

PARAPLEGIA



APPROFONDIMENTO

Lavoro

Il ritorno alla vita lavorativa

6 INSERIMENTO PROFESSIONALE
A Silvano Buob è
riuscito l'impossibile

20 INCONTRO
La tetraplegia di Paul
Hintermann non si vede

26 ANNIVERSARIO
Da 25 anni Orthotec
porta innovazioni

«Ho finito l'apprendistato. Ora inizia la vita.»

Melania, 20 anni, sta pianificando un anno all'estero.

Sussidio sostenitori
CHF 250 000.-
in caso d'emergenza

In caso di para-tetraplegia dovuta a
infortunio con dipendenza permanente
dalla sedia a rotelle

Una quota unica, una previdenza perpetua.

Diventa ora membro permanente.

In qualsiasi luogo nel mondo e circostanza di vita ci si trovi, i vantaggi saranno illimitati nel tempo. Versando un importo **una tantum di CHF 1000.-** diventerai membro permanente e, in caso di emergenza, riceverai CHF 250 000.-, qualora subissi una para o tetraplegia conseguente a infortunio che implichi una dipendenza permanente dalla sedia a rotelle.

Un unico pagamento, membro per sempre:
www.diventare-membro-permanente.ch



**Fondazione
svizzera per
paraplegici**



Care sostenitrici e cari sostenitori,

la Fondazione svizzera per paraplegici può contare su una rete di prestazioni, unica nel suo genere, il cui successo si basa sulla collaborazione di specialisti delle più svariate discipline. Dal 2018 fa parte del Gruppo Svizzero Paraplegici la nostra società affiliata Active Communication che con i suoi ausili digitali per la comunicazione offre un valido supporto alle persone con disabilità, permettendo loro di comunicare con l'ambiente circostante, godere in modo autonomo di determinate prestazioni o anche di lavorare. Il 9 novembre, Active Communication festeggerà il suo 20° anniversario con un evento destinato al grande pubblico nel complesso di Nottwil (cfr. pag. 30).

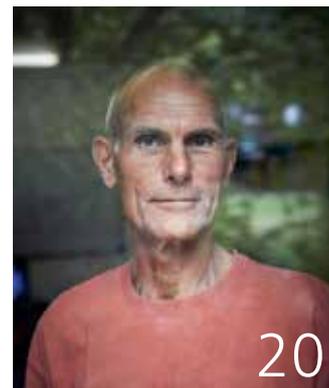
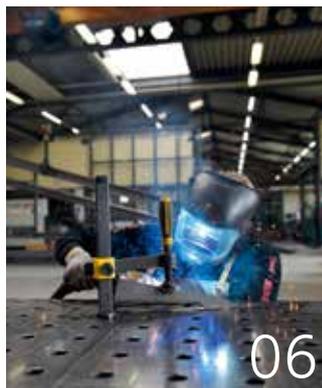
Fattori quali cooperazioni forti e lo scambio tra specialisti acquisiranno sempre più importanza per il futuro del Gruppo. In questo senso il Centro svizzero per paraplegici ha fatto un primo passo entrando a far parte della prima rete di cooperazione ospedaliera in Svizzera, una rete traumatologica che abbraccia le competenze di nove ospedali della Svizzera centrale. Lo scopo di questa cooperazione è dare ai pazienti gravemente feriti una maggiore chance di sopravvivenza (cfr. pag. 29). Un ruolo altrettanto importante lo riveste la Ricerca svizzera per paraplegici, che intrattiene delle collaborazioni con vari istituti universitari.

Ma la Fondazione cerca anche il dialogo con la politica, poiché il quadro regolamentare legislativo stabilisce l'ambito in cui compiere il nostro mandato prestazionale. La nuova commissione consultiva della Fondazione appena costituita e presieduta dalla consigliera nazionale Andrea Gmür è una nuova piattaforma di scambio per politici di tutti i partiti, dove discutere tematiche relative alla riabilitazione globale delle persone para e tetraplegiche nell'ottica di un migliore inserimento nelle discussioni in materia di questioni sociali e di politica sanitaria.

Grazie della vostra fedeltà e del vostro sostegno!

Dr. iur. Joseph Hofstetter

Direttore Fondazione svizzera per paraplegici



Approfondimento

- 6 **REINSERIMENTO PROFESSIONALE** Silvano Buob assolve il tirocinio dei suoi sogni. E dimostra come qualcosa che sembrava impossibile possa diventare realtà.
- 11 **JOB MATCHING** Quale mestiere va bene per me?
- 12 **COACHING** Il ritorno alla vita attiva. Un percorso più facile da seguire se si è accompagnati.
- 13 **PARASCHOOL** A Nottwil, gli adolescenti beneficiano di un supporto scolastico individuale.
- 14 **PARAWORK** Un elemento fondamentale della riabilitazione: delle soluzioni su misura aiutano le persone con lesione midollare a reinserirsi nel mondo del lavoro.
- 17 **APPARTAMENTO CONDIVISO** Grazie a un progetto innovativo, dei giovani che si affacciano alla vita lavorativa si allenano ad essere autonomi.
- 18 **I NOSTRI CONSIGLI** Una piccola guida pratica per chi cerca lavoro.
- 19 **DIVAGAZIONI** Il valore del lavoro.

Competenza

- 20 **INCONTRO** Paul Hintermann ha ritrovato l'uso delle gambe. Malgrado ciò la sua nuova vita è tutt'altro che facile.
- 26 **25 ANNI ORTHOTEC** La nostra società affiliata è da sempre innovativa nei suoi cinque settori di attività.
- 29 **RETE TRAUMATOLOGICA** Il primo raggruppamento svizzero di nove ospedali consente una presa a carico ottimale degli infortunati gravi.
- 30 **ACTIVE COMMUNICATION** L'autodeterminazione attraverso la comunicazione: questa società affiliata della Fondazione svizzera per paraplegici è nata 20 anni fa.
- 32 **OGGI C'È STATO BISOGNO DI ME** Kurt Galliker è l'Archimede di Nottwil.
- 4 **CAMPUS DI NOTTWIL**
- 33 **GRAZIE**
- 34 **A VENIRE**

22 soccorritori

hanno conseguito il loro diploma portando a termine la formazione presso Sirmed, l'Istituto Svizzero di Medicina di Primo Soccorso a Nottwil.

Congratulazioni!

www.sirmed.ch

Molti para e tetraplegici lavorano

Le statistiche della Ricerca svizzera per paraplegici dimostrano che, in Svizzera, il 53% delle persone con lesione del midollo spinale esercita un'attività lavorativa, un tasso inferiore di circa un terzo rispetto a quello della popolazione totale. La Svizzera è invece di gran lunga superiore alla media se si compara con il resto del mondo, dove è solo il 37% delle persone mielolose a lavorare.

www.paraplegie.ch/spf

Andrea Gmür presiederà la nuova commissione consultiva politica

Decisa a migliorare la condizione delle persone con lesione midollare, la Fondazione svizzera per paraplegici intende rafforzare il dialogo con la politica. Nel 2019 ha pertanto dato vita a una commissione consultiva per la politica composta da 14 consiglieri nazionali e agli Stati di tutti partiti. «Il Gruppo Svizzero Paraplegici sa bene quali siano le esigenze delle persone para e tetraplegiche e di quale appoggio abbiano bisogno. Da parte mia voglio aiutare a far sì che questo know how possa influire sulla politica futura», assicura la nuova presidente della commissione politica e consigliera nazionale del PPD, Andrea Gmür.



«Ampliamento per le degenze in Medicina acuta.» Hans Peter Gmünder, direttore generale CSP

A partire da gennaio 2020, un nuovo edificio offrirà più spazio al ricovero di persone con lesione midollare nel reparto di Medicina acuta, allo scopo di far beneficiare il maggior numero di pazienti dell'esperienza di cui si dispone a Nottwil.

i La prossima edizione di «Paraplegia» (4/2019) illustrerà i retroscena di questo progetto.



Un'invenzione locale suscita interesse globale

Un'équipe cinematografica statunitense scova un vecchio paziente del CSP nell'entroterra di Friburgo. «National Geographic» ha incontrato il romando Sebastian Tobler per un contributo alla serie di video internazionali sul tema delle innovazioni nell'uso dell'elettricità. Questo ingegnere tetraplegico, dimesso dal Centro svizzero per paraplegici nel 2014, si era messo in testa di sviluppare una bicicletta munita di una forza motrice elettrica, denominata «go-trike», per stimolare le gambe delle persone con lesione del midollo spinale. Cinque anni dopo esce la prima produzione di 50 trike dalla sua ditta GBY con il supporto del Centro d'innovazione per le tecnologie assistive (IAT), suscitando vivo interesse a livello internazionale.

▶ www.nationalgeographic.com/electricearth



© Heike Steinweg

Incontro con la scrittrice Marion Poschmann

Il libro dal titolo «Die Kieferninseln» di Marion Poschmann ha già raggiunto la sua 5ª edizione nel primo anno di pubblicazione. Questo romanzo sul Giappone, dall'eccellente scrittura, è di una leggerezza e profondità che vanno diritte al cuore. L'autrice, che conosce bene il modo di vivere e la letteratura nipponica, ci conduce a Matsuo Bashō, maggior esponente dell'haiku, i brevi versi poetici profondamente evocativi nati in Giappone nel XVII secolo. Ma anche a uno studente che non si separa mai dal «Manuale Completo del Suicidio», di Wataru Tsurumi. Selezionato per il Premio del libro tedesco 2017, l'autrice leggerà a Nottwil degli estratti del suo libro.

Aperto al pubblico:

27 settembre, ore 19.30
Biblioteca dell'Istituto Guido A. Zäch, entrata libera

i Per informazioni:
T 041 939 57 78

92% dei pazienti

raccomanderebbero il Centro svizzero per paraplegici ai loro amici e conoscenti.

Fonte: Sondaggio di soddisfazione dei pazienti realizzato nel 2018



© Swiss Handicap AG

Swiss Handicap 2019

La fiera nazionale che si tiene a Lucerna darà quest'anno spazio alla tematica del lavoro. Come trovano un impiego le persone con disabilità? A chi possono rivolgersi? Una vasta area di esposizione e d'informazione oltre a un variegato programma sportivo e di intrattenimento per le persone con e senza disabilità.

Swiss Handicap, 29/30 novembre, Messe Luzern

i Biglietto d'entrata gratuito per i lettori di «Paraplegia»

Da scaricare su: www.swiss-handicap.ch
Codice buono regalo: 0103 5524 0044 4171

SWISS
HANDICAP



© Sigg Fotografie

Cinque medaglie per Licia Mussinelli

Cinque gare, cinque volte sul podio: questo è l'impressionante risultato di Licia Mussinelli ai Campionati del mondo Juniores 2019 di atletica leggera, svoltisi a Nottwil. La giovane atleta di Derendingen (SO) ha brillantemente difeso il suo titolo di campionessa mondiale del 2017 nei 1500 metri. Altre quattro medaglie le ha vinte nei 100 e 200 metri (argento) e nei 400 e 800 metri (bronzo). Complessivamente, alla manifestazione sportiva Nottwil 2019 World Para Athletics Junior Championships sono stati raggiunti otto record mondiali.

i www.nottwil2019.ch

IL CASO CLINICO

Falso sospetto

Venuto nel CSP per una consultazione ambulatoriale ortopedica a causa di una sospetta ernia del disco nella parte bassa della schiena, il signor L., 56 anni, era in sedia a rotelle e da settimane obbligato a usare un catetere per urinare, oltre ad avere degli spasmi. I sintomi del paziente però non combaciano con la diagnosi sospettata. Immediatamente vengono effettuati altri esami interdisciplinari, i quali confermano un tumore alla colonna toracica che comprime il midollo spinale.

Il tumore viene rimosso nell'ambito di una complessa operazione che richiede anche la stabilizzazione della schiena. La biopsia accerta che i disturbi del signor L. sono provocati da una metastasi di un tumore principale alla tiroide, curato successivamente presso l'Oncologia dell'Ospedale cantonale di Lucerna. Il paziente viene poi ritrasferito nel CSP per la riabilitazione, in ragione delle sue paresi.

Un anno dopo giungono buone notizie al team del CSP: il signor L. invia i suoi saluti e fa sapere che cammina di nuovo.

i www.paraplegie.ch/rachide



L'aiuto meccanico al suo proprio tavolo di saldatura, appositamente fabbricato per lui in sedia a rotelle.

Reinserimento professionale

Un apprendista del tutto normale

L'inserimento sul mercato del lavoro delle persone in sedia a rotelle è una vera sfida.

Dopo innumerevoli battute d'arresto, Silvano Buob sta per raggiungere il suo obiettivo e dimostra che con un po' di inventiva anche le cose che a priori erano impossibili diventano fattibili.

«Lo rifarei subito, Silvano fa bene alla nostra azienda», dice Urs Kurmann, capo di un'azienda familiare con cinquanta dipendenti a Ruswil (LU), tra cui 8 apprendisti. Uno di loro è Silvano Buob. «A volte i clienti rimangono a bocca aperta quando intravedono il 21enne andare e venire tra le pesanti macchine agricole nella sala di montaggio. L'agilità di questo giovane in sedia a rotelle salta agli occhi.

«Per noi era importante che Silvano venisse trattato come tutti gli altri tirocinanti, senza alcun trattamento speciale», spiega l'imprenditore. All'interno di questa azienda polivalente, Silvano, paraplegico, assolve con molta motivazione qualsiasi compito gli si affidi. Nell'estate 2019 ha portato a termine il tirocinio biennale come aiuto meccanico, con il voto 5,3. Con questo bel risultato, Silvano Buob può ora proseguire con un tirocinio addizionale abbreviato di soli due anni per diventare meccanico di produzione, che gli permetterà di conseguire un attestato federale di capacità più qualificato.

Un nuovo approccio

Se Silvano ha potuto seguire un percorso professionale così specifico, è anche perché l'assicurazione invalidità (AI), il suo datore di lavoro, l'Ufficio cantonale della formazione professionale, la sua famiglia e il Centro svizzero per paraplegici (CSP) hanno lavorato mano nella mano per trovare – armati di buona volontà – un nuovo approccio che conducesse alla soluzione.

Silvano sognava di diventare meccanico d'automobili, un mestiere non idoneo per chi è in sedia a rotelle. Solitamente le persone con una lesione midollare lavorano in ufficio. Per chi invece ha delle doti «meccaniche», gli enti assicuratori statali propongono quasi sempre degli impieghi in ambiente protetto. «Le settimane nell'atelier

per disabili non mi sono piaciute affatto», dice Silvano a proposito del suo stage di prova. Come tutti i suoi colleghi, avrebbe poi assolto un normale tirocinio di meccanico con la prospettiva di una vita in ambito protetto.

Ed è qui che la famiglia si oppone e si rivolge a ParaWork, la sezione dell'orientamento professionale del CSP, i cui accertamenti rilevano notevoli carenze a livello scolastico, ma anche la possibilità per lui di fare un tirocinio come aiuto meccanico, associato a un accompagnamento scolastico adeguato. I vari colloqui con l'AI, il CSP e la famiglia sfociano in un «anno preparatorio», durante il quale Silvano potesse recuperare materie scolastiche e allo stesso tempo approfondire le sue capacità manuali, sempre seguito da ParaWork.

