

**Ordine dei
Tecnici sanitari
di radiologia medica
e delle professioni
sanitarie tecniche,
della riabilitazione
e della prevenzione di
Genova, Imperia e Savona**

**ISTITUITO AI SENSI DELLE LEGGI:
4.8.1965, n. 1103, 31.1.1983, n. 25 e 11.1.2018, n. 3
C.F. 80043590100**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

VADEMECUM PER LA RIABILITAZIONE ON-LINE

IMPOSTAZIONE TELEMATICA della RI-ABILITAZIONE A DISTANZA



**Ordine dei
Tecnici sanitari
di radiologia medica
e delle professioni
sanitarie tecniche,
della riabilitazione
e della prevenzione di
Genova, Imperia e Savona**

**ISTITUITO AI SENSI DELLE LEGGI:
4.8.1965, n. 1103, 31.1.1983, n. 25 e 11.1.2018, n. 3
C.F. 80043590100**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

VADEMECUM PER LA RIABILITAZIONE ON-LINE

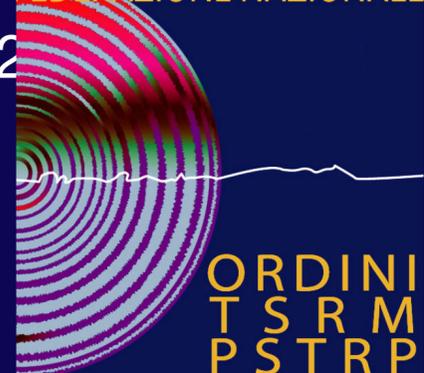
- **Premesse teoriche sulla teleriabilitazione**
- **Indicazioni al professionista sulla teleriabilitazione**
- **Strumenti per la teleriabilitazione**

SLIDE 3-11

SLIDE 12-20

SLIDE 2

FEDERAZIONE NAZIONALE



ORDINI
T S R M
P S T R P

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

L'attuale stato di emergenza ci porta a ridefinire i tempi e gli spazi dell'abilitazione e della riabilitazione neuropsicomotoria. Occorre dunque ora predisporre setting nuovi, che ci permettano di passare dagli ospedali, dagli ambulatori e dagli studi privati ai territori, o, per meglio dire, alle case dei nostri pazienti.

Sin'ora lo scenario della tele-riabilitazione sanitaria era stato interpretato esclusivamente in chiave sperimentale [1], in questo momento occorre passare dalla sperimentazione alla pratica quotidiana. Al fine di “assicurare equità nell'accesso alle cure nei territori remoti, un supporto alla cronicità, un canale di accesso alla (...) specializzazione, una continuità della cura attraverso il confronto multidisciplinare e un fondamentale ausilio per i servizi di emergenza (...) per il passaggio da una logica sperimentale a una logica strutturata di utilizzo diffuso”

[1] Telemedicina – Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

COMMISSIONE EUROPEA 689/2008

“Telemedicina a beneficio dei pazienti, dei sistemi sanitari e della società”



TAVOLO PER IL LAVORO DELLA TELEMEDICINA /2010 —
Consiglio Superiore della Sanità

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

COMMISSIONE EUROPEA 689/2008

“Telemedicina a beneficio dei pazienti, dei sistemi sanitari e della società”

**Rivoluzione culturale, a cui si deve affiancare un
cambiamento nel paradigma culturale dei riabilitatori, degli
utenti, oltre che un cambiamento di natura normativa.**



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

COS'E' LA TELEMEDICINA

“Erogazione di servizi di assistenza sanitaria, tramite il ricorso a tecnologie innovative, in particolare alle Information and Communication Technologies (ICT), in situazioni in cui il professionista della salute e il paziente (o due professionisti) non si trovano nella stessa località. La telemedicina comporta la trasmissione sicura di informazioni e dati di carattere medico nella forma di testi, suoni, immagini e altre forme necessarie per la prevenzione (...) trattamento e controllo dei pazienti. (...) non sostituisce le prestazione sanitaria tradizionale, il rapporto personale (...) ma lo integra per migliorarne efficacia, efficienza e appropriatezza.

La telemedicina DEVE altresì ottemperare a tutti i diritti e obblighi di qualsiasi atto sanitario.

