

# *notiziario*

la rivista trimestrale di *inclusione handicap ticino*



**04 2024**



inclusione  
handicap ticino

# Dal 31 dicembre 2024 ascoltaci sul DAB+



**Segui Rete Uno, Rete Due e Rete Tre  
sul digitale con un apparecchio radio DAB+**

oppure in internet all'indirizzo [rsi.ch/audio](https://rsi.ch/audio) o scarica l'APP RSI.

**Per sapere se la tua radio è DAB+  
e per qualsiasi altra domanda contattaci:**

chiamaci al **058 135 91 60**

scrivi una mail a [comunicazione@rsi.ch](mailto:comunicazione@rsi.ch)

o visita il sito [dabplus.ch/it](https://dabplus.ch/it)



Radiotelevisione  
svizzera

## Sommario

### 4 **EVENTI & COLLABORAZIONI**

Vivere a casa propria il più a lungo possibile

### 6 **INCONTRI**

Sonorità reggae che illuminano pur stando al buio

### 9 **DESIGN FOR ALL**

Progettare l'inclusione.

Ovvero, la ricchezza della diversità

### 11 **SPORT & TEMPO LIBERO**

Quando lo sport porta il sorriso

### 12 **PAROLA AL LETTORE**

Una rivista per includere

### 13 **DA FRUIRE**

L'inclusione passa anche attraverso film

e documentari di qualità: le nuove proposte RSI



dona con TWINT



scansiona il  
codice QR con  
l'app TWINT



conferma  
l'importo della  
donazione



grazie per il tuo  
gesto solidale

## EDITORIALE

Care lettrici, cari lettori,

**L**e misure di risparmio proposte dagli enti pubblici sono un po' il pensiero costante in questo periodo. Lo vediamo dai titoli di giornale, dalle discussioni, perfino dalle chiacchiere davanti a un caffè. La necessità di razionalizzare la spesa pubblica è un dato di fatto ed è sicuramente condivisibile, ma la politica ha il compito di fare delle scelte e di stilare delle priorità.

Dal nostro particolare punto di vista di associazione che si batte per la difesa e i diritti delle persone con disabilità, non possiamo che ricordare sempre e innanzitutto il rispetto della persona come priorità dei nostri interessi, così come la parità di trattamento e la valorizzazione della diversità a vantaggio di tutti. Chiediamoci da cosa si definisce il benessere di una società, la sua resistenza e la sua forza. Da molti fattori, certo, ma anche dalla condizione delle persone più deboli. «Una catena è forte quanto il suo anello più debole» come scrisse Christiaan N. Barnard, chirurgo sudafricano di fama mondiale (colui che effettuò il primo trapianto cardiaco della storia, per capirci).

In questo numero ritorna il tema di una società inclusiva (rispetto a una società che solo integra) e di quanto sia importante tendere a una società di e per tutti; di quanta differenza ci sia tra costruire per un fruitore ideale e farlo per una persona vera e propria, di quanto possa fare arrabbiare e possa far male nel morale uno scalino insormontabile o pericoloso, come ricorda bene nell'intervista da pagina 6 il musicista Tommaso Mainardi, e di quanti di questi scalini ancora esistano soprattutto in luoghi pubblici costruiti in passato. Scalini fisici e scalini morali, direi, allargando un po' il discorso. Abbiamo tanto lavoro da fare, dunque, per raggiungere una società inclusiva, ma questo è il nostro scopo e non lo perdiamo di vista.

E poi ancora film, libri e cultura da non perdere e se possibile da mettere sotto l'albero di Natale, perché l'inclusione si fa con il sostegno di tutti e con la cultura. Una cultura inclusiva. Solo così possiamo rafforzare il nostro anello più debole.

Buon Natale e Buone feste a tutti,



Marzio Proietti  
direttore

# Vivere a casa propria il più a lungo possibile

di Marzio Proietti e Samantha Dresti

**Il Consiglio federale intende promuovere la vita indipendente delle persone anziane e con disabilità. Come? Con proposte che sul lungo termine faranno risparmiare i Cantoni. Vediamo a questo riguardo le notizie da Palazzo federale.**

**PRESTAZIONI COMPLEMENTARI: IL CONSIGLIO FEDERALE INTENDE PROMUOVERE GLI ALLOGGI PROTETTI**

Berna, 13.09.2024

In futuro, i beneficiari di prestazioni complementari (PC) per l'AVS e l'AI avranno diritto a determinate prestazioni, che consentiranno loro di continuare a vivere nella propria abitazione.

Circa un terzo delle persone che vivono in una casa di cura richiede meno di un'ora di assistenza al giorno. Il loro ingresso in una casa di cura potrebbe essere ritardato, o addirittura evitato, se avessero la possibilità di vivere in un alloggio adatto alle loro esigenze o di beneficiare di servizi di assistenza domiciliare. Le persone anziane aspirano a vivere in modo indipendente nella propria casa il più a lungo possibile. Per questo, potrebbero aver bisogno non solo di supporto medico, ma anche di aiuto per le pulizie, servizi di ristorazione e un ambiente sicuro (prevenzione delle cadute).

Le nuove prestazioni di assistenza a domicilio non saranno riservate ai beneficiari di prestazioni complementari dell'AVS; saranno ammissibili anche le persone che ricevono prestazioni complementari sull'AI. In tal modo sarà rispettato il principio della parità di trattamento tra i beneficiari di pensioni di vecchiaia e d'invalidità.

I costi aggiuntivi per i Cantoni sono stimati tra i 340 e i 730 milioni di franchi nel 2030, per un risparmio di 280 milioni. Questi risparmi, di cui beneficerebbero pienamente i Cantoni, sono dovuti al fatto che le misure previste consentiranno di ritardare o evitare l'ammissione nelle case di cura.

**CONGEDI PER FAMILIARI CURANTI O CON INDENNITÀ IPG**

Rientrano già nell'ottica di cui sopra le misure introdotte il 1° luglio 2021: congedi per familiari curanti brevi o con indennità IPG.

Il congedo di assistenza ai familiari è un congedo pagato dal datore di lavoro per i lavoratori che devono assentarsi dal lavoro per assistere un familiare o il partner. Poiché il congedo è concesso nell'ambito del rapporto di lavoro, per beneficiarne bisogna essere un dipendente e informare il datore di lavoro. La durata del congedo di assistenza ai familiari è al massimo di tre giorni per evento e di dieci giorni all'anno. Va rilevato che l'assistenza ai figli o al coniuge è coperta anche dalle regole

generali del diritto del lavoro sul versamento del salario da parte del datore di lavoro in caso d'impedimento al lavoro. Il congedo breve è stato introdotto il 1° gennaio 2021 e può essere richiesto per le assenze professionali a partire da questa data.

