

## Lavorare con i bambini e i giovani

Pagina 8



### Auspici per il 2017

Intervista con  
Monika Dusong

pagina 4

### Buono a sapersi

Lesioni al ginocchio  
Come agire

pagina 12

### Sezioni

Mesocco e Soazza  
hanno fusionato

pagina 20

# L'oreiller bambou

## peut changer votre vie

L'oreiller bambou peut vous aider à améliorer **la qualité de votre sommeil**. Vous vous réveillez complètement reposé et évitez les maux de nuque, de tête et **même les ronflements !**

- ✓ **Rien n'est plus doux que le bambou**  
Confort exceptionnel, doux, absorbe l'humidité de la peau, sèche vite.
- ✓ **L'oreiller est antibactérien et anti-acarien**  
Hypoallergénique. Convient à tout le monde, y compris aux personnes allergiques.
- ✓ **Oreiller 3 en 1**  
Oreiller de soutien (plié en double). Oreiller normal (posé à plat). Oreiller extra doux (placé en position surélevée).
- ✓ **Soutien idéal pour la nuque et la tête**  
Les muscles se détendent, les douleurs et les ronflements s'atténuent et vous réveillez bien reposé.
- ✓ **Écologique**  
Le bambou pousse tout naturellement sans produits pour protéger les plantes ou autres agents chimiques équivalents.



Taille : env. 60 x 45 cm

Avoir le dos droit joue un rôle essentiel pour un sommeil reposant. Cela garantit une circulation suffisante du sang et les signaux nerveux parviennent jusque dans le cerveau puis retournent. Les voies respiratoires sont ainsi ouvertes et libres, de sorte que la respiration se fait de manière optimale sans être entravée par des ronflements.

### L'oreiller bambou possède une fonction double :

La taie d'oreiller en bambou offre une agréable fraîcheur pendant le sommeil. Elle est exceptionnellement moelleuse. L'oreiller est rembourré de flocons de mousse à mémoire et s'adapte automatiquement à votre position de sommeil. Vous vous réveillez reposé et en pleine forme !

L'oreiller bambou est l'oreiller idéal pour vous ! Le voulez-vous plutôt relevé, aplati, plus moelleux ou plus compact ? Vos désirs sont des ordres. Grâce à sa morphologie, vous pouvez dormir dans n'importe quelle position souhaitée : sur le côté, sur le dos ou sur le ventre. Si vous aimez lire au lit à demi-assis, l'oreiller vous cale de manière optimale.

La mousse à mémoire est une matière viscoélastique spécialement développée qui réagit immédiatement à la pression et qui de ce fait devient élastique et s'adapte à votre morphologie. Lorsque l'oreiller est inutilisé, il retrouve sa forme initiale. La différence par rapport aux oreillers en mousse à mémoire normaux réside dans le fait que l'air peut circuler librement à travers la mousse à mémoire et vous donne donc une agréable sensation de fraîcheur. L'oreiller bambou est le premier oreiller à posséder tous les atouts de la mousse à mémoire sans les inconvénients. La taie d'oreiller peut être lavée en machine à 30 degrés.



### Coussin bambou pour le dos

#### Finis les maux de dos !

Commandez en même temps le coussin bambou pour le dos et soulagez votre colonne vertébrale grâce à une position assise saine et confortable chez vous comme au travail. Taille env. 33 cm x 31 cm x 10 cm

## Bon de commande

**OUI**, je commande contre facture plus participation aux frais d'envoi (Fr. 6.90) comme suit :

- Oreiller bambou, 1 pièce** (N° d'art. 1436) **seulement Fr. 49.-**
- Oreiller bambou, set de 2 pièces** (N° d'art. 1437) **seulement Fr. 88.-**  
*Vous économisez Fr 10.-*
- Coussin bambou pour le dos** (N° d'art. 1433) **Fr. 39.90**

Madame  Monsieur

391-45

Nom : ..... Prénom : .....

Rue/N° : .....

NPA/Lieu : .....

N° de tél. : .....

