

15 ottobre 2021
Giornata internazionale
del bastone bianco

NOI CI SIAMO!

... DA 75 ANNI!



Unitas

Associazione ciechi e ipovedenti della Svizzera italiana

Il bastone bianco

Le persone cieche e ipovedenti si servono del bastone bianco:

- **per essere riconosciute** come persone che hanno problemi di vista. Molte volte l'andicap visivo non è facilmente identificabile, per cui le altre persone non possono accorgersi che il loro interlocutore ha delle difficoltà nel riconoscere i visi, i semafori, leggere i cartelli stradali o gli orari dei mezzi di trasporto. Spostandosi con il bastone bianco si «rende visibile» l'andicap, si segnala di essere cieco o ipovedente;
- **per indicare che intendono attraversare la strada;**
- **per proteggersi.** Con il bastone bianco si può tastare il terreno dove si va a mettere il piede, valutare la distanza dagli ostacoli o verificare l'altezza di uno scalino.



I bastoni bianchi sono di vari tipi e hanno caratteristiche diverse:

- il **bastone d'appoggio** (1) offre sostegno a chi ha problemi di deambulazione;
- il **bastone lungo** (2) dà una protezione maggiore negli spostamenti;
- il **bastone di segnalazione** (3) risponde alle esigenze delle persone ipovedenti che non necessitano di sostegno o di un bastone lungo.

La Unitas, mediante il Servizio tiflogico e il Servizio giovani, assiste le persone cieche e ipovedenti nella scelta del bastone bianco e nell'istruzione.

**Occhio al bastone bianco:
ha sempre la precedenza!**

Ordinanza sulle norme della circolazione stradale svizzera, articolo 6, capoverso 4:

«ai pedoni ciechi non accompagnati, che, alzando il bastone bianco, indicano di voler attraversare la carreggiata, deve sempre essere accordata la precedenza».

Quando gli occhiali non bastano più...

L'occhio è l'organo che, forse più di altri, mi rende consapevole degli anni che trascorrono

- Faccio sempre più fatica a leggere
- Ho problemi a orientarmi in casa e sulla strada
- Mi accorgo di aver difficoltà a riconoscere le persone che incontro
- Spesso sbaglio nel comporre il numero di telefono sulla tastiera

La mia autonomia nella vita quotidiana ne soffre!

- Rinuncio a leggere il giornale o un libro
- Attendo che i figli, nipoti, amici, vicini si occupino della mia corrispondenza
- Evito appena possibile di uscire di casa
- Non faccio più telefonate, nell'attesa che qualcuno mi chiami

Unitas c'è per darvi una mano!

Quattro operatori specializzati per

- Seguirvi per essere il più autonomi possibile a domicilio
- Valutare assieme il vostro potenziamento visivo
- Consigliare i mezzi ausiliari che meglio rispondono ai vostri bisogni
- Accompagnarvi per salvaguardare al massimo l'autonomia negli spostamenti

Quali sono i mezzi ausiliari per chi è ipovedente o cieco?

Alcuni esempi:

- L'orologio parlante: per ritrovare la relazione con il tempo
 - Apparecchi per la lettura: per non perdere il piacere di tenersi informato
 - Telefoni con tastiere ben visibili: per poter ritornare a telefonare in libertà
 - Bastone bianco: per riconquistare autonomia sulla pubblica via
- ... e tanto altro ancora ...!!!

Ma quanto mi costa?

- Il Servizio tiflogico di Unitas è finanziato dall'Ufficio Federale delle Assicurazioni Sociali e dunque è gratuito per gli utenti
- Per l'acquisto dei mezzi ausiliari, in caso di necessità, esistono varie possibilità di finanziamento che vi verranno indicate dagli operatori

Ma io cosa devo fare?

- Essere consapevole che l'abbassamento delle capacità visive è un fenomeno strettamente legato all'invecchiamento
- Prendere atto che esistono persone e mezzi tecnici che possono aiutare a salvaguardare la mia autonomia
- Accettare con serenità la mia situazione e nel contempo non spaventarmi nel chiedere aiuto

E i famigliari?

