

oggi

3 / 18

# SAMARITANI

La rivista della Federazione svizzera dei samaritani



## Primi soccorsi alla lente

**16 FUTURO DELLA FSS**

Intervista alla nuova  
presidente centrale

**24 ASSOCIAZIONI**

Ticino Cuore nella  
catena di soccorso

**26 BUONO A SAPERSI**

Primi soccorsi: i primi  
10 minuti contano

# Per la spesa da casa.

Borse pesanti, addio! Ora la spesa ve la portiamo noi. Prendetevi il vostro tempo per le cose davvero importanti nella vita.

I vantaggi:

- un ampio assortimento – ai prezzi del supermercato Coop
- una selezione davvero unica di oltre 1 400 vini d'annata e 200 superalcolici di qualità
- comoda consegna nella fascia oraria prescelta fino alla soglia di casa vostra

Sconto di fr. 20.– sui vostri acquisti online a partire da fr. 200.– su coop@home. Al momento del pagamento inserire il codice «SAM18C-1». Il buono non è cumulabile e può essere utilizzato una sola volta per cliente fino al 31.10.2018. Non valido per i seguenti prodotti e servizi: carte regalo e tutte le offerte di telefonia mobile.

[www.coopathome.ch](http://www.coopathome.ch)

**coop**

Per me e per te. @home



## Concepita per le escursioni La nuova carta escursionistica per la Svizzera

Più informativa, più comprensibile, più intuitiva



Foto: Christof Sonderegger, Thal



# «CONCENTRARI SULL’ ESSENZIALE»

A metà giugno scorso, l’Assemblea dei delegati ha eletto la lucernese Ingrid Oehen alla carica di nuova presidente centrale della Federazione svizzera dei samaritani. La sua nomina è anche un segnale per molti samaritani che da lungo tempo auspicavano che tale carica fosse affidata a una persona «della base». Ossia a una persona che ha familiarità con la vita quotidiana delle sezioni samaritane e che conosce per esperienza personale le attività e i bisogni dei soci delle sezioni.

Ingrid Oehen possiede tale esperienza. Da 30 anni è una samaritana e monitrice di corsi attiva e non da ultimo ha rivestito per 10 anni la carica di presidente dell’Associazione cantonale delle sezioni samaritane lucernesi. Pertanto i membri della redazione di «oggi samaritani» hanno colto una prima occasione per porle qualche domanda al fine di sapere cosa ha in agenda per le prossime settimane e i prossimi mesi.

Un altro punto, di cui si è parlato, riguarda la necessità di occuparsi del tema della «professionalizzazione». Negli ultimi anni questo termine ha suscitato un’irritazione crescente nel mondo samaritano. A questo proposito Ingrid Oehen intende specificare che l’Organizzazione centrale non mira a una professionalizzazione dei samaritani attivi a titolo volontario, bensì a promuovere maggiormente e favorire un «modo di agire professionale» da parte dei soci delle nostre sezioni. «Non dobbiamo reinventare il movimento samaritano», ha affermato Ingrid Oehen nell’intervista. Piuttosto è arrivato il momento in cui tutti i samaritani possono concentrarsi sull’essenziale delle loro attività: prestare soccorso con competenza e insegnare alla popolazione le basi dei primi soccorsi. Di conseguenza questo numero è focalizzato sui «primi soccorsi», che vengono esaminati da diversi punti di vista, anche da quelli forse meno evidenti. Vi auguro una lettura ispirata.

NORBERT MEIER,  
vicedirettore della Federazione svizzera dei samaritani

# 6 PRIMI SOCCORSI ALLALENTE: OSARE AD AIUTARE



## CONTENUTO

### 12 ATTUALITÀ

Iniziato molto bene il corso introduttivo per i nuovi membri di comitato

Il Club 2013 sostiene il Congresso della gioventù

### 16 INTERVISTA ALLA NUOVA PRESIDENTE CENTRALE

A colloquio con Ingrid Oehen

### 22 SEZIONI E ASSOCIAZIONI

Molto entusiasmo all'Olimpiade samaritana

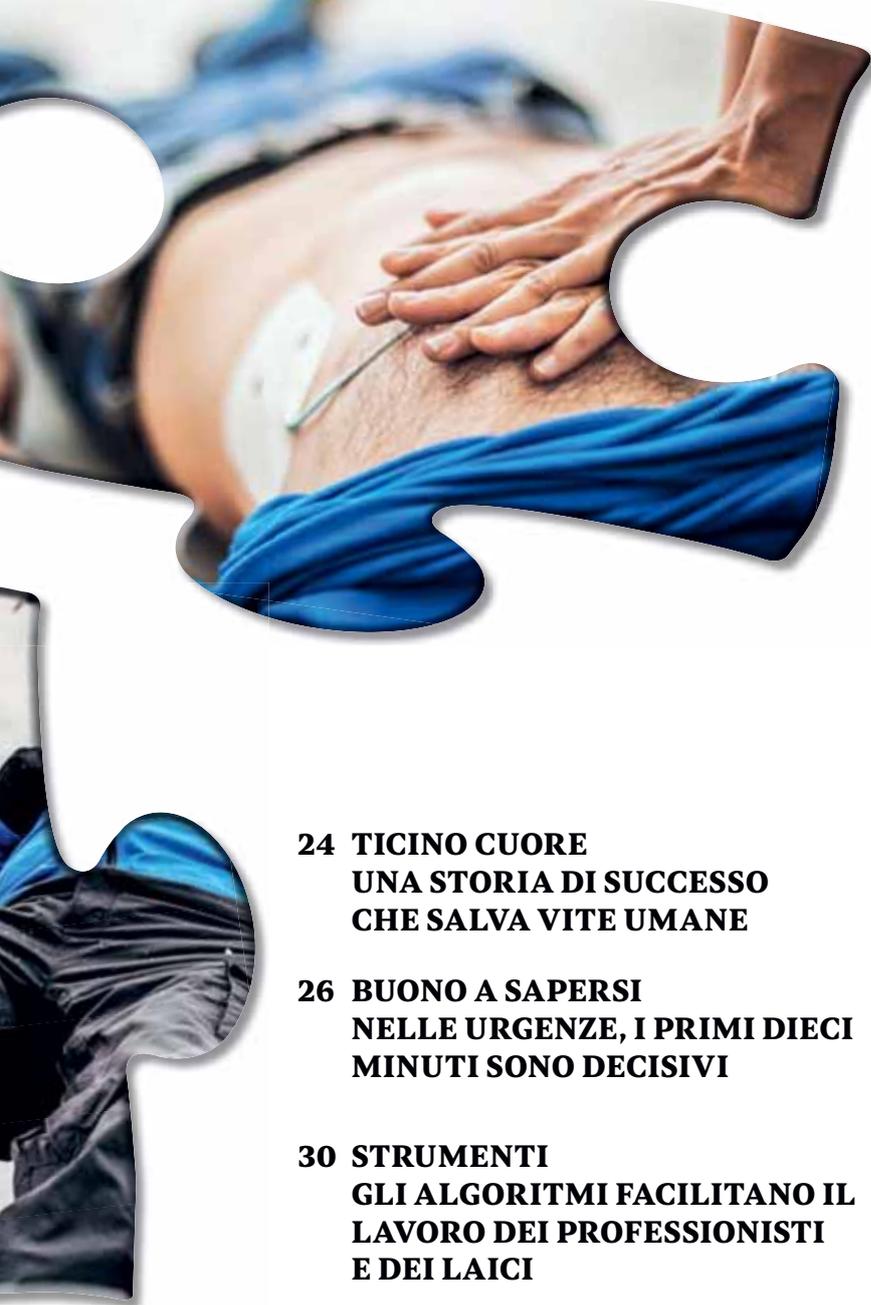
La Sezione samaritani di Vernier (GE) festeggia i suoi 50 anni

### 29 SAPEVATE CHE

La storia dei primi soccorsi

### 32 BUONO A SAPERSI

Resistenze agli antibiotici: il tempo dei rimedi miracolosi è finito



**24 TICINO CUORE  
UNA STORIA DI SUCCESSO  
CHE SALVA VITE UMANE**

**26 BUONO A SAPERSI  
NELLE URGENZE, I PRIMI DIECI  
MINUTI SONO DECISIVI**

**30 STRUMENTI  
GLI ALGORITMI FACILITANO IL  
LAVORO DEI PROFESSIONISTI  
E DEI LAICI**

**38 INFORMAZIONI  
DALLE ORGANIZZA-  
ZIONI DELLA  
CROCE ROSSA**

SSS: insieme per una  
maggiore sicurezza in  
acqua  
La CRS semplifica  
la struttura direttiva

**40 RITRATTO**

Elisabeth Stierli,  
samaritana dal 1944

**42 TOCCA A VOI**

Cruciverba e Sudoku

**43 VENIAMO AL  
PUNTO**

Improvvisazione nei  
primi soccorsi: l'importan-  
za della pratica

**46 LETTERE DEI  
LETTORI**

## IMPRESSUM

«oggi samaritani» 3/2018  
Data della pubblicazione: 15 agosto

### Editore

Federazione svizzera dei samaritani FSS  
Martin-Disteli-Strasse 27  
Casella postale, 4601 Olten  
Telefono 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
redazione@samaritani.ch  
www.samaritani.ch

Abbonamenti e cambiamenti d'indirizzo  
per iscritto all'indirizzo citato

### Prezzo d'abbonamento

Singolo abbonamento per terzi:  
fr. 33.– annuali

4 numeri all'anno  
Tiratura: 25 000 copie

### Redazione

Sonja Wenger, Christoph Zehnder  
Svizzera occidentale: Chantal Lienert  
Ticino e Moesano: Mara Zanetti  
Maestrani (m.z.)  
Segretariato: Monika Nembrini  
Telefono 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
redazione@samaritani.ch  
Indirizzo:  
Redazione «oggi samaritani»  
Casella postale, 4601 Olten

### Inserzioni

Fachmedien  
Zürichsee Werbe AG  
Laubisrütistrasse 44, 8712 Stäfa  
Telefono 044 928 56 11  
Telefax 044 928 56 00  
samariter@fachmedien.ch  
www.fachmedien.ch

### Impaginazione, stampa, spedizione

Stämpfli SA, 3001 Berna

# OSARE AD AIUTARE

I primi soccorsi comprendono molti aspetti e possono essere prestati nelle forme più diverse. Qualche volta bisogna superare i propri «freni inibitori» o imparare nozioni specifiche. La formazione e le attività di perfezionamento offerte dai samaritani aiutano a reagire più rapidamente nelle emergenze.

TESTO: Sonja Wenger

Ognuno ha una sua idea personale di ciò che sono i primi soccorsi e non solo perché il termine pare spiegarsi da solo. È vero che tutti sono concordi sul fatto che «l'unica cosa sbagliata è non fare niente». Ma alcuni la intendono nel senso di misure per salvare la vita, come il massaggio cardiaco o allarmare il servizio di salvataggio con il numero 144 –

ossia quelle misure che si usa chiamare «pronto soccorso». Altri intendono il termine in senso più ampio e con aspetti molteplici e i primi soccorsi diventano anche assistenza e cura, consolazione o applicare un cerotto su un'escoriazione o misure preventive, in modo che i primi soccorsi non siano nemmeno necessari.

Questo numero di «oggi samaritani» è dedicato perciò alle numerose sfaccettature e agli elementi che si possono considerare costitutivi dei primi soccorsi.



Impressioni di quattro anni di reportage sugli interventi dei samaritani. (Foto: Sonja Wenger, Patrick Lüthy, FSS)

Potrete apprendere quanto siano importanti dieci minuti in un'emergenza e con quali misure si possono aumentare le probabilità di sopravvivenza di una persona infortunata o malata. Parleremo anche della collaborazione esemplare dei samaritani ticinesi con la Fondazione Cuore. Avrete inoltre modo di conoscere meglio il nuovo materiale tecnico ausiliario, come gli algoritmi per la valutazione dei pazienti, la storia dei primi soccorsi e dopo la lettura saprete pure perché l'improvvisazione è una componente importante degli esercizi dei samaritani. Ma soprattutto vorremmo mostrare quanto siano saldamente ancorati ai nostri giorni i samaritani nella cosiddetta catena di salvataggio e quanto possa arricchire la partecipazione alle attività di una sezione samaritana.

### Il primo elemento della catena di salvataggio

«Nei miei corsi, per prima cosa presento ai partecipanti la catena di salvataggio e insegno loro quanto sia importante la sua funzione», afferma Astrid Müller, monitrice samaritana, monitrice di corsi e presidente della sezione samaritana di Bienne-Città (BE). «Questa catena di salvataggio funziona soltanto se ci sono soccorritori che intervengono subito sul posto.»

Generalmente la catena di salvataggio è definita come una procedura che illustra le postazioni, o le fasi, dalle quali passa un paziente urgente dal momento in cui si allarma il servizio di salvataggio fino all'arrivo al Pronto soccorso di un ospedale. L'immagine della catena è una scelta consapevole, perché una catena si rompe sempre in corrispondenza del suo anello più debole. Al fine di garantire le migliori possibilità di sopravvivenza e una guarigione il più possibile completa, ogni elemento della catena di salvataggio ha perciò bisogno che sia le attività precedenti, che quelle seguenti siano eseguite in modo ottimale e senza ritardi.

«Normalmente i soccorritori fanno meno di un medico, ma senza di loro nei casi gravi i soccorritori professionisti non possono fare più nulla», spiega anche Astrid Müller. In effetti i medici d'urgenza e i servizi di salvataggio non possono più eliminare le conseguenze di una rianimazione

cardiopulmonare mancata o eseguita troppo tardi. Di conseguenza è molto importante che i soccorritori occasionali allarmino e prestino i primi soccorsi al più presto possibile. «Spesso però le

persone non ne sono consapevoli», afferma Astrid Müller. «Senza informazioni e senza la debita formazione, molti hanno l'impressione di non poter fare nulla.» Fra l'altro, e Astrid

Müller ne è convinta, questa consapevolezza non è una questione di età: in un corso sui primi soccorsi concepito appositamente in modo ludico (giochi nel bosco) per bambini di 4 anni, sorprendentemente già loro hanno capito quanto sia importante essere d'aiuto quando c'è una persona in gravi difficoltà.

Per queste ragioni, Astrid lavora instancabilmente non solo per insegnare le basi dei primi soccorsi, ma anche per promuovere nei partecipanti ai suoi corsi la sicurezza in sé stessi. Oltre alle sue attività nella sezione e come monitrice di corsi Astrid Müller è impegnata anche come *First Responder*. Come racconta ridendo, lei vuole «il programma completo» e la sua motivazione è tanto semplice quanto com-

●  
«Si può dare già molto anche se non si può fare altro che ascoltare, consolare e tranquillizzare la persona bisognosa di aiuto.»  
●



prensibile: «Penso sempre che la persona che ha urgente bisogno di aiuto potrebbe anche essere un mio familiare e che in una tale eventualità sarei felice se qualcun altro prestasse aiuto.»

•  
**«La catena di salvataggio funziona soltanto se ci sono soccorritori che intervengono subito sul posto.»**  
 •

### **I First Responder offrono nuove opportunità di intervento**

«Il vostro impegno potrebbe salvare la vita di una persona.» Con questa frase la sezione samaritana di Lägern Wettingen (AG) fa pubblicità per il suo gruppo di *First Responder*. Il termine inglese *First Responder* (la persona che risponde per prima) è stato recepito anche in lingua italiana con il significato di «primo soccorritore». I *First Responder* sono organizzati in gruppi al di fuori del regolare servizio di salvataggio.

In Svizzera i sistemi di *First Responder*

attualmente esistenti sono nati dalla constatazione che in caso di urgenza il servizio di salvataggio professionale

spesso ha bisogno di troppo tempo per arrivare

sul posto ed

evitare al paziente gravi danni alla salute. Per esempio in caso di dispnea acuta, perdita di

coscienza, arresto cardiocircolatorio, folgorazione o annegamento i primi minuti sono decisivi.

I *First Responder* sono persone che hanno seguito una formazione sulle misure di pronto soccorso, che vengono allarmate da una centrale e interven-

gono con misure salvavita nell'intervallo di tempo fra l'allarme dato al 144 e l'arrivo del servizio di salvataggio (ambulanza). L'obiettivo è che il loro intervento aumenti le probabilità di sopravvivenza e riduca i danni conseguenti.

Attualmente in Svizzera non esiste un ordinamento comune

dell'organizzazione e, al pari dei servizi di salvataggio, i *First Responder* sono disciplinati da norme cantonali.

Finora in alcuni Cantoni sono state emanate le basi per la loro struttura e il loro esercizio. All'avanguardia in Svizzera ci sono il Vallese, dove da oltre venti anni sono in servizio i *First Responder*, il Ticino, dove il progetto è stato lanciato a livello cantonale nel 2006, e il Canton Berna, che dal 2010 dispone di una rete di *First Responder* estesa a quasi tutto il territorio. Negli ultimi anni anche in altri Cantoni sono stati promossi e costituiti in modo mirato gruppi di *First Responder*.

Inoltre esiste un gran numero di gruppi regionali o anche singole iniziative che coprono una zona di dimensioni più ridotte.