Prière d'envoyer à : **TRENDMAIL AG, Service-Center, Weinfelderstrasse 6, 8560 Märstetten**

**Commander rapidement ? Par tél. : 071 634 81 25, par fax : 071 634 81 29 ou sur [www.trendmail.ch](http://www.trendmail.ch)**

## Editoriale

### *Buon Anno a tutti i lettori*

Dovendo di volta in volta, mese per mese, tradurre dal tedesco all'italiano gli articoli di questa rivista, questo mese mi accorgo che i testi sono impegnativi, lunghi, pieni di concetti e delle tante e importanti realizzazioni ottenute dalla nostra Federazione durante l'intenso anno appena concluso. Potremmo dire che... «Ce l'abbiamo fatta!» Bravi a tutti voi, Samaritane e Samaritani!

A mo' di auguri per il Nuovo Anno, vi riporto qui in questo mio primo editoriale del 2017 alcuni detti e proverbi che mi ha fatto pervenire il mio maestro di yoga, persona saggia e sensibile e che ringrazio.

Alcuni detti si adattano benissimo a quello che ha vissuto l'intero movimento samaritano negli ultimi 12 mesi e a quello che ora, forse con meno inquietudine, dovrà affrontare.

Eccoli qua: «Per ogni problema difficile, esiste una soluzione facile»; «Tanto peggio è ora, tanto meglio sarà poi»; «Non occorre superare gli ostacoli, basta ridurne l'importanza»; «Non si può cambiare una situazione, ma però si può sceglierne un'altra» e infine il mio preferito: «Più insegui la pace, più essa ti sfuggirà. Se ti siedi, essa compare. Perché lei c'è sempre.»

È con questi pensieri e auspici, che invitano a prendersi una pausa di riflessione, che vi auguro con tutto il cuore un sereno Anno Nuovo, ricco di tante soddisfazioni nell'ambito samaritano e anche nella vostra vita privata e nelle vostre famiglie, con tanti momenti di gioia e soprattutto tanta salute!



**Mara Zanetti  
Maestrani**

## Reportage

### **04 Chiacchierata di inizio anno con la presidente Monika Dusong**

In una lunga intervista, la presidente della Federazione svizzera dei Samaritani Monika Dusong parla dei principali cambiamenti verificatisi durante gli scorsi due anni, molto impegnativi per tutti i Samaritani. Guardando al 2017 pone l'accento sui vantaggi portati al movimento samaritano proprio da questo importante processo di rinnovamento e certificazione.



## Buono a sapersi

### **12 Le lesioni del ginocchio**

Inizia in questo numero, con un primo contributo, una serie di tre approfondimenti sulle lesioni. Questa volta il tema è il ginocchio, come è formato, quali tipi di lesioni possono verificarsi e come bisogna agire.

## Associazione e Sezioni

### **19 Programma 2017 dell'Associazione cantonale ASSTM**

La Sezione di Mesocco e quella di Soazza hanno fusionato dando vita ad una nuova e più forte Sezione; i Samaritani di Biasca hanno un nuovo veicolo per il trasporto delle persone bisognose.

«oggi Samaritani» gennaio/2017  
Data di apparizione: 11 gennaio 2017

#### **Editore**

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

Segretaria centrale: Regina Gorza

#### **Abbonamenti,**

cambiamenti d'indirizzo per scritto  
all'indirizzo citato

#### **Prezzo d'abbonamento**

Singolo abbonamento per terzi:  
Fr. 33.- annuali

10 numeri all'anno  
Tiratura: 4800 copie

#### **Redazione centrale Olten:**

Sonja Wenger  
Segretariato: Monika Nembrini  
Telefono 062 286 02 67

#### **Redazione Ticino e Moesano**

Mara Zanetti Maestrani  
Via Strada Vecchia 162, 6717 Dangio  
Telefono e fax 091 872 17 47  
mara.maestrani@vallediblenio.ch  
Consegna articoli: entro il 15 di ogni mese

#### **Inserzioni**

Zürichsee Werbe AG  
Verlag und Annoncen  
Seestrasse 86, 8712 Stäfa  
Telefono 044 928 56 11  
Telefax 044 928 56 00

#### **Impaginazione, stampa, spedizione**

AVD GOLDACH AG, 9403 Goldach

**S+** **samaritani**  
Organizzazione di salvataggio della CRS



Gli auspici della presidente centrale Monika Dusong per il Nuovo Anno samaritano



«Da noi  
convivono  
mille realtà  
diverse.»

