

Accettando s'impara
Incontro di autonomia personale
San Donato Milanese - Rege Hotel, Via Milano 2,
18-20 novembre 2016

PROGRAMMA

VENERDI' 18 NOVEMBRE 2016

19:30-20:30: Aperitivo di accoglienza con illustrazione del programma e gestione degli arrivi

SABATO 19 NOVEMBRE 2016

9:00-9:30: Discorso del Presidente, Corrado Teofili, e introduzione all'incontro con spiegazione della giornata, delle motivazioni e della filosofia che si vuole portare con questo tipo di attività ai portatori. Spiegazione del concetto di **X-Men** e del fatto che ognuno di noi, se lo vuole, ha in realtà la possibilità di essere un super eroe.

9:30-10:00: Ausili vocalizzati utili nella vita quotidiana. Dalla tv parlante di Samsung al termometro parlante, dalla pesa per oggetti e alimenti alla pesa per esseri umani, a molti altri ancora. Tutto può essere imparato, agevolato e soprattutto fatto. Ogni giorno una persona si sveglia e sa che dovrà fare più fatica degli altri e allora perché farla se si può evitare con piccoli accorgimenti che oggi la tecnologia ci fornisce? Anche in questo caso, ancora una volta, il concetto non riguarda più il fatto che questi siano oggetti utilizzati solo da persone con problemi di visione, ma anzi questi sono ausili che potrebbero rendere la vita più semplice anche a persone normali, quindi senza problemi, per lo meno apparenti, ma questo è tutto un altro discorso...

10:00-11:30: Programmi vocali per computer e tasti rapidi da tastiera. Da piccoli usavate la Playstation o, se siete vecchi quanto noi, il Sega Master System. Ma, aldilà della questione anagrafica che inciderà più o meno sul vostro tasso di apprendimento, quello che vogliamo dirvi è che noi vogliamo riportarvi a giocare con i videogiochi. Non siamo diventati scemi, o forse, bisognerebbe dire che comunque normali non siamo mai stati, quindi sostanzialmente alla fine comunque non è cambiato assolutamente nulla, perciò la cosa importante è che tutti possiate capire bene, bene, bene, che la cosa che conta di più nella vita di ognuno è giocare e, per giocare bene, bisogna essere dei veri figaccioni. Sostanzialmente quindi ora vi daremo una serie di trick, di comandi, di sequenze di gioco come si dice in gergo, attraverso le quali potrete ritornare a

usare il pc e non solo. Le kombo, infatti, sono le fondamentali armi di un giocatore cosiddetto "Pro", ovvero di un master dei videogames. Essere un master di questo particolare videogioco, invece, vi renderà master nella vita. Un ambiente che ha logiche ben diverse, ma che sicuramente avrà molto più valore non solo per voi, ma anche per le persone che vi stanno intorno ogni giorno, senza magari potervi aiutare in alcun modo. In un mondo in cui la tecnologia può essere la soluzione migliore, non tanto per trovare una cura concreta alla malattia a livello clinico, quanto un equilibrio che possa far ripartire al meglio quei processi mentali che poi stanno alla base di una sanità mentale necessaria per continuare a combattere. Noi vogliamo offrirvi solo una visione di ciò che non solo è possibile fare, ma che si può continuare a implementare e migliorare.

11:30-13:00: Smartphone: Voice Over e Talk Back. "Mobile First": secondo molti studi internazionali entro il 2020 le persone abbandoneranno l'utilizzo del pc per puntare tutto sull'uso di smartphone e tablet, rendendo i dispositivi mobili il principale mezzo tecnologico utilizzato sia nella vita quotidiana, sia nella vita lavorativa. Inoltre, essendo piccoli, leggeri e tascabili, se ben utilizzati, questi strumenti, sfruttando l'agevolazione offerta dal vocale, potranno aiutarci a lavorare in qualsiasi situazione, effettuare prenotazioni di aerei o treni con un semplice "tap", inviare e-mail, leggere libri e articoli di giornale, prenotare un ristorante confrontando il migliore e, magari anche il più vicino, tramite commenti e geolocalizzazione. Oltre a questo, si potrà anche gestire tante e svariate situazioni ovunque siamo, sfruttando anche tempi morti, come le attese sui mezzi di trasporto o dal medico e riuscendo in questo modo a snellire processi che altrimenti richiederebbero ore di impegno e di fatica oppure la presenza di una persona che ci aiuti a compiere queste operazioni che con il pc possono risultare complesse, come per esempio navigare online..

13:00-14:00: Buffet: Come gestirlo. Ci sono ambientazioni estremamente complesse per un ipovedente o un non-vedente. Situazioni nelle quali magari le persone non comprendono immediatamente la condizione del singolo che si trovano davanti o dove l'ipovedente e il non-vedente possono fare fatica a orientarsi o anche solo a capire come comportarsi per ottenere il risultato, che può voler dire mangiare, come anche solo trovare un tovagliolo o ritrovare il proprio posto a sedere. Quella del buffet è una situazione particolarmente complicata da gestire per un ipovedente o non vedente, ma se riusciamo a porci nel modo migliore, potremo renderla semplicemente una situazione dove, fino ad un certo punto l'X-MEN può arrivare, ma dove essere un super eroe vuol dire anche far capire a chi è dall'altra parte del tavolo che abbiamo bisogno di qualche indicazione. Per indicazione, poi, ovviamente si intende un indirizzamento intelligente e dettagliato che permetta un orientamento altrettanto utile alla persona che possa quindi raggiungere un obiettivo e un punto di arrivo. Ci sono varianti e possibilità che spesso una persona per evitare imbarazzo non prende nemmeno in considerazione e l'obiettivo di questo momento del corso sarà proprio di focalizzare la nostra attenzione là dove solitamente preferiamo evitare di farlo. Perché le difficoltà non vanno aggirate, ma affrontate e c'è sempre il modo per farlo, senza per forza sentirsi in difetto.

