

SCONFINAMENTI...

appunti
di un viaggio
verso la vita
indipendente



Vivere soltanto non è abbastanza...
necessitiamo del sole,
della **libertà** e di un piccolo fiore.

Hans Christian Andersen

indice

era l'anno 2019...	3
Bergamo per i giovani - Gli spazi giovanili territoriali	7
laboratorio di narrazioni	9
le nostre parole dell'indipendenza	11
storie di indipendenza	12
i nostri X factor della vita indipendente	23
immagini di futuro	35
poesie per una vita indipendente	40
biografie	50

era l'anno 2019...

Nel 2019, grazie ad un finanziamento ottenuto da Regione Lombardia attraverso un bando rivolto alle organizzazioni di volontariato per sostenere progetti sociali di rilevanza locale, è stato realizzato il progetto *Sconfinando si fa rete. La coprogettazione tra organizzazioni di volontariato*. Con capofila UILDM Bergamo, esso è stato condotto in partnership con altre due associazioni impegnate in attività a favore di persone con disabilità - *I pellicani* e *ADB Associazione Disabili Bergamaschi* - e due organizzazioni i cui progetti si rivolgono ai minori e alle loro famiglie - *Infanzia & Incontri* di Torre Boldone e *L'orizzonte di Lorenzo*, operante presso l'Unità operativa di Pediatria dell'ASST Papa Giovanni XXIII di Bergamo.

Nello "sconfinamento" presente nel titolo risiede la ragione principale che ha portato alla genesi del progetto: ideare e realizzare delle attività trasver-

sali e condivise da organizzazioni con *mission* orientate a beneficiari differenti - persone con disabilità, infanzia, famiglie di minori - superando la tendenza, ancora oggi presente, ad interagire e collaborare principalmente con realtà che si occupano di temi simili ai propri.

Pertanto, pur riconoscendo e salvaguardando l'esistenza delle specificità di ciascuna organizzazione, *Sconfinando si fa rete* ha promosso una stretta collaborazione tra loro, favorendo la co-progettazione di attività comuni.

Oltre ad avere condotto una campagna di sensibilizzazione e reperimento di volontari, ad avere organizzato

un percorso formativo congiunto, ad avere costituito una cabina di regia stabile, il progetto ha rivolto un'attenzione specifica ai giovani, sia aderenti alle diverse associazioni sia frequentanti le iniziative e le progettualità del territorio.

Il laboratorio narrativo sulla vita indipendente – di cui il presente testo offre la sintesi –, nei suoi diversi appuntamenti, è stato occasione di approfondimento, conoscenza reciproca tra i giovani, riflessione in merito alla reale trasversalità di alcuni temi che, toccando e interessando la vita di tutti, prescindono da disabilità, condizioni economiche, dati sociali sebbene – a seconda delle situazioni vissute da ciascuno – essi assumano differenti declinazioni e connotazioni.

Questa pubblicazione - dopo due introduzioni, la prima scritta dagli educatori dello Spazio giovanile di

Monterosso i cui ragazzi hanno partecipato attivamente alle proposte e che illustra cosa siano e a chi si rivolgano gli Spazi giovanili, la seconda a cura di Giovanna Guizzetti e Sergio Cortesi (Fabbrica 919) che hanno condotto il laboratorio narrativo – presenterà una serie di testi, scritti dai giovani partecipanti, e di immagini da loro scelte a commento delle emozioni provate e dei pensieri espressi.

La pubblicazione, a cui si è dato il titolo *Sconfina-menti: appunti di viaggio verso la vita indipendente* vuole essere un diario, un block notes, un quaderno di appunti al quale anche il lettore potrà contribuire. Alla fine del testo, infatti, si troveranno alcune pagine bianche che consentiranno di aggiungere note, pensieri, domande affinché il viaggio continui.

La parola "incontri" è quella che meglio esprime ciò che è accaduto sia durante il laboratorio narrativo sia nel corso del progetto e delle sue numerose azioni: incontri di persone, di esperienze, di storie, di soggettività; incontri di ricordi, di paure, di sogni, di prefigurazioni; incontri di speranze, di prospettive, di aperture a ciò che non è noto.

Come spesso accade quando davvero si incontra qualcuno, quando lo si ascolta fino in fondo, quando lo si accoglie, l'incontro ha fatto nascere ciò che prima non c'era: relazioni nuove e nuove possibilità.

Nessuna organizzazione e nessuna persona coinvolta, dopo questa esperienza, sarà come prima: ognuno avrà più numeri di telefono da chiamare, volti e voci nuove da ricordare, persone e realtà che verranno alla mente quando si penserà a nuovi progetti o iniziative.

Potrebbe sembrare poco; ma il fare rete, in fondo, non inizia da qui?

Olivia Osio
UILDM - Bergamo



BERGAMO



Associazione
Infanzia & Incontri

Torre Boldone



Bergamo per i giovani

Gli spazi giovanili territoriali

Bergamo per i Giovani è il progetto di Politiche Giovanili del Comune di Bergamo, realizzato in co-progettazione con il Consorzio Solco Città Aperta e HG80 impresa sociale.

La co-progettazione vede i tre soggetti co-protagonisti nella progettazione, gestione e sviluppo delle politiche a favore della popolazione adolescenziale e giovanile. *Bergamo per i giovani* si propone di organizzare e promuovere progetti, iniziative, manifestazioni ed eventi dedicati a ragazze e ragazzi, al fine di favorire la partecipazione delle nuove generazioni alla vita cittadina e facilitare l'accesso ai servizi offerti. Si propone inoltre di dare ai giovani e alle giovani del territorio un ruolo attivo nel progettare iniziative, attività e servizi che li riguardano, nonché strumenti di espressione e di visibilità.

Il progetto di politiche giovanili è formato da un network composto da: spazi gestiti da imprese giovanili, spazi artistici gestiti da associazioni giovanili,

spazi per l'imprenditoria giovanile, informagiovani e spazi di quartiere. Gli spazi giovanili di quartiere o territoriali sono quattro e sono dedicati alla fascia d'età 11-25 anni. In ogni spazio è presente personale educativo specializzato che si muove in forte connessione con il quartiere nel quale è inserito. Uno di questi spazi è ubicato a Monterosso in via Scaletta Darwin presso la Casa del quartiere. Gli altri tre si trovano a Grumello del piano, Boccaleone e Celadina e sono gestiti dal consorzio Solco Città Aperta.

Lo Spazio Giovanile di Monterosso e UILDM Bergamo collaborano ormai da anni sul territorio, promuovendo esperienze culturali ed espressive che portano i giovani del quartiere, e non

solo, a leggere e approfondire la realtà che li circonda.

Forte è stata negli ultimi anni la connessione e lo scambio tra il servizio di politiche giovanili e UILDM, soprattutto con il suo Gruppo giovani.

Diverse sono state le progettualità co-costruite e condivise, volte a creare momenti di aggregazione e socializzazione tra i giovani dell'una e dell'altra realtà.

Numerose esperienze di laboratori, percorsi e eventi in cui ragazzi e ragazze con background molto diversi tra loro hanno avuto modo di confrontarsi e stimolarsi reciprocamente. Le esperienze di collaborazione non si sono fermate alle due realtà, ma sono state inclusive a vario livello anche di diverse associazioni o gruppi presenti sul territorio e fatte conoscere a livello cittadino.



Nell'ambito della coprogettazione



SOLCO CITTÀ APERTA
Soluzioni Future



laboratorio di narrazioni

C'erano ingredienti davvero importanti in questo laboratorio di narrazioni: i ragazzi con le loro abilità e i loro limiti, le provenienze diverse, l'entusiasmo già tangibile dal primo incontro.

Il tema della vita indipendente riusciva ad aggiungere sale: basta fermarsi sulla potenza di certe parole per scoprire che c'è tantissimo da scoprire!