Essenzialmente non esistono criteri uniformi per la formazione, l'equipaggiamento e le forme organizzative dei *First Responder*. Questo offre ai samaritani interessati nuove, avvincenti possibilità di intervento, perché grazie alla loro formazione e alla loro rete locale già oggi sono perfettamente preparati a tali interventi.

### **Ascoltare, seguire e superare il tempo di attesa**

Al pari di Astrid Müller, anche Erwin Zollet, della sezione samaritana di Bösinggen (FR), effettua interventi come *First Responder*. In qualità di monitore samaritano, monitore di corsi e istruttore FSS ha già molto da fare con il suo volontariato. Però, come tanti altri samaritani, la sua attività gli dà una grande energia e molta soddisfazione. Per





lui i primi soccorsi significano «superare i primi 10, 15 o 30 minuti». Non importa se si tratta di un intervento come *First Responder* o nel quadro di un servizio sanitario o di un'altra situazione. «Per me al centro c'è sempre la persona. La persona che ha un problema, non importa di che tipo, e noi samaritani restiamo al suo fianco finché arriva l'ambulanza.»

Per lui questo atteggiamento vale tanto per le situazioni potenzialmente mortali quanto in casi meno gravi. «Ma si può già dare molto anche se non si può fare altro che ascoltare, consolare e tranquillizzare la persona bisognosa di aiuto.» I primi soccorsi psicologici stanno molto a cuore a Erwin anche perché anni fa ha prestato professionalmente servizio militare in Bosnia. Lì ci sono ancora oggi molte persone con trauma bellici che non trovano assistenza. «Allora ho visto cosa succede con le persone che non ricevono aiuto e ho capito quanto sia importante che una persona disponga di una buona base sociale per poter affrontare le crisi.»

succede con le persone che non ricevono aiuto e ho capito quanto sia importante che una persona disponga di una buona base sociale per poter affrontare le crisi.»

Per queste ragioni, egli prega sempre i suoi pazienti «per prima cosa di raccontargli la loro storia». Già solo con un buon dialogo si riesce a ridurre lo stress di una situazione o a far scendere una pressione arteriosa estremamente elevata, così che il paziente riceve un aiuto non solo psicologico ma anche fisiologico. «Se poi la persona più avanti riceve ulteriori cure, abbiamo già posto una buona base per la guarigione.»

Non sempre gli effetti di un intervento sono palesi, racconta ancora Erwin Zollet. La storia di una donna che lui e il suo team hanno potuto dissuadere dal suicidarsi su un'autostrada lo illustra in maniera impressionante. «Non solo siamo riusciti

a impedire che quella donna si togliesse la vita, ma anche che con il suo gesto compromettesse la vita di un altro automobilista.»

### Conoscere e superare consapevolmente i propri freni inibitori

Per molti samaritani «prestare i primi soccorsi» e «voler aiutare spontaneamente, con convinzione e con il cuore», come afferma Astrid Müller, è una cosa ovvia. Tuttavia può succedere che nella loro vita quotidiana, durante gli interventi o nei loro corsi, debbano superare dei «freni inibitori» molto diffusi.

Lo conferma anche Carmen Segessenmann, del settore Primi soccorsi dell'Organizzazione centrale della Federazione svizzera dei samaritani. «Se e come una persona presta i primi soccorsi dipende sempre da ciò che tale persona sa, quali esperienze ha fatto o come classifica le cose che succedono.» Praticamente tutti sanno che aiutare è utile. Però molti non se la sentirebbero di prestare i primi soccorsi. I motivi sono molto diversi e in parte dipendono dal fatto che nella moderna società dell'informazione si diffondono moltissimi nozioni, che però sono molto contraddittorie e questo rende le persone insicure.

Per questo motivo il confronto con i cosiddetti «freni inibitori» è un punto importante dei corsi di primi soccorsi e della formazione dei



samaritani, perché «generalmente le emergenze si verificano inaspettatamente e una spontanea prestazione di aiuto è contrastata dalle inibizioni naturali». Di regola ci sono cinque freni inibitori che una persona deve superare in diverse fasi, prima che inizi a prestare aiuto:

- Bisogna rendersi conto che è veramente successo qualcosa.
- Bisogna rendersi conto che la situazione è un'emergenza.
- Bisogna assumersi la responsabilità dell'aiuto da prestare.
- Bisogna decidere come aiutare.
- Si presta aiuto.

Secondo l'esperienza, la predisposizione e la situazione, questi freni sono più o meno potenti per il soccorritore. Se alla fine non si presta aiuto, ciò è dovuto al fatto che non è stato possibile vincere uno dei freni inibitori.

Temi importanti nell'ambito dei primi soccorsi sono pertanto: come affrontare i propri freni inibitori e come lasciarsi guidare dal buon senso comune. Non si tratta solo di rendersi conto di una

## L' unica cosa sbagliata è non fare niente!

situazione, ma spesso anche dell'insicurezza nel confrontarsi con altre culture. Astrid Müller fa il punto della situazione. Nei suoi corsi ed esercizi c'è molto spesso qualcuno che domanda come ci si debba comportare quando per esempio una donna, che porta il velo, ha bisogno di aiuto. «La mia risposta è sempre la stessa: fare il possibile per non lasciarla morire.»



# Pronto soccorso

## Per grandi e piccoli avventurieri

### Blood Stop

Ovatta emostatica



### Compress M.I.C.

Non aderenti alla ferita



### Finger Plast

Cerotto per le ferite delle dita



### Sensitive Plast

Cerotto per pelli sensibili



### Nova Quick

Benda elastica autoadesiva



### Nova Cool

Bendaggio raffreddante



Lohmann & Rauscher

[www.flawa-medical.ch](http://www.flawa-medical.ch)

Disponibili sul sito [shop.samariter.ch](http://shop.samariter.ch)



# IN CARICA BEN PREPARATI

**Il primo corso introduttivo per i nuovi membri di comitato si è svolto con successo lo scorso mese di giugno. Oltre alla comunicazione di importanti informazioni e consigli, si è trattato anche e soprattutto di uno scambio di esperienze.**

**TESTO: Sonja Wenger / m.z**  
**FOTO: Shutterstock**

In genere, i nuovi membri di comitato sono confrontati con parecchie domande: quali servizi e prestazioni può vantare e fornire la mia sezione e come? Di quali strutture dispone la Federazione svizzera dei samaritani? Quali sono le persone di riferimento e di contatto per tutte le domande inerenti l'attività in sezione rispettivamente nell'associazione cantonale? Oppure ancora, dove trovo tutta la documentazione relativa ai requisiti per i vari profili, agli attrezzi per il lavoro in sezione e alle informazioni sui servizi di supporto?

A queste e ad altre domande, risponde dalla primavera del 2018 il nuovo corso introduttivo per i nuovi membri di sezione che permette altresì di allacciare utili contatti con la sede centrale della FSS a Olten e i suoi relativi uffici. Il corso è gratuito e dura una mezza giornata. Questa opportunità è destinata in particolare e in prima linea alle persone che assumono per la prima volta una carica in una sezione samaritana o in un'associazione cantonale. Tuttavia la partecipazione è aperta anche ai membri di comitato già in carica da tempo e che sono interessati a uno scambio di esperienze costruttive e che vogliono aggiornare e allargare le loro conoscenze.

## Scambio di esperienze per rafforzare la conoscenza

«L'esperienza mostra che anche samaritani di lungo corso, che sono attivi da tempo in una sezione

o associazione, non sempre dispongono di tutte le informazioni che sono necessarie allo svolgimento dei loro compiti», osserva Roger Hayoz della sede centrale di Olten. Egli è responsabile, in seno al nuovo settore Primi soccorsi, della consulenza sui temi dello sviluppo dell'organizzazione come pure della gestione delle sezioni e delle associazioni cantonali e dirige il corso introduttivo in oggetto.

«Lo scambio di esperienze risulta essere molto importante, una cosa resa possibile e promossa proprio grazie al corso introduttivo», afferma Hayoz. Che ciò sia a tutti gli effetti apprezzato, lo dimostrano i positivi riscontri (feedback) ottenuti dai partecipanti dopo il primo corso introduttivo svolto in giugno. Il fatto di vedere e di conoscere – anche in modo informale e schietto – chi, nella sede centrale, è responsabile di cosa (quale settore) e la possibilità di chiarire seduta stante preoccupazioni e dubbi anche su questioni importanti, hanno contribuito molto a ridurre le reticenze e le inibizioni e a prendere coscienza che i samaritani – a tutti i livelli – possono tirare la corda tutti uniti e dalla stessa parte.

## Servizi e assistenza ai soci

La struttura del corso introduttivo dipende dalle dimensioni del gruppo. Il suo contenuto propone, in una prima parte, una visione generale sulle strutture federative della Federazione svizzera dei samaritani e sulla sua storia, come pure sui diversi servizi dispensati dagli uffici centrali di Olten. In una seconda parte, il corso fornisce ai partecipanti delle informazioni sul volontariato e su come le conoscenze possono essere impiegate in modo costruttivo in azioni di ricerca di nuovi soci come pure nell'assistenza e consulenza dei soci stessi. La seconda edizione del corso si svolgerà il 29 settembre 2018; lo stesso si trova su MyLearning (Catalogo > Catalogo delle formazioni > Funzioni & Settori di competenza > Membri di comitato). Il corso sarà tenuto in lingua tedesca, mentre la documentazione è disponibile pure in francese. Si stanno pianificando altri corsi nelle altre regioni linguistiche della Svizzera.

Un passo alla volta, verso il tutto.

# L'ASSOCIAZIONE DI DONATORI DELLA FEDERAZIONE SVIZZERA DEI SAMARITANI

club  
S+2013



I partecipanti all'Assemblea del Club 2013  
svoltasi ad inizio giugno.

Cinque anni dopo la sua fondazione avvenuta nel 2013, anno del giubileo della FSS, il Club 2013 può mostrare un risultato soddisfacente. L'associazione, che raggruppa i donatori della Federazione svizzera dei samaritani (FSS), conta infatti attualmente circa 50 soci grazie ai quali ogni anno il Club 2013 sostiene con generosi contributi di svariate migliaia di franchi i diversi progetti promossi dall'Organizzazione centrale. Con il suo lavoro, il Club 2013 promuove in modo mirato il volontariato da parte dei membri delle sezioni samaritane e delle associazioni cantonali in tutta la Svizzera come pure della Federazione svizzera dei samaritani, con un'attenzione particolare rivolta al lavoro con i giovani. Così per la terza volta consecutiva, il comitato del Club 2013 ha proposto nel corso dell'Assemblea generale dello scorso inizio giugno, un contributo a favore della concretizzazione del Congresso della gioventù della FSS previsto nel settembre 2018. Grazie a questo ulteriore contributo, il congresso è sostenuto dal Club 2013 con complessivi 29 000 franchi. Tutte le persone interessate possono diventare socie del Club 2013. Una buona parte dei membri donatori sono già stati in passato, in un modo o nell'altro, attivi e impegnati nell'Organizzazione samaritana. Per eventuali domande o richieste di informazioni, il presidente Kurt Sutter come pure Gery Meier sono disponibili all'indirizzo e-mail: [club2013@samariter.ch](mailto:club2013@samariter.ch). Trovate altre informazioni sul Club 2013 sul sito sotto «Loro impegno» > Donare > Club 2013.



## Premio Croce Rossa

della Croce Rossa Svizzera

Conoscete una persona o un'organizzazione che si impegna in modo lodevole in favore del prossimo. La sua azione è esemplare e straordinaria, e i suoi effetti sono duraturi. A vostro parere merita quindi una ricompensa.

Proponete questa persona o organizzazione per il **Premio Croce Rossa della CRS** che ricompensa azioni particolarmente lodevoli in campo umanitario!

Su [www.redcross.ch/premiocrocerossa](http://www.redcross.ch/premiocrocerossa) troverete altre informazioni come pure il formulario per la proposta di candidatura.

Inviare la vostra proposta prima del 31 dicembre 2018 a:

CRS, Comunicazione, Casella postale, 3001  
Berna o: [info@redcross.ch](mailto:info@redcross.ch)

Croce Rossa Svizzera



# «E D'UN TRATTO FECI UNA BRUTTA CADUTA CON LA BICI»



Ascoltate la storia Rega  
di Matteo Pio-Loce, 18, a Mallorca.  
[soccorsomio.ch/matteo](http://soccorsomio.ch/matteo)



Diventate sostenitori ora.

**rega**



# Nuovi elicotteri di soccorso per la Rega

**La Guardia aerea svizzera di soccorso Rega ha ricevuto a Donauwörth (D) i primi due dei sei, in totale, nuovi elicotteri di soccorso del tipo H145 da parte del costruttore franco-tedesco Airbus Helicopters. Gli elicotteri di soccorso di ultima generazione erano stati ordinati nel 2016 e i primi due entreranno in servizio in autunno presso le basi di pianura di Berna e Basilea. Entro la metà del 2019 la Rega rinnoverà la sua intera flotta di pianura, composta da sei elicotteri di soccorso del tipo Airbus Helicopters EC 145, con il modello successivo H145.**

## TESTO E FOTO: REGA

Nelle scorse settimane, nell'ambito di una piccola cerimonia svoltasi presso lo stabilimento di Airbus a Donauwörth (D), i due nuovi elicotteri Rega del tipo H145 sono stati consegnati a una delegazione della Rega, fra cui il presidente del consiglio di fondazione Ulrich Graf e il CEO Ernst Kohler. Prima che i nuovi elicotteri possano decollare per le loro primissime missioni di soccorso, dovranno ancora essere effettuati lavori all'arredo e all'equipaggiamento medico interno, e ottenute le certificazioni corrispondenti da parte dell'Agenzia europea per la sicurezza aerea (EASA). Si prevede che il primo elicottero H145 sarà operativo presso l'elibase di Berna a ottobre. Un po' più tardi seguirà la consegna del secondo elicottero alla base di Basilea, mentre entro metà 2019 anche gli equipaggi delle elibasi di Zurigo e di Losanna potranno effettuare i loro interventi con il nuovo elicottero.

### Sostituzione dopo 15 anni e 60 000 pazienti

La Rega si procura in totale sei H145 quali sostituti dell'attuale flotta di pianura composta da elicotteri del tipo Airbus Helicopters EC 145, in servizio dal 2003 presso le basi di pianura di

Berna, Basilea, Zurigo e Losanna. I sei EC 145 negli ultimi 15 anni si sono dimostrati elicotteri di soccorso affidabili e versatili e fino a oggi hanno prestato rapido soccorso aereo medicalizzato a circa 60 000 pazienti. La Rega ora fa affidamento sull'H145, il successore dell'EC 145 grazie in parte anche all'eccellente esperienza fatta. «Con l'H145 portiamo avanti la nostra storia di successo e ci assicuriamo di poter continuare a fornire alle nostre pazienti e ai nostri pazienti aiuto affidabile e professionale anche nei prossimi anni», ha dichiarato il CEO della Rega Ernst Kohler. Per i sei elicotteri, comprese le attrezzature mediche a bordo, la Rega investe circa 52 milioni di franchi.

### H145, un elicottero di soccorso dell'ultima generazione

L'H145 è nettamente più potente rispetto al suo predecessore, l'EC 145, ciò che aumenta ulteriormente la sicurezza in intervento. Nel settore dell'avionica e della navigazione, il motore biturbina H145 è all'avanguardia, dispone di un autopilota a quattro assi e grazie all'avionica dell'ultima generazione, può anche eseguire le procedure di avvicinamento tramite navigazione satellitare con estrema precisione. Con la sua cabina spaziosa, si presta particolarmente per trasporti speciali di terapia intensiva, come ad esempio con una macchina cuore-polmoni o con un'incubatrice mobile.



# «Non dobbiamo reinventare il sistema samaritano»

La prima intervista, che inaugura la sua carica, con Ingrid Oehen, la nuova presidente centrale della Federazione svizzera dei samaritani, ha luogo all'inizio dello scorso luglio, tre settimane dopo la sua elezione da parte dell'Assemblea dei delegati. La sua entrata in funzione ai vertici della Federazione mette un punto finale a un anno turbolento per il movimento samaritano svizzero che ha visto diversi cambiamenti e avvicendamenti ai vertici dell'organizzazione. Questa elezione inaugura anche un nuovo inizio poiché con Ingrid Oehen la conduzione della Federazione ritorna, dopo tanto tempo, nelle mani di una persona che non ha un background politico, ma che proviene direttamente dalla «base». Per 30 anni, infatti, Ingrid Oehen è stata samaritana attiva in varie funzioni e a diversi livelli e, fino alla primavera 2018, era presidente dell'Associazione cantonale di Lucerna. Sa dunque quali sono i «punti dolenti» per i samaritani e parla la loro lingua. Per sua precisa volontà, non pubblica questa intervista nella forma di cortesia poiché le suonerebbe «strana», come ha sottolineato subito all'inizio del nostro incontro a Olten.

