

# il piccolo giornale



a cura di *filiderba* ONLUS  
via Filippo Brunetti, 13 50133 - Firenze Tel. / Fax: 055 58 43 77

e-mail: [info@filiderba.org](mailto:info@filiderba.org)  
[www.filiderba.org](http://www.filiderba.org)

Realizzato da: WHP - tel. 392 53 01 944 - [info@webhousepro.it](mailto:info@webhousepro.it)

## Calendario Marzo - Aprile

**Sabato 7 Marzo ore 15.00-7.00**

Incontro del "Progetto 10X10"

Presso l'Orto Botanico

Sabato 28 Marzo

Sabato 18 Aprile

(pag. III)

**Sabato 14 Marzo ore 10.00**

Assemblea annuale  
degli Associati

Via F. Brunetti, 15

**Domenica 5 Aprile**

Mercatino di Pasqua

Presso il Santuario della

Madonna del Sasso

all'uscita della

S.Messa delle 11.00

Per i Laboratori Permanenti  
vedere pag. III

Per INFO:

Tel Caterina 329 4219394

Tel Maddalena 335 384063

Oppure inviare un'e-mail a:

[caterina@filiderba.org](mailto:caterina@filiderba.org)

[maddalena@filiderba.org](mailto:maddalena@filiderba.org)

*Pubblichiamo adesso questo articolo della nostra Vice Presidente perché da ora si intende iniziare un percorso propositivo e progettuale affinché le Istituzioni si decidano a dare seguito a quanto auspicato, perché il 3 Dicembre 2009 sia un buon punto di partenza.*

### "GIORNATA INTERNAZIONALE DELLA DISABILITÀ"

Non tutti ancora sanno che il 3 dicembre si celebra la "Giornata internazionale delle persone diversamente abili" che, come stabilito dal "Programma di azione mondiale per le persone disabili" adottato nel 1982 dall'Assemblea generale dell'ONU, ha lo scopo di promuovere e sensibilizzare sui temi della disabilità, di mobilitare il maggior sostegno



possibile per la dignità, i diritti e il benessere delle persone disabili, e di accrescere la consapevolezza dei vantaggi che possono derivare dall'integrazione di tutti i soggetti in ogni aspetto della vita sociale. Quest'anno la Giornata del 3 dicembre vede anche l'approvazione del disegno di legge che ratifica in tempi ragionevoli, la Convenzione dei diritti delle persone con disabilità firmata il 30 marzo 2007 a New York: la convenzione rappresenta una tappa fondamentale nel lungo percorso di riconoscimento pieno dei diritti di cittadinanza, delle

libertà e nel processo di costruzione di una società per tutti. Dalla ratifica della convenzione ci auguriamo che trovino un nuovo impulso le politiche di inclusione per le persone diversamente abili nonché i principi di dignità e integrità della vita e delle persone ormai proprie della cultura del nostro paese. Con il decreto è stato istituito anche l'Osservatorio nazionale sulla condizione delle persone diversamente abili, che rappresenta non solo un'ulteriore garanzia per l'applicazione pratica della Convenzione, ma anche il rispetto dello slogan

proprio delle associazioni dei disabili: 'Niente su di noi senza di noi'. Nella "Giornata internazionale delle persone con disabilità", tutte le organizzazioni (governative, non governative e del settore privato) hanno l'op-

portunità di focalizzare l'attenzione su misure innovative, sulla base delle pari opportunità, utili a migliorare le norme internazionali e gli standard di vita riguardanti le persone con disabilità. Anche dal Ministero per i Beni e le attività culturali arrivano segnali incoraggianti, con lo slogan: "Un giorno all'anno - tutto l'anno", si intende attivare iniziative volte ad evidenziare le migliori pratiche e le migliori azioni al fine di rendere più accessibili i luoghi d'arte per le persone diversamente abili.