Durante il laboratorio abbiamo proposto strumenti molto diversi: i ragazzi hanno provato il racconto che parte dalle immagini, hanno smontato, ritagliato e rimontato poesie, hanno sperimentato lo stare in un'intervista da entrambe le parti, intervistatori e intervistati a turno. Hanno esplorato nei loro cuori e nella loro memoria per trovare chi, tra le persone incontrate nella loro vita, fosse il loro paradigma di indipendenza, dotato di un X factor da raccontare e far brillare. Abbiamo, insomma, provato a circondarci di bellezza: le immagini utilizzate sono fotografie di grandi artisti, così come le poesie scelte;

e pieno di bellezza è stato anche lo scambio di ruoli continuo, da ascoltatori ad ascoltati, da testimoni a protagonisti: la tecnica dell'incontro/intervista è stata esplorata sia negli aspetti più tecnici che in quelli emotivi; ogni incontro con l'altro è la scoperta di un mondo altro con la sorpresa di ritrovare pezzi di sé!

Il laboratorio non era terminato, prevedeva una seconda fase in cui poter esplorare alla ricerca di altri modi per essere e dirsi indipendenti, perché è nell'incontro che le intuizioni diventano patrimonio, perché è nell'incontro che ti ricordi i dove e i quando in cui le parole sanno esplodere per rimanere. Eppure, questo libretto non è un ripiego: essersi trovati tutti chiusi in

piena pandemia ci ha tolto la possibilità di andare a incontrare le persone che stavamo già contattando, ma ci ha lasciato la voglia di rendere pubbliche le esperienze vissute insieme, di offrirle a chi vorrà incontrarne il racconto.

Sarà difficile, ma chiediamo a chi si avvicina a queste pagine di sentire l'eco che hanno le parole che vengono da dentro e ti vengono a cercare.

Da conduttori del laboratorio vogliamo ringraziare i ragazzi perché oltre alle belle risate ricorderemo sempre l'emozione di averli avuti con noi!

Giovanna e Sergio
Fabbrica919

cambiamento
scelte

casa
spazio

futuro

soldi
autonomia

aiuto
bisogno
necessità

dell'indipendenza

impegno

traguardo

pianificazione

iniziativa

orari

forza

realizzazione

senso critico

libertà

consapevolezza

precarietà

istinto

responsabilità

andare in giro

paura

difficoltà

legami

dipendenza

maturazione

squadra

radici

amicizia

appartenenza

relazioni

storie di parole di indipendenza

Amicizia (Yuri)

L'amicizia è poter piangere sulla spalla di un amico mentre sei abbracciato a lui dietro ad un paio di porte bianche.

Forza (Serena)

Ho sentito di essere forte quest'anno a Pasqua quando sono andata alle terme. Per la prima volta sono riuscita a stare in acqua da sola con me stessa, è stato un traguardo e una scoperta per me di me stessa davvero importante. Credo che sia la prima volta lontana dalle braccia di qualcun altro, dal chiedere aiuto. È stato davvero faticoso ma la soddisfazione che ho provato non ha prezzo. Ci ho messo tutta la forza che avevo e che ho.

Indipendenza (Yuri)

Nelle inaspettate vicissitudini meccaniche dei diversi traslochi avvenuti negli anni, prima, e nel-

le frenetiche vicissitudini dei tempi di oggi, ora, osservo da lontano l'indipendenza ed ogni suo aspetto. Per la prima volta mi ritrovo a parlare e a raccontare dell'indipendenza in una maniera nuova, con ulteriori punti di vista, difficoltà e obiettivi diversi. Ne parlo, ne racconto o meglio ne parliamo e ne raccontiamo per non perdere il focus che vogliamo raggiungere e perché parlarne e raccontarne è un ulteriore modo per sentirsi un po' di più vicini al traguardo.

Legami (Yuri)

I legami sono un vortice che ti tiene a mezz'aria, come Paolo e Francesca nella Divina Commedia, sono pareti da scalare e questo ci porta a vedere che sono franabili, tendiamo a vederli ma non a comprenderli, sono una porta socchiusa e quando raramente riusciamo a lasciarcela alle spalle, di quei legami ne sentiamo comunque la voce e lo spirito.



Libertà (Greta)

Spesso ci sentiamo in gabbia, incatenati e bloccati da delle imposizioni, da delle situazioni... In questo periodo soprattutto. Si fa un gran discorrere sulla libertà in epoca di grave epidemia, come quella che stiamo vivendo. E, giustamente, si osserva che con le restrizioni e i controlli, i più rigidi che abbiamo mai conosciuto, si mette in discussione la libertà di tutti.

Ma cos' è la libertà?

Libertà può essere aria fresca e un bel panorama di montagna in una giornata soleggiata oppure un viaggio in aereo tra delle candide nuvole verso una città straniera.

Ma non solo...Spesso sottovalutiamo quelle libertà che per noi sono scontate e che invece a molte persone sono ancora negate. La libertà di pensiero, di espressione e di scelta.

Io credo che la libertà sia la possibilità di decidere per sé stessi, per la propria vita ma soprattutto è la possibilità di prendere una posizione e di schierarsi in tutte le questioni quotidiane che ci interrogano. La libertà per me è totale espressione di noi stessi, dei nostri pensieri e della nostra personalità.

La mia storia contro la PAURA (Serena)

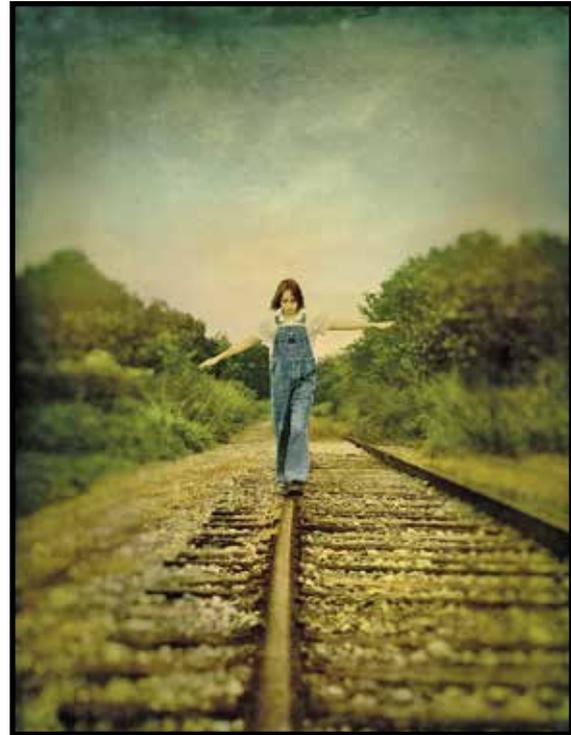
Era il 21 marzo 1997. Era l'alba di un venerdì, ho iniziato a piangere e per la prima volta ho respirato la vita. Una vita che mi avrebbe riservato tante sfide, tanti ostacoli e tante emozioni. Una vita che mi ha girato le spalle all'età di un anno e mezzo quando su un foglio c'era scritto affetta da SMA, atrofia muscolare spinale: una malattia rara, che colpisce i motoneuroni. Era nel mio sangue, nel mio DNA, ma non nella mia persona.

Sin da bambina la mia famiglia mi ha insegnato a considerarmi come tutti gli altri, con gli stessi diritti, doveri e gli stessi sogni, mi ha insegnato a sorridere sempre perché tutto si può superare, mi ha insegnato che non avevo privilegi e se avessi sbagliato anche io avrei avuto i miei castighi. Ho dovuto scontrarmi, molte volte senza riuscire a proteggermi, con i miei limiti, con gli sguardi indiscreti e i pregiudizi. Facevo fatica a rapportarmi con il mio corpo, non proprio lineare e armonioso, avvolto da una carrozzina troppo ingombrante: prima venivano lei e la mia disabilità, poi venivo io. Nonostante questo, il sorriso non se ne andava, cercavo sempre

di vedere le cose belle. Superata l'adolescenza le cose sono piano piano cambiate, sono maturata e ho trovato il giusto modo di guardarmi e di comprendere il mondo: oggi prima vengo io, la ragazza e la donna che sono, poi viene tutto il resto. Ho tantissime persone che mi vogliono bene e mi amano, anche io amo tanto e spero di saperlo dimostrare.

