

TELEVISIONE

Vietato dire "non ci riesco"

È stata la prima al mondo a pilotare un aereo con i piedi, entrando nel Guinness dei primati. Fa la speaker motivazionale e ripete che la frase "non posso, non ci riesco" è bandita dal suo vocabolario. Jessica Cox, nata nel '83 senza braccia, è la protagonista del docufilm *Donne straordinarie. I segreti di Jessica*, andato in onda a febbraio su Nat Geo People e in replica domenica 23 aprile alle ore 22,55 sullo stesso canale 410 di Sky (natgeotv.com/it).

Dopo la laurea in psicologia conseguita in Arizona nel 2005, Jessica ha cominciato a incontrare studenti e professori e con la sua spontaneità, insieme alla preparazione accademica, li trascina nel suo entusiasman- te ottimismo. Coinvolgendo anche studenti con altre disabilità, come la sordità. Si rivolge a tutti indistintamente, invitandoli a scoprire le proprie potenzialità e a metterle a frutto. Certo, il cammino di accettazione del suo corpo non è stato indolore e la

pellicola non vuole essere un'apologia della persona disabile che si sente esattamente come gli altri. Jessica non nasconde i momenti in cui era depressa e quelli in cui non voleva uscire perché si sentiva continuamente osservata dagli altri con curiosità, a volte con morbosità.

Eppure per questa autentica eroina del terzo millennio, con un'innata abilità nella comunicazione che l'ha portata a lavorare in 20 Paesi, la forza interiore può cambiare la prospettiva per approcciarsi alla realtà. Così Jessica non motiva soltanto le persone che hanno un deficit fisico, ma chiunque non si senta adeguato ad affrontare una determinata sfida. Lo spiega anche nel suo sito jessicacox.com, ricco di informazioni e documentazione. Inoltre nel 2015 ha pubblicato il libro autobiografico *Disarm your limits* (*Disarma i tuoi limiti*), per ispirare le persone a superare le proprie sfide attraverso le lezioni che ha imparato nella



Nella foto, una scena del docufilm *Donne straordinarie. I segreti di Jessica*, che andrà in onda domenica 23 aprile alle ore 22,55 su Nat Geo People, canale 410 della piattaforma Sky

sua vita. Si definisce con autoironia «destripede», perché scrive con il piede destro; infatti ha deciso di non indossare le protesi, scomode, che non le permettevano di fare molti movimenti. Con le dita dei piedi si trucca e suona il pianoforte, si mette e toglie le lenti a contatto, digita 25 parole al minuto sulla tastiera del computer; quando aveva 14 anni ha conquistato la sua prima cintura nera di taekwondo e si è messa in tasca pure un certificato da sub. Insomma, tanti limiti possono essere sconfitti con le abilità residue, puntando all'autostima e all'autonomia: Jessica lo dice a parole ma soprattutto lo dimostra con i fatti. **[L.B.]**



Faccia a faccia tra disabili e "migrati"

Un viaggio che inizia dal mare e al mare torna per capire chi lo attraversa in cerca di una vita migliore. *I migrati*, documentario di Francesco Paolucci andato in onda a fine febbraio su Rai2 e Tv2000, è anzitutto un percorso di avvicinamento tra due fragilità che hanno voglia di confrontarsi. Benito, Giovanni, Barbara e Gianluca sono quattro persone con disabilità della Comunità XXIV luglio handicappati e non, associazione che prende il nome proprio

dalla prima vacanza al mare, quasi 40 anni fa, dei protagonisti di questo film. Che ora hanno deciso di «imparare a fare i giornalisti» andando alla scoperta dei borghi italiani dove approdano i migranti. Il racconto si spinge anche tra la gente comune per indagare come l'arrivo dei migranti in un piccolo paese venga accolto dagli abitanti. Così Benito e gli altri si preoccupano per coloro che non hanno documenti e ai quali è precluso un reale percorso di integrazione. **[Eleonora Camilli]**