offrire ai nostri sportivi un'infinità di momenti di amicizia, allegria e vita serena condivisa.



INFORMAZIONI UTILI

SIM - Sport Insieme Mendrisiotto
casella postale 2253 | 6830 Chiasso
www.mysim.blog

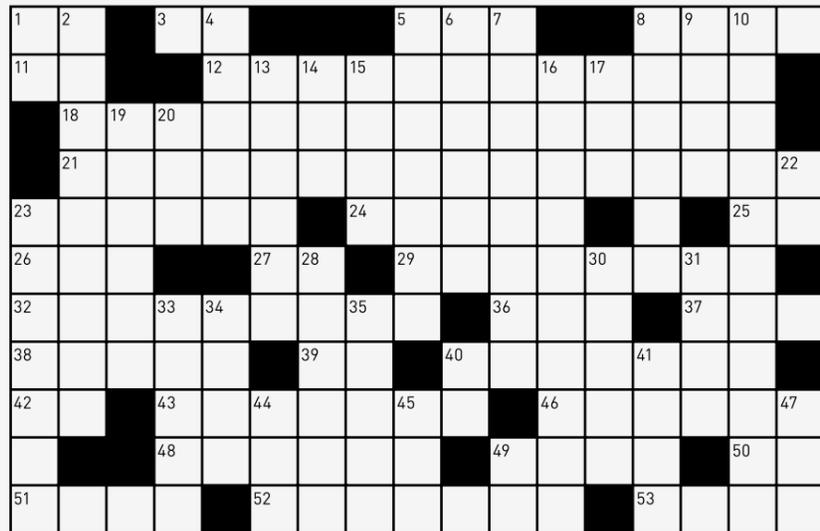
Per informazioni sulle attività sportive: Silva Allevi
email: silva.allevi@bluewin.ch | tel. 076 588 55 62



Foto scattata in occasione della festa del 50esimo, ecco il gruppo di amici della prima ora. Seduti da sin: Fausto Cattaneo, Milly Moser (97 anni e non sentirli, sempre in piena forma!), Angela Croci-Vassalli e Elda Pozzi. In piedi da sin: Alberto Borsari, Aldo Bernaschina, Tiziano Sciolli (attuale presidente SIM), Lorenzo Giacolini (per 40 anni Segretario generale della FTIA, oggi *inclusione andicap ticino*), Sergio Zufferey (attuale Presidente di *inclusione andicap ticino*), Angela Carrara, Paolo Mazzola, Giuseppe Carrara, Mauro Bergomi, Patrizia Bernasconi, Silvia Romano, Franco Negrini e Marilisa.

Orizzontali

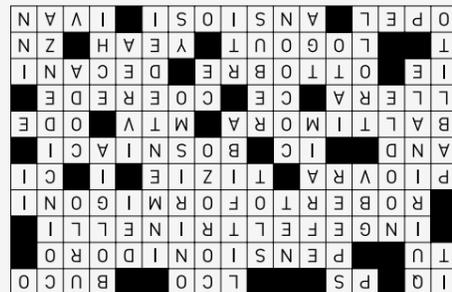
- 1 L'intelligenza degli americani (sigla).
- 3 Un'aggiunta alla lettera.
- 5 Launch Control Operator (sigla).
- 8 Al Tesoro cercano di non farlo nei conti dello Stato.
- 11 La seconda persona.
- 12 Un taglio proposto dal Governo.
- 18 Una grande editrice.
- 21 Ha visto aumentare le sue pene.
- 23 L'animale di una popolare metafora.
- 24 Donne non meglio identificate.
- 25 Pronome per noi.
- 26 Diventa una N fra rock e roll.
- 27 L'autore delle Lezioni americane (iniz.).
- 29 Una popolazione balcanica.
- 32 Vi morì Edgar Allan Poe.
- 36 Storica sigla del piccolo video per giovani.
- 37 Una poesia che encomia.
- 38 La Carmen di Moravia.
- 39 Commissione Europea.
- 40 Si reca da un notaio in compagnia.
- 42 La sigla di un browser molto diffuso.
- 43 Comincerà fra poco più di una settimana.
- 44 I più anziani in un gruppo.
- 48 L'uscita da un sito.
- 49 Un'affermazione molto informale.
- 50 Il simbolo dello zinco.
- 51 Un marchio automobilistico tedesco.
- 52 Trepidano per il futuro.
- 53 Il cantante Graziani.



Verticali

- 1 Un'abbreviazione per l'Italia.
- 2 Li si formano i governi.
- 4 L'architetto di Hitler.
- 5 Si sono sciolti e riuniti.
- 6 L'«avorio vegetale» sudamericano.
- 7 Uno stato da sogno.
- 8 Posto affollato e pieno di confusione.
- 9 La voce più alta.
- 10 Avviene per caso.
- 13 Figlio di Giuseppe e capostipite di un'importante tribù nella Bibbia.
- 14 Una «company» che opera in Rete.
- 15 Il tempo che un aereo ha per decollare o atterrare.
- 16 Locuzione latina che significa «non ancora creato o realizzato».
- 17 Preposizione articolata.

