

Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti ONLUS APS
Sezione Territoriale di Brescia via Divisione Tridentina, 54 - 25124 Brescia
tel. 030/2209411 – fax 030/2209410 – e-mail: uicbs@uici.it – sito Web: www.uicibrescia.it
Seguici su facebook alla pagina Unione Italiana dei Ciechi ed Ipovedenti ETS-APS Sezione di Brescia
o su instagram alla pagina uicibrescia

Circolare
Notizie ed Oltre
Novembre 2022

Brescia, 21 Novembre 2022
Prot. n. 66

Ai soci, ai non soci, ai genitori dei minori, al Presidente Nazionale, al Presidente Regionale.
(Distribuzione gratuita in nero e, a richiesta, in braille, su cd, via email e disponibile sul sito Web
www.uicibrescia.it)

Ed eccoci giunti anche alla fine di questo 2022! È stato un anno particolare, pieno di cambiamenti e avvenimenti a livello mondiale, non tutti di aspetto positivo...

Ma io mi voglio soffermare sui “nuovi inizi” di quest’anno, dopo un biennio di pandemia non ancora peraltro terminata, abbiamo ricominciato a ritrovarci, questi anni di lontananza forzata ci hanno insegnato l’importanza dello stare insieme, della convivialità fra noi, della necessità di trovare sempre nuove attività stimolanti da fare in unione e anche al di fuori di essa.

Questi due anni ci hanno portato anche l’uso di tecnologie nuove, come la possibilità di partecipare agli incontri da remoto, per sentirci sempre uniti malgrado la lontananza, dobbiamo tutti insieme prendere ciò che di buono è venuto fuori da questo e portarlo con noi nei prossimi anni, dobbiamo ricominciare tutti insieme con la consapevolezza che si può, si deve, ritornare a vivere la Nostra Unione come e meglio di prima, sfruttando ogni momento, ogni tecnologia, ogni evento, facciamoci conoscere, coinvolgiamo le famiglie e gli amici, certo, le difficoltà non sono finite, la crisi economica ed energetica che ci sta tuttora colpendo non è facile e non sarà breve, facendo sentire i suoi effetti nei prossimi anni, ma sono certa che noi ce la faremo, sono certissima che tutti insieme riusciremo a superare anche queste avversità, la nostra forza è nel nome stesso della nostra associazione: Unione! Non dimentichiamolo mai!

Non mi resta che augurarVi, a nome mio e del Consiglio, dei Dipendenti e dei nostri Volontari, Buone Feste ed un 2023 che sia un nuovo inizio per tutti, ricordando che saremo protagonisti anche noi in quest’anno in cui Brescia, insieme a Bergamo, sarà Capitale della Cultura! Ciò, ricordo, farà da preambolo al 2024 dove la nostra Sezione compirà i Suoi cento anni!

La Presidente sezionale
Sandra Inverardi

Carissimi soci,

sono lieta di informarVi che Domenica 18 Dicembre alle ore 10,30, come da tradizione, presso il ristorante Il forchettoni in via Puccini 10 a San Zeno Naviglio, celebriamo la festa di S. Lucia e la 64^a giornata nazionale del cieco.

Sarà una bella occasione per stare insieme e trascorrere una serena giornata.

Di seguito il programma:

ore 9,00 - partenza del pullman da Gardone VT;

ore 9,30 – fermata alla stazione ferroviaria, fronte ex Bar Trieste, con sosta successiva alle ore 9.45 in sede, in Via Divisione Tridentina;

ore 10,30 - saluto dei rappresentanti associativi ed istituzionali;

ore 11,15 - nozze d'oro con l'Unione: consegna medaglie ai soci con 50 anni di iscrizione;

ore 11,25 – “BoRegA ‘1 Ca” omaggio teatral musicale a quattro poeti che hanno dato lustro al dialetto bresciano: Bonazzoli-Regosa-Alibrici-Canossi.

A cura di Roberto Capo e Piergiorgio Cinelli.

ore 12.45 - pranzo sociale;

ore 15,00 - lotteria estemporanea con estrazione dei numeri in sala;

ore 16,45 - ritorno in città con soste alla stazione ferroviaria e via Divisione Tridentina, per poi proseguire verso Gardone VT.

La quota del pranzo sarà di 25 euro a persona per i soci effettivi della sezione di Brescia, un loro accompagnatore, i figli fino a 10 anni ed i soci sostenitori, mentre sarà di 45,00 euro a persona per altri amici e familiari.

Le prenotazioni si ricevono in segreteria, direttamente o chiamando lo 030/2209416 entro il giorno 14 Dicembre prossimo.

In calce alla presente circolare è disponibile il menu; andranno preventivamente segnalate intolleranze/allergie.