[1] Telemedicina — Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

COS'E' LA TELEMEDICINA

“L'utilizzo di strumenti di Information and Communication Technology per il trattamento di informazioni sanitarie o la condivisione on line di dati e/o informazioni sanitarie non costituiscono di per sé servizi di telemedicina. A titolo esemplificativo non rientrano nella Telemedicina portali di informazioni sanitarie, social network, forum, newsgroup, posta elettronica o altro.” [1]

[1] Telemedicina — Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

COS'E' LA TELEMEDICINA

PREVENZIONE
SECONDARIA

CURA

MONITORAGGIO

DIAGNOSI

RIABILITAZIONE

INDIRETTA

DIRETTA

FEDERAZIONE NAZIONALE

ORDINI
T S R M
P S T R P

LA TELEMEDICINA — CHI PUO' ESERCITARLA

NEL SERVIZIO SANITARIO
NAZIONALE*

IN REGIME PRIVATO

- occorre essere autorizzati all'erogazione della prestazione specialistica, ovvero iscritti all'albo
- attenersi alle indicazioni del SSN e delle linee guida Regionali
- * se necessario stipulare accordi contrattuali tra Regione/ASL

TELEMEDICINA L'INFORMAZIONE AL PAZIENTE

“L’ atto sanitario per il quale si fa ricorso alla Telemedicina deve ottemperare ai diritti e agli obblighi inerenti a qualsiasi atto sanitario, ma anche tenere conto degli obblighi connessi alla sua specificità, tra questi anche l’informazione al paziente (...) opportunità e portata dell’atto, nonché dei mezzi utilizzati e sulle modalità di conservazione e trattamento dei dati, nel rispetto della normativa vigente” [1]

[1] Telemedicina — Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



TELEMEDICINA
—
RIABILITAZIONE
NEUROPSICOM
OTORIA

TELEMEDICINA SPECIALISTICA				FINALITA'					RELAZIONE*		
				Monitoraggio	Prevenzione	Diagnosi	Cura	Riabilitazione	B2C B2B2C	B2B2C	B2B
									Televisita	Telecooperazione sanitaria	Teleconsulto
	PAZIENTI	AMBITO									
TELEMEDICINA DEI MEDICI SPECIALISTI	tutti	sanitario	TelePatologia (Laboratorio Biomedico e Anatomia Patologica)								
			TeleRadiologia								
			TeleCardiologia								
			TelePneumologia								
			TeleDermatologia								
			TeleOftalmologia								
			TelePsichiatria/TelePsicologia								
			TeleNeurologia								
			TeleChirurgia								
			TeleEmergenza								
			TeleRiabilitazione								
			TelePediatria								
TELEMEDICINA del TERRITORIO			**								
			TeleMMG								
			TelePLS								

* B2B: individua la relazione tra medici
B2B2C: individua la relazione tra un medico e un paziente mediata attraverso un operatore sanitario
B2C: individua la relazione tra medico e paziente
** tutte le specialità mediche e chirurgiche