Un'indennità di assistenza (IPG), invece, è un'indennità versata ai genitori che devono interrompere la loro attività lavorativa per assistere figli minorenni con gravi problemi di salute. Questi genitori possono beneficiare di un congedo massimo di 14 settimane, indennizzato tramite un'indennità ammontante all'80 per cento del loro reddito determinante per l'AVS. Ne possono beneficiare i genitori di figli minorenni con gravi problemi di salute dovuti a malattia o infortunio. Lo stato civile dei genitori è irrilevante.

La disabilità non costituisce di per sé un grave problema di salute ai sensi della legge. Non sussiste pertanto alcun diritto all'indennità di assistenza, se lo stato di salute del figlio con disabilità è stabile. I genitori vi hanno quindi diritto solo se il suo stato di salute peggiora notevolmente. Concretamente, deve essersi verificato un cambiamento radicale dello stato di salute fisica o psichica, il cui decorso sia difficilmente prevedibile oppure va considerata l'eventualità di un danno permanente o crescente. Inoltre, deve sussistere un bisogno particolarmente elevato di assistenza da parte dei genitori e almeno un genitore deve interrompere l'attività lavorativa per assistere il figlio.

**IL CONSIGLIO FEDERALE VUOLE DARE IMPULSO ALLA CONSEGNA DI MEZZI AUSILIARI TECNOLOGICAMENTE AVANZATI**

Berna, 26.06.2024

I mezzi ausiliari come protesi, ortesi e apparecchi acustici possono facilitare la vita quotidiana delle persone con disabilità e permettere loro di partecipare al mercato del lavoro. Nel quadro di una prossima revisione AI, il Consiglio federale intende creare le basi che permettano ad AVS e AI di mettere a disposizione degli assicurati mezzi ausiliari il più tecnologicamente avanzati e adeguati possibile. Nella sua seduta del 26 giugno 2024, il Governo ha adottato un rapporto in adempimento di un postulato in materia. Inoltre, le misure che non richiedono modifiche di legge dovranno essere attuate in tempi brevi.

## La parola a...



Monica Piffaretti

Monica Piffaretti, economista di formazione e giornalista di professione, vive e lavora a Bellinzona. È madre di 4 figli. Presiede la Commissione cantonale per l'ottenimento del diploma di giornalismo e Coop Cultura. Dal 2015 è membro della giuria del Grand Prix Möbius editoria in transizione, mentre dal 2018 è membro della Conferenza cantonale della cultura. In campo letterario, ha esordito nel 2009 con *La Panchina di Samarcanda*, targa speciale premio Stresa/Italia; nel 2012 ha pubblicato *Il mistero della casa di marzapane* e nel 2014 *I giorni del delirio*, sempre per le edizioni Salvioni. È poi nata la detective Delia Fischer e le sue tre stagioni. *Rossa è la neve* (Inverno), *Nere foglie d'autunno* (Autunno), *La memoria delle ciliegie* (Primavera). Ha inoltre appena pubblicato l'ecofiaba *La bambina del lago*.

**DURANTE LA SUA ESPERIENZA LAVORATIVA O PERSONALE HA AVUTO A CHE FARE CON LA DISABILITÀ?**

Pesco dal mio profondo. Sono cresciuta con uno zio affetto da una forma intermedia di distrofia muscolare che gli permetteva comunque di lavorare a metà tempo per il comune di Biasca, dove sono cresciuta. Abitava con noi insieme a mia nonna, al piano di sotto.

**IN CHE MODO HA VISSUTO QUESTA ESPERIENZA?**

Da bambina non capivo cosa avesse significato per lui a quindici anni ricevere una diagnosi del genere. Seguiva un apprendistato per diventare fabbro. Era un ragazzo forte, poi di colpo... Non capivo neppure cosa significò per sua madre, allora da poco vedova. Ma forse, proprio la mia spensieratezza di fanciulla birichina e vivace, mi ha permesso di acchiappare tutto il bello del vivergli accanto. Zio Rudy era così e non c'erano lacrime, ma tempo di vita con tanti alti e qualche momento basso. Ricordo che voleva bene a me e alle mie sorelle, che diceva a mia madre di stare tranquilla che «i fioi» (le ragazze in dialetto locale) crescevano bene. Frasi da me colte senza comprenderne tutto il significato. Poi gli anni della mia

maturità hanno chiarito molte cose. Di lui ricordo i gelati offerti al bar, dove giocava a bocce con i soci, gli orecchini regalatimi per i miei vent'anni, l'oboe donatomi quando suonavo in banda. Ricordo anche qualche risata bella: una su tutte, quando in assenza di mia madre cucinai per lui e per mia sorella minore un piatto di gnocchi industriali che finirono in pasto alle nostre galline. Mai stata molto brava ai fornelli... Solo più tardi ho capito che aveva lottato tanto per non pesare addosso alla nostra famiglia, per godere anche lui della vita e per fare la sua strada. Anche quando cadeva pesantemente e lo si doveva aiutare a tirarsi su. Si sentiva umiliato e allora la sua rabbia fuoriusciva, ma quante cose mi ha insegnato e porto con me! Tre su tutte: la voglia di vivere intensamente e di resistere tirando dritto e il grande rispetto per chi affronta quotidianamente questi ostacoli.

**L'ARTICOLO 9 DELLA CONVENZIONE ONU SUI DIRITTI DELLE PERSONE CON DISABILITÀ (CDPD) SPIEGA CHE L'ACCESSIBILITÀ DEVE ESSERE GARANTITA PER PERMETTERE ALLE PERSONE CON DISABILITÀ DI VIVERE IN MODO INDIPENDENTE, DI PARTECIPARE PIENAMENTE, SU BASI DI EGUAGLIANZA, ALLA VITA SOCIALE E DI GODERE SENZA RESTRIZIONI DI TUTTI I DIRITTI UMANI E DI TUTTE LE LIBERTÀ FONDAMENTALI IN UNA CONDIZIONE DI PARITÀ CON OGNI PERSONA. IL NOSTRO PAESE HA SOTTOSCRITTO LA CDPD NEL 2014, MA MOLTO LAVORO RESTA DA FARE: SIAMO ANCORA LONTANI DA UNA SOCIETÀ INCLUSIVA A TUTTI GLI EFFETTI. MONICA PIFFARETTI, PERSONALMENTE COSA NE PENSA? UNA SOCIETÀ DAVVERO INCLUSIVA SARÀ POSSIBILE IN FUTURO O SI TRATTA DI UNA MERA UTOPIA?**

Mi permetta un'osservazione che forse a molti non piacerà: non amo il termine inclusivo. Per me non ci sono steccati o cancelli da aprire per includere. Non riesco a pensare alle persone con disabilità come se dovessimo noi attivarci per farle entrare. Loro, con tutte le problematiche sulle spalle, sono dentro, fanno parte della comunità. E quindi, ha già la mia risposta: va fatto un lavoro continuo e costante. Arricchisce umanamente tutti. TANTO.

