Aut. del Tribunale di Udine n. 21/01 del 06.11.2001 – Trimestrale

n.92 inverno 2025

dal 1983
ASSOCIAZIONE TETRA-PARAPLEGICI DEL FRIULI VENEZIA GIULIA ODV
Aderente alla F.A.I.P.

el Cochecito

Il trimestrale dell'associazione Tetra-paraplegici
del Friuli Venezia Giulia - ODV

Solo con più soci possiamo contare di più!

TESSERAMENTO 2026

Lanciamo in anticipo
la campagna di tesseramento alla nostra Associazione.
Rinnovate subito la tessera e fate iscrivere parenti ed amici.
Sono i 10€ più ben spesi!

pag. 25

festa di Natale

Venerdì **12** dicembre
ore **12**.00
Centro Progetto Spilimbergo

Ci scambieremo gli auguri di Natale
con un rinfresco

Seguirà la "tradizionale" lotteria

Vi aspettiamo numerosi
insieme ai vostri familiari

Prego confermare la presenza
Alessia 3881995085
Dolores 04273764 tasto 1

Poste Italiane SpA – Spedizione in Abbonamento Postale – DL 353/2003 (conv. in L. 27/02/04 n. 46) art.1 comma 2 DCB/UDINE

EDITORIALE DEL DIRETTORE

LA LEZIONE DELLA STORIA



Sono passati ormai 80 anni dalla fine delle seconda guerra mondiale, ma la lezione che questo conflitto ci ha lasciato pare non essere ancora compreso. I conflitti sono tutt'ora presenti in molti paesi sparsi nel mondo, ed alcuni anche nel nostro continente europeo. Questo per segnalare che spesso gli interessi bellici possono distoglierci dai reali problemi di ogni giorno, quelli della persona, della sua vita della sua Salute, e non solo come fatto personale ma come metodo con cui un Paese civile dovrebbe comportarsi.
L'Italia da tempo si è dotata di una legislazione che la porta ad essere fra i paesi con la maggiore partecipazione alla spesa sanitaria, ma il cammino verso una equità di trattamenti è ancora lontana. Ma volendo giustamente rimanere nel nostro territorio quello regionale del Friuli Venezia Giulia dobbiamo riscontrare come la sanità e il comparto socio sanitario, presentino ancora delle lacune alle quali l'attuale Giunta Regionale sta cercando soluzioni.
Sono ancora troppe le difficoltà per ottenere in tempi brevi visite specialistiche nelle strutture pubbliche e nonostante le convenzioni con il settore privato, le liste d'attesa sono lunghe a tal riguardo vanno segnalate le alte percentuali di cittadini che non possono permettersi di sottoporsi a queste visite per i costi ed i tempi, ci risulta il 29% della popolazione anziana, debole e i fragili fra i primi. Una situazione a nostro avviso insostenibile, tutto parte dalla base, dove i medici di medicina generale sono in difficoltà per l'alto numero di assistiti a cui devono fornire l'assistenza di base, all'assenza ancora cronica delle case di Comunità, la cui luce si vede solo scritta sulla recente approvazione di legge. Dovranno partire a breve le prime sei case di comunità strutturate in modo da garantire 24 su 24 assistenza di base ma pure specialistica, evitando così gli accessi non necessari ne urgenti ai pronto soccorsi e certe visite specialistiche spesso non indispensabili con urgenze riportate nelle prescrizioni.
Siamo convinti che una volta a regime tutte e 32 le case di Comunità previste sull'intero territorio regionale porteranno a lusinghieri risultati, ma permetteteci pure una piccola nostra perplessità pensando a come con l'attuale mancanza di medici di base, tutto questo potrà essere realizzato nei tempi previsti, 6 entro fine 2025 e i restanti 28 entro fine 2026.
Le cronicità e le disabilità saranno sicuramente la "croce" di questo nuovo sistema, il vero termometro della situazione e della loro funzionalità, il nostro è solo un auspicio che le cose scritte sui testi possano trovare la loro reale attuazione, ne vanno di mezzo migliaia di nostri cittadini meno fortunati per i quali le associazioni, spesso fatte da volontari, e la nostra è fra queste, possano vedere realizzati i loro sogni, quelli di una vera reale equità di trattamenti dove le persone con disabilità e le loro famiglie sognano un mondo dove non esista l'indifferenza e che il mondo, anche quello piccolo che ci circonda, sia la casa di tutti a partire dall'inclusione scolastica a quella lavorativa, solo così avremo creato i presupposti per un mondo migliore ed in salute che restano i beni primari per ogni cittadino.

Guido De Michielis
DIRETTORE

SALUTO DEL PRESIDENTE



Alti e bassi. Così vanno le cose.
Momenti "in" in cui trovi adesioni alle iniziative che proprio non ti aspetti (vedi le persone da fuori regione che sono venute alle nostre gite o il successo dell'FVG OLIMPICS di quest'anno) e momenti "out", in cui, al contrario, quanto proposto viene ignorato (per esempio gli FVG OLIMPICS dello scorso anno, che abbiamo dovuto annullare per le scarse adesioni).
Non importa, l'Associazione resta viva e vivace.
Impareremo anche a presentare meglio, in maniera più accattivante, le cose che facciamo.
Intanto voglio qui ringraziare le persone che mettono a disposizione un po' del loro tempo per il bene di tutti.
Oltre al Direttivo e la Segretaria, quelli che fanno parte dei gruppi che abbiamo organizzato.
Il gruppo che si occupa dei protocolli per i ricoveri ospedalieri dei mielolesi (Alessia, Claudio, Paolo, Piero, Stefano), il gruppo che partecipa agli incontri "alla pari" con i degenti del Gervasutta (Alessia, Alice, Chiara, Claudio, Cristiano, Gabriella, Gianluigi, Manuel, Giovanni, Remo, Stefano, Teresa), il gruppo che abbiamo chiamato Gr.App.E., che vuol dire gruppo appassionati escursioni, in carrozzina (Alessia, Antonella, Claudio, Elisabetta, Elvira, Emilio, Gianluigi, Mariagemma, Nadia, Patrizia, Piero, Sonia) e infine la redazione di questa rivista (Alessia, Claudio, Guido).
E adesso indovinate come concluderò questo articoletto.
Ma certo, invitando tutti a darsi da fare un po', a partecipare a questi come ad altri futuri gruppi, a darci una mano nel provare a migliorare la nostra Associazione.
C'è un po' di lavoro, ma anche piacere e divertimento.
A presto.

Claudio Calligaris
PRESIDENTE

el Cochecito

Periodico riservato ai soci distribuito agli iscritti all'associazione in regola con la quota sociale

Aut. del Tribunale di Udine n. 21/01 del 06.11.2001
Periodico Trimestrale

DIRETTORE RESPONSABILE
Guido De Michielis

RESPONSABILI REDAZIONE
Guido De Michielis, Claudio Calligaris e Alessia Modestini

EDITORE
In proprio

IMPAGINAZIONE E GRAFICA
Margherita Munarini

STAMPA
Cartostampa Chiandetti srl
Reana del Rojale (UD)

LA REDAZIONE SI RISERVA IL DIRITTO DI MODIFICARE GLI ARTICOLI PERVENUTI.

CONTATTI
Associazione Tetra-paraplegici del Friuli Venezia Giulia - ODV

C. F. 94009940308

Via Armando Diaz, 60
33100 Udine (UD)

Tel. 0432/505240
Email: segreteria@paraplegicifvg.it
www.paraplegicifvg.it

Seguici su Facebook

Copyright 2017 by Ass.ne Tetra-paraplegici F.V.G. – ODV

raccontaci di te... INCONTRI TRA DI NOI

Incontriamo oggi l'amica Letizia Visintini, arciera di gran fama, perché ci racconti un po' della sua esperienza. Ma prima ci tocca ascoltare il Presidente della Compagnia Arcieri di Cormòns.