Chi ha un congiunto con problemi di ipovisione reagisce in vario modo

- Si sostituisce in tutte le funzioni che l'anziano non riesce più ad assolvere
- Si demoralizza e pensa rapidamente a un collocamento in una casa per anziani
- Assume un atteggiamento genitoriale che può anche colpevolizzare l'anziano: «ma fai attenzione, perché fai questo... perché... perché?»

L'anziano con problemi alla vista ha il diritto di ricevere tutti i supporti per salvaguardare la propria autonomia.

Per questo Unitas vi dice...

NOI CI SIAMO!

Una vita a 100 all'ora!

Nome: Claude Chevaux

Età: 77 anni

Residenza: Minusio

Professione: geometra,
pensionato contro voglia

Hobby: bricolage,
elaborare progetti, internet

Sport: sci,
acquagym, palestra

Piatto preferito:
tutte le paste, brasato

Sogno nel cassetto:
poter ritornare a guidare

Claude Chevaux, Minusio

Originariamente nelle sue vene scorreva sangue vodese. Ma poi, seguendo la famiglia, si è aggiunta anche una sfumatura svizzero tedesca e soprattutto ticinese. Ma c'è anche un poco di sapore centro americano, con l'attuale moglie originaria di Santo Domingo, dove ha anche vissuto per alcuni mesi. Oggi però la sua terra di appartenenza è il Ticino, tanto che rapidamente la nostra chiacchierata scivola dall'italiano al dialetto. Aveva iniziato come apprendista ebanista. «Terminata la formazione, ritornato in Ticino, non avevo trovato lavoro». Così, un corso serale dopo l'altro, acquisisce una formazione di geometra. Da allora la sua vita è interamente dedicata ai cantieri edili. «Un lavoro che mi appassionava, tanto che ho continuato a lavorare ancora per due anni oltre l'età della pensione» dice sospirando. «La mia vita è però cambiata 10 anni fa. Mentre stavo effettuando delle misurazioni su un cantiere a Ronco sopra Ascona improvvisamente si sono offuscate le lineette dell'apparecchio con cui stavo lavorando. Cambio occhio e tutto torna normale». La sentenza giunge dopo la visita da uno specialista: maculopatia degenerativa alimentata dal diabete! Pochi mesi dopo il problema si ripete anche con l'altro occhio. «Oggi ancora quando passo davanti a un cantiere non posso fare a meno di fermarmi a guardare lasciandomi affascinare...».

Per riempire questo improvviso e doloroso vuoto Claudio attinge alla sua pronunciata manualità. «Faccio dei lavoretti in legno, progettando e costruendo ad esempio dei tavolini o altre suppellettili». E per compensare



il basso livello visivo si è procurato dei metri e dei calibri digitali, delle lenti elettroniche e ha potenziato lo schermo del suo PC in modo che oggi ancora riesce a progettare, usando dei programmi informatizzati. E il computer lo tiene occupato per molte ore al giorno. «Ma solo quando ho terminato i lavori domestici. Mia moglie lavora e io mi occupo della casa: pulizie, stirare, preparare i pasti, fare le spese, curare il piccolo orticello davanti a casa». Internet gli permette di alimentare i suoi tanti centri di interesse: primi fra tutti l'astronomia, le grandi costruzioni edili, i racconti dei crimini della storia, oltre evidentemente i social. E la TV? «La ascolto soprattutto, perché ho grosse difficoltà nel mettere a fuoco le immagini». Rimpianti? «Certo non mancano, in particolare non poter più guidare. In questi ultimi tempi si sono aggiunti dei problemi alle anche e alle ginocchia, tanto che ero dovuto rientrare da Santo Domingo, altrimenti vi sarei rimasto, probabilmente anche per sempre...». Una vita intensa la sua. Lo era stata in passato, come lo è oggi anche se con altri obiettivi, altri ritmi, altre condizioni fisiche. «Stare in casa in fondo non è un problema perché riesco a riempire le mie giornate di interessi e di tante attività. E poi, da buon vodese, alla fine si può anche aggiungere un bicchierino di bianco...».