«Nella nostra azienda, Silvano viene trattato come tutti gli altri.» Urs Kurmann

Un'azienda formatrice sperimentata

Parallelamente, ParaWork e la famiglia Buob si mettono alla ricerca di un posto di tirocinio. La ditta Kurmann Technik AG, un'azienda con molta esperienza in fatto di formazione, fa emergere la prospettiva di una combinazione di due tirocini più brevi, in modo che il ragazzo in sedia a rotelle non si sovraccarichi, né a livello fisico, né scolastico.

L'imprenditore Urs Kurmann spiega: «Prima del tirocinio Silvano ha assolto uno stage qui da noi. Sapevamo quindi quali fossero le nostre responsabilità. Abbiamo stabilito una percentuale lavorativa dell'80% per permettergli di fare delle pause pranzo più lunghe ed anche di continuare a frequentare le terapie e i corsi di sostegno a Nottwil.»



Urs Kurmann, titolare e direttore di un'azienda specializzata nel settore tecnico, in particolare di macchinari agricoli.

Con la sua sedia a rotelle da lavoro elevabile, Silvano Buob riesce a raggiungere gli scaffali più alti in magazzino.

Per Urs Kurmann, lo stage preliminare è stato un fattore che ha contribuito al successo del tirocinio: «Non dovevamo volere troppo in una volta, bisognava pianificare delle riserve per eventuali imprevisti e abbiamo comunicato apertamente con il personale. Sin dall'inizio abbiamo coinvolto tutti i collaboratori e preso decisioni di comune accordo riguardo alla formazione di Silvano.» Avrebbero anche potuto dire di no, ma erano tutti d'accordo di fare un tentativo.

«Adrenalina pura ...»

Di momenti che rimettevano in questione l'intero progetto ce ne sono stati. Poco prima di iniziare il tirocinio, Silvano ha dovuto sottoporsi a un'operazione alla colonna vertebrale, nella parte alta. Sarebbe stato ancora in grado di fare un lavoro così fisico? Altri avrebbero senz'altro gettato la spugna, il giovane paraplegico dà invece prova di grande tenacia e, ancora nel letto di ospedale a Nottwil, riprende le lezioni di sostegno. L'apprendistato viene però posticipato di un anno.

Anche voti scolastici poco soddisfacenti danno a tratti adito a perplessità, ma Silvano si dà sempre da fare insieme ai suoi coach per recuperare. Un motivo di grande soddisfazione è perciò il buon risultato finale del tirocinio. «Queste storie sono adrenalina pura per noi, è ciò per cui lavoriamo», afferma Peter Senn, il coach di ParaWork che ha difeso l'idea dell'anno preparatorio del futuro apprendista e che lo ha accompagnato durante tutto il periodo di tirocinio.

Non essendo un tirocinio standard, c'è stato più lavoro amministrativo da gestire con i vari uffici e le assicurazioni sociali. Nel suo lavoro di coach, Peter Senn ha spalleggiato l'azienda di Urs Kurmann, approfittandone per sensibilizzare i collaboratori e gli insegnanti della scuola professionale riguardo alle esigenze specifiche di una persona paraplegica. Perché non è cosa rara che un tentativo di integrazione fallisca per mancanza di informazione, dando luogo ad equivoci o a un sovraccarico generale.

Un ambiente di lavoro diverso

Il tirocinante si sente visibilmente a suo agio in mezzo ai suoi colleghi di lavoro: «Sono davvero

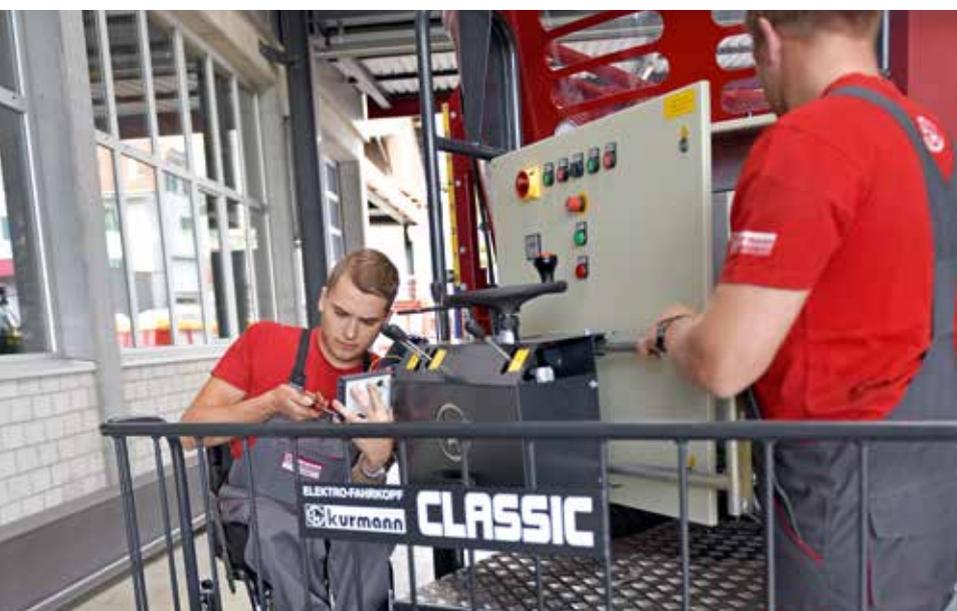


dei gran bravi ragazzi. Non mi mettono in disparte, ma mi trattano come uno di loro, uno che lavora.» L'Al ha finanziato un montascale perché potesse raggiungere il locale per la pausa, un aspetto considerato importante ai fini della partecipazione sociale all'interno dell'azienda. Era

«I miei colleghi di lavoro sono dei gran bravi ragazzi. Non mi mettono in disparte.» Silvano Buob

stato segnalato durante il precedente stage: gli altri tirocinanti dovevano portarselo in sedia a rotelle su per una scala, impresa non semplice. Adesso Silvano è il primo a salire per assolvere il suo «lavoretto», quello del tenere in ordine.

In effetti, con Silvano è tutto più ordinato in azienda, Urs Kurmann se ne rallegra. Prima c'erano in mezzo gomme o cavi vari, adesso tutti



quanti fanno attenzione che i passaggi siano liberi, affinché il loro collega in sedia a rotelle possa passare dappertutto, e che le uscite di emergenza non siano ostacolate. Silvano, l'apprendista, è un atout per l'atmosfera in azienda. «È formidabile vedere il suo entusiasmo sul lavoro», aggiunge Urs Kurmann. «Fa meno questioni degli altri, è contento che gli si affidi un incarico». Silvano è apprezzato in azienda e fa volentieri anche dei lavori «noiosi» talvolta necessari.

Il dinamico imprenditore e il suo capo della produzione Jost Amrhyn hanno creato le condizioni affinché Silvano potesse portare a termine il tirocinio con successo, anche scegliendo per lui un campo di attività che fosse utile a tutti. «Volevamo che ne uscisse con un'esperienza positiva per la sua vita, che trovasse un suo posto nella società», sottolinea Jost Amrhyn. «Non abbiamo dovuto modificare un granché i processi aziendali.» In quanto formatore, non ha risparmiato

l'apprendista con la carrozzella, il cui sedile è rialzabile, ma neppure gli ha affidato dei lavori urgenti, che avrebbero magari generato dello stress. Sapeva che Silvano li avrebbe probabilmente accettati, stava a lui infatti «frenarlo».

Responsabilità sociale

Ma perché impegnarsi in un tale progetto, soprattutto con i tempi che corrono, con la crescente pressione economica? Urs Kurmann risponde: «Mi sono deciso a favore di Silvano Buob proprio perché oggi molte aziende non si assumono più la loro responsabilità sociale. A mio avviso, la formazione di apprendisti rientra chiaramente nei nostri compiti. Silvano voleva veramente fare questo tirocinio e le mansioni di un aiuto meccanico rientravano bene nei processi della nostra azienda.»

Agli occhi della Fondazione svizzera per paraplegici e delle assicurazioni sociali, questo caso

In alto Tavolo di lavoro regolabile in altezza che facilita il montaggio.

A sinistra Silvano, in sedia a rotelle, lavora anche su dei macchinari di grosse dimensioni.

A destra Montascale che porta al locale per la pausa.

>

Lavori al trattore Da sinistra a destra:
l'imprenditore Urs Kurmann, l'apprendista
Silvano Buob e Jost Amrhyn, capo della
produzione



mette in evidenza che per l'integrazione professionale l'assistenza da parte di ParaWork è essenziale non solo durante la degenza riabilitativa, ma anche dopo la dimissione dalla clinica. Ci vogliono degli esperti con nozioni specifiche per trovare una soluzione ottimale per ogni caso, poiché le peculiarità di una lesione midollare hanno un'influenza diretta sulla quotidianità lavorativa.

Preparazione progressiva

«In molti ritenevano il desiderio di Silvano di fare un tirocinio da meccanico un'impresa irrealizzabile», afferma il coach Peter Senn. «Silvano ha dimostrato che avevano torto. Ha lavorato assiduamente per raggiungere questo obiettivo molto esigente. Noi gli abbiamo mostrato come perseguirlo, aiutandolo con un programma di preparazione mirato.» Da ParaWork sono orgogliosi di aver contribuito a far sì che l'adolescente dello stage di orientamento nell'atelier protetto sia divenuto un ragazzo dotato di fiducia in sé stesso. Il suo esempio ha tutto per incoraggiare altri giovani in sedia a rotelle a forgiare la propria vita.

Per Peter Senn, un fattore decisivo per il successo è stato quello che tutte le parti in gioco abbiano investito il tempo e la pazienza necessari.

Un corpo lesa ha bisogno di tempo per prepararsi a resistere alle pressioni di un'attività lavorativa a lungo termine. Determinante è stato anche che il datore di lavoro abbia accettato di dare un'opportunità a un ragazzo in sedia a rotelle e, fattore non trascurabile, che l'Al abbia sostenuto finanziariamente i corsi di sostegno e il coaching di ParaWork. In fondo, di questo approccio ne traggono vantaggio non solo le persone disabili, ma anche le assicurazioni sociali e la società in generale.

«Ho sempre voluto fare un tirocinio così», esclama Silvano Buob, il quale aveva due anni quando è stato travolto da un muletto e da allora in sedia a rotelle. «Sono anche altrimenti continuamente in giro con i miei amici che camminano sulle loro gambe, così è sempre stato.» Molte persone si sono adoperate per lui e il suo tirocinio, una motivazione in più per questo giovane risoluto: «Ho cercato di fare tutto quello che potevo per non deludere nessuno. Ma l'ho fatto anche per me, per il mio avvenire.» Nel momento in cui i suoi voti sono migliorati, Silvano Buob è rifiorito, ponendosi come obiettivo il prossimo tirocinio, ancora più difficile, presso la Kurmann AG. Dovrà rimettersi d'impegno. Che ne sia capace, lo ha già dimostrato. (kste / we) ■



«Silvano ci fa vedere com'è possibile raggiungere degli obiettivi esigenti.»

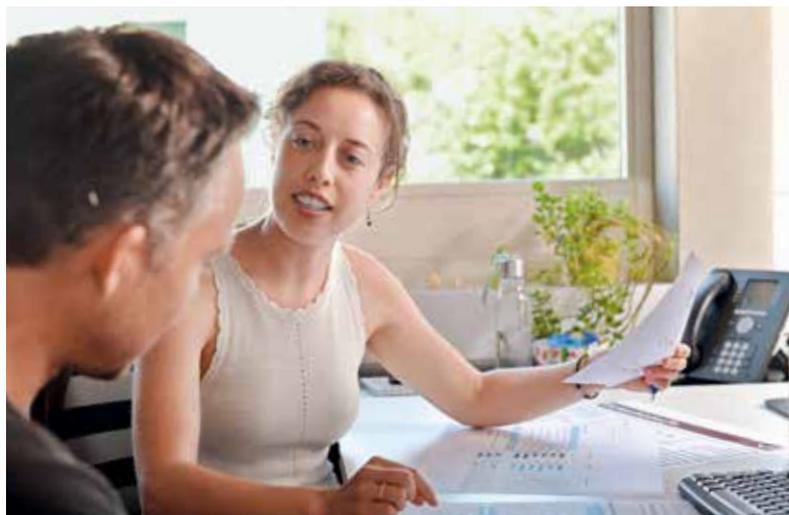
Peter Senn, insegnante specializzato e coach presso ParaWork.



www.paraplegie.ch/buob

Quale mestiere è il più appropriato per me?

Ideata a Nottwil, l'applicazione «job matching» è uno strumento per il reinserimento professionale che consente di conciliare meglio persone e mestieri.



Mi piace il contatto con le persone? Sono abile nei lavori manuali? Il mio datore di lavoro mi propone orari flessibili? Sono alcune delle domande alle quali un candidato al reinserimento professionale deve rispondere su una scala di valutazione da zero a cinque. Da qui, gli specialisti dell'integrazione a Nottwil ne deducono dei profili e delle strategie che consentono alle persone para e tetraplegiche di ritrovare un lavoro appropriato sul mercato.

«In generale, è ben raro che un paraplegico che era muratore possa continuare a lavorare sul cantiere», afferma Marina Nützi. «Quindi dobbiamo valutare come e dove abbia la possibilità di reinserirsi nel mondo del lavoro dopo la prima riabilitazione.» La sua dissertazione, redatta a Nottwil, ha contribuito notevolmente allo sviluppo di un'applicazione supportata da Internet, il «job matching», che aiuterà gli specialisti in materia di reinserimento professionale nel loro compito di individuare l'attività più idonea al candidato. Più il profilo «combacia» con il mestiere, più la persona è produttiva e soddisfatta, facendo aumentare la probabilità che mantenga il lavoro e preservi la salute a lungo termine.

1600 professioni a confronto

Il nuovo «job matching» consente di mettere a confronto le facoltà fisiche e intellettuali, nonché i bisogni di una persona, con i requisiti specifici di 1600 professioni sul mercato del lavoro svizzero. I risultati visualizzati in profili «combacianti» sui grafici indicano ai consulenti professionali se la ripresa da parte della persona della sua attività precedente possa essere fruttuosa, mettendo pure in evidenza eventuali divergenze che la persona deve appianare per ottenere il lavoro a cui aspira.

Se un adattamento dei requisiti presso il vecchio posto di lavoro non è sufficiente, in molti

casi bisogna impostare un cambiamento di professione mediante una formazione addizionale o una riformazione professionale. Il programma, che compara il profilo di un soggetto con quello dell'attività prescelta, facilita il trovare insieme una soluzione lavorativa e allo stesso tempo fa emergere quali siano gli interventi di supporto necessari. In uno scambio con l'assicuratore può servire a giustificare in modo plausibile il perché un determinato provvedimento sia il più opportuno.