**INTERVISTA: FSS / m.z FOTO: Patrick Lüthy**

**Oggi samaritani: Ingrid, nel tuo discorso inaugurale hai affermato che in futuro desideri «ascoltare attivamente i samaritani, promuovere la collaborazione e ricostruire il sentimento di fiducia perso». Come intendi procedere?**

Ingrid Oehen: Comunicando in modo sincero, schietto e trasparente dall'Organizzazione centrale verso la base, instaurando nel contempo con la stessa un vero dialogo. Ciò significa che prendi sul serio la tua controparte con le sue preoccupazioni e richieste, che l'ascolti e che alle richieste o domande rispondi in tempo ragionevole. Per costruire il dialogo collaboreremo molto strettamente con i presidenti delle associazioni cantonali e li coinvolgeremo in diversi gruppi di lavoro. Ad esempio ciò avviene già con il nuovo gruppo di lavoro Finanze nel quale sono rappresentate tutte le regioni linguistiche del Paese. Tutti assieme cercheremo di formulare la visione, la missione e gli obiettivi strategici che ne derivano e ci lavoreremo

molto intensamente durante i prossimi due anni. È importante essere coscienti che noi tutti assieme siamo e creiamo la Federazione svizzera dei samaritani. Negli scorsi anni questa consapevolezza è andata un pochino persa.

**Comunque, non si tratta solo di instaurare il dialogo con la base, ma di curare anche la collaborazione con le altre organizzazioni di soccorso rispettivamente con le lobby politiche.**

Sono consapevole del fatto che i requisiti per la presidenza prevedono un background politico e una rete di contatti e conoscenze. Tuttavia a seguito della crisi strutturale della nostra Organizzazione – crisi in corso da diverso tempo – negli ultimi anni si è vieppiù manifestato il desiderio che a prendere le redini della presidenza della FSS fosse una persona «della base», ossia qualcuno con esperienza diretta nel mondo samaritano. Grazie alla mia lunga esperienza come samaritana, so esatta-

mente quali sono i bisogni più urgenti della base del nostro movimento. Inoltre posso contare su una rete di contatti molto buona con le nostre Organizzazioni partner come la Società svizzera delle Truppe Sanitarie (SSTS) e la Società Svizzera di Salvataggio (SSS) dato che collaboro da anni a stretto contatto con loro. Ci conosciamo, siamo allo stesso livello e parliamo la stessa lingua.

Proprio per questo, alcuni rappresentanti di queste due Organizzazioni mi hanno già contattata subito dopo la mia elezione e mi hanno chiaramente comunicato che per loro la sopravvivenza della FSS

è una questione importante.

SSTS e SSS sono anche pronte ad aiutare attivamente, ad esempio sfruttando le siner-

gie esistenti nell'ambito dei corsi o della formazione. Per quanto riguarda i contenuti, ciò sarebbe fattibile, dato che tutti noi usiamo la piattaforma IAS e disponiamo degli stessi label di qualità. Ovviamente tutto questo non è pensabile e realizzabile dall'oggi al domani, ma si sono già avviati degli scambi informativi. Inoltre le Organizzazioni di soccorso si adopereranno per sviluppare e formulare una strategia comune di collaborazione e di scambio con la Croce Rossa Svizzera (CRS).

### **Di cosa tratta questa strategia comune?**

Una possibilità è quella che la CRS, con la sua eccellente rete di contatti politici, sostenga noi tutti, affinché le Organizzazioni di soccorso possano concentrarsi maggiormente sulle loro singo-

le attività e sui loro specifici compiti come salvare vite umane, fornire i primi soccorsi e insegnare. La CRS ci ha assicurato il suo sostegno, non da ultimo durante l'Assemblea dei delegati. E non si tratta di una coincidenza. Tra le Organizzazioni di soccorso, la FSS è meglio posizionata di quanto siamo soliti pensare.

### **In quale forma e come siamo posizionati?**

Siamo ampiamente sostenuti dalla popolazione. La gente conosce le sezioni samaritane non solo grazie ai corsi di primi soccorsi, ma anche grazie alla loro

presenza nei servizi sanitari in occasione di innumerevoli eventi. Di conseguenza, le sezioni sono fortemente radicate nei loro villaggi e nelle loro

comunità. E proprio qui sta il potenziale che noi possiamo e dobbiamo sfruttare.

### **Tuttavia in seno alle sezioni e alle associazioni regna una grande incertezza su ciò che accadrà al movimento samaritano. Quali sono le cause di questa situazione?**

Penso che questa incertezza sia la di-

●  
**«La FSS è posizionata meglio di quanto possiamo credere tra le diverse organizzazioni di soccorso.»**  
●

#### **Ingrid Oehen**

Da 30 anni è impegnata a tutti i livelli della vita e dell'attività samaritana, da ultimo anche in qualità di presidente dell'Associazione cantonale delle sezioni samaritane di Lucerna. È assistente di cura diplomata e capo esperta per la Svizzera centrale nell'ambito delle formazioni di assistente sanitario specialista e dal 2008 dirige la sezione della formazione dell'Ospedale cantonale di Lucerna. Ha una solida esperienza nello «change management» grazie alla sua attività professionale all'Ospedale cantonale dove avvengono molti e continui cambiamenti e sfide e dove lavorano ben 700 persone tra apprendisti, studenti, medici e impiegati di 24 diverse professioni.



retta conseguenza di una fase molto lunga di continui cambiamenti, anche strutturali. E non mi riferisco qui alla digitalizzazione che è stata implementata nel corso degli ultimi due anni. Quasi nessuno, infatti, ha qualcosa contro la digitalizzazione. Dopotutto, tutti noi amiamo e apprezziamo i nostri dispositivi intelligenti di cui facciamo ampio uso (smartphone ecc.). Ma è cambiato, nel corso degli ultimi anni, il modo con cui questi cambiamenti sono stati comunicati. Fino a circa cinque anni fa, abbiamo vissuto un'ondata di continui cambiamenti e si aveva un'informazione chiara su cosa, quando e come c'era di nuovo. Poi qualcosa ha cambiato e le informazioni non arrivavano più o solo parzialmente alla base (intesa come sezioni e associazioni cantonali). Di conseguenza, sorgevano molti fraintendimenti o lacune nelle conoscenze che venivano colmate con false assunzioni. Più la base criticava questo approccio e modo di procedere, più venivano fornite informazioni; tanto che i canali di informazione erano a volte addirittura «intasati» e tutto ciò era davvero troppo per il samaritano. Oltre a ciò, la base è stata sempre meno coinvolta – o addirittura in parte neanche ascoltata – nelle decisioni relative ai nuovi progetti.

**Come è stato possibile, in un'organizzazione basata sulla democrazia come la FSS, giungere a tanto?**

Le modalità con le quali si è informato sui progetti rendevano difficoltoso ottenere una visione vera del progetto o mantenere una visione d'assieme. Questo è stato il caso, ad esempio, che si è vissuto con i conti annuali. In questa fattispecie, bisogna sapere già molto di finanze per capire i dettagli.

**Hai affermato più volte che ora occorre voltare pagina e concentrarsi sul presente e sul futuro. In questo senso, come pensi di procedere?**

In prima linea occorre un'analisi approfondita della situazione. Nelle scorse settimane ho già svolto dei colloqui personali con i singoli membri del Comitato centrale per verificare lo stato attuale dei dossier da loro seguiti e sapere quali argomenti sono in cima alla lista delle priorità nelle associazioni cantonali loro assegnate. Ora stiamo pianifi-

cando i prossimi passi da fare, stiamo cercando la formulazione del nostro scopo comune da seguire e, assieme ai collaboratori della sede centrale, stiamo preparando la Conferenza straordinaria dei presidenti cantonali del prossimo 25 agosto.

**Qual è l'obiettivo principale della Conferenza straordinaria dei presidenti cantonali?**

Posso supporre che quel giorno si scriverà una parte della storia dei samaritani. Infatti in linea di principio sono possibili due scenari: se la base (in questo caso i presidenti) si dichiara solidale con le soluzioni che proponeremo, la Conferenza dei presidenti cantonali sarà un «kick-off» ufficiale per il futuro della FSS, un futuro nel quale tutti noi assumeremo assieme la responsabilità. Nel caso in cui invece la base si dichiarasse contraria, dovremmo interrompere l'attività dell'organizzazione centrale e, in effetti, dovremmo spegnere tutte le luci...

**Quali sarebbero le conseguenze in assenza di un'organizzazione mantello?**

Ogni associazione cantonale si ritroverebbe ad agire da sola, in tutti i campi. E presumibilmente ci sarebbe una specie di crescita selvaggia nell'offerta di servizi delle sezioni samaritane e delle associazioni cantonali.

**E cosa si farà invece se la base decide per la sopravvivenza e la continuazione?**

In questo caso, affronteremo tutti assieme una nuova via e tratteremo passo dopo passo i diversi temi con una tempistica chiara. In particolare definiremo come potremo implementare la nuova visione, la nuova missione e una nuova strategia. Non rivoluzioneremo nulla e non reinventeremo l'attività dei samaritani. Ma c'è molto che deve essere riconsiderato e soprattutto adattato alla nuova situazione e agli eventi attuali.

**Tutto questo includendo la base?**

Assolutamente sì. La base ha un grande rispetto per i cambiamenti che stanno interessando tutti noi. Proprio per questo ora è molto importante che tutti coloro che vogliono impegnarsi possano essere ascoltati. Se loro possono essere coinvolti nei

«Lo «stop» nella formazione e nella formazione continua non significa che l'offerta dovrà essere abolita.»

processi di sviluppo e li possono modellare e plasmare, successivamente anche le decisioni prese godranno di un consenso e di un sostegno maggiori. Già ora per questo processo è utile che vi sia una stretta collaborazione interdisciplinare tra le sezioni, le associazioni cantonali e la sede centrale. È molto importante che, in futuro, non vengano lanciati nuovi progetti o messi sul mercato nuovi prodotti per i quali in effetti non vi è nessun bisogno oppure per i quali non è stato valutato attentamente il pubblico mirato o, ancora, per i quali è semplicemente il momento sbagliato. E quello che desidera davvero la base è un cambiamento nell'approccio e nella comunicazione: che non si decida sempre e solo dall'alto.

### **Quali temi dovrebbero essere trattati in maniera del tutto nuova?**

Un grande tema è sicuramente la domanda a sapere cosa comprenda esattamente il lavoro di volontariato e come lo vogliamo definire. È incredibile, ma noi come Organizzazione non ci siamo finora mai presi il necessario tempo per discutere su questo e soprattutto per confrontarlo con la nostra realtà.

Molto di quello che oggi, nell'attività samaritana, viene inteso come volontariato, è in effetti «business».

Qui è davvero necessario fare una distinzione. Dobbiamo chiederci in quale forma vogliamo agire in modo volontario, e in quale forma invece vogliamo esser attivi in modo «business»; rispettivamente come conciliare il tutto con la vita di sezione. Finora questi diversi settori d'attività sono stati molto mescolati, anche perché la maggior parte delle sezioni da tempo è abituata a fare tutto.

### **Un'altra tematica attuale potrebbe essere la spesso citata, e criticata, «professionalizzazione» delle attività samaritane?**

Certo. Anche qui occorre una discussione intensa poiché, secondo il mio parere, la parola «professionalizzazione» è stata spesso usata come mezzo di pressione al posto di sinonimo di un agire in modo professionale. Ma tutte le samaritane e i samaritani da tempo sono abituati ad agire in modo professionale, sia durante i servizi sanitari che durante l'insegnamento in un corso o ancora quando orga-

nizzano un esercizio di sezione. Ora dobbiamo quindi cercare di usare la parola in modo diverso e non in contesti legati al riconoscimento IAS oppure a una certificazione.

### **Una cosa che ora preoccupa molto i membri delle sezioni è la domanda a sapere come si continua con la formazione e la formazione continua...**

Purtroppo circola già la voce che tutta l'offerta di formazione e di formazione continua dovrebbe essere completamente cancellata. Decisamente qui qualcosa è stato capito in modo sbagliato. Il fatto è questo: la scorsa primavera, a seguito della delicata situazione finanziaria venutasi a creare in seno all'Organizzazione centrale, il Comitato centrale ha deciso che – attualmente – non verrà offerta nessuna formazione o formazione continua. Nel 2017, inoltre, le associazioni cantonali avevano consegnato al Comitato centrale un preciso e chiaro mandato, ad ampio raggio, per cercare soluzioni volte al risparmio, anche senza precisarle. In questa situazione, il Comitato centrale è giunto alla conclusione che questo stop immediato all'of-

ferta formativa era ed è la soluzione più rapida per risparmiare e fornire in tempi brevi un aiuto ai problemi di liquidità. Ciò però non significa che l'offerta di forma-

zione viene abolita. Se l'organizzazione mantello potrà continuare a vivere, cercheremo assieme una soluzione, esattamente come per il finanziamento dell'organizzazione centrale.

### **Non ti aspettano dunque compiti semplici. Cosa ti spinge a svolgere la carica di presidente centrale?**

Una citazione spesso sentita e letta, dice: nella lingua cinese, la parola crisi è composta da due segni messi assieme, quello del pericolo e quello dell'opportunità. In effetti, nulla è più stabile del... cambiamento. Ma un cambiamento è efficace solo se le persone coinvolte vengono incluse nel processo. Solo loro sono i veri garanti per il successo dell'implementazione. Fare in modo che questo avvenga e costruire assieme con tutti i samaritani un futuro per la FSS: ecco il mio compito come presidente centrale.

●  
**«Tutte le samaritane e i samaritani sono abituati ad agire in modo professionale.»**  
●

## OLTRE 1,28 MILIONI DI FRANCHI PER I SAMARITANI

TEXAID ha chiuso con successo l'esercizio commerciale dello scorso anno. Molto apprezzati sono l'importo in denaro versato a organizzazioni caritatevoli, in particolare per i samaritani, l'ulteriore riduzione delle emissioni di CO<sub>2</sub> e il maggior impegno in progetti di ricerca e nelle associazioni.

L'anno scorso TEXAID e la sua affiliata CONTEX hanno raccolto circa 36 000 tonnellate di indumenti smessi, di calzature e di tessuti per uso domestico in tutta la Svizzera. Questa quantità equivale a circa 140 milioni di capi di abbigliamento conferiti dalla popolazione negli appositi cassonetti e nella raccolta in strada e in negozi. TEXAID assicura la valorizzazione ecologica dei tessuti conferiti.

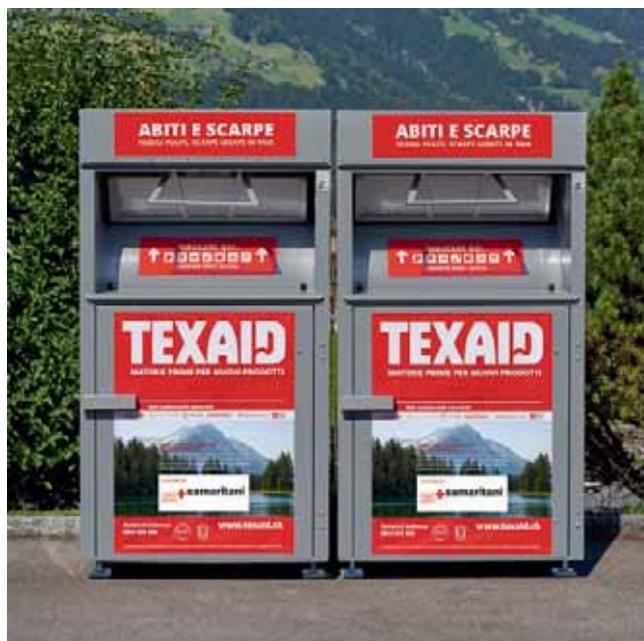
### 1,16 milioni di franchi per i samaritani ricavati dalla raccolta di indumenti usati

Anche nel 2017 dalla vendita di tessuti ancor indossabili TEXAID ha realizzato mezzi finanziari per organizzazioni caritatevoli, in particolare per i samaritani. Circa 1,16 milioni di franchi vanno a favore di sezioni regionali e di associazioni cantonali dei samaritani. Le sezioni regionali ricevono i proventi delle raccolte attraverso i cassonetti e le associazioni cantonali quelli delle raccolte in strada. In entrambi i tipi di raccolta è presente il logo dei samaritani: sia sui cassonetti sia sui flyer per le raccolte in strada. I samaritani utilizzano il denaro per diversi scopi, ad esempio per acquistare materiale e per finanziare corsi.

### 128 000 franchi da contributi di sponsorizzazione

Oltre che con proventi diretti dalla raccolta di capi di abbigliamento, TEXAID sostiene i samaritani anche con contributi di sponsorizzazione. Da un lato la federazione dei samaritani e dall'altro la Gioventù samaritana. Quest'anno TEXAID sostiene inoltre il congresso della gioventù dei samaritani con circa 25 000 franchi. Con questo contributo TEXAID vuole investire nel futuro dei samaritani e contribuire a rafforzare la persistenza e l'ulteriore sviluppo dei Samaritani.

TEXAID è lieta di poter sostenere i samaritani nel loro lavoro estremamente prezioso svolto nei comuni ed è orgogliosa di essere partner di questa importante organizzazione.





© Post CH AG

### **35 percento di riduzione dei gas serra**

Vogliamo riferire qui anche del nostro impegno a favore della riduzione del consumo delle risorse naturali. TEXAID si è posta l'obiettivo di ridurre le emissioni di CO<sub>2</sub> provocate da lei stessa. Adottando diverse misure finalizzate, nel quadro della certificazione Swiss Climate l'anno scorso ha ridotto le emissioni di CO<sub>2</sub> di circa il 35 percento per tonnellata di indumenti usati raccolti (rispetto al 2013, anno in cui sono stati rilevati i dati per la prima volta). TEXAID ci è riuscita anche grazie alla collaborazione di successo con la Posta Svizzera nelle raccolte in strada degli indumenti usati. Il postino preleva gli indumenti usati durante il suo giro quotidiano di recapito della posta, per cui si sfruttano le sinergie in modo ottimale e si evitano i viaggi a vuoto. Di questa raccolta profitano le sezioni cantonali dei samaritani.