I nostri volontari svolgeranno un servizio di accompagnamento per i soci che lo richiederanno per tempo e le spese vive sostenute dal volontario impegnato saranno, come di consueto, a loro carico.

2 – Chiusura degli uffici sezionali per le festività di fine anno

In occasione delle festività di fine anno, gli uffici sezionali e del Centro del Libro Parlato F.lli Milani, rimarranno chiusi dal 27 al 30 dicembre 2022 compreso e riapriranno regolarmente il 2 Gennaio 2023.

3 – Segreteria telefonica, comunicati settimanali e sito web

Con cadenza settimanale, ogni mercoledì, attraverso comunicati della segreteria telefonica (030.2209.415), ed email trasmesse ai soci, che hanno comunicato ai nostri uffici il loro indirizzo di posta elettronica, e sul sito sezionale www.uicibrescia.it, è possibile essere informati con puntualità sulle iniziative promosse dalla nostra sezione e, più in generale, in ordine alle novità più interessanti per i disabili visivi.

Infine, da diversi anni, siamo anche sulla pagina Facebook della nostra sezione.

Invitiamo, quindi, soci ed amici a cercare la pagina sotto la denominazione Unione Italiana dei Ciechi ed Ipovedenti Ets-Aps Sezione di Brescia, a condividere le notizie che verranno pubblicate e a mettere tanti LIKE!

Da quest'anno inoltre siamo anche su Instagram. Potrete seguirci e guardare le nostre foto cercando il profilo uicibrescia.

4 - "Un dono per la vista" – tornano le tavolette di cioccolata in sezione!

Come ogni anno, per il giorno 8 dicembre 2022, la nostra Unione organizza la consueta “Giornata Regionale per la Prevenzione della cecità e la Riabilitazione visiva”. All’iniziativa è abbinata una campagna di raccolta fondi che viene realizzata attraverso confezioni di cioccolato appositamente personalizzate. Come da tradizione, la confezione, abbinata a brochure sull'attività dell'Unione e ad

opuscoli sulla prevenzione e riabilitazione visiva, sarà offerta dietro versamento di un contributo minimo di 10,00 euro.

All'interno della confezione, già disponibile dalla seconda metà di novembre, sono presenti 4 tavolette del peso unitario di 100 gr. appartenenti alla LINEA VANINI BAGUA di Icam spa delle seguenti ricettazioni, tutte senza glutine:

1. fondente 70%
2. fondente 74% con granella di cacao
3. fondente 62% gusto amaretto
4. fondente 62% gusto pera e cannella

Amata da tutti, la cioccolata è perfetta anche per fare un regalino per le prossime feste.

Vi invitiamo quindi a sostenerci diffondendo l'iniziativa tra amici, parenti e conoscenti.

Per chi fosse interessato a versare un contributo corrispondente all'omaggio di una o più confezioni segnaliamo che, per motivi organizzativi, è gradita la prenotazione chiamando il n.

030.2209413/425.

Le confezioni sono già disponibili.

5 - Rivista Storica del National Geographic – distribuzione gratuita su richiesta entro il 31 Gennaio

Vi informiamo che il nostro Centro del Libro Parlato F.lli Milani ha deciso di confermare anche per il 2023 la produzione e la diffusione della Rivista mensile Storica del National Geographic che, come suggerisce il titolo, presenta articoli a carattere storico redatti in forma discorsiva e puntuale.

La rivista registrata su cd sarà distribuita a titolo gratuito.

Chi fosse interessato a riceverla è invitato a farne richiesta entro il 31 Gennaio prossimo

- telefonicamente al numero: 030 22 09 421

- per e-mail, all'indirizzo di posta elettronica: lpbs@uici.it

- o per iscritto al recapito

Centro del Libro Parlato Fratelli Milani

Via Divisione Tridentina, 54

25124 Brescia

Potranno essere versati contributi di sostegno al Centro sul conto corrente Bancoposta

IBAN IT80P 07601 11200 000012895256

oppure utilizzando il nostro conto corrente bancario presso Banca Generali

IBAN IT72W 03075 01603 CC8000 838860

specificando nella causale: "contributo LIBRO PARLATO anno 2023"

Approfondimenti

Cani guida, i nostri occhi a quattro zampe

Di Fabio Bonini

Da circa sette anni ho un angelo custode di nome Hulk, un cagnolone tutto nero, incrocio tra un labrador ed un golden retriever. Ci siamo conosciuti alla scuola cani guida di Limbiate, dove è stato addestrato insieme ad altri suoi amici ad accompagnare le persone ipo e non vedenti nei percorsi che essi fanno durante la loro vita quotidiana.

