

ASSOCIAZIONE FAMIGLIE  
DI PERSONE CON DISABILITÀ  
INTELLETTIVA E/O RELAZIONALE



**Anffas**<sup>Onlus</sup>  
**di Cagliari**  
dal 1958 la persona al centro

Anno IV - Numero 2/2017 NOTIZIARIO UFFICIALE DELL'ANFFAS ONLUS DI CAGLIARI

# Notiziario



*Noi ci siamo!*



**NOTIZIARIO UFFICIALE  
DELL'ANFFAS ONLUS  
DI CAGLIARI**

Anno IV - Numero 2/2017  
Aut. Trib. Cagliari n. 8/14  
del 30-08-2014

**EDITORE**

Presidente Anffas  
Onlus Cagliari  
Rita Angela Pitzalis

**PROPRIETARIO**

Anffas Onlus di Cagliari

**DIRETTORE  
RESPONSABILE**

Elisabetta Mossa

**REDAZIONE**

Daniela Caddeo, Daniela Denti,  
Corrado Granella, Claudia Lugas,  
Francesca Nieddu,  
Maria Laura Pinna,  
Eleonora Salis, Antonina Taccori,  
Federica Tatti, Serena Vacca.

**REALIZZAZIONE GRAFICA**



Ditta Zedda Daniele

**STAMPA**



Ditta Zedda Daniele  
Quartucciu

Gli articoli rispecchiano  
le opinioni degli autori  
ed impegnano esclusivamente  
la loro responsabilità.  
Gli articoli si intendono  
resi a titolo gratuito e i dattiloscritti  
e le immagini non vengono restituiti  
anche se non pubblicati.  
La redazione si riserva  
di apportare variazioni ai testi  
per agevolarne la comprensione  
e per esigenze di stampa.

**HANNO COLLABORATO  
CON NOI**

Silvia Ambu  
Roberto Figus  
Marcella Madeddu  
Giulia Picchedda  
Monica Saurra

**Dicembre 2017**

# Sommario

<i>In primo piano... Legge 112/2016 "Dopo di noi"</i>	<i>pag. 3</i>
<i>Progetto "Vita Indipendente" - Distretto di Iglesias</i>	<i>pag. 5</i>
<i>A piccoli passi verso il futuro</i>	<i>pag. 6</i>
<i>La formazione in Anffas</i>	<i>pag. 9</i>
<i>"La persona al Centro" - Breve storia di un percorso formativo</i>	<i>pag. 10</i>
<i>A proposito di formazione...</i>	<i>pag. 12</i>
<i>Servizio civile in Anffas: un anno di formazione e crescita</i>	<i>pag. 13</i>
<i>Dal diario di Giulia...</i>	<i>pag. 15</i>
<i>Come diventare volontario dell'Anffas di Cagliari</i>	<i>pag. 15</i>
<i>Nuovi passi verso l'inclusione - A volte succede / Il teatro è unicità</i>	<i>pag. 16</i>
<i>Il mistero delle nuvole appetitose / Pasticci diversi</i>	<i>pag. 17</i>
<i>"Giro Libri" - Progetto biblioteca</i>	<i>pag. 18</i>
<i>L'Anffas partecipa a "Orti Arti e Giardini"</i>	<i>pag. 19</i>
<i>Scirarindi! L'Anffas al grande festival di Cagliari</i>	<i>pag. 20</i>
<i>Liberi, liberi siamo noi..</i>	<i>pag. 21</i>
<i>"Money Money Money"</i>	<i>pag. 22</i>
<i>Cucinare per rimanere più giovani</i>	<i>pag. 23</i>
<i>Perfette imperfezioni</i>	<i>pag. 25</i>

*In primo piano....*

## *Legge 112/2016 “Dopo di Noi”: al via l'attuazione regionale*



Con la **delibera n°52/12 del 22 Novembre 2017** la Regione Sardegna ha dato avvio al programma attuativo della Legge sul “Dopo di Noi” (Legge 112/2016), che prevede specifici supporti a favore delle persone con disabilità gravi e prive di sostegno familiare. La Legge 112/2016 rappresenta una grande conquista per le persone con disabilità e i loro familiari, in quanto per la prima volta nel nostro ordinamento giuridico vengono riconosciute delle specifiche tutele e strumenti giuridici finalizzati a garantire una effettiva continuità nel percorso di vita, anche successivamente al venir meno delle figure genitoriali. La norma prevede percorsi sulla deistituzionalizzazione, interventi di residenzialità temporanea, soluzioni alloggiative di tipo familiare o di co-abitazione, sviluppo di abilità per la vita indipendente e modalità di protezione economica che facilitino la programmazione del futuro.

Per l'attuazione degli interventi previsti dalla legge, la delibera ha stanziato quasi quattro milioni di euro, relativi al riparto del fondo per le annualità 2016 e 2017; infatti, la Sardegna ha avuto due milioni 610 mila euro per il 2016 e un milione 110 mila euro per quest'anno.

La delibera è finalizzata a promuovere, su tutto il territorio regionale, la realizzazione di progetti e servizi funzionali allo sviluppo di modalità di vita indipendente e di soluzioni abitative autonome, attraverso un sistema diffuso e articolato di servizi e interventi per l'accompagnamento e l'uscita dal nucleo familiare d'origine, in relazione al durante-dopo di noi.

I destinatari della legge 112/2016 sono **“le persone con disabilità grave (riconosciuta ai sensi dell'art. 3 comma 3 L.104/92), non determinata dal naturale invecchiamento o da patologie connesse alla senilità, prive di sostegno familiare** in quanto mancanti di entrambi i genitori o perché gli stessi non sono in grado di fornire l'adeguato sostegno genitoriale, nonché in vista del venir meno del sostegno familiare, attraverso la progressiva presa in carico della persona interessata già durante l'esistenza in vita dei genitori”; la nostra delibera regionale ha previsto che abbiano **accesso prioritario** alle misure le persone con disabilità gravi mancanti di entrambi i genitori, del tutto prive di risorse economiche e patrimoniali; le persone con disabilità grave con sostegno familiare inadeguato, per via dell'età dei genitori o della condizione di disabilità degli stessi; le persone con disabilità grave inserite in strutture residenziali con caratteristiche lontane da quelle che riproducono le condizioni abitative e relazionali della casa familiare.

L'accesso agli interventi e ai servizi dovrà avvenire attraverso il coinvolgimento diretto dei soggetti interessati, nel rispetto della volontà delle persone con disabilità, ove possibile dei loro genitori o di chi ne tutela gli interessi; l'accesso potrà avvenire previa **valutazione multidimensionale** che sarà effettuata dalle Unità di Valutazione Territoriali (UVT) presenti in ogni distretto socio-sanitario, congiuntamente all'assistente sociale del Comune di residenza o del PLUS e dal diretto interessato.

