Tutti i colori della famiglia

Pagina di informazione a cura di Sintra Onlus





L'arte del "pro-gettarsi" tra incertezza e speranza per il futuro Al di là dei luoghi comuni, la neurodiversità è un bene prezioso

Ciò che distingue l'uomo da qualsiasi altro animale è la sua capacità di progettare. Progettare abitazioni sempre più confortevoli, strade per unire posti lontani, macchine per compiere qualunque tipo di servizio... ma anche progettare la propria esistenza, progettare se stessi: letteralmente "pro-gettarsi", gettare la propria esistenza in avanti. Vien da sé che tutto ciò che limita o impedisce la nostra capacità progettuale genera in noi profonda sofferenza. Ansia, quando vediamo le possibilità ma sentiamo di non poterle raggiungere. Depressione, quando queste possibilità non le vediamo neanche più.

L'età più avanzata, quella che oggi si chiama "quarta età", segna il passaggio della persona ad un momento della vita in cui questa progettualità inevitabilmente si contrae, limitandosi al futuro più prossimo.

Fisiologicamente, sentiamo di avere davanti sempre meno tempo, eppure rimane in noi quel bisogno di progettarci per stare bene, per sentirci vivi, che si concretizza nell'importanza di appuntamenti fissi da attendere con entusiasmo, di settimana in settimana. E così, se la pandemia, tra isolamento e

mascherine, ha consegnato un po' tutti noi all'incertezza verso il futuro rendendoci oltremodo difficile l'attività del progettarci, questo è tanto più vero per le persone anziane. Infatti, per i più giovani è possibile sentire di avere davanti il tempo necessario per riprogettarsi dopo un periodo di lockdown, ma i più anziani hanno visto sgretolarsi e venir meno proprio quell'unica loro possibile progettualità a breve termine.

Ecco che allora il Progetto D.A.R. vuole darsi come obiettivo per i prossimi mesi quello di ristabilire almeno in parte questa progettualità per gli anziani di Carignano, pensando ad iniziative e attività da proporre alla popolazione, appuntamenti fissi di ritrovo aperti a tutti, che possano costituire i mattoni di un ritrovato benessere psicologico e sociale.

E se anche tu hai qualche idea da proporci... contattaci!

Dottoressa Egle Bellomo Psicologa - Progetto D.A.R.

Autismo: rompiamo le bolle



E' stata celebrata il 2 aprile scorso la giornata mondiale per la consapevolezza sull'autismo. E sì, è imperante oggi la necessità di riflettere sul Disturbo dello Spettro autistico. Un universo che per molti è lontano e inesplorato. Anzi, ricco di costellazioni di stereotipi, un vuoto incolmabile nella comprensione della neurodiversità.

Affrontiamo allora alcuni luoghi comuni, cercando di capire qual è la verità. Innanzitutto l'autismo è un disturbo che si presenta a spettro, questo vuol dire che è estremamente eterogeneo e complesso. Che si presenta con gravità e caratteristiche differenti. Non è un universo tutto al maschile. Sono molte le bambine, ragazze e donne che presentano un autismo di livello uno, quello che veniva fatto rientrare nel-

la sindrome di Asperger, ma spesso non vengono diagnosticate. Il loro essere autistiche è meno evidente, perché mitigato da un retaggio culturale che le vuole 'brave bambine', composte, educate, e remissive. L'empatia: gli autistici vedono e sentono il mondo in maniera differente, e per questo capita che vengano percepiti come distanti e freddi. In realtà l'autismo non preclude la possibilità di comprendere le emozioni proprie e altrui, semplicemente ci sono canali e livelli di percezione diversi.

altrui. Si è soliti pensare agli autistici come soggetti chiusi in una bolla, assorbiti da loro stessi e dal loro mondo.

Ma forse siamo noi che mettiamo delle bolle, delle distanze. Se provassimo a romperle riusciremmo a vedere con gli occhi di un autistico. Sono le bolle che stanno intorno a noi che dobbiamo rompere, e cominciare a vedere il mondo con gli occhi di un autistico. La neurodiversità è un bene

prezioso, con curiosità e coraggio possiamo godere tutti di questo tesoro.



"Lo scorso anno l'esame era un rebus: scritti sì, no; tesina si, no. Per fortuna la mamma mi ha iscritta al corso di preparazione all'esame organizzato da Sintra onlus. Qualche certezza in più me l'ha data e sono arrivata tranquilla alla prova".

Sarah (Prima superiore – Liceo scienze umane).



PREPARA CON NOI IL TUO ELABORATO PER L'ESAME DI TERZA MEDIA O MATURITA'!