**L'ATLETA PARALIMPICO MORENO PESCE DICE CHE «VIVE PER RESPIRARE LA VITA». UN ESEMPIO SU TANTI PER DIRE CHE NON SEMPRE, MA A VOLTE, LA GIOIA DI VIVERE E LA VOGLIA DI FARE SIA QUASI PIÙ PRESENTE NELLE PERSONE CON HANDICAP RISPETTO AI COSIDDETTI «NORMODOTATI». ANZI CON IL LORO ESEMPIO DANNO FORZA E CORAGGIO DI VIVERE. COME MAI SECONDO LEI?**

Mah... forse la sofferenza superata, o da affrontare ogni giorno, non ti fa perdere di vista la finitezza dell'umana esistenza. E con essa la preziosità del tempo che ci è concesso. Quante volte i «normodotati» – altra parola che non amo – dimenticano di assaporare i giorni e si lamentano girando il calendario con insostenibile leggerezza.

## Sonorità reggae che illuminano pur stando al buio

di Samantha Dresti

È uscito il singolo *Sister Moon* della band ZonaSun. Abbiamo incontrato l'autore, Tommaso Mainardi, in arte Tom Siddh, che con questo brano ci fa letteralmente viaggiare, grazie a sonorità *space* e introspettive, ma con una vena vagamente malinconica, stavolta. Lottare per i propri diritti di persona con disabilità è per lui importante ma a volte sembra che nulla possa cambiare. Eppure, pur sapendo che si tratta di un'utopia, cerca un mondo in cui si faccia del bene. Insieme.



suonare il pianoforte a quattro anni e mezzo. La moglie da ragazza ha studiato a lungo balletto classico e il padre di Tommaso è musicista. Giusto per capirci. Che cosa gli manca? Alla nascita gli è stato diagnosticato un tumore maligno alla retina. Tommaso oggi non vede quasi più.

### PARLARE DI ANDICAP

Tommaso Mainardi ha una bella dialettica e una voce radiofonica, si vede che parlare «gli viene facile». Cercando in internet si trovano molte interviste che gli hanno richiesto da più parti. E ora? «Non mi piace più tanto andare a fare il *muppet show* dell'andicap. Ne ho parlato per tanti anni, perché credo che sia necessario, ma ora mi sono un po' stufato. Dopo anni che lo fai e vedi che tanto cambia poco, che tanto quello a cui non offrono un contratto a tempo indeterminato sei tu, e intanto parli parli... diventa frustrante; me ne sono reso conto in particolare un giorno, in cui mi hanno chiesto di dire due parole sulla condizione dell'andicap e sono emersi anche lati pessimisti di me e non mi sono piaciuto un granché». Ci sono anche delle esperienze interessanti però che si fanno in queste situazioni: «un giorno sono andato in una classe di terza media a fare una sensibilizzazione e una ragazzina mi ha chiesto: 'Come fai a innamorarti? Noi ci facciamo belle e voi ciechi non potete vederci: come fate?' Mentre la sua compagna di banco le tirava gomitate, dicendole che non si chiedono queste cose, a me è sembrata una delle domande più schiette e interessanti che mi abbiano mai posto: mi ha fatto scoprire qualcosa di me stesso e mi ha fatto pensare». E la risposta? «Quando sono davanti a una persona il timbro della voce, il tono possono piacermi o non piacermi e da lì immagino dei tratti fisici che corrispondono a questi suoni, lo stesso vale per il profumo...».

### ANNI COMPLICATI MA SORPRENDENTI

Tra il 2013-2021 per Tommaso è stato un periodo molto bello e importante, ma anche difficile: ha incontrato sua moglie, si sono sposati e hanno deciso di adottare un bambino. In questi anni così importanti, però, ha anche

C'è una frase che ritorna qualche volta in interviste o dichiarazioni di Tommaso Mainardi ed è emersa anche oggi, incontrandolo. È il concetto del «fare con», che Tommaso ha fatto suo dal francese «faire avec». Un'idea che lo rappresenta bene: «si fa con quel che si ha, non con quello che manca». E di cose, Tommaso, classe 1979 di Locarno, ne ha fatte e ne fa tante: è animatore radiofonico, laureato in scienze della comunicazione, musicoterapeuta, compone testi e musica per il gruppo reggae ZonaSun, dove canta e suona la tastiera da più di un ventennio. È padre di un bambino di sette anni e in casa loro non manca mai la musica. Tommaso ha iniziato a

dovuto fare i conti con il fatto che non riusciva più a fare le cose come prima, perché la sua vista stava peggiorando e non riusciva nemmeno più a produrre la sua musica. Intendiamoci, non è che prima di questo periodo ci vedesse bene ma, anche se con fatica, si destreggiava abbastanza bene tra quotidianità e lavoro. Per fortuna, poi, parlando con un musicista, ha scoperto una tastiera particolare, un controller, che non ha le lettere, come la tastiera per scrivere, ma dei potenziometri rotanti (vedi foto sotto) e – questa è la cosa bella – ha la sintesi vocale, quindi, gli permette di ricavare delle sonorità da un'immensa libreria di suoni.



### LA MUSICA, UNA PORTA PER IL MONDO

Tommaso da ragazzo ha cominciato a fare musica, partendo dall'hip hop americano, poi ha suonato il sax in un gruppo ska-punk, dopodiché è approdato alla dub. Quando ha scoperto il reggae ha subito amato l'approccio un po' diverso alla vita di questo genere di musica: «rimane il lato di denuncia e di impegno sociale, che mi è sempre stato a cuore, ma con un atteggiamento meno nichilista, per certi versi, con sonorità più gioiose e un'attitudine più positiva nei confronti della vita: un aspetto che si avvicina di più al mio carattere. Un lato di me crede fermamente infatti che, se siamo insieme, se affrontiamo le cose in un certo modo, possiamo fare bene in questo mondo. Si tratta di un approccio che si avvicina molto anche alla visione della vita che ho imparato facendo yoga, fin da quando avevo 14 anni».