### **Impegno in progetti di ricerca e nelle associazioni**

In vista delle sfide poste dalla Fast Fashion, la raccolta professionale, lo smistamento di qualità e la valorizzazione e la lavorazione sostenibili dei tessuti smessi vanno assumendo un'importanza sempre maggiore. Attraverso approcci risolutivi, il riciclaggio dei tessuti può dare un valido contributo alla chiusura senza interruzioni del ciclo dei tessuti. Per concretizzare questa visione, TEXAID agisce lungo l'intera catena di creazione di valore aggiunto dei tessuti e si impegna in diverse organizzazioni e progetti di ricerca. Troverete ulteriori informazioni al riguardo anche nel nostro sito web.



© blend Re:wind

# GRUPPI DELLA GIOVENTÙ SAMARITANA, IDEE DAL LORO MONDO



Più di 240 Samaritani hanno raggiunto Rebstein per partecipare alle Olimpiadi.

## VARIE GARE ALLE OLIMPIADI SAMARITANE

Per l'ennesima volta, lo scorso inizio di giugno, la sezione samaritani di Rebstein (SG) ha organizzato un'Olimpiade samaritana aperta anche agli Help, che è risultata una bella festa. I samaritani, di ogni età, che hanno raggiunto Rebstein da tutta la Svizzera orientale sono stati più di 240. Grandi e piccini si sono cimentati con molto entusiasmo nelle prove previste nelle tre postazioni tecniche come pure nei divertenti esercizi organizzati per loro. La sezione ha ottenuto molto sostegno dai commerci e dalle aziende locali, così che tutti i partecipanti hanno ricevuto un premio ricordo e i primi, una medaglia tutta speciale. (Foto/testo: Elvira Frey)

## CONGRATULAZIONI AGLI «AARE-HÜPFER»

«Ora o mai più», si dissero nel 2008 i responsabili della sezione samaritani di Aarwangen che fondarono il gruppo «Aare-Hüpfër». Da allora, ogni anno dai 25 ai 30 bambini e ragazzi frequentano in media 12 esercizi. Tra le varie attività ci sono anche pernottamenti in fattoria, visite alla base della Rega, incontri con i nuotatori di salvataggio, gare con le barche come pure partecipazioni ad altre gare. Molto apprezzati sono poi le grandi esercitazioni che si svolgono ogni tre anni e nelle quali vengono simulati, ad esempio, un incidente con un autobus oppure, come nella foto qua sotto, addirittura la caduta di un aereo. (Testo: Monika Sommer, foto: Bruno Marti)



Con un «Help-Air» si vola più sicuri.

## GIORNATA CANTONALE DEI GRUPPI DELLA GIOVENTÙ A COIRA

A inizio giugno 40 membri dei Gruppi della gioventù samaritana di Coira, Tschierschen-Praden e Falknis Landquart si sono ritrovati a Coira per la Giornata cantonale della gioventù. In cinque diverse postazioni sono stati esercitati i bendaggi, l'uso delle «spine boards» ed è stato eseguito un test di conoscenza sulle «ossa del corpo». Sono state inoltre date informazioni sul programma d'insegnamento «Chili» della Croce Rossa Svizzera in merito alla gestione e alla soluzione dei conflitti. Non da ultimo si è svolto pure un esercizio in comune con il team di REDOG (Società svizzera per i cani da ricerca e da salvataggio), nel quale i cani hanno dimostrato tutta la loro bravura nel trovare persone e cose. (Foto/testo: Ernst Geiger)



Esercizio in comune con REDOG.

## ISPIRATE GLI ALTRI

Su queste pagine pubblichiamo volentieri articoli e contributi delle sezioni samaritane e delle associazioni cantonali. A una sola condizione: le notizie o i resoconti devono essere interessanti per i samaritani di tutta la Svizzera e/o devono saper ispirare e motivare altre sezioni. Contatto: [redazione@samaritani.ch](mailto:redazione@samaritani.ch)

# MIGLIORARE LE CHANCES DI SOPRAVVIVENZA

Quest'anno la Sezione di Vernier (GE) festeggia il suo 50.mo anniversario. Per celebrare degnamente questo importante giubileo, è stato allestito un programma ricco di eventi allo scopo di promuovere e far conoscere tra la popolazione le tecniche di soccorso che possono salvare delle vite.

**TESTO: Chantal Lienert**

Una conferenza dal titolo «Coinvolgimento dei cittadini nel soccorso alla vittima – un anello indispensabile» ha aperto ufficialmente, la scorsa primavera, i festeggiamenti. Un gruppo di oratori molto noti – Pierre Maudet, Consigliere di Stato e già presidente dei Samaritani ginevrini, il D<sup>r</sup> Robert Larribau, responsabile medico del 144, Sébastien Martin-Achard, soccorritore d'ambulanza e direttore Swiss Emergency Responders Association nonché il tenente Alexandre Genolet, ufficiale sanitario presso il Servizio antincendio e di soccorso – hanno messo l'accento sul primissimo anello della catena di salvataggio e hanno parlato dei progetti in corso allo scopo di migliorare, nel Canton Ginevra, le probabilità di sopravvivenza in caso di arresto cardio-respiratorio in ambiente extraospedaliero.

## **Il testimone che allerta, la chiave del successo**

La chiave del successo sta soprattutto nel «testimone che allerta», ossia nella persona che, testimone di un evento d'arresto cardiorespiratorio, chiama subito il numero 144. Il medico Larribau ha precisato che questo è l'anello più importante poiché più si agisce rapidamente, più aumentano le chances di sopravvivenza della vittima. Nel Canton Ginevra il tempo di 10 minuti che intercorre tra l'evento e l'arrivo dell'ambulanza resta oggi non ulteriormente riducibile; è quindi fondamentale che il massaggio cardiaco possa iniziare prima dell'arrivo dei professionisti. Ciò influisce anche sul lavoro dei professionisti del 144 che

sono chiamati a guidare e assistere il o i primi testimoni e soccorritori sul posto. Nell'ambito del progetto «Save a life» (salvate una vita), Sébastien Martin-Achard si occupa, tra l'altro, del censimento dei defibrillatori accessibili pubblicamente sull'intero territorio ginevrino e della messa a punto di un'applicazione per coordinare la rete dei First Responder; applicazione che dovrebbe essere operativa entro fine anno sulla falsa riga di quello che già avviene in altri Cantoni (vedi la soluzione adottata dal Ticino a pagina 24).

## **Incoraggiare all'azione**

Dal canto suo Alexandre Genolet, già monitore Samaritano, ha insistito sul fatto di incoraggiare all'azione piuttosto che al rispetto scrupoloso di algoritmi ecc, ricordando che: «L'unica cosa che siamo certi di non riuscire a fare, è quella che non tentiamo di fare». Ha quindi sottolineato le tre azioni basilari attraverso le quali i soccorritori non professionisti possono fare la differenza prima dell'arrivo dell'ambulanza e quindi salvare una vita: l'emostasi, l'allerta dei soccorsi e la rianimazione cardio-polmonare. Citando gli sforzi intrapresi a livello cantonale per migliorare la rapidità degli interventi in caso d'urgenza, Pierre Maudet ha fatto notare il paradosso al quale è confrontato il progetto «Save a life», che mira alla solidarietà delle persone in una società vieppiù individualista. La divulgazione delle conoscenze elementari nei primi soccorsi è più che mai necessaria e i Samaritani sono in prima fila per affrontare questa sfida pedagogica/educativa.

●  
**Emostasi, allerta dei soccorsi e rianimazione: le tre azioni chiave che possono fare la differenza.**  
●

# TICINO CUORE, GLI ANELLI CHE CONTANO

**Quando i primi soccorsi salvano la vita in caso di arresto cardiaco; l'esempio ticinese**

**TESTO: Mara Zanetti Maestrani**

**FOTO: Fondazione Ticino Cuore**

La Fondazione Ticino Cuore, che esiste dal 2005, è attiva in Ticino e nel Moesano (Svizzera di lingua italiana) nel settore dei primi soccorsi, in particolare per quel che concerne gli arresti cardio-respiratori. Essa è stata costituita su iniziativa della Federazione Cantonale Ticinese Servizi Autoambulanze (FCTSA) e del Cardiocentro Ticino di Lugano e ha, quale scopo principale, l'aumento della sopravvivenza delle persone colpite da arresto cardiaco improvviso.

«Come fondazione – ci spiega il suo direttore Claudio Benvenuti – abbiamo lo scopo di fungere da catalizzatore per tutti gli enti e i servizi attivi sul territorio nell'ambito dell'arresto cardiaco. Siamo inseriti nella catena di soccorso, che noi preferiamo chiamare catena della sopravvivenza, dove cerchiamo soprattutto di creare il corretto quadro organizzativo ancora prima che l'evento si verifichi, e questo allo scopo di permettere a chi interviene di farlo in modo ottimale a tutto beneficio del paziente. Ogni anello di questo processo è essenziale per il successo della tappa seguente».

## **Creare le condizioni ottimali per i primi importantissimi minuti**

Ticino Cuore si occupa quindi (anche) degli «anelli preparativi» della catena di soccorso, quelli cruciali. In particolare mira a curare le condizioni (rapidità, coordinazione, ecc.) che possono attivare poi in modo funzionale l'intera catena. È noto infatti che i primi anelli devono spesso essere gestiti da personale non professionista e se questa gestione non avviene in modo corretto, nessuna struttura ospedaliera sarà poi in grado di recuperare il tempo perso nelle

fasi iniziali. «Questi anelli fondamentali – ci spiega Benvenuti – sono costituiti dalla formazione dei non professionisti (laici) e dalla messa a disposizione sul territorio degli apparecchi defibrillatori, nonché dall'attivazione della rete di First Respon-



Claudio Benvenuti, direttore Fondazione Ticino Cuore

der». La rete di defibrillatori distribuiti sul territorio cantonale (a tutt'oggi circa 1200 apparecchi, di cui circa 400 di pubblico accesso) è coordinata e gestita da Ticino Soccorso, che risponde al numero di chiamata d'urgenza 144.

### 3300 First Responder nella Svizzera italiana

In Ticino e nel Moesano si contano attualmente ben 3300 First Responder, ossia persone formate nelle tecniche di rianimazione (BLS) e di defibrillazione (AED) che sono quindi in grado di soccorrere una vittima di un arresto cardiaco, e questo negli importantissimi minuti d'attesa fino all'arrivo dei soccorsi professionisti. Molti di questi First Responder – tra cui pompieri, poliziotti, guardie di confine e persone comuni – hanno seguito un corso di formazione BLS-AED presso una sezione samaritani e/o sono a loro volta samaritani.

---

## LA REALTÀ DELLA SVIZZERA ITALIANA

---

La Fondazione Ticino Cuore è attiva principalmente sul territorio del Canton Ticino e del Moesano. In questo ambito essa può compiere ogni attività, incluso il finanziamento di terzi impegnati nel perseguimento di scopi analoghi e la ricerca di fondi, donazioni ed eventuali prestiti destinati al conseguimento degli obiettivi.

In Ticino annualmente si verificano tra i 250 e i 300 arresti cardiaci improvvisi. A ogni minuto di ritardo nella rianimazione, la probabilità di successo della rianimazione stessa si riduce del 7 al 10%. Un grande contributo per migliorare la sopravvivenza e la qualità di vita del paziente colpito da arresto cardiaco è dato dalla possibilità di mettere in atto quanto prima le misure salvavita e la rianimazione cardiopolmonare (BLS) associate all'impiego di defibrillatori automatici esterni (DAE) da parte di soccorritori laici adeguatamente formati.

A oggi, in Ticino, la sopravvivenza globale si aggira attorno al 14% e aumenta fino al 55% in caso di fibrillazione ventricolare. Si tratta di un risultato molto importante che, secondo la letteratura scientifica, colloca il Canton Ticino tra i migliori a livello internazionale, e questo grazie a una sensibilità e una solidarietà tra la popolazione fuori dal comune.

«Proprio i samaritani sono molto importanti per noi», ci conferma il direttore. «Infatti loro sono capillarmente presenti

●  
«Siamo inseriti nella catena di soccorso, che noi preferiamo chiamare catena della sopravvivenza.»  
●

●  
sul territorio e sono preziosissimi per la loro opera di sensibilizzazione e di formazione della popolazione. In Ticino, diversamente da altri cantoni, non vi è infatti l'obbligo di una formazione in questo senso; allora per affrontare la tematica dei primi soccorsi in un ambito delicato come l'arresto cardiaco, è necessario anche un cambiamento di approccio culturale, che implica la riduzione di inibizioni e reticenze. In questo senso – continua il nostro interlocutore – l'opera dei samaritani è di basilare importanza. Sono loro che poi, una volta finiti i corsi di formazione, invitano gli interessati ad annunciarsi e a rendersi disponibili come First Responder». Infatti, Ticino Cuore osserva come, al termine di ogni corso, le richieste di adesione di nuovi FR aumentano. Il FR agisce su base volontaria. Al verificarsi di un arresto cardiaco, Ticino Soccorso attiva subito la rete di FR indicando il luogo dell'intervento e i minuti necessari all'ambulanza per arrivare sul posto. Se un FR può raggiungere il paziente in minor tempo, risponde alla chiamata attivandosi immediatamente.

La fondazione svolge poi altre attività come incontri e corsi di formazione sulla corretta presa a carico dei pazienti.

[www.ticinocuore.ch/it/attività](http://www.ticinocuore.ch/it/attività)

# I primi dieci minuti

**In un caso d'emergenza, ogni secondo conta. Fino all'arrivo degli enti di soccorso, spetta ai rispettivi soccorritori adottare le misure per salvare la vita e preservare la salute. In casi del genere, agire in modo rapido e risoluto può fare spesso la differenza tra la vita e la morte.**

**TESTO: Christoph Zehnder**

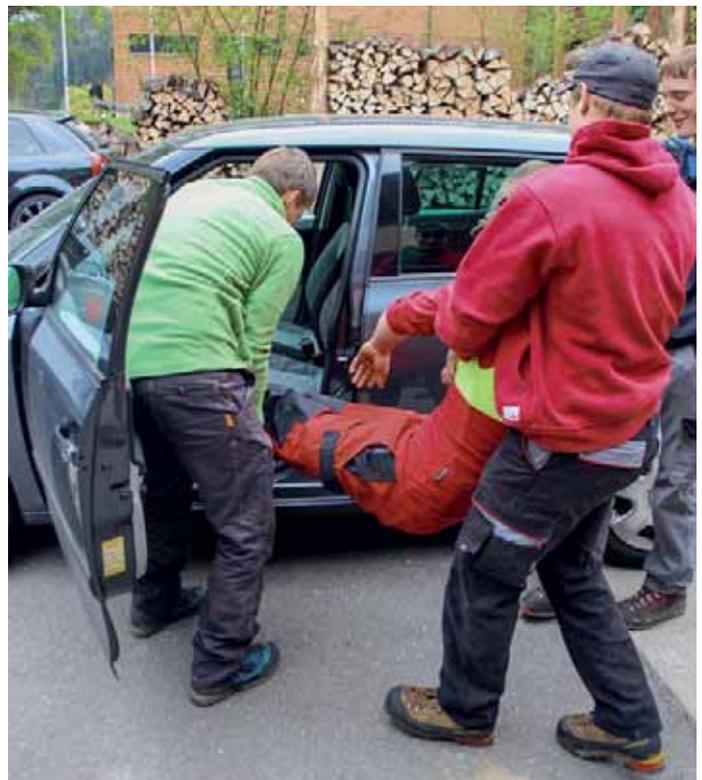
Un incidente stradale, un infarto cardiaco o un infortunio sul lavoro possono verificarsi in qualsiasi momento e ovunque. In tali situazioni, i soccorritori svolgono un ruolo fondamentale, poiché i primi minuti sono spesso decisivi per il successo di un salvataggio. Ecco perché viene attribuita un'importanza particolare al primo anello della catena di salvataggio.

In un caso d'emergenza, ciò significa: agire in modo rapido e risoluto. Ma non avventato. Si tratta di mantenere la calma e la visione d'insieme. Investire dieci secondi in un pensiero strutturato permette di agire in modo chiaro nei dieci minuti successivi. Se la sicurezza personale è garantita ed è stato dato l'allarme agli enti di soccorso, bisogna concentrare tutta l'attenzione sulla persona in difficoltà. Sulla base di tre scenari d'infortunio, diamo uno sguardo ai tre elementi classici dei primi soccorsi: recuperare, arrestare l'emorragia e rianimare.