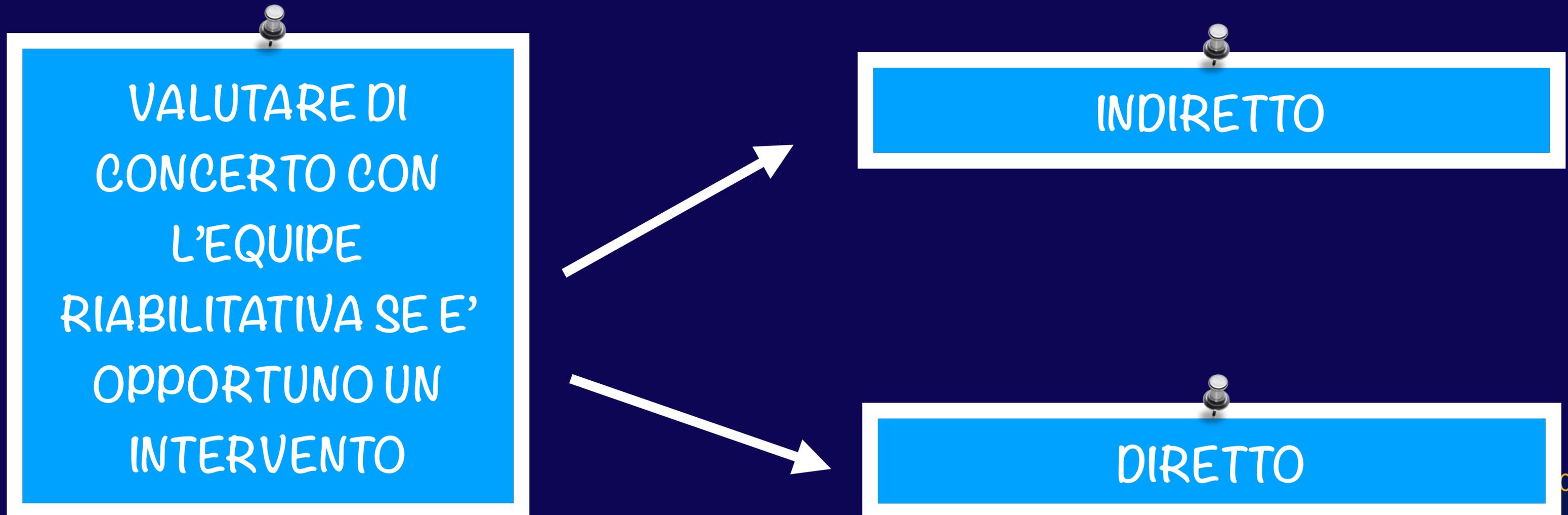


Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

Come Neuropsicomotricisti siamo chiamati a operare nel campo dei bambini interessati da patologie Neuropsichiatriche, bambini con una forte vulnerabilità dello stato di salute.

Occorre pertanto cercare, ove possibile, di promuovere il mantenimento del percorso ri-abilitativo, come pratica di igiene generale in questo momento di forte stress a cui è sottoposto tutto il nostro Paese e quindi, anche i nostri piccoli pazienti e le loro famiglie.

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva



INTERVENTO—L'INTERFACCIA

Tutti i servizi idonei a garantire la connessione e l'accesso dell'Utente del Centro Erogatore e del Centro Servizi alla rete di servizi di Telemedicina:

- (...) sistemi hardware e software per acquisire ed elaborare segnali, immagini, dati, anche attraverso dispositivi mobili (smartphone e tablet) relativi all'Utente(...);
- applicazioni web, accessibili anche attraverso dispositivi mobili (smartphone e tablet) per la trasmissione bidirezionale(...);
- portali dedicati riservati allo scopo. **[1]**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

INTERVENTO— INFORMAZIONI SANITARIE

Le informazioni sanitarie e gli esiti possono essere di diversi tipi:

- **testi**
- **immagini**
- **audio**
- **(...)**
- **video : p.e. video-conferenza con un paziente (p.e. tele psichiatria) [1]**

[1] Telemedicina — Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



INTERVENTO INDIRETTO

L'intervento indiretto si attua mediante un colloquio telefonico o in video chiamata

OBIETTIVI

- **riconoscere e valorizzare il genitore come agente attivo;**
- **dare sostegno al genitore attraverso la raccolta dei suoi stati d'animo: individuare eventuale fattori di stress rilevanti allo stato di salute, relativi all'isolamento e alla situazione economica;**
- **far sentire il genitore il più adeguato possibile e potenzialmente competente;**
- **rispecchiare i propri stati d'animo e valorizzare il benessere, in primis del genitore.**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

INTERVENTO INDIRECTO

**L'intervento indiretto si attua mediante un colloquio telefonico o in video chiamata
OBIETTIVI**

- **informarsi sulla routine, sugli spazi della casa e la composizione della famiglia allo stato attuale;**
- **farsi raccontare paure, bisogni relativi al proprio figlio/figlia;**
- **favorire la ri-sintonizzazione genitore-bambino o bambina;**
- **dare indicazioni sul cosa fare ma non solo, anche sul come fare attività quotidiane;**
- **identificare le azioni efficaci e trascriverle sotto forma di programma;**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

INTERVENTO DIRETTO, L'INTERFACCIA

Tutti i servizi idonei a garantire la connessione e l'accesso dell'Utente del Centro Erogatore e del Centro Servizi alla rete di servizi di Telemedicina:

- (...) sistemi hardware e software per acquisire ed elaborare segnali, immagini, dati, anche attraverso dispositivi mobili (smartphone e tablet) relativi all'Utente(...);
- applicazioni web, accessibili anche attraverso dispositivi mobili (smartphone e tablet) per la trasmissione bidirezionale(...);
- portali dedicati riservati allo scopo. **[1]**