Ci sono ancora i giorni un po' nuvolosi in cui metto le cuffie e mi rifugio nel mio piccolo universo, ma quando splende il sole e mi guardo, mi dico vai bene così. Amo me stessa con la mia forza e la mia fragilità, amo la mia vita e le sono grata per avermi scelta, non cambierei nulla perché quando mi ha tolto mi ha insegnato, quando mi ha dato mi ha arricchito. Mi ritengo una ragazza molto fortunata; è vero ho una disabilità, ma colpisce il mio corpo, non la mia mente con la quale posso scegliere e agire. Mi capita di definire la SMA "compagna di vita", c'è e ci sarà sempre. L'ho scoperta e ci siamo conosciute, anche se spesso fatico ancora a capirla. La ringrazio spesso, perché mi ha mostrato tutte le possibili sfaccettature della vita in così poco tempo, dal dolore fisico e psicologico alla gioia

incondizionata. La odio spesso, quando non risparmi niente e nessuno, quando vince lei. Era il 21 marzo 1997 e nascevo io, Serena. Sognatrice convinta, con la musica in costante sottofondo; il mio elemento? L'acqua, dove mi sento leggera e libera perché il peso del mio corpo si annulla, riesco a muovermi e a percepire ogni singolo muscolo; colore? Il rosso; fiore? Girasole, che come me cerca la luce; il mio motto? It's just a wheelchair.



Orari (Vincenza)

“Gli orari...che stress!!!”

“La sveglia la mattina...che odio!”

“Dai su muoviti che siamo in ritardo! Ma perché se devo uscire per rilassarmi? “

“Io arrivo sempre dieci minuti prima piuttosto di rischiare di arrivare in ritardo.”

“Io sono una ritardataria cronica”.

Ecco cosa mi viene in mente quando penso agli orari. Ogni volta che ci penso mi sento in gabbia perché è così che ci si sente quando non ti senti libero; quando senti di non essere padrone del tempo che passa. Tutte le mie giornate sono una continua lotta contro il tempo; ore che sembrano minuti e che passano troppo velocemente.

Quando mi capita di poter prendere del tempo per me, anzi quando cerco di non dare peso all'inevitabile ticchettio dell'orologio; ogni volta che ci provo i piani inevitabilmente saltano.

Siamo tutti troppo ossessionati dal tempo questo perché la società ci ha trasformati così ma anche noi ci mettiamo del nostro poiché quando finalmente possiamo staccare la spina e pensare alla qualità del tempo che passa noi diamo importanza alla quantità del tempo. Solo quando



*impareremo a distinguere questa differenza
potremo finalmente spiccare il volo e trovare la
felicità.*

Radici (Marco)

Le radici per me sono le mie origini.

*Sono nato a Seriate una sera di dicembre, ma
le mie origini non sono di Seriate. Vengo da
mamma Rossana e papà Umberto. Il papà con
famiglia bergamasca contadina da generazioni
mentre la mamma con famiglia metà della Val
Imagna e metà bolognese... per questo mi piace
tanto il ragù.*

*Ho preso più il carattere e gli interessi dalle mie
origini bergamasche, mi piace vedere i lavori che
i contadini e muratori fanno vicino a casa mia.
Anche i colori del mio viso sono tipici bergama-
schi.*

*Da un po' di anni però sto frequentando Bo-
logna e sto iniziando a conoscere ogni angolo
della città e della vita bolognese.*

*È importante sapere da dove vengo e chi sono
state le persone prima di me, sono interessato
a sentir raccontare la storia dei miei nonni e
bisnonni.*



Realizzazione (Matteo)

Cosa vuol dire per me realizzazione? Per me realizzazione significa una cosa soltanto, anzi due! La prima non può non essere collegata ai sogni di una persona. Attenzione ho detto sogni, non obiettivi. I sogni sono qualcosa di ancora più grande, spesso irrealizzabili...ma qualche volta può succedere!

Ho avuto la fortuna di realizzare un sogno nel corso della mia vita che è durato poco, troppo poco, ma mi è bastato perché amo vivere, viaggiare, assaporare, esplorare. Nell'ormai lontano 2013 ho avuto la possibilità di viaggiare con la mia famiglia a New York, la città delle grandi luci che Alicia Keys e Jay-Z in "Empire State of Mind" descrivono come una giungla fatta di sogni: ed è proprio lì che ho sognato. Ho incontrato i giocatori della mia squadra del cuore, attraversato le strade della Grande Mela con lo sguardo verso gli infiniti grattacieli, pianto al monumento delle Torri Gemelle. Avevo finalmente realizzato il mio sogno, ed è stato fantastico. La seconda cosa a cui collego la parola "realizzazione" è il poter dire, "Sì, ce l'ho fatta!". Nel corso della mia vita ho dovuto affrontare tanti





problemi, tanti ostacoli e anche tanti dolori, ma la mia vita non è stata e non è solo questo! Non posso non ricordare anche le cose belle che l'hanno caratterizzata, diversi momenti in cui, effettivamente, mi sono potuto sentire finalmente realizzato. In questo caso in primo piano c'è il mio pianoforte: la musica mi ha fatto sentire realizzato, con lei ho potuto assaggiare alcuni prestigiosi palcoscenici, ho suonato in Rai e per Telethon in diretta nazionale, ho presentato un mio brano sul parquet del Forum di Assago davanti a 7000 persone e Giorgio Armani in persona si è congratulato con me. Comporre è bellissimo, difficile, ma bellissimo. Avere i propri brani in rete, poter permettere alla gente di riprodurli, dividerli, amarli... questo mi fa sentire realizzato!

La realizzazione per me è gioia immensa dopo la fatica e auguro a chiunque di poter provare sulla propria pelle una sensazione di questo tipo, prima o poi.

Scelte (Marta)

La prima cosa che mi viene da associare alla parola "SCELTE" è un episodio che fa parte

della mia infanzia. Era il periodo della scuola primaria, il medico che allora mi seguiva, mi disse che, per il mio tipo di disabilità motoria, non sarei mai riuscita a prendere in mano una penna e scrivere di mio pugno... Quel giorno scelsi di non arrendermi e con molto esercizio e tenacia ho recuperato l'uso delle mani ed oggi scrivo senza problemi. Da questa prima scelta importante sono scaturite tutte le più importanti della mia vita: cercare di vedere sempre il lato positivo in tutto ciò che ci accade; aver intrapreso un percorso di studi di tipo Psico - pedagogico, per dar voce e speranza a chi non ne ha. Perché, come disse Audrey Hepburn, "Nothing is impossible, the word itself says I'm possible". (Tradotto, significa: Niente è impossibile, la parola stessa dice io posso).

Soldi (Morticia)

L'altra sera ero al lavoro e stavo facendo chiusura con due mie colleghe, ad un certo punto mi sono allontanata per sistemare alcune cose della mia postazione e al mio ritorno stavano parlando di quanto fosse basso lo stipendio questo mese. Quando ci siamo confrontate sugli

orari dei turni e sulla differenza degli stipendi in base all'area di lavoro si è generato un momento di disagio perché i soldi, dopo il sesso, rappresentano un grande argomento taboo.

Se si guadagna poco, la gente prova pietà.

Se si guadagna molto, la gente vuole trovare il marcio.

Se non si guadagna, si è visti come falliti.

Se si chiede quanto guadagna una persona, si è scortesì.