Questa valutazione risulta fondamentale per la definizione del **Progetto Personalizzato**, elemento essenziale previsto dalla legge, con il quale vengono specificati tutti gli interventi sanitari e sociali necessari per andare incontro ai bisogni della persona; il progetto, infatti, partendo da una valutazione delle necessità, aspettative e desideri della persona con disabilità, individua i vari supporti e sostegni, formali (istituzionali) ed informali, che possono permettere alla persona di partecipare alla vita sociale e vivere in condizioni di pari opportunità rispetto agli altri, dando una risposta appropriata ai bisogni manifestati. Il progetto personalizzato individuerà, sulla base della natura del bisogno prevalente emergente nel progetto, una figura di riferimento (case manager) che ne curi la realizzazione e il monitoraggio, attraverso il coordinamento e l'attività di impulso verso i vari soggetti responsabili della sua realizzazione. Il progetto personalizzato dovrà contenere il **Budget di Progetto**, che prende in considerazione tutte le risorse a vario titolo disponibili per la realizzazione del progetto. Il budget, per ciascun progetto personalizzato, a valere sulle risorse del Fondo per il “Dopo di Noi”, non potrà comunque essere superiore a 8.000,00 euro pro capite per la prima annualità (2016) e non superiore ai 5.000,00 euro per la seconda annualità.

Per l'attuazione degli interventi, la delibera ha individuato nei **25 ambiti PLUS** i soggetti che si occuperanno della programmazione e gestione per l'ambito di riferimento degli stessi; le risorse saranno loro ripartite sulla base della popolazione residente in età compresa tra i 18-64 anni. Ogni ambito PLUS dovrà assicurare la regia e il governo degli interventi, rilevando il fabbisogno con il massimo coinvolgimento dei beneficiari e favorendo il più ampio coinvolgimento dei potenziali soggetti attuatori. A questo proposito, dovranno avviare una procedura di evidenza pubblica rivolta agli enti del Terzo Settore (come Anffas) per la creazione di un **elenco di soggetti qualificati per l'erogazione degli interventi**. I beneficiari avranno a disposizione dei **voucher sociali** utilizzabili per la fruizione degli interventi.

La delibera prevede il monitoraggio di tutte le attività poste in essere attraverso la costituzione di un osservatorio e/o gruppo di lavoro, al quale parteciperanno i diversi soggetti chiamati alla realizzazione del programma operativo; scopo del gruppo sarà valutare, alla luce dell'andamento della prima annualità, l'aderenza ai requisiti, allo spirito e ai principi della legge, di tutti gli interventi e i servizi posti dal Programma nelle diverse fasi di realizzazione e la loro appropriatezza rispetto ai bisogni dei beneficiari.

A cura di Elisabetta Mossa

**N.B.:**  
**Per informazioni ulteriori sulla Legge “Dopo di Noi” e sulla sua attuazione nel nostro territorio regionale potete contattare il nostro Servizio SAI, chiedendo un appuntamento con l'Assistente Sociale Elisabetta Mossa, chiamando al numero di telefono 070 683273.**

# Progetto "Vita Indipendente" Distretto di Iglesias

Vita Indipendente è un progetto a cui Anffas Cagliari partecipa dal 2015 in collaborazione con il Plus e il Csm del Distretto di Iglesias. È dedicato a persone adulte con disabilità, in carico ai servizi sanitari del territorio, beneficiari di L.R. n. 20/97. La seconda annualità è iniziata ad ottobre 2016 e si concluderà a dicembre 2017.

Abbiamo modulato il progetto utilizzando *Vita indipendente* come parola chiave di tutti i percorsi riabilitativi attivati in questi due anni che hanno spaziato dall'abitare in autonomia, all'inclusione sociale attraverso lo strumento del lavoro, alla formazione. Vita Indipendente è un concetto che riguarda tutte le persone, ma che è necessario sottolineare nel caso delle persone con disabilità affinché abbiano le medesime opportunità degli altri per garantire la libertà di autorealizzazione della persona, che, potenzialmente, deve essere messa nella condizione di poter scegliere e di decidere della propria vita. Perciò siamo partiti dall'idea che le persone stesse siano i primi conoscitori dei propri bisogni, e abbiamo cercato di costruire ogni progetto con la massima partecipazione dei diretti interessati, valorizzando il più possibile la capacità di autodeterminazione di ciascuno.

## Un po' di numeri...

Dal 2015 ad oggi, 4 persone hanno fatto parte del gruppo appartamento per la sperimentazione delle autonomie abitative, 3 di queste hanno poi realmente imboccato la strada dell'indipendenza andando a vivere per conto proprio. Sono stati attivati 16 percorsi di inclusione socio – lavorativa grazie alla collaborazione di ben 17 imprese del territorio. Da novembre 2016 sono stati attivati 2 corsi di formazione in materia di sartoria e giardinaggio che hanno coinvolto 13 allievi e sono stati attivati project work presso 5 associazioni nei comuni del distretto.

In occasione della chiusura della nuova annualità del Programma Vita indipendente,

La S.V. è invitata giovedì 23 novembre 2017  
dalle ore 16.45 alle ore 18.45  
presso l'Aula Magna dell'Istituto Comprensivo «C. Nivola»  
Serra Parada - Iglesias

**All'Incontro Pubblico**  
**Programma Vita Indipendente e inclusione**  
**nella società delle persone con disabilità**  
**II Edizione**

**PROGRAMMA DELL'INCONTRO**

- Intervalli del dott. **Paolo Cirio**, dirigente del settore Socio-Culturale del Comune di Iglesias e del dott. **Aldo Azzeri**, Direttore Socio-sanitario della ASL n°7
- Proiezione del video **Vita Indipendente, un progetto di vita**  
dott.ssa **Rita Angela Pizzalis**, Presidente dell'Anffas Cagliari, dott.ssa **Marcella Madeddu**, educatrice Anffas Cagliari il Progetto, metodologie e strumenti
- dott.ssa **Giorgia Floris**, Preside dell'ist. Comprensivo «C. Nivola», Esperienze di inclusione sociale dentro la scuola
- Testimonianze e interventi liberi
- dott. **Enrico Ferrà** Responsabile del CSM di Iglesias; e dott.ssa **Laura Mattiello**, A.S. CSM di Iglesias, L'impatto del progetto sui servizi del territorio

durante l'incontro saranno esposte in Aula Magna alcune creazioni del laboratorio di sartoria condotto durante il progetto

Progetto cofinanziato da

Anffas Cagliari ha organizzato una seconda edizione dell'**incontro pubblico** dal titolo "**Programma Vita Indipendente e Inclusione nella società delle persone con disabilità**", che si è tenuto il 23 novembre 2017 presso l'Aula Magna dell'Istituto Comprensivo "C. Nivola" ad Iglesias. Durante l'incontro è stato proiettato il video "Vita Indipendente, un progetto di vita" prodotto da Anffas, dove sono raccolte le dirette testimonianze dei protagonisti del progetto.

A cura di Marcella Madeddu

# *A piccoli passi verso il futuro*

*“Il vostro amore sarà sempre come un'orma nel loro cuore  
Perché siete parte del loro crescere  
Con loro avete gioito di ogni progresso  
Avete insegnato, vi siete arrabbiati, avete combattuto ogni difficoltà*



*Grazie per tutto”.*

Con queste parole ci salutano due mamme, dopo che i loro bambini hanno appena concluso il percorso in ANFFAS e sono pronti a vivere la vita più grandi e più forti con tutto quello di cui hanno bisogno per crescere.

Sì, perché il centro autismo minori ad Iglesias, prevede e auspica questa possibilità: che i bambini una volta terminato il loro percorso, attraverso una collaborazione con la famiglia e con la rete, possano proseguire altrove nelle mille possibilità che la vita può offrire ad ognuno di noi.

E' la nostra speranza, quello per cui lavoriamo incessantemente da tre anni ormai, ma soprattutto la speranza più recondita nel cuore di ogni genitore che si presenta da noi fresco di diagnosi e ha dipinte in volto tutte le emozioni del mondo: la paura, lo sconforto, l'ansia, l'incredulità, la speranza, la fiducia e soprattutto l'amore verso questi figli, per i quali sono disposti a fare qualsiasi cosa ma che non sanno come fare per farla al meglio.