[1] Telemedicina — Linee di indirizzo Nazionali, Ministero della Salute



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

INTERVENTO DIRETTO

INTERVENTO DIRETTO si attua mediante un incontro diretto, mediato dai media, con il bambino, ha come obiettivi:

- Designare una fotografia dello stato di sviluppo attuale del bambino
- Concentrarsi sulle abilità acquisite per consolidarle e potenziarle
- Promuovere le abilità emergenti
- Promuovere attività che non creino frustrazione al bambino
- Creare materiale interattivo semplice che mantenga attivi i bambini, con o senza il supporto dei genitori

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

INTERVENTO DIRETTO

Strumento molto utile e di facile impiego è il Power Point o Key Note, con esso è possibile utilizzare immagini per il potenziamento della memoria, la ricerca visiva, l'attivazione attentiva,...

Attraverso l'utilizzo dello "strumento di cattura" in dotazione dei PC è possibile "catturare" un'immagine o una parte di immagine, copiarla e incollarla, eventualmente, sul power point. Esso, avendo la possibilità di aggiungere le animazioni, appare molto efficace per mantenere attivi i bambini, sebbene a distanza.

E' possibile inserire immagini in cui chiedere al bambino di trovare le differenze, ricordare le immagini mostrate in precedenza, svolgere attività di attivazione cognitiva.

E' possibile promuovere i prerequisiti della letto-scrittura attraverso power point che vadano a stimolare l'organizzazione spazio-temporale, il riconoscimento del nesso causale forte-debole, il riconoscimento di semplici lettere, l'attenzione visiva,...



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

come usare SKYPE



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

come usare SKYPE

The image shows a screenshot of the Skype application window on a Mac. The window title is "Skype" and the menu bar includes "File", "Modifica", "Visualizza", and "Finestra". The main content area shows a video call in progress with a "Condividi schermo" (Share screen) button at the top. A call information bar at the top of the call area shows "3 di 3 nella chiamata | 14:23 | Raccolta". A "RIQUADRO DELLA TERAPISTA" (Therapist's window) is visible on the right side of the call. A "Avvia condivisione" (Start sharing) button is located at the bottom center of the call area. The background of the call shows a room with a chair and a door.

Condividi schermo

Skype File Modifica Visualizza Finestra ?

3 di 3 nella chiamata | 14:23 | Raccolta

RIQUADRO DELLA TERAPISTA

Avvia condivisione

riquadro azzurro di anteprima della visione dello schermo condiviso con l'interlocutore

pulsante di avvio della condivisione dello schermo

come usare ZOOM

Zoom 40-Minutes Meeting ID: 150-179-334

09:20 Speaker View

durata del meeting

modalità di visione degli interlocutori :

- speaker view (vedo solo chi parla)
- gallery view (vedo tutte le persone presenti)

condivisione audio di chi sta chiamando

condivisione video di chi sta chiamando

icona per invitare persone nel meeting (vedi slide succ)

icona per accettare la partecipazione di chi si connette

icona per condividere lo schermo (vedi slide succ)