Una volta un mio amico mi disse "i soldi sono lo strumento materiale del Purgatorio: basta un niente per passare dal Paradiso all'Inferno" e aveva proprio ragione: ad averne pochi si pensa solo a come si starebbe avendone di più e a quante cose non si possono fare data la loro mancanza, ad averne tanti l'unico pensiero è rivolto a come e a quanti soldi si possono spendere per rendere la vita più confortevole.

I soldi rappresentano il motivo per cui la gente è felice dell'arrivo della fine del mese, il motivo per cui molte persone non hanno una casa e non si nutrono tutti i giorni in modo regolare, il motivo per cui le persone si innamorano, il motivo per cui spesso non si dorme la notte e il

motivo per cui, dopo la vittoria di Mahmood a San Remo, mi viene da applaudire quando sento questa parola.





i nostri X factor della vita indipendente

C. raccontata da Greta

La sua vita è quella che per me, in questo momento della mia vita, rappresenta il modello di vita indipendente. Per me C., nonostante la giovanissima età di 18 anni, ha una vita indipendente.

L'anno scorso ha preso l'importante decisione di andare a trascorrere un intero anno all'estero, negli Stati Uniti, più precisamente in West Virginia. C. è stata molto coraggiosa, ha deciso da sola e consapevolmente di allontanarsi dalla famiglia, dagli amici e da tutto ciò che aveva qua in Italia per provare una nuova esperienza. Questa esperienza era fondamentale per il suo futuro e per il suo obiettivo: frequentare una delle migliori università degli Stati Uniti e del mondo. Lei si è prefissata quell'obiettivo e prende per sé quelle decisioni che possono avvicinarla alla sua meta.

C. è determinata e decisa sa cosa vuole dalla sua

vita. Lei pensa in grande non si pone limiti e ostacoli. C. è libera di prendere le sue decisioni e, per sua fortuna, non è condizionata e limitata praticamente da nessuno. C. per me vive una vita indipendente. Lei sceglie per sé e soprattutto per il suo futuro.

A. raccontata da Maria

Se la dovessi intervistare, A. mi accoglierebbe nel salotto della sua modesta, ma curatissima casa. Sceglierebbe proprio casa sua come luogo dell'intervista: è molto fiera di aver realizzato il suo grandissimo sogno. Se la potessi intervistare, penso che A. si racconterebbe così: "Sono nata in provincia di Brescia, 34 anni fa. La mia infanzia è stata abbastanza difficile: sono stata abbandonata alla nascita e quindi ho passato la maggior parte del tempo fra una famiglia affidataria e un'altra. I miei genitori mi hanno abbandonata perché sono affetta

dalla Sindrome di Down e nessuno mi ha voluta adottare perché appunto ho una disabilità. A 18 anni sono finita in una comunità per disabili, dal primo giorno ho lottato per trovarmi un lavoro e andare a vivere da sola. Ho fatto tanto volontariato e pensavo che mai nessuno mi avrebbe assunto. Poi l'associazione presso cui facevo volontariato da ormai 5 anni ha aperto un agriturismo e il responsabile ha deciso di assumermi come aiuto cuoco - grazie anche alla scuola alberghiera che ho finito. Però le cose non sono così facili per una persona con disabilità come me. Prima di lasciare la comunità mi ci sono voluti ancora 5 anni. È difficile convincere tutti di potersi prendere cura di sé stessi, è difficile convincere qualcuno che anche se hai una disabilità l'affitto lo pagherai comunque. Ho lavorato e continuato a stare in comunità per 5 anni, ho messo un po' di soldi da parte e grazie a degli amici sono riuscita a trovare una casa. Adesso sono ormai 6 anni che vivo da sola e sto benissimo. Però vorrei tanto prendermi un cane: vivere per conto mio è bellissimo, ma a volte mi sento troppo sola e avrei bisogno di un po' di compagnia”.

G. raccontato da Marta

G. nasce a Bergamo nel 1990, fratello gemello e secondogenito di tre figli. Durante il periodo delle scuole superiori - in ambito scientifico - entra in contatto con la realtà del nuoto paralimpico bergamasco presso la PHB (Polisportiva Handicappati Bergamasca), fino ad arrivare a gareggiare a livello internazionale, con buoni risultati. In seguito, intraprende gli studi universitari a Bergamo in giurisprudenza; questo lo facilita a entrare nel mondo della politica locale, portandolo anche a ricoprire, per un mandato, il ruolo di Assessore allo Sport e delle Politiche giovanili del Comune in cui vive. Sposato dal 2014 ed è padre di due bambini. Ora lavora come fundraiser per varie cooperative sociali sul territorio bergamasco e del basket. Ha la patente d'auto. Note: L'ho conosciuto in PHB Nuoto (perché compagni di squadra) e - da allora - è sempre stato un modello cui ispirarmi, in fatto di Vita Indipendente. Nella biografia ho inserito - appositamente - l'aspetto della patente d'auto per evidenziare l'importanza che, secondo me, esso ricopre per sperimentare/attuare la Vita Indipendente e mio personale obiettivo da raggiungere

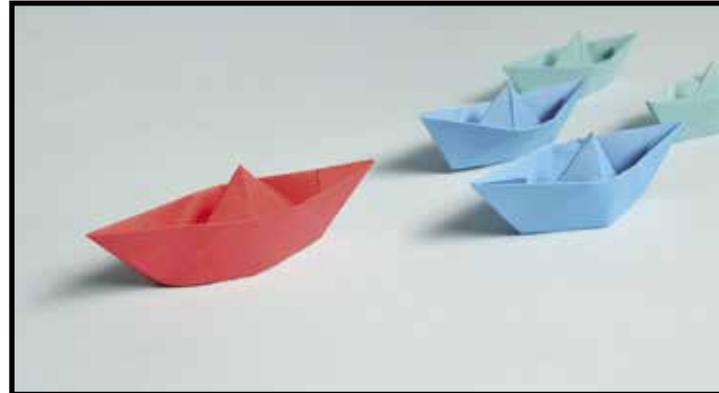
gere il prima possibile.

F. raccontata da Morticia

F. è una semplice donna nata e cresciuta a Reggio Calabria che, a mio parere, incarna un modello di donna indipendente senza nemmeno rendersene conto. Ho avuto il piacere di conoscerla nell'estate del 2018 partecipando al campo estivo dell'associazione UNITALSI: quell'anno lei era a capo del refettorio, coordinava tutte le attività delle ragazze.

F. appartiene alla categoria di persone che, indipendentemente dall'età o dal luogo in cui si trova, non perde mai occasione di regalare un sorriso, delle parole di conforto o di strappare una risata. A primo impatto questa donna appare circondata da un'aura forte, che trasmette tutta la sua voglia di vivere.

In prima persona ho subito pensato fosse sola, cioè che non fosse né sposata né avesse figli, tanto che quando un'altra ragazza mi raccontò che Francesca aveva accompagnato lei e sua madre, la sua migliore amica, in viaggio a Cuba, non ho minimamente pensato che avesse qualche tipo di limite che la potesse trattenere dal par-



tire e tutto ciò mi aveva lasciato un forte senso di orgoglio. Già allora, sapendo solo la parte “apparente” della sua vita, mi aveva affascinato estremamente il modo in cui aveva deciso di viverla: senza nessun ostacolo, giorno per giorno e ridendo delle cose negative che potevano succedere piuttosto che buttarsi giù, sempre. Tornata a Bagnara anche l'estate successiva, ho instaurato un legame di amicizia con F. condividendo con lei ricordi di momenti belli e brutti della mia vita e le aspirazioni che avevo per il futuro. In queste occasioni ho avuto il piacere di scoprire un nuovo lato di questa signora che per me già era una Dea: F. nella vita fa l'estetista, oltre ad essere una sorella dell'UNITALSI, fa anche la volontaria presso la Croce Rossa, partecipa ad un corso di inglese per poter viaggiare senza difficoltà di lingua, la famiglia che si è creata è il suo orgoglio più grande - al punto che porta una foto del figlio nel portafoglio da poter estrarre per vantarsi della sua bellezza. Ho scelto di dedicare questo testo proprio a lei perché rappresenta ciò che auguro a tutti di poter diventare: persone con dei legami importanti e fondamentali, ma che non si traducono in

limiti capaci di impedire la nostra realizzazione.