“Che cos'è l'autismo?” è la domanda più generica ma racchiude dentro di sé un milione di altre domande e spesso prima di noi è affidata al web; ad una ricerca affannosa di risposte che passano per luoghi comuni, preconcetti, per i vari sentito dire e che offrono descrizioni talmente tanto generiche che probabilmente non rispecchiano la situazione di quel bambino e della sua famiglia e generano ancora più confusione, ancora più sconforto, ancora più paure.

C'è un bisogno di domande scroscianti e travolgenti da buttare fuori e albergano in ogni genitore che viene da noi, tenute dentro per troppo tempo, con troppo silenzio. Ci chiedono: Cosa farà mio figlio da grande? Sarà in grado di crescere come gli altri bambini? Parlerà? Saprà leggere e scrivere? Guiderà la macchina? Lavorerà?

C'è bisogno di risposte serie, motivate, di dare certezze, anche dolorose a volte, ma che trovino conferma e coerenza nella situazione reale che affronta il bambino e la sua famiglia perché a volte anche benevolmente, tutti gli altri a partire dalla famiglia allargata stessa, nel confortare minimizzano, nel rassicurare banalizzano, rimandando le risposte, accrescendo i dubbi. E allora serve veramente per prima cosa porre l'attenzione nel far sì che un genitore non si senta più solo ma accolto, capito, sollevato dai dubbi, che gli vengano fornite risposte oneste e soprattutto trasmessa la sensazione che da quel momento tutti si prenderanno cura del bambino perché poi al di là delle diagnosi, delle teorie, delle cause, ci sono i problemi del quotidiano da affrontare e sono mille piccoli e grandi problemi, che investono tutta la vita del bambino e della sua famiglia. E noi siamo lì a dare sostegno, a insegnare ma soprattutto a pensare insieme a quali possono essere gli accorgimenti migliori per affrontare questo viaggio.

E quando non abbiamo la risposta pronta ciò che conta è continuare a lavorare incessantemente accanto alla famiglia, anche se a volte siamo spiazzati anche noi, ma non al punto da impedirci di provare.



L'obiettivo finale è fare in modo che ogni bambino che passa per il nostro centro abbia tutti gli strumenti necessari per poter proseguire il suo percorso al di là di noi, il che non significa che proseguirà da solo ma che potrà contare su una rete e su un sostegno allargato costante e continuo che gli permetta di guardare quanti più orizzonti possibili ed esplorare fino all'ultima delle sue possibilità.

L'altro grande obiettivo è far sì che ogni famiglia impari a conoscere il proprio bambino, a

capirne il linguaggio e a comunicare con lui per guidarlo e per lasciarsi guidare. Cerchiamo sempre di trasmettere il messaggio che ogni bambino è a sé e non esistono vite da manuale ma ci piace pensare e proporre modi alternativi di essere perché ogni vita è unica e preziosa e questo ce lo insegnano i bambini ogni giorno con le loro mille sfumature, con le sorprese che ci riservano e i cambi di rotta ai quali ci costringono. In tre anni tante storie si sono affacciate nelle nostre stanze, tra lacrime e sorrisi, tra parole dette con la bocca e altre dette che con gli occhi, tra corse nel corridoio, manine sporche di colore e briciole ovunque ...e c'è un momento che è particolarmente emozionante e sempre diverso anche se si ripete tutte le volte; quando il bambino ha terminato la sua giornata con noi e rivede i suoi cari, che sono venuti a prenderlo...è l'anticamera del futuro, l'anteprima del nostro esistere; prepararlo all'incontro ora e poi più in là a tutto il resto del mondo, affacciato, con una cartella carica di strumenti, perché possa dirci voltandosi "io vado". Non possiamo mai essere abbastanza sicuri che sia pronto ma siamo sicuri che ce la farà anche perché nessuno è più solo e noi, bambini, vi guardiamo da qui.

A cura di Maria Laura Pinna



# *La formazione in Anffas*

*“L'educazione è l'arma più potente che puoi usare per cambiare il mondo” (N. Mandela)*

Il miglioramento continuo della qualità dei servizi offerti è un obiettivo prioritario per il Consiglio Direttivo dell'Anffas Cagliari, attraverso il quale fronteggiare il mutare dei bisogni espressi dalle persone e dalle famiglie che accedono all'Anffas cercando delle risposte qualificate.

Il raggiungimento di tale obiettivo è strettamente correlato alla qualità dell'istruzione e della formazione degli operatori impegnati nei nostri servizi; la crescita di competenze, il fornire dei supporti per migliorare il proprio lavoro risulta fondamentale nella risposta ai cambiamenti e per il perseguimento delle finalità prefissate.

Soprattutto negli ultimi anni sono stati numerosi i processi formativi che hanno coinvolto tutte le figure professionali che partecipano al processo di presa in carico delle persone con disabilità; i momenti formativi offerti hanno mirato a sviluppare, oltre alle competenze tecnico-specifiche, le meta-competenze che consentono un agire comune delle diverse professioni.

Tra questi eventi, di recente ha avuto termine la formazione triennale “La persona al Centro”, tenuta dal dott. Lepri, incentrata sui temi dell'autonomia e dell'adulità delle persone con disabilità intellettiva, rivolta a tutti gli operatori dei servizi Anffas.

Inoltre, è stata organizzata una formazione rivolta alle equipe dei nostri servizi socio-assistenziali e del servizio sperimentale, finalizzata ad affrontare specificamente un fenomeno tanto nuovo quanto pressante, quale l'invecchiamento nelle persone con disabilità intellettiva.

La nostra associazione, dati i tanti anni di attività, accoglie diverse persone con età superiore ai 50 anni, per le quali si rende sempre più evidente la necessità di dare delle risposte qualificate e specifiche, al mutare nel tempo dei loro bisogni. Per andare incontro a tali esigenze, il personale che opera nei nostri servizi socio-assistenziali e sperimentale ha avviato una collaborazione con l'Anffas Trento; tale realtà, già da alcuni anni, si occupa del tema dell'invecchiamento e ha avviato degli studi scientifici specifici e organizzato dei servizi dedicati. Tale collaborazione, oltre all'utilizzo di innovativi strumenti di valutazione atti a rilevare precocemente l'insorgenza di problematiche connesse all'invecchiamento (deterioramento psico-fisico, forme di demenza...), ha come detto esitato in una interessante formazione tenuta dal dott. Gomiero, rivolta a tutti gli operatori.

La formazione ha potuto confermare che il delicato passaggio dalla maturità alla vecchiaia, per le persone con disabilità, merita un'attenta analisi ma anche risposte adeguate e personalizzate atte a rallentare e/o modificare un processo che potrebbe portare alla comparsa di diverse patologie correlate. Nell'ambito della formazione è emersa la necessità di operare degli interventi che riguardano direttamente le persone con disabilità (privilegiando attività flessibili e con basso livello di stress) e indirettamente il personale e i familiari che se ne prendono cura, attraverso degli ulteriori momenti formativi di approfondimento; inoltre, a livello organizzativo occorre ripensare a nuovi modelli di servizio, con cambiamenti della struttura, dei fattori fisici e ambientali e delle pratiche organizzative, appositamente dedicati a questa fascia di persone.