icona per registrare il MEETING

icona per avviare una CHAT con le persone presenti al MEETING

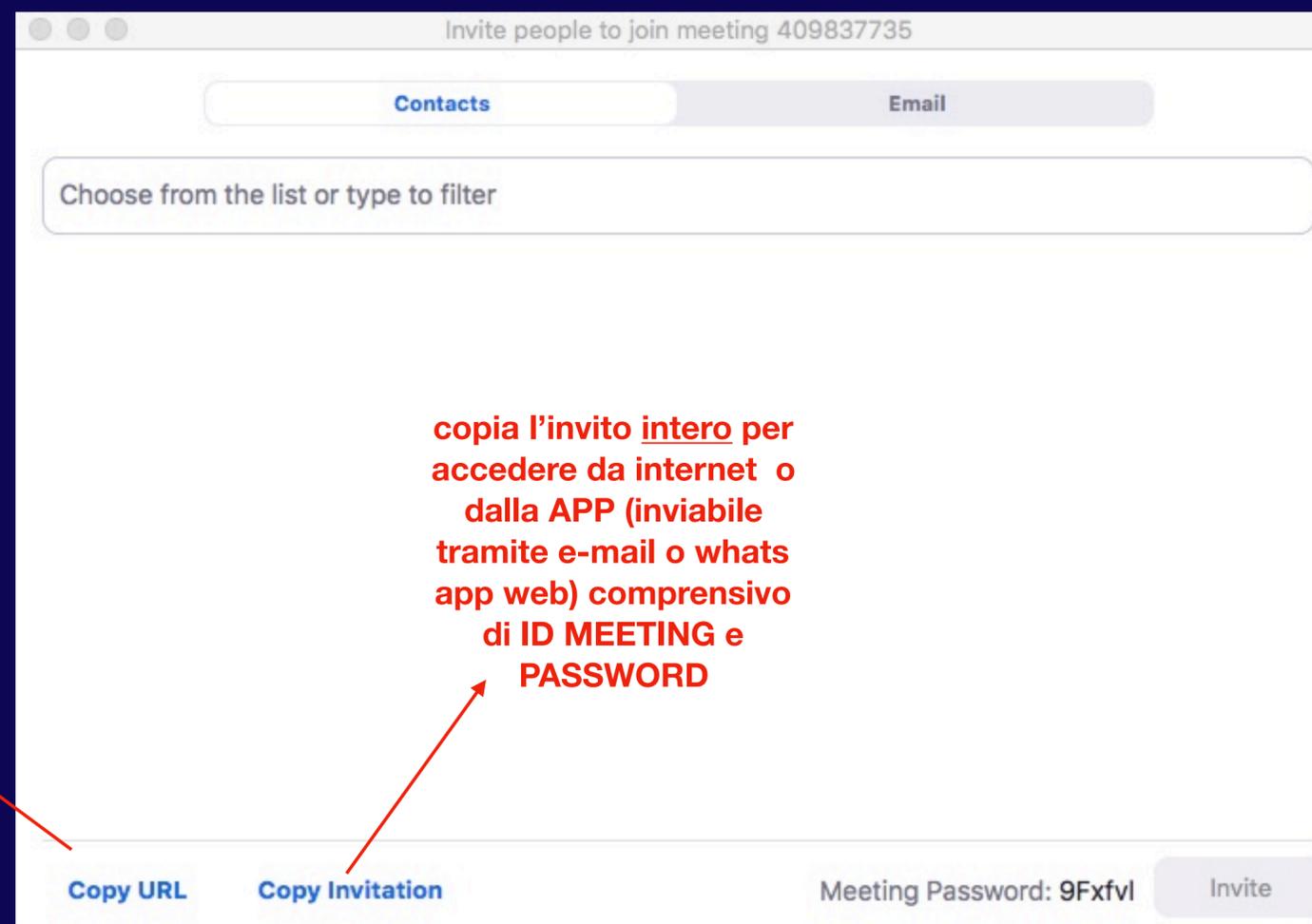
icona per finire il MEETING

Mute Stop Video Invite Manage Participants 3 Share Screen Chat Record Reactions End Meeting

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

come usare ZOOM

SCHERMATA DI CONDIVISIONE DEL MEETING CON ALTRI UTENTI



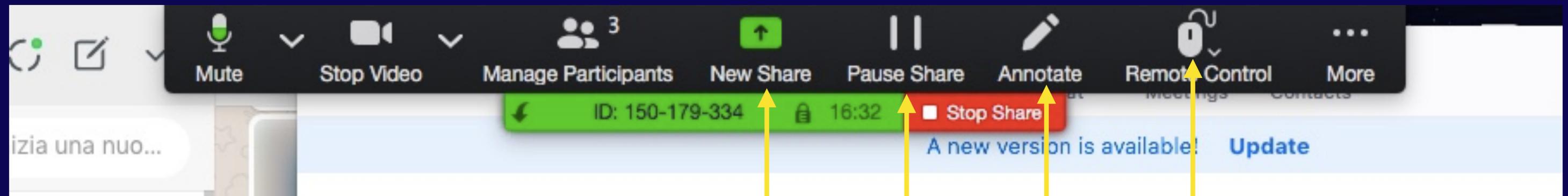
copia URL per accedere
da internet senza il
download della APP
(inviabile tramite e-mail
o whats app web)

copia l'invito intero per
accedere da internet o
dalla APP (inviabile
tramite e-mail o whats
app web) comprensivo
di ID MEETING e
PASSWORD

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

come usare ZOOM

STRUMENTI DI CONDIVISIONE DELLO SCHERMO



icona per cambiare la
schermata da
condividere

icona per fermare la
condivisione di
schermata

icona per annotare cose
sulla schermata
condivisa

icona per permettere
a un utente l'utilizzo del
proprio cursore (freccia)

