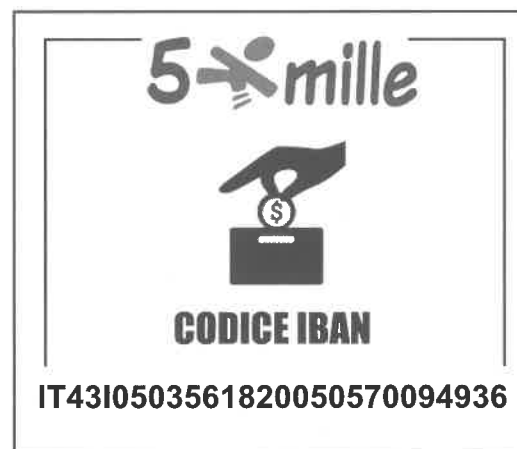


VICEVERSA

Ass. Sport Life Onlus
Via Tintoretto, 19 - Montebelluna (TV) - Tel: 327 845 7499 - e-mail: sportlifeonlus@libero.it

2018



Responsabile: Sergio Zanellato
A cura di: Orietta Mercatelli, Rita Lion
Impaginazione di: Matteo Bressan

C'ERA UN TEMPO...

C'era un tempo in cui la disabilità rimaneva confinata nell'ambito della famiglia. C'era un tempo in cui si credeva che il disabile fosse del tutto incapace di gestirsi e di apprendere. Ci sono voluti anni per capire che la realtà era molto diversa e che tanti disabili disponevano di abilità in attesa di emergere. Oggi i nostri ragazzi vanno a scuola, alcuni si diplomano, altri addirittura si laureano. Molti lavorano con entusiasmo, tanti fanno sport con risultati notevoli, altri recitano, ballano e cantano e scrivono per raccontare se stessi, come vedrete all'interno del nostro giornale. Tutti, ma proprio tutti rappresentano per noi una grande risorsa, poiché ci insegnano il valore della vita e come non ci si debba mai arrendere. Grazie di cuore!

Orietta Mercatelli



"IN BILICO"

LABORATORIO TEATRALE SPORT LIFE

Da gennaio 2014 è attivo il Laboratorio di Teatro Integrato di Sportlife Onlus, rivolto alla formazione di un gruppo eterogeneo di ragazzi di ogni età, esperienza ed ambizione, diversamente abili e volontari. Le lezioni si svolgono il martedì dalle 17.30 alle 19.00 presso la sala teatrale Frassati di Caerano S.Marco (TV). Durante le lezioni vengono proposti giochi ed esercizi di espressione corporea e vocale, improvvisazioni per stimolare la creatività, per cercare di condurre i partecipanti alla conoscenza delle loro potenzialità espressive



talvolta sconosciute. Inoltre vengono proposti testi per la creazione di scene, in previsione di saggi e spettacoli: i ragazzi così hanno la possibilità di dare dimostrazione del loro lavoro, esibendosi davanti ad un pubblico. Come dimostrazione finale del primo

breve percorso, nel 2014 sono stati portati in scena, in due occasioni, alcuni estratti dell'opera "Sogno di una notte di mezza estate" di William Shakespeare; in seguito, a giugno 2016, è stato presentato un lavoro un po' più complesso, risultato di un percorso di un anno e mezzo, tratto dal romanzo "Il giro del mondo in ottanta giorni" di Jules Verne. Il 13 gennaio 2018 la compagnia "In Bilico" ha debuttato con "Il piccolo principe", una trasposizione teatrale ispirata all'omonimo romanzo di Antoine de Saint-Exupéry.

Lorenza Bavaresco



IL "CAFFÈ" DI ARGENTERO



Bello, bravo e buono. Luca Argentero e il suo sorriso sanno come sciogliere anche gli animi più ostili, esattamente come un buon caffè al mattino. Non a caso l'associazione no profit fondata dall'attore italiano insieme ad un gruppo di amici porta il nome di 1 Caffè Onlus e su piattaforma digitale dà la

possibilità a chiunque di partecipare ad un momento di beneficenza in favore delle associazioni che settimanalmente si alternano sul sito 1caffè.org. Che sia ristretto, lungo, espresso, macchiato o decaffeinato, il caffè rappresenta un rituale per tutti, un gesto di amicizia che si condivide volentieri

ed è da qui che è nata l'idea del bell'Argentero, non solo testimonial, ma anche vice-presidente di questo network che è stato di supporto a oltre 400 associazioni raccogliendo più di 200 mila euro totali, semplicemente donando il costo di un caffè. Da un'intervista al giornale Brescia Oggi dello scorso 16 dicembre Luca Argentero, ospite al centro commerciale Elnós, racconta: "Sono convinto che la solidarietà non debba essere sporadica e non debba avvenire solo dopo eventi catastrofici: deve essere un gesto quotidiano, come farsi un bel caffè al mattino. L'associazione è nata dalla volontà mia e di tanti altri amici di provare a restituire un po' della fortuna che abbiamo avuto." L'importanza delle piccole associazioni. Il territorio italiano è vivo grazie a tutte quelle

associazioni no-profit che basano la loro esistenza sul volontariato. In Italia sono più di 6 milioni le persone che si mettono al servizio degli altri in maniera spontanea, gratuita e personale, nei settori più diversi. Alcuni, in molti, lo definiscono il motore del nostro Paese che il più delle volte opera silenziosamente per sostituirsi ad uno Stato che non c'è. Degli esempi? I volontari che assistono i malati in ospedale, i volontari che portano un po' di allegria nei reparti di pediatria, i volontari che intervengono in aiuto delle popolazioni terremotate, i volontari che condividono il loro tempo con persone disabili, i volontari che viaggiano in paesi più poveri, i volontari... e la lista è infinita.

Rita Lion

3F

IL NOSTRO COMPAGNO ANDREA

Andrea è un nostro compagno di classe affetto da una forma di autismo.

All'inizio della prima media lo escludevamo e lo evitavamo molto per via del suo comportamento aggressivo e solo quest'anno abbiamo capito che spesso si serve di quell'atteggiamento solo per attirare la nostra attenzione e per comunicare con noi. Ci siamo anche resi conto che Andrea è un ragazzo molto intelligente e pieno di risorse, che conosce cose che nemmeno noi e spesso neppure gli insegnanti sanno. Abbiamo scoperto inoltre che ha tanti hobby, tra cui leggere ed informarsi guardando svariati documentari. Ora Andrea sta migliorando anche grazie al nostro aiuto e quello dei professori. Quest'esperienza anche per noi è stata un'occasione di crescita: abbiamo capito che della "diversità" ci si può anche arricchire.