Sono il Presidente della Compagnia Arcieri di Cormòns, ho iniziato come atleta agonista nell'atletica leggera, insegnante di educazione fisica e poi istruttore in varie discipline. Negli anni ho fondato società sportive passando dal tennis, allo sci, alla pallavolo e di tiro con l'arco. Con il tiro con l'arco ho iniziato nel 1979 portando a Cormòns una sezione distaccata della Compagnia Arcieri Isonzo da cui poi, nell' 85, è nata la Compagnia Arcieri Cormòns. I primi anni abbiamo operato principalmente con il settore giovanile. Le soddisfazioni sono arrivate presto e continuano fino ad oggi come testimoniano il record del mondo della Mauro Deborah, la presenza di un nostro atleta come giudice di gara alle Olimpiadi di Pechino ed il titolo mondiale di Sara Ret. Abbiamo sempre accolto tutti quelli che si sono presentati senza discriminazioni: è la nostra più importante finalità sociale. Accogliamo tutti e diamo loro la possibilità di provare. Quando si è presentata Letizia, nel 2014, possiamo dire che il suo arrivo è stato propedeutico a porre delle migliorie anche al nostro impianto sociale, come ad esempio il rendere agevole il percorso di recupero delle frecce con un marciapiede, la rampa per accedere ai locali interni della sede, i servizi igienici adeguati alle persone con disabilità. Un atleta paralimpico richiede, da parte del tecnico che se ne fa carico, impegno costante e una specifica preparazione. Si dedica più tempo ed attenzione alla singola persona.
La nostra Letizia è un valore aggiunto sia come atleta che futuro tecnico e direttore dei tiri oltre al fatto che ha aperto la strada della nostra disciplina ad atleti rivelatisi anche loro molto validi. Attualmente nella Compagnia Arcieri di Cormòns abbiamo come atleti paralimpici: Letizia Visintini, Giuseppe Verzini, Elisabetta Petris, Daniel Margarit e Roberto Casa, un nuovo arrivato"

E adesso sentiamo cosa ha dirci Letizia. L'atleta.

Nel 2014, un anno dopo l'incidente, ad una manifestazione chiamata FVG OLYMPICS, organizzata a Romans d'Isonzo, conobbi il tiro con l'arco e casualità fu che proprio la Compagnia Arcieri di Cormons rappresentava questa disciplina. Ne fui subito affascinata. Ma non solo io, anche mio marito Gianluca Orso.
Poi quando ho saputo che tra normo e para non ci sono differenze mi impegnai ancora di più! Ho aspettato d'essere nuovamente automunita prima di contattare la compagnia. Arrivato quel giorno contattai il Presidente Claudio e lui mi invitò ad andare la sera stessa ad allenarmi con loro. Continuai per un breve periodo ma a causa di una noiosa piaga da decubito, sono stata costretta a prendere una pausa.







Dopo qualche tempo, mi telefonò Paolo Morassutti, l'aiuto tecnico, per invitarmi ad una gara giovanile organizzata dalla società Arcieri di Cormòns nella sede di Borgnano. Mi accolsero tutti a braccia aperte e mi fecero notare subito la rampa costruita, appositamente per me, all'ingresso della palestra.
Mi sono sentita subito a casa e da quel momento ho deciso che era diventato il mio sport! Io e Gianluca abbiamo acquistato il primo arco olimpico assieme e da allora condividiamo questa grande passione.
Quando tiro provo un'insolita tensione mentale, mi concentro per potermi racchiudere in una bolla e pensare solo al mio gesto tecnico: è una sensazione unica! Gianluca è poi diventato anche tecnico per disabili e mi accompagna durante i vari campionati nazionali in giro per l'Italia.
Ho rappresentato il Friuli alla Coppa delle Regioni ad Asti e l'anno successivo a Paestum in provincia di Salerno.
Con orgoglio dal 2020, io come atleta e mio marito come tecnico, facciamo anche parte del team di Alex Zanardi O3 (obiettivo 3).
Sempre ad una manifestazione di FVG OLYMPICS invitai Giuseppe e due anni dopo sempre allo stesso evento fu lui a invitare la giovane Elisabetta.
Gioie e soddisfazioni ne ho avute con l'Olimpico sia singolarmente che nel mix team assieme all'arciere Giuseppe Verzini.
Le difficoltà ci sono, una riguarda la postura: adopero uno schienalino che mi sorregge durante il tiro altrimenti rischierei lo sbilanciamento laterale.
Per non parlare di quando c'è vento, se è forte e frontale, rischio di rovesciarmi all'indietro. Purtroppo, mi sono accorta che i campi di tiro non sono sempre accessibili per gli atleti in carrozzina e le corriere per eventi importanti non sono attrezzate o meglio dire ce ne sono poche e prenderle fanno lievitare i costi!
Il tiro con l'arco è uno sport che impegna fisicamente ma maggiormente coinvolge mentalmente, insegna la disciplina ed il rispetto verso gli altri.
Casualità o destino ora sono un'arciera e da quest'anno mi sono resa disponibile nella Compagnia Arcieri di Cormòns per conseguire i corsi come tecnico e direttore dei tiri."

Non so se tra gli arcieri si usa dire, comunque buone frecce.

allestimenti
BOZZATO
liberi di muoversi

Tra le poche in Italia, **dal 1998** ci occupiamo di allestimenti auto utili per la guida e il trasporto di persone con esigenze specifiche di mobilità. Siamo **referenti per tutto il Triveneto** e offriamo un **servizio di qualità** grazie al rapporto di fiducia che abbiamo instaurato negli anni con le persone che ci richiedono questo servizio: **consigli, informazioni, soluzioni** per un **settore con esigenze davvero particolari** che siamo in grado di soddisfare soprattutto con **soluzioni personalizzate**.

agevolazioni fiscali

Per l'acquisto e le modifiche di adattamento dei veicoli sono concesse,
tra le altre, le seguenti agevolazione fiscali:

- per la spesa dell'acquisto del veicolo e dell'eventuale adattamento è riconosciuta la **detrazione IRPEF** pari al 19% per una spesa massima di €18.075,99;
- l'**aliquota IVA** agevolata del 4% (invece di quella ordinaria);
- l'**esenzione** dal pagamento del **bollo auto** e dell'**imposta di trascrizione**.



Scopri il prodotto specifico
per la tua mobilità con il nostro
CATALOGO ONLINE

30025 Teglio Veneto (Ve)
Via dell'Artigianato, 5

tel. 0421 708 166

www.carrozzeriabozzato.it
info@carrozzeriabozzato.it
@bozzatocarrozzeria

A Pordenone

ABITARE INCLUSIVO: IL DIRITTO DI SCEGLIERE COME E CON CHI VIVERE

Un importante convegno sul diritto di scegliere come abitare

di **Sergio Raimondo****



Si è tenuto il 10 maggio scorso alla Fiera di Pordenone il convegno organizzato dalla Consulta Regionale, all'interno della manifestazione Fieristica di Pordenone "104 CareGiving Expo", dedicato al tema dell'abitare per le persone con disabilità.
Un momento di confronto pubblico importante, nato per diffondere una nuova cultura dell'inclusione e della vita indipendente, in linea con la Convenzione ONU sui diritti delle persone con disabilità e con il percorso avviato in Regione Friuli Venezia Giulia in questi ultimi anni.
Al centro dell'incontro il concetto di abitare inclusivo: non più strutture chiuse o soluzioni assistenzialistiche, ma case vere, integrate nei quartieri, pensate per promuovere l'autonomia, la socialità e la qualità della vita.
Abitare non significa solo avere un tetto, ma poter scegliere dove e con chi vivere, in ambienti accessibili, accoglienti e su misura.
Un cambiamento culturale e pratico, che richiede il superamento dell'istituzionalizzazione e la costruzione di una rete di sostegni leggeri e flessibili, capaci di adattarsi ai bisogni individuali.
Il fenomeno dell'abitare inclusivo ha preso forma soprattutto nell'ambito della disabilità intellettiva, con numerose sperimentazioni che mettono al centro la persona, le sue competenze e il suo progetto di vita.
Tuttavia, stanno emergendo anche prime esperienze tra persone con disabilità fisica che, per scelta, decidono di condividere una casa: non solo per ottimizzare i costi, ma anche per contrastare l'isolamento e favorire relazioni di vicinato.
È una dimensione dell'abitare che si apre alla solidarietà, alla convivenza e alla partecipazione, trasformando la casa in uno spazio di crescita comune, non in un luogo di assistenza passiva.
Le politiche regionali, attraverso strumenti come il Fondo per l'Autonomia Possibile, stanno supportando questo cambiamento, promuovendo progetti personalizzati e valorizzando le risorse del territorio.
Il convegno ha offerto testimonianze concrete e stimoli per continuare a investire in questa direzione, rafforzando la co-progettazione tra istituzioni, famiglie, enti del terzo settore e persone direttamente coinvolte.