Questa sarà la nuova sfida dell'Anffas Cagliari per il prossimo anno!

# “La Persona al Centro”

*Breve storia di un percorso formativo*



Da qualche anno campeggia nei nostri servizi lo slogan “La persona al centro”, slogan che in realtà è divenuto pensiero e filosofia di un agire con le persone con disabilità, che ha accompagnato il processo di riorganizzazione dei servizi Anffas in chiave inclusiva.

Per tutti noi operatori, la nuova organizzazione, è stata elemento di grandi riflessioni e approfondimenti relativamente all'utilizzo di alcuni modelli educativi e riabilitativi e all'implementazione di interventi di inclusione sociale delle persone.

A sostegno di questo processo innovativo, tutto il personale Anffas è stato coinvolto in un importante e interessante percorso formativo tenuto dal dott. Carlo Lepri, ideatore, tra l'altro, del titolo “La persona al centro. Autodeterminazione, Autonomia, Adultià per le persone con disabilità”.

Gli interventi formativi, che hanno preso avvio nel 2014, si sono conclusi ad Ottobre 2017 ed hanno seguito una articolazione che si può, sinteticamente, suddividere in tre livelli.

Il primo livello ha coinvolto tutti gli operatori ed è stato finalizzato a consolidare alcuni elementi concettuali relativi al rapporto educativo nell'ottica della qualità della vita e, in particolare, degli aspetti collegati con l'autodeterminazione.

Un secondo livello ha riguardato la sperimentazione di 15 progetti individualizzati di autonomia specificamente dedicati alle persone afferenti ai servizi di potenziamento di Settimo San Pietro, Selargius e Iglesias.

Un terzo livello ha riguardato la formazione rivolta alle famiglie, con la costituzione di due gruppi composti da circa 10 familiari, in rappresentanza dei diversi servizi Anffas.

La conclusione del percorso è stata, invece, dedicata alla discussione di alcuni cambiamenti che si sono verificati nell'approccio con la persona, la famiglia e il territorio e che sono riconducibili al percorso di riorganizzazione e formazione di questi anni.

Per comprendere gli esiti di tale formazione, si può ritenere che l'esperienza, supportata da una notevole disponibilità al confronto e all'approfondimento dei temi, da parte dei circa 85 operatori coinvolti, ha costituito una importante base di elaborazione e riflessione di nuovi approcci educativi.

Nel contempo, ha stimolato la discussione e lo scambio tra i diversi servizi rafforzando, negli operatori, la consapevolezza rispetto all'appartenenza all'Anffas nel suo insieme e ai valori che essa rappresenta.

Voglio concludere queste poche righe riportando i versi della poesia” ITACA “ di Kostantinos Kavafis con cui il dott. Lepri ha introdotto i lavori della formazione e che, compiutamente, richiamano al nostro procedere lungo un viaggio fatto di desiderio di sapere e capire...

*“Quando ti metterai in viaggio per Itaca devi augurarti che la strada sia lunga, fertile in avventure e in esperienze. I Lestrigoni e i Ciclopi o la furia di Nettuno non temere, non sarà questo il genere di incontri se il pensiero resta alto e un sentimento fermo guida il tuo spirito e il tuo corpo. In Ciclopi e Lestrigoni, no certo, ne' nell'irato Nettuno incapperai se non li porti dentro se l'anima non te li mette contro. Devi augurarti che la strada sia lunga. Che i mattini d'estate siano tanti quando nei porti - finalmente e con che gioia - toccherai terra tu per la prima volta: negli empori fenici indugia e acquista madreperle coralli ebano e ambre tutta merce fina, anche profumi penetranti d'ogni sorta; più profumi inebrianti che puoi, va in molte città egizie impara una quantità di cose dai dotti. Sempre devi avere in mente Itaca - raggiungerla sia il pensiero costante. Soprattutto, non affrettare il viaggio; fa che duri a lungo, per anni, e che da vecchio metta piede sull'isola, tu, ricco dei tesori accumulati per strada senza aspettarti ricchezze da Itaca. Itaca ti ha dato il bel viaggio, senza di lei mai ti saresti messo sulla strada: che cos'altro ti aspetti? E se la trovi povera, non per questo Itaca ti avrà deluso. Fatto ormai savio, con tutta la tua esperienza addosso già tu avrai capito ciò che Itaca vuole significare.*

# A proposito di formazione...

Circa un anno fa abbiamo pensato di proporre alle persone che frequentano il SISL (Servizio di Inclusione Socio-lavorativa) un percorso di formazione teorica per approfondire il tema dell'IMPARARE A LAVORARE.

Abbiamo costruito dei moduli formativi tematici con l'obiettivo di affrontare argomenti riguardanti la conoscenza del mondo del lavoro. Attraverso quella che chiamiamo formazione in situazione (on the job) ci confrontiamo con le regole che organizzano il mondo del lavoro e ci insegnano a stare all'interno di un gruppo di lavoro reale.

Il corso è composto da 12 moduli (lavorare in gruppo, cura della persona, sicurezza, comunicazione e relazioni a lavoro, etc.) non solo teorici ma arricchiti con simulate che hanno permesso ai ragazzi di capire in maniera più pratica come funziona la realtà lavorativa.

Per avere un riscontro reale dell'andamento di questo primo anno di corso abbiamo chiesto ai ragazzi il proprio parere:

## - Di cosa si parla?

"...di come si impara a lavorare" *Valeria*

"...è una sorta di corso che si fa con lo scopo di imparare a stare nel mondo del lavoro"  
*Chiara*

"...di come ci si comporta sul posto di lavoro e come confrontarci con i colleghi di lavoro" *Francesco*

## - Quando si fa?

"...ogni sabato, tranne quando l'Anffas è chiuso."  
*Clarissa*

## - Quali sono gli aspetti positivi?

"...si possono scambiare pareri e chiedere cosa è corretto fare, o meno" *Mirko*

"...io sto facendo questo corso perché mi aiuta a crescere di più" *Edoardo*

"...mi ha permesso di sentirmi a mio agio all'interno del gruppo SISL" *Chiara*

"...non sono più timida come lo ero prima." *Benedetta*

## - Quali sono state le difficoltà?

"...all'inizio per me era difficile stare nel gruppo perché sono timida." *Chiara*

"...all'inizio avevo un po' di difficoltà, avevo un po' di vergogna a confrontarmi con i colleghi ma dopo un po' mi sono sbloccato e sono riuscito a confrontarmi con loro"  
*Francesco*

"...a volte c'erano delle cose che non riuscivo a capire" *Maria Chiara*

"...le difficoltà sono la comprensione degli argomenti" *Francesca*

## - È cambiato qualcosa con la formazione?

"...ho imparato molte più cose riguardo al lavoro" *Valeria*

"...da quando sto facendo il corso di formazione la mia prima impressione era di non farcela ma poi ce l'ho fatta e mi sto impegnando di capire e di fare tutto il corso di formazione" *Edoardo*



# *Servizio Civile in Anffas: un anno di formazione e crescita*

Si è conclusa nel mese di ottobre l'esperienza del servizio civile di due giovani volontari, Giulia e Fabio, che hanno deciso di trascorrere un anno della loro vita in Anffas, attraverso un percorso che si è rivelato impegnativo ma ricco di soddisfazioni non solo per loro ma anche per noi che abbiamo avuto la gioia di poter condividere questa opportunità. Non c'è modo migliore per salutarli e ringraziarli che sentire le parole di Giulia, attraverso una breve intervista alla quale si è resa disponibile, che sarà di stimolo a chiunque abbia la necessità o anche solo la curiosità di saperne di più su questo tipo di esperienza.