(3^AF) *Anabel Maksan, Andrea Zamprognò, Matilde Vardanega e Francesco Dalla Riva*

Siamo un gruppo di ragazzi della terza media della scuola media di Biadene. Siamo in classe con un compagno con una lieve forma di autismo. All'inizio della prima media non riuscivamo ad apprezzarlo, perché i suoi comportamenti, spesso poco controllati, ci sembravano diversi da quelli degli altri. Con il passare del tempo, però, abbiamo trovato in lui anche molti pregi, che superavano di gran lunga i difetti; infatti sa molte cose che, a volte, neanche i professori conoscono. Ha numerosissimi interessi, curiosità, ed è un gran lettore! Spesso interviene nelle materie teoriche, arricchendo le spiegazioni dei professori con molti dettagli. Uno dei difetti maggiori è quello di alzare le mani, in particolare ha preso di mira un nostro compagno. Comunque, se dovessimo dare un voto a questi tre anni trascorsi con lui, sarebbe positivo, perché ci ha arricchiti moralmente e abbiamo imparato a convivere con lui

(3^AF) *Filippo Lazzaro, Mattia Grigoletto, Elena Pellegrini, Luca Cenci*

In questi anni di medie stiamo vivendo un'esperienza di vita con un ragazzino affetto da una leggera forma d'autismo. Per tutti noi è stato difficile inizialmente accettarlo tanto che la nostra coordinatrice ha investito diverso tempo per farci comprendere il modo di funzionare del nostro compagno. Abbiamo quindi iniziato a capirlo e a notare gli aspetti migliori di lui. In questi tre anni abbiamo capito molte cose su di lui: è molto generoso e simpatico ed è di un'intelligenza straordinaria, ha moltissime conoscenze con le quali a volte ci stupisce. Abbiamo capito che ha sviluppato una forma di autodifesa e a volte si chiude in se stesso mostrando alcuni atteggiamenti che ancora faticiamo a comprendere. In questo



aspetto lo stanno aiutando anche i docenti spingendolo a relazionarsi meglio. Ricordiamo anche le volte in cui, durante le lezioni, interviene facendo battute e scherzando oppure facendo interventi interessanti.

(3^AF) *Beatrice Saviane, Benedetta Didonè, Alessandro De Bortoli, Giovanni Ferrazza*

In questi tre anni in compagnia di Andrea, un ragazzo affetto da autismo, abbiamo compreso più a fondo la sua "diversità". Abbiamo colto dei lati negativi, ma soprattutto ci siamo arricchiti con gli aspetti positivi della sua personalità. In prima media non comprendevamo il comportamento di Andrea nei nostri confronti, ma verso la fine dell'anno abbiamo cominciato a capirlo meglio. Una figura fondamentale nel nostro percorso è stato il professore di sostegno, che ha accompagnato noi e lui nei primi due anni di scuola media. Nel secondo anno la situazione ci è sfuggita di mano in seguito ad un episodio che ha creato un distacco tra di noi, risoltosi dopo alcuni mesi. Ora il clima in aula è molto cambiato rispetto al primo anno, tranne che per qualche compagno; infatti cerchiamo di includerlo molto più spesso nelle attività scolastiche. Il bilancio complessivo di questi anni trascorsi insieme è positivo e arricchente.

(3^AF) *Beatrice Bordin, Claudia Rodato, Marika Pivato e Eleonora Spina*

Noi ragazzi della 3^AF stiamo vivendo da tre anni l'avventura con un ragazzo diversamente abile. Questo compagno si chiama Andrea. Nei primi giorni di scuola della prima media lo vedevamo all'apparenza come una persona antipatica e maleducata e diversa da noi da tanti punti di vista. Nel corso della prima e della seconda media abbiamo imparato a conoscerlo da un altro punto di vista, migliorando il rapporto con lui e standogli più vicino. Andrea fa numerosi interventi molto interessanti e che ci lasciano a bocca aperta durante alcune lezioni, ad esempio in storia, arte, scienze, e socializza tranquillamente con tutti noi. Capita a volte però che l'aggressività fisica si manifesti nei confronti di qualcuno di noi. Queste occasioni si sono però nel tempo ridotte anche grazie all'intervento dei professori di sostegno che lo aiutano ed hanno aiutato noi a gestire i momenti di rabbia di Andrea. Abbiamo capito che non dobbiamo reagire, ma tranquillizzarlo. Nonostante questo, Andrea rimane un ottimo compagno e la sua diversità lo rende unico e speciale.

(3^AF) *Giovanni Cavarzan, Nicola Bau', Carlo Spadetto, Filippo Marini*

3D

IL NOSTRO COMPAGNO MOHAMED

Nella nostra classe abbiamo conosciuto un ragazzo di nome Mohamed che soffre di autismo. Per farlo sentire a suo agio viene a trovarci in classe una volta al giorno con i suoi giochi ad incastro per allenargli la mente. Gli insegnanti di sostegno, per comunicare con lui, utilizzano delle immagini. Le persone disabili sono spesso prese in giro dalla gente appunto per le loro disabilità, invece dovrebbero essere aiutate. Avere Mohamed come compagno di classe è stato per noi molto importante, infatti ci ha aiutato a crescere.

(3^AD) *Stefano Petrin, Ramazan Ciacia, Filippo Guerra, Giovanni Bresolin*

Nella nostra classe c'è un alunno autistico. Noi all'inizio non lo conoscevamo e soprattutto non conoscevamo il suo problema. Avevamo paura di disturbarlo o di fargli addirittura del male; dopo averlo conosciuto ci siamo accorti che a lui non piace il rumore. Lui è un ragazzo diverso da noi, ma questo non significa che dobbiamo escluderlo, anzi è bello condividere momenti con lui e apprezzarlo per quello che ci può dare.

(3^AD) *Giovanni Polo, Melissa Zanini, Riccardo Barbieri, Aleksander Scandiuizzi*

Per spiegare cos'è la disabilità, dovremmo partire dal rapporto con un nostro compagno di classe affetto da autismo. Potremmo definire il rapporto con Mohamed come un percorso di crescita ma, in realtà, è qualcosa di più: un legame che si sta saldando nel corso di questi anni. Come in tutte le relazioni ci sono alti e bassi, pianti e sorrisi, basti pensare a quante differenze ci sono tra noi! Ma anche grazie a questo siamo riusciti a rafforzare i rapporti. Per noi, quindi, la disabilità non è né un difetto né una malattia, ma una capacità in più di fare le cose; infatti un pregio che ci colpisce sempre di più di Mohamed, ma anche di tutti coloro che non sono normodotati, è la loro spontaneità e la semplicità con cui ti sorprendono. Quindi la vera domanda non è "cos'è la disabilità?", ma "sei pronto a lasciarti sorprendere?"