G. raccontato da Simon

È nato negli anni quaranta probabilmente a Bergamo. Non so niente della sua infanzia o della sua adolescenza, quindi inizio a parlare da quando ha conosciuto mia nonna, giunta in Italia dalla Svizzera. Dai racconti che mi sono stati detti so che era una persona ferma, sicura di sé e diligente. Verso i cinquant'anni, dopo aver cresciuto mio padre e mio zio, stanco della vita stabile e preso da una spinta emotiva tendente alla libertà, decise di andare in Liguria, in cui diede vita a un'altra figlia. Separatosi anche dalla sua seconda moglie, si ritirò a una vita da eremita in campagna, in una specie di accampamento creatosi da solo. Le poche volte che sono andato a visitarlo non ho potuto fare a meno di notare la sua capacità di vivere senza dipendere da nessuno. Era assolutamente autonomo e libero di fare ciò che voleva, non essendo vincolato né dal lavoro né dalla famiglia. Passava il tempo creando trappole per topi, facendo passeggiate con il suo cane o nuotando nel mare vicino alla sua collina. Raggiunti i settant'anni e in perfetta



forma fisica, iniziò a viaggiare per il mondo con un'insaziabile curiosità e volenteroso di scoprire nuovi posti. Senza praticamente nessun soldo con sé, si accampava nei villaggi delle tribù locali, e stando con loro ne assimilava le tradizioni. Ho delle foto in cui lo vedo passeggiare con indigeni africani che portano cesti di banane, o di lui che guarda con attenzione posti naturali esotici e commenta quanto siano magnifici. Poco tempo fa è tornato dalla Colombia, dopo essere stato nelle Filippine per 6 mesi. Siccome non lo vedo mai non posso dire di conoscerlo a fondo, ma sono colpito dal suo spirito nomade e avventuroso, contro ogni tipo di vita monotona e sedentaria e in nome di una libertà che cerca di sfruttare appieno il limitato tempo che abbiamo in questa vita.

C. raccontata da Vincenza

C. è nata a Catanzaro nel 1988. È cresciuta in un piccolo paese della Calabria all'interno di una famiglia numerosa. È sempre stata considerata una delle ragazze più belle del paese ma tutto ciò non ha mai influito sui suoi atteggiamenti; è sempre rimasta una ragazza umile e determi-



nata a raggiungere i suoi obiettivi. Si è fidanzata da giovane con un ragazzo del suo stesso paese e insieme hanno trascorso tantissimi anni. All'età di 23 anni, dopo aver preso la triennale in economia, decide di trasferirsi in un'altra città per continuare la specialistica. Lascia tutto quello che ha di più caro e intraprende con determinazione questa scelta; una scelta che l'ha messa a dura prova soprattutto nei primi anni del trasferimento. Arriva in questa città senza conoscere nessuno, senza riferimenti vicini, affitta una casa e inizia la sua avventura. Più volte pensa di mollare ma trova sempre la forza di andare avanti anche dopo essersi lasciata con il fidanzato a causa della distanza incolmabile. I primi anni sono stati una dura messa alla prova per lei ma nonostante tutto non molla. Prima di terminare la specialistica trova un lavoro presso uno studio di commercialisti e inizia a fare il praticantato; lavorare e terminare gli studi credo siano stati lo scoglio più grande da superare; ma la sua caparbia e ostinazione erano più forti della sua stanchezza fisica e psicologica. Dopo la specialistica inizia ufficialmente la sua carriera da commercialista e qualche anno fa

decide di tentare l'esame di stato per abilitarsi alla libera professione. Ennesimo traguardo raggiunto brillantemente. Per fare tutto questo ha dovuto trascurare molto la sua vita privata e forse di questo un po' si pente ma non si è mai fermata. Tant'è che oggi sta decidendo di riprendere ancora gli studi per fare un master di secondo livello.

Simona intervistata da Serena

Come X-Factor della Vita Indipendente ho deciso di fare un'intervista tramite WhatsApp a Simona Spinoglio, una cara amica e un importante punto di riferimento.

Ciao Simona, grazie per aver accettato di aprirti a questa intervista. Oggi parleremo di un tema che ci sta molto a cuore, la Vita Indipendente. Ma facciamo un passo indietro... alla domanda "chi sei" come ti descriveresti in quattro righe?

Sono una donna di 37 anni che ama la vita, le persone, la musica. Sono educatrice, counselor e laureata in psicologia, lavoro anche attraverso tecniche espressive e credo nel potenziale di ogni



essere. Convivo da sempre con la SMA e amo il mio corpo, al di là di ciò che può o non può fare, ma per ciò che può sentire ed esprimere.

Cos'è per te la SMA?

Una delle tante parti di me, una malattia per qualcuno, una sfumatura per altri, entrambe le cose per me. Vorrei non averla conosciuta, ma ammetto che senza lei sarei diversa da ciò che sono.

Cosa significano le parole VITA e INDIPENDENTE separate? E unite?

VITA per me è dono, sfida, continua possibilità. INDIPENDENTE un aggettivo che non richiede capacità fisiche, ma, prima ancora di condizioni esteriori, un'intenzione che viene solo da dentro. Separate sono il nucleo dell'esistenza e una condizione possibile, unite sono le radici di una realizzazione personale concreta.

Qual è stata la prima volta che ti sei sentita indipendente?

Quando a 13 anni mi hanno messa su una carrozzina elettronica e ho potuto decidere io dove andare.

Quando pensi all'indipendenza quali emozioni ti vengono in mente?

Tante e diverse: dalla gioia dell'appagamento, alla paura per la sfida continua.

Inevitabilmente le persone come noi con una disabilità fanno più fatica a costruirsi una Vita Indipendente. Tu da un po' di anni sei riuscita.

Da quanto tempo vivi da sola? Quali ostacoli o paure hai dovuto affrontare?

Da quando avevo 24 anni, l'ostacolo più grande è la continua necessità di adattarsi, di sostenersi, di affrontare l'insoddisfazione che inevitabilmente c'è quando la tua indipendenza dipende da mani che non sono le tue. È parte del gioco però, quel gioco che per me è realizzazione e vita.

Come sei riuscita a ricavarti i tuoi spazi di libertà e indipendenza nel rapporto con un'assistente, fondamentale per questo tipo di percorso?

Imparando attraverso i miei errori a mantenere chiari confini personali, ascoltando e dando spazio ai miei bisogni personali.

Ti aspettavi così la tua Vita Indipendente oppure la immaginavi in un altro modo? Vorresti cambiare qualcosa?

Non avevo idea di cosa sarebbe stato, ho pro-

vato, ho vissuto e vivo ed ora sono pienamente soddisfatta. Certo questo comporta che io debba lavorare, essere attiva sempre, non farmi “assistere”, ma prendere ogni giorno in mano la mia vita, è anche faticoso sì, ma va bene esattamente così.

Mi descriveresti una tua giornata tipo?

Mi sveglio molto presto, il mio assistente mi aiuta a lavarmi e a prepararmi, una volta in carrozzina lavoro con clienti in studio o online tutto il giorno e la sera può essere in tranquillità o con amici, a casa mia o fuori.

Se non avessi avuto una disabilità, come avresti voluto costruire la tua Vita Indipendente? Non ne ho idea, sono una persona con disabilità da sempre, davvero non saprei cosa sarebbe stato di me altrimenti.

Che consigli dai a chi sta iniziando o vorrà iniziare questo percorso?

Di lavorare su di sé prima di tutto, sulla propria crescita personale, sulla motivazione e sulle strategie di adattamento...il resto viene dopo.