Con Hulk passo la maggior parte delle mie giornate. Si comincia la mattina presto, quando lui, se non mi alzo per tempo, viene a leccarmi per recriminare la colazione...la sua, ovviamente..., dopodiché si esce per i bisogni, e si rientra a casa, stavolta per la mia colazione. Si esce nuovamente per la passeggiata mattutina, la spesa e le altre commissioni, che svolgo in totale sicurezza senza dover utilizzare il bastone bianco, perché lui è stato addestrato ad evitare gli ostacoli, ad attraversare le strade sulle strisce pedonali e a passare col verde in presenza di semafori. I cani sono

notoriamente daltonici, ma lui, come mi ha spiegato il suo istruttore, riesce a percepire il posizionamento dei colori, rosso in alto, giallo al centro e verde in basso.

Si rincasa per il pranzo, il mio, anche se lui prova sempre a farsi offrire un bocconcino, soprattutto quando ho ospiti e, dopo qualche ora di relax, si esce nuovamente per i bisogni ed un'altra bella passeggiata. In alcune circostanze, soprattutto la sera e la mattina presto, è successo che mi proteggesse da gente che riteneva malintenzionata, ponendosi in mia difesa e allontanandola con il suo potente abbaio.

In qualche occasione è anche capitato che gente poco informata abbia tentato di rifiutare l'ingresso a me ed Hulk in strutture dove invece poteva entrare. Ricordo un anno al mare, quando un giovane bagnino, forse per far valere la sua "autorità" ha tentato di mandarci via dalla spiaggia, prendendosi gli impropri dei bagnanti e venendo poi redarguito dal suo responsabile. A questo proposito vi sono delle leggi che tutelano l'ingresso dei cani guida nei luoghi pubblici e sui mezzi di trasporto. Si tratta della legge 37 del 14 febbraio 1974 e dei relativi aggiornamenti del 25 agosto 1988 n. 376 e dell'8 febbraio 2006 n. 60.

Vi ho raccontato tutto questo non solo per narrare la mia esperienza con il mio cane guida, ma anche per farvi comprendere che questi amici non sono semplici animali da lavoro, ma sono soprattutto cani con le loro esigenze e che ogni giorno, indipendentemente dai nostri impegni e dalle condizioni del tempo vanno nutriti e accuditi, portati fuori e fatti giocare.

Vi lascio con il decalogo che è stato ideato qualche anno fa con delle semplici regole che i vostri amici vedenti dovranno rispettare in caso si imbattessero in uno di noi accompagnato dai nostri occhi a quattro zampe.

CANE GUIDA IL DECALOGO

(Come comportarsi in presenza di un cane guida per ciechi)

- 1 - Non mi dare da mangiare e non chiamarmi quando sto lavorando, i fischi e i versi mi distraggono.
- 2 - Se vuoi salutarmi chiedi prima alla persona che accompagno.
- 3 - Non lasciare il tuo cane sciolto nelle mie vicinanze quando lavoro, cerca di controllarlo.
- 4 - Se devi dare una indicazione al mio padrone non prendermi dal guinzaglio né dal collare.
- 5 - Ricorda che sono gli occhi di una persona, non impedire il mio accesso ai locali e ai mezzi pubblici. Una legge dello Stato lo prevede.
- 6 - Non avere paura di me, non sono aggressivo e non trasmetto malattie.
- 7 - Quando stai guidando, se vedi che sto per attraversare, fermati a una distanza sufficiente a non spaventarmi.
- 8 - Aiutami a trovare una ubicazione comoda all'interno dei mezzi pubblici.
- 9 - Siamo cani puliti, sporchiamo sempre lontano dai marciapiedi e nei luoghi adeguati e il nostro padrone, se può, raccoglie i nostri bisogni.
- 10 - Non ostacolare il mio passaggio sulle rampe e sulle strisce pedonali.

Mi riconoscete perché ho una maniglia sulla schiena, detta "GUIDA", la persona non vedente che accompagno l'afferra e può seguirmi: io divento così il suo indispensabile ausilio negli spostamenti. Se rispetti e diffondi queste semplici regole, aiuterai chi non vede ad essere autonomo con il proprio cane-guida.

Un giorno da profe

Di Alessandro Tornello e Monica Taffi

Giovedì 10 novembre, accompagnati dal volontario Osvaldo Romano, ci siamo recati all'Istituto "Enrico Medi" di Salò per sensibilizzare i ragazzi che parteciperanno al PCTO con il nostro Libro Parlato. Agitatissimi per la nostra prima volta di fronte ad un pubblico, peraltro particolarmente esigente come quello degli adolescenti, armati di programma definito nei minimi dettagli dal nostro Andrea del libro parlato, ne abbiamo seguito solo le linee guida, siamo partiti a braccio, bendando i ragazzi e facendoli girare per l'auditorium della scuola, ognuno accompagnato da un compagno di classe; l'atmosfera si è subito sciolta, anche i due insegnanti hanno partecipato all'esperienza, il professore di musica ha anche provato a suonare il pianoforte bendato! Sono seguite un sacco di domande e curiosità, abbiamo accennato a ciò che la nostra associazione fa, alla sua grande storia, alle iniziative. Sono rimasti colpiti dal sentire quante cose possiamo fare noi.