## **Scenario 1: estrazione dal veicolo**

Dopo un incidente, un automobilista si è incosciente all'interno del veicolo e non respira più. Per poter prestare i primi soccorsi, dev'essere estratto dall'auto. La sicurezza personale ha la massima priorità anche durante l'estrazione. Ecco perché si dovrebbe tirare il freno a mano ed eventualmente spegnere il motore. Se l'airbag del veicolo non si è aperto al momento dell'urto, è necessario inoltre tenere una

distanza sufficiente dal suo raggio d'azione. Infatti, una capsula esplosiva difettosa può ancora accendersi anche dopo un incidente e ferire gravemente la persona che presta soccorso. Per l'estrazione, è necessario togliere la cintura di sicurezza alla persona infortunata e le sue gambe non devono essere incastrate. La manovra di recupero è la più indicata per l'estrazione da un'auto: la persona viene afferrata da



Estrazione con la presa di salvataggio. La coscia del soccorritore serve da superficie d'appoggio per la vittima. (Foto: Sonja Wenger)

dietro, infilandole le braccia sotto le ascelle e mettendo le mani sul suo avambraccio, ovvero con l'apposita presa di salvataggio, in modo che i pollici siano posizionati sull'avambraccio. Ora il ferito può essere estratto dall'auto. La propria coscia serve da superficie d'appoggio. In questo modo, è possibile muovere anche persone che pesano nettamente più del soccorritore.

Un'estrazione è indicata soltanto se la persona in difficoltà si trova in pericolo imminente, per via di una ferita come nel caso descritto o a causa di fattori di rischio esterni, come ad esempio fuoco, acqua o elettricità. Se non sussiste ulteriore pericolo e la persona risponde, non la si dovrebbe muovere al fine di ridurre al minimo il rischio di ulteriori lesioni.

## Scenario 2: mantenere il sistema cardiovascolare

Un conoscente lamenta dolori al petto e si accascia improvvisamente a terra. La respirazione e il battito cardiaco si arrestano, la persona perde conoscenza. Tutti i segni indicano un infarto cardiaco. Anche in questo caso, la regola è la seguente: mantenere la calma, dare l'allarme e agire in modo rapido e risoluto. Infatti, in presenza di un arresto cardiocircolatorio, le possibilità di sopravvivenza diminuiscono rapidamente se non vengono avviate immediatamente le misure di salvataggio, e aumenta il pericolo di danni irreversibili. Se il cuore non pompa più sangue attraverso il corpo, il cervello e altri organi non ricevono più ossigeno e smettono di funzionare. Per ogni minuto trascorso, la possibilità di sopravvivenza diminuisce di circa il 10%.

È quindi ancora più importante praticare immediatamente un massaggio cardiaco. Per farlo, la persona da rianimare deve essere distesa in posizione supina su un supporto duro, con il busto possibilmente scoperto.



Il massaggio cardiaco dovrebbe essere praticato immediatamente e possibilmente senza interruzione. (Foto: Shutterstock)

•  
«Dieci secondi investiti pensando in modo strutturato permettono di agire in modo chiaro nei prossimi dieci minuti.»  
•

Con i palmi delle mani sovrapposti, vengono praticate sullo sterno delle pressioni brevi ed energiche. La profondità di compressione per gli adulti va dai cinque ai sei centimetri. L'importante è rilasciare completamente il torace dopo ogni compressione. In genere, dopo 30 compressioni seguono sempre due insufflazioni. Negli ultimi anni, tuttavia, l'importanza della respirazione artificiale è venuta meno. È essenziale che il massaggio cardiaco venga praticato possibilmente senza interruzione, con 100 fino a 120 compressioni al minuto.

Per il soccorritore, alla lunga ciò può diventare davvero estenuante. La postura corretta gli facilita l'operazione di compressione. Con le spalle al di sopra del punto di pressione e le braccia tese, viene sfruttato il proprio peso corporeo. L'articolazione dell'anca serve da fulcro del movimento. Durante un massaggio cardiaco effettuato correttamente, può rompersi una costola, il che tuttavia è un prezzo modesto da pagare ai fini del successo di una rianimazione.

Idealmente, in caso di emergenza cardiaca, il soccorritore ha a disposizione un defibrillatore automatico esterno (AED). Questi apparecchi sono ideati anche per l'impiego da parte di non professionisti del settore medico. Oggi li si trova spesso nei luoghi pubblici e sempre più posti di lavoro ne sono provvisti. Esistono diversi tipi di AED, ma funzionano tutti allo stesso modo e sono in genere facili da utilizzare (vedere «oggi Samaritani»

n. 5/2017). Dopo aver acceso l'apparecchio, si seguono le istruzioni. Si applica un elettrodo a destra al di sotto della clavicola e un altro a sinistra lateralmente sulla gabbia toracica. La pelle dovrebbe essere pulita e asciutta. Prima di erogare la scarica elettrica, il soccorritore responsabile dà un segnale. Ci si assicura così che non vi sia alcun contatto fisico con il paziente durante la scarica.

Mediante l'impulso elettrico del defibrillatore, tutte le cellule del miocardio vengono scaricate simultaneamente, in modo da sincronizzarle e ripristinare il battito cardiaco regolare. Quanto prima viene defibrillato un cuore in fibrillazione, maggiori sono le possibilità di successo. L'AED è costruito in modo tale da determinare automaticamente se il ritmo cardiaco può essere defibrillato elettricamente o meno. Tuttavia, la scarica elettrica dev'essere comandata attivamente dal soccorritore. Ma il defibrillatore non sostituisce il massaggio cardiaco, come spesso erroneamente si pensa.

●  
«Il defibrillatore non sostituisce il massaggio cardiaco.»  
●



Arrestare l'emorragia dopo un infortunio sul lavoro. (Foto: Sonja Wenger)

L'impiego di un AED può servire soltanto se simultaneamente si pratica un massaggio cardiaco possibilmente senza interruzione.

### Scenario 3: fermare un'emorragia

Un collega di lavoro si è ferito alla gamba con un oggetto tagliente. La ferita sanguina molto, con fuoriuscita di sangue costante. Si tratta di un'emorragia venosa. Se fosse una lesione arteriosa, l'emorragia sarebbe pulsante o persino a getto intermittente. In questo caso, richiederebbe una particolare urgenza.

Infatti, in presenza di una forte emorragia, spesso la pressione sanguigna scende e può sopraggiungere un collasso circolatorio. Si dovrebbe quindi far sdraiare la persona ferita, al fine di evitare ulteriori lesioni. La parte del corpo interessata do-

vrebbe essere sollevata – ovvero posizionata al di sopra del cuore – per ridurre al minimo il flusso sanguigno. Una medicazione (l'ideale è una compressa) permette di esercitare una pressione diretta sul punto sanguinante. Un cerotto sterile fissa il punto di compressione. Un cuscinetto compressivo supplementare sulla medicazione assicura la stabilità.

Se l'emorragia non si ferma (dopo più di cinque minuti) o è pulsante, si dovrebbe chiamare immediatamente l'ambulanza (144). In linea di massima, qualsiasi emorragia che non può essere fermata con un cerotto dovrebbe essere controllata da un medico. Non sempre le emorragie vengono riconosciute come tali a prima vista. Dopo una contusione, ad esempio, il sangue non arriva in superficie perché la pelle non è stata ferita, ma si accumula nel tessuto sottostante. Dopo delle ferite insignificanti, in genere tutto questo viene lentamente riassorbito. Secondo la fase di questo processo di riassorbimento, l'ematoma appare come una macchia rossastra, bluastra, violacea o giallo-verdognola. Se sussiste invece il sospetto di emorragie interne, è indispensabile interpellare un medico.

#### Fonte:

«Primi soccorsi – Agire in sicurezza», edizioni Careum, 2ª edizione

# Sulle tracce dei primi soccorritori

**In tutte le epoche gli esseri umani hanno cercato metodi per effettuare rapidi interventi medici nei casi di emergenza.**

**TESTO: Christoph Zehnder**

**FOTO: Wikimedia**

Già i nostri primi antenati conoscevano metodi per curare una ferita o fermare una perdita di sangue. Anche l'osservazione dei popoli primitivi lo conferma. Le antiche civiltà sono state le prime a fissare per iscritto tali conoscenze. Gli egiziani, anche per via della tradizione di mummificare i cadaveri, avevano approfondite conoscenze sull'utilizzo dei bendaggi. Tuttavia, anche le tecniche di rianimazione sono note fin dall'antichità. Nel secondo libro dei re del Vecchio Testamento viene descritta per la prima volta una respirazione bocca a bocca.

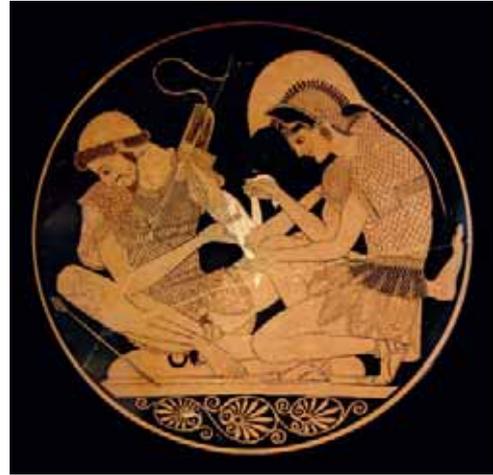
## I primi soccorsi ai feriti di guerra

La storia dei primi soccorsi ha connotazioni soprattutto militari. In tutte le epoche, i condottieri hanno pensato a come garantire misure immediate per salvare la vita sul campo di battaglia. Su manufatti in ceramica greci si vedono soldati nell'atto di applicare una fasciatura. Nelle legioni romane il «capsarius» si occupava delle piccole ferite, portando i feriti nell'ospedale militare. Spesso portava con sé anche una piccola farmacia di emergenza.

Dominique Jean Larrey, il medico personale di Napoleone, con le sue «ambulanze volanti» in uso dal 1793 portò il servizio medico-sanitario più vicino ai soldati, rivoluzionando i primi soccorsi alle truppe francesi. Inoltre, furono anche e soprattutto le terribili impressioni della battaglia di Solferino a indurre Henri Dunant a fondare la Croce Rossa nel 1863.

## I civili imparano a salvare vite

Anche in ambito civile, gli sforzi per formare i cittadini nel campo della prima assistenza medica sono iniziati molto presto. Nel XIV secolo, lo studioso arabo Muhammad ibn al-Akfani scrisse uno dei primi libri sull'argomento. Tradotto, il titolo suona così: «Rimedi intelligenti in assenza del medico». A Londra e Amsterdam nel XVIII secolo sono nate organizzazioni di salvataggio in acqua poiché nei canali e fiumi si verificavano spesso incidenti mortali. Il medico britannico William Hawes si adoperò per diffondere



Achille fascia l'amico Patroclo dopo una battaglia.

la respirazione artificiale (nonché il clistere di tabacco, oggi dimenticato) per rianimare le vittime di annegamento. Hawes pagava addirittura un premio per ogni persona ripescata dal Tamigi, indipendentemente dal fatto che fosse o meno possibile rianimarla.

L'ordine cavalleresco britannico di Saint John negli anni 1860 fondò il primo servizio di ambulanze. Ciò suggerì al medico da campo tedesco Friedrich Esmarch – l'inventore del panno triangolare, della borsa del ghiaccio e del laccio emostatico per gestire le gravi emorragie – l'idea di fondare la prima sezione samaritana in Germania.

Il suo libro, pubblicato nel 1882, «Die erste Hülfe bei plötzlichen Unglücksfällen – ein Leitfaden für Samariter-Schulen» (I primi soccorsi in caso di incidenti improvvisi – una guida per le scuole samaritane), fu tradotto in decine di lingue e, dopo la fondazione della Federazione svizzera dei samaritani nel 1888, venne utilizzato anche per la formazione dei soci.

# Soccorritori e urgenze, lavorare con gli algoritmi

Per molti soccorritori le situazioni d'emergenza acute o potenzialmente letali rappresentano, anche dopo anni di esperienza e attività in una sezione samaritani, degli eventi eccezionali, vissuti raramente e quindi anche stressanti. Quando una persona improvvisamente fa fatica a respirare o inizia a tremare o ancora accusa un arresto cardiaco, occorre però assolutamente – in ogni caso – mantenere la calma ed eseguire in modo mirato e corretto quanto appreso.

Oggi, al fine di pianificare e strutturare i procedimenti in una situazione d'emergenza, sono diventati indispensabili i cosiddetti algoritmi usati dai servizi di soccorso professionali. Con questi algoritmi l'assistenza e la presa a carico del paziente possono essere armonizzate e unificate in diversi settori di intervento: dai servizi sanitari profes-

sionali ai pompieri, dalle sezioni samaritane ad altri svariati settori; il tutto per permettere l'esecuzione di una procedura d'intervento comune e precisa.

## Adattare ciò che si è dimostrato valido

Ciò che si è dimostrato valido nei servizi di soccorso professionali, può ora venir in aiuto anche nel lavoro dei soccorritori laici, siano essi paramedici, First Responder o samaritani che sono attivi e prestano servizi sanitari. Già oggi, seppur occasionalmente, in questi settori d'intervento si lavora con algoritmi, ad esempio con l'«Algoritmo BLS-AED-CRS» nell'insegnamento della rianimazione oppure nella «Primary or Secondary Survey» nell'ambito del soccorritore livello 3 IAS.

Ora – e questa è una novità – molti algoritmi sono accessibili grazie a una pratica App. Questa si basa sulla raccolta (lista) di algoritmi «SMEDRIX advanced» che era stata lanciata dall'Interassociazione di salvataggio (IAS) già nell'estate del 2016 per i professionisti, nella versione 3.0. Dalla fine del

## SMEDRIX BASIC

La versione per i soccorritori «SMEDRIX basic» è stata adattata nel contenuto secondo la versione dei professionisti, in modo tale da permettere un'assistenza senza complicazioni dal luogo dell'intervento fino all'ospedale, dato che le due versioni sono ora compatibili.

### SMEDRIX comprende i seguenti algoritmi:

- AB1 Emergenza respiratoria/  
ostruzione delle vie respiratorie
- AB2 Reazione allergica
- C1 Arresto cardo-circolatorio
- C2 Dolori acuti al petto
- C3 Forti emorragie
- D1 Disturbi della coscienza, convulsioni, ictus
- D2 Traumi della colonna vertebrale e del midollo spinale
- E1 Trauma delle estremità
- E2 Ustioni/corrosioni

### E le seguenti liste di controllo (Checklisten):

- Standard minimi per il lavoro pratico
- CRM promemoria  
Consegna ai soccorritori professionisti
- Glossario

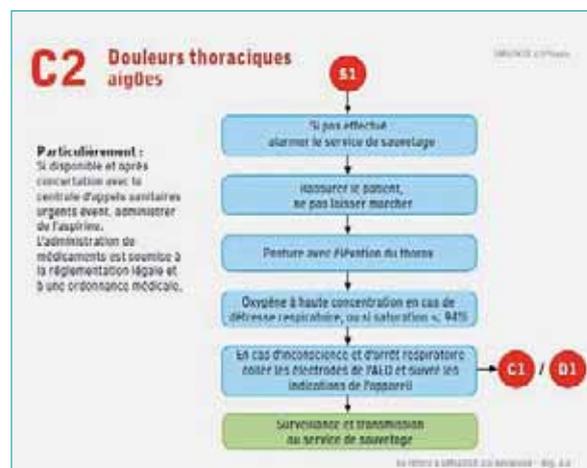
«SMEDRIX 3.0» non parte da immagini cliniche bensì dai sintomi principali.»

2017, questa App è disponibile per smartphone con i sistemi operativi di Apple e Android, attualmente in lingua tedesca e francese; prossimamente anche in inglese e, solamente più tardi, pure in lingua italiana. Dalla primavera 2018 e con il nome «SMEDRIX 3.0 basic» è disponibile anche un'edizione per i soccorritori ufficiali attivi in istituzioni, e ciò sia come App che in una versione stampata ottenibile presso l'IAS.

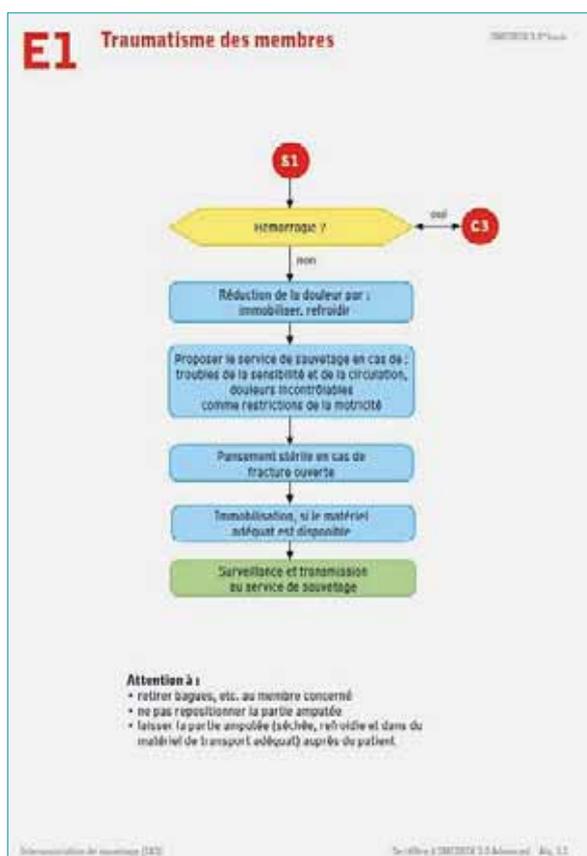
## App tecnologicamente moderna

A metà degli Anni Novanta, gli enti di soccorso svizzeri hanno iniziato a lavorare sempre più spesso con gli algoritmi. Oggi questo strumento di lavoro

è diventato indispensabile, anche perché l'IAS ha definito l'implementazione degli algoritmi nelle sue linee guida per il salvataggio, come un «must». Mentre «SMEDRIX 3.0 advanced» disponeva dapprima di 24 algoritmi, sei tabelle e liste di controllo (Checklisten) in forma di una specie di libretto tascabile, col tempo e dal punto di vista dell'utente vi è stata una crescente necessità di un'applicazione per smartphone. Considerato come oggi questi dispositivi siano praticamente diffusi su tutto il territorio e come già oggi siano disponibili molte utili App sulle emergenze mediche, anche per Smedrix si imponeva un aggiornamento e un'ottimizzazione della tecnologia. Così, nella versione disponibile, la struttura grafica dell'App è ora chiara e la gestione intuitiva. Oltre alla possibilità di seguire passo dopo passo gli algoritmi, sono anche disponibili delle visioni generali (panoramiche). Alcuni campi sono completati con ulteriori informazioni specifiche. Funzionalità e servizi verranno inoltre successivamente ampliati.