** Presidente Consulta Provinciale di Pordenone

Importanti novità per la nostra Associazione nazionale

LA FAIP IN CRESCITA

Importanti novità nell'organizzazione

di **Vincenzo Falabella***



Negli ultimi mesi abbiamo lavorato con grande impegno per rafforzare la nostra rete associativa della FAIP, promuovendo una maggiore coesione tra le realtà territoriali, ma anche siamo riusciti a compiere un passo fondamentale per il futuro della nostra organizzazione ottenendo l'iscrizione al Registro Nazionale degli Enti del Terzo Settore. Non si tratta solo di un riconoscimento formale: rappresenta una vera e propria apertura verso nuove opportunità, significa poter accedere a strumenti di finanziamento mirati, attraverso bandi pubblici e progettazioni specifiche. Significa poter potenziare le attività, ampliare gli interventi, consolidare la nostra presenza a livello nazionale e regionale, e soprattutto rispondere in modo sempre più efficace ai bisogni delle persone con lesione al midollo spinale. A rafforzare ulteriormente il nostro ruolo istituzionale, va ricordato che la Federazione è stata inserita tra le 11 organizzazioni maggiormente rappresentative del mondo della disabilità in Italia. Anche questo un traguardo di grande rilevanza, che ci consente di partecipare direttamente alla definizione delle politiche pubbliche in materia di disabilità, offrendo il nostro contributo in termini di esperienza, dati, proposte e visione.

Nei prossimi mesi poi ci attenderanno due altre priorità strategiche. La prima riguarda un appuntamento di rilevanza europea, ossia l'organizzazione del prossimo Congresso ESCIF (European Spinal Cord Injury Federation), che il prossimo anno si terrà proprio in Italia. Sarà un'occasione straordinaria, non solo perché ospiteremo un evento di respiro internazionale, ma perché la nostra Federazione sarà protagonista attiva, sia nell'organizzazione logistica, sia nella promozione e conduzione dei seminari tematici di confronto con esperti, associazioni e rappresentanti istituzionali provenienti da tutta Europa.

La seconda priorità è l'oramai consueta organizzazione della prossima Giornata Nazionale della Persona con Lesione al Midollo Spinale, un evento che, sull'onda dell'entusiasmo e dell'ottimo risultato della scorsa edizione, punta a coinvolgere tutte le Unità Spinali, le Società Scientifiche e ancora più territori, più persone e più interlocutori istituzionali. Sarà un momento fondamentale di sensibilizzazione e visibilità in cui riportare al centro dell'attenzione pubblica i bisogni, i diritti e le potenzialità delle persone con lesione midollare. Lo faremo attraverso proposte legislative, tavoli di confronto istituzionale, campagne di sensibilizzazione e iniziative progettuali, con l'obiettivo di promuovere pari opportunità, inclusione e piena cittadinanza attiva.

Lavoriamo insieme per fare la differenza!

**Presidente della FAIP (Federazione delle Associazioni Italiane di Persone con lesione al midollo spinale).*

Possibili soluzioni

CRITICITÀ NELLA FORNITURA DI AUSILI E PRESÌDI PER LE PERSONE CON DISABILITÀ

Una serie di possibili soluzioni alle varie criticità riscontrate nella fornitura di ausili e presìdi per le persone con disabilità sono state presentate dalla Federazione FISH, nel corso di un'audizione presso la Sottocommissione costituita nell'ambito della Commissione Nazionale per l'aggiornamento dei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza) e la promozione dell'appropriatezza nel Servizio Sanitario Nazionale



La FISH (Federazione Italiana per i Diritti delle Persone con Disabilità e Famiglie) è stata ascoltata presso la Sottocommissione costituita nell'ambito della Commissione Nazionale per l'aggiornamento dei LEA (Livelli Essenziali di Assistenza) e la promozione dell'appropriatezza nel Servizio Sanitario Nazionale, occasione durante la quale sono stati presentati i risultati di un questionario riguardante le criticità riscontrate nella fornitura di ausili e presìdi per le persone con disabilità. Ausili la cui fornitura rientra appunto tra i LEA, ossia l'insieme di prestazioni e servizi che il Servizio Sanitario Nazionale ha il dovere di garantire a tutti i cittadini. Nonostante ciò, però, i dati a nostra disposizione svelano inefficienze sistemiche e oneri importanti a carico di cittadini e cittadine. Secondo un'indagine di Confindustria Dispositivi Medici dell'ottobre 2023, ad esempio, il 50% dei pazienti attende oltre tre mesi per ricevere un ausilio e a questo si aggiunge un'inadeguata valutazione di adattabilità al domicilio, che viene effettuata solo nel 19% dei casi. Sono criticità che si traducono altresì in un impoverimento per le famiglie, se è vero che il 43,3% delle persone con disabilità sostiene spese aggiuntive superiori al 10% del costo del dispositivo, superando talvolta la tariffa ufficiale. L'incidenza della spesa privata raggiunge, dunque, il 74,98% rispetto a quella pubblica, un chiaro indicatore dell'eccessivo carico finanziario sulle persone con disabilità e le loro famiglie. Durante la citata audizione la FISH ha proposto una serie di soluzioni, ritenendo innanzitutto «fondamentale estendere gli strumenti di valutazione previsti per i LEA anche al settore degli ausili e aumentare in modo strutturale gli investimenti pubblici, ciò che dev'essere accompagnato da azioni concrete per migliorare il sistema, armonizzando i tariffari regionali, eliminando le disparità territoriali e snellendo le procedure burocratiche per i presìdi monouso, come cateteri o ausili per stomia.

Fonte Superando

Purtroppo anche la nostra esperienza personale conferma che spessissimo, anche nelle nostre realtà, i tempi di attesa per la consegna degli ausili prescritti sono molto lunghi. Come importanti sono spesso i costi aggiuntivi che le famiglie devono sostenere.

OSPEDALI E PRONTI SOCCORSO

Cosa succede ad un mieloleso che deve ricoverarsi in ospedale o deve ricorrere ad un Pronto Soccorso? Troppo spesso si tratta di esperienze molto negative talvolta drammatiche. Vorremmo perciò provare a introdurre dei protocolli che individuino dei percorsi mirati per la gestione dei pazienti mielolesi. Per questo motivo stiamo iniziando una collaborazione con le responsabili dei Reparti interessati