«Riempire le giornate di interessi e di tante attività»

A portrait of an elderly woman with short, grey hair, wearing a black top with a white abstract pattern and a long necklace with a cross. She is sitting on a couch with a brown cushion. The background is a plain wall with a wooden trim.

Non più poter lavorare con l'uncinetto...

Nome: Concetta Spatola

Età: 76 anni

Residenza: Locarno

Hobby: cucinare

Piatto preferito:
gnocchi al sugo fatti in casa

Sogno nel cassetto:
vedere sistemati tutti i figli

Concetta Spatola, Locarno

Concetta Spatola, una donna minuta; sguardo intenso; porta al collo una catenina con una grande croce; la pelle del viso con pochissime rughe. «E dire che anni fa mi ero ustionata la faccia con una pentola a vapore difettosa...». Ad accogliermi anche la pronipotina Iris e il figlio minore Carmelo.

La sua una storia come quella di tanti emigranti. Partita dalla Sicilia nel 1969 con i primi due figli che per tre anni devono vivere nella semi clandestinità. «Ho però trovato molta comprensione da parte delle autorità scolastiche, tanto che hanno potuto seguire l'asilo e la scuola quasi subito».

All'età di 40 anni, quando i figli erano diventati quattro, i primi sintomi di abbassamento della capacità visiva. Una malattia ereditata: la maculopatia. «Anche alcune mie cugine soffrono per il medesimo problema». E la catena prosegue in uno dei figli. «Da un occhio non vedo più e l'altro ha un abbassamento visivo», aggiunge Carmelo. «Nonostante ciò lavoro come meccanico in una ditta di monopattini elettrici. Ho organizzato una serie di luci per illuminare il mio banco di lavoro e questo mi permette di svolgere normalmente la mia attività».

Nel 2012 al marito viene diagnosticato un tumore. «Pochi giorni dopo, mentre ero in chiesa con lui, improvvisamente gli occhi si sono messi a lacrimare abbondantemente, sentivo come una sabbia sotto le palpebre e da allora la degenerazione della capacità visiva si è arrestata...». Forse un miracolo, per permettere alla

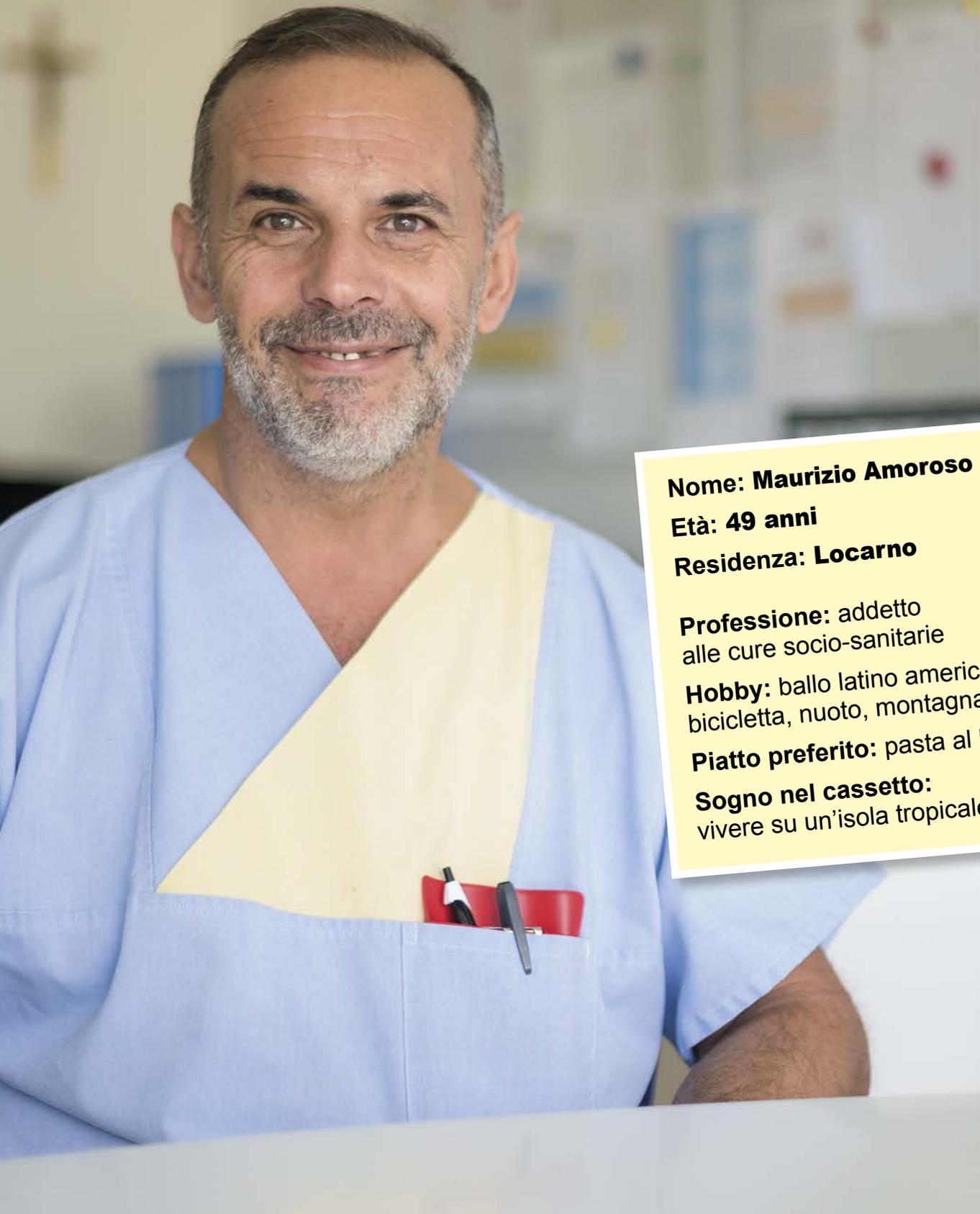
signora Concetta di mantenere intatto il suo nuovo ruolo di persona di riferimento per tutta la grande famiglia.