M. Federica Giuliani

Ringraziamo di cuore l'Associazione "AMICI di CLAUDIO CAR-  
MIGNANI" per la donazione che ci è stata consegnata il mese scorso. Questa Associazione è nata quando Claudio, un ragazzo di vent'anni, ha perso la vita in un incidente stradale. Davanti ad un dolore così grande il padre ha "rilanciato": insieme all'altro figlio ed amici ha fondato questa Associazione con lo scopo di prolungare il sorriso di Claudio in tanti pic-



coli meno fortunati. Operano già in India con la costruzione di Case di Accoglienza e sostengono Associazioni no-profit sul proprio territorio. Hanno sede a Santa Brigida (Pontassieve). Chi volesse collaborare ai loro eventi con lo scopo di offrire aiuto può contattare STEFANO CARMIGNANI (il padre) al 335 6778844 e visitare il sito:

[www.amicidiclaudiocarmignani.it](http://www.amicidiclaudiocarmignani.it)

Dobbiamo ringraziare anche un'altra iniziativa che ci ha procurato una donazione in denaro! Per merito di CHIARA CHI-MENTI e dei suoi genitori che si sono dati tanto da fare per noi quando ci hanno "scoperti", abbiamo avuto, una buona parte, del ricavato del mercatino natalizio, della Scuola Elementare frequentata da Chiara. Chiara abita ad Arezzo ma questo non



ha precluso una relazione diretta e proficua con la Direzione e le Insegnanti del VI° Circolo di Arezzo, in particolare delle Scuole "Francesco Severi" e "Madre Teresa di Calcutta".

Grazie dunque a tutti di cuore!

## “SORELLA DEPRESSIONE”

*Tutti possiamo soffrire di depressione, ed in alcuni soggetti non sono da escludere fattori ereditari, ma tutti almeno una volta nella vita abbiamo sofferto o soffriremo la depressione. La depressione, spesso è molto subdola. Assale piano piano anestetizzando i sentimenti fino a non accorgersi più di non provare emozioni e accettare come normale una vita piatta. E' triste pensare che ci siano persone che trascorrono anni in stato di semi-inerzia emotiva, senza rendersi conto che questa è curabilissima. Chi è depresso non riesce ad accettare i propri sentimenti tristi, perciò li cancella fino a non provare più alcuna emozione. Nello stesso modo cancella anche i sentimenti positivi con i quali potrebbe bilanciare il proprio stato d'animo. Perciò diventa molto difficile confortare una persona depressa....L'unica cosa che si può fare è aiutarla a riconoscere i propri sentimenti, positivi e negativi e ridare alla persona il ruolo di colui che sceglie. Ritornare ad essere "attori" della propria vita accettando che nessuno, ma nessuno, può lottare al nostro posto (Valerio Albisetti).*

Quando si è depressi si piange e a volte non si sa neanche più perché. Alla domanda "perché piangi?" la risposta inconsolabile a volte è "perché sono depresso". Spesso sono gli effetti di una vita difficile che ci costringono a fare i conti continuamente con ciò che siamo e ciò che invece "dobbiamo" essere. Spesso si tratta di dover "abbattere" parti di noi stessi che abbiamo costruito nei primi anni della nostra vita, più o meno coscientemente e più o meno liberamente. E' come se noi piangessimo la morte di parti di noi che devono staccarsi, volenti o nolenti e devono cambiare o annullarsi del tutto. Di fatto questa tristezza per la morte di noi stessi è più che giustificabile, è normale! Quello che segue però fa la differenza fra chi resta nella tristezza senza speranza e chi dopo un momento di "riposo" (la depressione costringe le persone a prendersi un tempo di riposo psico-fisico) riprende il cammino con maggior vigore perché ora cammina più libero dal proprio *io* che si è ridotto un po'. Questo *io* che deve essere in continua evoluzione fino alla fine dei nostri giorni, fino a "sparire" perché si è trasformato in *noi* ....



### Silvia ci scrive donandoci la sua esperienza.

"E il sole ricomincia a splendere..." Il verso di una poesia. Il titolo di romanzo. Le prime parole che mi vengono in mente pensando al termine "depressione". E' una strana storia senza un inizio e senza una fine. "Sei una persona estroversa, solare, sempre pronta ad ascoltare ed aiutare gli altri; hai una vita frenetica che riesci a fronteggiare egregiamente..." Ecco ciò che pensano gli altri di me. Mi sveglio con l'umore alle stelle e, poco dopo, l'umore finisce a terra. Esco come tutte le mattine e vado al lavoro, incontro le solite persone, faccio le solite mille cose, ma mi rendo conto che "di solito" non c'è più niente. Non mi riconosco più in mezzo "al solito" di sempre. Mi sento triste, voglio stare sola. E tutti mi chiedono: "Cosa c'è che non va?" "Stai male?" "Con una vita come la tua, così perfetta, perché sei triste?" E allora: andate tutti al diavolo! Non capite niente! Lasciatemi in pace! Ma mi sento sola, troppo sola. Vorrei