di **Piero Brussi**

Per chiunque entrare in un pronto soccorso od essere ricoverato in un ospedale non è mai un'esperienza piacevole. Per le persone para-tetraplegiche può tramutarsi in tragedia, con il rischio ad esempio di lesioni cutanee causate dalla inadeguata preparazione del personale o della mancanza degli ausili necessari, a cominciare dai materassi antidecubito.
Purtroppo abbiamo ricevuto diverse segnalazioni relative a situazioni simili e questo per noi non è più accettabile.
Abbiamo sollevato perciò la questione presso diverse sedi, sia sanitarie che politiche, ma il problema non è ancora risolto.
Ci è stato anche suggerito che, al verificarsi di questi episodi, bisognerebbe "denunciare sui giornali" ma noi vorremmo evitare ciò e risolvere il problema alla radice. La nostra idea è che, riguardo ai Pronto Soccorso, ne dovrebbero essere individuati alcuni a livello regionale come ad esempio Udine, Trieste, Pordenone, Gorizia e Monfalcone da attrezzare per l'accoglienza di persone para tetraplegiche, formando anche il personale che vi opera e cercando di concentrare le emergenze in queste sedi. Sicuramente queste strutture sono già in grado di accogliere mielolesi nell'immediata fase post traumatica ma noi vorremmo migliorare e perfezionare la loro capacità di accoglienza nei nostri confronti anche per le emergenze più banali come una frattura o una colica o una appendicite avendo la garanzia di essere poi ricoverati in un reparto adeguatamente attrezzato e preparato.
Più complesso il ragionamento sui ricoveri ospedalieri "programmati". I nostri associati spesso non sanno a quali strutture rivolgersi.
Se il ricovero è dovuto ad un trauma midollare il paziente è direttamente indirizzato al Reparto di Chirurgia Vertebro Midollare di Udine oppure al Reparto di Neurochirurgia di Trieste a seconda della zona di provenienza dopo di che tutti, o quasi, vengono presi in carico presso l'Unità Spinale del Gervasutta.
Perciò per quanto riguarda i traumatizzati i rapporti stretti tra i reparti citati garantiscono una buona efficienza.
Come detto però in ospedale si può andare anche da mielolesi, per mille altre ragioni che possono essere di poco conto ma anche di particolare gravità.
18 anni fa era stato elaborato un protocollo, denominato DIFUS, che riguardava la sola area friulana e metteva in connessione i vari reparti che entravano in contatto con pazienti para tetraplegici ed individuava i percorsi e le modalità di ricovero.
Quel DIFUS serviva proprio a definire con chiarezza dove indirizzare un paziente già mieloleso nel caso di accesso al pronto soccorso o nel caso di ricovero programmato disposto dal proprio medico per altre patologie.
Erano stati individuati 3 reparti all'Ospedale Civile di Udine dove far confluire questi pazienti, reparti che, con la collaborazione dei medici e infermieri della Chirurgia Vertebro Midollare, garantivano una loro corretta gestione.
I reparti individuati erano: Urologia, Chirurgia Plastica e Medicina d'Urgenza.
Il protocollo ha funzionato per diversi anni poi, forse complice anche il Covid, si è interrotto producendo un significativo peggioramento della capacità di cura dei pazienti mielolesi.
Con l'insediamento del nuovo consiglio direttivo della nostra associazione una delle priorità individuate è stata proprio questa, capire se fosse possibile riattivare il DIFUS.
Evidentemente però non eravamo solo noi a registrare questa criticità ma anche le dott.sse Bizzarini e Cappelletto responsabili rispettivamente dell'Unità Spinale del Gervasutta e del Reparto di Chirurgia Vertebro Midollare di Udine le quali hanno voluto incontrarci per fare il punto della situazione e per cercare di riattivare un protocollo simile al DIFUS.
Alla fine di questa nostra chiacchierata abbiamo convenuto nella necessità di
• **rafforzare e legittimare il rapporto di collaborazione tra i reparti, Unità Spinale e Chirurgia Vertebro-midollare con la ricostituzione di un dipartimento funzionale dedicato al percorso della persona con lesione midollare (traumatica e non)**
• **riattivare presso l'ospedale di Udine un protocollo di collaborazione tra più reparti** in modo da poter offrire ai pazienti mielolesi una migliore assistenza e cura.
Ci siamo anche ripromessi di coinvolgere l'**attività del pronto soccorso**.
Abbiamo riscontrato in entrambe grande disponibilità e determinazione e anche la convinzione di poter raggiungere un risultato concreto.
Rimangono però ancora aperte due questioni, l'accoglienza negli altri pronto soccorso della regione e negli altri ospedali.
A breve una delegazione dell'associazione dovrà incontrarsi con l'assessore regionale alla sanità dott. Riccardi e potrebbe essere l'occasione giusta per evidenziare anche a lui tali problematiche e criticità nonché le nostre preoccupazioni e per chiedere di replicare almeno negli ospedali di Cattinara a Trieste e Santa Maria degli Angeli a Pordenone il protocollo che stiamo cercando di realizzare a Udine.
Certamente si tratta di obiettivi ambiziosi ma alla fine anche ragionevoli visto che richiedono uno sforzo più che altro organizzativo, d'altronde stiamo parlando della nostra salute e vale certamente la pena almeno di provarci!

Ci rappresenta Stefano Lecinni, past president

RETE CLINICA TRAUMA

Un progetto dell'ARCS per coinvolgere direttamente le associazioni nell'individuare e risolvere le criticità in campo sanitario

L'ARCS (Azienda Regionale di Coordinamento per la Salute), preposta a coordinare la programmazione e il monitoraggio delle Aziende Sanitarie regionali, ci ha invitato a fare parte di una Rete che stanno organizzando. Una per ogni specifica disabilità. Per cui non siamo inseriti nella RETE CLINICA TRAUMA.
Lo scopo è ascoltare direttamente gli utenti per individuare i problemi e proporre soluzioni, da applicarsi in tutta la Regione.
Per ora abbiamo fatto un primo incontro che ci è sembrato molto fruttuoso perché abbiamo potuto presentare tutte le problematiche che ci tormentano (accoglimento nei pronto soccorso, ricoveri ospedalieri, fisioterapia domiciliare, fornitura ausili ecc ecc).
Confidiamo in risultati concreti.

Un portale informatico per segnalare barriere architettoniche

ADESSO TOCCA A NOI: SEGNALA LA BARRIERA

Non ci sono più scuse, adesso possiamo e dobbiamo segnalare l'esistenza di barriere architettoniche in modo che i Comuni possano intervenire.

di **Paolo Pizzoni**

Una buona notizia, a cui vale la pena di porre attenzione: da qualche giorno è disponibile un portale informatico che grazie alle sue funzionalità permette di segnalare con precisione le barriere architettoniche agli enti preposti alla loro eliminazione. Si tratta del sistema "FVG Accessibile" (https://accessibile.regione.fvg.it/portaleimmersive/index.aspx), realizzato da Insiel per conto della Regione, che grazie al suo canale "Segnala la Barriera" permette ai cittadini di indicare ostacoli architettonici in modo semplice ed efficace.
Vediamo di cosa si tratta: il portale "FVG Accessibile" ospita ogni informazione relativa al mondo dell'accessibilità, fungendo da "vetrina" del territorio in materia. Navigando attraverso le sue sezioni i Comuni, i professionisti e i cittadini possono reperire molteplici informazioni utili in materia di accessibilità, con particolare riguardo alla progettazione edilizia e urbanistica informata ai criteri della Progettazione universale. Il portale offre uno specifico spazio ai Comuni: ogni Comune può alimentare, autonomamente, le pagine con contenuti propri per far conoscere ai cittadini quanto attuato sul proprio territorio in materia di accessibilità. In particolare il sistema "FVG Accessibile" mette in rete tre componenti chiave per cittadini, tecnici e Comuni:
• **Portale FVG Accessibile**: risorse, normative, formazione, PEBA e buone pratiche, fruibile da desktop e mobile.
• **Segnala la barriera**: canale digitale per inviare segnalazioni geolocalizzate di ostacoli nello spazio pubblico.

• **EagleFVG (web GIS)**: mappa interattiva per visualizzare rapidamente le barriere e supportare la progettazione inclusiva.
Ciò che ci interessa è la componente "Segnala la barriera", che partendo dalla segnalazione disegna il percorso fino al cantiere. Funziona così:
1. Il cittadino segnala l'ostacolo con "Segnala la barriera" (descrizione, posizione, foto).
2. La segnalazione diventa dato strutturato, entra nel sistema informativo e si visualizza su "EagleFVG".
3. Il Comune valuta e programma l'intervento, integrandolo nel proprio PEBA.
4. Il Portale "FVG Accessibile" mette a disposizione linee guida, normative e materiali formativi per progettare la rimozione della barriera secondo i principi della progettazione universale.
A questo punto tocca a noi. Accediamo a "segnala la barriera" (https://segnalabarriera.regione.fvg.it/) e segnaliamo la problematica sul territorio. Il servizio è anonimo e non richiede una autenticazione per utilizzarlo, ma ci permette anche di evidenziare la nostra disponibilità ad essere contattati per eventuali chiarimenti o maggiori informazioni relativi alla segnalazione, cosa che consigliamo di fare; è sempre meglio guardarsi negli occhi, chi riceve la segnalazione inquadra meglio il problema e chi segnala può intuire quanto sia difficile risolverlo.
A margine mi preme di indicare, e questo fa parte della mia professione, che nella parte dove sono offerti gli strumenti per la progettazione, viene presentata anche una ontologia dell'accessibilità, cioè un linguaggio univoco per rappresentare i problemi e le soluzioni proprie dell'accessibilità. Non è poco. Nel film di fantascienza del 2016 dal titolo "Arrival" gli alieni non ci donano una batteria a carica infinita o un laser superpotente, ma ci regalano un linguaggio nuovo, perché, ci dicono, "con questo linguaggio saprete pensare in modo così sofisticato che risolverete tutti i vostri problemi".