«... una motivazione incredibile»

Questo programma entrerà in funzione nella primavera 2020 presso ParaWork, servizio all'interno della Reintegrazione professionale. Non potrà rimpiazzare gli esperti in questo campo, ma fornirà loro uno strumento che li aiuterà a pianificare, documentare e valutare gli interventi idonei. «Può essere incredibilmente motivante per il paziente vedere su un grafico quali miglioramenti è già riuscito a raggiungere dopo soli due mesi di training», prosegue la psicologa Marina Nützi. Lo incita a concentrarsi sugli obiettivi futuri e a lasciarsi il passato alle spalle con più facilità.

L'applicazione «job matching» è nata a Nottwil, frutto di una collaborazione di cinque anni tra la Ricerca svizzera per paraplegici (RSP) e ParaWork. «Ci tenevamo che i risultati della nostra ricerca e progettazione fossero applicabili nella prassi clinica. Lo scopo dell'applicazione è che le persone con lesione midollare ne traggano un beneficio diretto», spiega Marina Nützi. Sarà la ricercatrice stessa a coordinare l'introduzione di questo strumento innovativo presso ParaWork, oltre ad accompagnarlo dal punto di vista scientifico. E nell'ambito della sua nuova attività di consulente per il reinserimento a tempo parziale, potrà metterlo in pratica lei stessa.

(kste / febe) ■

Lavoro di ricerca sull'impiego

«adatto»: Marina Nützi insieme a Urban Schwegler (a sin.) che ha condotto lo sviluppo del programma «job matching» presso la Ricerca svizzera per paraplegici.

Tornare sul mercato del lavoro con l'aiuto di un coach

Pirmin Wolfisberg offre consulenza, supporto e coordinamento, ed è impressionato dallo spirito di volontà delle persone para e tetraplegiche.



Pirmin Wolfisberg 43 anni, coach professione/orientamento professionale presso ParaWork dal 2017.

La questione del futuro professionale si pone alle persone con lesione midollare già durante la prima riabilitazione. Potranno continuare a esercitare la loro attività lavorativa? Ci sarà bisogno di una riconversione, o di un corso di perfezionamento? Nel Centro svizzero per paraplegici, i consulenti del reinserimento inducono i pazienti a porsi questo tipo di domande e, all'incirca un mese prima di uscire dalla clinica, entra in scena uno come Pirmin Wolfisberg di ParaWork in veste di coach.

Per i suoi «clienti», il coach smuove mare e monti allo scopo di creare le condizioni ottimali per il rientro nel mondo del lavoro. Diventa allo stesso tempo interlocutore, persona di fiducia e motivatore. «In qualità di coach del lavoro, devo essere connesso con tutte le parti in gioco e saper dare i consigli giusti, dettati dalle circostanze», afferma Wolfisberg. Il suo obiettivo: creare le condizioni migliori per il reinserimento.

Prova lavorativa mirata alla riformazione

Insieme al cliente, ai rappresentanti del datore di lavoro e alle assicurazioni si stabiliscono quali attività e percentuale lavorativa possa assumersi la persona in questione. Il coach è anche incaricato degli accertamenti presso le assicurazioni sociali, poiché un buon rapporto tra lavoro e prestazione assicurativa contribuisce alla riuscita del reinserimento professionale. Il coach chiarisce anche se il luogo di lavoro è accessibile in sedia a rotelle e, all'occorrenza, fa appello ad altri specialisti come ergoterapisti e architetti.

Poi, in molti casi il cliente inizia un lavoro a titolo di prova terapeutica presso il vecchio datore di lavoro. Riprende pian piano contatto con la vita di prima, lo scambio con i colleghi, si riabituata ai processi una volta tanto consueti, partecipa ad eventi sociali. «Non esiste un unico schema d'int-

grazione professionale, ci si occupa di ogni cliente individualmente», precisa Pirmin Wolfisberg.

Non è raro che le persone mielose possano restare nella stessa ditta o continuare a lavorare nello stesso settore, ma in alcuni mestieri artigianali è più difficile. In questi casi subentra la riformazione professionale: con un corso di perfezionamento, un falegname passa al controllo della qualità, o un muratore segue una formazione per diventare assistente tecnico di cantiere.

Un iter da percorrere insieme

All'inizio della collaborazione, pone due domande al suo cliente: Che obiettivo hai? In cosa posso esserti utile? «Solo allora ci incamminiamo insieme sul percorso dell'integrazione professionale», afferma Pirmin Wolfisberg. Il suo lavoro è quello di consigliare, appoggiare, coordinare. Ma senza sgravare il cliente di qualsiasi compito, perché sta a lui informarsi su certe circostanze e tendenze nel suo settore di attività. Il coach assiste poi i clienti sul luogo del lavoro, un processo che può talvolta durare molti anni.

Nella maggioranza dei casi, l'assicurazione invalidità o un'altra assicurazione sociale copre i costi di questo intenso accompagnamento. Ma Pirmin Wolfisberg ha parole di lode anche per i datori di lavoro: «Praticamente tutti si dimostrano ben disposti a continuare la collaborazione.»

E i clienti che falliscono nella ripresa di un'attività lavorativa? «In questi casi proponiamo delle misure di supporto. Per esempio, proponendo loro a Nottwil dei training particolari.» Fortunatamente funziona nella maggior parte dei casi, e il coach conclude dicendo: «Rimango sempre molto impressionato nel vedere la motivazione delle persone para e tetraplegiche a voler tornare a lavorare.»

(pmb/we) ■

Rafforzare le capacità intellettuali

Gli adolescenti godono, nel Centro svizzero per paraplegici, di un sostegno scolastico individuale durante la riabilitazione. E frequentano ParaSchool con grande motivazione.



Bambini in età scolastica, adolescenti, apprendisti, studenti... tra i pazienti ricoverati nel Centro svizzero per paraplegici (CSP), circa un quarto rientrano in questo gruppo. Grazie a ParaSchool, il servizio di ParaWork dedicato al reinserimento scolastico, questi giovani non devono rinunciare alle lezioni durante il lungo periodo di riabilitazione a Nottwil.

Vera e propria passerella sul piano pedagogico tra degenza in clinica e scuola, ParaSchool restituisce ai giovani pazienti in riabilitazione un pezzetto di normalità a riprova che, nonostante le limitazioni fisiche, il cervello funziona ancora perfettamente. Al fine di evitare che rimangano indietro nelle materie, gli insegnanti di ParaSchool impartiscono ai ragazzi le lezioni di cui hanno bisogno sin dalla fase iniziale della riabilitazione, oltre a sostenerli nel coordinare l'organizzazione con la loro vecchia o futura scuola.

Stessi contenuti, altro ritmo

ParaSchool è presieduta da una commissione composta da rappresentanti di tutte le lingue nazionali, che conosce bene tutti i diversi sistemi scolastici dei cantoni svizzeri. Dieci insegnanti specializzati ed esperti in pedagogia del lavoro fanno pure parte dell'équipe che accompagna l'integrazione professionale.

Prima che i giovani pazienti inizino con le loro lezioni nel CSP, gli insegnanti, le direzioni delle scuole e gli uffici per la formazione definiscono insieme gli obiettivi di apprendimento, inclusi il materiale scolastico e i metodi d'insegnamento. Gli alunni di ParaSchool trattano le stesse tematiche e passano le stesse interrogazioni dei loro compagni di classe di prima, solo con un'altra cadenza. A seconda delle circostanze, i giovani pazienti frequentano un massimo di quattro lezioni al giorno, ognuno con il proprio programma.

Ogni anno, ParaSchool si occupa di una quindicina di ragazzi: dei paraplegici per circa 6 mesi e dei tetraplegici durante più o meno un anno. In genere è il cantone di origine ad assumersi una parte dei costi delle lezioni ed è ParaSchool a fare da tramite con le autorità cantonali per le questioni di finanziamento.

Dei voti migliori

Per quanto riguarda gli adolescenti che si ritrovano a Nottwil durante il loro ultimo anno di tirocinio, ParaSchool fa di tutto perché possano ottenere il diploma, che siano in grado di lavorare in quel mestiere o no. La ragione? Che abbiano in tasca almeno un diploma che potrà aprire loro altre porte, altre possibilità di formazione.

Le nozioni specialistiche sono una cosa, ma la sfida vera e propria è quella di appropriarsi di varie facoltà che permettano di restare in ballo, nonostante le limitazioni imposte dalla lesione midollare: abilità delle mani e delle dita, apprendere a studiare diversamente, a utilizzare un computer con un mouse speciale. Secondo ParaSchool, i pazienti del CSP hanno dopo la riabilitazione dei voti scolastici migliori di prima, perché spinti da una motivazione impressionante.

Parallelamente alle lezioni tenute a Nottwil, si fa in modo che questi giovani mantengano il contatto con la loro classe. Per esempio, i compagni di classe sono invitati a trascorrere una giornata nel CSP per visitarli. Questo serve a diminuire le barriere psicologiche e le apprensioni di fronte alla disabilità trascorrendo del tempo insieme. In un secondo tempo ParaSchool coordina il rientro nella scuola o nell'azienda formatrice di prima, verificando se le strutture in questione sono accessibili alla sedia a rotelle o se siano necessari dei lavori per l'accessibilità.

(pmb/boa) ■



Durante le riunioni di équipe,

Christine Reuse (al centro) coordina le complesse prestazioni. È responsabile di ParaWork e ParaSchool dal 2017.



Stefan Staubli, responsabile
Integrazione sociale e professionale
presso il Centro svizzero per
paraplegici (CSP).

ParaWork

«I datori di lavoro che occupano persone in sedia a rotelle fanno la differenza»

Sono circa in 150 a beneficiare del supporto di ParaWork, un reparto nel Centro svizzero per paraplegici (CSP) che aiuta i suoi clienti a reinserirsi sul mercato del lavoro grazie a delle soluzioni su misura. Un compito complesso che a Nottwil si affronta con successo.

Stefan Staubli, come reagirebbe se perdesse il lavoro?

Una situazione simile destabilizza chiunque, è chiaro. Se la propria stabilità è minacciata, ciò suscita delle paure esistenziali. Mi è capitato dover abbandonare la mia professione di sempre dopo una malattia. All'epoca ho subito visto un consulente professionale, il quale mi ha aiutato a modificare il mio approccio al lavoro e a vedere questo cambiamento come un'opportunità.

Nelle persone mielose, il riorientamento professionale è più complesso a causa delle limitazioni fisiche.

Soprattutto perché durante la loro prima riabilitazione devono già elaborare a livello psicologico il colpo del destino che ha scombuscolato la loro vita. I modi di affrontare questa sfida sono diversi come diverse sono le loro vite. Alcuni pazienti del CSP affrontano molto presto il tema del reinserimento professionale e lo fanno in modo strutturato, chiedendo espressamente il nostro appoggio. Altri, non sono in un primo momento psicologicamente in grado di pensare al futuro.

Che importanza ha il lavoro quando si riceve la diagnosi di lesione midollare?

Nella nostra società il lavoro ha un significato che va oltre al fatto di assicurarsi l'esistenza. È una questione di appartenenza, di dare un contributo all'insieme. In questo senso, i para e tetraplegici non differiscono dagli altri. Anche chi percepisce una rendita di invalidità fa di tutto per ritrovare

un lavoro regolare. Degli studi dimostrano che le persone che lavorano sono più soddisfatte e hanno meno problemi di salute dei disoccupati – sempre che l'impiego sia adatto alla persona e corrisponda al suo profilo professionale. Sentirsi permanentemente sopraffatti dal lavoro può fare ammalare allo stesso modo di un lavoro poco stimolante o della disoccupazione.

ParaWork aiuta i suoi «clienti» a far ritorno nel mondo del lavoro.

Sì, se lo vogliono veramente e se desiderano il nostro supporto. I nostri mandanti non sono gli enti assicurativi ma in primo luogo proprio le persone a mobilità ridotta.

Quanto lavoro ci sta dietro?

Molto, al di sopra della norma. Talvolta bisogna far prova di grande immaginazione per trovare delle buone soluzioni. A Nottwil offriamo ai pazienti l'opportunità di fare esperienze che rafforzano la loro automotivazione. Creare un gioiello, produrre un ausilio con la stampante 3D o frequentare un corso di lingua, per esempio, sono attività che hanno l'effetto di incentivare il processo di integrazione e di restituire loro la fiducia in sé stessi, rassicurandoli del fatto che, lavorando insieme, riusciremo a trovare la via giusta. Ciò permette di far nascere nuove prospettive per la propria vita, una motivazione essenziale nell'accettazione della terapia e dell'impegno che richiede.

A Nottwil, questo processo viene avviato molto prima che altrove.

Cos'è che spinge una clinica riabilitativa a procedere in questo modo?

Questo rimonta all'epoca del fondatore del CSP, Guido A. Zäch. Lui era convinto che il reinserimento professionale e sociale dovesse costituire un elemento essenziale della riabilitazione. Oggi questo approccio si è imposto a livello internazionale ed è parte integrante della classificazione ICF dell'Organizzazione mondiale della sanità, alla quale facciamo riferimento. Anticipare è positivo perché nella prima fase l'ambiente prossimo è coinvolto emotivamente ed anche i datori di lavoro sono più inclini a trovare una soluzione. Noi mettiamo in atto tutta una serie di provvedimenti per appianare la strada a tutte le parti coinvolte, affinché la persona infortunata possa mantenere il suo posto di lavoro: preparazioni mirate o riqualificazioni, consulenze in merito ai requisiti richiesti dall'impiego e adattamenti della postazione di lavoro, il tutto coinvolgendo le assicurazioni e le amministrazioni, o anche tramite coaching.

Da cosa dipende che la persona mielosa ritrovi un lavoro o meno?

Sicuramente la personalità è un fattore importante, come pure la motivazione, lo stato d'animo, i propri valori e la fiducia in sé stessi. Altri aspetti sono l'età e il grado di menomazione fisica, oltre che le diagnosi secondarie. Nel corso delle trattative affrontiamo anche tematiche «spinose» tra i vari attori ai fini della trasparenza. Tuttavia, il fattore chiave dell'integrazione è trovare datori di lavoro disposti ad assumere collaboratori in sedia a rotelle.

>

«Talvolta siamo costretti a frenare i pazienti che vogliono troppo e si sovraccaricano, per proteggerli.» Stefan Staubli

La motivazione è solitamente molto forte per coloro ai quali viene data una chance.

Precisamente. I datori di lavoro ci riferiscono che gli impiegati in sedia a rotelle hanno un'influenza benefica sulla loro cultura aziendale. Entrambe le parti traggono vantaggio dalle soluzioni elaborate insieme. Oltretutto, l'attuale carenza di personale qualificato rappresenta un'opportunità per i nostri clienti, che prepariamo per mezzo di ogni sorta di formazione alle mutazioni in atto nel mondo del lavoro.

Non è raro che il lavoro di inquadramento di ParaWork duri per anni interi...