Il musicista locarnese ha ideato ZonaSun, il gruppo musicale che, tra le altre cose, è stato vincitore assoluto di Palco ai giovani 2008, (vedi biografia nel box a lato) e vorrebbe fare della sua musica il suo lavoro principale, ma «davvero non è facile, anche perché faccio un tipo di musica poco commerciabile e poi anche questo ambito è

### BIOGRAFIA DI ZONASUN, UN GRUPPO IN CONTINUA EVOLUZIONE



ZonaSun nasce nel 2003 dall'impulso di Tommaso Mainardi, in arte Tom Siddh, cantautore, produttore, cantante e tastierista non vedente. È lui il cuore e la mente di questo progetto reggae, dall'anima roots con moderne influenze dub, hip hop ed elettroniche. Un sound che riflette la sensibilità e l'impegno sociale dei testi di Tommaso. Nel 2006, la band ha partecipato alle fasi finali dello European Reggae Contest al Rototom Sunsplash Festival allora a Osoppo, in provincia di Udine e nel 2008, il pubblico e la giuria di qualità del concorso musicale Palco ai Giovani a Lugano hanno premiato ZonaSun con il primo posto. La band ha poi vinto anche il contest Let Your Sound Shine sul sito Reggae.ch, guadagnandosi l'onore e l'opportunità di esibirsi sullo stesso palco di grandi artisti internazionali quali Shaggy, Alborosie, Ce'Cile e Tiken Jah Fakoly al Reeds Festival di Pfäffikon, Svizzera.

Nel 2008, ZonaSun ha pubblicato il suo album di debutto *Subliminal Love* seguito nel 2011 dal secondo lavoro, intitolato *Shiny Red*. Dopo l'uscita del secondo album, ZonaSun ha avuto una lunga serie di concerti. Poi, l'attività live si è un po' ridotta per permettere a Tom Siddh di ritrovare il giusto equilibrio e la giusta spinta creativa a seguito dell'aggravarsi delle sue difficoltà visive. Fortunatamente nel 2016 Tom Siddh ha ritrovato lo storico bassista della band Jacques Shamano. Grazie all'aiuto di Jacques e ad alcuni strumenti accessibili a persone con handicap visivo, Tom Siddh ha potuto mettere a punto nuove strategie e ritrovare un buon work flow, affinando e sviluppando ulteriormente le proprie abilità e il proprio stile. Nel dicembre del 2019 è finalmente uscito il singolo *Coming Home*, che rappresenta il primo esempio di questo suono rinnovato: tra digitale e analogico, al passo con i tempi ma che non dimentica le radici e il calore. Anche sul fronte dei live c'è stata un'evoluzione finalizzata a portare dal vivo le nuove produzioni con una formazione più snella, anche grazie all'utilizzo della tecnologia al servizio della musica. Il risultato è un quartetto che fonde suoni più classici come flauto, chitarra elettrica, basso e tastiere, con interventi di synth e sequenze anche dal vivo. E anche per quanto riguarda la batteria, casse e rullanti elettronici convivono con suoni più organici. Il tutto colorato da effetti come echi e riverberi, tipici della dub music, realizzati dallo stesso Tom Siddh durante le esibizioni live.

diventato sempre più visivo attraverso i social. Da ragazzo avevo deciso di fare musica anche perché qui il mio handicap è minimizzato, sono cresciuto definendo chi sono proprio anche attraverso la musica. È sempre stato il mio modo per stare con gli altri. Un modo un po' privilegiato, che mi ha permesso di avvicinare la gente: se ti trovi in un locale e sei quello che ha suonato è più facile che qualcuno ti venga a salutare, a parlare. Io di mia spontanea volontà non lo posso fare, perché non vedo chi c'è intorno a me e non posso prendere l'iniziativa di andare a salutare un amico o un conoscente; è brutto ma è così». La musica, infatti, negli anni ha permesso a Tommaso di costruire relazioni, conoscere gente, creare collaborazioni, farsi del bene oltre a condividere la sua passione con altre persone: «è un modo bello di stare con gli altri». Anche se un po' di pessimismo emerge: «ho l'impressione che il senso della vista, assuma sempre più importanza, anche nella musica: l'apparire, i video, i social sono aspetti prettamente visivi». Ma poi la musica per Tommaso Mainardi è anche cura degli altri. Nel 2011 ha conseguito un master in musicoterapia, che pratica per aiutare a far emergere risorse interne del bambino o dell'adulto a dipendenza delle necessità. «Dove tengo le mie sedute? Ora purtroppo mi sono un po' arenato, perché non ho più uno spazio mio dove praticare la musicoterapia. Intanto continuo comunque a essere attivo alla scuola di musica HMI di Bellinzona o presso le associazioni che lo richiedono. Sono sempre felice di collaborare con persone o enti che lo desiderano».



Tommaso Mainardi  
fotografato da Diego Gomez

USCENDO DALLA STAZIONE, MI TROVERÒ DAVANTI DEI GRADINI NON ADATTI A ME E LI DOVRÒ USARE. POSSO DIRE FIN CHE VOGLIO CHE QUALCOSA È SBAGLIATO, PERÒ NEL FRATTEMPO LE COSE, O ALCUNE COSE, NON CAMBIANO.

**INSEGUIRE L'UTOPIA**

«Questa è la vita che abbiamo da vivere, cerchiamo di viverla al meglio. Io non dico che deve andare tutto bene, che bisogna vedere il positivo dappertutto anche quando non c'è. Ma a un certo punto anche se una cosa non è giusta io devo continuare la mia vita. Oggi pomeriggio andrò a Bellinzona e, uscendo dalla stazione, mi troverò davanti dei gradini non adatti a me e li dovrò usare. Posso dire fin che voglio che qualcosa è sbagliato, però nel frattempo le cose, o alcune cose, non cambiano. E allora al posto che perdere tempo ed energie ad arrabbiarmi, devo usare il mondo che ho a disposizione. Questo non vuole dire smettere di sensibilizzare, ma io credo piuttosto nel creare una cultura diversa intorno all'handicap». Esisterà un giorno un mondo fatto da tutti e per tutti, un mondo inclusivo? «Credo che sia un'utopia, ma non per questo non bisogna inseguirla».