«Certo non è facile vivere con degli occhi che faticano a leggere le etichette dei prodotti che cerchi nei negozi». Con la mano mi indica un delicatissimo lavoro ad uncinetto posto su una credenza. «Ecco vede una volta riesco a fare dei lavori così...», commenta con orgoglio, che nel contempo ha il sapore del rimpianto. «Però non mi arrendo. Mi sono organizzata, grazie anche alla consulenza degli operatori di Unitas. Mi è sempre piaciuto leggere e continuo a farlo con l'ausilio di un proiettore. Ho un orologio da polso e un telefonino con caratteri e tasti grandi; delle lenti elettroniche. Gestisco da sola le fatture, anche se poi i figli danno un'ultima occhiata prima di effettuare i pagamenti».

Il suo obiettivo primo è rimanere autonoma. «Anche se i figli ci sono sempre, però voglio continuare ad essere indipendente, almeno fin dove è possibile». Fino a poco tempo fa usava regolarmente il bastone bianco. «Ora però esco poco, anche perché ho dei seri problemi al cuore che mi causano pure un fastidioso tremolio alle gambe». Ma è sempre lei a preparare il pane per tutta la famiglia. «Avevo imparato a farlo all'età di 11 anni...». Pochi giorni prima del nostro incontro con i figli aveva preparato oltre 400 chilogrammi di salsa di pomodoro che mi mostra con orgoglio. «Voglio continuare a fare ciò che mi piace...». Un'affermazione che suona come la ricetta di un elisir di lunga vita...!

«Voglio continuare a fare ciò che mi piace»

Non sostituirsi, ma accompagnare...