Effettivamente. Il nostro obiettivo è un reinserimento professionale ben riuscito. Tutti gli sforzi che facciamo in questo senso non sono assistenzialismo portato all'estremo, bensì un investimento che a conti fatti conviene a livello di economia nazionale. Se ci paragoniamo con i tassi di reinserimento lavorativo internazionali, siamo molto ben posizionati con una percentuale di riuscita del 60 per cento. Altri paesi europei hanno dei tassi di ritorno al lavoro notevolmente più bassi. Negli Stati Uniti, dove il fattore tempo esercita una forte pressione per via di circostanze diverse, è sconvolgente il numero delle persone con disabilità fisiche o psichiche che finiscono ai margini della società dopo una breve fase di integrazione. Persino nelle città più ricche vivono in condizioni disumane.

Allora ParaWork impiega il tempo necessario per trovare delle soluzioni che perdurino davvero nel tempo?

Si tratta di un accompagnamento coscienzioso che dura finché è utile, e non oltre. Non sarebbe bene creare un rapporto di dipendenza dovuto a un supporto troppo intenso. Ma è un fattore altrettanto decisivo dedicare tempo sufficiente all'integrazione come alla riabilitazione. Non bisogna bruciare le tappe, ci vuole il tempo che ci vuole. Talvolta siamo addirittura costretti a frenare i pazienti che vogliono troppo e si sovracca-

ricano, per proteggerli. Chi oltre alla lesione midollare fallisce sul piano lavorativo o subisce un esaurimento, farà molta fatica a riprendersi. Per noi, si tratta di trovare il giusto equilibrio tra l'incoraggiare, l'esigere e il tutelare – cosa non sempre facile. La nostra parola chiave è l'«empowerment», un concetto che si può vagamente riassumere con «autovalorizzazione». Non vogliamo sostituirci all'individuo, bensì metterlo in condizioni tali che possa riuscire da sé.

Se volete che le vostre soluzioni funzionino, tutti i vari attori devono volerlo. Le trattative in questo campo sono dure?

Non è così difficile coordinare un pacchetto di misure a partire dal momento in cui vi è comprensione per il ruolo dell'altro. La trasparenza tra le parti, ossia tra cliente, job coach, assicurazione e datore di lavoro, è fondamentale perché l'integrazione vada a buon fine. A noi di ParaWork piace sederci a un tavolo per trovare un denominatore comune che permetta di elaborare una soluzione.

Come procedete?

Noi partiamo chiedendoci: quali sono le attività lavorative che la persona in questione potrebbe fare? Oppure quali attività sono possibili con eventuali adattamenti tecnici, nonostante le limitazioni? Negli ultimi anni sono stati fatti grandi progressi in questo campo. Una volta era fuori questione che, per esempio, un agricoltore con lesione midollare potesse continuare a gestire la sua fattoria. Oggi esistono trattori speciali omologati già di serie con un elevatore per il trasferimento o con ganci di traino davanti e dietro. Quando un cliente rifiuta di lasciare la sua fattoria, tanto vi è affezionato, e non vuole fare un altro mestiere, crediamo che sia nostro dovere appoggiarlo.

Chi paga tutto questo?

Noi intratteniamo una stretta e buona collaborazione con l'assicurazione invalidità. Negli ultimi anni abbiamo addirittura incre-

mentato le prestazioni di ParaWork. In effetti, capita non di rado che l'AI faccia appello a noi per risolvere casi spinosi, chiedendoci di fare tutti gli accertamenti o i provvedimenti necessari per aumentare le chance della persona sul mercato del lavoro. Malgrado ciò, il bilancio di ParaWork presenta un disavanzo. Senza l'aiuto finanziario dei sostenitori e donatori, non potremmo fornire queste prestazioni supplementari così importanti.

Valutate la vostra efficacia?

Sì. Facendo parte del Gruppo Svizzero Paraplegici verifichiamo il nostro operato nell'ambito di un processo di miglioramento continuo. Tutti gli anni identifichiamo i principali fattori di leva e d'influenza: i mezzi impiegati dove hanno dato i migliori frutti? Dove possiamo eliminare qualcosa? Dove dobbiamo ampliare i nostri servizi? Inoltre, il cosiddetto «ritorno sull'investimento» è attualmente oggetto di uno studio, perché siamo convinti che per le assicurazioni valga finanziariamente la pena di investire a Nottwil, nel reinserimento professionale.

Quali saranno le prossime tappe per ParaWork?

Recentemente, insieme alla Ricerca svizzera per paraplegici, abbiamo messo a punto uno strumento per il «job matching», che sarà introdotto da qui a poco e che serve a far combaciare impiego e qualificazione. Durante la fase di prova abbiamo già potuto rilevarne l'utilità e l'enorme potenziale (cfr. pag. 11), motivo per cui abbiamo deciso di metterlo a disposizione degli altri istituti. Ci impegniamo inoltre a migliorare l'interazione e la coordinazione con i nostri partner all'interno di un sistema integrato. Per finire, ci auguriamo che i case manager delle assicurazioni vengano più numerosi a Nottwil per farsi un'idea di ParaWork. È così infatti, nel contatto con i nostri clienti, che anche alcuni tra coloro che perseguivano una «linea dura» si sono ricreduti.

(kste/febe) ■

Giovani che si allenano a vivere in autonomia

Il primo alloggio riabilitativo condiviso in Svizzera verrà realizzato a Schenkon (LU). Questo progetto è destinato ad aiutare i giovani nel periodo di transizione che li preparerà a condurre una vita quotidiana e professionale in tutta autonomia.



«L'idea dell'appartamento riabilitativo in condivisione è nata congiuntamente da ParaWork e ParaHelp», afferma Andrea Violka. Per la maggior parte dei ragazzi para o tetraplegici, andare a vivere da soli mentre iniziano anche una nuova formazione o un nuovo lavoro è chiedere un po' troppo. Allo scopo di ridurre le apprensioni davanti a un tale passo, gli esperti di Nottwil hanno cercato per loro una soluzione. Nasce così l'idea di un'abitazione di gruppo assistita, che accoglierà quattro o massimo sei giovani, dove potranno esercitarsi nel vivere autonomamente, con tutto ciò che questo comporta.

Un'opportunità

«Il nostro appartamento è situato in un normatissimo quartiere residenziale a Schenkon, dove i ragazzi potranno instaurare anche le classiche relazioni di vicinato. Siamo stati fortunati...», spiega Andrea Violka, l'infermiera responsabile del progetto per ParaHelp. Sottolinea pure che la decisione di privilegiare un luogo che non fosse Nottwil è voluta. In caso di necessità, i giovani inquilini potranno allenarsi a spostarsi con i mezzi di trasporto pubblici per raggiungere il Centro svizzero per paraplegici (CSP).

Nell'appartamento condiviso potranno restarci da sei mesi a tre anni. I giovani in formazione e coloro che hanno già iniziato a lavorare saranno assistiti sul luogo da vari specialisti con i quali converranno degli obiettivi di apprendimento concreti. Di notte sarà operativo un servizio di picchetto. Per ciò che attiene all'assistenza di tipo infermieristico, verranno create delle sinergie ad hoc: i giovani dovranno organizzare loro stessi determinate prestazioni domiciliari, come se già abitassero per conto proprio.

La maggior parte degli inquilini dell'appartamento, di età tra 16 e 25 anni, vivono con una disabilità congenita o sono in sedia a rotelle

sin dall'infanzia. Per loro, distaccarsi dal loro ambiente familiare protetto segna una rottura nella loro vita: i gesti oramai consueti subiranno dei cambiamenti e i ruoli e le responsabilità all'interno della famiglia dovranno essere ridefiniti.

Fase pilota di due anni

Per i ragazzi, il processo di distacco non è facile. Ma è una fase delicata anche per i genitori, i quali hanno curato e protetto per anni i loro figli bisognosi di cure e di intensa assistenza. Motivo per cui i genitori saranno anch'essi integrati appieno nel progetto con una consulenza e un intenso scambio di informazioni durante il periodo della riabilitazione condivisa.

Durante la fase pilota di due anni che inizierà a luglio 2020, Andrea Violka, responsabile del progetto, intende adattare i processi volti a garantire un accompagnamento efficace. Ma non solo: vi sono ancora da risolvere le questioni aperte riguardo alla presa in carico finanziaria di questo setting terapeutico allargato. Perché alla fine questa «impresa» deve potersi autofinanziare. Anna Violka rimane ottimista: «Sono molti i giovani ad avere il potenziale per un tale passo verso l'indipendenza, tutto sommato normale per la loro età. Adesso quello che ci rimane da fare è garantire loro di poter essere partecipi della società.» Che vi sia molta richiesta per questo tipo di convivenza, lo ha già dimostrato il suo progetto preliminare.

Ikea Rothenburg si è dichiarata per prima disposta a sostenerne il finanziamento tramite una raccolta di fondi che servirà a mettere a disposizione dei mobili. Ora mancano solo gli inquilini definitivi.

Eventuali interessati possono rivolgersi a: andrea.violka@parahelp.ch.

(kste / febe) ■

Imparare a cucinare
Andrea Violka (a destra) con una giovane mielolesa che si allena a essere autonoma.

Desiderate aiutarci a realizzare questo progetto innovativo? Per una donazione vogliate indicare come causale «Reha-WG»: PC 60-147293-5 / IBAN CH14 0900 0000 6014 7293 5

Grazie infinite!

Cercate un lavoro? Ecco a cosa bisogna badare

I **principali consigli** per tutti coloro che vogliono ritrovare un lavoro, compilati dall'équipe di coach ParaWork.

1. Mantenetevi aggiornati nel vostro campo professionale e seguite regolarmente delle formazioni.

Il mondo evolve senza sosta. I requisiti di un mestiere cambiano anch'essi nel corso di fasi dinamiche. Tenetevi al corrente su cosa sia attualmente richiesto nella vostra professione. Rimanete aperti nei confronti di nuove evoluzioni.

2. Il vostro dossier di candidatura è la vostra carta da visita.

È possibile scaricare dei modelli di candidature da Internet, compilarli e spedirli. Ma sarebbe controproducente. Prendetevi la pena di redigere un dossier colorandolo di qualche nota personale, affinché il datore di lavoro possa farsi un'idea della personalità che ci sta dietro. Fornitegli un'immagine autentica di voi, senza arricchirla. Fornite un curriculum vitae senza lacune.

3. Gli annunci di lavoro appaiono anche in forma cartacea.

Non tutti gli annunci di lavoro appaiono su Internet, anche i quotidiani e i settimanali ne pubblicano. Non perdetevi, sfogliateli attentamente.

4. Curate e sfruttate la vostra rete di conoscenze.

Se siete alla ricerca di un lavoro, non ne fate un segreto. Ditelo ai vostri amici e conoscenti. Cercate contatti con persone del vostro settore professionale, aderite a dei club o delle associazioni. Abbiate il coraggio di fare appello alle vostre conoscenze. Un collega o un amico non potrà magari trovarvi un lavoro, ma chissà, aiutarvi indirettamente o darvi un consiglio.

5. Servitevi delle piattaforme come LinkedIn e Xing, ma presentandovi in maniera professionale.

Le reti sociali sono di importanza capitale e offrono delle potenzialità e delle connessioni inattese. Tuttavia non sono senza rischio: fate attenzione a quello che postate sui social media, evitate le frasi suscettibili di mettervi prima o poi in cattiva luce.

6. Le candidature spontanee pertinenti vengono lette.

Sapete in quale azienda vorreste lavorare e quale compito è quello giusto per voi? Inviare la vostra candidatura, anche se non vi è nessun posto di lavoro vacante. Con un'argomentazione convincente, dimostrando il vostro interesse e sottolineando i vostri punti forti, è possibile produrre un effetto.

7. Abbiate coscienza dei vostri punti forti e rimanete autentici.

Chi racconta frottole, prima o poi viene scoperto. Inviare una foto recente, non vecchia, eviterete così delle situazioni imbarazzanti. Ciò che conta è essere autentici. Però non siate reticenti con i vostri punti forti: quando cercate un lavoro, non vi si chiede di «vendervi», ma di «posizionarvi» bene.

8. Cercare un lavoro richiede molto tempo. Organizzatevi e pianificate tempo a sufficienza.

Quando chiamate il datore di lavoro in questione, siate ben preparati. In genere questo tipo di conversazione non dura più di cinque minuti. Ma non lasciatevi mettere sotto pressione, perché la concentrazione ne risente e rischiate di dimenticarvi l'essenziale.

9. Documentate come procedete nella vostra ricerca di lavoro.

Mantenete una buona panoramica della situazione: con chi avete parlato al telefono? Che cosa è stato convenuto? Quando potete riprendere contatto? Fate della vostra ricerca di lavoro una «gestione di progetto»: annotatevi le vostre attività, per esempio in una tabella Excel (nomi, date e contenuti).

10. Quando andate a presentarvi al colloquio di lavoro, badate ad avere un aspetto appropriato.

Riflettete su cosa vi attende al colloquio. Vestitevi conformemente alle abitudini usuali in tale professione e adeguate il linguaggio. Un aspetto curato è d'obbligo, le scarpe sporche proprio non vanno.

11. Informatevi in merito al vostro potenziale datore di lavoro.

I datori di lavoro apprezzano i candidati che mostrano interesse. Se vi siete ben informati sull'azienda e avete riflettuto bene in merito all'impiego, aumenterete le vostre probabilità di assunzione. Marcherete dei punti in fatto di simpatia, che potrebbero fare la differenza.

Il valore del lavoro

Di certo non è la forza nelle braccia a mancargli. Eppure deve provare una seconda volta prima di riuscire ad aprire il pesante portone cigolante del granaio. Eccolo, il trattore. Un sistema elettrico per aprire, non sarebbe pratico? – No, risponde lui, in sedia a rotelle. È un allenamento, gli fa fare progressi di mese in mese.

Per nulla al mondo Hermann Roider abbandonerebbe la sua fattoria, situata in una posizione idilliaca sulle colline di Kempththal a Ottikon (ZH), dove vive dal 1981. Neanche dopo il suo infortunio. È qui che lui e sua moglie Esther hanno cresciuto tre figli, ed è qui che vogliono abitare. Vi sono tutti troppo affezionati.

Ma allora, che altro mestiere fare in sedia a rotelle? Il suo consulente dell'orientamento professionale era dell'avviso che non potesse più occuparsi delle sue mucche, dopo la caduta dal tetto che voleva riparare. «Ho compiuto 60 anni, a Nottwil. Era impensabile l'idea di fare qualcos'altro, alla mia età. Di dover cercare un lavoro.»

«Essere di peso? Non se ne parla proprio!»

«Nel Centro svizzero per paraplegici (CSP), l'attitudine positiva della gente ci ha rassicurato molto, a me e mia moglie. «Se è questo che vuole, noi la aiutiamo.» Hanno trovato delle soluzioni affinché potessi continuare a fare il mio mestiere», racconta l'agricoltore. Detto, fatto: lui e sua moglie fanno dei lavori per rendere accessibile la fattoria, vendono le mucche e decidono di limitarsi all'agricoltura.

Adesso coltiva la terra grazie a un trattore adattato al suo handicap e ogni sera è soddisfatto di ciò che ha fatto. «A Nottwil mi sono reso conto di quanto sia terribile non poter più lavorare. E in più essere di peso? Non se ne parla proprio!» Tanto più apprezza quindi quanto si fa nel CSP per aiutare i para e tetraplegici a riprendere una vita lavorativa.