14:00-16:00: Potenziamento dei sensi: Logica, Udito, Tatto, Olfatto, Percezioni. Quando un X-MEN ha un dubbio deve pensare, inizialmente. Scoprirete che un buon 50% delle volte potrete arrivare alla soluzione tramite un ragionamento logico. Quante volte vi sarete chiesti: dove sarà il bagno? Dove sarà l'uscita? Quale sarà la confezione del caffè deca? Dove sarà una fermata della metropolitana? Dove sarà nell'ambiente in cui sono una persona con cui vorremmo scambiare due chiacchiere? Tutto si può capire, combinando la logica con udito, olfatto, tatto e percezioni. Non potete immaginare quanto un X-MEN possa essere figo!

16:00-18:00: Esempi di autonomia. Ci sono alcune situazioni che, inizialmente, sembrerebbero quasi impossibili da gestire da soli, come cucinare, vivere in una casa da organizzare, pulire, sistemare, gestire un bambino e così via, e solo ascoltando esperienze sul campo si può comprendere come, non fermandosi e cercando sempre soluzioni alla situazione specifica che ci si presenta, si può gestire qualsiasi cosa! D'altronde un X-MEN non ha limiti, ma solo modi differenti di superare questi stessi limiti. A volte questi metodi sono anche più veloci e stimolano maggiormente il nostro senso della logica di fare le cose e di comportarci. Solo quando avremo veramente compreso i nostri superpoteri, potremo renderli visibili agli altri ed effettivamente capire fino a dove possiamo arrivare, cosa possiamo compiere di straordinario e come possiamo superare qualsiasi insormontabile difficoltà. Perché è proprio dove tutti ti sconsigliano di andare che è bello arrivare, non per disobbedire, ma per comprendere quanto in fondo niente valga più la pena di sentirsi liberi di essere semplicemente noi stessi, senza limitazioni o dubbi, ma solo con la consapevolezza di poter essere completi.

DOMENICA 20 NOVEMBRE 2016

9:00-11:00: Autonomia con bastoncino. Sembra strano? Non lo è! Un ipovedente ed un non vedente possono decidere di uscire per fare una passeggiata, vedere qualche negozio, fare la spesa. Ci sono tecniche precise di combattimento nell'utilizzo del bastoncino, nell'attraversamento di una strada, nel percepire ostacoli, nel comprendere dove sono i principali punti di interesse di un luogo di grande afflusso (come una stazione della metropolitana o del treno, come un aeroporto o un centro commerciale), in una parola: c'è sempre il modo di combattere. Non importa quanta fatica facciate, quanto siate grandi o piccoli, quanto riusciate a orientarvi o a comprendere l'importanza di farlo, non mollate mai, perché il modo c'è sempre e se anche vi trovaste in difficoltà ad aiutarvi ci sarà sempre, o quasi, il loges. Un percorso zigzagante dove più spesso le persone decidono di fermarsi in sosta, dove gli inservienti appoggiano i cartelli di avviso al pavimento bagnato e così via, ma che invece non serve a quello. Serve a ben altro!

Il bastoncino, infatti, non è solo un ausilio, ma bensì un'arma, uno strumento di difesa contro gli ostacoli e gli idioti, una propria estensione che il loges può guidare o che voi potrete controllare, tracciando mezze lune a terra e creando una magia infinita: la magia dei guerrieri che non si fermano e che sono sempre liberi.

11:00-13:00: Autonomia con cane guida. Avatar, uno dei film più particolari degli ultimi 20 anni è l'esempio lampante di questa unione tra uomo e animale. Una connessione unica, emozionale ed emozionante, che vive e scorre nella persona e nella sua guida come il sangue nelle nostre vene. Atomi che si sincronizzano e dolcezze che si espandono a dismisura. Il percorso di una sintonia non finisce solo nel momento della consegna al futuro padrone, ma si protrae nella continuità quotidiana di un rapporto che non ha termini di paragone in nessuna maniera o modalità, né tra persone, né tra animali.

Avremo come ospite Samuele Frasson, Consigliere Nazionale della Commissione dei Cani Guida Italiana e Responsabile dei cani guida della zona Nord-ovest della Lombardia: modalità, requisiti richiesti e tempistiche per fare domanda del cane guida, nonché la legislazione sul cane guida per l'accesso a mezzi di trasporto e luoghi pubblici, e sulla possibilità di avere un cane guida dovendo fare richiesta per portarlo anche sul posto di lavoro.

Inoltre parleremo di come il cane guida riesca, tramite circa trenta comandi in tedesco insegnati dalle scuole, a guidarci a seconda delle singole esigenze. Strade delle città, tunnel delle metropolitane, fermate dell'autobus, e negozi che frequentiamo, senza alcuna indicazione questo splendido esemplare di

coccolosità ci guida al lavoro, essendo sicuro del suo percorso giornaliero, o ci fa comprendere ostacoli e barriere architettoniche.

Gli X-MEN, dopo aver raggiunto la sintonia giusta con il proprio cane guida, possono vivere con tranquillità la città, facendo con il cane anche maggiori conoscenze e creandosi magari anche i propri giri di amicizie con cui portare i propri amici a quattro zampe anche a giocare.

Differenze nelle modalità di mobilità con bastoncino e cane guida e situazioni in cui può essere utile combinare bastoncino e cane guida.