



RACCOLTA DATI - Lista appesantimenti

La lista contiene dei suggerimenti per compiere le azioni quotidiane con degli impedimenti scomodi volti a rendere gli ostacoli un pochino più fastidiosi (e quindi visibili). Scegline uno oppure proponilo tu.

- non utilizzare l'automobile
- indossare i tacchi a spillo
- usare i pattini a rotelle
- indossare dei guanti
- indossare occhiali da sole
- portare uno zaino pesante
- trascinare il carrellino per la spesa
- avere il passeggino con un bambino
- ascoltare musica con gli auricolari
- camminare con buste della spesa ingombranti e pesanti
- utilizzare il bastone d'appoggio
- utilizzare la bicicletta
- indossare una gonna a tubino stretto
- indossare lo zainetto scolastico di tuo figlio/nipote caricato come in una giornata media
- portare il cane al guinzaglio
- **ecc...**