

**Zeitschrift:** Treterre : semestrale di Terre di Pedemonte e Centovalli  
**Herausgeber:** Associazione Amici delle Tre Terre  
**Band:** - (2023)  
**Heft:** 81

**Rubrik:** Viaggiando con...

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 18.04.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**



## Nottwil; per riscrivere la propria vita

**È** un viaggio diverso, quello proposto in questo numero, un viaggio che non oltrepassa i confini nazionali, ma che porta a scoprire un'altra dimensione; un viaggio per conoscere un mondo sospeso, poco noto, se non addirittura distorto..., quello della disabilità fisica. Facendo questo percorso, si intraprende anche un viaggio verso se stessi, nelle proprie certezze e nelle proprie paure.

Quante volte, davanti a una persona in sedia a rotelle si pensa: "Poverino, che destino infausto!" Se questa persona è giovane, nel pieno del suo potenziale, tale sentimento di pietà è certamente più marcato... Poi, conoscendola, ci si accorge che vive esattamente come noi, prova le stesse emozioni, svolge le sue attività in modo indipendente, ha relazioni sociali, si sposta autonomamente, progetta il futuro, è felice.

Ecco il punto centrale! È possibile essere felici con una mancanza? Forse la mancanza è più negli occhi di chi osserva, che non nella persona che la vive. Certamente occorre un percorso di adattamento alla nuova situazione, arrivata a causa di un incidente o per una malattia, un sapersi adeguare certamente non semplice, che passa da vari stadi: dal rifiuto, alla rabbia, fino ad arrivare all'accettazione, come qualsiasi trauma che coinvolge la vita dell'essere umano; dall'abbandono, alla malattia invalidante, fino alla morte.

Nottwil è un comune svizzero del Canton Lucerna nel distretto di Sursee, sul lago di Sempach, con circa quattromila abitanti. Un luogo ameno, uno dei tanti villaggi svizzeri caratteristici e a misura d'uomo del nostro Paese, che dal 1990, anno in cui è stato inaugurato il Centro Svizzero per Paraplegici (CSP), è diventato il paese della speranza, non della guarigione miracolosa, ma dell'adattamento a una nuova modalità di vita.

Il Centro, voluto con grande determinazione dal Dr. med. Guido A. Zäch, attualmente dispone di 204 letti e vi lavorano 1569 persone. La clinica specialistica fa parte del Gruppo Svizzero Paraplegici, che comprende una rete di prestazioni integrale a favore della riabilitazione globale delle persone mielose. Dal 1° agosto 2021, il ticinese Luca Jelmoni ne è il direttore generale.

Il percorso, per arrivare ad avere una struttura così completa e determinante per la cura delle persone para e tetraplegiche, non è stato semplice. Il tutto parte nel 1975, quando il Dr. Zäch crea la Fondazione svizzera per paraplegici (FSP), un'opera solidale, probabilmente unica nel suo genere nel mondo, a favore delle persone para e tetraplegiche. Grazie alle donazioni, la Fondazione può intervenire in modo decisivo nella presa a carico delle persone milolese, fino alla loro autonomia, fornendo assistenza medica e infermieristica. Punto centrale è la riabilitazione globale delle persone con lesione midollare, allo scopo di reinserirle nella società con la possibilità di vivere una vita autodeterminata e possibilmente autonoma.

Attualmente la Fondazione creata dal Dottor Zäch può contare su oltre due milioni di sostenitori, che annualmente contribuiscono al mantenimento del Centro e alle prestazioni offerte alle persone mielose. Inoltre, i contributi servono anche alla ricerca di nuove opportunità, per chi vive quotidianamente questa realtà. Non da ultimo, i fondi servono pure per rendere possibile la vita a domicilio, fornendo supporti e contribuendo alle modifiche strutturali necessarie per poter essere autonomi.

La Fondazione svizzera per paraplegici, insieme alle sue società affiliate e organizzazioni

partner, gestisce una straordinaria rete di prestazioni, che accompagna le persone colpite da lesione midollare in tutte le situazioni della loro vita.

Rendere le persone autonome è una missione estremamente importante, il Centro lavora a questo scopo sin dal primo giorno del ricovero. Le persone con lesioni al midollo sono seguite da specialisti che personalizzano la cura, sostenendo in modo significativo anche la famiglia, considerandola un elemento centrale nel successo della terapia. A tale scopo, proprio per i famigliari dei degenti, è stato creato un albergo adiacente al Centro, che offre la possibilità ai parenti di pernottare gratuitamente per tre mesi in comode camere ed essere così sempre vicino al proprio caro. Oltre alla prima assistenza e consulenza alle persone che hanno avuto un trauma spinale, il Centro offre un'ampia gamma di servizi. Inoltre, dispone spazi per eventi che possono ospitare fino a 1000 persone.