## **Ciao chi sei e cosa fai nella vita?**

**G:** *Sono Giulia Ho 26 anni e mi sto per laureare in economia.*

## **Cosa ti ha spinto a fare il servizio Civile?**

**G:** *Ho scelto di fare il servizio civile perché stavo finendo gli studi e avevo bisogno di fare una nuova esperienza.*

## **Conoscevi già l'Anffas? Se sì perché l'hai scelta?**

**G:** *Mi è sempre piaciuta l'idea di poter fare del volontariato, esperienza che avevo già fatto peraltro quando ho compiuto 18 anni e mi sarebbe piaciuto intraprendere anche studi di psicologia in alternativa a quelli che poi di fatto ho scelto; perciò tra tutte le associazioni che erano disponibili l'Anffas, mi sembrava quella più adatta alle mie attitudini e alle mie esigenze formative complementari.*

## **Come è stato il primo impatto quando hai iniziato il Servizio?**

**G:** *Il primo impatto è stato difficile perché ritenevo di non avere le competenze per affrontare un compito tanto delicato e questo destava in me un po' di preoccupazione ma dopo i primi due mesi di osservazione e di assestamento ho capito che ce l'avrei potuta fare ad affrontare questa esperienza al meglio, ambientandomi e imparando.*

## **Raccontaci in breve la tua esperienza di questo anno.**

**G:** *Il centro Anffas nello specifico dove ho svolto il servizio è quello dell'autismo adulti in Viale Colombo, a Cagliari. Le mie giornate si svolgevano partecipando a tutte le varie attività e progetti, seguendo la calendarizzazione prevista, con la possibilità di poter cambiare a seconda non solo delle mie richieste ma anche delle esigenze del servizio che ben presto ho fatto mio, vivendolo con senso di responsabilità e appartenenza. Mi ricordo che quando sono arrivata temevo di non riuscire ad avvicinarmi in maniera adeguata, perché per carattere ho difficoltà e riguardando indietro al mio anno, mi sono resa conto che da quel punto di vista sono molto cambiata e questo andrà a cambiare anche il mio modo ora di affrontare la vita. Sicuramente ho iniziato ad apprezzare anche di più ciò che ho e pur avendo affrontato un anno difficile, per motivi personali, paradossalmente andare "al lavoro", faceva sì che tornassi a casa rasserenata e ricaricata.*

### **Ritieni che sia utile il servizio civile per un giovane di oggi? E se sì, perché?**

**G:** *Assolutamente sì! Ritengo sia un'esperienza utile che consiglieri perché ti cambia a livello umano ma non la si deve fare per guadagnare dei soldi, che peraltro sono solo un rimborso spese, andando magari contro voglia come se fosse un obbligo tanto per avere una paga, ma la si deve vivere con il giusto spirito di un lavoro inteso come impegno, dove il tuo compito principale ogni giorno è quello di andare ad aiutare, ricevendo in cambio una scuola di vita a 360 gradi che ti lascia tanto dentro con tanta voglia di raccontarlo. È anche una sfida con se stessi, un modo per mettersi alla prova e per orientarsi nelle scelte della propria vita.*

### **Quali sono le qualità/caratteristiche che un ragazzo del servizio civile deve avere durante l'espletamento della sua attività? E in particolare in una sede Anffas Onlus?**

**G:** *Sicuramente umanità, empatia, sensibilità, flessibilità e anche creatività. Tutto questo può anche non esserci sin dall'inizio, ma almeno ritengo debba essere presente una predisposizione o un desiderio di sviluppare queste caratteristiche. Serietà e senso della responsabilità sono anch'esse qualità necessarie.:*

### **Quali sono le migliorie e i suggerimenti per il servizio civile? E per i servizi Anffas?**

**G:** *In qualità di studente poiché non è facile conciliare lo studio con il servizio mi piacerebbe che l'aspetto burocratico fosse il più snello possibile e incentrato sulla flessibilità. Per quanto riguarda l'Anffas spero ci sia un sempre crescente coinvolgimento delle famiglie e della società nel percorso di vita della persona disabile affinché sia questo un percorso di qualità e di reale autodeterminazione.*

### **Cosa ti porterai dentro di questa esperienza e in che modo pensi ti sia utile per il tuo futuro?**

**G:** *Oltre al valore umano impagabile che ne ho tratto e la sfida che ho vinto con me stessa, nel volermi mettere alla prova in un campo del tutto diverso dalle mie competenze di base, sono certa che mi servirà anche da un punto di vista lavorativo perché mi ha dato tutta una serie risorse che sono generalizzabili anche in altri ambiti e poi non è detto che non possano servirmi anche in questo ambito specifico.. perché nella vita non si sa mai..*

*Per ora posso contare su dei bellissimi rapporti di amicizia sinceri che voglio coltivare nel tempo in quanto bene prezioso.*

Nell'augurare a Giulia e Fabio, un futuro ricco di soddisfazioni e ringraziandoli per il prezioso servizio offerto cogliamo l'occasione per ricordare che se avranno piacere di continuare la loro esperienza in Anffas, anche solo periodicamente, potranno diventare volontari Anffas e restare con noi tutto il tempo che vorranno.

A cura di Maria Laura Pinna

## *Dal Diario di Giulia ...*

Il giorno in cui finiva l'esperienza del servizio civile, Giulia sentiva l'esigenza di condividere sulla sua pagina facebook personale queste parole, che vogliamo riportare anche qui, per la bellezza delle emozioni in esse racchiuse:

Un anno fa ho deciso di iniziare il SERVIZIO CIVILE presso l'ANFFAS, un'associazione che si occupa di dare sostegno alle persone con varie disabilità scegliendo il centro dell'autismo. Oggi si è concluso il mio percorso e volevo condividere cosa ha dato a me questa esperienza.

Ho conosciuto tante persone stupende a partire dai ragazzi che seguivo; per quanto impegno tu ci possa mettere per aiutarli non sarà mai abbastanza, rispetto al bene incondizionato e puro che loro daranno a te. Porto nel cuore 17 ragazzi fantastici e speciali che mi hanno accompagnata per un anno e che penso di non dimenticare mai.

Nei colleghi di lavoro ho trovato una seconda famiglia ma soprattutto degli amici. Durante quest'anno ho capito che per quanto la tua vita sia un casino a volte bisogna stamparsi il sorriso in faccia, perché se qualcuno ha bisogno di te non puoi permetterti di tenere il muso ma soprattutto ho capito che in certe situazioni aiutare gli altri aiuta più che aiutare te stesso.

Scrivo tutto questo perché penso che sia una esperienza che mi ha cambiato la vita e consiglio a tutti quelli che hanno la possibilità di fare domanda di approfittarne finché sono in tempo. Questa foto è il più bel regalo che potevate farmi, in ricordo di una giornata fantastica passata insieme.

Ringrazio tutti quelli che mi hanno accompagnata in quest'anno e in ultimo, ma non per importanza, la persona che mi ha fatto conoscere questo mondo e mi ha consigliato di farne parte nonostante i miei mille impegni.

Mi mancherete tantissimo ...

Giulia Picchedda

### *Come Diventare Volontario dell'Anffas di Cagliari*

I volontari rappresentano una risorsa fondamentale per la vita dell'Associazione, perché sono l'espressione diretta del rapporto di vicinanza e di amicizia della comunità con le persone e le famiglie che compongono l'Anffas.