CENTRO AUSILI
BY CHINESPORT

AUTONOMIA
MOBILITÀ
TRASFERIMENTO
RIABILITAZIONE
IGIENE



I NOSTRI SERVIZI

- ***Valutazione e fornitura di ausili tecnici personalizzati, operante su tutto il territorio nazionale***
- ***I nostri specialisti sono disponibili per valutazioni di ausili in sede o a domicilio***
- ***Formazione continua per gli operatori del settore***
- ***Consulenza gratuita per l'adempimento delle pratiche per usufruire dell'assistenza protesica***
- ***Presentazione e aggiornamento sulle novità degli ausili con la partecipazione dei fornitori leader***
- ***Il servizio è convenzionato al SSN***



CENTRO AUSILI by Chinesport

SEDE UDINE - Via Croazia, 2 33100 UD - Tel. 0432 621666
Referente FVG - Riccardo Manzato
Cell. 345 0936564 • riccardo.manzato@chinesport.it

Diamo un aiuto alle persone disabili in Palestina

SOLIDARIETÀ VERSO LE PERSONE DISABILI DI GAZA

Una proposta nata da una nostra socia alla FAIP perché, quando ci saranno le condizioni minime di pace e sicurezza, venga recato un aiuto concreto alle persone disabili di quelle terre. (Pubblicato su "Superando")



(©Getty)

Superando
I TEMI DELLE DISABILITÀ TRATTATI CON CORAGGIO

La nostra Associazione non fa politica, tantomeno politica internazionale.
Però quanto sta succedendo a Gaza non può non colpire la coscienza di ciascun essere umano. Noi auspichiamo il ripristino di condizioni di pace e sicurezza per tutti. Chiediamo ed auspichiamo il rilascio degli ostaggi israeliani rapiti da Hamas e la cessazione degli attacchi ad Israele e, con la medesima forza e determinazione, la cessazione del massacro di civili a Gaza da parte dell'esercito israeliano e il ritiro dello stesso da quel territorio affinché si creino le premesse per la ricostruzione. Quando sarà tornata la pace, o perlomeno saranno ripristinate condizioni di agibilità e sicurezza minime, si porrà anche il problema del ripristino e riparazione delle strutture sanitarie e riabilitative riguardanti le persone con disabilità. Sarebbe nostra intenzione provare ad aiutare quelle persone raccogliendo e facendo arrivare, attraverso canali garantiti da organizzazioni internazionali, denaro per la ricostruzione e materiale sanitario specifico oltre ad ausili e protesi. La nostra modesta Associazione, palesemente, non è in grado di far fronte ad un simile progetto. Per questo proponiamo la costituzione di un Coordinamento nazionale che punti a raccogliere fondi dai cittadini e materiale sanitario, ausili e protesi sia da singole persone che da strutture sanitarie pubbliche e private oltre che direttamente dalle imprese produttrici. Questo Coordinamento dovrebbe anche individuare gli interlocutori locali e i canali per far arrivare danaro e materiali. La nostra Associazione può fornire alcuni contatti basati sull'esperienza passata di una nostra socia. Noi lanciamo l'idea, siamo disponibili ed interessati, e se ci sarà una corrispondenza ed un'adesione adeguata potrebbe diventare un progetto umanitario specificatamente rivolto alle persone con disabilità motorie.
(Non intendiamo eludere una domanda che potrebbe essere posta: perché per Gaza si e altri no? Secondo noi perché Gaza è relativamente vicina a noi, perché quanto sta accadendo ha dimensioni enormi ma proponiamo che questo eventuale Coordinamento divenga permanente e, nel suo piccolo, si proponga di intervenire anche in altre parti del mondo per portare aiuto alle persone con disabilità. Se già esistesse un Coordinamento di questo tipo, a noi non noto, saremmo ben contenti di aderirvi).

Claudio Calligaris e Margherita Caporusso
dell'Associazione Tetra Paraplegici del Friuli Venezia Giulia

Un articolo pubblicato sulla rivista dei disabili di Verona

IL GALM INCONTRA L'ASSOCIAZIONE PARA-TETRAPLEGICI DEL FRIULI VENEZIA GIULIA

Storia di un incontro tra la nostra Associazione e la consorella di Verona

di **Franco Vincenzi****

Nei vari racconti si inizia anche con "Galeotto fu …" in effetti e per certi versi questo vale anche nel nostro caso.
Nel giugno 2024 in una delle mie "escursioni" col Triride ho partecipato ad un evento organizzato a Trieste proprio da questa associazione che personalmente non conoscevo, un giro in carrozzina dal centro città sino al Castello di Miramare, che abbiamo visitato, per poi tornare in centro per una visita guidata del cuore della città di Trieste.
In questa circostanza, ho conosciuto Claudio Calligaris, fattivo collaboratore dell'associazione con sede a Udine, ma recentissimamente eletto a Presidente. Con Claudio e l'Associazione Para-Tetraplegici del FVG, è iniziata da subito una spontanea collaborazione, con lo scambio di articoli di carattere turistico e medico che sono poi stati pubblicati sui rispettivi "giornalini". Poco prima del loro rinnovo cariche, Claudio mi aveva espresso il desiderio di visitare la nostra città per poi avventurarsi su una delle ciclabili (quella della Terra dei Forti/Adige) già descritte sulle pagine de L'Informatore e sul ns sito, ma anche di incontrare la nostra associazione per un veloce scambio di conoscenze.
L'invito è stato ovviamente raccolto con molto piacere dalla nostra presidente e così, venerdì 23 Maggio nella sua nuova veste anche di neoeletto Presidente dell'Associazione Para-Tetraplegici del Friuli Venezia Giulia, il GALM rappresentato per l'occasione dalla Presidente Fermanti Gabriella, dai componenti del direttivo Avesani Dr. Renato e Marchesini Marina (in rappresentanza anche del Gruppo Donne) e dal sottoscritto Franco Vincenzi, ha accolto ed incontrato presso la propria sede sociale Claudio Calligaris che era accompagnato anche dalla moglie Chiara.
L'incontro è stato molto cordiale, di conoscenza, di confronto e di scambio, durante il quale abbiamo appreso qualcosa di più sulle rispettive associazioni, sul come sono strutturate, sul come sono gestite, capendo che la differenza maggiore sta nel fatto che la loro è una associazione a livello regionale, che può vantare, grazie anche a questo, maggiori possibilità anche di rappresentanza a livello di enti pubblici. Particolarmente interessante lo scambio di informazioni di carattere sanitario che il ns consigliere Dr. Avesani ha avuto modo di approfondire, rilevando anche in questo caso come la sanità pubblica, gestita ora a livello regionale, sia differente non solo fra regioni, ma ancor più con regioni a statuto autonomo.
Invece, purtroppo, non sono diverse le difficoltà che stiamo tutti incontrando sotto il profilo della fornitura degli ausili, perché Claudio ci testimonia che le stesse difficoltà che incontriamo noi nel veronese è comune anche a loro. Dopo un paio di orette ci siamo lasciati con un arrivederci a nuove occasioni di collaborazione.
Claudio e sua moglie Chiara, arrivati il giovedì, in un pomeriggio freddo e anche piovoso a tratti, sono stati guidati subito per le vie del centro storico di Verona. Il venerdì mattina accompagnati sul ns Lago di Garda e partendo da Peschiera del Garda, percorrendo la ciclabile sono arrivati sino a Lazise. Qui è necessario chiarire grazie anche alla lore esperienza di pochi giorni fa, che questa ciclabile, soprattutto nella parte vicina al Comune di Lazise, non è ultimata, e la percorrenza in carrozzina può richiedere l'aiuto di un accompagnatore o "turista" in transito. La loro visita è proseguita poi in scioltezza sino Garda, centro lacustre ben noto ai veronesi. Da lì poi hanno fatto ritorno su Peschiera del Garda con un battello, avendo modo così di ammirare dalle acque del Garda, la nostra sponda veronese. Il sabato mattina, quando il meteo finalmente sembra dare qualche certezza in più, con tutti i ragguagli del caso, si sono goduti la ciclabile che tanto attirava Claudio, facendo tappa come suggerito a Borghetto d'Avio, gustando i prodotti locali.
A Claudio Calligaris e sua moglie Chiara un cordiale arrivederci, da me e da tutta l'associazione GALM Verona.