Numerosi reparti caratterizzano il Centro Svizzero per Paraplegici, un luogo all'avanguardia nella cura e nella riabilitazione di paraplegici e tetraplegici: la terapia intensiva, la cura giorno-

liera, supportata da un vasto settore legato alla robotica, la riabilitazione, la fisioterapia, l'ergoterapia. Il tutto per dare il massimo supporto a pazienti e parenti.

Inoltre, per degenti e anche per la popolazione, c'è la possibilità di usufruire di infrastrutture sportive molto ben attrezzate.

Entrando nel Centro si ha subito l'impressione di dinamismo e di competenza; anche la struttura è estremamente interessante, ampi spazi caratterizzano l'intera costruzione, priva di barriere architettoniche, dando subito l'idea di un luogo in cui non ci si piange addosso, ma in cui si reagisce e si vive... o meglio si impara a vivere in una condizione diversa dalla precedente!

Ho avuto il privilegio di visitare il CSP con una cara amica, Giordì Dell'Oro, che lì ci lavora in veste di Peer Counsellor (consulente tra pari), per i pazienti di lingua italiana. Infatti il suo compito è proprio quello di sostenere le persone che, come lei, hanno subito un trauma e sono state costrette a modificare la propria vita. La storia di Giordì è quella di tante persone che da un incidente escono vive, ma con traumi gravi da dover cambiare le proprie abitudini e le proprie aspettative. L'energia e la forza della vita fanno miracoli, Giordì non si è rassegnata e, grazie anche alla pittura, è riuscita ad avere una vita degna di questo nome, dando alla luce anche una bambina. Ora, grazie al suo importante lavoro, Giordì segue le persone mielose passo dopo passo e le sostiene nel percorso di accettazione e di gestione del proprio nuovo corpo... con tutte le limitazioni e le regole che ciò comporta.

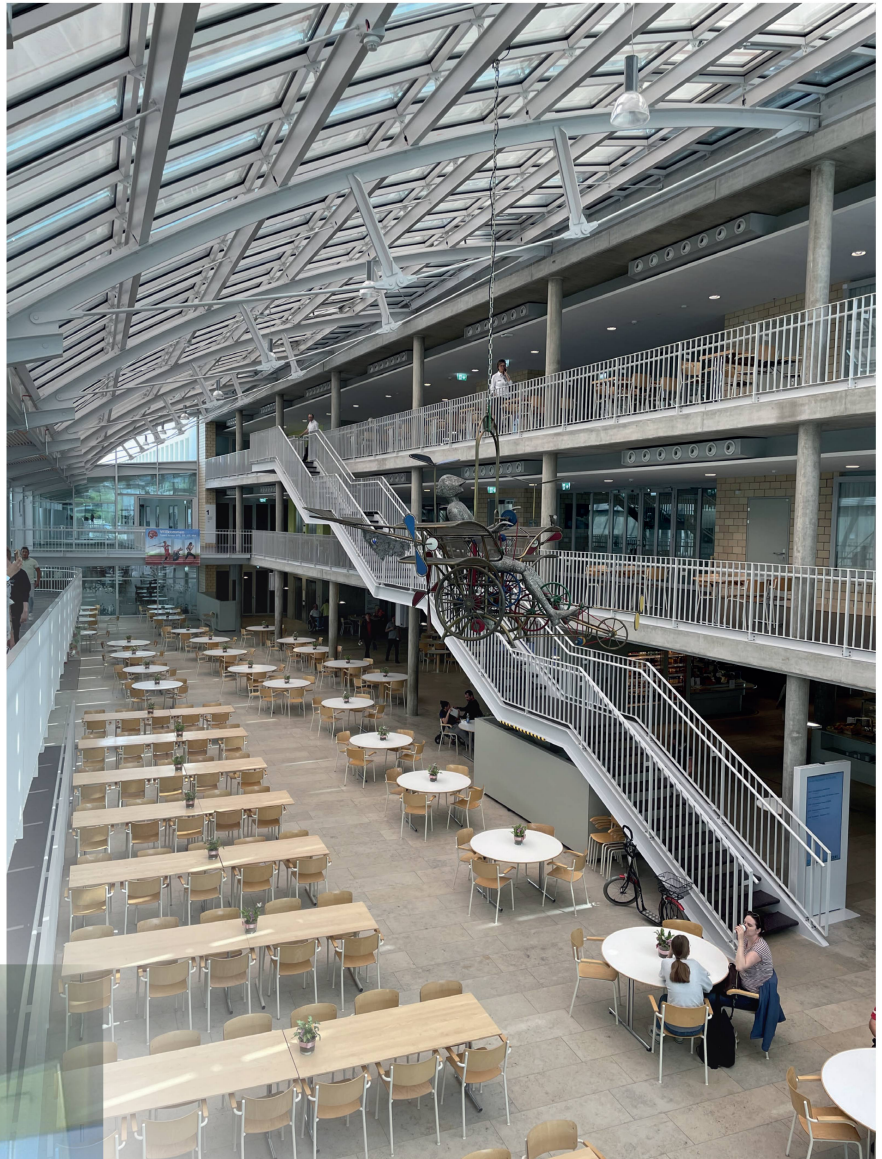
A Nottwil si percorre un grande viaggio anche nel corpo umano... C'è parecchia confusione quando si parla di para o di tetraplegia, i