I tempi sono cambiati nella fattoria: prima, tutto andava fatto di corsa per finire il lavoro. Oggi, Roider apprezza qualsiasi compito: «Che riesca a fare tutti i lavori nei campi e che siano redditizi per l'azienda agricola è molto importante per me.» Non voleva un'occupazione per passare il tempo, bensì lavorare e guadagnarsi da vivere. Ai vicini delega i lavori che fisicamente non riesce a fare, che lui paga dietro regolare fattura.

D'inverno Hermann Roider fa la legna per la vecchia caldaia a legna. Era una delle domande che la coppia si era posta: ci si riesce in sedia a rotelle? Un test a Nottwil aveva subito chiarito la questione: basta avere gli utensili giusti. Così procura per la fattoria nuove macchine per tagliare e lavorare il legno. «Ero felice per ogni ciocco tagliato.» All'inizio sua moglie doveva aiutarlo, nel frattempo ci riesce da solo, come prima.

Dal suo infortunio sono passati quattro anni. Qualsiasi progresso faccia il suo corpo che gli consente di fare una nuova attività, lo rende felice: «Una volta certi lavori mi

infastidivano. Oggi mi considero fortunato di riuscire a farli.» «...e questo vale anche per l'aspirapolvere!», fa notare Esther Roider con un'aria divertita.

Non è solo guadagnarsi da vivere

«Quando lavoro, mi dimentico dei dolori», spiega il paraplegico, paralizzato dalla settima vertebra in giù. Di notte, i dolori lo lasciano in pace, ma si rifanno vivi ogni mattina, «quando mi tocca tornare nel mio «para-corpo». Immergersi nel lavoro lo aiuta a fare astrazione dal dolore.

Contadino nell'anima, lo è rimasto anche in sedia a rotelle. «Subito dopo la mia riabilitazione, per ogni mansione facevo fatica. Dopo tre anni, tutto ha cominciato ad andare meglio», confida. Ci vuole tempo affinché il corpo si riprenda dopo una lesione così severa. Lui stesso è rimasto sorpreso di scoprire quante cose sia ancora possibile fare in sedia a rotelle. «La parte alta del mio corpo funziona. Perciò posso lavorare.» Parola di Hermann Roider.

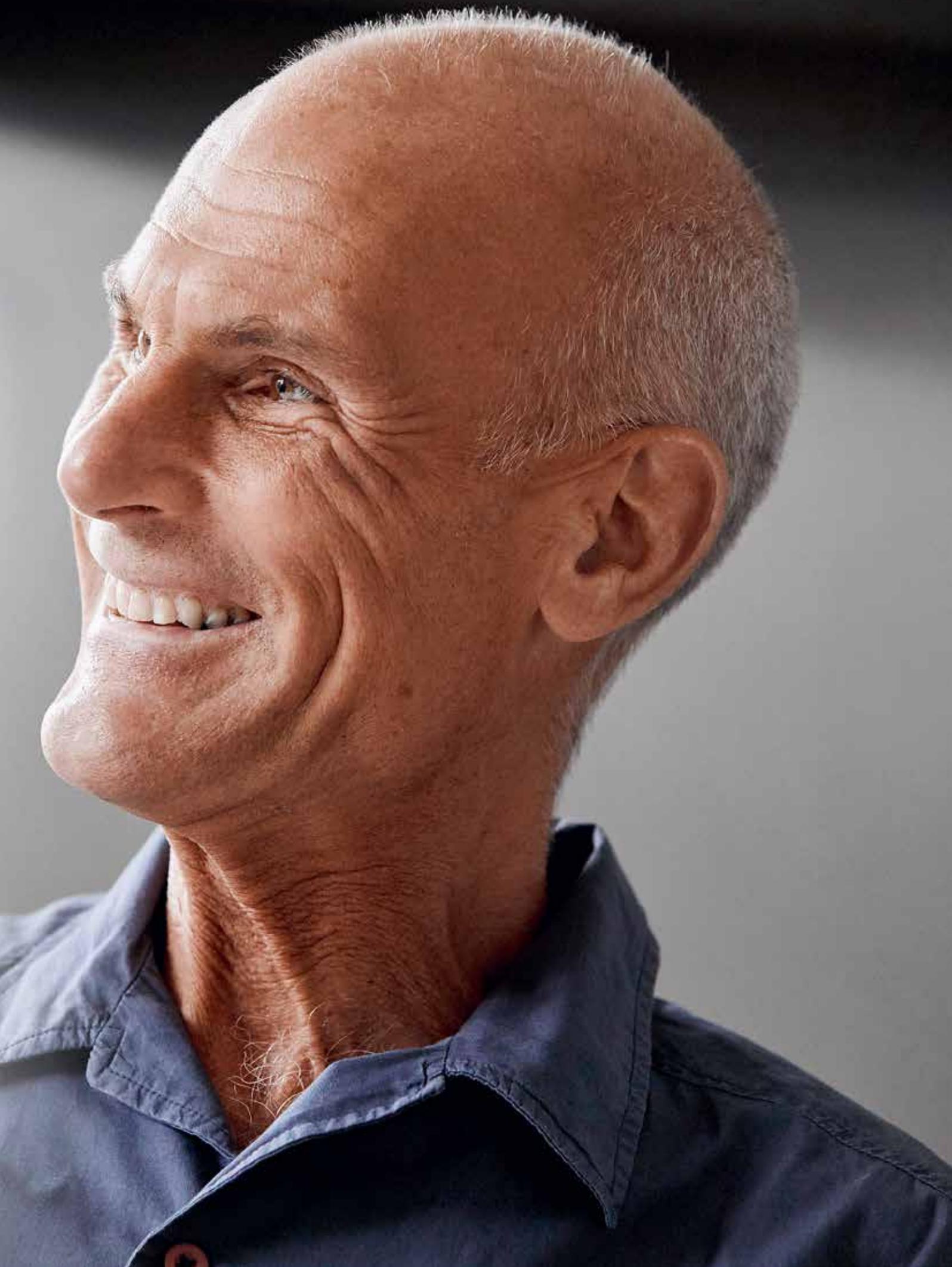
(kste/rob) ■

Incontro

Con una lesione midollare, eppure cammina

Paul Hintermann si è procurato una tetraplegia incompleta mentre si allenava per un ultra-trail nel 2016. Nel frattempo si è ripreso ed è in grado di camminare con le sue gambe. Ma i primi passi della sua nuova vita sono tutt'altro che facili.





Paul Hintermann ci apre la porta della sua casa a Plan-les-Ouates (GE), facendo segno a noi reporter e al fotografo di entrare e di installarci in cucina. Con lo smartphone all'orecchio finisce di dare delle istruzioni, la sua voce è sonora. Poi ci raggiunge al tavolo della cucina con un gran sorriso. In piedi e del tutto diritto, nulla o quasi lascerebbe presagire che l'uomo sia tetraplegico.

Mentre ci serve il caffè, il padrone di casa ci avverte della sua possibile goffaggine. «Vedete il cucchiaino nella mia mano? Se non lo giro forte, non sento di tenerlo in mano.» Lo stesso vale per i piedi: «Ho poca sensibilità. Il mio equilibrio lo riesco a tenere attraverso la vista.» Nonostante queste precisazioni, è difficile credere che tre anni fa Paul Hintermann era totalmente paralizzato dalla terza vertebra cervicale in giù.

Appassionato corridore di montagna, il 5 maggio 2016 si stava allenando sul Monte Salève a ridosso di Ginevra per una delle sue prossime gare di ultra-trail, le maratone di montagna. Un passo falso, scivola, perde l'equilibrio. Cade urtando la testa contro un albero. La diagnosi è di tetraplegia incompleta.

Nel suo caso, avendo il midollo spinale subito una compressione, senza però essere resecatto, aumenta la probabilità che alcune vie nervose si recuperino e che si ristabiliscano i segnali nervosi che trasmettono il movimento. Dapprima ricoverato e operato in un ospedale di Ginevra, dopo tre settimane lo trasferiscono per la riabilitazione nel Centro svizzero per paraplegici (CSP).

Incredibili progressi

Parlando del suo soggiorno a Nottwil, Paul non nasconde il suo entusiasmo. «Non ho avuto il tempo di deprimermi perché vedevo i miei progressi, mi sono concentrato in tutto e per tutto sul recupero della mia mobilità.» Dopo appena tre mesi riesce a rimettersi in piedi e si lancia subito sulla pista di atletica leggera della Sport Arena del CSP. «Ho sempre avuto bisogno di attività fisica. Anche a Nottwil non riuscivo a stare lì seduto a far niente.»

Mentre è ancora in clinica per la prima riabilitazione, Paul Hintermann sale con le sue gambe sul Pilatus, la montagna che domina Lucerna. «Il personale della clinica stentava a crederci», rammenta divertito. Sulla via di recupero della sua

autonomia grazie all'intensiva fisioterapia, pratica molti sport: tiro con l'arco, tennis da tavolo, muscolazione, nuoto. Segue dei corsi di falegnameria presso ParaWork, per allenare la funzionalità delle mani e apprendere a utilizzare degli attrezzi. «Il fai da te è una parte importante della mia vita. Il mio primo salario dell'apprendistato l'ho investito in un set di cacciaviti.»

Tra terapie, sport e le visite della sua famiglia, questo padre di sette figli cerca anche il contatto con gli altri pazienti. «A mezzogiorno eravamo una gran bella compagnia a tavola, invitavo sempre i nuovi arrivati a pranzare con noi.» E sua moglie aggiunge che non l'aveva mai

«Mi tengo in equilibrio grazie alla vista.»

Paul Hintermann

visto così aperto. «A Nottwil andava incontro alla gente e chiedeva loro qual era la loro storia. Si tiravano su il morale a vicenda.»

Quattro mesi e mezzo dopo il suo arrivo, invece dei 7 a 8 mesi inizialmente previsti, Paul – tetraplegico incompleto – lascia la clinica riabilitativa per tornare a casa sua, nella regione del lago di Ginevra, accompagnato da un alternarsi di emozioni. «Ho piena ammirazione per le persone che devono continuare a vivere in sedia a rotelle, per il loro coraggio e la loro forza di volontà. Io sono uno dei pochi ad essere uscito dal CSP sulle mie proprie gambe. Sono cosciente della gran fortuna che ho avuto.»

Ancora dinamico ma diversamente

Il rientro a casa e dalla sua famiglia non ha presentato problemi. «La nostra numerosa famiglia funziona un pochino come una PMI – l'assenza o il ritorno di uno dei membri non scombuscola per forza l'intera organizzazione», spiega Paul Hintermann, sottolineando che il merito va soprattutto a sua moglie: «Michèle ha preso in mano la situazione e l'ha gestita magistralmente; è essenzialmente lei che tiene assieme l'intera famiglia.»

Prima dell'incidente Paul lavorava in una piccola azienda di sistemi di traduzione simultanea. Dopo essere stato assente per malattia per il periodo di un anno, riprende a lavorare a metà tempo per sei mesi, dopodiché viene licenziato.

In alto Insicurezza sulle gambe. Il tetraplegico sente appena i suoi piedi.

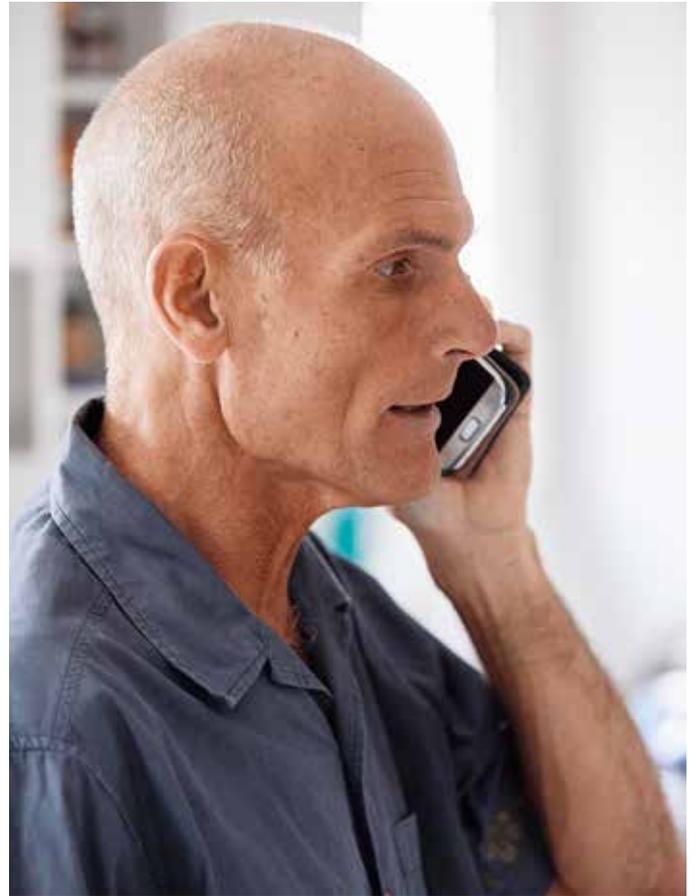
In basso Paul e Michèle Hintermann con i figli Violette (26), Gilles (19) e Colin (17).

A destra Paul Hintermann mentre parla allo smartphone con voce sonora.

I mezzi ausiliari ergonomici gli facilitano il lavoro al computer.

Nel suo atelier di casa, mentre fa un lavoretto per la sua nipotina di due anni.

>



In alto Sono una coppia da 27 anni e sposati da 16: Michèle e Paul Hintermann nella scuola a Thonex (GE).

In basso Nella scuola di sua moglie, Paul Hintermann sfrutta l'assenza degli alunni per installare degli aggiornamenti sui computer.

«Al mio capo non gliene voglio, è normale che essendo una piccola azienda non poteva adeguarsi al mio ritmo di lavoro oramai rallentato», asserisce.

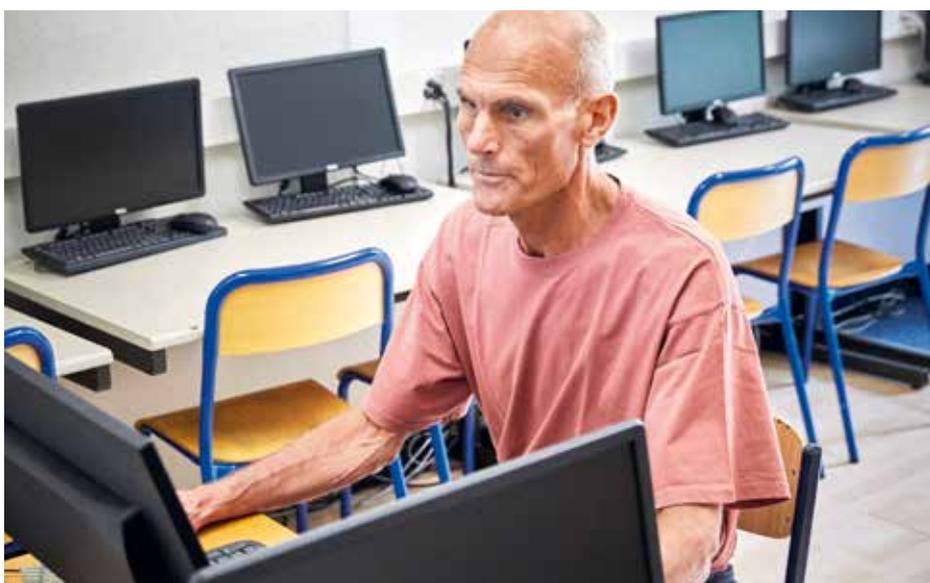
Infatti, le sue capacità fisiche non sono più le stesse di prima. Non sente quasi più i suoi piedi quando cammina. «È una sensazione strana, come se avessi i piedi bagnati in calzini pieni di sabbia», precisa, aggiungendo che ha quasi sempre freddo. Spiega che la sua sensibilità al caldo e al freddo è diversa in rapporto a prima dell'incidente, che ogni attività fisica è più complicata, che si affatica molto più in fretta, che i suoi gesti sono più lenti e il tempo di rigenerazione più lungo.