Nome: Maurizio Amoroso

Età: 49 anni

Residenza: Locarno

Professione: addetto
alle cure socio-sanitarie

Hobby: ballo latino americano,
bicietta, nuoto, montagna

Piatto preferito: pasta al kiwi

Sogno nel cassetto:
vivere su un'isola tropicale

Maurizio Amoroso, Locarno

«Non mi rendevo conto della mia predisposizione ad accompagnare persone bisognose...». Inizia così il nostro incontro. Oltre 20 anni nel settore della vendita, poi a 45 anni suonati la grande svolta: iniziare la formazione di addetto alle cure socio-sanitarie. «E non è sempre stato facile seguire i due anni di formazione, con tra l'altro compagni di classe in gran parte giovanissimi». Ma il seme del sociale era germinato già da tempo, fin dalla prima gioventù con esperienze di volontariato su vari fronti. «E poi quanto ho vissuto con i miei nonni, che ho avuto modo di seguire da vicino». La scuola, oltre a offrire le indispensabili basi teoriche, permette anche di vivere esperienze di vario genere dalla Casa dei ciechi di Ricordone ai vari stages interaziendali. «Vissuti che permettono di meglio comprendere bisogni e desideri di chi, come nel caso della mia attuale esperienza a Casa Tarcisio, ha problemi con la vista, indipendentemente che sia ipovedente o totalmente cieco».

Aiutare, non sostituirsi, questo sembra essere il motto di Maurizio nella sua attività quotidiana sul lavoro. «Le persone che incontro hanno talvolta la tendenza a lasciarsi andare, a non credere più nelle proprie risorse». Ma come reagire, chiedo. «Soprattutto non commettendo l'errore di volersi sostituire in tutto e per tutto alla persona in difficoltà». E qui gli esempi si sono moltiplicati. «Ancora l'altro giorno mi è capitato che una ospite diceva di non farcela più a gestire la propria igiene personale. L'ho accompagnata nella doccia e le ho chiesto di provare ad insaponare da sola la parte superiore del corpo, e ce l'ha fatta! Era felice,



anche se è stato necessario molto tempo...». La stessa cosa accade, racconta Maurizio, con chi sta vivendo dei momenti di abbattimento, fatto che subentra spesso con chi a causa dell'età o di una malattia sta perdendo le capacità visive. Solitamente in questi casi sorge la tendenza a chiudersi in se stessi, rifiutando di primo acchito qualsiasi proposta di attività. «Insistere in tali casi serve a poco. Ma questi sono spesso momenti preziosi per cercare di capire che cosa affligge, preoccupa la persona in quel frangente. Potrebbe essere una telefonata ricevuta, a volte una visita attesa ma non concretizzatasi o un problema di salute». Permettere a ogni utente di esplicitare i propri dolori, preoccupazioni, paure, spesso è la migliore, se non unica medicina, aggiunge Maurizio sul cui viso si apre un gran sorriso.

«Chi ha problemi alla vista» conclude «ha tendenza a sviluppare gli altri sensi, da qui l'importanza di stimolarli a prendere coscienza di questo meccanismo di compensazione e dunque moltiplicare quelle attività che sollecitano udito, tatto, olfatto e non da ultimo anche il gusto».

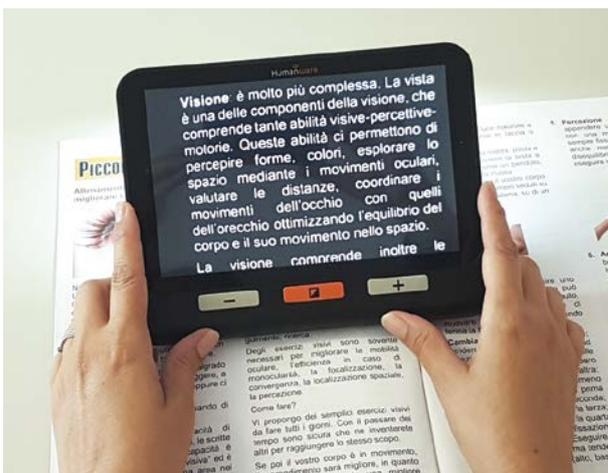
Inevitabile che la vecchietta riduca parte della propria indipendenza, cercare di salvaguardarla il più possibile non è testardaggine, ma una questione di dignità!