**Il Nuovo Anno inizia in modo strepitoso: dalla fine del 2016, la Federazione svizzera dei Samaritani e i corsi offerti dai suoi membri sono ufficialmente certificati dall'IAS. Inoltre il nuovo materiale didattico digitale è ora a disposizione e la revisione delle formazioni per i quadri è stata conclusa.**

**Intervista e foto: Sonja Wenger**

*«oggi Samaritani»:* Monika Dusong, durante la scorsa Conferenza d'autunno il Comitato centrale ha informato le Associazioni cantonali sulla conclusione del processo di certificazione della Federazione svizzera dei Samaritani e dei diversi progetti nell'ambito delle nuove formazioni. Qual è il suo bilancio personale sull'anno appena concluso?

Monika Dusong: Se guardiamo a ritroso, vediamo un 2016 molto intenso durante il quale si è registrata un'enorme spinta innovativa che ha posto molti Samaritani davanti a sfide immense. Dopo un lungo e intenso periodo di lavoro, alla fine del 2016 tutti questi diversi elementi hanno dato origine, assieme, ad un «tutto» coerente e significativo che rispecchia in pieno la Strategia 2020.

*Per molto tempo è stato difficile intendere tutti questi elementi diversi come parte di un tutto più importante. Ciò ha creato una certa insicurezza e inquietudine.*

Parlerei piuttosto di «incertezza e disorientamento», sentimenti che capisco benissimo. I cambiamenti erano a volte così estremi e si è lavorato su così tanti progetti a diversi livelli

che, ovviamente, non era sempre possibile avere una visione d'insieme e capire a cosa tutto questo portava di concreto. Ora invece tutto è giunto a termine; tutto si è ricongiunto. Non molto tempo fa, avevo usato l'immagine di un orologio che funziona grazie all'insieme di tante piccole e complesse parti fondamentali. Un'immagine che si adatta molto bene al processo in atto nella FSS. Nel meccanismo dell'orologio troviamo, tra l'altro, un «bilanciere», un'«ancora» e anche delle «molle a spirale» o una «corona». Alla FSS abbiamo proceduto alla revisione di tutte le «componenti» e le abbiamo poi riassemblate in modo innovativo. È stata una sfida enorme e un processo complesso. Ma ora, da poco, possiamo davvero ammirare i risultati fantastici che ne sono scaturiti.

Proprio per questa ragione, desidero rivolgere i miei sinceri ringraziamenti a tutte le collaboratrici e i collaboratori del Segretariato centrale. Quello che sono stati capaci di fare negli ultimi due anni e tutta l'energia che hanno dedicato ai vari progetti è davvero gigantesco e per nulla scontato. È solamente grazie a questo grande impegno che la FSS ha potuto mettere a punto i cambiamenti decisivi e strategici che le permetteranno anche in

futuro di fare in modo che le sue Sezioni e Associazioni cantonali possano offrire dei corsi certificati.

*Quali sono le sfide più importanti dei prossimi mesi?*

L'orologio ora è stato assemblato, ma necessita ancora di qualche piccolo «regolaggio» e ritocco per poter funzionare. Ciò significa che possiamo «tirare un po' il fiato», ma non possiamo in nessuno caso «dormire sugli allori». Ora la palla è passata ai Samaritani. Abbiamo messo loro a disposizione nuovi strumenti di lavoro, come il materiale didattico digitale. Ora tocca a loro provare questi nuovi strumenti, prendere confidenza con loro e farli propri.