(3^AD) *Noemi Santolin, Nicolò Binotto, Luca Cinel, Bedin Riccardo*

Nella nostra classe c'è un ragazzino autistico di nome Mohamed. Quando entra nella nostra aula, è sempre molto felice, anche se gli dà fastidio il rumore. Passa il suo tempo a giocare con i puzzle e con altri giochi mentre noi facciamo lezione. Pur svolgendo due attività lo sentiamo comunque vicino, soprattutto per alcuni urletti di gioia che ci fanno girare tutti verso di lui. Ogni volta che facciamo troppa confusione, Mohamed smette di lavorare e si tappa le orecchie con le mani, facendoci capire che abbiamo superato il limite. Appena ci calmiamo, lui riprende a giocare con il suo solito sorriso. In ogni ambiente, e in particolare nella nostra classe, bisognerebbe smettere di giudicare le persone con disabilità, pensando che abbiano minori capacità o poche possibilità. Bisognerebbe, invece, prendere esempio da loro, manifestando sempre allegria e voglia di fare.

(3^AD) *Giovanni Brombal, Anna Gastaldon, Giorgio Lazzaro, Irene Menegon*

In questi tre anni di medie abbiamo conosciuto un ragazzo affetto da autismo. Lui ha bisogno di aiuto; inoltre in classe fa cose diverse dalle nostre, come giocare con i puzzle. Nonostante tutto è sempre felice e sorridente e ci trasmette queste emozioni positive, rallegrandoci. Lui non parla e per esprimere la sua felicità grida dandoci un po' di fastidio, tuttavia ci fa piacere stare in classe con lui e crediamo che questo lo possa aiutare a migliorare i rapporti con i suoi coetanei. Stando con lui abbiamo cominciato a guardare le persone disabili con altri occhi, magari sorridendo loro, facendo capire che non li discriminiamo e che capiamo le loro difficoltà.

(3^AD) *Emma Berto, Liliana Burlacu, Ilaria Marcolin, Cesare Menegon*

La relazione che abbiamo coltivato con il nostro compagno autistico, Mohamed, è una testimonianza concreta del rapporto con la disabilità. Inizialmente riuscire a relazionarsi con lui è stato molto difficile; ci sono stati dei momenti d'intesa in cui sembrava non avere alcuna disabilità e altri in cui nessuno sapeva cosa fare. A volte Mohamed si agita sentendosi impotente perché non può esprimere tutto quello che prova dentro di sé. Anche noi, di fronte a questo, pur potendo parlare ed esprimerci, ci sentiamo impotenti come se tutto ciò che abbiamo intorno si bloccasse in un istante. Con il passare del tempo abbiamo imparato a conoscere il nostro compagno e a interpretare i suoi gesti non sentendolo più come un peso, ma come una risorsa per noi. Il rapporto con Mohamed ci ha insegnato a vedere la disabilità non come una diversità da discriminare, ma come un modo per arricchire noi stessi

(3^AD) *Beatrice Piovesan, Giada Binotto, Leone Gandin, Eros Lamonato*



Guido Marangoni, nasce a Padova nel 1970. E' ingegnere informatico, specializzato nello sviluppo di app, nella sicurezza informatica e tutela dei minori on line. Sposato con Daniela, è padre di Francesca, Marta ed Anna. Ha molte passioni fra le quali il teatro



e la musica. Ha una predilezione per la comicità attraverso la quale racconta se stesso e ciò che lo circonda come nello spettacolo "Punti di viSTA- Spunti di vita", del 2007. Il teatro e l'affrontare il pubblico l'aiutano a superare una balbuzie che da fragilità si è trasformata in opportunità. Con il supporto di Zelig, di cui è collaboratore, ha messo in scena "Anna with Friends", in cui

accanto ad attori professionisti recitano ragazzi con la sindrome di Down. La svolta fondamentale della sua vita è legata ad un'ecografia. Da qui bisogna partire per comprendere ed apprezzare il suo libro "Anna che sorride alla pioggia". Leggere questo libro è aprire una finestra su una realtà che finora, magari, ci era sembrata triste, mentre si rivela ricca di piacevoli sorprese. Dunque, il nostro ingegnere è felice di apprendere che la moglie è in dolce attesa. Aspetta l'agognato maschio, ma la sorte ha deciso diversamente. C'è quell'inaspettato cromosoma in più, fra l'altro l'erede è femmina. Le prime ad accettare la situazione, dopo mamma Paola, sono Francesca e Marta che si dimostrano subito entusiaste di quella bimba speciale, per la quale Francesca deciderà il nome: Anna, come la sua amata maestra, morta precocemente. Certo non mancano timori, lacrime e paure, ma via via che il parto si avvicina l'atmosfera si rasserena, e la nascita della piccola viene accolta con grande entusiasmo da familiari ed amici. Così la piccola

Anna diventa una buona notizia, anche se "la sindrome di Down era una gran rottura" (come dirà l'autore) e non sarà sempre facile superare i pregiudizi della gente. Il 21 maggio del 2015 Guido prende la grande decisione: creare la pagina facebook "Buone notizie secondo Anna" il cui sorriso raggiungerà migliaia di contatti.

Orietta Mercatelli



L'ANGOLO DELLE POESIE di Eleonora

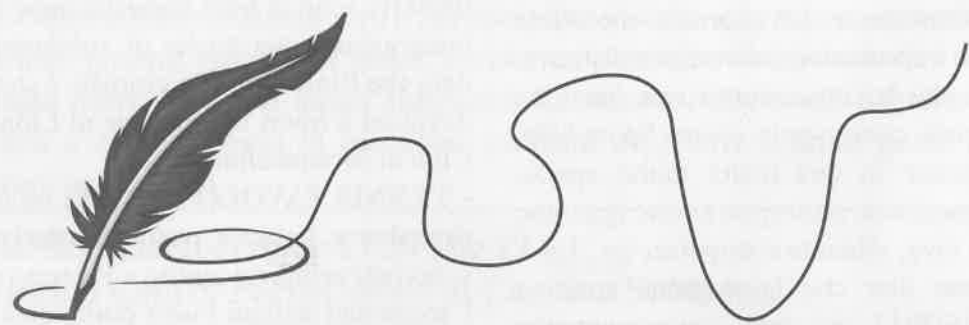
IL TEMPO

Il camminare lento del tempo porta con sé la calma di spostarsi da un momento all'altro, la sua tranquillità vaga negli spazi della quiete della vita, nel silenzio profondo che riempie l'anima di gioia. Il tempo passa e noi non ce ne accorgiamo è veloce ma si muove intorno a noi ed ad un tratto ci strugge. Il tempo poco a poco, si consuma in un giorno, nell'attimo esatto che il tempo sparisce, ci scappa, ma il tempo è prezioso dopo qualche minuto, lui ci ama. Chi c'è oltre il tempo? Il tempo che ci serve, il tempo sistema tutto.



