

Tecniche di marcatura

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

Oggi la parola è.....

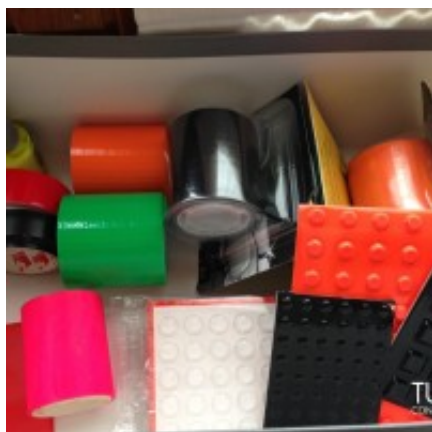
EVIDENZIARE per una maggiore sicurezza ed accessibilità a quello che ci circonda.

Quante volte ci è capitato di dimenticare le ante aperte di un mobiletto e di finirci contro, oppure di abbassarci per raccogliere qualcosa e di battere con la fronte in qualche angolo che non siamo riusciti a vedere, per non parlare degli stinchi martoriati battuti contro lo sportello del forno lasciato aperto dopo averlo utilizzato... tante tante troppe volte!

Per una persona con problemi di vista che ha difficoltà anche con la profondità di percezione, distinguere i mobili che hanno gli stessi colori dello sfondo è una sfida: creare dei contrasti di colore può essere un grande ausilio per potersi destreggiare più facilmente nel proprio ambiente, svolgendo così normalmente le proprie attività quotidiane.

Porte ed infissi che contrastano con il colore, sui muri e sui pavimenti si possono distinguere di più. A seconda del proprio gusto decorativo, il contrasto può essere scuro su bianco e viceversa, oppure tonalità più scure e più chiare dello stesso colore possono dare ugualmente dei buoni risultati. L'obiettivo è quello di creare un buon contrasto e con un'illuminazione adeguata, fornire la massima informazione visiva.

A volte anche una foto o una stampa sulla parete del salotto potrebbero essere un'opzione all'impossibilità di sostenere ulteriori costi, ma fornendo ugualmente un buon segnale visivo per potersi orientare ed avere un riferimento nella stanza. Nello stesso modo anche alcuni cuscini in colori più scuri potrebbero fornire buoni contrasti per il salotto.



In questo articolo vi mostrerò dunque come sia possibile aumentare i contrasti degli ambienti in cui ci muoviamo utilizzando alcune strategie semplici ed economiche: i materiali si possono trovare nei negozi di bricolage o dal ferramenta, nastri adesivi, gommini e altro che vi spiegherò man mano qui sotto.

Questi serviranno per evidenziare gli angoli e gli spigoli con dei nastri adesivi dai colori brillanti o fosforescenti, per poterli individuare meglio, così come evidenziare le sedie con dei cuscini colorati, scrivanie, tavoli, per poter individuare la loro posizione.

Se la vostra situazione visiva non vi permette di fare queste attività in autonomia, per posizionarli chiedete la complicità ad un parente o ad un vicino.

Ambiente cucina

Essere organizzati svolge un ruolo fondamentale in cucina, e la creazione dei contrasti può aiutare a rendere le attrezzature da cucina e il cibo più facili da individuare. La cucina (nella foto sotto) mostra una cucina chiara e luminosa con una buona illuminazione, tuttavia, i mobiletti bianchi contro un muro bianco non forniscono alcun contrasto e sono difficili da distinguere.

Alcuni piccoli utensili di colore vivace qui sono facilmente distinguibili, più facile da individuare creando più riferimenti nello spazio.

Vi mostro ora come rendere più distinguibili gli oggetti che popolano la vostra cucina:

- **sportelli dei pensili:** per rendere più visibile uno sportello aperto, dividere un quadrato in 2 di carta adesiva colorata, per ottenere due triangoli da applicare all'interno dello sportello;



- **pomelli degli armadietti:** evidenziare i pomelli degli armadietti sostituendoli con dei nuovi colorati, oppure applicandovi della carta adesiva colorata come ho fatto io. In questo modo si creano dei riferimenti ed è più semplice orientarsi;



- **taglieri colorati:** i taglieri colorati, come quello nell'esempio sotto, mostra dei pomodori in contrasto su un tagliere verde. Coltelli colorati ed altri utensili da cucina possono essere acquistati per essere utilizzati a questo scopo (consulta l'articolo sui taglieri!);
- **tappetini da forno:** sono in silicone e disponibili in molti colori, li trovo utilissimi per evidenziare in che zona collocare le pentole sui vari piani del forno evitando incidenti e scottature (consulta l'articolo su come muoversi in cucina!);