che qualcuno mi lanciasse un salvagente per restare a galla in questo mare di incertezze che mi travolge. Qualcuno mi tende la mano, ma io non l'accolgo, anzi la respingo, perché provo un senso di fastidio e di intromissione. Nessuno mi capisce. E così inizia la battaglia, la peggiore battaglia. Una lotta interiore che mi porta sempre più ad isolarmi, ad escludere gli altri dalla mia vita. E i giorni passano. E mi sento sempre più stanca. Basta: adesso mi abbandono, mi lascio trasportare da

questo mare in tempesta. Chiudo gli occhi. Vedo solo il buio. Ho paura. Cerco di riaprire gli occhi, ma non ci riesco. Che fatica, che dolore. Ecco uno spiraglio: vedo i miei figli, il mio compagno, i genitori, gli amici. Ci sono tutti e ciascuno ha in mano un salvagente. "Aiuto. Sono qui. Aiutatemi a ritrovare me stessa" E comincio a parlare. Sono un fiume in piena. Mi rendo conto di parlare pure a me stessa: sono diventata matta! Però funziona, funziona proprio bene! Stop! Alt! Ecco la nuova parola d'ordine: ASCOLTARMI. E scopro quanto è bello non essere perfetta. E scopro il piacere di raccogliere fiori con i miei figli, l'emozione di suonare una chitarra, il desiderio di passare un fine settimana con le amiche, la voglia di condividere con gli altri i miei problemi. E il sole ricomincia a splendere.

## DA NOVEMBRE UN NUOVO SERVIZIO

Presso "La stanzina del Cantone" a Scandicci si apre uno spazio di ricevimento/ascolto per le famiglie che si trovano in difficoltà con i loro bambini disabili. Prendendo un appuntamento è possibile ricevere una famiglia alla volta, per raccogliere la storia e dare,

anche minimamente, un' indicazione, un consiglio ed in futuro, su richiesta, una consulenza medica, legale, psicologica, etc. Questo servizio di "ascolto" sarà coordinato da Maria Maddalena Poccianti e da Fanny Cecchini Così. **Tel. Maddalena: 335 384063** o inviare un e-mail a: [maddalena@filiderba.org](mailto:maddalena@filiderba.org).

## PROGETTO 10X10

**Dieci bambini coltiveranno dieci metri quadrati all'Orto Botanico di Firenze con i semi di LIBERESO GUGLIELMI.**

L'esperienza si concentrerà in 4 incontri di sabato dalle 14.30 alle 16.30. Chi fosse interessato può scrivere a [federica@filiderba.org](mailto:federica@filiderba.org) o telefonare al cell 335 7556026. L'età consigliata è dagli 11 anni ai 15 anni. L'ingresso è gratuito per i genitori e per i bambini.

### LE DATE DEI PROSSIMI INCONTRI:

7 MARZO ore 15.00: Lavorazione e concimazione terra - 28 MARZO 2009 Ore 15.00: con i ragazzi del 10X10: Incontro con LIBERESO GUGLIELMI per la semina - Ore 16.30 incontro aperto al pubblico, previa conferma della presenza - 18 APRILE ore 15.00: Sarchiatura, pulizia e innaffiatura aiuole - 9 MAGGIO ore 15.00: Sarchiatura, pulizia e innaffiatura aiuole - 30 MAGGIO ore 15.00: Eventuale raccolta e sistemazione aiuole.

**ORTO BOTANICO - Via Micheli, 3 - Firenze**

**ASSEMBLEA DEGLI ASSOCIATI il 14 Marzo presso il Laboratorio Filiderba in via F.Brunetti, 15 alle ore 10.00.**

## CORSI E LABORATORI

Per info e prenotazioni inviare un e-mail a: [caterina@filiderba.org](mailto:caterina@filiderba.org) o a: [maddalena@filiderba.org](mailto:maddalena@filiderba.org)

**LABORATORIO CREAZIONE DI COMPOSIZIONI FLOREALI SECCHE** per giovani ed adulti: un'esperienza di volontariato a favore dell'associazione Filiderba onlus. A cura di Maddalena Poccianti.