ALLA MAMMA

Le parole del tempo rinascono dentro di te, riposa in te il tempo perduto, cambia questo tuo lento andare. Nella costruzione di un giorno che non finisce mai, riapri la mente, conta i minuti. Quanto manca alla fine del giorno, non perderti in mezzo alla nebbia che pian piano sparisce. Non chiuderti dentro i tuoi silenzi, il tuo sorriso scatena il mondo, fai una verifica su te stessa di quella che sei rimani a fiorire i tuoi passi come cammini intorno ai petali delle tue promesse mantenute, tu sei la stella che nel cielo si illumina per me, quella che vedo sorridere. Grazie stellina mia!



LETTERA SPECIALE PER LA MAMMA

Essere brillante come questo giorno di primavera vuol dire che qualcosa nasce dentro di te, sta sbocciando in te una luce d'oro: è l'emozione che fiorisce e profuma dentro di te. Ti scalda il cuore, non ti brucia, ti accarezza i pensieri. Oggi il tuo cuore è felice perchè ha ritrovato la gioia di vivere in questa nuova stagione, è l'avventura d'allegria che ti fa sorridere la vita e ti accoglie con amore e a braccia aperte. In questo tempo un po' malinconico vai incontro al sole che ti aspetta contento, con il suo calore ti invita a vivere le ore dell'aria tiepida. Prova a sorridere, immagina i colori dei fiori e delle foglie, colora la tua anima di rosso tramonto. Ti penso come farfalla che, con le ali spiegate, vola di fiore in fiore e ti fa danzare la musica del vento. Ti senti sospesa, bella, o amore mio, con il vento che ti fa da culla come una nuvola. Legati ai rami degli alberi, non staccarti, divertiti a girare intorno al cielo, quando ti stanchi molla tutto, rotolati, fai capriole, corri, salta, balla, canta. Non spegnere la forza che hai. La tua energia spande calore come luce accesa dentro di te.

CENA DI NATALE

Anche quest'anno la cena degli auguri di Natale si è svolta all'insegna del divertimento.

Bell'ambiente (Ai Gelsi), buon cibo, bella compagnia e tanta musica.

I nostri ragazzi sono impagabili: amano stare insieme, condividere l'allegria di una serata speciale tutta per loro e per chi li ama, li sostiene ed aiuta nel percorso della vita. A tutti un "BUON 2018!"



2018 - 10 anni! DECIMA EDIZIONE!

2018 - 10 anni! Decima Edizione!

Il nostro giornale ha raggiunto un traguardo di tutto rispetto, con le sue storie mai banali, recensioni e testimonianze. Un giornale che vuole dare informazione, divertire e distrarre, ma che ha innanzitutto una funzione sociale come vuole essere Sport Life, presente in una realtà molto spesso sconosciuta, purtroppo a volte ignorata, ma viva, vibrante e stupefacente.

Posso dire che la stagione sportiva 2016/2017 è stata apparentemente "tranquilla" sintetizzandola così:

- **NUOTO:** Agonistico e Promozionale Finp e Fisdor si è alternato in 23 gare tra campionati regionali, campionati italiani invernali ed estivi, meeting e manifestazioni ad invito, che hanno visto la partecipazione di **45 atleti** con disabilità fisica ed intellettiva, e due raduni tecnici con la squadra nazionale Fisdor per Giammaria Roncato e Martina Villanova. Gli stessi stanno già sviluppando un intenso programma di allenamenti di preparazione in vista dei Mondiali DSISO di luglio 2018 in Canada. Sarà una nuova e importantissima sfida!

- **CALCIO A 5 UNIFICATO:** I **12 calciatori** e i **6 partner** volontari si sono impegnati anche quest'anno nelle sette tappe del 2° Torneo Special Football Nord-Est Unificato, con

l'obiettivo di vincere, ma soprattutto di divertirsi! E lo hanno fatto anche il 18 giugno scorso al Palamazzalovo giocando un'amichevole con la squadra numero uno del Monte Futsal, professionisti del calcio che per l'occasione hanno indossato egregiamente il ruolo di partner. Tanti gol, sano gioco di squadra e una bella tifoseria sono la vera dimostrazione di integrazione, ma anche di solidarietà dato che l'incasso della giornata è stato devoluto a Sport Life, grazie al Lion's Club di Montebelluna.

- **TENNIS TAVOLO e GOLF:** tra un rimbalzo e l'altro i nostri **8 atleti** si sono fatti prima un giro a Palermo ai Campionati italiani Fisdor portandosi a casa un bel bottino di medaglie e poi a Terni per i "Play the Games" Special Olympics di Golf guadagnando anche lì un medagliere di tutto rispetto. Ma la grande sorpresa l'abbiamo ricevuta a Dicembre quando Simone Basso, nostro atleta con sindrome di down, da sempre membro di Sport Life, è stato convocato ai Mondiali di Abu Dhabi il prossimo marzo 2019. E' una grande occasione, tutta meritata, per un atleta davvero impegnato.

- **JUDO ADATTATO:** quando si lavora bene, i risultati arrivano e Lucia Verbano, istruttore nonché consigliere Sport Life, ha saputo trasmettere così tanta passione ai suoi allievi che il 18 novembre 2017 quattro dei **10 atleti** Sport Life hanno sostenuto gli esami regionali a Camisano Vicentino per il passaggio a cintura nera 1° e 2° dan:

Ivan Perozzo cintura nera 2° dan, Bernardi Donata 1° dan, Simone Tarraran 1° dan e Gianluca Clemente 1° dan. Tantissimi complimenti per questo importante obiettivo e un grazie speciale al Maestro Adriano Pizzolon che li ha seguiti e che, insieme all'ASD Judo Montebelluna, collabora con Sport Life da tanti anni.

- **TEATRO INTEGRATO:** visto il successo della prima rappresentazione teatrale "Il giro del mondo in 80 giorni" i nostri **16 attori** della Compagnia "In Bilico" hanno deciso che bisognava impegnarsi di più e il 13 gennaio 2018 hanno portato in scena alcuni passi de "Il Piccolo Principe", un'opera scelta pensando che i ragazzi disabili vedono il mondo con gli occhi dei bambini per tutta la loro vita. Una serata piacevolissima, teatro strapieno, l'emozione dei ragazzi e la gioia che sono riusciti a trasmettere sono state davvero meravigliose.