A questo riguardo sono però molto ottimista. Lo scorso anno, durante le formazioni supplementari (corsi passerella) dei quadri samaritani, abbiamo già constatato il piacere con il quale gli istruttori e i monitori hanno appreso e fatto loro i nuovi strumenti di lavoro appena ne avevano compreso il funzionamento. Anche a loro mi sento di rivolgere un sincero e grande ringraziamento poiché non hanno avuto paura di cogliere la sfida e si sono sempre mostrati disponibili ad affron-

tare le varie novità. In compenso, ora le loro qualifiche sono al top e dispongono della certificazione ufficiale dell'Interassociazione di salvataggio (IAS), cosa che permette loro di garantire sempre la qualità dei loro corsi e delle loro offerte di formazione.

*Nell'intervista di inizio anno 2016, aveva affermato che per i Samaritani si sarebbero presentate delle «opportunità affascinanti». Quali sono oggi, in concreto?*

La nostra nuova struttura formativa e i rinnovati strumenti offrono una molteplicità di opportunità. A questo riguardo, penso ad esempio alla nuova formazione per Monitore di corso 1 e 2, che in futuro facilita di molto i primi passi dato che la formazione stessa è stata «snellita» rispetto a prima e costa anche meno. Tutto questo aumenta l'attrattiva per i potenziali corsisti. Per coloro che desiderano continuare il loro percorso formativo fino al livello di Monitore di corso 3, si apre poi la possibilità di farsi ingaggiare come «sanitario aziendale». Le nostre formazioni facilitano quindi anche certi passi nella carriera professionale.

Un'altra componente fondamentale è rappresentata dalle formazioni ora proposte ai giovani e che oggi sono coerenti nel loro insieme. Esse sono state concepite in modo tale da incoraggiare le nuove leve, dato che il loro carattere qualificante permette l'integrazione diretta dei giovani Samaritani nelle loro rispettive Sezioni d'appartenenza. Nel momento in cui i nuovi giovani quadri entrano in Sezione, sono già istruiti e operativi in molti settori. Questa è un'opportunità enorme per le Sezioni Samaritane e io spero tanto che esse la riconoscano e ne approfittino.

Un'altra opportunità è sicuramente data dal nuovo materiale didattico digitale. Quest'ultimo permette, in futuro, di comporre e proporre dei corsi personalizzati, ad esempio per le aziende, basandosi su metodi innovativi accompagnati da video, piani procedurali e da molti elementi di supporto tecnici. Tutti gli elementi sono presenti, si tratta «solo» di assemblarli per il corso, sapendo che il tutto è riutilizzabile e modificabile in qualsiasi momento. Tutto si fa dunque più semplice, e anche divertente.

*Quali sono le conseguenze di questi cambiamenti nell'offerta dei corsi delle Sezioni Samaritane?*

Le Sezioni Samaritane saranno molto più competitive sul mercato. Prendiamo ad esempio i corsi per la popolazione e per le aziende. Ogni anno, sono tra 90000 e 100000 le persone che, in questi ambiti, si formano nei Primi soccorsi. Non posso che ripetere che si

tratta della migliore assicurazione sulla vita per la popolazione del nostro Paese. E l'ho detto recentemente anche al Consigliere federale Guy Parmelin in occasione di un incontro durante il quale gli ho presentato il lavoro della FSS. Infatti il capo della protezione della popolazione deve sapere in definitiva di quali strumenti noi Samaritani disponiamo. Ora, grazie al fatto che non solo la FSS stessa, ma anche i monitori come pure i loro corsi dispongono di un certificato IAS,

**«Grazie al grande impegno di tutti i collaboratori, la FSS ha potuto effettuare con successo tutti i cambiamenti che ci rendono ora innovativi e pronti per affrontare il futuro.»**

possiamo dirci davvero ben equipaggiati per il futuro. E questo anche per il fatto che attualmente il Segreteria di Stato dell'economia (SECO) e la Cassa nazionale svizzera d'assicurazione in caso di infortuni (SUVA) cercano di sensibilizzare le aziende affinché ricorrano unicamente a delle formazioni omologate e riconosciute col marchio IAS.