G. raccontato e intervistato da Yuri

La sua indipendenza è stata fin dal principio

un effetto collaterale della sua scelta: giocare a pallone. A tredici anni lascia la casetta del paesino piccolissimo e collinare dov'è cresciuto e si trasferisce dalla zia paterna (acquisita) nella città, nel capoluogo della sua regione. Si trasferisce nuovamente a vent'anni da solo in un'altra regione, lì condivide un appartamento con un compagno di squadra che gli insegnerà a cucinare - ancora oggi non ha perso il tocco.

In quel periodo incontrerà la donna che gli darà due figli, cresce la famiglia e cresce anche la sua carriera fino ad arrivare a vertici inaspettati. Il successo diventa inebriante, il matrimonio s'arresta per poi riprendere, arriva il secondo figlio, alla fine tutto si sfalda.

Lui alla soglia dei quarant'anni si ritrova a vivere una nuova indipendenza. C'è un tempo con i figli: con il più piccolo passa le giornate in un appartamento in affitto a cucinare; c'è il tempo che passa e la carriera muta, ora si ritrova dall'altra parte della panchina, ma i successi ottenuti in passato non si ripetono.

Come nelle migliori trame avviene un salto temporale di vent'anni, ora padre e figlio - ormai cresciuto - vivono insieme in un'altra casa in

affitto.

Percepisce una pensione, ma le scelte fatte in passato - a prescindere dalla loro necessità o natura - al momento gli stanno parzialmente negando quell'indipendenza assaporata in precedenza. Un'indipendenza mai vissuta e compresa fino in fondo, non completamente. Si ripete continuamente che una volta che entrambi i suoi figli saranno a loro volta indipendenti lui tornerà alla sua casetta, in quel paesino piccolissimo e collinare.

Che cosa significa per te indipendenza?

Per me, (lo dice la parola stessa) significa non dipendere da niente e da nessuno.

Come l'hai vissuta?

L'ho vissuta benissimo, perché innanzitutto (all'epoca aveva 16 - 18 anni) avevo raggiunto un'indipendenza economica, vivendo in una casa con altri sette/otto ragazzi che come me praticavano il calcio a livello agonistico, vedendoci riconosciuto un piccolo rimborso spese col quale ci compravamo qualche vestito o poco più in quanto tutto il resto era già speso dalla società. Ho raggiunto un'indipendenza economica





che mi ha permesso di poter viaggiare (in quel periodo che ricopriva dai 19 ai suoi 23 anni) nelle varie città in cui giocavo da professionista. Poi, come tutti, ho imparato per vicissitudini a fare le “piccole” cose come cucinare, lavare i piatti, fare una lavatrice per poter vivere in casa e fuori.

Arriva il matrimonio, questo ha influenzato in qualche modo (nel bene o nel male) la tua indipendenza?

No, che io ricordi no, avevo dei doveri verso la famiglia, specie quando sono nati i miei figli, ma non hanno influito nella mia indipendenza, avevo solo dei doveri da rispettare.

Arriviamo a oggi... :

L'indipendenza di ieri (in cui viveva con sette/otto ragazzi) non è diversa da quella di oggi eccetto che oggi ho dei pensieri...

Quali pensieri?

Il lavoro, I figli, Il futuro dei miei figli.

In che modo questi pensieri influenzano la tua indipendenza di oggi?

La mia indipendenza di oggi è influenzata da questi pensieri in quanto vorrei fare qualcosa in più, qualcosa di più che purtroppo non posso

fare proprio per via di questi pensieri.

Quindi influenzano in maniera negativa?

Sì.

Questi pensieri da dove nascono e perché?

Nascono dal fatto che un genitore a prescindere si preoccupa dei suoi figli e per i suoi figli ed è normale che questa indipendenza venga un po' a mancare.

Quando viene a mancare che succede?

Mi sento tranquillo, mi sento comunque indipendente perché ho messo tutto in preventivo, sono i casi della vita che vanno affrontati, sono talmente importanti che finiscono per fare parte della tua indipendenza finendo per legarti.

E aggiunge... :

Per me sì può arrivare all'indipendenza soltanto lottando e risolvendo i problemi della vita quotidiana.



immagini di futuro

FUTURO/YURI

Paralisi, è quello che mi accade sotto ogni aspetto quando sento la parola futuro, quando vedo e ascolto il mondo progettare il futuro: lavoro, vita sentimentale, vita sociale, fare i figli, dove abitare... Quando il futuro riguarda me, beh, quando qualcuno mi chiede del futuro io metaforicamente rimango senza respiro, in apnea, spalanco gli occhi e lascio che il terrore danzi dentro di me, come un diavolo all'interno di un antro oscuro sulle note di qualche opera classica o lirica (perché si sa, i cattivi hanno buon gusto in fatto di arte). Il futuro mi fa paura sotto due forme; la prima: il mondo gira, gira, sempre più vorticosamente:

"Dobbiamo prendere le misure della cucina nuova"
(Ragazza di 22 anni con fidanzato di 25 anni)

"Penso che andremo a convivere" (coppia di 25 e 24 anni)



"Siamo fidanzati da quando abbiamo 16 anni" (coppia di 26 e 27 anni)

"Guarda, mi laureo, trovo lavoro, esco con la tipa con cui mi sento, tempo tre anni, bam! Casa, bambini, vacanze mare - montagna" (maschio nato negli anni '90)

"Io ho ben chiaro il mio futuro e sono in perfetta tabella di marcia" (femmina di anni 18)

Gente che esce per una pizzata, una rimpatriata e finisce a parlare di lavoro. Io non vorrei finire così - a parte che tra un anno non so nemmeno come sarò, dove sarò e se ci sarò, con mio padre che mi dice di iniziare a guardarmi intorno e a cercare che tra un anno finisce il servizio Civile...

Non è una critica a quelle persone, ognuno del proprio tempo, della propria vita e del proprio futuro fa quello che ritiene più opportuno. È solo che questa prima forma di paura del futu-

ro mi porta a chiedermi quanto tempo mi manca, quanto me ne resta, se è troppo tardi, se ho ben chiaro qualcosa, se faccio ancora in tempo... ve l'ho detto che ho 27 anni?

La seconda forma di cui ho paura, invece, è di vivere una vita in cui mi sveglio e sono apatico, infelice... voglio dire, ho visto gente con un lavoro, dei figli, una moglie bellissima, un tetto sulla testa, eppure si lamenta. Sì, lo so, è la natura umana, i nostri occhi sono allenati alla differenza sotto il punto di vista della mancanza. Mi capita di pensare che dovremmo allenarli alla ricchezza.

Il futuro è un azzardo, un atto di coraggio, è un muro dove mi ritrovo puntualmente e perennemente ad un millimetro dallo sbatterci la faccia. Ma arriverà in futuro o un futuro, il momento in cui, giusto un istante prima di sbatterci contro, proverò coraggiosamente e azzardatamente a scalare quel muro.

FUTURO/SOAD E YURI O "LA NAVE DEI RICORDI"

Soad prende la fotografia che ha scelto: una famiglia sul porticciolo che guarda, anzi, che scruta l'orizzonte ricoperto dalla nebbia che il padre indica davanti a sé. Inizia a descriverla nei minimi particolari, quasi in maniera schematica, davanti a me ho Soad e questo nostro incontro è granitico. Mentre sta descrivendo la fotografia, noto come si concentra sul tema dell'immigrazione, ma soprattutto sul fatto che si tratti di una famiglia, capto nel suo tono di voce preoccupazione e speranza affinché quella famiglia riesca a raggiungere la propria destinazione. Allora ne approfitto, forse in maniera un po' rude, il classico "Ora o mai più" e le domando come mai abbia scelto proprio quella foto, cosa l'abbia portata a sceglierla, e lì la rivelazione: "Perché anch'io sono emigrata per venire qui!"