**DA ASCOLTARE ASSOLUTAMENTE**



Il 15 ottobre scorso, in occasione della Giornata internazionale del bastone bianco, è uscito il singolo «Sister Moon» di ZonaSun, il gruppo reggae di Tommaso Mainardi, in arte Tom Siddh. Composto e prodotto da Tommaso Mainardi, mixato e masterizzato da PrinceVibe, Sister Moon arriva dopo la pubblicazione dell'EP Rising e segue il percorso della band svizzera verso il nuovo album, previsto per il marzo 2025.

«Sister Moon» è un brano lento e introspettivo dal sound moderno con interventi di synth che gli danno un tocco elettronico, con le percussioni Nyabinghi che mantengono il legame con le radici del reggae e ne sottolineano il carattere mistico e spirituale. Il falsetto e la voce piena si alternano, lanciando una richiesta alla luna di vegliare su chi la notte non riposa, ma anche su tutta l'umanità addormentata... Si può ascoltare il brano su YouTube e su tutte le altre piattaforme digitali.

**Progettare l'inclusione. Ovvero, la ricchezza della diversità**

di Samantha Dresti

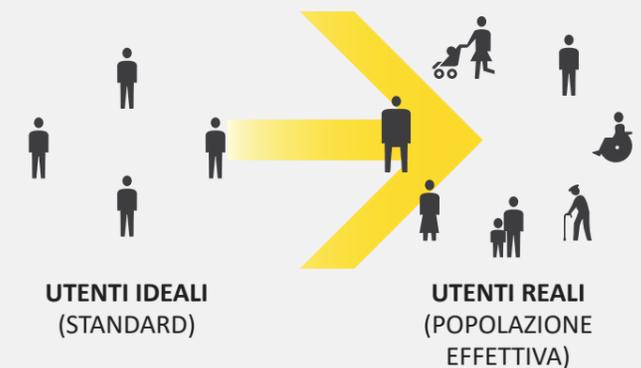
*inclusione handicap ticino* non parla più da anni di «integrazione» delle persone con handicap, bensì d'inclusione. È una questione di miglioramento del nostro modo di concepire il vivere insieme, che riguarda anche una maniera diversa di progettare, costruire gli spazi comuni e privati. Vediamo come.

**P**arlamo con un'esperta di architettura inclusiva, l'architetto Caterina Cavo, che abbiamo ascoltato all'Accademia di Mendrisio, al Lugano Lifestyle e alla Conferenza annuale TicinoEnergia a Bellinzona, dove ha tenuto alcune conferenze pubbliche dal tema «Design for All: progettare l'inclusione».

I temi affrontati in queste occasioni dal nostro architetto sono stati parecchi, ma vogliamo riportare qui alcuni capisaldi che ci stanno particolarmente a cuore. Uno fra tutti è la differenza tra integrazione e inclusione. Già nell'anno 2017, il nostro ente ha sentito la necessità di cambiare il proprio nome da Federazione Ticinese Integrazione Handicap (FTIA) a *inclusione handicap ticino*. Come mai? Lo scopo è stato quello di allinearsi maggiormente alla Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità, che la Svizzera ha ratificato nel 2014. Non si tratta, infatti, di mera differenza di vocabolario, di capriccio linguistico, bensì di un vero e proprio cambio di mentalità, come si può rapidamente constatare anche dallo schema sotto. Il passaggio da integrazione a inclusione è un vero e proprio passo avanti, uno step evolutivo nella concezione della nostra società: il concetto d'inclusione porta infatti

anche a una differenza nel modo di progettare e costruire: se la mera costruzione senza ostacoli è espressione del principio di integrazione, progettare per tutti, a 360 gradi, è, invece, espressione del principio di inclusione.

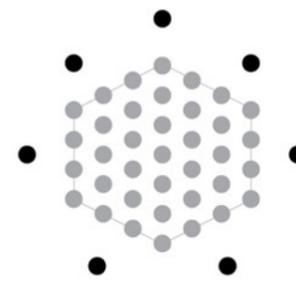
Costruire per utenti ideali è tipico di una cultura progettuale che produce soluzioni standardizzate, con adeguamenti a posteriori, mentre costruire per utenti reali, tutti diversi tra loro e con diverse possibilità di movimento è la caratteristica di una cultura progettuale che esalta il valore della diversità.



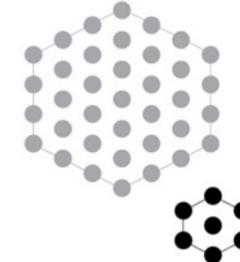
integrazione



inclusione



esclusione



segregazione

Negli schemi sopra, ideati dal Centro di Competenza Design for All Svizzera, vediamo dapprima come è cambiata negli anni l'idea di utente finale: progettare pensando fin dall'inizio a persone reali, con le loro differenze e il loro diverso modo di muoversi, porta a realizzazioni che esaltano il valore della diversità. La nostra società ha conosciuto nel corso della storia (e in certi casi conosce ancora purtroppo) l'esclusione e la segregazione. Ha visto, poi, gli effetti positivi dell'integrazione. Riuscirà ora ad evolversi e a raggiungere l'inclusione sociale?

## Qualche domanda all'architetto Caterina Cavo



**CATERINA CAVO, COME SI COSTRUISCE IN MANIERA INCLUSIVA?**

La nostra associazione ha scelto di promuovere il Design for All come strumento di progettazione inclusiva. Il Manifesto da noi redatto, al principio 1, definisce il Design for All come:

un approccio metodologico al progetto di spazi, prodotti e servizi che ha come finalità l'inclusione sociale, l'uguaglianza e la parità di diritti.

Con l'obiettivo di trovare soluzioni a misura di tutti, alcune attività sono fondamentali: in fase di pianificazione strategica e durante l'elaborazione dei piani architettonici è necessario considerare le esigenze, gli input ed i desideri delle persone – con e senza disabilità –. Ciò è possibile attraverso un processo partecipativo che prevede la consultazione dei fruitori finali.

**A PARTE GLI ESPERTI NEL SETTORE DELLA COSTRUZIONE, QUAL È LA REAZIONE DI UN PUBBLICO VARIO QUANDO SI PARLA DI «DESIGN FOR ALL», «ARCHITETTURA UNIVERSALE», «COSTRUIRE INCLUSIVO»?**

Quando portiamo i temi dell'inclusione all'attenzione dei cittadini, le persone sono interessate e si sentono coinvolte; potersi muovere in autonomia e poter giovare di uno spazio accessibile migliora la qualità di vita di tutti. Rimangono sempre alcune resistenze che, tuttavia, crediamo superabili nel tempo, grazie alla crescita di una cultura dell'inclusione.