In una situazione d'emergenza, gli algoritmi aiutano tutti i soccorritori a seguire la medesima procedura. (Foto: IAS)



Un algoritmo è una procedura d'azione chiara per risolvere un problema o un determinato tipo di problemi. (Immagine: IAS)

## Basata sui sintomi principali

In ambedue le versioni («basic» o «advanced») l'App «SMEDRIX 3.0» non parte da immagini cliniche bensì dai sintomi principali. Ciò al fine di garantire che i soccorritori siano effettivamente in grado di affrontare le procedure di soccorso in situazioni di emergenza, dato che – comunque – la situazione precisa si rivela solo nel corso dello svolgimento stesso del soccorso. Quando si lavora con questa App è auspicabile che la persona in questione conosca la raccolta di informazioni e che padroneggi le procedure necessarie. Il livello di applicazione richiede quindi una formazione almeno corrispondente al livello 2 IAS.

## Autori:

- Helge Regener, direttore, SIRMED, Schweizer Institut für Rettungsmedizin, Nottwil, e capo progetto della AG SMEDRIX dell'Interassociazione di salvataggio
- Christoph Meier, capo primi soccorsi e materiali didattici della Federazione svizzera dei samaritani

## Fonti:

- La versione adatta alla stampa può essere richiesta a IAS ([www.ivr-ias.ch](http://www.ivr-ias.ch)).
- L'app è disponibile nell'App Store, rispettivamente nel Market Android.

# È finito il tempo del rimedio miracoloso

**Le malattie causate dai batteri resistenti agli antibiotici aumentano in tutto il mondo. L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) pubblica da anni proiezioni inquietanti in merito. Eppure, nella vita quotidiana, è possibile adottare numerose misure preventive per combattere la comparsa di resistenze.**

**TESTO: Sonja Wenger**

Immaginate un bambino affetto da un'infezione delle vie urinarie. E che in ospedale viene purtroppo appurato che l'agente patogeno all'origine di questa malattia, di per sé innocua, è un batterio multiresistente, contro il quale nessun antibiotico noto al momento è più efficace. La sopravvivenza del bambino dipende unicamente dalla capacità del suo sistema immunitario nel combattere da solo l'infezione, a meno che si riesca a trovare in tempo una forma di trattamento alternativa.

Una prospettiva da incubo, non soltanto per i genitori. L'aumento a livello mondiale delle malattie causate dai batteri resistenti agli antibiotici pone tutta l'umanità di fronte a delle sfide, di cui la maggior parte delle persone non è ancora affatto cosciente. I molti interventi considerati oggi di routine, come un'appendicectomia, potrebbero improvvisamente rappresentare di nuovo un grande rischio per la salute. E i trapianti di organi non sarebbero i soli a essere fortemente complicati.

## Farmaci indispensabili

Secondo la dottoressa Isabel Hunger-Glaser, responsabile della Commissione federale per la sicurezza biologica (CFSB), le sfide che la popolazione si trova ad affrontare cominciano tuttavia già nel capire qual è la differenza tra un batterio e un virus. I virus sono particelle infettive, che dispongono di un programma di moltiplicazione e propagazione, ma che non sono in genere considerati come esseri viventi dalla scienza. I batteri sono invece degli organismi microscopici, per lo più unicellulari. Si moltiplicano per divisione cellulare e hanno

un'enorme capacità di adattamento. Molte persone non conoscono la differenza, spiega Isabel Hunger-Glaser, intervistata dalla redazione di «oggi Samaritani». E gli stessi professionisti chiedono spesso al medico di prescrivere loro un antibiotico in caso di raffreddore, sebbene sia di origine virale in 9 casi su 10.

Gli antibiotici sono dei prodotti metabolici di funghi o batteri, che inibiscono la crescita di altri microrganismi o possono ucciderli. Si sono diffusi a livello mondiale dopo la messa a punto della penicillina negli anni 1930. Oggi sono dei farmaci indispensabili per combattere le infezioni batteriche, ma che non hanno alcun effetto se l'infezione è di origine virale. «Molte persone considerano tuttavia gli antibiotici una panacea, un rimedio miracoloso contro tutti i mali. Se però vengono prescritti per tutto, i batteri diventeranno sempre più resistenti



Dr. Isabel Hunger-Glaser,  
responsabile della  
Commissione federale per  
la sicurezza biologica  
(CFSB)

ai farmaci», spiega Isabel Hunger-Glaser. Di conseguenza, anche nel nostro Paese si registrano sempre più malattie causate dai batteri antibiotico-resistenti. Ogni anno muoiono per questa ragione circa 200 persone e la tendenza è in aumento. Questa evoluzione si accentua ulteriormente quando le persone vengono infettate dai batteri antibiotico-resistenti durante i loro viaggi all'estero o nell'ambito del turismo chirurgico. «È quindi importante informare il proprio medico di un viaggio all'estero, se ci si dovesse ammalare improvvisamente al ritorno.»

## La prevenzione come lotta alle resistenze

Oltre cinque anni fa, l'OMS giunse alla conclusione che fosse necessaria un'azione rapida e coordinata nella lotta internazionale alle antibiotico-resistenze. Da allora, circolano continuamente rapporti in cui si parla di scenari apocalittici, con un impatto stimato di 50 milioni di morti entro il 2050 e di costi pari a 100 bilioni di franchi a livello politico-economico.

Nel 2014, anche la CFSB ha dichiarato che «la diffusione delle resistenze agli antibiotici rappresenta la più grande minaccia biologica per la salute della popolazione in Svizzera». Tuttavia, non bisogna farsi prendere dal panico, secondo Isabel Hunger-Glaser che conosce gli scenari dell'OMS. «Sono inquietanti, ma si tratta di proiezioni estreme.» Chiunque può tuttavia agire nel quotidiano per combattere attivamente contro lo sviluppo delle resistenze. L'igiene e la prevenzione delle malattie sono parole chiave importanti in questo senso. Provvedere a un'igiene ragionevole nella vita quotidiana, significa già fare molto per evitare le infezioni. Ciò vale ancora di più per le persone che lavorano, ad esempio, nel settore medico o infermieristico o nei primi soccorsi. È per questo che

---

## SETTIMANA MONDIALE PER L'USO PRUDENTE DI ANTIBIOTICI

---

Dal 12 al 18 novembre 2018, si svolgerà per la seconda volta in Svizzera la cosiddetta Settimana mondiale per l'uso prudente di antibiotici, volta a informare il grande pubblico sui pericoli delle resistenze agli antibiotici e sulle possibilità di combatterle. Trovate maggiori dettagli su [www.efbs.ch](http://www.efbs.ch)



Tanto quanto necessario, ma il meno possibile.

l'informazione e la sensibilizzazione della popolazione sono un elemento importante dell'attività della CFSB. Un compito che però non è esente da difficoltà. «Da un lato, dobbiamo evitare che la popolazione percepisca la tematica come un semplice dibattito tra esperti» – afferma Isabel Hunger-Glaser – «perché potrebbe riguardare ognuno di noi.» Dall'altro, esiste sicuramente un'opposizione a un maggiore controllo giuridico o alla registrazione delle quantità di antibiotici effettivamente somministrati nella raccolta di dati in medicina umana.

## Limitare l'uso

«Oggi non esiste praticamente alcuna restrizione in materia di prescrizione di antibiotici in Svizzera. Molti medici si rifiutano comprensibilmente di essere privati di questa libertà.» Uno sguardo agli Stati del Nord Europa dimostra, tuttavia, che limitare legalmente la prescrizione di antibiotici può frenare lo sviluppo delle resistenze, secondo Isabel Hunger-Glaser. Aggiunge che degli studi hanno concluso che le resistenze possono diminuire di nuovo, rinunciando temporaneamente all'uso di un antibiotico. E infine, esistono diversi approcci e progetti di ricerca, che mirano a trovare delle alternative all'impiego di antibiotici.

Isabel Hunger-Glaser è quindi prudentemente ottimista. In Svizzera, i batteri multiresistenti sono ancora piuttosto pochi e gli antibiotici di riserva sono ancora sufficienti. «Ma non dobbiamo più perdere tempo.» Se le resistenze aumentano, il trattamento diventa sempre più oneroso. L'ospedalizzazione è più lunga, si soffre degli effetti collaterali in parte gravi degli antibiotici di riserva, senza dimenticare che tutto questo fa aumentare i costi sanitari. «È decisamente finito il tempo degli antibiotici miracolosi.»



## SICURI ALL'APERTO

# Samaritani Farmacia Outdoor

39 pezzi, con scomparti ripiegabili, con comodi passanti per fissarla al sacco o alla cintura

Contiene anche:

- Carta toglie zecche dei Samaritani
- Benda refrigerante
- Scaldacorpo
- Coperta isoterma
- Forbici e Pinzetta
- Spille di sicurezza
- Diversi cerotti e bende

Dimensioni : 28 x 15 x 9 cm

Art. 3350

**CHF 79.- IVA inclusa**

Offerta valida fino al 31.12.2018

## SCONTO

# Stecca universale Sam Splint

- Stecca universale
- Grazie alle sue funzioni multiple, questa stecca rappresenta un ausilio prezioso per i Primi soccorsi
- È leggera (130 gr), facilmente trasportabile
- Sam Splint è solo parzialmente riutilizzabile

Dimensioni: 11 x 91 cm

Art. 3229

~~CHF 24.90~~ **CHF 20.- IVA inclusa**

Offerta valida fino al 31.12.2018



# SAM SPLINT - LA STECCA FLESSIBILE PER LE ESIGENZE PIÙ ELEVATE

**TESTO: Tinovamed**  
**FOTO: SAM Medical**

La stecca originale SAM Splint è indispensabile a livello internazionale nel soccorso e nel salvataggio, in seno all'Esercito, nello sport e addirittura nello spazio sugli space shuttle della NASA. Il successo della SAM Splint deriva da un principio noto: le curvature stabilizzano!

Le stecche tradizionali traggono la loro stabilità soprattutto da materiali solidi: metallo, legno, gesso, ecc. Purtroppo, la solidità comporta spesso anche peso, ingombro, mancanza di maneggevolezza e difficoltà nell'ottenere la forma per le esigenze del sin-

golo caso. Tutto ciò non succede con SAM Splint: questa stecca è composta da un'anima sottile in alluminio avvolta in un materiale espanso high tech speciale a maglie strette. Subito dopo il primo srotolamento, la stecca è estremamente flessibile e al contempo molto stabile. Nei tre raggi principali, la stecca diventa estremamente stabile e può essere utilizzata per stabilizzare quasi tutte le fratture, incluse quelle alla nuca.

Il successo della SAM Splint originale risiede dunque da un lato nella sua struttura facilmente

malleabile e morbida che permette di tagliarla anche semplicemente con forbici per la casa. Dall'altro, con l'utilizzo corretto essa permette un'ottima immobilizzazione. Ciò la rende un ausilio perfetto in molte situazioni normali ed estreme. È quindi naturale che la SAM Splint venga utilizzata nel campo del soccorso a livello mondiale.

**Disponibile nello shop dei samaritani.**



## CONSIGLIO

Se la stecca deve essere portata per un periodo prolungato (diverse ore), per ridurre le irritazioni e l'odore è opportuno applicare un materiale assorbente tra la SAM Splint e la pelle (ad es. ovatta, garze, ecc.). Per evitare anche punti di pressione sgradevoli in caso di applicazione prolungata della stecca, si consiglia di coprire i punti esposti con garze morbide. La Soft Shell™ Splint è una buona alternativa se si deve portare una stecca per lungo tempo.

Per evitare che si formino degli angoli «afilati» è meglio evitare l'uso di forbici dentate. Dopo il taglio, le nuove estremità vanno piagate o unite con materiale adesivo per evitare piccole ferite dovute agli eventuali angoli affilati. La SAM Splint non è sterile! Prima di riutilizzarla occorre lavarla accuratamente e pulirla con un disinfettante.



La SAM Splint è utilizzabile in svariati modi nei Primi soccorsi.

# Omeopatia nella vita quotidiana dei samaritani – corsi giornalieri per monitori e monitrici

La collaborazione tra la Federazione svizzera dei samaritani e Similasan AG è ormai nota al grande pubblico. Si sono già svolti tre seminari giornalieri per samaritani con funzioni direttive, due nella sede di Similasan a Jonen e uno nell'Hotel Olten a Olten. Nella prima giornata, purtroppo, il nostro catering ci ha fatto ritardare la pausa pranzo di un'ora buona. Ma la grande flessibilità e la disponibilità dei partecipanti (grazie di cuore a tutti!) ci hanno comunque consentito di ripartire ben nutriti con la sessione pomeridiana. All'inizio, la mole di «materie» previste dal corso è parsa eccessiva. Abbiamo pertanto tenuto conto dei desideri, delle esigenze e dei feedback dei partecipanti – e dal secondo giorno tutto è filato liscio, permettendo a tutti di trarre vantaggio dalla giornata seminariale.

In diversi campi della nostra vita quotidiana, sempre più persone richiedono soluzioni complementari per i loro disturbi. Anche in caso di ferite. Non

è sempre possibile lavorare esclusivamente con l'omeopatia, ma in molti casi le soluzioni omeopatiche possono quantomeno favorire il buon esito dell'intervento. Il seminario offre ai partecipanti la possibilità di conoscere i principi dell'omeopatia e altri fattori rilevanti in vista di un intervento terapeutico omeopatico. Inoltre vi si apprendono i

rudimenti della produzione dei medicinali omeopatici. Per chiarezza: non è nostra intenzione fare di voi degli omeopati – il che, fra l'altro, tradirebbe una certa

presunzione data la brevità del corso. Vorremmo invece mostrarvi come utilizzare i prodotti omeopatici in modo semplice e proficuo in situazioni di emergenza. Apprenderete vari modi per offrire ulteriore sollievo all'utenza nella vostra importante funzione di samaritani – in caso di ferite, punture d'insetti, nervosismo o diarrea.

Personalmente ritengo importante anche il dialogo con i partecipanti e il loro apporto in termini di

•  
 «Sempre più persone richiedono soluzioni complementari per i loro disturbi.»  
 •



Vivaci discussioni durante la pausa.



Assortimento Similasan in ambito storico.

esperienza. Tutti possono trarne vantaggio. Capita spesso che si sviluppino discussioni molto stimolanti.

Ovviamente, anche le domande dei partecipanti hanno un ruolo centrale. Ci piacerebbe che la partecipazione al corso chiarisse eventuali dubbi residui sull'omeopatia. Ma se in un secondo momento dovessero emergere delle domande restiamo ovviamente a vostra disposizione.

Per la seconda metà del 2018 sono in programma altre giornate di corso. Per almeno altre tre volte avrete la possibilità di frequentare un corso a Olten. Ci ritroveremo ancora all'Hotel Olten, nelle seguenti date:

- Venerdì 31 agosto 2018
- Venerdì 16 novembre 2018
- Venerdì 14 dicembre 2018

Ulteriori appuntamenti (sabato) sono in programma a Müllheim (TG), Landquart, St. Moritz (2019), nella Svizzera francese e in Ticino. Le date precise sono riportate nella vostra piattaforma «myLearning» dove potrete anche iscrivervi direttamente ai corsi. Tutte le iscrizioni singole ai diversi corsi vengono gestite dalla Federazione svizzera dei samaritani. I costi dei corsi sono a carico di Similasan. Oltre al vitto sarà fornita anche la documentazione didattica e il libro «Homöopathie» di Carlo Odermatt e Armin Späni. I corsi si svolgono dalle 9.00 alle 16.00.

Se la vostra sezione desidera offrire una giornata di corso vi invitiamo a contattarci direttamente. Da parte vostra dovrete solo mettere a disposizione una sala con una capacità di 20 fino a 30 persone e un locale per la pausa pranzo. Inoltre vi preghiamo di informare i vostri monitori e le vostre monitorici di corsi, e di motivarli a essere presenti. Tutto il resto, compresi eventuali costi aggiuntivi, sarà a carico nostro. I costi di vitto ecc. sono a carico di Similasan.