Rimango stupito, perché pensavo fosse nata qui, e le chiedo i dettagli, mi dice che prima partì suo padre e poi tutta la famiglia, lei compresa, lo raggiunse. Le chiedo quindi cosa provò quando le dissero che avrebbero lasciato la loro terra, se ne fu felice e

lei dice sì, perché finalmente sarebbero stati tutti insieme. Allora comprendo che per Soad non esiste luogo o destinazione fisica, che la sua meta non si trova su una carta geografica, ma nell'unione della sua famiglia.



FUTURO/SERENA

Il futuro per me è partire dal basso e arrivare in alto perché *the sky is the limit*.

Il futuro per me è buttarsi in ogni caso, qualcuno c'è che ti aiuta ad atterrare.

Il futuro per me è creare qualcosa con qualcuno, complicità e felicità.

Il futuro per me è speranza,

Il futuro per me è diventare madre e magari nonna.

Il futuro per me è come la claustrofobia .

Il futuro per me è chiara incertezza.



FUTURO/MARIA

Il futuro secondo me è una scommessa, lo pensavo prima della pandemia e lo penso a maggior ragione ora. Un po' come questa foto... ci buttiamo senza sapere sicuramente quello che ci aspetta. Il ragazzo che si butta non può sapere se qualcuno dei suoi amici se ne andrà via prima del suo atterraggio oppure resteranno tutti lì a prenderlo, non può sapere se il telo reggerà, non è certo su molte cose, ma sceglie comunque di buttarsi. Il futuro noi lo pianifichiamo, ma non siamo mai certi al 100% che andrà nel modo in cui lo abbiamo pensato. Non possiamo sapere cosa ci riserva il futuro, anche se proviamo in tutti i modi a pianificare la nostra vita, interviene sempre qualcosa che ci scombussola i piani.

A 15 anni avevo i miei amici, mi preparavo per iniziare le superiori, avevo scelto l'indirizzo che mi interessava di più e poi per decisione dei miei genitori ci siamo trasferiti in Italia quindi tutti i miei piani sono stati rovinati, non avevo più nessun amico con cui uscire, non sapevo che scuola fare e così via.

All'inizio di quest'anno avevo pianificato di laurearmi in autunno ma con l'inizio della pandemia, il casino degli esami online, sessioni saltate sono arrivata in autunno con ancora un paio di esami da sostenere e la tesi solo un'idea ancora da sviluppare.

Questi sono solo alcuni esempi delle varie esperienze che mi hanno fatta arrivare alla conclusione che il futuro nonostante tutti i nostri sforzi per programmarlo ci sorprende sempre negativamente o positivamente.



poesie per una vita indipendente



Identità

Devo essere un altro
per essere me stesso
Sono briciola di roccia
Sono il vento che la consuma

Sono polline senza insetto

Sono sabbia che sostiene
il sesso degli alberi
Esisto dove mi disconosco
aspettando il mio passato
anelando alla speranza del futuro

Nel mondo che combatto
muoio
nel mondo per cui lotto
nasco

Mia Couto



Filastrocca della meraviglia

La meraviglia è un dono rotondo
Che va e ritorna fra gli occhi ed il mondo
Gli occhi la spargono su fiori e prati
E poi li guardano meravigliati
Gli occhi la spalmano sopra le cose
E poi le trovano meravigliose
La meraviglia sta in quello che guardi?
Oppure sta nei tuoi sguardi?
Sta nelle cose che vedi e che tocchi?
O nelle mani e negli occhi?
La meraviglia è vicino e lontano
è a metà strada fra il fiore e la mano
è nella prosa, è nella rima
è nella rosa che viene prima
è nel silenzio che viene dopo
Nelle parole che non hanno scopo
Nella dolcezza dopo aver pianto
Nel fiato preso prima di un canto

Nel passo indietro prima del salto
Nell'uomo basso che guarda in alto
Nell'uomo alto che guarda altrove
Negli orizzonti del non si sa dove
Nel crac aprendo un guscio di noce
Nel buio vivido dopo la luce
è la vigilia di tutte le cose
è la vendemmia di tutte le rose
è questo mondo quando ci assomiglia
La meraviglia
Il Magopovero ne ha in abbondanza
La dona tutta e non resta mai senza
Perché conosce un antico mistero
Semplice e vero
Quando i bambini sono noiosi
Sono annoiati
Quando gli artisti son meravigliosi
Son meravigliati.

Bruno Tognolini





Ringrazio mio padre
per il malumore,
mia madre per l'ansia,
il mio paese per la neve e il vento,
ringrazio uno per uno
tutti i disamori,
ringrazio i rancorosi,
gli scoraggiatori militanti,
ringrazio i morti,
gli ammalati,
i malestanti.

Non mi sono curato
nessuna malattia, sono tutte qui con me
assieme a questa contentezza
che mi visita ogni tanto e poi se ne va via.
Chiamatela poesia

Franco Arminio

A morte lenta

Lentamente muore chi diventa schiavo
dell'abitudine,
ripetendo ogni giorno gli stessi percorsi,
chi non cambia la marcia,
chi non rischia e cambia colore dei vestiti,
chi non parla a chi non conosce.
Muore lentamente chi evita una passione,
chi preferisce il nero su bianco
e i puntini sulle "i"
piuttosto che un insieme di emozioni,
proprio quelle che fanno brillare gli occhi,
quelle che fanno di uno sbadiglio un sorriso,
quelle che fanno battere il cuore
davanti all'errore e ai sentimenti.
Lentamente muore chi non capovolge il tavolo,
chi è infelice sul lavoro,
chi non rischia la certezza per l'incertezza
per inseguire un sogno,
chi non si permette almeno una volta nella vita
di fuggire



ai consigli sensati.
Lentamente muore chi non viaggia,
chi non legge,
chi non ascolta musica,
chi non trova grazia in sé stesso.
Muore lentamente chi distrugge l'amor proprio,
chi non si lascia aiutare;
chi passa i giorni a lamentarsi della propria sfortuna
o della pioggia incessante.
Lentamente muore chi abbandona un progetto
prima di iniziarlo,
chi non fa domande
sugli argomenti che non conosce,
chi non risponde quando gli chiedono
qualcosa che conosce.
Evitiamo la morte a piccole dosi,
ricordando sempre che essere vivo
richiede uno sforzo di gran lunga maggiore
del semplice fatto di respirare.
Soltanto l'ardente pazienza porterà
al raggiungimento di una splendida felicità.



Martha Medeiros

Giuro per i miei denti di latte
giuro per il correre e per il sudare
giuro per l'acqua e
per la sete giuro
per tutti per i baci d'amore
giuro per quando si parla piano la notte
giuro per quando si ride forte
giuro per la parola no
e giuro per la parola mai
e per l'ebrezza giuro,
per la contentezza lo giuro.
Giuro che io salverò la delicatezza mia
la delicatezza del poco e del niente
del poco poco,
salverò il poco e il niente
il colore sfumato, l'ombra piccola
l'impercettibile che viene alla luce
il seme dentro il seme,
il niente dentro
quel seme.
Perché da quel niente nasce ogni frutto.
Da quel niente tutto viene.

Mariangela Gualtieri



Filastrocca dei mutamenti

“Aiuto, sto cambiando” disse il ghiaccio
“Sto diventando acqua, come faccio?
Acqua che fugge nel suo gocciolio!
Ci sono gocce, non ci sono io!”.

Ma il sole disse: “Calma i tuoi pensieri.
Il mondo cambia, sotto i raggi miei:
tu tieniti ben stretto a ciò che eri
e poi lasciati andare a ciò che sei”.

Quel ghiaccio diventò un fiume d'argento
non ebbe più paura di cambiare
e un giorno disse: “Il sale che io sento
mi dice che sto diventando mare.
E mare sia. Perché ho capito, adesso,
non cambio in qualcos'altro, ma in me stesso”

Bruno Tognolini



Ogni caso

Poteva accadere.