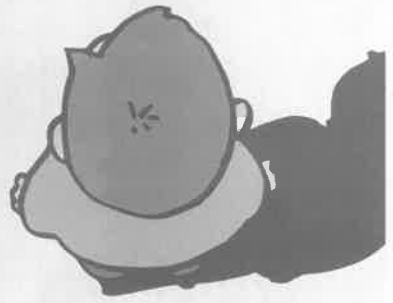
- Il percorso di crescita personale ed autonomia nascono e si sviluppano grazie al supporto di 20 istruttori/allenatori specializzati e 25 volontari che si dedicano con passione ai ragazzi dell'associazione, in particolare nel progetto "CUCCIOLI IN ACQUA". Dedicato all'acquaticità dei più piccoli a partire dai 3 anni che si alternano nei corsi pomeridiani del martedì e venerdì, presso le piscine di Montebelluna, ed il sabato alle piscine dell'Ist. Filippin di Possagno, sono oltre **65 i bambini e i ragazzi** che imparano ad essere a proprio agio in acqua, riconoscendo e gestendo il proprio corpo con sempre maggiore autonomia. A loro aggiungiamo altri **15 corsisti** del **VASCHINO SERALE** con i turni del mercoledì e sabato sempre a Montebelluna. I numeri di Sport Life sono evidenti, un'associazione che lavora tutto l'anno per rispettare il calendario gare, partecipare alle Feste di Sport e del Volontariato, collaborare con le scuole, i Comuni del territorio e l'ULSS 2, offrendo corsi di formazione, ma soprattutto dando la possibilità a tutti indistintamente, senza selezione alcuna, di provare le nostre attività scegliendo la più adatta alla propria personalità, seguendoli via via nel proprio percorso di crescita.

SEGRETERIA

Per orari e luoghi delle attività sportive rivolgersi alla segreteria attiva dalle **09.00 alle 13.00** tutti i giorni tranne il sabato

IO, ATIPICA-MENTE DOWN

Davide Rossanese
Vivere con corpo lento e mente veloce
Prefazione di Luciana Litzizetto



IO, ATIPICA-MENTE DOWN di Davide Rossanese

Abbiamo spesso pubblicato recensioni di libri sul tema della disabilità, dunque non potevamo esimerci dall'occuparci di "IO, ATIPICA-MENTE DOWN", scritto da un atleta dello Sport Life, Davide Rossanese. L'atipicità di Davide consiste nell'essere sia down che autistico, una condizione all'apparenza senza via d'uscita. Ed infatti, per molto tempo Davide è stato considerato irrecuperabile, poiché nessuno era riuscito a scoprire le sue effettive potenzialità. Finché con la Comunicazione Facilitata, con l'aiuto di esperti, con l'amore di familiari ed amici qualcosa è scattato, tutte quelle parole a lungo repressesono emerse e Davide le ha riversate in questo libro tanto sognato e finalmente realizzato. A pag. 29 Davide sintetizza magnificamente l'obbiettivo che vuole raggiungere con queste parole "...voglio fornire nuovi occhiali per vedere e capire Down atipici oltre i pregiudizi e l'ottica assistenziale perché io desidero che la mia identità si fondi sui miei valori e non sulla mia diagnosi." Perfetto!!!

Orietta Mercatelli

Tutto questo è possibile anche grazie alla sensibilità di alcune Aziende del territorio che hanno capito, credono, partecipano e investono nei progetti Sport Life di integrazione e valorizzazione della diversità. Quindi ringrazio davvero di cuore **Andrea Gabrielli e le Officine Ocsa di Crocetta del Montello, Francesco Serafini e le Cantine Serafini & Vidotto di Nervesa della Battaglia ed infine la Ditta Aku di Montebelluna**, con cui a ottobre abbiamo collaborato per organizzare il nostro primo Trek in Arte Sella, una meravigliosa possibilità sia per i ragazzi che hanno partecipato che per i loro accompagnatori, a contatto con la natura e con l'entusiasmo trainante di essere insieme, un'esperienza riuscitissima che ci farà senz'altro ripartire quanto prima!

La Presidente
Daniela Marcuzzo



INDIRIZZO
via Tintoretto 19
Montebelluna.



TELEFONO
327 845 7499

ORARI E DISCIPLINE

(PRESENTATI DAI NOSTRI ATLETI)



GOLF

Sono Flavio Perin vivo a Montebelluna e lavoro presso una cooperativa sociale. Pratico il Golf. Mi piace molto stare all'aria aperta e condividere il percorso con altri atleti. Mi diverto e nello stesso tempo mi rilasso.

ORARI: giovedì, dalle 18.00 alle 19.00.

In estate presso il Golf Club Montebelluna a Pederiva

In inverno presso la palestra dell'Istituto Veronese a Montebelluna



CALCIO a 5

Mi chiamo Andrea Mencarelli vivo a Valdobbiadene e lavoro in una cantina. Pratico il calcio a 5 per una volta alla settimana. Mi piace disputare partite ed è divertente stare assieme a ragazzi disabili e non

ORARI: il lunedì dalle 18.30 alle 19.30

presso la Palestra Marconi, a Montebelluna.



JUDO

Sono Giulia Feltrin vivo a Cornuda e lavoro presso una cooperativa sociale. Mi piace questo sport perché mi permette di scaricare i nervi e mi insegna l'autodifesa

ORARI: il martedì, giovedì e venerdì dalle 18.00 alle 20.00

presso la palestra judo Palazzetto Frassetto a Montebelluna.



TENNIS TAVOLO

Sono Michela Baù lavoro in un centro diurno ed abito a Volpago del Montello. Pratico il tennis tavolo, sono convinta che mi aiuti a crescere e mi faccia star bene

ORARI: il lunedì dalle 19.00 alle 20.00

presso la Sede dello Sport Life.



NUOTO

Sono Manuel Zanatta abito a Cornuda e lavoro in fabbrica. Pratico il nuoto e mi alleno il mercoledì e il sabato (altri atleti hanno orari e giorni di allenamento diversi, chi un solo giorno, chi tre giorni a seconda delle scelte) Mi piace fare nuoto perché sto con i miei amici, perché gli allenatori sono simpatici e poi mi piace l'acqua, nuotare mi rilassa e fa bene al mio fisico.

ORARI: mercoledì e sabato dalle 18.30 alle 20.30

presso le Piscine Comunali di Montebelluna.