Presso "La Stanzina del Cantone" a Scandicci - Via del Ponte a Greve 1/b. Per incontrarsi, conoscersi, e per imparare e condividere un lavoro manuale creativo che si trasforma in volontariato dal momento che le creazioni fatte dalle persone presenti saranno a disposizione della ONLUS per autofinanziamento. **Tutti i Mercoledì mattina dalle 9,30 alle 12,30** (La partecipazione è volontaria e gratuita. Si richiede soltanto la tessera associativa di € 10,00).

**CORSI DI DISEGNO MARTENOT:** Percorso di Espressione Artistica secondo il METODO MARTENOT, presso "La Stanzina del Cantone" a Scandicci - Via del Ponte a Greve 1/b, a cura di Maddalena Poccianti, insegnante diplomata all'Ecole d'Art Martenot de Paris.

### 3° LIVELLO:

Prosegue il corso di disegno dei 10 /12 anni. **Il Martedì dalle 17.30 alle 18.30.** (Questo corso prevede l'iscrizione all'associazione e una quota trimestrale: per info chiedere a [maddalena@filiderba.org](mailto:maddalena@filiderba.org))

### STORIA E TECNICA DELL' IKONA

A cura di Manuela Minacci docente ed esperta di Ikone.

Nuovo ciclo di Incontri : **il Giovedì dalle 9,30 alle 11.00**  
Inizio ad Ottobre con data da stabilire. Presso "La stanzina del Cantone" - Via del Ponte a Greve 1/C- Scandicci - Fi. La partecipazione al corso è aperta a tutti e gratuita eccetto per i materiali che di volta in volta saranno necessari. Si richiede la tessera associativa a Filiderba di € 10,00 l'anno.

### RIPETIZIONI

A cura di Federica Aloisi

Sempre presso lo studio "La stanzina del Cantone" a Scandicci - Via del Ponte a Greve 1/b si offre la possibilità di un recupero di studio per le lingue straniere a bambini e ragazzi della scuola dell'obbligo. L'orario di lezione verrà deciso assieme all'insegnante al momento della prenotazione con preferenza per il sabato mattina.

**STUDIO APERTO: uno spazio ed un tempo per dipingere insieme.** A cura di Maddalena Poccianti

**Il Sabato mattina dalle 9.00 alle 12.00** è offerta la possibilità di tenere aperta "La Stanzina del Cantone" per tutti quelli che cercano uno spazio dove poter dipingere secondo un proprio libero cammino anche in compagnia di altri.

Ciascuno provvederà a procurarsi i materiali ed oltre alla quota di iscrizione all'associazione di € 10,00, verserà una cifra da stabilire per le spese di uso dei locali.

**LABORATORIO DELLE MAMME: un'esperienza di volontariato a favore dell'associazione Filiderba onlus.**

A cura di Silvia Balzoni Nocentini.

Presso il "Laboratorio Filiderba" - Via F.Brunetti, 13 - Zona Cure, **tutti i Giovedì sera dalle 21,00 alle 23,30.** La partecipazione è volontaria e gratuita. Si richiede soltanto la tessera associativa.

### LABO-DIRE-FARE :

**un'esperienza di potenziamento delle proprie capacità di apprendimento nell'età evolutiva.**

A cura della Dr. Federica Totaro, Tutor pedagogico.

Presso "La stanzina del Cantone" - Via del Ponte a Greve 1/C - Scandicci - Fi.

**Tutti i Venerdì dalle 14.30 alle 16.30**

**LABORATORI in collaborazione con il Quartiere 2,** presso lo Spazio Giovani dell'Area Pettini Buresi, in via Faentina 145.

\* **LABORATORIO TEATRALE per bambini (dai 7 ai 9 anni)** di e con Cecilia Gabriella Gallia: tutti i mercoledì, dal 5 Novembre, dalle ore 17.00 alle ore 18.15. Per info: [gal.galia@alice.it](mailto:gal.galia@alice.it) - Costo per bambino € 100,00 per tutto il ciclo di 16 incontri, + € 10,00 per la tessera di iscrizione da fare a gennaio 2009. Bambini disabili gratis.