Doveva accadere.

È accaduto prima. Dopo.

Più vicino. Più lontano.

È accaduto non a te.

Ti sei salvato perché eri il primo.

Ti sei salvato perché eri l'ultimo.

Perché da solo. Perché la gente.

Perché a sinistra. Perché a destra.

Perché la pioggia. Perché un'ombra.

Perché splendeva il sole.

Per fortuna là c'era un bosco.

Per fortuna non c'erano alberi.

Per fortuna una rotaia, un gancio, una trave, un freno,
un telaio, una curva, un millimetro, un secondo.

Per fortuna sull'acqua galleggiava un rasoio.

In seguito a, poiché, eppure, malgrado.

Che sarebbe accaduto se una mano, una gamba,



a un passo,
a un pelo da una coincidenza.
Dunque ci sei?
Dritto dall'attimo ancora socchiuso?
La rete aveva solo un buco, e tu proprio da lì?
Non c'è fine al mio stupore, al mio tacerlo.
Ascolta
come mi batte forte il tuo cuore.

Wisława Szymborska



biografie

GRETA

Ambiziosa, testarda e energica. Queste sono le parole che sceglierei se dovessi descrivermi con sole 3 parole e sono forse anche le prime che le persone possono cogliere a prima vista. Mi reputo anche una persona affettuosa, dolce e solare, ma per questi aspetti serve più di un semplice sguardo. Catturano la mia attenzione solo le cose che vanno fuori dagli schemi, che si distinguono dalla noiosa normalità. Mi appassiona la storia dell'arte ma apprezzo molto di più l'arte contemporanea, la reputo molto più espressiva e incisiva. Amo l'arte in sé perché riesce a esprimere i pensieri più profondi nel modo più semplice.

MARCO

Mi chiamo Marco, ho 24 anni e vivo a Bergamo con mia mamma e mia sorella. Frequento il laboratorio per le autonomie del comune di Bergamo. Nel tempo libero amo fare passeggiate nel verde, guardare films sul tema dei disastri e costruire i Lego.

MARIA

Sono Maria, ho 24 anni e vivo a Seriate. Mi sto laureando in Economia e lavoro come assistente personale di una ragazza con disabilità. Sono volontaria della Croce Rossa e ho alle spalle anni di volontariato in varie associazioni. Ho fatto un anno di Servizio Civile alla UILDM Bergamo. Le varie esperienze di volontariato mi hanno dato molto, hanno arricchito la mia personalità, mi hanno fatta crescere e diventare la persona che sono oggi, cioè una persona molto solare, con il sorriso stampato sul viso, responsabile e sempre pronta ad aiutare il prossimo.

MARTA

Marta Pagni, Volontaria e Consigliera UILDM Bergamo per farsi portavoce di altri come lei. Una persona con disabilità motoria di trentadue anni che - con positività, coraggio, determinazione e forza di volontà - affronta le sfide della vita che si pongono dinanzi giorno dopo giorno, senza mai mollare perdendosi d'animo, anche quando le cose non vanno per il verso giusto.

MATTEO

Mi chiamo Matteo Gualandris, ho 25 anni, vivo a Ponte San Pietro con mia madre e dalla nascita sono affetto da una forma di distrofia muscolare, una malattia che mi blocca su una carrozzina dall'età di 8 anni. Durante la settimana mi occupo di contabilità, ma la mia vita è caratterizzata da tante sfumature, tante amicizie e passioni. Dentro di me porto un amore smisurato per la musica e lo sport, suono il pianoforte da diversi anni, la mia musica circola in rete e grazie a lei oggi posso dire di essermi preso qualche soddisfazione.

MORTICIA

Sono Morticia Sawadogo, ho 20 anni e abito a Monterosso. Frequento il primo anno alla facoltà di Mediazione Linguistica e Culturale a Milano, nel tempo libero sono volontaria presso l'Oratorio di Monterosso e sono

anche una babysitter. Da cinque anni faccio parte di un collettivo teatrale, Sguardi di un Certo Genere, e grazie a questo ho avuto la possibilità di conoscere e far parte di questo laboratorio.

SERENA

Sono Serena Averara, ho 23 anni e abito in provincia di Bergamo. Ho conseguito la laurea triennale in Scienze Psicologiche a settembre 2019 ed ora sto frequentando la magistrale in Psicologia della Salute nei contesti sociali... si sono un'aspirante psicologa. Ho una disabilità motoria dovuta ad una malattia neuromuscolare genetica che colpisce i motoneuroni, la SMA, atrofia muscolare spinale. Sono una ragazza testarda, determinata, sensibile, un po' lunatica e nel profondo anche fragile.

SIMON

Mi chiamo Simon Filisetti, ho 19 anni, vivo a Sorisole e ho frequentato il liceo scientifico al Natta.

SOAD

Mi chiamo Soad Mahsori, ho 34 ed abito a Trescore Balneario. Tutte le mattine vado al bar dove resto un paio d'ore; nel tempo libero esco o sto in chiamata con dei miei amici. Da circa tre anni frequento l'associazione UILDM.

VINCENZA

Vincenza Laganà, educatrice socio-pedagogica. Nata a Soverato (CZ) il 29 Giugno del 1987. Per motivi famigliari la mia infanzia si è sempre divisa tra la Calabria e la città di Bergamo, ma nonostante l'amore per la mia terra, all'età di 15 anni sono costretta a trasferirmi definitivamente presso la città lombarda. Finiti gli studi superiori, inizio a lavorare come commessa presso un negozio di scarpe che mi permette di non rinunciare agli studi universitari. Negli anni ho coltivato una formazione psicologica, ma, iniziando a sperimentare il lavoro educativo, mi sono accorta che non avrei potuto fare un lavoro diverso. Qualche anno fa

mi sono specializzata come educatrice professionale e oggi lavoro nelle politiche giovanili del Comune di Bergamo.

YURI

Mi chiamo Yuri Pasciullo, ho 27 anni, sono nato il 18 dicembre del 1993 Ad Alzano Lombardo in provincia di Bergamo. Scrivo per piacere e necessità personale da quando ho 14 anni e vivo il mondo del teatro e della settima arte con le stesse motivazioni da quando ne ho 17. Ho incontrato UILDM Bergamo nel 2018 partecipando ad un progetto teatrale con il tema del racconto e della narrazione tramite la condivisione del cibo, attraverso l'espedito della cena – teatrale, dal nome: "Storie di cibo". Dall'autunno del 2019 collaboro e partecipo a questo nuovo progetto targato UILDM Bergamo sempre con la narrazione come mezzo di espressione, raccontando il tema della vita indipendente e dell'indipendenza.

Hanno collaborato:

Serena Averara, Simon Filisetti, Matteo Gualandris,
Soad Mahsori, Marco Natali, Marta Pagni, Yuri Pasciullo,
Morticia Sawadogo, Greta Tassi, Maria Timofte

Giovanna Guizzetti e Sergio Cortesi, educatori conduttori dei laboratori narrativi,
Vincenza Laganà, educatrice dello Spazio giovanile di Monterosso,
Olivia Osio, responsabile del progetto *Sconfinando si fa rete*.
La co-progettazione tra organizzazioni di volontariato

FOTOGRAFIE

Dai siti: Pixabay.com; pinterest.com; pinterest.pt;
pinterest.co.kr; nipost.com;
Richard Tuschman Images - blogger

POESIE

Bruno Tognolini, "Filastrocca della meraviglia" in Rime Raminghe. Poesie scritte per qualcosa o qualcuno che poi girano il mondo per tutti, Salani, Milano 2013

È fatto divieto di utilizzare e riprodurre
qualsiasi testo e/o immagine pubblicati su questo numero

Impaginazione e progetto grafico: Gianluigi Daldossi

STAMPA

Tipo Srl Centrale di stampa e comunicazione
Chiusduno (Bg)

