

Il bastone bianco

[Torna all'elenco degli articoli >](#)

Questo è un mio articolo postato in occasione della Giornata mondiale del bastone bianco, ospite del blog " Instabilmente contaminazione d'arte", che ringrazio per l'attenzione e l'accoglienza.

[Il Bastone Bianco – 15 ottobre 2013](#)

(you can find the english translation below)

Volevo richiamare la vostra attenzione su una data, oggi 15 ottobre, per me importante e speciale, la giornata della sicurezza del Bastone Bianco, è una giornata dove si celebra e si ricorda alle persone uno strumento che aiuta non solo i ciechi ma anche gli ipovedenti come me, a conquistare una maggiore indipendenza, una maggiore mobilità, permettendoci di partecipare in modo attivo in ambito sociale.

In Italia, noi ipovedenti siamo un numero importante, più di 2.500.000, ma siamo come un fiume carsico, ovvero silenti e poco visibili, tanto che il Bastone Bianco, un elemento di segnalazione che contraddistingue la nostra condizione, ai più è totalmente sconosciuto.

Vorrei parlarvi della mia esperienza e di quanto mi sia prezioso questo semplice ausilio, tanto da aver cambiato la qualità della mia vita.

Il fatto di farmi vedere in giro e di segnalarmi con il bastone bianco, significa vivere un processo di elaborazione, dove ammetto apertamente di non vederci bene o di non vedere del tutto. Non è un percorso scontato né tanto meno semplice perché entrano molti fattori in gioco, non ultimo il preoccuparsi troppo di cosa pensi chi ci sta attorno. Ma una volta che si supera questa fase di elaborazione e di accettazione dell'handicap visivo, si è a buon punto per accogliere l'idea del bastone bianco scoprendo che può portarci solo vantaggi. Prima del suo utilizzo, la mia condizione di ipovedente ed il suo progredire, si stava prendendo sempre di più pezzetti della mia autonomia nel vivere quotidiano.

Ora posso dire: perché non l'ho utilizzato prima!

Ora non inciampo più sui gradini, o sui bordi del marciapiede, le condizioni della luce non condizionano più pesantemente le mie uscite, il bastone bianco fa sì che, segnalandomi, le persone si scostino e non vada loro addosso, permettendomi di affrontare luoghi affollati come le stazioni ferroviarie e gli aeroporti.

Il non dover più guardare per terra mi permette di guardare meglio ciò che mi circonda, percepisco molte più cose e mi oriento più facilmente.

Ma il vantaggio più grande è che grazie a lui, le persone entrano in comunicazione con me. Mi chiedono spesso se ho bisogno di aiuto, abbattendo così diffidenza ed imbarazzo, il mio bastone bianco facendomi da tesserino di riconoscimento quando io stessa chiedo aiuto riesce a veicolare la comunicazione ad un livello empatico, un territorio dove entrambe le parti lasciano un segno, un piccolo gesto, un reciproco scambio su cui soffermarsi e riflettere, qualcosa di prezioso da portarsi a casa.

Tutto questo per dirvi che quando incontrate un bastone bianco, dietro ci sta una come me, con le sue variabili personali, che nonostante la sua disabilità, ha ancora voglia di conoscere e di esplorare il mondo.

Vi abbraccio e vi ringrazio per l'attenzione



I'd like to call your attention to this date, 15th October, which is the "white cane day" and it's very special to me.

On this day we celebrate and remind everyone of a device that helps not only blind people, but also the ones with low vision like me, to achieve independence and greater mobility , allowing us to participate in a more active way in our society.

People with low vision impairments are over 2.500.000 in Italy, but we're like an invisible river, silent and not quite exposed, so that the white cane , a warning element that characterises our condition, is almost unknown.

I'd like to share with you my experience and tell you how precious object is to me, as much as to have changed the quality of my life,

The fact of walking around with the white cane means going through a process of elaboration, where I openly admit that I don't see well or not at all.

It's not a thing to be taken for granted, let alone easy because many factors come into play, especially worrying too much about what others think about us.

But once you get past this elaboration and acceptance phase, you can start welcome the white cane, discovering that it can only bring us benefits.

Before I started using it, my condition and its developing were taking over my autonomy in everyday life.

Now I can say "Why haven't I started using it before?!"

I don't trip on steps or on pavements' edges, light's changes don't affect me so heavily anymore, the

Tu con i miei occhi

~~Vedere il mondo in bassa risoluzione~~

white cane helps me standing out so that people don't bump into me, allowing me to face crowded places such as railway stations or airports.

Not having to constantly look on the ground anymore, allows me to better observe what surrounds me, to perceive and orientate myself.

The biggest benefit is that, thanks to the cane, people communicate with me. They often ask me if I need help, getting rid of diffidence and embarrassment, my cane manages to bring empathy into communication, a territory where both sides leave a mark, a small gesture, an exchange on which to stop and think, something precious to take home with you.

All of this just to tell you that when you see a white cane, there's someone like me behind it, that despite its disability still wants to go out and explore the world.

Thank you for your attention,

un abbraccio (big hug)

[Laura Giardina](#)