### Sezioni samaritane

Sempre più spesso viene sollevata la questione di come l'intera sezione, non solo quindi i monitori e le monitorici di corsi, possa approfittare della collaborazione tra Federazione svizzera dei samaritani

e Similasan. Abbiamo pensato anche a questo: saremo lieti di organizzare una serata di presentazione per la vostra sezione. L'obiettivo è quello di promuovere la collaborazione tra la vostra sezione, un negozio locale specializzato (farmacia o drogheria) e Similasan. Ognuno deve poter trarre beneficio da una serata del genere. Ad esempio, voi come sezione samaritana potreste sfruttare l'occasione per presentare al pubblico la vostra attività e acquisire nuovi soci. Come Similasan, noi potremmo illustrare le opzioni omeopatiche a supporto di piccoli interventi di emergenza. Anche a tale riguardo abbiamo già realizzato assieme alcune interessanti serate di



Sequenza formativa presso Similasan AG, Jonen.

●  
«Saremo lieti di organizzare una serata di presentazione per la vostra sezione.»  
●

presentazione. Colgo l'occasione per ringraziare nuovamente la sezione samaritana di Beromünster. A Kirchberg (BE) è prevista una serata del genere a fine ottobre 2018 e altre sono in via di definizione. Per organizzare una serata di presentazione aperta a tutti gli interessati vi invitiamo a contattarci direttamente.

Siamo impazienti di ricevere le vostre richieste e iscrizioni. Sarò felice di conoscervi di persona.

Cordialmente,

FABIENNE GIGANDET  
Omeopata dipl. e responsabile Formazione Similasan AG

# INSIEME PER UNA MAGGIORE SICUREZZA IN ACQUA

**L'assicuratore contro gli infortuni Visana e la Società Svizzera di Salvataggio SSS si sono uniti e si impegnano per ridurre gli incidenti in acqua e gli annegamenti in Svizzera.**

**TESTO: SSS**

**FOTO: Shutterstock**

Nel 2017 nelle acque svizzere sono annegate 45 persone e il 90% dei casi è avvenuto in acque aperte, come fiumi o laghi. Spesso si tratta di eventi che si sarebbero potuti evitare con le conoscenze necessarie su come comportarsi correttamente in acqua.

La Società Svizzera di Salvataggio SSS in qualità di centro di competenza per la prevenzione degli incidenti e la sicurezza in acqua e Visana, in veste di assicuratore contro gli infortuni, hanno un forte interesse a intervenire prima che succedano disgrazie. La base della collaborazione è costituita dalle sei regole salvavita per il bagnante della SSS. Si tratta di semplici consigli di comportamento che, se osservate, garantiscono divertimento in ac-

qua ed evitano brutte sorprese. Dal 2016 Visana aiuta la SSS a diffondere le regole per il bagnante. Nel quadro di azioni comuni, sono stati installati circa 650 cartelli con le regole per il bagnante lungo fiumi e laghi o nelle piscine.

## **Assumere insieme la responsabilità**

In effetti, nel 2018 i due partner hanno fatto un altro passo avanti. La campagna comune di prevenzione con i cartelloni pubblicitari e il sito web [www.sono-responsabile.ch](http://www.sono-responsabile.ch) hanno l'obiettivo di divulgare ulteriormente tra la popolazione le regole per il bagnante. Esse mostrano alle famiglie, agli appassionati del canotto e a tutti coloro che amano stare in acqua come divertirsi evitando allo stesso tempo gli incidenti. L'attenzione è stata posta in particolar modo su due regole, molto importanti soprattutto per i genitori e le persone di ogni età e sesso che amano andare in canotto:

- non lasciare bambini incustoditi vicino all'acqua – tenere i bambini piccoli sotto controllo, a portata di mano.
- Non entrare mai in acqua dopo l'assunzione di bevande alcoliche o altre droghe! Non nuotare mai a stomaco pieno o completamente vuoto.



Con le importanti regole base si possono evitare incidenti nelle acque, come quella che dice: non entrare mai in acqua dopo l'assunzione di bevande alcoliche o altre droghe.

# LA CRS SEMPLIFICA LA PROPRIA STRUTTURA DIRETTIVA

L'Assemblea della Croce Rossa Svizzera, in occasione della sua riunione di sabato 30 giugno a Sciaffusa, ha aumentato il numero dei membri del suo organo direttivo, il Consiglio della Croce Rossa. I nuovi eletti sono Annalise Eggimann, presidente della CRS del cantone di Berna, Barbara Schmid-Federer, ex consigliera nazionale e presidente della CRS del cantone di Zurigo e Ursula Forrer, presidente dell'associazione dei Samaritani di San Gallo/Principato del Liechtenstein.

Con la nuova composizione del Consiglio della Croce Rossa la struttura direttiva della CRS viene semplificata e ottimizzata. Dal 1° luglio 2018 il Comitato esecutivo, organo direttivo strategico delle associazioni cantonali, è integrato nel Consiglio della Croce Rossa. Uno dei suoi seggi è ora occupato da un membro delle organizzazioni di salvataggio della Croce Rossa. Il Consiglio della

Croce Rossa passa quindi da 9 a 12 membri, così come stabilito dagli Statuti in seguito alla revisione dello scorso anno.

Venerdì 29 giugno i delegati hanno discusso del contributo che la CRS può apportare per proteggere la popolazione nell'eventualità di emergenza o di catastrofe. In virtù del ruolo di ausiliaria dei poteri pubblici di cui è investita la CRS, le organizzazioni della Croce Rossa sostengono le autorità svizzere a livello comunale, cantonale e nazionale nell'adempimento dei compiti umanitari. In caso di emergenza o di catastrofe, la CRS è quindi pronta ad assolvere la propria missione umanitaria in misura ancora maggiore e a integrarla nella sua pianificazione preventiva.

**Fonte:**  
CRS

## ANNUNCIO

# CONCEPITA PER LE ESCURSIONI: LA NUOVA CARTA ESCURSIONISTICA PER LA SVIZZERA

Puntualmente per la nuova stagione escursionistica, l'Ufficio federale di topografia swisstopo e Sentieri Svizzeri hanno pubblicato i primi 16 fogli della nuova carta escursionistica ufficiale della Svizzera.

## Adeguata alle esigenze degli utenti

In un sondaggio online, è stato proprio il pubblico a pronunciarsi a favore della variante attuale. I sentieri escursionistici ripresi sulla carta sono ora rappresentati nei colori giallo, rosso o blu a seconda del grado di difficoltà, analogamente alle tre categorie «sentiero escursionistico», «sentiero escursionistico di montagna» e «sentiero escursionistico alpino» indicate sul territorio.

## Più pratica e informativa

Oltre alla rappresentazione intuitiva, anche l'indicazione delle fermate dei mezzi di trasporto pubblici e i pittogrammi relativi ai punti di interesse o agli alberghi isolati semplificano ora l'orientamento sulla carta e sul territorio. Sono indicati anche i percorsi regionali e nazionali «La Svizzera a piedi» di SvizzeraMobile. Con una misura di 11 × 22 cm, la carta piegata è leggermente più stretta e quindi più pratica rispetto al formato precedente. La carta è resistente all'acqua e allo strappo e garantisce quindi una lunga durata.



[www.swisstopo.ch/escursioni](http://www.swisstopo.ch/escursioni)

# Elisabeth Stierli, samaritana dal 1944



**Grazie alla sua esperienza di samaritana, Elisabeth Stierli, oggi 91enne, trovò un posto di tirocinio come infermiera comunale. Eravamo alla fine degli anni '40. Da allora è sempre rimasta fedele alla sezione e al mondo samaritano.**

**TESTO E FOTO: Sonja Wenger**

**Elisabeth Stierli** da 74 anni instancabilmente al servizio del movimento samaritano.

Elisabeth Stierli è contenta. Ogni giorno fa un lungo giro partendo dal suo confortevole appartamento a Urdorf, nel Canton Zurigo, fino alla fattoria di suo fratello e poi ritorna. Sulla sua scrivania c'è una pila delle cose da leggere. E in risposta a tutto il trambusto del mondo moderno, ha sempre in serbo un sorriso comprensivo. Si stenta davvero a credere che quest'anno Elisabeth Stierli ha compiuto 91 anni. Quando nacque, nel 1927, la Svizzera era molto diversa, un Paese soprattutto rurale e con tanta povertà. Se si vuol cercare un denominatore comune nella vita di Elisabeth, questo è stato ed è tuttora il lavoro: lavoro nella fattoria dei genitori, perché non c'erano i soldi per mandarla a una scuola superiore; lavoro nella cura dei familiari malati; lavoro come infermiera comunale e non da ultimo lavoro come samaritana in ogni funzione possibile e immaginabile che la FSS possa offrire a una persona impegnata.

«Per me non è mai stato un peso aiutare le altre persone», afferma parlando con la redazione di «oggi Samaritani». «Al contrario. Ho passato tanti bei momenti quando curavo i malati, momenti in-

tensi ai quali non avrei mai voluto rinunciare.» Il bisogno non solo di aiutare, ma anche di approfondire le proprie conoscenze nel campo delle cure infermieristiche e dei primi soccorsi, portarono la giovane alla sezione samaritana di Urdorf. «Avevo circa 17 anni», spiega Elisabeth Stierli, che tuttavia non ricorda esattamente la data poiché, a volte, la memoria fa «cilecca». Comunque, parlando con lei, affiorano sempre più ricordi e aneddoti. Nel corso di oltre sette decenni ha fatto molte esperienze. Lo testimoniano i numerosi album di foto che mostrano Elisabeth nelle vesti di monitrice samaritana e istruttrice durante esercizi, corsi e interventi fin negli anni '90. Dal 1967 al 1979 ha fatto addirittura parte del Comitato centrale e ancora oggi partecipa a ogni Assemblea dei delegati in qualità

•  
**«Con il mio lavoro ho passato  
 tanti momenti  
 di grande intensità.»**  
 •

di socia onoraria della FSS. «Il lavoro con i samaritani è stato sempre avvincente» spiega con grande entusiasmo. E la vita nella sezione era per lei una bella alternativa al lavoro interminabile nella fattoria di famiglia, dove ha vissuto fino a dieci anni fa. Nessun accenno a voler rallentare il passo. Ha soltanto rinunciato a partecipare agli esercizi di sezione. E un anno fa ha lasciato il servizio di assistenza nella casa per anziani. «Ormai ero divenuta troppo vecchia per loro», afferma con rincrescimento, perché per Elisabeth Stierli non è concepibile una vita senza aiutare gli altri.

# Lukas Müller, samaritano dal 2010

**In veste di samaritano della terza generazione nella sua famiglia, il 15enne Lukas Müller conosce i principi dei primi soccorsi a menadito. Inoltre, già ora è in possesso del livello 3 IAS di soccorritore; la sua scelta professionale non è quindi per nulla sorprendente.**

**TESTO E FOTO: Sonja Wenger / m.z**

A dare lo spunto a questa intervista è stato un breve annuncio pubblicato sul noto giornale dei pendolari «20 minuti», edizione svizzero-tedesca, con il titolo «Giovane samaritano insegna agli insegnanti». Lukas Müller di Baar, allievo di scuola media, ha in effetti svolto una tesi di lavoro che aveva come tema l'organizzazione di un vero corso individuale sui primi soccorsi della durata di 3,5 ore. E, per una volta, ha scambiato il ruolo con i suoi docenti. Ora, invece, siamo seduti a un tavolino di un ristorante a Baar per un'intervista; tutto questo improvviso «clamore» suscitato dalla sua tesi scolastica lo ha un poco spaventato.

Assieme a suo fratello maggiore, Lukas è membro del Gruppo della gioventù samaritana di Zugo dal 2010; gruppo che è stato fondato dalla loro mamma. «Sono un samaritano di terza generazione», afferma con un po' di fierezza, dato che sua nonna è ancora attiva nella sezione. E lui stesso ha appena frequentato il modulo 2 della formazione di

●  
**«È semplicemente cool  
poter aiutare  
ai servizi sanitari.»**  
●

monitore Gioventù FSS. Tuttavia per ora non sa ancora se continuerà il suo percorso formativo, poiché grazie alla partecipazione al campo di formazione (Aula) della Società svizzera delle Truppe Sanitarie, ora dispone già del brevetto di soccorritore livello 3 IAS. Davvero un'ottima carriera per un giovane che quest'anno compie 16 anni! A que-

**Lukas Müller**  
A 8 anni è entrato nel Gruppo della gioventù samaritana e vi rimarrà il più a lungo possibile.



sto punto, non sorprende nemmeno la sua scelta professionale: quest'estate inizia infatti l'apprendistato nell'ambito sanitario all'Ospedale cantonale di Lucerna. «Lavoro volentieri con la gente», dice Lukas motivando la sua scelta. Con il suo impegno in veste di monitore Gioventù FSS, egli ha già alle spalle molti servizi sanitari che ha potuto svolgere grazie alla sezione di Zugo. «È semplicemente bellissimo poter aiutare gli altri.» La sezione di Zugo offre infatti la possibilità ai giovani samaritani, a partire da una certa età, di entrare parallelamente come socio in sezione e quindi di poter aiutare ai servizi sanitari. Ogni volta che parliamo della sua attività nel Gruppo della gioventù, l'entusiasmo e la fiducia in sé stesso diventano davvero palpabili. «Nelle nostre esercitazioni cerchiamo di portare diverse tematiche e siamo sempre alla ricerca di nuove idee.» Lukas desidera rimanere il più a lungo possibile tra i suoi Help, a dipendenza del tempo concesso dalla sua nuova formazione. E questo anche perché gli Help hanno vissuto un vero «boom»: «Grazie a un'azione di volantinaggio in tutte le scuole della città di Zugo, abbiamo potuto guadagnare in un solo colpo nove nuovi soci.»

# CRUCIVERBA

Le rilas- ciano gli esercenti	↖	Classi sociali	Si dice di affari poco puliti	↖	↖	Nome slavo derivato da Helga	↖	Germo- glio, getto	Tipico liquore giappo- nese	↖	Ombrelli- no per l' estate	↖	Indivi- duo, tipo	Poesia solenne	Dannosi, offensivi	↖	9	Si scom- piono in pista
↖		↖					11		Grande penisola della Turchia	↖			↖	↖	↖			
Grande attore di Shining			Sciogliersi di nevi	↖			8		Fori nasali		Tagliare a zero	↖		7				
Fa ques- tioni di principio	↖					Ha per capitale Taipei		Nativi di Kat- mandu	↖									Situa- zioni intrica- tissime
↖	4		Girare intorno a un asse	↖	Veste i magi- strati	↖				Sud Sud- Est	↖		1		Terrac- queo è il mondo		Ampio bacino tra monti	↖
Sedici romani		Restare	↖				5				Regione dei Paesi Bassi	↖	Addi- rittura lappa- lissiani	↖				
Dio nei prefissi	↖				Piede poetico	↖		Segnale che ferma	↖	Celebre caffè di Venezia	↖							
↖					Simbolo nume- rico	↖	Attrezzo spacca- legna	↖					La fanno anche le formiche	↖	Articolo femmi- nile	↖		
Divi- sione nasale	La riduce il condono	Ele- mento in elenco	↖	Parti d'un poema	↖			6		Decreto all' inglese	↖	Fede tronca	↖		Asso- ciazione in breve	↖		
Zurbrig- gen campio- ne di sci	↖	↖					10	Certo, certa- mente	↖	Campio- ni dello sport	↖			Fiume intera- mente svizzero	↖		2	
Estate in Costa Azzurra	↖			Andata e ritorno	↖	Medico non generico	↖						3					
Nobile guerriero giappo- nese			Prefisso che enfattizza	↖				Questa abbre- viata	↖			Molto	↖					
↖							1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	

# SUDOKU

Medio

		1	4					
	7		8			4		
	5				9	7	2	1
1					8			
9		8			6			2
			1					8
5	6	3	9				7	
		9			5		3	
					3	9		

©raetsel.ch 58696

Difficile

				1	5			
	6	9		4			8	
8							4	
1	4						6	
9				8				3
	5						9	7
	1							5
	9		4			8	3	
			6	2				

©raetsel.ch 18034

Soluzione a pagina 47.

# CHI SI ESERCITA, IMPROVVISA MEGLIO

Nella formazione dei primi soccorsi, i processi strutturati occupano chiaramente una posizione di primo piano. Eppure ci sono molte situazioni nelle quali bisogna agire spontaneamente. Un appello in difesa dell'improvvisazione.

**TESTO: Sonja Wenger**

È un vero dilemma. Nei corsi di primi soccorsi e in numerosi esercizi di sezione i samaritani imparano dettagliatamente cosa bisogna fare in un'emergenza e in quale ordine procedere, come proteggere sé stessi e gli altri, come impiegare correttamente il materiale a disposizione, ecc. Ma poi succede qualcosa e tutto cambia. È nella natura stessa di un'emergenza che la stessa si verifichi proprio quando uno non se l'aspetta e perciò probabilmente non ha con sé il proprio equipaggiamento. In un'eventualità del genere non si può fare altro che improvvisare. Secondo Wikipedia l'improvvisazione è, fra le altre cose, un escamotage per sopprimere all'assenza di risorse che potrebbero essere utili per sviluppare una determinata soluzione. Nel linguaggio comune si intende per improvvisazione anche «il ricorso pratico spontaneo alla creatività per risolvere i problemi che insorgono».

