

L'ORGOGGIO DI ESSERE CHI SONO

NOME: CLASSE:



INTERNATIONAL PARALYMPIC COMMITTEE

Implemented by



I'mPOSSIBLE in Italy

in partnership with



Part of the Milano Cortina 2026
Education Programme Gen26



L'ORGOGGIO DI ESSERE CHI SONO

2

Guarda le immagini delle persone qui di seguito e leggi i racconti dei loro risultati.

"CIAO, MI CHIAMO ANANIAS SHIKONGO. QUANDO AVEVO 3 ANNI HO PERSO L'OCCHIO SINISTRO IN UN INCIDENTE. TRE ANNI DOPO UN ASINO MI HA DATO UN CALCIO, DANNEGGIANDOMI GRAVEMENTE L'OCCHIO DESTRO E CAUSANDO LA PERDITA DELLA VISTA ANCHE IN QUELL'OCCHIO. ALL'ETÀ DI SEI ANNI ERO CIECO.

Ho iniziato a praticare l'atletica Paralimpica all'età di 14 anni. Sono un velocista. Corro con una guida vedente.

Corro i 100, 200 e 400 metri. Gareggio contro altri atleti Paralimpici non vedenti. Ho iniziato a gareggiare per il mio Paese, la Namibia, nel 2004. Ai Giochi Paralimpici di Londra 2012 mi sono infortunato al muscolo di una gamba. Questo significa che non ho ottenuto risultati molto buoni. Quattro anni dopo, a Rio 2016, sono entrato nella storia diventando il primo uomo namibiano a vincere una medaglia d'oro Paralimpica. Ho corso i 200 metri in 22,44 secondi, battendo il record Paralimpico. È stata una grandissima emozione."



Cover image: © Ian Walton/Getty Images

 **I'mPOSSIBLE**

© 2020 Comitato Paralimpico Internazionale - TUTTI I DIRITTI RISERVATI

Implemented by



I'mPOSSIBLE in Italy

in partnership with



Part of the Milano Cortina 2026
Education Programme Gen26



L'ORGOGGIO DI ESSERE CHI SONO

3

“SONO YIP PIN XIU. SONO NATA CON UNA PATOLOGIA CHIAMATA DISTROFIA MUSCOLARE. QUANDO ERO GIOVANE I MIEI MUSCOLI, SOPRATTUTTO QUELLI DELLE GAMBE, SI SONO INDEBOLITI. HO INIZIATO A USARE LA SEDIA A RUOTE ALL'ETÀ DI 13 ANNI.

Sono una nuotatrice Paralimpica. Ho imparato a nuotare all'età di 5 anni. Qualcuno ha notato il mio talento per il nuoto a sette anni, successivamente sono diventata una nuotatrice agonistica. Ho iniziato a nuotare a stile libero, ma a mano a mano che i miei muscoli si indebolivano, battere le gambe diventava sempre più difficile. Ora uso le braccia per nuotare a dorso. A Pechino 2008, sono stata la prima atleta di Singapore a vincere una medaglia d'oro Paralimpica. Questo è il mio risultato sportivo più memorabile. Quattro anni dopo, ai Giochi Paralimpici di Rio 2016, ho avuto l'onore di essere la portabandiera di Singapore alla cerimonia di apertura dei Giochi. Ho studiato sociologia all'università, mi piace cucinare e voglio incoraggiare tutti voi a sognare in grande.”



“CIAO, MI CHIAMO HIDETAKA SUGIMURA. SONO NATO CON UNA PATOLOGIA CHIAMATA PARALISI CEREBRALE.

Uso una sedia a ruote perché la malattia limita la mia capacità di usare braccia e gambe e ho difficoltà a stare in equilibrio. Quando ero più giovane volevo praticare uno sport. Il mio insegnante mi ha suggerito di praticare lo sport Paralimpico della boccia. È un gioco di precisione che richiede molta concentrazione e meticolosità. Rappresento il mio Paese, il Giappone, e viaggio in tutto il mondo per partecipare a competizioni di boccia a squadre e individuali. Io e i miei compagni di squadra siamo stati molto orgogliosi di vincere la medaglia d'argento ai Giochi Paralimpici di Rio 2016. Ci alleniamo molto duramente e non vediamo l'ora di gareggiare “in casa” di fronte al pubblico e ai nostri famigliari ai Giochi Paralimpici di Tokyo 2020. Speriamo di vincere l'oro questa volta. Siamo davvero impazienti.”

I'mPOSSIBLE in Italy

Implemented by

in partnership with

Part of the Milano Cortina 2026 Education Programme Gen26

L'ORGOGGIO DI ESSERE CHI SONO

4

"SONO KUNIKO OBINATA. QUANDO AVEVO 8 ANNI SONO RIMASTA COINVOLTA IN UN INCIDENTE AUTOMOBILISTICO, CON CONSEGUENTE AMPUTAZIONE DI UNA GAMBA. MENTRE ERO ALL'UNIVERSITÀ LA MIA VITA È CAMBIATA QUANDO MI SONO IMBATTUTA PER CASO IN UN PAIO DI SCI ABBANDONATI. HO DECISO DI PROVARE A SCIARE E MI SONO INNAMORATA DELLA VELOCITÀ DELLO SCI E DELLA BELLISSIMA NEVE.

Ho iniziato ad allenarmi regolarmente durante i miei studi. Ho poi rappresentato il mio Paese, il Giappone, nell'evento Paralimpico dello sci alpino. Ho partecipato a gare di discesa e slalom utilizzando un mono-sci. Adoravo l'eccitante sensazione della velocità mentre scendevo giù da una montagna. Era davvero divertente.

Ho partecipato a cinque Giochi Paralimpici Invernali, compresi quelli del 1998 che si sono svolti nella città giapponese di Nagano. Sono stata molto orgogliosa di vincere l'oro Paralimpico ai Giochi che si sono tenuti nel mio Paese. Sono diventata uno degli atleti giapponesi ad aver vinto il maggior numero di medaglie.

Ho smesso di gareggiare all'età di 38 anni. Ora sono consulente per i prossimi Giochi Paralimpici che si terranno a Tokyo nel 2021.

Sono davvero grata di essermi imbattuta per caso in quegli sci."



© Kevin C. Cox/Getty Images

I'mPOSSIBLE in Italy

Implemented by



in partnership with



Part of the Milano Cortina 2026 Education Programme Gen26



L'ORGOGGIO DI ESSERE CHI SONO

5

CHE COSA MI RIEMPIE DI ORGOGLIO?

Scrivi un breve articolo per un blog, un racconto, un articolo per un giornale o una rivista, fai un poster su di te o qualcosa di simile in cui spieghi perché provi una sensazione di orgoglio nell'essere chi sei.