** Socio Gruppo Animazione Lesionati Midollari di Verona

ULTIM'ORA

DAL 1° GENNAIO 2026 ENTRANO IN VIGORE LE MODIFICHE ALLA LEGGE 104

Con l'entrata in vigore della **Legge 18 luglio 2025 n. 106**, a partire dal 1° gennaio 2026 vengono introdotte importanti novità per i lavoratori pubblici e privati, in particolare per chi convive con malattie oncologiche, croniche o invalidanti, o per chi assiste familiari in queste condizioni.
La principale novità riguarda l'aumento dei permessi retribuiti, ma attenzione: **questi permessi aggiuntivi spettano solo ai lavoratori già titolari dei benefici della Legge 104/1992**.

Permessi aggiuntivi.

Dal 2026 i lavoratori interessati avranno a disposizione **10 ore aggiuntive annue di permesso retribuito**, con copertura contributiva figurativa, utilizzabili per:

- visite mediche e specialistiche
- esami strumentali
- analisi cliniche
- terapie e cure ricorrenti

Queste ore si sommano ai **tre giorni di permesso mensile già previsti dalla Legge 104**.

VALLI DI COMACCHIO UNA CICLOPEDONALE ACCESSIBILE

di **Caterina Biscaro** e **Alberto Danzi**

Ci presentiamo, siamo Caterina e Alberto del GALM (*ndr Associazione Mielolesi di Verona con cui esiste un'intensa collaborazione*), compagni nella vita e soci amanti delle escursioni in mezzo alla natura. Vogliamo farvi conoscere uno degli itinerari che noi amiamo per due motivi.
Il primo motivo è perché in mezzo alla natura si ha la possibilità ogni volta di poter ammirare animali e paesaggi stupendi, che cambiano al variare delle stagioni e al periodo in cui ci andiamo.
Il secondo è perché è un percorso in larga parte sterrato ma completamente accessibile alle carrozzine se dotate di propulsore elettrico oppure handbike. È un'area protetta, situata in Emilia- Romagna, tra le province di Ravenna e Ferrara, a sud del Delta del Po e a nord della riviera romagnola.
Si tratta di un percorso ad anello di 52 km che passa da Lido di Spina, Comacchio, Porto Garibaldi e attraversando il canale con una chiatta totalmente accessibile si arriva al Lido degli Estensi.
Il primo tratto di ciclabile costeggia una zona paludosa, ricca di fauna, dove si possono vedere diversi fenicotteri, che dimorano tutto l'anno, e tante altre specie di uccelli selvatici.
Si passa sotto alla famosa strada Romea tramite un sotto passaggio totalmente pedonale per arrivare su un ponte che permette una visuale a 360 gradi sulle famose Valli Di Comacchio.
Attraversato questo ponte si inizia la parte più suggestiva della ciclabile perché per circa 8 km si percorre una striscia di terra battuta, larga circa tre metri, in mezzo al mare (lago salmastro di 52 km di raggio).
Terminata questa striscia in mezzo all'acqua, si sale su una sopraelevata che costeggia il fiume Reno, dove oltre a fenicotteri si possono incontrare tartarughe, cigni e anche cavalli selvatici.
Di particolare interesse c'è un'abitazione con una insegna storica dove c'è scritto che al suo interno è stato nascosto e aiutato Giuseppe Garibaldi.
Questa sopraelevata di terra battuta prosegue per altri 6 km, poi si arriva ad un bivio con le indicazioni per Ferrara o per Comacchio.
Prendendo per Comacchio si procede su strada asfaltata per 18 km, fino ad arrivare in centro alla cittadina (una piccola Venezia) caratterizzata dai tanti canali e ponti. Tutti accessibili usando stradine interne che portano a piccoli ponticelli.
Famoso il ponte con tre scalinate.
Piccola sosta e poi si riparte con due possibilità, proseguire lungo la ciclabile che porta a Porto Garibaldi, tutta asfaltata, oppure imboccare un sentiero in mezzo alle paludi (attenzione alle zanzare che non scherzano), passando per





un agriturismo e una zona dedicata al birdwatching, con strutture sopraelevate e mimetizzate.
L'arrivo a Porto Garibaldi ci propone una stupenda visuale di centinaia di pescherecci ormeggiati lungo il canale che sfocia in Adriatico.
Friggitorie di pesce e ristoranti non mancano.
Sia sulla sponda di Porto Garibaldi, sia sulla sponda di Lido degli Estensi c'è il molo percorribile fino ai 2 fari posti alle estremità. Molto comodo il battello/chiatta che traghetta i visitatori dalle due parti con orario continuato, nel periodo estivo fino a mezzanotte. Utile da sapere: per i disabili è gratuito.
Approdati sul lato del Lido degli Estensi si percorre il centro totalmente pedonale di circa 3 km, ricco di ristoranti e negozi di souvenir. Per passare tra i due lidi Estensi e Spina si attraversa il canale del Logonovo e poi di nuovo sulla ciclabile per terminare, dopo circa 6 km, tutto l'anello dei 52 km.
Io e Caterina abbiamo avuto la fortuna di poterci andare più di una volta e per questo la consigliamo.







porzio
ORTOPEDIA

UDINE
TRIESTE
MONFALCONE
PORDENONE
CERVIGNANO
LATISANA

SERVICE
PORZIO

La soluzione per i tuoi ausili

RIPARAZIONE
MANUTENZIONE
PERSONALIZZAZIONE

UDINE Via Buttrio, 78
0432 505214
porzio@porziogroup.it

ULCERE DA PRESSIONE: LA PREVENZIONE



Si calcola che circa l'80% delle persone con lesione al midollo spinale abbia presentato ulcere da pressione (comunemente dette anche piaghe da decubito) almeno una volta nella vita, ed oltre il 30% più di una volta: prevenire le ulcere da pressione è dunque un impegno quotidiano per chi ha subito una lesione midollare. Si tratta di complicazioni fastidiose e talvolta serie che, oltre ad ostacolare la piena partecipazione alle proprie attività, possono mettere a repentaglio la salute, per non parlare dei costi legati al trattamento e alla degenza ospedaliera. Fortunatamente più del 90 % delle ulcere da pressione possono essere prevenute con un'attenta cura della propria pelle.

COSA SONO E DOVE SI FORMANO LE ULCERE DA PRESSIONE

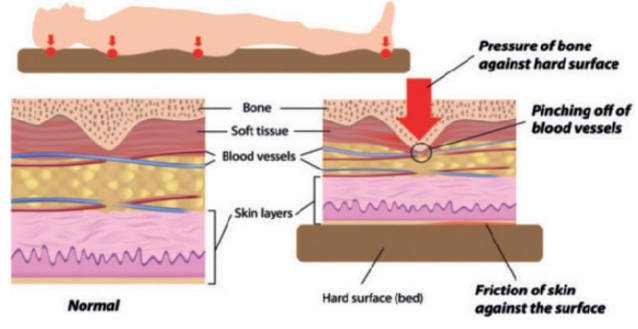
L'ulcera da pressione è un'area della pelle e del tessuto sottostante che è sofferente o morta a causa del mancato apporto di sangue. La causa più comune è rimanere appoggiati per un periodo di tempo prolungato su zone del corpo dove sono presenti sporgenze ossee.

FATTORI DI RISCHIO

- la ridotta mobilità, che costringe a letto o in carrozzina
- l'umidità, specie in caso di contatto prolungato con feci o urine
- la perdita di sensibilità che non permette di avvertire la presenza di lesioni della pelle come taglietti, abrasioni, piccole ustioni
- la spasticità che può esporre certe zone del corpo a sollecitazioni di pressione o a traumi
- lo sfregamento della cute durante i trasferimenti
- l 'obesità o la magrezza eccessive

GLI STADI DELL'ULCERA DA PRESSIONE

Il più frequente segno iniziale è la comparsa di un arrossamento della pelle. Normalmente, se si interrompe la compressione della zona interessata, l'arrossamento scompare nel giro di una mezz'ora e la cute si schiarisce. Quando questo non avviene significa che è iniziata una lesione da pressione.