TEATRO

Mi chiamo Simone Basso vivo a Montebelluna e lavoro in una cooperativa sociale. Questa attività mi piace, perché mi permette di trascorrere del tempo fuori casa con amici simpatici. La nostra insegnante Lorenza è brava e ci incoraggia. A me piace esibirmi de fronte a tanta gente ed essere applaudito.

ORARI: martedì dalle 17.30 alle 19.00

presso il Centro Parrocchiale di Caerano S. Marco.

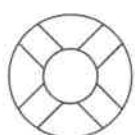
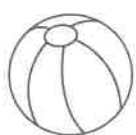


CUCCIOLI IN ACQUA

Una parentesi a parte merita il progetto "Cuccioli in acqua"

- Martedì e venerdì, in turni di 40 minuti, dalle 14.10 alle 18.40 in piscina a Montebelluna.

- Sabato dalle 14.00 alle 15.20 in piscine Filippin

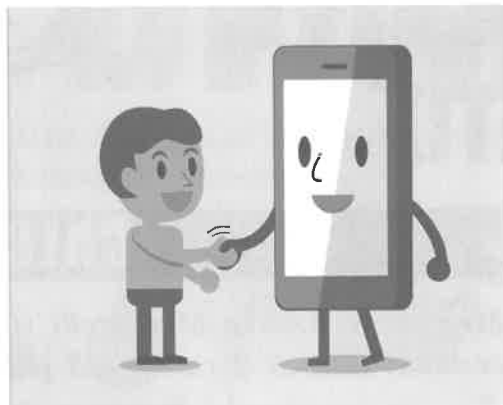


LO SMARTPHONE IN CLASSE?

In un'intervista pubblicata sul quotidiano La Repubblica il 12 Settembre scorso, la ministra dell'istruzione Valeria Fedeli ha annunciato l'insediamento di una commissione ministeriale che dovrebbe predisporre una circolare con le linee guida per l'utilizzo del cellulare a scuola da parte degli studenti.

Per ciò che si può comprendere dall'intervista, l'idea pare fondata sulla premessa che in fondo non è possibile separare il mondo della scuola da quello esterno, e che un utilizzo responsabile dello smartphone, guidato dall'insegnante, possa essere una fonte di apprendimento.

Mi pare francamente che una simile presa di posizione non colga appieno il nocciolo della questione e le conseguenze negative dell'utilizzo del cellulare, diventato oggi strumento di comunicazione e scambio di informazioni assolutamente prevalente su qualsiasi altro. Non è certamente vero che non si debba separare il mondo



In questo mare di informazioni, la vera e pressante esigenza è quella di far capire ai giovani come leggerle e comprenderle, individuarne la fonte valutandone l'attendibilità ed eventualmente criticarne il contenuto.

Questa esigenza, tuttavia, esiste da sempre e nulla ha a che fare con l'utilizzo dello smartphone.

Tanto che quando ho frequentato le scuole superiori, in un periodo in cui non era certamente possibile utilizzare il cellulare a scuola, il professore di lettere, che qui ringrazio, ci fece alcune



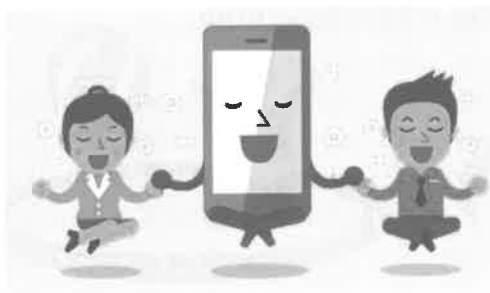
scolastico dal vissuto quotidiano degli alunni: anzi, a mio parere vale proprio il contrario. La scuola ha una funzione ben precisa, quella di curare ed accrescere - ai vari livelli - l'istruzione e la cultura degli studenti,

lezioni sulla ricerca e individuazione delle fonti che all'epoca non apprezzai appieno e di cui solo ora comprendo l'importanza.

Tutto ciò per dire che le c.d. fake news, che oggi vanno tanto di moda, smetteranno di diffondersi solo quando noi giovani avremo capito che l'importanza della notizia non è data dal numero di likes o condivisioni su facebook, peraltro spesso apposti leggendo rapidamente solo il titolo che funge da slogan e

senza nemmeno aver cura di esaminare la notizia, ma dall'autorevolezza e credibilità della fonte dalla quale proviene, e che tutto quello che ci appare sul cellulare va sempre verificato con i dovuti approfondimenti, anche utilizzando altre fonti informative.

Matteo Vidal



che non si ritrova in altri contesti nel "mondo esterno". Ed è proprio la funzione essenziale ed esclusiva dell'insegnamento a fare della scuola, in una certa misura, un'istituzione "separata" con proprie regole, pena lo svilimento della capacità formativa.

Anche la seconda premessa posta dalla ministra è opinabile.

Mi sembra infatti che il vero problema non sia quello di insegnare ai giovani a reperire notizie utilizzando lo smartphone: chiunque lo utilizzi sa che basta inserire una parola in un motore di ricerca per avere immediatamente a disposizione una miriade di notizie di ogni tipo.

DISABILITÀ E ATTIVITÀ PARROCCHIALI

ALCUNE DOMANDE AL
PREVOSTO DEL DUOMO
DI MONTEBELLUNA, DON
ANTONIO GENOVESE.

- Ci sono dei ragazzi disabili che frequentano le attività della Parrocchia?

Sì, ci sono dei ragazzi che partecipano alle attività della Parrocchia, al catechismo. Si inseriscono bene, sono già a scuola con i compagni e quindi hanno già una conoscenza. I catechisti, gli educatori ACR e i capi scouts sono disponibili e attenti, curano la loro interazione. Stimoliamo sempre un'attenzione maggiore dei loro coetanei, non sempre è facile porsi in relazione, specie quando non si conoscono le reazioni.

- Quali sono gli aspetti positivi?

E' sempre positivo lo stare accanto e condividere il percorso di vita. Ci rimandano a valori profondi, quali l'accoglienza della differenza come ricchezza, il bisogno di una conoscenza che vada oltre ciò che si vede. Negativo è il poco tempo che oggi si ha nella capacità di attendere e di relazionarsi.

- Quali le difficoltà?

Non è sempre facile relazionarsi, in genere, con il "diverso", la tentazione dell'omologazione è sempre in agguato. Molto dipende dalla famiglia, dalla scuola, dalla sensibilità della persona. Ci sono dei ragazzi



che commuovono per la sensibilità che mettono nei confronti degli altri, soprattutto i più indifesi e in difficoltà. È bello vedere come negli scouts vivano la passione di insegnare, di aiutare e sostenere. Registriamo, però, una diffusa disattenzione, indifferenza, che è frutto della cultura di oggi, che i nostri ragazzi respirano, una cultura dello scarto, del passare accanto e oltre.