«Salvaguardare l'indipendenza è questione di dignità»

I mezzi ausiliari

Oltre al bastone bianco, che aiuta una persona cieca o ipovedente nella sua mobilità, esistono anche altre tipologie di mezzi ausiliari che possono essere utili per affrontare la vita di tutti i giorni con maggiore autonomia:

- **mezzi di lettura a ingrandimento** come macrolettori o lenti;



- **mezzi di lettura audio da tavolo, portatili o tascabili;**



- **mezzi di comunicazione** come un telefono, un cellulare con tasti ingranditi o uno smartphone accessibile;



- **altri mezzi utili per la vita quotidiana** come orologi e bilance parlanti;



oppure tanti altri mezzi che vi invitiamo a conoscere presso la nostra sede.

Il Servizio tiflogico e dei mezzi ausiliari della Unitas offre una consulenza gratuita, affinché si possa trovare la giusta soluzione per tutti. Anche per chi si ritrova ad affrontare le prime difficoltà visive!

Unitas c'è per darvi una mano!

Con il suo Servizio tiflogico e dei mezzi ausiliari:

Tel. 091 735 69 02 / E-mail servizio.tiflogico@unitas.ch

E con i suoi operatori:

- Chantal Bravo, *Locarnese e Malcantone*;
- Elena Boato, *Luganese*;
- Roberta Sonvico, *Basso Ceresio e Mendrisiotto*;
- Massimo Rodesino, *Tre Valli, Bellinzonese e Grigioni italiano*.

La consulenza con gli operatori tiflogici, **su appuntamento**, è gratuita ed è svolta negli uffici di Tenero (per il Sopraceneri), in quelli di Lugano (per il Sottoceneri), come pure a domicilio.

In Svizzera...

vivono 325'000 persone con handicap visivo. Anche se non esistono dati statistici in proposito, si calcola che 10'000 persone siano cieche.

Nella Svizzera italiana la Unitas segue annualmente oltre un migliaio di persone cieche e ipovedenti, proponendo prestazioni e soluzioni adeguate alle necessità di ognuno.

Essa è pure volentieri a disposizione delle molte altre persone con un importante deficit visivo che non hanno finora avuto occasione di usufruire dei suoi servizi e le invita a contattarla.

Oltre al sostegno finanziario dell'ente pubblico, per poter garantire le sue attività l'associazione beneficia di un costante e **generoso aiuto della popolazione**, che anche con piccole donazioni contribuisce tangibilmente a sostenere il suo impegno.

Accanto ai suoi dipendenti, la Unitas può contare sul **prezioso apporto di numerosi volontari**, attivi in differenti settori: animazione nei suoi

centri *Casa Tarcisio* a Tenero e *Casa Andreina* a Lugano, letture per la Biblioteca Braille e del libro parlato, trasporti e accompagnamenti o aiuto come guida durante uscite e soggiorni organizzati in gruppo. Gli interessati possono consultare il sito internet www.unitas.ch oppure annunciarsi al Segretariato dell'associazione a Tenero per avere maggiori indicazioni in proposito.

Per la Giornata internazionale del bastone bianco di quest'anno, accanto a una presenza sui media della Svizzera italiana, la Unitas ha voluto rivolgersi a tutti i fuochi del Locarnese, dedicando particolare attenzione a questa regione. Un **grazie di cuore** va a Pierluigi Tami, Direttore delle Nazionali Svizzere di calcio, al settore media di Caritas Ticino per la realizzazione della foto in copertina, ai protagonisti delle interviste e a tutti coloro che vorranno dare il proprio sostegno.

1972 **50** 2022

TIPOGRAFIA **Cavalli**
TENERO



Un anniversario...
BESTIALE!

Nel **2022** festeggiamo **50 anni** di attività. Seguici sui **social** per offerte, promozioni e novità dedicate a questo nostro importante anniversario!

Novità

Etichette su rotolo



Banner in PVC



Calendari personalizzati



Prospetti / Flyer



Riviste e libri



Sottopiatti



... e molti altri prodotti su tipografiacavalli.ch

Seguici su



**STAMPIAMO
QUASI TUTTO...**



9001:2015
N. reg. 042-QMS-20



TIPOGRAFIA **Cavalli**
TENERO

Via del Sole 9
6598 Tenero

Tel. 091 745 45 35

info@tipografiacavalli.ch