Un altro indizio sospetto è un'area di pelle più calda del normale o un cambiamento del suo aspetto consueto.
Vi sono quattro stadi della lesione:
1. Il danno è limitato agli strati più superficiali (epidermide e derma). La cute

non è interrotta; l'arrossamento non scompare quando lo si preme con un dito.
2. Il danno si estende al tessuto grasso sottostante la cute. La pelle può apparire solo leggermente lesionata, oppure possono comparire un'escoriazione o una vescica.
3. La lesione, oltre a danneggiare la pelle ed il grasso sottocutaneo, si approfondisce coinvolgendo il tessuto muscolare. In questo stadio la lesione superficialmente può apparire nera con la consistenza del cuoio, circondata da una zona di arrossamento dura ed estesa, oppure può aprirsi un cratere profondo dal quale esce materiale sieroso o purulento.
4. Il danno si estende agli strati più profondi fino ad interessare l'osso, spesso si formano tragitti fistolosi dai quali esce pus.

CONSIGLI PER LA PREVENZIONE

•Controllare la propria pelle due volte al giorno, mattina e sera. Esaminare (o farsi esaminare) con attenzione le zone di cute arrossate o lesionate, soprattutto dove esistono sporgenze ossee. E' necessario conoscere e controllare bene, con l'aiuto di uno specchio, le aree più a rischio cioè le zone ischiatiche (dove il corpo appoggia sul cuscino nella posizione seduta), le zone trocanteriche (le sporgenze dell'osso femorale), il sacro, il solco fra i glutei, i malleoli, il talloni e la pianta del piede.
•Usare presidi (materassi, sedili, cuscini) adeguati e gonfiati al giusto livello. Farsi consigliare per questo dagli operatori dell'Unità Spinale.
•Prestare attenzione alle scarpe, che non siano troppo strette o rigide, ed agli indumenti, che non abbiano cuciture spesse, bottoni o cerniere in zone sotto- poste a pressione.
•Cambiare posizione frequentemente per evitare di pesare troppo a lungo sulla stessa zona. In particolare:
-quando si è in carrozzina, alleggerire il carico almeno ogni 15-20 minuti. Nel caso di lesioni a livello C4 o superiore con l'uso una carrozzina basculante, nel caso di lesioni C5-C6, inclinandosi in avanti o da un lato all'altro, nel caso di lesioni da C7 in giù, sollevandosi sulle braccia per una decina di secondi;
-quando si è a letto cambiare posizione almeno ogni 2 ore.
•Tenere la pelle pulita ed asciutta, lavandola ed asciugandola bene, specie in caso di perdita d'urina o feci, e cambiando gli indumenti umidi. Sulla pelle usare di preferenza lozioni invece di preparati in polvere.
•Seguire una dieta bilanciata, evitando eccessi ed alcolici, aiuta a mantenere la pelle in buona salute. Il sovrappeso aumenta evidentemente la compressione, mentre la magrezza accresce il rischio a livello delle sporgenze ossee, per la mancanza del "cuscinetto" adiposo sottocutaneo.
•Proteggere la pelle da traumi durante i trasferimenti e l'attività sportiva, ed in generale nel corso di qualsiasi attività che possa esporla a sfregamento.
•Fare attenzione alle ustioni (termosi- foni, borsa dell'acqua calda).

Fonte: Office of Research Services Bir- mingham, Alabama
US University of Alabama UAB Spain Rehabil

Luja™

Micro-hole Zone Technology™

Micro-fori. Macro differenza. Meno rischi di infezioni urinarie.

La nuova generazione di cateteri intermittenti, per l'uomo e per la donna.

Richiedi i tuoi campioni gratuiti.
Per te, un servizio di assistenza tecnica dal lunedì al venerdì, dalle 9 alle 18.



800.064.064 chiam@coloplast.it

Coloplast SpA via Trattati Comunitari Europei 1957-2007 n. 9 - Edificio F - 40127 Bologna www.coloplast.it Il logo Coloplast è un marchio registrato di proprietà di Coloplast A/S.
© Tutti i diritti sono riservati [07-2024]



Luja™ Uomo

- oltre 80 micro-fori per uno svuotamento completo in un unico flusso
- nessun riposizionamento necessario per praticare il cateterismo
- punta flessibile per un inserimento più semplice e delicato
- guida protettiva asciutta per una procedura igienica senza toccare il corpo del catetere.

Scansiona questo QR code per provarlo gratuitamente

Aut Min. 0050959-16/06/2023-DGDMF-MDS-P



Luja™ Donna

- oltre 50 micro-fori per uno svuotamento completo in un unico flusso
- nessun fastidio durante il cateterismo
- realizzato con il 28% in meno di plastica
- compatto, pratico, facile da portare con se anche fuori casa

Scansiona questo QR code per provarlo gratuitamente

Aut Min. 0057508-08/07/2024-DGDMF-MDS-P

Ostomy Care | Continence Care | Wound and Skin Care | Interventional Urology | Voice and Respiratory Care

Coloplast

vita ASSOCIATIVA

GRIGLIATA AL CENTRO PARAPLEGICI DI SPILIMBERGO 17 LUGLIO 2025

di **Carmelo Agostini**

Si è svolta il 17 luglio scorso presso il centro paraplegici di Spilimbergo la tradizionale grigliata a base di pesce, perfettamente cucinato da alcuni utenti e dal personale. Ottimo il pesce, ottime le verdure è alla fine un delizioso dolce. Il tutto annaffiato da gustosissimi vini. Ciò che mi ha sorpreso è stato il clima che aleggiava di assoluta allegria e serenità, nessuno si è sentito disabile ma bensì più che normale. Davvero c'è stata tanta socializzazione tra utenti e personale senza distinzione dei ruoli. Mi ha colpito la disponibilità di tutto il personale sempre pronto ad aiutare. Tutto questo ha contribuito a fare una serata davvero bella. Un grazie a Michele organizzatore, perfetto e a Laura per l'acquisto del pesce. Ciò che resta è il ricordo.





MAURIZIO BOZZETTO



Lo scorso 16 ottobre ci ha lasciati l'amico Maurizio Bozzetto.
Ora il nostro chef cucinerà per gli angeli... Ciao Maurizio!
Alla moglie, ai figli e ai familiari tutti, porgiamo le nostre più sentite condoglianze.

GIAMPIETRO BORTOLUZ



Improvvisamente, giovedì 23 ottobre un altro amico se n'è andato! Ci ha lasciati Giampietro Bortoluz. A settembre eri qui con noi a Spilimbergo e ci hai salutati con la speranza di tornare presto... purtroppo non hai fatto in tempo... Ciao Giampietro! Alla moglie, al figlio e ai familiari tutti, le nostre più sentite condoglianze.

in ricordo di CHI NON C'È PIÙ

TESSERAMENTO 2026

Anche per questo prossimo anno conserviamo
la quota di iscrizione a **10€**.
Essere in tanti ci dà forza e peso nelle contrattazioni con le Istituzioni.
Abbiamo bisogno della iscrizione vostra e dei vostri familiari ed amici.
Dobbiamo arrivare ad almeno 1000 soci per contare di più.
Il 2026 lo dedicheremo, anche, alla cura del tesseramento.
Ti chiediamo di **rinnovare la tessera** nei modi tradizionali, ccp o bonifico bancario o in contanti in sede, o meglio ancora impostando con la tua banca un bonifico permanente annuale a favore della nostra Associazione (in questo modo ci aiuterai nella gestione della segreteria e avremo più tempo per affrontare i nostri problemi).

Grazie

Ccp n. 18875336 intestato all'Ass.ne Tetra-paraplegici F.V.G. ODV Causale: tesseramento anno 2026
IBAN IT02C0623012302000015158157 intestato all'Ass.ne Tetra-paraplegici F.V.G. ODV Causale: tesseramento anno 2026

Ti ricordiamo che fino a dicembre puoi fare una **donazione volontaria** alla nostra Associazione, con le stesse modalità valide per l'iscrizione.
Ricordati di scrivere nella causale "Donazione",
così potrai detrarla dalle tasse.
Chiediamo questo contributo volontario perché lo scorso anno sono venuti meno alcuni contributi pubblici che ci hanno costretto ad intaccare le nostre modeste riserve finanziarie.
Contiamo di avere risolto il problema ma abbiamo bisogno di un po' di liquidità. Anche un piccolo contributo ci può aiutare.