- **piatti colorati:** del pesce bianco, contornato da purè di patate e cavolfiore risulteranno poco visibili su un piatto bianco. Fornitevi dunque di piatti colorati, e vi accorgete subito di come sia più facile individuare i cibi al suo interno! Stesso discorso vale per i

bicchieri o le tazze: evitate bicchieri o tazze trasparenti, difficilmente visibili nella maggior parte dei casi, e utilizzatene di colorati o bianchi (ad esempio una tazza bianca è ottima per il caffè, in quanto fornisce molto contrasto);

In tutta la casa

È molto utile segnare con punti adesivi di silicone gli **interruttori e la posizione delle prese** per poterli sentire al tatto, anche al buio; io utilizzo dei gommini colorati e in rilievo, che sono però difficilmente reperibili in Italia.

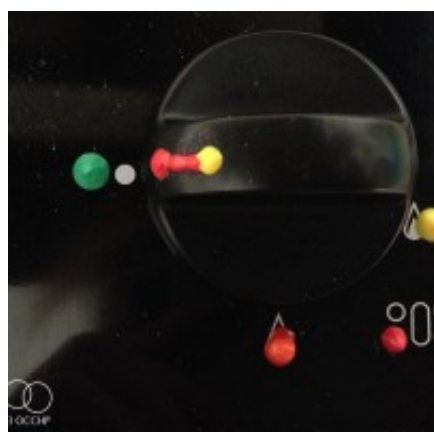
Si può ovviare al problema utilizzando delle gocce di silicone trasparente (che potete trovare nei negozi di bricolage o dal ferramenta) e della carta adesiva colorata: basta applicare la goccia di silicone ad un quadratino di carta colorata, e quindi applicare il tutto all'interruttore che vogliamo marcare.

Per le prese utilizzo invece dei semplici gommini, posizionandoli sopra la presa nel caso sia verticale, o a fianco nel caso sia orizzontale.

Infine, se le placche delle prese sono bianche e si confondono coi muri, potete usare del comune nastro isolante per evidenziarle maggiormente.



Potete marcare anche gli interruttori e le **manopole di regolazione dei vari elettrodomestici**: a causa del progredire della mia malattia, mi diventava sempre più difficile impostare la temperatura del mio forno, e i numeri erano difficili da leggere. Utilizzando un tocco di vernice brillante - di colore arancio, ho potuto segnare due temperature standard che uso più frequentemente.

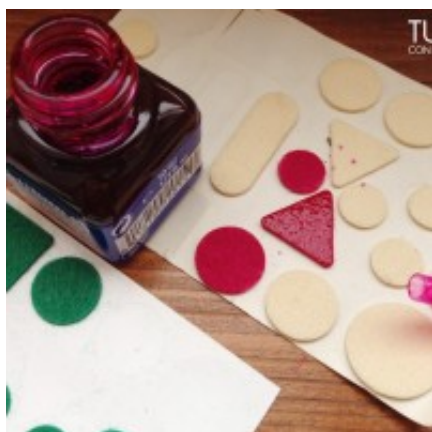


Potete utilizzare questo principio e modificarlo in base alle vostre esigenze specifiche: marcate le vostre temperature o funzioni abituali per rendere più semplici i vari utilizzi. Vi propongo tre modi per farlo:

- **colori 3d**: sono dei colori che una volta applicati si gonfiano, formando una piccola goccia colorata. Sono molto precisi nell'applicazione e potete quindi utilizzarli anche per manopole di piccole dimensioni (come ad esempio quella del microonde, o di un orologio/timer), e sono atossici e acrilici;



- **feltrini:** in alternativa si possono utilizzare dei normali feltrini bianchi, colorandoli a necessità con dell'inchiostro;



- **smalto per unghie:** è ancora un'altra alternativa, e ne esistono anche di colori al neon, molto visibili. L'unico difetto è che rispetto ai precedenti, se utilizzati da soli sono meno riconoscibili al tatto.



Per concludere, questi sono solo alcuni esempi di utilizzo della marcatura, che io ritengo i più

utili e comodi. Sta ora a voi individuare quali sono gli oggetti che più avreste bisogno di marcare, e quale sia per voi il metodo più comodo e funzionale di farlo... eccovi altri esempi, buona marcatura!