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

DALLA BIBLIOGRAFIA INTERNAZIONALE SULLA TELE-HEALTH

Hindawi
Behavioural Neurology
Volume 2019, Article ID 1346987, 31 pages
<https://doi.org/10.1155/2019/1346987>

Review Article

Remote Technology-Based Training Programs for Children with Acquired Brain Injury: A Systematic Review and a Meta-Analytic Exploration

Claudia Corti ¹, **Viola Oldrati**,¹ **Maria Chiara Oprandi**,¹ **Elisabetta Ferrari**,¹
Geraldina Poggi,¹ **Renato Borgatti**,¹ **Cosimo Urgesi** ^{1,2,3} and **Alessandra Bardoni**¹

¹Scientific Institute, IRCCS E. Medea, Bosisio Parini, Lecco, Italy

²Laboratory of Cognitive Neuroscience, Department of Languages and Literatures, Communication, Education and Society,
University of Udine, Italy

³Scientific Institute, IRCCS E. Medea, San Vito al Tagliamento, Pordenone, Italy

Correspondence should be addressed to Claudia Corti; claudia.corti@lanostrafamiglia.it

- Metanalisi recente sugli ottimi outcome della teleriabilitazione
- Ottima Index of Satisfaction da parte dei genitori
- Ampia varietà di studi analizzati e tecniche differenti utilizzate



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

DALLA BIBLIOGRAFIA INTERNAZIONALE SULLA TELE-HEALTH

Journal of Autism and Developmental Disorders
<https://doi.org/10.1007/s10803-019-04314-4>

BRIEF REPORT



Brief Report: Preliminary Feasibility of the TEDI: A Novel Parent-Administered Telehealth Assessment for Autism Spectrum Disorder Symptoms in the First Year of Life

Meagan R. Talbott¹ · Sarah Dufek¹ · Lonnie Zwaigenbaum^{2,3} · Susan Bryson⁴ · Jessica Brian^{5,6} · Isabel M. Smith⁴ · Sally J. Rogers¹

© Springer Science+Business Media, LLC, part of Springer Nature 2019

- Sistema appositamente creato per la valutazione della teleriabilitazione in pazienti ASD
- Utilizzo di piattaforma web facilmente accessibile



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

DALLA BIBLIOGRAFIA INTERNAZIONALE SULLA TELE-HEALTH



International Journal of Speech-Language Pathology



ISSN: 1754-9507 (Print) 1754-9515 (Online) Journal homepage: <http://www.tandfonline.com/loi/iasl20>

Telehealth and autism: A systematic search and review of the literature

Rebecca Sutherland, David Trembath & Jacqueline Roberts

- Metanalisi espressamente su ASD
- Valutati vari outcome, tra cui costi accessibilità e soddisfazione dei genitori



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

DALLA BIBLIOGRAFIA INTERNAZIONALE SULLA TELE-HEALTH

Original Research

VISYTER: Versatile and Integrated System for Telerehabilitation

Bambang Parmanto, Ph.D.,^{1,2} Andi Saptono, M.S.,^{1,2}
Gede Pramana, M.S.,^{1,2} Wayan Pulantara, M.S.,^{1,2}
Richard M. Schein, Ph.D.,^{2,3} Mark R. Schmeler, Ph.D.,^{2,3}
Michael P. McCue, Ph.D.,^{2,3} and David M. Brienza, Ph.D.^{2,3}

Introduction

Telerehabilitation (TR) has been considered an important technology for increasing accessibility and enhancing continuity of care for vulnerable populations, including people with chronic disease and disabilities.¹⁻⁴ The versatile

- Strumentazione appositamente creata per la teleriabilitazione in vari frangenti

- Chiarezza su utilizzo e limitazioni



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

DALLA BIBLIOGRAFIA INTERNAZIONALE SULLA TELE-HEALTH

Article

Internet-Based Parent-Implemented Intervention for Young Children With Autism: A Pilot Study

Hedda Meadan¹, Melinda R. Snodgrass¹, Lori E. Meyer²,
Kim W. Fisher³, Moon Y. Chung¹, and James W. Halle¹

Journal of Early Intervention
2016, Vol. 38(1) 3–23
© 2016 SAGE Publications
Reprints and permissions:
sagepub.com/journalsPermissions.nav
DOI: 10.1177/1053815116630327
jei.sagepub.com
SAGE