L'Associazione ritiene fondamentale l'apporto dato alle proprie attività dai volontari, che con altruismo dedicano tempo e risorse per migliorare la vita delle persone più fragili, e auspica un loro coinvolgimento sempre maggiore per creare una catena di solidarietà forte, efficace e duratura.

Per diventare volontario dell'Anffas, si può offrire la propria disponibilità, presentando richiesta scritta al Consiglio Direttivo; le richieste una volta accolte, vengono inserite nel registro dei volontari tenuto dall'Associazione.

Per disponibilità e/o maggiori informazioni sulle opportunità di volontariato presenti nelle nostre strutture si può contattare il Servizio S.A.I.? (Servizio di Accoglienza e di Informazione) al n.tel. 070 683273 o venirci a trovare nella nostra sede di Via Caboni 3 a Cagliari.

A cura di Elisabetta Mossa



# Nuovi passi verso l'inclusione...

## A Volte Succede - Il teatro è unicità



L'unicità di ogni persona è stata messa in scena sabato 11 novembre 2017.

Gli artisti di "Intrepidi monelli" e gli attori del progetto "teatro" del servizio Anffas di via Praga Selargius hanno portato in scena lo spettacolo "A VOLTE SUCCUDE". Il teatro è tra le prime forme di comunicazione delle emozioni, è tra le attività creative ed artistiche che consentono di sperimentare aspetti di se stessi altrimenti difficilmente riconoscibili. Il teatro diviene, in tal modo, un gioco di ruoli e di sensazioni che, attraverso l'interpretazione di storie reali e fittizie, consente di esplorarsi. Utilizza la potenzialità del gioco delle parti, per sostenere interventi di prevenzione del benessere, di educazione, di integrazione e di cambiamento. L'interpretazione di un ruolo di scena consente di esprimere delle parti di sé non quotidiane che possono essere vissute attraverso la dimensione sicura del personaggio, consentendo di sospendere temporaneamente le conseguenze delle proprie azioni, ascoltando i vissuti che l'"interpretare" può generare. Il contesto del palco permette di imparare nuove reazioni cognitive e comportamentali sperimentando un altro se' in situazioni protette. Condizione fondamentale per mettersi in scena è la creazione del gruppo, creato anche da persone che non hanno mai fatto un'esperienza teatrale precedente, dato che i riflettori non sono puntati sulla tecnica ma sulla possibilità di comunicare e di esprimersi creativamente attraverso linguaggi teatrali. Tutto lo spettacolo si svolge in un'aula dove è in atto una lezione di recitazione, ambientazione al passo con i tempi della programmazione tv dei talent.

I personaggi sono un bidello canterino, due maestre incontentabili, indisciplinate, e chiosose come del resto tutta la classe di lavoro. Un direttore artistico smemorato, che si alza dalla sedia appena sente partire il jingle del suo pezzo, ma che puntualmente si dispera perchè non ricorda la parte. Un buttafuori serio e inquietante, che con il suo sguardo immobilizza, o perlomeno ci prova, la classe chiososa. Ci sono poi una coppia di attori che impersonano il "pessimista e l'ottimista", una Nausicaa che incontra il suo

Ulisse in spiaggia e lo vuole conquistare con modalità comiche . Altri attori hanno partecipato a sketch apportando una grande ilarità. Ogni attore ha messo del suo.... sia utilizzando mimiche facciali che raccontano tanto, sia il linguaggio Lis( lingua dei segni italiana) che tutti, nel contesto teatro, comprendono. Quasi tutti gli attori hanno dato sfogo a libere interpretazioni e fuori copione. L'emozione è stata regina dello spettacolo, la sinergia tra attori e pubblico e il conseguente gradimento si sono manifestati attraverso gli applausi fragorosi che hanno palesato un bel divertimento, portando all'attenzione degli spettatori il grande lavoro svolto nei mesi precedenti.

Si ringrazia tutta la squadra degli "Intrepidi monelli" che con professionalità, grande cura e attenzione hanno saputo valorizzare i Nostri Attori, ognuno per quello che è.

## *Il Mistero Delle Nuvole Appetitose*

### *Pasticci Di-versi*

PASTICCI DI-VERSI, un laboratorio per creare pasticci? Ebbene sì, gli ingredienti sono libri storie, personaggi, un pizzico di fantasia e la voglia di stare non proprio con i piedi per terra. In questo laboratorio si creano storie per bambini che possono far viaggiare con la fantasia sia in formato cartaceo che multimediale, dove i creatori danno voce ai loro personaggi. Attraverso l'esperienza dell'ascolto e della creazione dei racconti, le persone coinvolte, hanno avuto occasione di esprimere il proprio sè, il proprio universo affettivo, le proprie opinioni, le paure ed emozioni in un clima di accoglienza e di gioia. Il progetto intende rafforzare l'immagine della persona disabile come portatrice di conoscenze, facendo emergere un'identità adulta e del saper fare. Dopo un anno di letture, disegni, i partecipanti sono stati guidati verso la scrittura creativa, inventando così storie collettive.



Il primo libro dal titolo "il mistero delle nuvole appetitose" narra la storia di tre galli, Franciscu, gallo messicano dal grande sombrero, Fracassa, gallo sardo dal grande pancione, e Bernardo, gallo inglese che non smetteva di parlare. Tutti e tre lavoravano come chef presso la cucina di Lauriska, gallina russa. La storia si svolge tutta all'interno della cucina dove, il cavallo Pablo, prima rubava il cibo poi faceva flautolenze che misteriosamente profumavano di

lasagne, arrostiti e tiramisù, provocando una "nuvola appetitosa" che avvolgeva chiunque entrasse. Insomma il cibo spariva dalla cucina, Lauriska così accusava i tre galli chef. Gran caos per questi furti di cibo licenziamenti e liti in vista per i tre galli, sino a quando, recatisi accidentalmente in stalla, riconobbero l'odore delle nuvole flautolenzose



appetitive.....ecco svelato l'arcano. Pablo cavallo golosone, stanco di mangiare solo fieno, si introduceva nella cucina e divorava gli ottimi piatti dei tre chef.

In conclusione i tre galli si resero conto di essere stati troppo avari nei confronti del Cavallo golosone e decisero di essere più generosi. Allo stesso tempo Pablo imparò a non prendere più le cose senza aver prima chiesto il permesso.

Il libro "Il mistero delle nuvole appetitose", è stato presentato durante la serata dei poeti presso il circolo dei lettori "Equilibri" ad Elmas.

Le persone partecipanti al progetto, hanno presentato il loro libro, leggendolo, interpretandolo e mostrando una grande carica emotiva, entusiasmando così il pubblico.