Inoltre, i movimenti rapidi o portare oggetti pesanti possono fargli perdere l'equilibrio, dando luogo a situazioni pericolose. «Lascio sempre passare la gente davanti e sfuggo le folle per evitare le spinte, perché vedendomi così da fuori, non si direbbe che possa cadere facilmente.» Un'altra tematica particolarmente fastidiosa è quella della funzione della vescica e dell'intestino compromessa: «Quando devo andare in bagno, ho soltanto uno o due minuti per agire. Non è facile vivere nella paura costante di non fare in tempo, perché lo stimolo arriva in qualsiasi istante.»

Parlare per guarire

Con il calo delle entrate per via del licenziamento e dell'incapacità lavorativa parziale, tutta la famiglia si rimbocca le maniche e aiuta come può per poter arrivare a fine mese. Michèle Hintermann trova un terzo impiego oltre a quelli che aveva già in seno a una piccola società fiduciaria e a una scuola privata. I ragazzi si procurano dei piccoli lavori accanto ai loro studi, mentre il loro padre lavora un 10 per cento nella riparazione e la trasformazione di apparecchiature per dentisti e un 10 per cento nella manutenzione tecnica e informatica della scuola dove lavora sua moglie. Allo stesso tempo segue una formazione mirando a un posto di lavoro di mezza giornata come istruttore per programmi informatici di gestione.

Pur mettendosi di buona volontà per recuperare più che può la sua mobilità, Paul inizia a rendersi conto che non progredisce più nonostante gli immensi sforzi. Come tetraplegico, a un certo punto si trova davanti a un muro che



A destra Una riparazione presso lo studio di un dentista a Troinex (GE).

Foto piccole Paul Hintermann si reca al lavoro in bicicletta con il suo rimorchio per gli attrezzi.

Impensabile ancora poco tempo fa: alla partenza del Tour de Presinge con la maglietta del CSP. (Foto: Vincent Barbey)

sembra insormontabile. Un anno e mezzo dopo il suo incidente, cade in depressione. Prima di un qualsiasi sforzo è preso da angosce, per esempio quando si trova ai piedi di una scala. La paura di non riuscire più a superare questo ostacolo lo assale. Di notte si sveglia di colpo preso da affanno. Dopo nove mesi di terapia psicologica, riesce a uscire da questa malattia.

Pian piano Paul si apre agli altri e realizza che il fatto di parlare gli dà sollievo. Alcuni dei suoi parenti gli sono stati molto vicini dopo l'incidente, tra cui un cugino lontano di Winterthur,

«Sono cosciente della gran fortuna che ho avuto.» Paul Hintermann

con il quale non aveva praticamente più contatto, o sua sorella Barbara, la cui relazione si è rinsaldata. Quest'ultima, con la sua formazione in riflessologia, andava in ospedale a trovarlo tutti i giorni per massaggiarlo. Più tardi si recava tutti i fine settimana a Nottwil. «Lei ha contribuito molto a rimettere in moto il mio sistema



nervoso, sono stato molto fortunato ad averla. Questo incidente ci ha riavvicinati.»

L'ambivalenza di riuscire di nuovo a camminare

Paul racconta che con la sua tetraplegia incompleta non viene percepito né come un disabile, né come una persona senza disabilità. È come se fosse in una terra di mezzo, il che porta spesso a situazioni bizzarre. Nella scuola dove lavora, mia moglie aveva spiegato che ero diventato tetraplegico. Un giorno, quando andai lì la prima volta, tutti esclamarono: «ma come... cammina!» Il fatto che da fuori non si percepisca la sua disabilità lo lascia perplesso, e spiega perché: «Agli occhi di questa gente, le mie limitazioni fisiche appaiono meno gravi perché non sono seduto in sedia a rotelle, ma non si rendono conto degli inconvenienti legati al mio handicap e li minimizzano.» Allo scopo di evitare equivoci, ora Paul preavvisa talvolta eventuali interlocutori che non lo conoscono del fatto che cammina nonostante la lesione midollare.

Quando dal suo giardino contempla la montagna che ha messo a soqquadro la sua vita, si

concede un momento di solenne silenzio. Ma alla calma si associa un conflitto interiore: «Da un lato sono molto contento e fortunato di essere arrivato al punto di recupero in cui sono. Ma questa differenza che mi manca per essere di nuovo «normale» è per me fonte di grande frustrazione. È ciò che caratterizzerà sempre la mia tetraplegia incompleta.»

La sua sfida più grande consiste soprattutto nel non perdere quanto ha raggiunto. «Questa paura è anche legata all'età che avanza. È una lotta quotidiana quella di poter continuare a spostarmi a piedi e in bicicletta, ma è necessaria per conservare il più a lungo possibile la mia mobilità.» D'altronde, i suoi sforzi sono stati ripagati: di recente Paul Hintermann ha realizzato il suo primo exploit sin dal suo incidente, correndo in una gara alla quale era solito partecipare. Dopo aver indossato una maglietta del CSP, aver fatto un occholino da corridore e un grazie al personale della clinica, ha tentato di percorrere cinque chilometri in meno di quaranta minuti. Conoscendolo ora, indovinate se la scommessa gli è riuscita...

(Guillaume Roud/Sébastien Agnetti) ■

La vostra quota d'adesione aiuta

Il contributo della Fondazione svizzera per paraplegici ai costi di pernottamento nel complesso alberghiero di Nottwil ha permesso alla famiglia di Paul Hintermann di dargli l'appoggio necessario durante la riabilitazione.

Orthotec compie 25 anni

Insieme, nulla è impossibile

Orthotec sviluppa per conto della Fondazione svizzera per paraplegici dei mezzi ausiliari su misura per le persone con lesione midollare. Due di loro sono Daniel Bachmann e Vera Müller.

Orthotec esiste da 25 anni ed è una società affiliata della Fondazione svizzera per paraplegici. Lo spirito di innovazione e la passione che animano i 70 collaboratori che vi lavorano, permettono di realizzare cose che a prima vista sembrerebbero impossibili. Tutto ciò per soddisfare le esigenze delle persone con lesione midollare e con limitazioni fisiche simili. Come? Fornendo una vasta gamma di mezzi ausiliari e servizi: sedie a rotelle, ausili ortopedici, articoli per l'incontinenza, senza tralasciare le modifiche di autovetture di tutte le marche.

Il rombo del motore fa bene all'anima

«Adoro sentire i cavalli del motore vibrare», spiega Daniel Bachmann, 44 anni, con un gran sorriso stampato in faccia. «Sentire ruggire un motore è un elisir per me, un'evazione dalla quotidianità.» Prima della tetraplegia faceva delle gare di moto, adorava la piega al limite «ginocchio e gomito a terra».

Nonostante il suo incidente, questo appassionato di motori sapeva di non poter fare a meno di un mezzo potente, capace di procurargli queste sensazioni di libertà. Amante degli USA, non intende la mobilità nella vita di tutti i giorni: «In settimana mi sposto con un furgoncino Volkswagen, è pratico. Ma anche una macchina per il weekend mi ci voleva. Quando fa bello, evado nella natura alla guida della mia bella Dodge rosso fuoco.» In questi momenti preferisce essere da solo per godersi questo piacere intenso. Famiglia e amici lo hanno appoggiato nella sua decisione di acquistare questo fuoristrada, consapevoli del benessere che prova guidandolo.

Va da sé che non ha chiesto nessun aiuto da parte della Fondazione per adattare la Dodge alle



In alto La Dodge di Daniel Bachmann nell'officina dell'Adattamento veicoli Orthotec.

A destra Vera Müller sulla nave da crociera piena di fans dell'Heavy Metal.

sue esigenze di disabile, ma comunque voleva darla in mano a chi di esperienza ne ha: «Sin da subito ho pensato ad Orthotec», ammette Daniel Bachmann. «Conosco l'équipe sin dalla mia riabilitazione a Nottwil ed ero rimasto impressionato nel vedere con quale tenacia e precisione si impegnino per trovare delle soluzioni. Durante la difficile fase iniziale mi sono stati di grande aiuto.»

Tutto a portata di mano

Oltre all'adattamento dei veicoli a Nottwil e Cugy (VD), Orthotec ha altri quattro settori di attività: tecnica di riabilitazione, prodotti per incontinenza, tecnica ortopedica e sport in carrozzella.



Le persone para e tetraplegiche si possono rifornire di tutti i mezzi ausiliari da un solo fornitore.

Vera Müller apprezza anche lei la vasta gamma di prestazioni di Orthotec. Mentre altri si sparpazano nella sedia a sdraio, Vera Müller passa le sue vacanze a scoprire il mondo. Oppure fa una crociera «Metal Cruise» nei Caraibi, un festival dell'Heavy Metal in mezzo all'oceano. «Dopo il mio incidente, ci ho messo quattro anni prima di ritrovare la mia gioia di vivere», ammette la 43enne tetraplegica. «Allora adesso mi godo la vita, adoro andare ai concerti e ascoltare musica dalla mattina alla sera insieme ad altri appassionati di musica hard rock.» Sulla nave,

>

«A contatto diretto con le persone e le emozioni»

Stefan Dürger, direttore Orthotec AG

Stefan Dürger, cosa contraddistingue Orthotec?

Che ci occupiamo di persone. Le nostre prestazioni hanno un legame diretto con la mobilità, l'autonomia e la qualità della vita, pur essendo questi termini astratti. Da noi, sono le persone ad essere al centro di tutto. Noi contribuiamo a far sì che possano affrontare le sfide che la vita ha loro imposto.

Voi coprite un ampio raggio di servizi, cosa che nessun altro fa nel vostro settore.

Offriamo tutto da una stessa fonte, è questo a renderci unici sul mercato. Non lasciare a terra nessuno è un'attitudine importante per me. Quando qualcuno si rivolge a noi per un problema, ce ne occupiamo. Non bisogna per forza essere paziente del Centro svizzero per paraplegici, chiunque può rivolgersi a noi.

Orthotec elabora delle soluzioni personalizzate che esigono un'assistenza individuale.

Ogni handicap è diverso, altrettanto variabili sono le soluzioni. Chiaramente utilizziamo soprattutto componenti standard che modifichiamo su misura. E se il TCS non riesce a far ripartire l'auto di un tetraplegico, ci muoviamo noi, a qualsiasi ora. Abbiamo in mente di attivare una app con una funzione d'emergenza. Lavoriamo sulla qualità dei processi in tutti i campi, con l'obiettivo che per il cliente tutto si svolga in maniera possibilmente semplice e comoda, per esempio quando ordina un prodotto nel nostro shop online.

La vostra ingegnoseria ci lascia spesso stupefatti.

Sono molto fiero dei miei collaboratori. Nella nostra équipe ci sono dei colleghi che non si arrendono finché non hanno trovato una soluzione. Con ardore e convinzione cercano la via migliore e fanno sì che di colpo un tetraplegico con paralisi molto alta possa tornare a lavorare.

Nel campo dello sport si trovano soluzioni molto sofisticate.

Lo sport è il nostro laboratorio di innovazione. Un progetto «high tech» per atleti di punta ci è utile in termini di apprendimento per tutte le persone in sedia a rotelle. Se un progetto non è trasferibile in questo senso, non vi partecipiamo nemmeno. Le nozioni



che acquisiamo nell'ambito dello sport vanno anche a beneficio dei nostri servizi di Ergoterapia e Medicina dello sport.

Per esempio?

Prendiamo la corsa: c'è in corso un progetto che rivoluzionerà il processo di impostazione della sedia a rotelle dei pazienti in prima riabilitazione. Ci permetterà di determinare sin dall'inizio il loro assetto di seduta ottimale, prendendo tutte le misure complete del paziente. Se un corridore ha una seduta ottimale in sedia a rotelle, migliora la trasmissione della forza ed è quindi più veloce. Nella vita di tutti i giorni, la persona in carrozzella deve compiere meno sforzo, risparmia le spalle già notevolmente sollecitate e riduce il rischio di lesioni da decubito.

Gli assicuratori non concordano sempre con la soluzione migliore.

Dalla Fondazione per paraplegici la gente si aspetta anche quel servizio in più. Io a volte dico all'équipe: «Lo facciamo e basta!» Perché l'effetto è decisivo per la persona in questione. Non si tratta in nessun caso di esigenze esagerate o di opzioni di lusso, ma di investimenti per la sicurezza per esempio. Certo è che non transigiamo sulla qualità, neppure per motivi di costi.

Come vede il futuro?

Al centro dell'attività di Orthotec ci sono le persone, le emozioni e le soluzioni durevoli. Noi miriamo ad una maggiore presenza sul mercato con i nostri propri prodotti, ad essere percepiti come un'impresa innovatrice e tecnologicamente all'avanguardia. Abbiamo molti progetti incredibili nella pipeline...

(kste/febe) ■

i fans formano un'unica grande famiglia: «Tutti si aiutano l'uno l'altro. Se incontro un ostacolo, ci sono sempre un paio di ragazzi pronti a darmi una mano con la carrozzina elettrica.»

Vera ha una buona amica che l'accompagna nei suoi viaggi. E mai si dimentica il materiale per le sue cure. Tutti i giorni necessita di un set per cambiare la medicazione, oltre a diversi disinfettanti, guanti, garze e sacche urina – una per il giorno, una per la notte. «Dal mio incidente in motorino dieci anni fa ho bisogno di questi mezzi ausiliari, dei quali mi rifornisco a Nottwil. Lì trovo tutti i prodotti per le mie cure ed esperti che rispondono alle mie domande, oltre a poter fare la manutenzione della mia sedia a rotelle.»

Recentemente si era domandata in che punto della sedia a rotelle sarebbe stato pratico collocare l'aggancio per il guinzaglio del cane d'assistenza, che avrebbe ricevuto di lì a poco. Dopo qualche riflessione si è rivolta all'équipe di Orthotec: «Abbiamo trovato un'ottima soluzione», si rallegra Vera Müller. «Impossibile, è una parola che non esiste per Orthotec.»