**CAPITA ANCORA DI SENTIR PARLARE DI «INTEGRAZIONE», ANZICHÉ «INCLUSIONE»?**

Sì, certamente; spesso i termini sono usati come sinonimi, anche se chi lavora in questo ambito ha ben chiaro quali siano le differenze. In termini generali, ciò che conta è la volontà di promuovere i concetti di parità di diritti (che, appunto, sono definiti in modo esaustivo nel termine «inclusione»).

**COME DICE IL PRIMO PRINCIPIO DEL MANIFESTO DESIGN FOR ALL, NELLA FASE DI PROGETTAZIONE CI SI RAPPORTA IN UN GRUPPO DI LAVORO COMPOSTO DA UNA PLURALITÀ DI PERSONE VARIEGATO. DOMANDA: CAPITA DI RICONTRARE DIFFICOLTÀ NEL METTERE D'ACCORDO LE DIVERSE VISIONI QUANDO CI SI TROVA IN QUESTI GRUPPI DI LAVORO?**

No, le nozioni che emergono dalla consultazione dei fruitori finali, con e senza disabilità, sono tutte interessanti e stimolanti per migliorare il progetto.

Le richieste emerse non possono essere prese in conside-

razione nella loro globalità, perché bisogna fare i conti anche con i vincoli normativi ed economici imposti dal contesto. Tuttavia, il Design for All permette un incontro di competenze e di esperienze che arricchiscono sempre l'intervento e rendono gli spazi accessibili e belli.

**TROVARE UNA SOLUZIONE FINALE CHE SIA DAVVERO ADATTA AL FRUTTORE FINALE (UN ESSERE UMANO VERO E PROPRIO, CON LE SUE EVENTUALI DIFFICOLTÀ E IMPERFEZIONI E NON UN ESSERE IDEALE), PROCURA SICURAMENTE UNA CERTA SODDISFAZIONE. IN GENERALE, QUINDI, QUALI SONO I VANTAGGI NEL PARTECIPARE A GRUPPI DI LAVORO DESIGN FOR ALL?**

Per il fruitore finale significa avere la possibilità di portare il proprio contributo, confrontarlo con altre esperienze ed anche di conoscere le dinamiche legate alla progettazione architettonica. Per il progettista significa ottenere informazioni nuove, che ottimizzano le soluzioni spaziali; altresì l'architetto o l'ingegnere ha l'occasione di comprendere meglio il mondo della disabilità. Ci sono vantaggi anche per gli specialisti, come noi, che già lavorano nell'ambito dell'accessibilità: il Design for All ci permette di imparare tantissimo e di portare tali apprendimenti in nuovi progetti. Infine, il promotore immobiliare potrà ottenere una costruzione che risponde meglio alle esigenze di mercato. Progettare in modo inclusivo porta benefici davvero per tutti!



**AIUTACI A COSTRUIRE IN MODO INCLUSIVO: ENTRA A FAR PARTE DEL GRUPPO DI LAVORO DESIGN FOR ALL. LA TUA OPINIONE È FONDAMENTALE!**

Oltre al personale interno e a dipendenza della tipologia di intervento, il Centro di Competenza Design for All promuove la progettazione partecipata. Per fare questo è necessario istituire un gruppo di lavoro, formato da persone – con e senza disabilità – che possano mettere a disposizione la loro esperienza per definire esigenze e soluzioni specifiche.

Il contributo volontario del gruppo di lavoro, coordinato dal Centro di Competenza Design for All, valorizza il progetto attraverso la partecipazione di un target rappresentativo di fruitori finali.

**Candidati per entrare nel gruppo di lavoro Design for All!**



Come fare? Basta fotografare il codice QR qui a lato con il tuo telefono e troverai il formulario per l'iscrizione.

■ È inoltre, possibile ottenere maggiori informazioni sull'adesione al gruppo di lavoro scrivendo a: [info@designforall.ch](mailto:info@designforall.ch)

## Quando lo sport porta il sorriso

di Rafael Almeida Marto

L'evento Piediquiz racchiude in sé diversi aspetti, dallo sport alla socializzazione alla scoperta del territorio. Quest'anno si è svolto a Cresciano.



Il titolo di quest'anno è «Le olimpiadi del sorriso», che evidentemente è stato anche di buon auspicio. Il buonumore, infatti, non è mancato lo scorso 6 ottobre, quando si è tenuto l'annuale Piediquiz.

Di che cosa si tratta? Per chi non lo conoscesse, il Piediquiz è un evento all'insegna dello sport e dell'amicizia, il cui obiettivo è quello di offrire agli sportivi e ai gruppi del Cantone un'opportunità annuale d'incontro alla portata di tutti. Oltre a divertirsi e a fare movimento in compagnia, si desidera anche conoscere e scoprire nuove località del Cantone. Il percorso previsto, inoltre, deve essere totalmente accessibile, meglio se situato lontano dal traffico.

A organizzarlo quest'anno è stato il Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese (GSIB). È consuetudine che a rotazione, infatti, uno dei gruppi sportivi affiliati al nostro ente, organizzi questa manifestazione che quest'anno si è svolto al campo di calcio di Cresciano.

Il tempo è stato clemente: nuvoloso ma asciutto, così tra pesca sportiva di pesciolini, tiro al bersaglio, slalom con il pallone gonfiabile, lancio di precisione di sacchetti di

riso, tiro al volo di distanza, gioco ai dadi con domande di cultura generale, balli in gruppo e quiz di conoscenze generali sulla regione, oltre 60 atleti e 30 accompagnatori/aiuti dei gruppi affiliati – Gruppo Sportivo Integrato del Bellinzonese, Gruppo Sport Inklusivo Tre Valli, Sport Is Life di Lugano, Società Invalidi Sportivi del Locarnese e Sport Insieme Mendrisiotto – hanno partecipato al pomeriggio, terminato con una gustosa merenda.

Per portare con sé ancora a lungo il ricordo della giornata, ogni partecipante ha ricevuto un cappello e uno zaino contrassegnato da uno *smile*, oltre a una meritata medaglia simbolica.

Ringraziamo di cuore il GSIB per l'ottima organizzazione e la bella giornata passata assieme!

**RICORDIAMO CHE C'È ANCORA LA POSSIBILITÀ DI ISCRIVERSI ALLE ATTIVITÀ SPORTIVE**



- **25 gennaio 2025** Raiffeisen Kids Ski Day, giornata di sci per bambini/e
- **1 febbraio 2025** Gastroracchettata di Carì
- **16 febbraio 2025** Passeggiata con le ciaspole
- **8-14 marzo 2025** Settimana invernale a Klosters, sci e ciaspole



Trovi qui sia il programma sportivo sia il formulario d'iscrizione.