## *"Giro Libri"* *Progetto Biblioteca*

Nel mese di Ottobre in piazza "Si è Boi" a Selargius, tra il verde delle aiuole, fontane giochi e panchine del parco cittadino ha aperto il **"Giro libri"**. Lo spazio, come già accennato nello scorso notiziario, nasce per favorire lo scambio di libri, fumetti, dvd e cd musicali, mediante un circuito che consente a chi ne beneficia di prendere un libro ed eventualmente portarne un altro da catalogare con un sistema digitale, e il successivo posizionamento per genere, negli appositi settori. Inoltre vengono messi a disposizione di chiunque voglia usufruirne alcuni quotidiani e settimanali. Al suo interno è stato realizzato anche un angolo per i più piccoli, con vari giochi e il necessario per disegnare e colorare. Obiettivi fondamentali del progetto sono il coinvolgimento dei partecipanti verso l'accoglienza delle persone interessate allo scambio, sapendo ascoltare le esigenze, riuscendo a soddisfare le richieste e mettendo a disposizione preparazione e professionalità acquisite in questi mesi di lavoro dietro le quinte. Inoltre ogni persona deve far proprio lo spazio curandone riordino e pulizia. Attualmente lo spazio è attivo il lunedì, il martedì e il venerdì dalle 9,30 alle 12,30 e vede come principali protagonisti alcune persone del servizio di potenziamento "E. Nannini" di Selargius affiancate da un operatore .

Dal mese di Gennaio, lo spazio sarà attivo tutti i giorni con tre aperture al mattino e due al pomeriggio. Ciò sarà possibile grazie al coinvolgimento di persone e operatori afferenti ai progetti inter-centri.

### Giornalino di Selargius via Praga Edizione straordinaria 3-10-2017

#### Inaugurazione "Giro libri" ANFFAS di Selargius

Martedì tre ottobre c'era l'inaugurazione della biblioteca a Selargius. Quando siamo arrivati c'era tanta gente, che bello!!! Io ero molto emozionata. Sono arrivati anche alcuni gruppi di altri servizi ANFFAS. Roberta Calatri era al servizio buffet, Alessandro, un ragazzo di viale Colombo era seduto. La presidente ha preso la parola; è venuto anche il sindaco e ha regalato un sorriso a tutti noi ragazzi.



Articolo e scrittura di Francesca Piga  
Impaginazione e stampa di Nicola Baire

# L'Anffas partecipa a "Orti Arti e Giardini"

Il 14 e il 15 Ottobre, l'Anffas di Cagliari è stata invitata a partecipare alla rassegna "Orti arti e giardini", che si è tenuta presso il Parco della Musica di Cagliari.

L'evento ha coinvolto numerosi espositori vivaisti provenienti dalla Sardegna e dall'Italia, produttori isolani promossi da Slow Food Cagliari e artigiani di prodotti naturali.

Sono stati molto numerosi i visitatori che nelle due giornate hanno partecipato alla manifestazione.

L'Anffas era presente con uno spazio espositivo di manufatti provenienti dai laboratori afferenti al progetto inter-centri "Perfette imperfezioni"; presenti anche due pannelli fotografici che illustravano il progetto intercentri "Aree verdi - coltiviamo l'inclusione", relativo all'esperienza dell'Anffas di Cagliari nei progetti di cura del verde.

Un altro pannello inerente al progetto intercentri "Noi per l'arte" illustrava l'esito di una ricerca sull'arte nei giardini storici di Cagliari.

Durante le due giornate sono state distribuite brochure e materiale informativo sulla nostra associazione.

L'Anffas di Cagliari ringrazia i promotori della rassegna, con la speranza che possa ripetersi il prossimo anno.

A cura di Claudia Lugas





## Scirarindi!

### L'Anffas al grande festival di Cagliari

“Svegliati”, guardati intorno, entusiasmati per le cose belle che riusciamo a fare in terra sarda, per tutto ciò che la nostra isola offre, dai paesaggi alla gente, . E' questo il motto che “Scirarindi” vuole promuovere per scoprire persone, attività, servizi e tutto ciò che, nel territorio, si sta muovendo alla ricerca del benessere psicologico, fisico e spirituale dell'individuo e della collettività, in armonia con l'ambiente e



per riscoprire il piacere di stare con gli altri. Con questo evento si vuole anche creare una rete di comunicazione e scambio tra persone così da favorire la circolazione di informazioni ed esperienze tra le realtà dell'isola. Scirarindi quindi ci ha coinvolti, con il suo spirito di condivisione e apertura, nelle due giornate di festival . Abbiamo partecipato con la grinta necessaria per promuovere il nostro lavoro sia in termini di produzione di manufatti che in termini di calore e disponibilità durante i gettonatissimi laboratori di ceramica e creazioni natalizie dove, i bambini potevano esprimere la loro voglia di fare e creare portando a casa il proprio manufatto. Inoltre grande interesse ha suscitato l'esposizione e vendita dei lavori, che con prezzi accessibili per tutte le tasche, ha attirato parecchi visitatori e acquirenti.



Al prossimo anno e non dimenticare: Scirarindi!

A cura di Francesca Nieddu



# *Liberi, Liberi siamo noi...*

*Il progetto Teatro: "L'ambiente caldo in cui i ragazzi dei CSE di Settimo e di Cagliari sono riusciti a crescere..."*

Il 27 Ottobre un gruppo di persone frequentanti i due Centri Socio Educativi di Cagliari e di Settimo San Pietro, si sono esibiti una rappresentazione teatrale unica e geniale presso il Centro AREA 3 di Via Carpaccio a Cagliari. Il testo e la regia appartengono al maestro Fausto Siddi.

La rappresentazione sviluppa la storia di un gruppo di fenicotteri rosa africani, tristi e annoiati che decidono di mettersi in viaggio fino ad arrivare allo Stagno di Molentargius a Cagliari e si nutrono dei succulenti gamberetti. Complice il buon umore e la stagione propizia, i fenicotteri iniziano i corteggiamenti e dal loro amore depongono le uova. Stanchi per la tanta fatica i fenicotteri cadono in un sonno profondo e sono talmente assorti che non si rendono conto che, un branco di cani randagi e affamati ruba loro le uova cullate con tanto amore. Un solo fenicottero riesce a dare l'allarme e in preda alla disperazione una di loro



cerca di reagire ma soccombe in seguito all'attacco del capo branco. Il gruppo dei fenicotteri tristi per la perdita della compagna celebra il funerale con un effetto scenico drammatico che fa trasparire la drammaticità del momento. Il dolore dei fenicotteri si trasforma in rabbia e vendetta al punto che decidono di rapire il cucciolo dei cani (rappresentato da un impeccabile Fabrizio N.). Il capobranco nonché padre del cucciolo, impersonificato da un esilarante Emanuele M., è talmente disperato per il rapimento del figlioletto che arriva a mettersi in ginocchio davanti al gruppo dei fenicotteri, in segno di sottomissione, pur di riavere il piccolo tra le braccia. I fenicotteri che in un primo momento appaiono molto rigidi nella loro posizione alla fine decidono di restituire il cucciolo di cane ai suoi genitori. Tutte le scene sono accompagnate da effetti sonori scanditi dalla ritmicità dei tamburi suonati dal gruppo dei musicisti Anffas. L'esibizione ha visto protagonisti tanti nostri ragazzi: Vitale, Bruno, Marco, Francesca, Patrizia, Fabrizio, Paolo, Monic, Antonio, ecc....

La storia, ricca di eventi significativi, ha reso i ragazzi dei veri protagonisti; protagonisti sono stati i loro corpi e l'espressione dei loro visi, così vivi e gioiosi per essere stati al Centro di un teatro e aver portato, davanti ad un folto pubblico, una storia drammatica e ricca di morale.

La recitazione, il teatro ha aiutato tutti gli attori coinvolti a mettersi in discussione, a conoscersi meglio e a collaborare.... L'interpretazione dei ruoli ha permesso a tutti di rappresentare gli stati d'animo più complessi come la tristezza, la gioia, la disperazione con una maggiore consapevolezza. I ragazzi dopo le 24 lezioni si sono riscoperti cambiati, hanno potuto esprimere il loro potenziale.