Grazie nuovamente

FVG OLYMPICS 20ª EDIZIONE

Non sarà stata una partecipazione straordinaria ma, accidenti, 84 partecipanti di cui 60 "atleti" sono cifre che non si vedono ogni giorno. (Se pensiamo che l'anno scorso abbiamo dovuto annullare la manifestazione per mancanza di iscritti).
L'organizzazione, collaudata, grazie a chi si è impegnato, ha funzionato alla grande. Possiamo solo dire, peccato per chi non ha potuto partecipare.

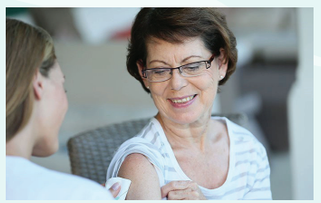
		TORNEO DI TENNISTAVOLO	
BOCCE		**PRINCIPIANTI**	**AGONISTI**
1° Carlet Federico – Lino Nocent 2° Boem Pietro – D'Ambrosio Ambrogio 3° Fabrizio Menia – Bidoli Bruno 4° Sharaby Latifa – Nino Petrillo		1° Tarek Madi 2° Roberto Barbazza 3° Borsoi Claudio 4° Pezzarrini Elena	1° Corbatti Alen 2° Carlet Federico 3° Modica Salvatore
TORNEO DI BOCCIA INTERNA			
FINALE PRINCIPIANTI	**FINALE ESPERTI**	**TIRO A SEGNO CARABINA**	**TIRO A SEGNO PISTOLA**
1° Tomasin Stefania 2° Brussi Pietro 3° Margherita Caporusso 4° Edoardo Pivetta	1° Naibo Massimiliano 2° Calligaris Claudio 3° Bazzo Giulio 4° Marson Emilio	1° Carlet Federico 2° Barbazza Roberto 3° Menia Fabrizio	1° Salvatore Modica 2° Fabrizio Menia 3° Massimiliano Naibo



notizie dal DIRETTIVO

Pensate che l'estate sia solo tempo di vacanza?
Sbagliato. Almeno per quanto riguarda la nostra Associazione.
È vero ci siamo riuniti solo una volta. Ma è più che sufficiente.
Infatti, oltre all'attività ordinaria, cioè gli incontri mensili al Gervasutta, la gestione delle gite e di FVG OLIMPICS, abbiamo fatto un sacco di altre cose.
Impostato un protocollo per la gestione dei mielolesi nei pronto soccorso e in caso di ricovero ospedaliero, su cui c'è ancora molto da lavorare (vedi articolo all'interno).
Programmato le attività autunnali (vedi newsletter).
Controllato situazione finanziaria e lanciato sottoscrizione volontaria (che continua ancora).
Fatto alcuni interventi a livello nazionale per batterie litio in aereo e per includere nei LEA i certificati per la patente e per un'azione di solidarietà verso i disabili palestinesi (vedi articolo all'interno).
Aderito alla prima edizione della CHARITY RUN.
Incontrato PROMOTURISMO FVG per attività comuni sull'accessibilità e per un nuovo progetto di cui a breve vi informeremo.
Aderito e partecipato al progetto rete clinica dei traumi, che raccoglie l'esperienza diretta degli interessati sulle varie problematiche che ci riguardano i campo sanitario.
Impostato la newsletter informativa che avete già ricevuto.
E poi, si, alla fine anche un po' di vacanza.

CAMPAGNA VACCINALE ANTINFLUENZALE 2025/2026



È partita la campagna di vaccinazione antinfluenzale gratuita per le seguenti categorie: donne in gravidanza, bambini e ragazzi tra i 6 mesi e i 17 anni, persone a partire da 60 anni, lavoratori per i quali il vaccino è raccomandato.
A partire dal 14 ottobre 2025 la vaccinazione è disponibile gratuitamente per tutti. Per prenotare la vaccinazione è possibile consultare il proprio Medico di Medicina Generale o Pediatra di Libera Scelta, oppure prenotare online a partire dal 1° ottobre tramite il portale regionale di prenotazione.

Triride® by Gianni Conte

libertà senza confini

per vivere ogni avventura



WWW.TRIRIDEITALIA.COM

LAGO DI BARCIS E FORRA DEL CELLINA

Le impressioni dei partecipanti

di **Sasa e Eliana**



Sabato 8 agosto.
La giornata è splendida, cielo terso e caldo, come inizio promette bene. Appuntamento a Barcis con un gruppo variegato di gitanti, chi con il propulsore elettrico installato sulle carrozzine e gli accompagnatori, meno fortunati, a piedi. Dopo il ritrovo, la conta per essere sicuri che ci siamo tutti, la partenza. Si costeggia il lato sotto monte del lago, bello fresco ombrato con l'aria che profuma di bosco si respira a pieni polmoni. Camminando si ammirano i ciclamini sparsi un po' ovunque. Arrivati al ponte pedonale lo attraversiamo e costeggiando il lago ci si avvia verso il ristorante con molte soste per ammirare il panorama mozzafiato e scattare foto. Dopo aver soddisfatto gola, palato e con la pancia piena si ricomincia il cammino. Arrivati davanti all'entrata della Forra del Cellina il sig. Emilio ci dà una breve descrizione del luogo. Entrati per la visita siamo immersi in un mondo magico fatto di canaloni, rocce, bosco e rumore costante dell'acqua che scorre. Rilassante davvero. Durante la camminata ci imbattiamo in un ponte sospeso. I più temerari decidono di provare l'ebbrezza di attraversarlo. Chi con più paura e chi con meno arrivati alla fine si prendono gli applausi di tutti. Concluso il percorso, con i saluti di rito, si ritorna a casa con la consapevolezza di aver trascorso una bellissima giornata e la promessa di rivedersi alla prossima gita.





LE NOSTRE GITE

Possiamo dire anche quest'anno di avere, con le escursioni a Barcis e a Lignano, felicemente concluso il programma "gite sociali". Felicemente perché tutto è andato bene, a cominciare dal meteo: sempre sole splendido.
Gli itinerari sono stati, da tutti, apprezzati e valutati molto positivamente.
Discreta anche la partecipazione.
Noi vorremmo più partecipanti, ma la gestione di più di 20/30 persone comincia ad essere veramente complessa.
La cosa più sorprendente, però, è che quest'anno abbiamo avuto una partecipazione davvero rilevante di persone di altre regioni.
Lasciamo stare alcuni amici e amiche delle province di Venezia e Padova, che sono presenze costanti. Qui parliamo di persone venute apposta da Verona, Milano, Roma, Mantova, Merano, Modena, Rimini e sicuramente dimentichiamo qualcuno. Persone che magari si sono presi qualche giorno di ferie per visitare la nostra regione. E alcuni hanno partecipato a due gite, soddisfatti della prima. Molti sono diventati nostri soci! Merito sicuramente della pubblicità che la ditta Triride ci fa sul suo sito!
Ma orgogliosi di essere, probabilmente non l'unica, ma una delle poche Associazioni di persone disabili che organizza, oramai da diversi anni, un ciclo costante di gite annuali. (E qualcuno nell'ultima gita ha richiesto un'ulteriore programmazione per i primi mesi autunnali. Abbiamo dirottato gli interessati al gruppo whatsapp "Gr.App.E. in carrozzina" dove, di volta in volta, indichiamo ulteriori gite da fare assieme. Gruppo aperto a tutti gli interessati).
Per quest'anno è tutto. Arrivederci al prossimo. E chi non partecipa non sa cosa si perde!

Se ti interessa e ti piacerebbe fare altre gite/escursioni in compagnia comunicalo ad Alessia.
Ti inserirà nel gruppo whatspp "Gr.App.E. in carrozzina", che vuol dire gruppo appassionati escursioni in carrozzina, dove ci teniamo in contatto e programmiamo uscite tutto l'anno, clima permettendo.
Ti aspettiamo!







PORDENONE
Viale F. Martelli 20
0432 081 261

GRADISCA D'ISONZO (GO)
Via Lorenzoni 4
338 6879886

UDINE
Via A. Caccia 8
0434 081 261