# Una rivista per includere

di Samantha Dresti

Vorremmo sondare la soddisfazione di voi lettori riguardo alla rivista che avete sott'occhio con un sondaggio. Tra le domande che poniamo, ce n'è una che in generale interessa forse tutto il campo dell'editoria: continuare a leggere su carta o in formato digitale?

**G**razie all'occasione speciale del giubileo di *inclusione handicap ticino*, avvenuto lo scorso anno, abbiamo avuto modo di riflettere sul cammino fatto insieme in questi anni da più punti di vista. Continuando questo approccio, che potremmo definire auto-riflessivo, vorremmo ora chinarci su uno dei nostri strumenti di comunicazione esterna, che è la rivista trimestrale *Notiziario*, inviata a soci e simpatizzanti.

Lo scopo della rivista è quello d'informare su attività e progetti che *inclusione handicap ticino* realizza in vari ambiti, dall'abbattimento delle barriere architettoniche, alle novità in seno al Centro di Competenza Design for All, ai conseguimenti delle persone in formazione, ai prodotti creati al nostro interno, agli eventi sportivi e inclusivi, fino alle notizie di attualità nell'ambito della politica sociale e della cultura; senza dimenticare poi di raccontare storie quotidiane d'inclusione e, in generale, di riflettere insieme sulla disabilità.

La rivista *Notiziario* è nata nel 1995 ed è stata creata per comunicare informazioni interne alla Federazione (allora FTIA), con lo scopo di mettere al corrente i propri membri riguardo ad attività, assemblee e manifestazioni sportive.



Con l'anno 2017 avvengono alcuni cambiamenti per il nostro ente. Innanzitutto, muta la denominazione da Federazione Ticinese Integrazione Andicap (FTIA) a *inclusione handicap ticino*, che ha comportato il rinnovo non solo dell'immagine, ma anche dei supporti con i quali



abituamente si comunicava con soci e sostenitori.

Il primo *Notiziario* del 2017, infatti, si contraddistinse rispetto al passato per una nuova impostazione grafica e una rinnovata linea editoriale con l'intento di rendere più fruibile e leggera la lettura.



## PARTECIPA AL SONDAGGIO

■ Lo scopo è quello di ottimizzare il nostro lavoro, per offrire uno strumento d'informazione idealmente il più possibile «su misura» al variegato target dei lettori a cui ci rivolgiamo: persone con e senza handicap, gruppi sportivi affiliati, media, associazioni e simpatizzanti.



Ci vorrà giusto qualche minuto per rispondere. Come fare? Basta fotografare con il telefono questo QR Code

■ Se ci sono delle eventuali difficoltà nel compilare il formulario, non bisogna esitare: contattaci al numero telefonico 091 850 90 90 tra le ore 9.00 e le ore 11.00 (a parte durante i giorni di chiusura natalizia dal 25 dicembre al 6 gennaio) e chiedi espressamente del sondaggio. Qualcuno di noi sarà con piacere al tuo servizio!



Alle prime 20 persone che risponderanno, verrà inviata in regalo una borsa realizzata e prodotta da persone con disabilità che lavorano nel Settore Azienda, di *inclusione handicap ticino*.

Grazie per le risposte: ci aiuteranno ad ottimizzare il nostro lavoro!

# L'inclusione passa anche attraverso film e documentari di qualità: le nuove proposte RSI

di Aixa Andreetta

Lingua dei segni, audiodescrizioni e sottotitoli per un numero sempre maggiore di film e documentari per l'intrattenimento di tutti e per riflettere sull'inclusione.



Qui sopra un fotogramma del film dedicato all'incredibile storia di Nadja, la quale afferma che c'è sempre una via per la felicità e la realizzazione.

**P**er la Giornata internazionale delle persone con disabilità, dello scorso 3 dicembre, anche Play Suisse si è attivata e ha messo a disposizione un film, uscito in anteprima a Zurigo, inserendo i sottotitoli in italiano al film «Nadja, un percorso di vita meraviglioso, seppur a ostacoli», che intende attirare l'attenzione sul bisogno di autoaffermazione e autonomia delle persone con disabilità.

Nel film-documentario conosciamo Nadja, una donna la cui vita quotidiana è fonte di ispirazione e di riflessione. Nadja convive con l'atrofia muscolare spinale fin dalla nascita, una condizione che la limita fortemente dal punto di vista fisico e la rende dipendente da una sedia a rotelle e da aiuti esterni. Ma nonostante queste sfide, irradia un'incredibile voglia di vivere e autodeterminazione. Nadja padroneggia la sua vita e mantiene il suo atteggiamento positivo nonostante le avversità. Questo documentario non è solo una storia di vita con una disabilità, ma anche un'ispirazione per tutti noi ad affrontare le nostre personali sfide con coraggio e ottimismo; ci spinge a rivedere la nostra visione del mondo e ci incoraggia ad assaporare la vita nella sua essenza, con positività e determinazione.

## UN PASSO AVANTI VERSO L'INCLUSIONE

Rendere accessibili i programmi a tutte le persone con disabilità sensoriale è uno dei compiti che caratterizzano il mandato di servizio pubblico. Ogni giorno dunque, per favorire l'accessibilità, la RSI offre programmi in lingua dei segni, audiodescritti e sottotitolati. L'offerta di anno in anno si è ampliata sia a livello qualitativo sia a livello quantitativo, sulla base di un accordo raggiunto con le associazioni che operano nell'ambito della disabilità sensoriale.

Tutta l'offerta è rivedibile o riascoltabile su Play RSI nelle seguenti categorie:



Lingua dei segni QR Code



Audiodescrizioni QR Code

## DA FRUIRE

### QUANDO LA CRONACA SEMBRA UN FILM

Segnaliamo, inoltre, che su Play Suisse è disponibile anche in italiano la serie «Accadde il...» e in occasione della pubblicazione della settima puntata, dedicata allo tsunami che colpì l'Asia 20 anni fa, tutti gli episodi sono ora dotati di audiodescrizione (in aggiunta ai sottotitoli). Si tratta di una serie che racconta i fatti della recente storia, affrontati nei dettagli ma con un approccio cinematografico. Questo permette al grande pubblico di riappropriarsi con un certo distacco, pur consapevole, di eventi dai risvolti anche tragici. Qualche titolo: «La rapina del secolo», «Swissair 111 – il disastro di Halifax», «La strage di Zugo», «Finché morte non vi separi», «Il treno fantasma di Spiez», «La rapina alla Bührle».