«We are better together», l'unione fa la forza

Questa azienda anonima con sede a Nottwil è una tipica organizzazione senza scopo di lucro, alla quale tutti possono rivolgersi. Da 25 anni è rimasta fedele ai valori, alla filosofia della Fondazione svizzera per paraplegici e al mandato da essa conferitole. La ricerca di nuove soluzioni fa da motore al proprio sviluppo.

Negli anni a venire, le tecnologie digitali faranno emergere un gran numero di campi d'applicazione innovativi per i mezzi ausiliari. Per Orthotec ciò significa una sfida da cogliere e allo stesso tempo un compito: quello di mettere lo sviluppo tecnologico al servizio delle persone con lesione midollare – come conferma la massima aziendale «We are better together». Per far sì che anche in futuro persone come Daniel Bachmann e Vera Müller bussino alla sua porta.

(gasc/pgc) ■

Tutto da un'unica fonte

Orthotec, la società affiliata della Fondazione svizzera per paraplegici abbraccia cinque settori di attività.

Tecnica di riabilitazione

Sedie a rotelle manuali o elettroniche personalizzate, un assetto di seduta ottimale, attrezzi sportivi e per il tempo libero, fabbricazioni speciali: i meccanici di Nottwil fanno di tutto per proporre le soluzioni ideali. Oltre a ciò, Orthotec dispone di un'officina per il servizio di manutenzione e di molti altri mezzi ausiliari per la vita quotidiana.



Articoli per l'incontinenza e la cura personale

Disturbi della funzione vescicale, cura delle ferite o apparecchi respiratori: la scelta del prodotto ottimale è decisivo per le persone para e tetraplegiche e il personale di cura. Orthotec offre ai suoi clienti la consulenza e la distribuzione inerente a una vasta gamma di prodotti di ottima qualità di vari fornitori. A partire dall'autunno 2019 il tutto è anche acquistabile nel negozio online.



Adattamento veicoli

Per la mobilità è molto importante disporre di un'autovettura adattata, di qualsiasi marca. Senza un veicolo su misura, le persone con limitazioni fisiche dipendono dall'aiuto di terzi per recarsi al lavoro, in terapia o fare la spesa. Orthotec facilita loro la vita quotidiana e contribuisce alla reintegrazione sociale e professionale.



Tecnica ortopedica

Essere limitati nei propri movimenti è un fattore che pregiudica fortemente la qualità della vita. Presso Orthotec, i professionisti dell'atelier ortopedico mettono a disposizione tutto il loro sapere e i loro presidi ortopedici per far sì che le persone con disabilità fisiche possano recuperare o preservare la propria qualità della vita.



Sport in carrozzella

Forte della sua perizia in materia tecnologica e innovativa, Orthotec lavora insieme agli atleti per apportare migliorie agli attrezzi sportivi nelle più svariate discipline, allo scopo di promuovere lo sport competitivo, dilettantistico e indirizzato alle giovani leve. I tecnici di Nottwil assistono gli atleti durante le loro grandi competizioni.



Rete traumatologica della Svizzera centrale

Come la collaborazione viene in aiuto ai feriti gravi

Nove ospedali stringono una collaborazione: una prima in tutta la Svizzera grazie a una rete che assicura un'assistenza rapida e ottimale alle persone gravemente ferite.

Daniel Bachmann svolta con la sua moto in direzione del passo del Susten. Davanti a lui un camper viaggia a lenta velocità dietro a un ciclista, che lui però non vede. Mette la freccia per iniziare il sorpasso... e in quel preciso istante il camper esce per superare la bicicletta. Il motociclista finisce contro un pilastro di granito. La diagnosi: sette vertebre toraciche fratturate, lesione midollare completa, grave trauma cranio-encefalico, un braccio frantumato. Rimane in coma per sei settimane.

Un caso complesso

Dal luogo dell'infortunio viene trasferito prima nell'Ospedale cantonale di Lucerna (LUKS), per essere poco dopo trasferito nel Centro svizzero per paraplegici (CSP). «È stato il gomito a darci più filo da torcere della lesione vertebrale», spiega il medico capoclinica Markus Damrau. «La combinazione di tetraplegia alta e grave ferita al gomito era fuori dal normale, abbiamo discusso il caso con specialisti internazionali.»

Con i colleghi di Lucerna decidono infine di irrigidire il gomito. Era la soluzione migliore per dare al paziente la chance di eseguire da solo i trasferimenti in sedia a rotelle, poiché con una protesi sarebbe stato dipendente dall'aiuto di altri. Dopo l'operazione eseguita nel LUKS, Daniel Bachmann viene ritrasferito nel CSP per una lunga riabilitazione di quindici mesi.

Questa collaborazione del CSP con altri ospedali va a pieno vantaggio delle persone in sedia a rotelle, come lo dimostra questo caso. Markus Damrau: «In casi medici così complessi, le perizie si completano e garantiscono un trattamento adeguato che tiene conto degli aspetti legati alla sedia a rotelle.»

Coordinare le cure

La rete traumatologica della Svizzera centrale è un elemento importante di questa collaborazione, nel quale sono state formalizzate le cooperazioni tra il CSP e il LUKS. È la prima rete di questo genere in Svizzera: nove ospedali, ognuno con una definizione ben chiara dei compiti che corrisponde alle competenze mediche della struttura, con l'obiettivo di intervenire con un'assistenza rapida e ottimale in casi di feriti gravi, per i quali il fattore tempo è determinante.

L'allarme viene dato chiamando un numero di telefono unificato, l'infortunato viene quindi trasportato nell'ospedale idoneo più vicino. I reperti medici determinano se vengono coinvolti specialisti di altre cliniche o se il paziente dev'essere trasferito altrove. Tutti gli ospedali gestiscono una piattaforma radiologica comune, il che elimina la complicata trasmissione di immagini radiologiche quando il paziente viene trasferito. La nuova équipe ha così già a portata di mano tutte le informazioni più importanti. Markus Damrau illustra i vantaggi della rete traumatologica: «Con queste informazioni preliminari si risparmia del tempo prezioso e si minimizzano diverse perdite per attrito perché ciascuno sa qual è il suo ruolo.»

In quanto centro di traumatologia locale, il CSP assume importanti mansioni nel trattamento delle persone che hanno subito una lesione midollare. I suoi medici fanno parte del servizio traumatologico del LUKS per quanto concerne la colonna vertebrale. In questo modo vi è la certezza che i pazienti con lesione midollare ricevono dall'inizio un trattamento ottimale. In compenso il CSP sfrutta la perizia in materia di

Markus Damrau, medico capoclinica Chirurgia del rachide e Ortopedia, rappresenta il CSP all'interno della Rete traumatologica della Svizzera centrale.



chirurgia traumatologica e ortopedica del LUKS: «Senza questa collaborazione non avremmo potuto raggiungere i buoni risultati come quelli nel caso di Daniel Bachmann», assicura Markus Damrau.

Limitazioni nella vita di tutti i giorni

Daniel Bachmann è riuscito a riprendere in mano le redini della sua vita. «La decisione di irrigidire il gomito si è rivelata giusta», dichiara pur rammaricandosi di alcune limitazioni. Ma dopo racconta dei suoi migliori amici, entrambi tetraplegici: «Loro possono muovere soltanto la testa, la mia situazione è nulla al confronto, non voglio lamentarmi.»

(pmb/febe) ■

Active Communication

«La comunicazione è un fattore chiave di autodeterminazione»

Da gennaio 2018, **Active Communication fa parte** del Gruppo Svizzero Paraplegici.

La ditta Assistive Technologien di Steinhausen (ZG) è nata nel 1999, in un granaio, partendo dall'entusiasmo creativo di due elettrotecnici. Oggi nota ben oltre i confini nazionali, resta fedele ai valori originari su cui è stata costituita.



Fiore Capone, in che cosa consiste la comunicazione per lei?

È una piattaforma, un collegamento tra persone o oggetti che consente di capirsi reciprocamente.

Active Communication aiuta quindi le persone con una disabilità a connettersi con il loro ambiente circostante?

Restituire delle funzioni completamente andate perse è impossibile. Invece possiamo sostenere le facoltà ancora esistenti. Mi spiego: spesso si tratta di ripristinare semplici gesti quotidiani, come per esempio chiedere un bicchiere d'acqua. Se non è possibile comunicare un tale bisogno né a voce né a gesti, manca una chiave di autodeterminazione. Si resta nella passività e nella dipendenza totale. I nostri ausili alla comunicazione permettono a queste persone di esprimere i loro desideri e le loro emozioni e quindi di essere percepiti come individui capaci di richiedere in modo autonomo delle prestazioni o di darle.

Si può far ricorso alle vostre applicazioni in tutti gli ambiti della vita?

Sì. Nel caso dei bambini, le nostre applicazioni riguardano piuttosto la sfera scolastica o l'ingresso nel mondo del lavoro. Negli adulti copriamo le necessità e le dotazioni di ausili più svariati a seconda del tipo di handicap, che sia congenito o indotto nel corso della vita da malattia o infortunio. Active Communication appura le necessità individuali e cerca soluzioni idonee, che vanno dall'apprendimento del linguaggio al controllo dell'intero ambiente.

La vostra azienda figura tra i fornitori leader nel mondo in questo campo. E dice che tutto è cominciato in un granaio?

[ride] Sì, gli esordi hanno avuto un che di avventuroso. Nel 1999, Ivan Zavagni ed io eravamo alla ricerca di applicazioni elettrotecniche che avessero un senso. Ci era venuta l'idea di far beneficiare anche le persone con disabilità di queste nuove possibilità. E quindi ci siamo lanciati in questa avventura, spinti da un impeto di spensieratezza giovanile, mettendoci a costruire i primi apparecchi in un granaio. Siamo cresciuti man mano che si presentavano le nuove sfide e abbiamo preso il coraggio a due mani con le giuste decisioni. Ma il nostro motore è rimasto sempre lo stesso: fare in modo che le persone «fuori norma» possano fare le cose più normali.

Dapprima costruiteve apparecchi propri per poi diventare un'azienda che fornisce soluzioni nella dotazione di ausili assistivi. Perché questo cambio di strategia?

A un certo punto abbiamo realizzato che il nostro forte stava nel sapere come applicare gli ausili piuttosto che nel tenere a magazzino le componenti elettroniche. Il principio è ancora lo stesso: seguiamo da vicino l'evoluzione tecnologica e riflettiamo su come un'innovazione potrebbe risolvere un certo tipo di problema. In questo senso, il nostro ruolo di esperti sta nell'interfaccia che collega i due aspetti: la tecnica e la sua applicazione. Perché disporre di un'apparecchiatura è bene, ma bisogna che soddisfi i requisiti richiesti dal suo impiego in una

Active Communication festeggia a Nottwil i suoi 20 anni

Il prossimo 8 novembre, i professionisti nel campo delle tecnologie assistive del mondo intero si ritroveranno a Nottwil per scambiare opinioni ed esperienze. Il 9 novembre seguirà una giornata di festa indirizzata al grande pubblico, dove vi si scoprirà l'affascinante universo degli ausili tecnologici. In programma: incontri, conferenze, invitati speciali, dimostrazioni e spettacoli. Informazione e intrattenimento garantiti, nonché un dibattito intitolato: «Giovane e disabile – con quali prospettive per il futuro?»



**9 novembre 2019, ore 10–16,
Aula del CSP, entrata libera**

determinata situazione. Il mercato dei mezzi ausiliari è in piena mutazione con la digitalizzazione e apre delle nuove possibilità alle persone portatrici di handicap e a chi le assiste.

Come guarda alla sua azienda, che compie vent'anni di attività?

Nella fase iniziale la questione era: come facciamo a far funzionare questo apparecchio? La parte dell'applicazione è venuta dopo alcuni anni, integrando le componenti e i campi di applicazione in un sistema. Oggi abbiamo dei mezzi ausiliari di una grande diversità che interagiscono e permettono alle persone con disabilità un ruolo molto più attivo, ma allo stesso tempo si vengono a creare delle dinamiche

complesse con l'ambiente prossimo. Una volta che il dispositivo è in dotazione, per un risultato durevole è richiesta l'adesione di tutti: la famiglia, la scuola, il datore di lavoro, la casa di cura. Soprattutto nel passaggio dalla scuola speciale al mondo degli adulti c'è ancora molto lavoro da fare.

Cosa intende?

Per esempio: chi è portatore di un handicap motorio in una casa di cura non può eseguire le attività manuali usuali, ma potrebbe usare un computer. Qui le potenzialità sono enormi. Il lavoro di sensibilizzazione va fatto presso i professionisti, affinché realizzino a quale punto si trovi l'evoluzione tecnologica e la sfruttino.

Allo stesso tempo crescono le attese delle persone disabili.

Sì, è una conseguenza logica di questo sviluppo. Per una persona con una tetraplegia alta che utilizza il suo PC con l'aiuto di comandi oculari, bisogna che l'intero dispositivo funzioni senza intoppi, dato che ne ha bisogno in modo continuo. Tuttavia, se un dispositivo è difettoso, noi di Active Communication siamo confrontati al fatto che l'AI non copre i costi di sostituzione. Dobbiamo permanentemente trovare un denominatore comune tra le esigenze della persona in questione e quelle dell'assicuratore. E non è sempre facile.

Da gennaio 2018, Active Communication è una società affiliata del Gruppo Svizzero Paraplegici. Per quale ragione?

Questo ci dà un altro margine di manovra e ci rafforza, in quanto l'assistenza alle persone che necessitano dei sofisticati dispositivi non dipende più da due sole persone. Oltretutto, con il Servizio di Ergoterapia del CSP siamo stati sempre a stretto contatto sin dall'inizio della nostra attività e la nostra filosofia è simile a quella della Fondazione svizzera per paraplegici. La sua buona reputazione si riflette anche sulla percezione della nostra azienda sul mercato in quanto sua società affiliata, con ripercussioni positive per esempio nella ricerca di personale.

Potete anche sfruttare le sinergie?

La Fondazione ci ha affidato un mandato di prestazioni ben chiaro. Lo scambio con l'affiliata Orthotec è ricco e siamo anche in contatto con ParaHelp che come noi offre consulenza alle persone a casa loro.



Fiore Capone, co-fondatore e dirigente di Active Communication.

Voi proponete delle soluzioni su misura?

Nel settore delle tecnologie assistive non esistono prodotti di serie. Uno dei nostri principali ambiti di consulenza consiste nell'individuare in che modo la persona portatrice di handicap riesca a impartire un segnale che esprima la sua volontà o un suo desiderio, a partire dal quale noi configureremo le interazioni delle componenti. I nostri collaboratori sono al corrente delle nuove possibilità a livello tecnologico e pedagogico, seguono formazioni e si scervellano per elaborare nuove applicazioni, restando sempre in collaborazione con i fabbricanti.

Qual è la chiave della rapida evoluzione della vostra azienda?

Penso che si tratti di due fattori: il fatto di essere rimasti fedeli agli stessi valori sin dall'inizio e di essere riusciti a rimetterci in questione ogni volta che c'era da prendere una decisione. Un'azienda che vuole durare nel tempo non deve riposarsi sugli allori. Per Active Communication si tratta ora di proiettarsi verso il futuro... e di guardare ai prossimi vent'anni!