- C'è un'esperienza particolare da sottolineare?

C'è il gruppo "Papi Urrà" che segue, ormai da più di 25 anni, persone diversamente abili, con feste, uscite, campo estivo ed invernale, animato da giovani e famiglie con figli che avvicinano esperienze di maturazione umana e cristiana. Un gruppo di adulti e giovani che con passione anima e sostiene le famiglie.

Don Antonio
Genovese



L'ESPERIENZA PARTICOLARE

Ho conosciuto "Papi Urrà" quando avevo dieci anni e i miei genitori parteciparono ad un campo scuola al mare; poi, cresciuta, sono entrata a farne parte. Questo passaggio è stato per me molto positivo, in quanto da bambini si è inconsapevoli delle differenze e questo mi ha permesso di cogliere lo spirito del gruppo in cui non c'è distinzione tra accompagnatori e ragazzi: certo i primi si ritrovano per organizzare le uscite, ma poi tutto avviene in amicizia e condivisione, tutti danno e tutti ricevono. E se talvolta sorgono delle difficoltà, vengono affrontate e superate insieme. Se devo pensare ad una persona in particolare



mi viene in mente L., che ogni volta che mi vede viene ad abbracciarmi e mi dice quanto le manco, con un affetto che di questi tempi pochi si ricordano di esprimere alle persone cui vogliono bene.

Laura Marcon

VOGLIA DI FAMIGLIA

In occasione di una conferenza sulla Famiglia, mi è stato chiesto di portare la mia esperienza personale sul tema, l'invito mi ha lasciato un po' perplesso. La mia perplessità derivava dal fatto che la mia non è certo la famiglia del "mulino bianco", non è la famiglia perfetta o il nido a cui Pascoli anelava. Essa è sempre stata, fin dalla sua costruzione, un ribollire di conflitti e di tensioni a cui hanno concorso diversi fattori. I due fattori sicuramente decisivi sono stati la differenza di mentalità, cultura, visione del mondo tra i miei genitori e la difficile situazione contestuale in cui la loro unione si sviluppò. Mio madre è straniera, originaria della Thailandia, un mondo totalmente diverso dal nostro, dove si registra una forte instabilità familiare e sociale. Vecchi e nuovi nuclei familiari si rompono, si formano o si ricostituiscono nel giro di due giorni e i figli, spesso, per tutelare la loro



esistenza in questo marasma, si affidano ai nonni. Mio padre, invece, è un uomo tutto d'un pezzo, che fa dell'integrità, della stabilità e della rettitudine la sua regola di vita. Non ci vuole certo

Freud per capire che questi due modi di vedere il mondo sono radicalmente diversi e spesso, purtroppo, destinati a confliggere. A questo problema, di per sé già notevole, se ne sono aggiunti



nel tempo molti altri, primo fra tutti la patologia di cui sono affetto fin dalla nascita, un danneggiamento cerebrale che comporta difficoltà motorie e di comprensione della realtà visivo spaziale. Purtroppo tutto ciò ha deteriorato il rapporto tra i miei genitori, che hanno deciso di separarsi. Io sono rimasto a vivere con mio padre, anche se attualmente vivo e lavoro lontano da casa. Quindi non so se la mia possa essere definita ancora famiglia, ma di certo so che io ho una gran voglia di famiglia, di quell'embrione sociale da cui ognuno di noi è uscito e a cui, nel momento del bisogno, ognuno di noi può appoggiarsi.

S.

SONO MAMMA ANCH'IO



guardato bene in viso che già dovevo imparare tutte quelle cose. Sembra facile a dirsi, ma nessuno ti prepara al momento in cui diventi mamma, anzi, forse ogni giorno è una nuova scoperta, così come tu scopri il mondo a poco a poco, anche io imparo a diventare la tua mamma. Devo essere sincera e ti dico che i primi giorni sono stati un turbinio di emozioni: dall'ansia al senso di spaesamento, a volte paura di non farcela. Debolezze che penso, a volte spero anche, caratterizzino ogni genitore, ma tutti questi sentimenti diventavano sfocati quando ti guardavo, quando cercavo di capire il colore dei tuoi occhi, quando afferravi il mio dito con la manina, quando ti addormentavi tra le mie braccia. È felicità pura, racchiusa dentro quel corpicino piccolo, che poi tanto piccolo non eri, ma per me è stato così. Un figlio ti cambia la vita? Così si dice, ma io non credo, la arricchisce,

la colora e la fa splendere. Oggi compì quattro mesi e quella felicità riaffiora ad ogni tuo sorriso sdentato al mattino quando io e papà veniamo a salutarti nel lettino. Sei felice anche quando mangi la mela, o quando hai visto la settimana scorsa le luci dell'albero di Natale. Sei felice quando la tua bisnonna ti racconta le sue filastrocche, quando le nonne ti dicono che sei bellissimo. Diventare mamma è una grande responsabilità che profuma di cose belle, dove ti senti appesa ad un filo perché talvolta non sai come comportarti, dove senti di avere una



Oggi sono 4 mesi che sei con me, anche se eri già parte della mia vita dai nove mesi precedenti la tua nascita. Il giorno che sei nato ti hanno portato in camera da me, in ospedale, e ricordo che l'infermiera mi disse: "forza prendilo in braccio che ti insegno a cambiarlo." Ti presi tra le braccia per la seconda volta, la prima è stata nei tuoi primi minuti di vita, e tremavo mentre ti aprivo la tutina e ti portavo a fare il bagnetto. Non ti avevo ancora

forza incredibile, ma ti senti anche sfinita, dove gioisci per le piccole, ma grandi cose. E tu sei felice e la tua mamma sorride con te.