\* **LABORATORIO TEATRALE PER ADOLESCENTI (da 13 a 15 anni)** di e con Cecilia Gabriella Gallia: tutti i martedì, dal 3 Febbraio, dalle ore 17.30 alle ore 19.00. - Sono ancora aperte le iscrizioni. Per info: [gal.galia@alice.it](mailto:gal.galia@alice.it) - **La partecipazione è gratuita.**

## VOLETE FAR CRESCERE I FILIDERBA?

Potete fare un versamento sul nostro conto corrente presso la BANCA ETICA Ag. di Firenze (tel. 055 2347811, fax 055 2476238) cod. IBAN: IT48 C050 1802 8000 0000 0113 089. Invieremo quanto prima una RICEVUTA che potrete detrarre dal vostro reddito!

\*\*\*

Ricordatevi anche, se lo desiderate, di devolvere a **filiderba** il 5x1000 del vostro reddito indicando il nostro Codice Fiscale:

**n. 94114970489.**

A voi non costa niente, ma per noi è molto importante.

Grazie!



“...Un uomo è considerato attivo se fa affari, studia intensamente, lavora, costruisce o pratica uno sport. Comune a tutte queste attività è il fatto che sono volte a conquistare una mèta. Ciò di cui non si tiene conto, è il movente di ogni attività. Prendete per esempio un uomo spinto verso il lavoro incessante da un senso di profonda insicurezza e solitudine; o un altro guidato dall’ambizione o dalla brama di ricchezza. In tutti questi casi la persona è schiava di una “passione”, e la sua attività in realtà è una “passività”; egli ne è la “vittima” e non l’ “attore”. Nella funzione di un affetto l’uomo è libero solo se il suo affetto è attivo, se è padrone del proprio affetto; nella maggior parte dei casi l’uomo mette in atto affetti passivi per cui poi diventa oggetto di eventi di cui egli stesso non si rende conto, come l’invidia, la gelosia, l’ambizione, la bramosia di possedere etc. Queste sono passioni (affetti passivi). L’amore vero in realtà è un’azione, un potere umano che può essere praticato solo in libertà e non è la conseguenza di una costrizione. L’amore è un sentimento ATTIVO, non passivo; è una conquista, non una resa. Il suo carattere attivo può essere sintetizzato nel concetto che amore è soprattutto DARE e non ricevere...”

*Brani tratti da “L’arte di amare” di ERICH FROMM: (Francoforte 1900 – Locarno 1980). Ha studiato alle Università di Heidelberg e di Monaco e all’Istituto di Psicoanalisi di Berlino. Emigrato negli Stati Uniti nel 1934 è uno dei maestri della psicoanalisi.*

### SEGNALAZIONE!

**Guida alle agevolazioni fiscali per i disabili.** L’Agenzia delle Entrate ha pubblicato una Guida alle agevolazioni fiscali per i disabili. In base all’attuale normativa, le principali agevolazioni riguardano: figli a carico, veicoli, sussidi tecnici e informatici, spese sanitarie, assistenza personale, abbattimento barriere architettoniche....è previsto un bonus per le famiglie a basso reddito, è possibile, cioè, usufruire di un beneficio nella misura di 1.000 euro se nel nucleo familiare vi sono figli a carico del richiedente portatori di handicap, riconosciuto come tale ai sensi della legge 104 del 1992 e il reddito complessivo familiare non è superiore ad euro 35.000.00. E’ possibile rivolgersi ai centri di assistenza telefonica, al numero 848.800.444 dal lunedì al venerdì dalle alle 17, il sabato dalle 9 alle 13, oppure agli sportelli degli Uffici locali dell’Agenzia delle entrate. Inoltre, è sul sito [www.agenziaentrate.gov.it](http://www.agenziaentrate.gov.it) è on line una sezione apposita.

### Dossier “Guida alle agevolazioni fiscali per i disabili”

a cura di **filiderba** ONLUS

via Filippo Brunetti, 13 50133 - Firenze Tel. / Fax: 055 58 43 77

e-mail: [info@filiderba.org](mailto:info@filiderba.org)

[www.filiderba.org](http://www.filiderba.org)

Realizzato da: WHP - tel. 392 53 01 944 - [info@webhousepro.it](mailto:info@webhousepro.it)

La carta usata per la stampa è Algacarta Favini: carta ecologica.

Chi volesse segnalare un indirizzo e-mail per l’invio del giornalino può farlo con una richiesta all’indirizzo: [info@filiderba.org](mailto:info@filiderba.org)