(kste/boa) ■

Società affiliata della Fondazione svizzera per paraplegici

Active Communication promuove l'autonomia e la partecipazione alla vita sociale delle persone con disabilità attraverso le tecnologie assistive. Dal 2018, l'azienda e i suoi 40 collaboratori appartengono alla Fondazione svizzera per paraplegici (FSP). La nuova società affiliata della FSP propone delle soluzioni su misura nei seguenti campi: ausili alla comunicazione, adeguamenti delle postazioni di lavoro e dei computer e sistemi di controllo ambiente.



www.activecommunication.ch

L'Archimede di Nottwil

«Non mi dò per vinto tanto facilmente», risponde Kurt Galliker, l'addetto alla costruzione di sedie a rotelle speciali presso Orthotec. La sua motivazione? Cerca sempre di trovare la migliore delle soluzioni.

Nell'ufficio dell'officina a Nottwil, si rimane sbalorditi dai modelli di sedie a rotelle realizzati, di cui ci mostra le foto. Quello che è certo è che non si tratta di semplice meccanica, ma di elaborazioni ingegnose che rendono possibile ciò che sembra impossibile.

Le immagini lasciano stupefatti: una slitta da fondo che porta delle persone con lesione midollare sulla pista da sci di fondo, costata una centinaia di ore di lavoro manuale. Un'altra foto mostra una carrozzella che permette di salire il ripido sentiero che porta dal parcheggio al luogo dove viveva l'eremita e mistico Nicolao di Flüe (Bruder Klaus), a Flüeli Ranft nel Cantone Obvaldo. O ancora una tavola da kite surf dotata di un sedile speciale.

Ma poi, Kurt Galliker ci porta la foto di un uomo, il cui destino gli è rimasto impresso nella mente per molto tempo.

Uno joystick azionato dal labbro inferiore

Il paziente in questione, con paralisi a livello cervicale, aveva conservato delle funzioni motorie soltanto nel labbro inferiore e nelle cosce e non era in grado di spostarsi da solo con la sedia a rotelle. Kurt Galliker riflette a lungo, non molla, finché gli viene un'idea geniale: fissare un supporto in fibre di carbonio sulle aste degli occhiali del paziente, sul quale montare un mini-joystick comandabile con il labbro inferiore. Grazie a questi comandi e a due pulsanti sulla coscia, l'uomo è ora in grado di usare il suo computer autonomamente, e addirittura di giocare a hockey in sedia a rotelle elettrica. Sebbene a volte non sia facile trovare la soluzione ottimale, Kurt Galliker è dell'avviso che bisogna ingegnarsi in ogni modo per consentire alla persona mielolesa di fare dei progressi.

Risultato? Una svolta positiva nella vita del paziente per aver recuperato un pezzetto di autonomia. La sua gioia e gratitudine gratificano il lavoro di Kurt Galliker, il quale vi ha contribuito in misura considerevole.

«Ora pilota lui stesso la sua sedia a rotelle e non dipende più giorno e notte dall'aiuto di terzi. È una bella cosa.»

Kurt Galliker, che è cresciuto in una fattoria, ha imparato sin da piccolo a destreggiarsi con i macchinari. Dopo il suo apprendistato come meccanico d'auto, ha lavorato in una concessionaria che vendeva Ferrari. Ben presto si è reso conto che i clienti danarosi e le automobili di lusso erano un mondo dove non si sentiva a suo agio. Quindi, lui che ama il contatto con la gente ed è mosso dal desiderio di aiutare, cambia lavoro. Sono oramai 22 anni che è impiegato presso Orthotec, una società affiliata della Fondazione svizzera per paraplegici. «Lo considero un privilegio, lavorare in un luogo dove l'essere umano è al centro di tutto e dove si prendono sul serio i suoi problemi. E oltretutto poter esprimere la propria creatività.»

Funzionalità ed estetica

Laddove i limiti del possibile sono raggiunti, è lì che interviene Kurt Galliker, anche se – sottolinea – non è il solo ad avere delle idee. Infatti, è il lavoro d'équipe a prevalere: «Spesso le soluzioni saltano fuori quando si discute insieme di un caso.» Poi, il suo sguardo si posa su una foto di un prototipo di sedia a rotelle da corsa per bambini, con ruote da 20 pollici – un attrezzo di nuova invenzione.

A Nottwil sono una dozzina i meccanici che lavorano nell'officina per le sedie a rotelle: i loro prodotti non solo devono essere funzionali e soddisfare requisiti altamente tecnologici, ma per Kurt Galliker conta anche il lato estetico. La pazzesca sedia a rotelle per bambini ne è la prova lampante.

(pmb/febe) ■

«Oggi c'è stato bisogno di me, perché a Nottwil ci sono molte persone che non sono fortunate come lo sono io e che posso aiutare. Ce la metto tutta per trovare soluzioni che migliorino un poco le loro condizioni di vita.»



Kurt Galliker è responsabile presso Orthotec della sezione Costruzione carrozzine fabbricazioni speciali. Nella sua équipe la parola impossibile non esiste.

La donazione speciale

«**Intraprendere qualcosa che mi piace e che aiuti gli altri**», è quello che Julia Jauch ha deciso di fare nell'ambito del progetto finale del suo 3° anno di scuola media. La giovane di Silenen (UR) fa presto a identificare il lato divertente del progetto, essendo amante dello jogging e calciatrice del club FC Altdorf. Per l'aspetto solidale si informa invece presso diverse fondazioni. «Ho scelto la Fondazione per paraplegici, anche perché nel mio progetto si tratta della corsa a piedi», spiega l'alunna, che ha battezzato la sua corsa di beneficenza «Challenge del Cervino». Corriere 200 chilometri in tre mesi andando a correre da sola e a delle competizioni, vale a dire la distanza esatta tra casa sua e la cima del Monte Cervino. Il suo sogno è infatti di partecipare un giorno alla famosa maratona di Zermatt.

Julia elabora un programma di allenamento, cerca degli sponsor e inizia a correre sui ripidi pendii attorno al Monte Bristen, cronometrando i chilometri percorsi. «È stato mega vedere tutta la gente del paese che mi incoraggiava. Ogni tanto c'erano altri ragazzi che si aggregavano alla mia corsa, mi davano un sacco di energia.» Così ricorda la ragazza le sue forti esperienze. «Credevo che l'ultimo chilometro fosse il momento migliore... ma che gioia è stato per me battere il mio proprio record alla maratona del lago di Sempach!» Julia ha corso tante ore sotto la pioggia, ha dovuto conciliare la scuola e il calcio, oltre a dover gestire la difficoltà respiratoria dovuta alla sua asma da sforzo. «Gettare la spugna? Non mi

Julia Jauch (16 anni) sulla linea di arrivo del suo «Challenge del Cervino».



ha neppure sfiorato l'idea», chiarisce Julia. «Sapevo perfettamente per chi facevo tutto questo.»

La sedicenne ha percorso 200,2 km in 23 ore e 50 minuti con 5195 metri di dislivello, raccogliendo donazioni per 1566 franchi che ha consegnato alla Fondazione svizzera per paraplegici. Grazie di cuore, cara Julia, ammiriamo tutti il tuo impegno!

Lettere alla Fondazione

Ci tengo a ringraziare di tutto cuore la Fondazione svizzera per paraplegici per avermi aiutato a finanziare l'ascensore in casa nostra. Per me è un enorme sollievo aver potuto costruire la nostra casa e di essere più libera, ora dopo tanti anni, di spostarmi con maggior facilità. Ho traslocato a fine 2018 e sono felice e molto grata di vivere adesso in una casa dove mi sento a mio agio, grazie anche al vostro sostegno. Questo aiuto generoso e privo di complicazioni da parte di una fondazione non è cosa ovvia e lo apprezzo moltissimo.

Andrea Beeler, Alpthal

La stagione di curling si è conclusa ed è stata fonte di grandi soddisfazioni. Quest'anno abbiamo conquistato il titolo di campioni svizzeri a San Gallo e la squadra svizzera si è classificata al 5° posto ai Campionati del mondo, dandoci l'op-

portunità di partecipare ai prossimi giochi Olimpici. Con la sedia a rotelle co-finanziata per una parte dalla Fondazione svizzera per paraplegici, provo una grande leggerezza e un grande piacere nel praticare e progredire in questo sport. Vi ringrazio di avermi dato la possibilità di evolvere ulteriormente mettendomi a disposizione questa sedia a rotelle leggera e dinamica. È bellissimo aver raggiunto un livello di élite combinando forza di volontà e materiale appropriato, di questo ve ne sono infinitamente grato.

Patrick Delacrétaz, Signèse / Ayent

La Fondazione svizzera per paraplegici mi ha sostenuto finanziariamente nell'acquisto di una sedia a rotelle che mi aiuterà a gestire la mia vita quotidiana. Di questo la ringrazio di cuore. Mi ha emozionato molto e so che non è una cosa ovvia. Il rientro a casa non è stato facile, una sfida

a livello fisico e psichico, soprattutto all'inizio. Ora mi sono «acclimatata», almeno credo. La sedia a rotelle mi è utilissima. Riesco infatti ad affrontare meglio la nuova situazione nel mio appartamento e sempre di più anche di fuori, e ne sono molto contenta.

Rita Bausch, Kreuzlingen

Ringrazio la Fondazione svizzera per paraplegici di avermi aiutato a finanziare l'acquisto di un apparecchio per l'elettrostimolazione che mi ha permesso di ridurre la mia scoliosi. Nel corso degli anni, la lesione midollare ha infatti causato una deformazione della colonna vertebrale. Spero che continuando con la terapia possa migliorare ulteriormente.

Sonja Wyss, Wetzikon

SCENA VISSUTA ...

... a Basilea, comunicatoci da Christian H., lettore di «Paraplegia»

La folla finora non intimidiva Christian H., in sedia a rotelle da più di vent'anni. Neanche nel bel mezzo del «Morgenstrach», il suggestivo inizio del Carnevale di Basilea prima che giunga l'alba, quando tra i pifferi e i tamburi c'è chi gli finisce in grembo ... Ma è un altro fenomeno generale a preoccupare il paraplegico: quello della gente con lo sguardo fisso sul cellulare o che telefona distratta per strada. Cosa che impedisce loro di vedere dove mettono i piedi o chi è seduto in sedia a rotelle. Ho tutto l'interesse a farmi notare per evitare scontri o collisioni frontali», spiega Christian H. «Purtroppo, questa è una mancanza di rispetto che mette in difficoltà tutti quanti, non solo chi è in sedia a rotelle.»

Di situazioni pericolose ne ha già schivate parecchie. «La gente farebbe bene ad alzare un po' il naso da quell'aggeggio per vedere cosa succede nella vita reale», suggerisce. Altrimenti, in città, le persone in sedia a rotelle dovranno andare in giro con un fischietto o un campanello per la bicicletta ...



Avete un aneddoto da raccontarci legato alla vostra vita in sedia a rotelle? Scriveteci: redaktion@paraplegie.ch

Agenda

5–8 settembre, Nottwil

Inaugurazione ParaForum

Il nuovo centro visitatori aprirà al pubblico con una grande festa.

www.paraforum.ch

21–22 ottobre, Nottwil

Corso primi soccorritori (livello 1 IVR)

Istituto Svizzero di Medicina di Primo Soccorso

www.sirmed.ch

9 novembre, ore 10–16, Nottwil

Meet Active @ SPZ Nottwil

20 anni Active Communication, evento pubblico per celebrare l'anniversario, Aula CSP
www.activecommunication.ch

27 novembre, ore 19.30, Nottwil

Incontro con la scrittrice Marion Poschmann

Aperto al pubblico, biblioteca dell'Istituto Guido A. Zäch, entrata libera

29–30 novembre, Messe Luzern

Swiss Handicap 2019

www.swiss-handicap.ch

Edizione Dicembre 2019



APPROFONDIMENTO

Viaggiare

La mobilità come sfida

Per le persone in sedia a rotelle, viaggiare è complicato. Richiede una buona pianificazione, del talento organizzativo più una gran dose di flessibilità e creatività – perché espressioni come «accessibile in carrozzina» o «adatto ai disabili» possono significare molte cose. Essere mobili senza dover dipendere da aiuto è una cosa preziosa. La Fondazione svizzera per paraplegici aiuta le persone in sedia a rotelle desiderose di viaggiare a sormontare le barriere di accesso al mondo.

Impressum

Paraplegia (anno 37)

La rivista dell'Unione dei sostenitori della Fondazione svizzera per paraplegici

Edizione

Settembre 2019/n. 147

Pubblicazione

Quattro volte l'anno in tedesco, francese e italiano

Tiratura totale

1 011 990 esemplari

Tiratura in italiano

30 607 esemplari

Copyright

Un'eventuale riproduzione è permessa soltanto dietro autorizzazione dell'editore e della redazione.

Editore

Unione dei sostenitori della Fondazione svizzera per paraplegici, 6207 Nottwil

Redazione

Stefan Kaiser (*kste*, caporedattore), Peter Birrer (*pmb*), Cathérine Gasser (*gasc*), Brigitte Hächler (*hbr*), Manuela Marra (*manm*), Tamara Reinhard (*reta*), Stefanie Schlüter (*scst*), Martin Steiner (*mste*), Manuela Vonwil (*vom*)
redaktion@paraplegie.ch

Fotografia

Walter Eggenberger *we*
Beatrice Felder *febe*
Astrid Zimmermann-Boog *boa*
Sébastien Agnetti (*pagg.* 20–25)

Illustrazione

Roland Burkart *rob* (*pagina* 19)

Traduzione

Manuela Salvadè *mav*
Annalisa Jaconis-Bessegato

Layout

Regina Lips *rel* (responsabile)
Annemarie Kreiliger *kran*

Preparazione preliminare / Stampa

Vogt-Schild Druck AG
552 Derendingen

Cambiamenti di indirizzo

Service Center
Unione dei sostenitori della Fondazione svizzera per paraplegici, 6207 Nottwil
T 041 939 62 62, sps@paraplegie.ch

Modulo web per eventuali modifiche:
www.paraplegie.ch/servizio-sostenitori

La rivista per i sostenitori viene spedita in una pellicola ecologica in polietilene.

stampato in
svizzera

L'abbonamento è incluso nella quota d'adesione: 45 franchi per persona singola e nucleo monoparentale con figli inclusi, 90 franchi per coniugi e famiglia. Affiliazione permanente: 1000 franchi. I membri ricevono un sussidio sostenitori di 250 000 franchi in caso di para o tetraplegia conseguente a infortunio che implichi una dipendenza permanente dalla sedia a rotelle.

paraplegie.ch/it/diventare-membro

Speranza giustificata



L'esperienza di oltre 25 anni
e 27 000 ricoveri ospedalieri.

www.spz.ch



Centro
svizzero per
paraplegici

Diventare
membri:
paraplegie.ch

NON PER COLPA MIA.

STEPHAN

Può capitare a chiunque. La disattenzione di qualcun altro può cambiarti la vita. Noi aiutiamo le persone para e tetraplegiche a ritornare a vivere. Nell'eventualità anche te.



Fondazione
svizzera per
paraplegici