## Forma estrema di triage

Però, a differenza di quel che succede nella musica o su un palcoscenico, in una situazione d'emergenza l'improvvisazione non è un esperimento ma una necessità. La posta è alta, perché i primi soccorritori si vedono confrontati con la forma più esigente del triage: o si improvvisa, e magari si viola qualche regola, o nel peggiore dei casi si deve accettare la perdita di una vita umana. Ci sono molte forme di improvvisazione e il più delle volte si tratta di utilizzare vari oggetti in modo diverso da quello per cui sono stati previsti. Gli esempi «migliori» si possono trovare nell'emostasi, per la quale si possono impiegare una calza, una pietra o un pezzo di legno per esercitare una pressione localizzata sulla ferita. Gli indumenti possono però anche servire a costruire una barella o a immobilizzare una gamba rotta. E se proprio non c'è nient'altro a disposizione, anche un po' di muschio umido può servire a raffreddare una zona della pelle ustionata.



Guardando bene, non si può fare. Eppure funziona benissimo. (Foto: Shutterstock)

## La spontaneità bisogna impararla

Uno degli equivoci più frequenti riguardo all'improvvisazione è la convinzione che possa funzionare senza strutture, non segua nessuna regola, non possa fissarsi dei limiti e vi si ricorra senza che prima qualcuno abbia riflettuto sul tema. Invece è vero il contrario. L'improvvisazione è possibile solo se chi improvvisa conosce a fondo la tematica in questione e possiede una grande esperienza nell'esercizio dell'attività corrispondente. Quanto più spontanea appare all'esterno un'improvvisazione ben riuscita, tanto più certi si può essere che chi ha improvvisato è molto ferrato in materia e possiede una profonda conoscenza delle sequenze operative da applicare. Non per niente si dice «val più la pratica che la grammatica».

### Fonti:

- [www.criticalimprov.com](http://www.criticalimprov.com)
- Wikipedia

# Solidarietà globale: tutto il mondo si unisce per salvare vite

**Il successo della donazione di cellule staminali del sangue si fonda sulla collaborazione internazionale. Difatti, nel 2017 gli espianti per i pazienti svizzeri provenivano da 13 Paesi diversi. Rigorosi standard garantiscono la sicurezza e la qualità.**

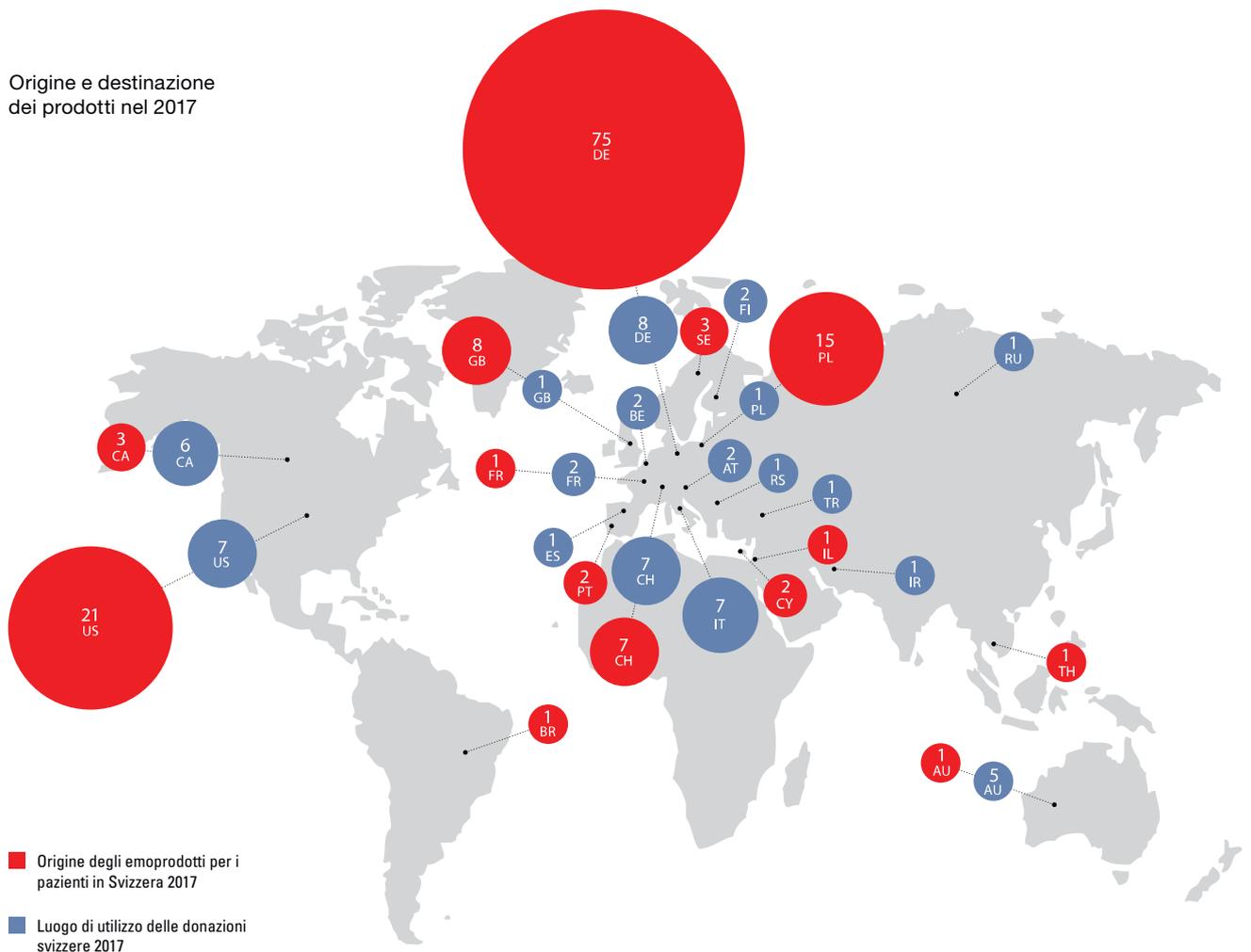
Da fine 2017 si contano oltre 33 milioni di persone registrate come donatori di cellule staminali del sangue in tutto il mondo. I registri dei donatori di cellule staminali del sangue dei singoli Paesi collaborano strettamente ed è grazie a questa collaborazione che anche i pazienti svizzeri affetti da leucemia o da altre malattie ematiche potenzial-

mente letali hanno buone possibilità di trovare un donatore compatibile.

## Donazioni da 13 Paesi diversi

La collaborazione internazionale è particolarmente importante per la Svizzera, poiché è un Paese piccolo con una popolazione che si distingue per l'elevata diversità delle caratteristiche tissutali. Si pensi che nel 2017 soltanto 7 espianti su 138 provenivano dalla Svizzera stessa. Complessivamente le donazioni provenivano da 13 Paesi diversi, di cui la maggior parte dalla Germania (75), seguita dagli Stati Uniti (21) e dalla Polonia (15) e una persino dalla Thailandia (1).

Origine e destinazione dei prodotti nel 2017





Dr. Oliver Kürsteiner, capodivisione di Swiss Blood Stem Cells (SBSC)

Trasfusione CRS Svizzera ha il compito di predisporre gli espianti provenienti dall'estero per i pazienti in Svizzera e viceversa, gli espianti di donatori svizzeri per i pazienti all'estero. Si adopera inoltre affinché l'espianto giunga al centro di trapianto al momento giusto entro 48 e 72 ore.

### **Standard internazionali e rigidi controlli**

La collaborazione transnazionale si fonda sugli standard internazionali che garantiscono la sicurezza dei donatori e dei pazienti. Da marzo 2018 Trasfusione CRS Svizzera è membro accreditato della World Marrow Donor Association (WMDA), di cui rispetta ora ineccepibilmente le esigenze rigorose.

«Già in precedenza, in qualità di cosiddetto «registro qualificato» osservavamo molte direttive. Ora rispettiamo ineccepibilmente tutti gli standard rigorosi in tutte le tappe della procedura, dalla registrazione del donatore al prelievo dell'espianto fino al trapianto e questo rispetto è anche regolarmente controllato», conferma Dr. Oliver Kürsteiner, capodivisione presso Swiss Blood Stem Cells (SBSC), un settore di Trasfusione CRS Svizzera.

Al momento solo 19 registri in tutto il mondo (su circa 75) godono di un accreditamento e quindi comprovano il massimo standard sulla qualità. «L'accreditamento alla WMDA è «una pietra miliare», dice Dr. Oliver Kürsteiner. «Siamo considerati, in termini numerici, un registro medio, ma quanto a impegno e sviluppo siamo tra i primi al mondo. Trattandosi di un settore molto sensibile, siamo fieri di conformarci ai massimi standard internazionali, i quali vengono adeguati costantemente alle conoscenze più recenti.»

---

## «GIORNATA DELLA BUONA AZIONE» - PARTECIPATE ANCHE VOI!

---



Il 15 settembre i volontari attireranno l'attenzione sulla donazione di cellule staminali del sangue. Partecipate anche voi con la vostra sezione samaritana.

Una donazione di cellule staminali del sangue è spesso l'unica possibilità di guarigione per i pazienti affetti da malattie ematiche potenzialmente letali come la leucemia, e di questo deve esserne consapevole il maggior numero di persone possibile. Il 15 settembre si terrà dunque la quinta edizione della «Giornata della buona azione»: più persone partecipano, maggiore sarà il successo. Ogni singolo impegno conta!

Una delle possibilità di parteciparvi è la grande azione dello stato WhatsApp. Ecco come funziona:

1. registrate nel vostro smartphone il numero 079 949 62 29 come nuovo contatto con il nome «SBSC»;
2. mandate un messaggio WhatsApp con «nome + cognome» e il testo «Start Giornata della buona azione» al suddetto numero per concludere l'iscrizione.

Alla Giornata della buona azione vi invieremo su WhatsApp un breve video. Inserite questo video nel vostro stato WhatsApp per motivare i vostri amici a riflettere sulla possibilità di registrarsi come donatori di cellule staminali del sangue.

Potete anche ordinare materiale informativo e attirare l'attenzione della popolazione insieme a colleghi di associazione o amici, in un luogo di vostra scelta, sulla donazione di cellule staminali del sangue. Sono sufficienti due o tre ore di impegno.

Per maggiori informazioni sulle possibilità di partecipazione alla «Giornata della buona azione», compresa la possibilità di ordinare il kit per l'azione, visitate il sito [www.uniti-contro-la-leucemia.ch/giornata-della-buona-azione/](http://www.uniti-contro-la-leucemia.ch/giornata-della-buona-azione/)

Grazie mille per il vostro prezioso sostegno!

# LETTERE DEI LETTORI



## FSS dove stai andando?

Nella lettura dell'ultimo numero della rivista federativa, edizione N° 2/2018, ho notato in particolare due concetti: samaritano e soccorritore 2.

Questo mi ha divisa in due: da una parte mi impegno molto attivamente nella nostra sezione specialmente nel campo sociale. Anche in seno al comitato mantengo (ancora) la mia piccola carica che svolgo volentieri. Il tutto su base puramente volontaria; non mi sento obbligata a fare nulla: mi sento insomma pienamente samaritana.

D'altra parte, presto volentieri anche il mio tempo e impegno nei servizi sanitari e ciò poiché in questo modo posso mettere in pratica tutto quanto ho imparato dai monitori samaritani durante gli esercizi mensili. Ora ho però un problema: non posso più fare tutto ciò liberamente, in base alla mia volontà. Sono invece obbligata dall'IAS a identificarmi. Ossia ho bisogno di un certificato e non sono

più una samaritana libera, ma una soccorritrice 2 «forzata». Ciò va nella direzione della professionalizzazione. Inoltre faccio molta fatica a capire come la FSS abbia potuto spendere molti soldi per sottostare ai criteri dell'IAS e come si possano di nuovo spendere molti soldi ogni due anni per essere in grado di mantenere certi monopoli. Siamo arrivati al punto che dobbiamo lasciarci prescrivere cosa dobbiamo fare! In questo senso mi chiedo: la FSS dove sta andando e dove sono rimasti i principi di Henri Dunant? Di fronte a certi deficit finanziari, non c'è poi da stupirsi! E ora, però, si risparmia sulle spalle dei collaboratori che ne fanno le dirette spese a causa di ciò che l'autorità superiore ha fatto.

**ERIKA SCHNEIDER**  
Sezione Düdingen



## Si sono affrontati anche «temi spinosi»

Trovo che il numero 2 di «oggi Samaritani» sia molto ben riuscito. Ho trovato molto positivo il fatto che si siano approfonditi anche «questioni spinose» e che si siano chiarite diverse domande aperte. Penso sia molto importante che, attraverso la rivista federativa, le samaritane e i samaritani possano essere informati in modo aperto e trasparente e che possano leggere cosa «sta succedendo» nella FSS. Posso intendere che non è sempre facile parlare apertamente di temi spinosi e delicati, ma sono sicura che questo è molto apprezzato dai lettori.

Avanti così!

**CHRISTINE MADER**  
Sezione samaritani Eggiwil e responsabile della comunicazione in seno all'Associazione cantonale bernese



## Perché lamentarsi sempre?

Il N° 2/2018 della rivista federativa è una bella edizione che vale la pena leggere. Penso anche che sia un'edizione ideale quale mezzo di pubblicità per nuovi membri.

Quello che però non capisco, è come mai vengono pubblicate senza nessun commento delle lettere di lettori con contenuti negativi. Posso infatti capire i feedback sulla nuova rivista, ma questo continuo «lamento»? Attualmente si leggono molte cose negative da parte dell'Organizzazione e tutti gli «ufficiali» si lamentano. Io penso invece che molti sviluppi hanno avuto delle ricadute positive per i partecipanti dei corsi e per i clienti/committenti dei

servizi sanitari. Forse bisognerebbe scrivere una volta anche su tutto questo e sul fatto che le sezioni possono apparire in modo forte e positivo – come avviene in molte località – solo grazie a tutti i lavori preparatori fatti dalla Federazione. Dal mio punto di vista non esiste nessun ritorno; l'«IAS» inizia ora a stabilirsi come standard, si può lavorare bene con il nuovo materiale didattico e c'è ancora spazio per le idee personali.

**BJÖRN KURATLI**  
Sezione Zurigo 2

### Contatto:

Redazione «oggi Samaritani»  
Casella postale, 4601 Olten  
redazione@samaritani.ch

Più è concisa la vostra lettera, maggiori sono le possibilità che venga pubblicata.

La Redazione si riserva il diritto di accorciare delle lettere o di non pubblicarle. Inviare la vostra lettera preferibilmente per e-mail o per posta cartacea ai recapiti della redazione.



## SIAMO TUTT'ORECCHI

La vostra Sezione o la vostra Associazione ha in programma un grosso evento? Fatecelo sapere. Avete un'idea originale per un'esercitazione o su come si possa fare in modo diverso? Comunicatecelo e condividetelo con noi. State prevedendo una collaborazione con altre organizzazioni, istituzioni o comunità di interesse sociale? Siamo tutt'orecchi!

Pubblichiamo volentieri eventi e manifestazioni del mondo samaritano e vi accompagnamo pure nei contatti e nelle relazioni con i mass-media. L'unica condizione: dobbiamo sapere del vostro evento. Scriveteci dunque e contribuite a far conoscere e a divulgare il lavoro dei samaritani.

## CRUCIVERBA: SOLUZIONI DELLA P. 42

N	I	C	H	O	L	S	O	N	A	N	A	T	O	L	I	A
C	E	S	G	E	L	O	K	R	A	D	E	R	E			
E	T	I	C	A	L	N	E	P	A	L	E	S	I			
X	V	I	H	T	O	G	A	S	S	E	I	G				
U	R	I	M	A	N	E	R	E	O	O	V	V	I			
T	E	O	P	I	E	I	F	L	O	R	I	A	N			
S	E	T	T	O	W	S	C	U	R	E	B	L	E			
			A	C	A	N	T	I	I	F	E	L	P			
P	I	R	M	I	N	O	A	S	S	I	A	A	R			
E	T	E	F	S	P	E	C	I	A	L	I	S	T	A		
N	E	A	R	C	I	S	T	A	A	S	S	A	I			
S	A	M	U	R	A	I										

SALVATAGGIO

6	9	1	4	2	7	8	5	3								
3	7	2	8	5	1	4	6	9								
8	5	4	3	6	9	7	2	1								
1	4	6	2	3	8	5	9	7								
9	3	8	5	7	4	6	1	2								
7	2	5	1	9	6	3	4	8								
5	6	3	9	8	2	1	7	4								
4	8	9	7	1	5	2	3	6								
2	1	7	6	4	3	9	8	5								

2	3	4	8	1	5	6	7	9								
5	6	9	2	7	4	3	8	1								
8	7	1	9	6	3	5	4	2								
1	4	3	5	9	7	2	6	8								
9	2	7	1	8	6	4	5	3								
6	5	8	3	4	2	1	9	7								
4	1	6	7	3	8	9	2	5								
7	9	2	4	5	1	8	3	6								
3	8	5	6	2	9	7	1	4								

Organisation de sauvetage de la CRS  
Rettungsorganisation des SRK  
Organizzazione di salvataggio della CRS

**Croix-Rouge suisse**  
**Schweizerisches Rotes Kreuz**  
**Croce Rossa Svizzera**



**S+ samaritani**

Federazione svizzera dei samaritani  
Martin-Disteli-Strasse 27  
4601 Olten

[www.samaritani.ch](http://www.samaritani.ch)