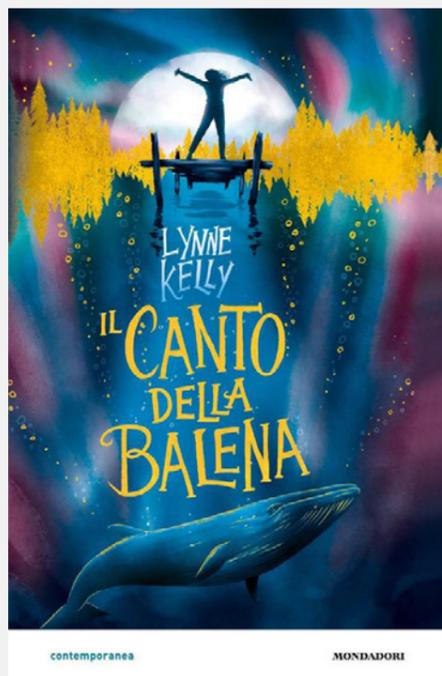


Accedi qui alla sezione Docufiction di Play Suisse



### UN ALTRO PASSO AVANTI VERSO L'INCLUSIONE

Lo sapevi che dal 6 gennaio prossimo il Notiziario della RSI delle ore 10:00 in onda su Rete Uno verrà tradotto in Lingua facile? Lo si potrà ascoltare alle ore 11:45 e anche leggere sul sito!



### ABBIAMO LETTO PER VOI

*Il canto della balena*

Autrice: Lynne Kelly

Traduzione: Denise Silvestri

Editore: Mondadori, 2024

Iris non sente, ma se posa le mani su una superficie avverte le vibrazioni prodotte dai suoni. A scuola è l'unica studentessa sorda e nessuno sembra interessato a imparare la lingua dei segni per comunicare con lei, ma durante l'ora di scienze Iris scopre la storia di Blue 55, una misteriosa balena il cui canto è diverso da quello di tutte le altre, e che per questo non riesce a interagire con loro. Iris decide quindi di comporre una canzone per Blue 55 e fargliela ascoltare. Parte così per un indimenticabile viaggio alla ricerca della balena, accompagnata da una nonna coraggiosa e unica quanto lei.

Età di lettura: da 10 anni

**IMPRESSUM**  
Notiziario, edizione 04 2024  
La rivista ufficiale di  
*inclusione اندicap ticino*  
www.inclusione-andicap-ticino.ch  
info@inclusione-andicap-ticino.ch

**Editore e amministrazione**  
*inclusione اندicap ticino*  
6512 Giubiasco

**Pubblicazione**  
Trimestrale, 4 edizioni l'anno

**Tiratura**  
2'300 copie (© WEMF 2019)

**Direttore**  
Marzio Proietti

**Redattrice responsabile**  
Samantha Dresti

**Comitato di redazione**  
Marzio Proietti, Rafael Almeida  
Marzo, Claudia Bianchini, Caterina Cavo,  
Alice Ciocco, Jannis Lepori

**Hanno collaborato a questo numero**  
Aixa Andretta,  
Monica Piffaretti

**Grafica e impaginazione**  
*inclusione اندicap ticino*, Daniele Spensieri

**Stampa**  
FontanaPrint SA, Pregassona



**Distribuzione**  
*inclusione اندicap ticino*, Giubiasco

**Inserzioni pubblicitarie**  
091 850 90 90  
redazione@inclusione-andicap-ticino.ch

**Prossima edizione:**  
Numero 01/2025 – marzo  
Chiusura di redazione:  
6 febbraio 2025

© 2025 *inclusione اندicap 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 اندicap ticino*.

Scopri il Calendario 2025, richiedi la tua copia e sostienici!



# #misentolibero

Il Calendario di *inclusione اندicap ticino* rappresenta il nostro principale strumento di sensibilizzazione e raccolta fondi.

Attraverso questo progetto possiamo trattare il tema della disabilità sotto vari aspetti.



www.iosostengo.ch



PIATTAFORMA



MINIASCENSORE

AL  
**100%**

Piattaforme e cabine disponibili  
in varie dimensioni.

## MOBILI IN CASA PROPRIA

I nostri prodotti sono progettati per integrarsi facilmente agli ambienti circostanti. Compatti e veloci da installare, sono la soluzione ideale per le persone in sedia a rotelle.

In tutta la Svizzera

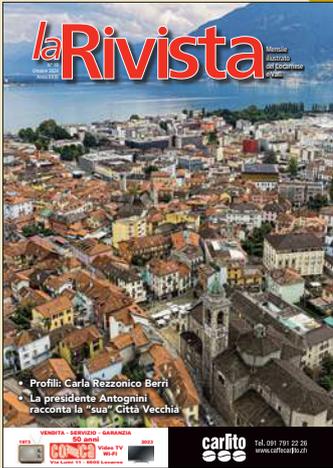


T 091 232 80 98

sales@stannah.ch

**Stannah**

www.stannah.ch



**Mensile illustrato  
del Locarnese e Valli**

Tiratura 8'500 copie  
Stima lettori 34'000  
11 numeri all'anno

**Abbonamento annuale  
Fr. 82.-**



**Mensile illustrato  
del Bellinzonese  
e del Piano di Magadino**

Tiratura 5'000 copie  
Stima lettori 20'000  
11 numeri all'anno

**Abbonamento annuale  
Fr. 68.-**



**Bimestrale illustrato  
del Mendrisiotto  
e Basso Ceresio**

Tiratura 5'500 copie  
Stima lettori 22'000  
6 numeri all'anno

**Abbonamento annuale  
Fr. 55.-**



**Periodico illustrato  
del Luganese**

Tiratura 5'500 copie  
Stima lettori 22'000  
6 numeri all'anno

**Abbonamento annuale  
Fr. 58.-**

*Abbonati o promuovi la tua attività  
sulle Riviste più lette del Ticino!*



**Editore**  
Armando Dadò

**Amministrazione e abbonamenti**  
Tipografia Stazione SA, via Orelli 29,  
CP 563, 6601 Locarno  
tel. 091 751 63 36 / 091 756 01 20  
shop@editore.ch - www.editore.ch

**Direttore commerciale e pubblicità**  
Leonida Passoni  
tel. 079 338 17 40, lpassoni@editore.ch