Rita Lion, la mamma di Giovanni

LA FRAGILITÀ UMANA

In fondo tutti noi, almeno alla nascita e alla morte, siamo esseri deboli, bisognosi e dipendenti da altri, quindi nessuno può dire che la questione non lo coinvolge, per cui più che parlare di "fragilità dei giovani" preferirei parlare di "fragilità umana". Ogni giorno tv, giornali e internet ci riportano storie che possono essere ricomprese in questa categoria: casi di bullismo e violenza verso chi viene ritenuto più debole o diverso, persone che si tolgono la vita, perché non ce la fanno più, perché non riescono ad accettarsi, persino ragazzi che per gioco intraprendono un cammino di iniziazione a tappe guidato da un fantomatico maestro che prevede



come ultima fase l'autoannientamento (il c.d. blue whale). La frase ricorrente negli episodi di suicidio o bullismo contemporanei è la "mancanza di senso", la "noia", un tragico spleen che si tramuta in violenza verso se stessi o gli altri, soprattutto di fronte a chi è diverso, originale o semplicemente non allineato con le mode o le idee del

momento. Perché accade tutto ciò? Io di certo non ho la risposta giusta, ma sono convinto che questi fenomeni possono essere sconfitti solo se impariamo ad accettarci come esseri complessi ed imperfetti, che non hanno risposte per tutto, non possono definire e ordinare in un sistema ogni cosa. Allora forse una strada che potremmo tentare di seguire è accoglierci l'un l'altro come esseri che al fondo hanno una scintilla di mistero, di non spiegato e comprendere che le nostre vite sono tutte talmente uniche e straordinarie che non possono sottostare a dei modelli, non possono essere definite forti o fragili, ma semplicemente speciali. "La grandezza non consiste nell'essere questo o quello, ma nell'essere se stesso, e questo ciascuno lo può se lo vuole". Søren Kierkegaard

Sylvester Longo



Quando la redazione di Viceversa mi ha proposto di scrivere un articolo sulla "fragilità dei giovani" ho pensato che ero proprio nei pasticci, dato che è molto difficile parlare di questo tema senza cadere nel banale. Poi mi sono detto che, alla fine, si sarebbe trattato di una chiacchierata tra amici che conoscono bene di cosa parlano, in quanto la fragilità è una delle pochissime caratteristiche che accomunano tutti gli esseri umani in qualche periodo della loro esistenza.

GLI INTEGRATORI NELLA PRATICA SPORTIVA

Amos Casti, già Professore ordinario di Biochimica Sistemica Umana e Direttore della Scuola di Specializzazione in Biochimica Clinica della Facoltà di Medicina e Chirurgia della Università degli Studi di Parma.

Ho avuto il piacere di leggere l'insero del giornale VICEVERSA, ottavo numero 2016, dal titolo "Sport e Doping" a cura del dr. Gianpaolo Piaserico, ex primario del Laboratorio di Analisi dell'Ospedale San Valentino di Montebelluna, che condivido nella parte relativa al doping mentre vorrei approfondire l'argomento relativo agli integratori.



Quando si parla di integrazione e di supplementazione alimentare ci si riferisce, in tutti i casi, a sostanze naturali, presenti fisiologicamente nell'organismo e introdotte di norma con la dieta. L'apporto alimentare abitudinario, tuttavia, può risultare insufficiente o non adeguato in relazione allo svolgimento dell'attività sportiva, soprattutto durante il

corso di competizioni impegnative e nella successiva fase di recupero. L'integrazione può costituire pertanto una effettiva necessità, dotata di una sua giustificazione nonché di una sua efficacia, ma può anche rappresentare una fonte d'insidia, una "zona grigia" da non sottovalutare quando si affronta e si combatte il fenomeno del doping, in quanto il confine tra integrazione lecita ed illecita è assai sottile, tanto da risultare estremamente difficile la sua definizione. Cercherò di chiarire le condizioni per le quali essa è necessaria. L'accelerazione del metabolismo nell'esercizio fisico conduce rapidamente a: 1. un aumento della produzione di scorie e a 2. una perdita supplementare di sostanze indispensabili al buon funzionamento enzimatico. Ciò pone la questione del loro "reintegro", che può avvenire: sia con i mezzi naturali dell'atleta (alimentazione), che con integrazioni specifiche. L'integrazione, come lo stesso termine sottintende, non è altro che il ricorso a determinate sostanze che il nostro organismo consuma, quando sottoposto ad esercizio, in misura superiore rispetto a quando riposa e che non è in grado di ripristinare adeguatamente. Certamente

l'alimentazione ha un ruolo fondamentale ma deve tenere conto delle caratteristiche individuali, del tipo di sport praticato, della durata, intensità e frequenza degli allenamenti,



nonché distribuito correttamente in relazione all'orario di allenamenti e gare. Numerose sono le condizioni in cui è necessario integrare e numerosi sono gli integratori utilizzati: alcuni completamente inutili e alcuni assolutamente necessari. Citerò solo due esempi illuminanti. Un esercizio fisico importante comporta una significativa degradazione muscolare, dovuta al fatto che tale tessuto non ha nessun grado di autonomia e la sua risposta alla fatica è una sorta di "suicidio" per determinare il termine dell'attività. In questa condizione l'integrazione e supplementazione con l'aminoacido leucina è assolutamente necessaria in quanto è scientificamente dimostrato che essa è in grado di stimolare la sintesi proteica e di bloccare la degradazione delle proteine muscolari, ed anche proteggere contro la fatica cerebrale. Un'altra condizione nota è la sindrome

da sovrallenamento, in cui l'unico parametro biochimico modificato è la carenza dell'aminoacido glutamina; si dice, d'altra parte, che se un maratoneta al termine della gara non assume alcuni grammi di glutamina, come minimo si prende un raffreddore, a causa del suo effetto sulle cellule del sistema immunitario. Infine, lo spettro d'azione degli integratori è assai vario, in quanto essi sono in grado di agire come energetici, antiossidanti e plastici, quindi migliorare le difese dell'organismo, proteggere contro la degradazione muscolare e, se non proprio migliorare la prestazione atletica, almeno proteggere l'organismo dell'atleta, se seguito da analisi biochimico-cliniche e dal parere del proprio medico di fiducia.

prof. Amos Casti



GRAZIE RAGAZZI!

Grazie ai ragazzi dell'Istituto professionale di Stato per l'Agricoltura per il contributo dato nel precedente numero di Viceversa



SI RINGRAZIANO



indirizzo:
Via XXX Aprile 21/23 31044
Montebelluna (TV)

tel:
0423603844

mail:
info@spherastudio.com



Carni Guglielmin snc - Via Castellana, 2/2 - S. Vito d'Alivole (TV)
0423 564147 - www.carniguglielmin.it - shop.carniguglielmin.it



STUDIO TECNICO ASSOCIATO GEOMETRI
SARTOR GEOM. PIERLUIGI
PANDOLFO GEOM. CRISTIANO

Progettazione - Misurazioni topografiche - Pratiche catastali - Perizie di stima
Investimenti e consulenze immobiliari - Servizi chiavi in mano

Sede Legale:
Via Marzari 11, 31040 Trevignano (TV)
Sede operativa:
Via Roma 45, 31044 Montebelluna (TV)

tel/fax 0423.600101
e-mail:
studiosartorpandolfo@tiscali.it
P.I. 03946080268



SOCCORSO STRADALE
via MONTELLO, 57 - CAERANO S. MARCO (TV) tel. 0423.650181

M&M CALZATURIFICIO

info@ilrisuolatore.it

0423604147