Complimenti agli attori e agli educatori per lo splendido lavoro fatto e per le emozioni che hanno saputo trasmettere al pubblico presente.

# *I CSE vincono il primo posto al Villaggio Turistico "Le Dune"*

## *"Money, Money, Money..."*

Durante il soggiorno presso il villaggio turistico "Le Dune" di Costa Rei, i ragazzi dei CSE di Cagliari e di Settimo San Pietro, hanno partecipato a un Talent Show, organizzato dall'animazione del villaggio. I ragazzi con gli operatori, hanno presentato un musical sulla base della canzone "Money" (Jessy J.). Con una precedente preparazione del balletto da presentare presso i rispettivi Centri, gli operatori dei due CSE e il gruppo dei ragazzi che partecipavano al soggiorno (Patrizia, Tiziana, Sabrina, Francesca, Daniele, Pierluigi, Maria Luisa, Paolo, Paola, Antonio) si sono classificati al primo posto rispetto agli altri 4 gruppi che hanno portato una attività di intrattenimento. I ragazzi hanno partecipato attivamente, divertendosi e mantenendo fino all'ultimo "passo" il ruolo assegnatoli. Ringraziamo Susy, Annalisa e Anna per la coreografia e per la cura nella preparazione degli abiti e accessori che i ballerini hanno indossato.

A cura di Federica Tatti



*Il progetto di Struttura Sperimentale per l'inclusione delle persone con disabilità che invecchiano presenta il progetto:*

## *“Cucinare per rimanere più giovani...”*



Il progetto di Struttura Sperimentale nasce il 15 Novembre 2016, e si configura come ponte tra i percorsi di riabilitazione globale e percorsi assistenziali dedicate alle persone con disabilità anziane. Nel Febbraio del 2017 Viene creato il Programma “E...Sperimentiamo in cucina”.

Il programma è caratterizzato da un laboratorio gastronomico, che pone al centro la forte motivazione di tutti i partecipanti al progetto per esaltare al massimo il piacere del mangiare.

I componenti dell'equipe valutano questo progetto, a quasi un anno dalla sua creazione, come un momento in cui si rafforzano i legami e ci si gratifica per ciò che si è realizzato. Per tale motivo tutto il gruppo interessato dello Sperimentale lo si vede coinvolto nella giornata del mercoledì per la preparazione della merenda del giorno. Il gruppo della cucina che realizza i manicaretti settimanali è composto da 4 persone: Simona Agus, Alessandro Marcialis, Doriana Meloni, Pierpaolo Spada. Ognuno con le proprie competenze sostiene gli altri e si è stati testimoni di momenti di veri e propri splendidi esempi di tutoraggio tra i partecipanti al progetto.

Ogni settimana viene votata una ricetta nuova proposta dai ragazzi. Lo studio della ricetta avviene attraverso libri e riviste dedicate. Successivamente ci si reca nei market vicini e lista in mano si fa la spesa!!!!

Il giorno alla settimana dedicato alla creazione delle ricette più elaborate è il venerdì... La ricetta in cui verranno impegnati i ragazzi questa settimana è la realizzazione dei Muffin con le gocce di cioccolato... Se non riuscite a passare vi illustriamo la ricetta, semplice e veloce ma ...se siete di passaggio i ragazzi del Gruppo Sperimentale vi aspettano per un assaggio...”

A cura di Federica Tatti

## **Ingredienti per 12 muffin**

**Burro** ammorbidito a temperatura ambiente 125 g

**Farina 00** 265 g

**Zucchero** 135 g

**Latte intero** a temperatura ambiente 135 g

**Uova** (circa 2) a temperatura ambiente 110 g

**Gocce di cioccolato fondente** 100 g

**Baccello di vaniglia** 1

**Bicarbonato** raso 1 cucchiaino

**Sale fino** 1 pizzico

**Lievito in polvere per dolci** 10 g



# Preparazione

## Come preparare i Muffin con gocce di cioccolato



Per preparare i muffin con gocce di cioccolato lavorate con le fruste elettriche il burro, lasciato ammorbidire a temperatura ambiente per almeno un'ora precedentemente, con lo zucchero (1), fino ad ottenere un composto spumoso e cremoso (2). Dopodiché incidete una bacca di vaniglia e raschiate i semi utilizzando il dorso di un coltello (3)



Versate questi ultimi nella ciotola con burro e zucchero (4). Azionate nuovamente le fruste e aggiungete le uova, anche queste a temperatura ambiente, una alla volta (5) in questo modo gli ingredienti non si sleggeranno (6).



Ora setacciate la farina (7), il lievito per dolci (8) ed il bicarbonato (9) direttamente nella ciotola con il composto.



Aggiungete anche il pizzico di sale e azionate nuovamente le fruste per inglobare le polveri (10). Noterete che l'impasto diventerà più consistente quindi stemperatelo con il latte a temperatura ambiente versato a filo (11). A questo punto il composto sarà morbido e compatto (12).



Unite 80 grammi di gocce di cioccolato (13) e mescolate con una spatola per inglobarle dopodiché trasferite il composto in una sac-a-poche usa e getta senza bocchetta (14) in questo modo potrete effettuare un lavoro più pulito altrimenti utilizzate pure un cucchiaino. Sistemate i pirottini di carta in una pirofila da muffin e riempiteli per 2/3, quindi lasciando meno di un centimetro dalla superficie (15). Ogni muffin dovrà pesare all'incirca 70 grammi.



Sulle tortine versate le rimanenti 20 gocce di cioccolato (16) e cuocete in forno preriscaldato a 180° per 18-20 minuti in modalità statica (altrimenti a 160° per 13-15 minuti se il forno è ventilato) (17). A questo punto i vostri muffin con gocce di cioccolato sono pronti per essere gustati (18).

## Perfette imperfezioni hand made



La bottega d'Arte nasce dall'esigenza di valorizzare e incoraggiare la creatività, la competenza artistica e artigianale delle persone con disabilità intellettiva e/o relazionale.

E' una vera e propria Bottega, allestita all'interno di un laboratorio di ceramica, un punto vendita, dedicata all'esposizione di tutti i manufatti prodotti dalle persone dei servizi Anffas. Ogni persona può ordinare, acquistare direttamente in sede e assistere alla realizzazione dei manufatti, in un contesto che rimanda all'artigianato del passato.

**Ricorda i tuoi giorni più belli con un gesto di solidarietà:**

Album fotografici  
Ceramiche artistiche  
Agende e Block notes  
Biglietti e Partecipazioni  
Articoli da regalo Oggettistica  
T-shirt

Pergamena  
Quadri e Pannelli  
Shopping Bag  
Bigiotteria  
Sacchetti lavanda  
Bomboniere



*Prendi contatti con noi, proponici la tua idea  
e noi ci impegneremmo a realizzarla!*

Viale Colombo, 25 Cagliari - Aperto tutti i giorni dal lunedì al sabato, dalle 9,00 alle 12,30

Per info e contatti: Cell. 388 906 1606 - Tel. 070 666 235

Mail: [perfette.imperfezioni@anffassardegna.it](mailto:perfette.imperfezioni@anffassardegna.it)

*A Voi tutti auguriamo  
un sereno Natale  
e un Felice Anno 2018*



**ASSOCIAZIONE FAMIGLIE  
DI PERSONE CON DISABILITÀ  
INTELLETTIVA E/O RELAZIONALE**