- Sistema facilmente accessibile avendo connessione internet
- Dedicato particolarmente ai genitori di bambini e ragazzi ASD
- Sistema di implementazione valutato in confronto al face-to-face



Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

STRUMENTI DELLA RIABILITAZIONE A DISTANZA

POWER POINT
KEYNOTE
PAINT
GIMP

MATERIALI PDF

APPLICAZIONI

GIOCHI ON-LINE

OBS

COMMISSIONE NAZIONALE

ORDINI
T S R M
P S T R P

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

MATERIALI PDF

Alcuni link utili per materiali pdf

<http://www.homemademamma.com/downloads/>

<https://pianetabambini.it/>

<https://fantavolando.it/>

<http://www.passettidalumaca.com>

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

GIOCHI SPECIFICI ON-LINE

Alcuni link utili per giochi on-line

forza 4 <https://www.turtlediary.com/game/connect-4-multiplayer.html>

tris <https://www.turtlediary.com/game/tic-tac-toe-multiplayer.html>

indovina chi https://www.funnygames.it/gioco/indovina_chi_multiplayer.html

fai 10-11somme https://www.funnygames.it/gioco/make_me_10.html

uno <https://www.gioco.it/gioco/4-colors>

BATTAGLIA NAVALE <https://www.giochi.it/gioco/guerra-fra-navi>

gioco elastici <https://www.gioco.it/gioco/puzzle-di-forme>

MEMORY ANIMALI <https://www.giochi.it/gioco/wild-animals-memory-match>

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

GIOCHI ON-LINE

Alcuni link utili per giochi on-line

<https://www.turtlediary.com/game/number-sequences-kindergarten.html>

<https://www.gioco.it/giochi/puzzle>

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

APPLICAZIONI

Le applicazioni utilizzate in sede di terapia sono uno strumento di lavoro motivante ed efficace.

Devono essere utilizzate per brevi periodi di tempo in condivisione con l'adulto.

Possono essere selezionate in base a:

- **la possibilità di ricreare un apprendimento graduale**
- **essere modulabili in difficoltà**
- **stimolare competenze ritenute obiettivo di trattamento.**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

APPLICAZIONI

**È consigliabile eliminare il sonoro e fornire feedback verbali
Tra le applicazioni gratuite di possibile utilizzo**

PER I PIU' PICCOLINI

- **versi degli animali [papumba]**
- **prime parole per il bambino [papumba]**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

APPLICAZIONI

IN ETA' SCOLARE

- parole intrecciate [senior games]
- il giardino delle parole [is cool entertainment]
- todo math [enuma]
- mastermind [rc4821]

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

APPLICAZIONI

PER LE FUNZIONI ESECUTIVE

- **Allena il tuo cervello- abilità visuo-spaziali [senior games]**
- **Allena il tuo cervello- giochi di memoria [senior games]**
- **Allena il tuo cervello- giochi di coordinazione [senior games]**
- **Allena il tuo cervello- giochi di ragionamento [senior games]**
- **Allena il tuo cervello- giochi di attenzione [senior games]**

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

OBS software — Open Broadcaster Software

A cosa serve OBS? serve per registrare quello che c'è sul nostro schermo, noi e tante altre funzioni...

è un programma open source che permette sia di effettuare registrazioni in locale che di trasmettere in diretta su Internet, con la possibilità di cambiare scena a seconda delle proprie esigenze. Inoltre, permette di impostare le sorgenti audio e video da registrare, scegliendone anche la qualità e il formato di output (MP4, MKV, FLV e MOV)

Con OBS puoi creare video di training in cui mostri le azioni svolte sul tuo schermo, aggiungere il proprio video e audio, per attivare dirette online è possibile scegliere il formato semplificandone la modalità di condivisione.

Commissione d'Albo dei Terapisti della Neuro e psicomotricità dell'età evolutiva

CONSIGLI PER LA VIDEO-REGISTRAZIONE

Utilizzare più possibile la luce naturale, se possibile farsi riprendere
non usare lo zoom ma avvicinare il dispositivo

da cellulare per aiutarsi:

impostare quadrati per centrare il video

utilizzare se possibile la telecamera esterna per maggiore risoluzione

registrare con un microfono dell'auricolare evita la lontananza dal dispositivo, in caso usare un cavalletto