

Essere autonomi significa tante cose...

Mi chiamo Carlotta Sganga. E ho 33 anni. Ho frequentato l'Istituto Alberghiero.

Le mie passioni sono la cucina e infatti adoro cucinare, in particolare le torte salate. Amo molto anche lo sport: sono cintura nera di karate e partecipo a molte gare.

Nel 2008 ha iniziato un percorso di formazione all'abitare con il "Progetto Casa", del Circolo di Porta Romana, a Milano e da alcuni anni convive con una compagna Sonia.

Dal 2004 lavoro in Adecco a Milano, per 5 giorni alla settimana: lunedì, mercoledì e venerdì lavoro dalle 10 alle 15, martedì e giovedì dalle 13 alle 17

Adoro stare in compagnia. Mi definisco gentile verso gli altri, sensibile, gioiosa, solare, innamorata della vita.

Per me l'autonomia e tante cose, per esempio: sapersi muovere a Milano con i mezzi pubblici, ma anche saper chiedere alle persone informazioni su dove andare quando non si conosce una strada, sapere gestire i propri impegni con gli orari (per esempio arrivare in orario al lavoro, in orario ad una gara sportiva, in orario al cinema e più in generale nella vita autonomia), conoscere i turni delle pulizie in casa, anche sapere affrontare un colloquio di lavoro.

Credo che autonomia sia anche saper gestire i messaggi sul cellulare, in particolare WhatsApp che è un continuo via vai.

Si diventa autonomi prima da piccoli, con l'aiuto dei genitori. La mamma insegna anche delle piccole cose (apparecchiare la tavola, mettere a posto la stanza...). In fase di crescita si impara un po' alla volta a fare cose con gli aiuti di altri: per esempio insegnanti e educatori.

Alla scuola alberghiera Carlo Porta ho imparato a cucinare di tutto e sono diventata autonoma in cucina anche con il forno, però per sicurezza lo uso se c'è in casa un aiuto. Non si sa mai!

Adesso che sono grande imparo a fare le cose anche da sola con i miei tempi.

Per insegnare a usare i mezzi pubblici occorre accompagnare la persona nel percorso, vedere gli orari dei mezzi, fare vedere le fermate dei mezzi. La persona va accompagnata fino a quando è autonoma e quando saprà fare da sola.

Per insegnare a fare la spesa occorre andare al supermercato vicino. Vedere gli orari di apertura e chiusura. Vedere come è dentro. Trovare le cose da comprare nel supermercato. Fare la lista della spesa. Sapere cosa fare al momento del pagamento in cassa. Sapere quanti soldi portare.

È importante anche vedere le scadenze. A noi è successo di acquistare yogurt scaduto. Allora abbiamo deciso di cambiare supermercato e stare più attenti alle date.

Anche usare bene l'orologio per muoversi in orario è un'autonomia importante per non arrivare tardi al lavoro, alle attività. Soprattutto quando c'è un colloquio di lavoro bisogna essere puntuali.

Io faccio ancora fatica al pomeriggio perché devo aspettare che la mia compagna sia pronta e poi al lavoro mi viene sonno. Anche decidere a che ora andare a letto e come organizzare nuovi impegni in posti nuovi è una cosa difficile.

A un genitore che vuole insegnare l'autonomia a suo figlio direi che la cosa più importante è impegnarsi in tante cose e con l'amore.

*Convegno "Sindrome di Down e se cambiassimo prospettiva. La forza della diversità, il valore della scelta"
13 maggio 2017, Unicredit Pavilion, Milano*