Abbiamo mostrato del materiale, dalla tavoletta con il punteruolo che utilizziamo per scrivere "a mano" il Braille, alla dattilobrace che ha fatto risparmiare tante ore di polsi doloranti a chi come noi ha scritto sempre con la biro ed ha imparato questo metodo durante i corsi di centralino. Abbiamo anche fatto loro vedere come si ascoltavano i libri prima dell'avvento della tecnologia. Nessuno aveva mai sentito parlare delle bobine, mentre qualcuno conosceva le audiocassette. I cd... "Beh...sì, sono quelli che usavano i nostri genitori!"

Ma quando abbiamo mostrato come usiamo i cellulari anche per leggere, l'interesse è salito alle stelle. Nessuno sapeva che anche noi possiamo usare uno smartphone come fanno i vedenti semplicemente attivando la sintesi vocale o lo zoom a seconda delle nostre esigenze e ciò li ha incuriositi a tal punto che abbiamo dovuto consigliare di non attivare queste funzioni onde evitare di non poter più essere in grado di usare il telefono.

L'incontro è terminato con Osvaldo che ha letto una sua poesia e ha raccontato la sua esperienza sia come volontario accompagnatore, che come lettore di secondo livello. Siamo usciti entusiasti, ed abbiamo saputo successivamente da Andrea, che anche i ragazzi erano rimasti contenti dell'esperienza, speriamo che molti di loro abbiano voglia di cimentarsi nella lettura per noi, ma la soddisfazione più grande l'abbiamo avuta ad incontro terminato, quando un'alunna ha mostrato l'interesse per venire a fare volontariato da noi! Usciti gasatissimi da questa esperienza, non vediamo l'ora di ripeterla in altre realtà scolastiche, magari coinvolgendo anche qualcuno di voi, come si faceva in passato.

Occhio alla vista

Il 15 ottobre presso la sezione di Brescia dell'Unione Italiana dei Ciechi e degli Ipovedenti si è tenuto il convegno dal titolo "Occhio alla vista – prevenzione come e quando" che ha visto come relatrice la dottoressa Enrica Zinzini, responsabile del centro ipovisione presso l'ASST degli Spedali Civili.

Si è parlato di prevenzione, partendo da bambini e adolescenti nei quali, negli ultimi anni si è verificato un forte incremento della miopia, dovuto soprattutto all'uso scorretto di dispositivi, quali smartphone, tablet ecc... Si è proseguito parlando dei disturbi visivi come conseguenza dello smart working che, a causa della cattiva postura tenuta a casa, della lunga permanenza davanti ai terminali e della poca sorveglianza sanitaria causate dalla pandemia degli ultimi due anni sono notevolmente aumentati. Infine si è trattato di malattie sistemiche e patologie oculari, argomento nel quale la dottoressa a spiegato come da una semplice visita oculistica in alcuni casi, dall'esame del fondo dell'occhio, si possono riscontrare altre patologie, come ad esempio la formazione di trombi o problemi alla tiroide.

Molto interesse ha suscitato l'ultima relazione "Utile sapere che" in cui la dottoressa Zinzini ha dato dei consigli utili per una buona prevenzione oculistica: quando cominciare, con quale frequenza e a chi rivolgersi per essere correttamente visitati.

Diverse sono state le domande dei partecipanti, che si sono riconosciuti in alcune situazioni di cui si è trattato.

Un particolare ringraziamento va alla Dottoressa Zinzini per l'amicizia e l'impegno dimostrati con la speranza di proseguire in futuro quest'ottimo rapporto di collaborazione.

Festa di Santa Lucia ristorante "Il Forchettone"

MENU'

Domenica 18 dicembre 2022

Aperitivo di benvenuto con prosecco e stuzzichini

Tagliere misto di salumi con coppa, pancetta, crudo e salame

Tortino morbido alle verdure

Spiedino del buongustaio con polenta, lucanica e peperone

Misto dell'orto croccante con formaggio alla piastra

Risotto al Franciacorta al profumo di rosmarino

Calamarata di pasta fresca con gamberi, salsa di zucchine e pistacchio

Degustazione di fritto misto di pesce e verdure

Tagliata di manzo con patate arrosto

Torta personalizzata

Caffè con biscotteria

Vino bianco e rosso selezione del Forchettone

Acqua Minerale, naturale e frizzante

Al Taglio della torta Franciacorta e moscato