- 19 La pasta cinese che ci ricorda C'era una volta in America.
- 20 Il filosofo Vico (iniz.).
- 22 Due a Roma.
- 23 Così veniva chiamato Paolo Rossi ai Mondiali in Spagna.
- 28 Un film con anziani in piscina.
- 30 Il capoluogo del Canavese.
- 31 Una noia per l'automobilista.
- 33 Uno sgradevole utente della Rete.
- 34 Divide due vocali contigue.
- 35 Una figura da decrittare.
- 40 Il Clint prediletto da Leone (iniz.).
- 41 Le voci che rimbalzano.
- 44 Transient Global Amnesia (sigla).
- 45 Reti Televisive Italiane (iniz.).
- 47 Scorre in Engadina.
- 49 Il centro del geysir.



Soluzioni

IN MEMORIAM



Cari amici, care amiche,
purtroppo dobbiamo informarvi che, in ottobre, ci ha lasciato improvvisamente la nostra cara

Vanna Romerio Giudici

Impegnata per lunghissimo tempo fra le fila della nostra associazione, Vanna è stata una persona generosa, positiva e sempre disponibile. Oggi la ricordiamo per il suo tempo dedicato al prossimo e per il suo favoloso senso dell'umorismo: con la sua risata infondeva forza e positività.

Un abbraccio,
il Comitato, la Direzione e tutti i Collaboratori

IMPRESSUM
Notiziario, edizione 04 2018
La rivista ufficiale di *inclusione handicap ticino*
www.inclusione-andicap-ticino.ch
info@inclusione-andicap-ticino.ch
Editore e amministrazione
inclusione handicap ticino
6512 Giubiasco
Pubblicazione
Trimestrale, 4 edizioni l'anno
Tiratura
2'159 copie (© WEMF 2018)

Direttore
Marzio Proietti
Redattrice responsabile
Sara Martinetti
Comitato di redazione
Claudia Bianchini, Paola Merlini, Pasquale Mongillo, Giovanna Ostinelli, Mirella Sartorio
Hanno collaborato a questo numero:
Chiara Andreocchi, Ilenia Caglia, Claudio Comi, Graziella Conconi, Alessandra Galfetti

Grafica e impaginazione
Nomadesigns, Nicola Piffaretti
Stampa
Procom SA, Bioggio



Distribuzione
inclusione handicap ticino, Giubiasco
Inserzioni pubblicitarie
091 850 90 90
redazione@inclusione-andicap-ticino.ch

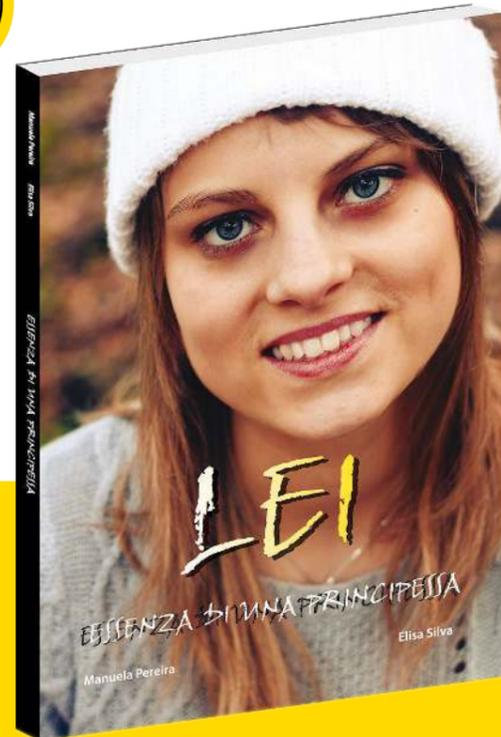
Prossima edizione:
Numero 01/2019 - marzo
Chiusura di redazione:
15 febbraio 2019

© 2018 *inclusione handicap ticino*
Tutti i diritti sono riservati. Nessuna parte di questa pubblicazione può essere riprodotta o diffusa in nessuna forma, qualunque essa sia: elettronica, stampata, fotocopiata, senza l'autorizzazione scritta da parte di *inclusione handicap ticino*.



LEI - ESSENZA DI UNA PRINCIPESSA

Un libro è un pensiero sempre apprezzato. Soprattutto se si tratta di un'opera autobiografica di una ragazza di soli 24 anni che dalla nascita convive con l'Atassia di Friedreich, una malattia genetica rara che la limita fisicamente.



Un libro scritto in modo semplice e diretto che affronta diverse tematiche: l'accettazione della propria malattia, lo sguardo degli altri e la voglia di vivere una vita piena e senza restrizioni nonostante i problemi di salute.



Acquisto solidale

Parte del ricavato della vendita sarà a disposizione di *inclusione handicap ticino* per attività & progetti volti a migliorare l'inclusione sociale e professionale delle persone con disabilità in Ticino.



Acquista online

www.inclusione-andicap-ticino.ch/shop/
Sul nostro e-shop solidale è possibile comperare tanti altri prodotti sostenendo al contempo la nostra associazione.





DAI UNA MANO ANCHE TU!
**scegli il nostro
calendario 2019**

www.iosostengo.ch