

# Occhiali ALCOVISTA



Occhiali versione diurna  
Alcolemia percepita 1.0 - 1.5 g/l



Occhiali versione diurna  
Alcolemia percepita 0.6 - 0.8 g/l



Occhiali versione notturna  
Alcolemia percepita 0.6 - 0.8 g/l

Gli occhiali Alcovista® "ALCOL" sono un ottimo strumento per sensibilizzare le persone di tutte le età, sulle conseguenze dell'eccessivo consumo di alcol. Questi occhiali utilizzano una tecnologia ottica che simula in modo tangibile alcuni aspetti percettivi dello stato di ebbrezza-ubriachezza. Indossando gli occhiali, i comportamenti si modificano: si ha perdita di equilibrio, distorsione della visione, allungamento del tempo di reazione. Nella realtà in caso di stato di ebbrezza si aggiungono altre sensazioni comportamentali, ad esempio la sonnolenza, l'aumento dell'aggressività, la perdita dei riflessi.

Semplici attività come camminare lungo una linea a terra, restare in equilibrio su una gamba sola, afferrare un mazzo di chiavi o lanciare una palla, diventano improvvisamente difficili da eseguire, fornendo una efficace percezione delle conseguenze potenzialmente pericolose dello stato di ebbrezza.

Le attività con gli occhiali Alcovista sono utili per una efficace introduzione dei corsi su alcol e guida poiché gli utenti sperimentano direttamente qual è la situazione di disagio provocata dall'abuso di alcol.

I tassi alcolemici riportati sono indicativi ed ogni persona può avere una diversa percezione visiva. La simulazione dei differenti stati di ebbrezza consiste in una progressiva distorsione visiva e nella riduzione dell'angolo di visione.



# Occhiali ALCOVISTA



## Esercizi di destrezza e simulazione

Gli occhiali ALCOVISTA simulano gli effetti dell'ebbrezza, provocando riduzione di riflessi, reazioni lente, confusione, distorsione visiva.

Vi suggeriamo alcuni esercizi da proporre ai partecipanti alle sessioni di sensibilizzazione.

### • Camminare su una linea

Ogni partecipante indossa gli occhiali ALCOVISTA, deve fare 7-8 passi, seguendo una linea sul suolo (adesivo, striscia). I passi devono essere consecutivi senza lasciare nessuno spazio tra ogni passo, le mani devono restare sempre abbassate lungo il tronco. Quando ha terminato di fare i passi contandoli a voce alta, il partecipante si gira e ricomincia a fare esattamente lo stesso e a questo punto nota che il suo modo di camminare non è del tutto normale.

### • Lanciare dei palloni

Alcuni palloni disposti al suolo a 5 metri da un cesto o una scatola poco più larga del pallone. Raccogliete i palloni uno dopo l'altro e lanciateli nel contenitore.

### • Raccogliere - Sollevare oggetti

In un bicchiere di plastica mettere alcuni piccoli oggetti, per esempio monete, dadi, ecc. Chiedere ai partecipanti di raccogliere e sollevare il bicchiere il più rapidamente possibile.

### • In equilibrio su un piede

Con gli occhiali indossati e le braccia lungo il corpo, il partecipante deve alzare il piede di circa 15 centimetri dal suolo, e cominciare a contare a voce alta 1001, 1002, 1003, ecc. per circa 20 - 30 secondi.

### • Bicchieri e lapis

Disporre un bicchiere su un tavolo a un metro dal bordo. Mettere 5 lapis a 20 centimetri dal bordo del tavolo e separati di 10 centimetri. Seduto di fronte al tavolo, il partecipante deve mettere i lapis uno dopo l'altro nel bicchiere.

### • Altri suggerimenti

Giocare a ping pong, cercare di infilare un filo nella cruna di un ago, cercare di versare acqua da un recipiente a un altro, comporre un numero di telefono, camminare in una sala su un percorso a quadretti, aprire un lucchetto.

A seconda del numero di persone e del tempo disponibile, potete immaginare altri esercizi di destrezza in cui la visione sia legata alla precisione del gesto.

## ALCUNI CONSIGLI PER SVOLGERE CON SUCCESSO E IN SICUREZZA LE VOSTRE ESERCITAZIONI

Per un programma più efficace i partecipanti devono avere l'opportunità di fare almeno 3 di queste attività, dapprima senza gli occhiali ALCOVISTA, poi cercando di fare lo stesso esercizio con gli occhiali ALCOVISTA.

A questo punto ogni partecipante noterà la differenza tra l'essere sobrio o sotto gli effetti dell'alcol.

Non dimenticate di dare un messaggio positivo e rassicurante ai partecipanti.

Grazie al loro carattere ludico gli occhiali ALCOVISTA vi aiuteranno a rendere interattiva l'attività di sensibilizzazione, raggiungendo buonumore e maggiore coinvolgimento delle persone del gruppo.

### Avvertimento

Indossando gli occhiali può essere percepita una distorsione "eccessiva" rispetto a quella di un livello di ebbrezza "basso" (0.6-0.8 g/l), va comunicato all'utente che ciò dipende dall'istantaneo passaggio dalla condizione di sobrietà a quella di ebbrezza. Nella realtà il raggiungimento dell'ebbrezza ha tempi più lunghi, quindi l'adattamento visivo compensa in parte la distorsione visiva causata dall'eccesso di alcol.

Infatti dopo aver indossato gli occhiali per 2-3 minuti la percezione visiva si stabilizza e sono ricuperate in parte le capacità percettive.

**Questi occhiali sono stati concepiti per uso pedagogico, pertanto è raccomandabile l'utilizzo degli occhiali sotto la supervisione di un tutor.**

Durante le esercitazioni, si deve evitare l'utilizzo da parte degli utenti di oggetti pesanti o con forme appuntite, evitate inoltre di fare le esercitazioni in luoghi pericolosi per l'utente o le persone presenti (presenza ravvicinata di sporgenze, superfici accidentate). E' totalmente sconsigliato utilizzare questi occhiali per fare esercizi di movimento indossando scarpe con tacchi alti, guidare qualsiasi veicolo o fare attività pericolose.

Non esiste una relazione scientifica con il livello di alcolemia, non è quindi possibile fare un parallelo, se non indicativo, con precise concentrazioni di alcol nel sangue.

Come molti fenomeni, l'alterazione del campo visivo dipende dalla persona, dalla qualità della visione di ciascuno o dalla sensibilità percettiva.