più sono convinti che il problema principale sia quello di non poter camminare e svolgere quindi una vita in totale autonomia... ma non è sempre così.

Le lesioni del midollo spinale portano anche altri malfunzionamenti negli organi, perché i nervi che li alimentano decorrono proprio lì. Una lesione sopra la sesta vertebra toracica (T6) interessa anche il sistema nervoso autonomo. Questo può provocare disfunzioni nel sistema circolatorio e, indipendentemente dal livello lesionale, risultano compromesse anche la funzione della vescica, dell'intestino e sessuale. Se in una persona sana minzione e defecazione avvengono in maniera automatica, regolate da stimoli del sistema simpatico e parasimpatico, in una persona mielolesa questi stimoli non ci sono più e quindi occorre procedere manualmente, calcolando il tempo esatto per procedere allo svuotamento vescicale e intestinale.

La persona mielolesa deve quindi conoscere molto bene il suo corpo per sopperire a quanto non fa più in maniera autonoma. A Nottwil le persone imparano a riorganizzare la propria vita nella nuova condizione; l'obiettivo è quello della massima autonomia per poter rientrare a domicilio ed avere ancora una buona qualità di vita.

L'aspetto psicologico non è naturalmente da sottovalutare e anche in questo settore il Centro offre il meglio. Medici e paramedici preparati e soprattutto disponibili all'ascolto e al sostegno. Saper comunicare le proprie paure, le proprie difficoltà, i propri tabù è essenziale nel processo di accettazione e di rinascita.



Nei corridoi e negli spazi comuni ho visto persone di tutte le età, uomini, donne, famigliole, tutti molto dinamici e attivi, protagonisti della loro vita. Non ho percepito disperazione e drammaticità, ma grande positività e voglia di combattere. Anche il personale trasmette questa energia e certamente contribuisce a rendere il CSP un luogo in cui riscrivere nuove pagine della propria vita. Ciò è possibile anche grazie a importanti servizi, ad esempio il progetto ParaWork, che sostiene chi desidera reinserirsi professionalmente nel mercato del lavoro, offrendo soluzioni studiate ad hoc, oppure il servizio ParaSchool, che si propone come una sorta di ponte pedagogico tra il ricovero ospedaliero in clinica e la normale routine scolastica, un importante legame con la quotidianità e un so-

stegno per gli apprendisti durante la degenza ospedaliera. Anche il progetto ParaCasa, ossia l'appartamento in condivisione dedicato a giovani persone con una lesione midollare, è una storia di successo che ha permesso a tanti giovani di sostenersi vicendevolmente e superare le barriere psicologiche e fisiche per permettere l'accesso a soluzioni abitative autonome.

Insomma la vita a Nottwil è tutt'altro che statica, visitate il Centro e rendetene conto di persona!

Grazie per tutto ciò che fate! Grazie Giordi per la tua grande carica di umanità.

**Lucia**

Per poter proseguire nei progetti e nelle varie prestazioni occorrono sostenitori, vi invito quindi a consultare il sito:

<https://www.paraplegie.ch/>

dove troverete tutte le informazioni utili per fare una donazione e molto altro.