Non da ultimo, il nostro nuovo Corso soccorritori, basato sulle ultimissime direttive più aggiornate, è stato pure certificato dalla Société Générale de Surveillance (SGS), attiva su mandato dell'Ufficio federale delle Strade. Questa certificazione verrà ripresa tale e quale da parte dell'IAS. In poco tempo, il nostro Corso soccorritore diventerà il punto di riferimento in Svizzera. Anche in questo campo, i Samaritani beneficiano ora

di un vantaggio importante poiché molte altre organizzazioni dovranno dapprima adattare e ristrutturare questo corso per poterlo offrire a loro volta.

*Come avverrà la messa in pratica vera e propria?*

Se ancora non l'hanno fatto, le Sezioni devono fare una sorta di «stato delle cose». Dovrebbero in pratica decidere chi fa cosa in Sezione, quanti monitori occorrono alla Sezione, decidere se vale la pena discutere con altre Sezioni affinché i monitori raggiungano il numero di ore d'insegnamento richieste dalla Sezione, o ancora decidere quali progetti la Sezione stessa intende implementare o a quali temi desidera dare la priorità.

A questo riguardo, le Associazioni cantonali giocano un ruolo molto importante e trainante: esse hanno in particolare il compito di accompagnare le Sezioni, di esaminare e valutare attentamente i loro bisogni, di verificare dove ci sono delle lacune e come promuovere la collaborazione tra le Sezioni. Durante l'ultima Conferenza d'autunno, le Associazioni cantonali hanno proposto di attivarsi come «interfaccia» tra il Segretariato centrale e le Sezioni in caso di questioni riguardanti l'implementazione di progetti e/o strumenti di lavoro.

Tuttavia anche i Comitati delle Sezioni sono importanti. Sono loro, infatti, a determinare gli orientamenti strategici e ad avere la visione d'assieme sul loro territorio. Se le Sezioni o le Associazioni cantonali hanno bisogno di aiuto, il «Coach delle Sezioni» (una nuova funzione creata in seno alla FSS), può intervenire e assisterle.

*Ci sono molte cose che andranno ancora chiarite.*

È un periodo molto impegnativo, è vero e non lo nego. Sappiamo che l'implementazione di tutto questo necessita di tempo e che potremo forse anche incorrere in errori. L'importante è che nessuno abbandoni la

## Buon Anno Nuovo



Di cuore, auguro a tutte le Samaritane e a tutti i Samaritani un Anno Nuovo pieno di esperienze positive ed arricchenti e rivolgo a tutti loro un grande ringraziamento per il loro enorme e infaticabile impegno a favore del benessere della comunità.

**Monika Dusong**

nave! Uno stato delle cose preciso, una sorta di «inventario» permette alle Sezioni di definire con precisione i loro bisogni. Ma non è necessario che tutte le Sezioni facciano tutto. Ogni Sezione ha i propri bisogni e le proprie specifiche priorità. Alcune vorranno magari porre l'attenzione sui corsi individuali, come vengono ora definiti i corsi per le aziende; altre Sezioni opereranno piuttosto per la formazione interna o ancora vorranno realizzare il progetto «Samaritano scolastico». Insomma, nella FSS convivono mille diverse realtà.

Per questa ragione, non abbiamo potuto porre freno a singoli progetti, anche se a un certo momento ci avevamo pensato; in particolare a riguardo della formazione della gioventù. Il Comitato centrale ha infatti deciso di continuare, poiché tutti i progetti sono legati gli uni agli altri. Già ora bisogna lavorare per promuovere le giovani leve e prepararle al lavoro nelle Sezioni; e questo affinché noi possiamo contare su di loro in futuro.

*In certi settori, le Sezioni possono prendere un po' di tempo?*

Certamente. Il solo settore dove non possiamo perdere tempo, è quello della certificazione. In Svizzera, la FSS è l'organizzazione più importante che offre corsi di formazione nei Primi soccorsi per non professionisti; non possiamo quindi permetterci di sacrificare la qualità dei corsi o di apparire sorpassati. Con la certificazione e le nuove formazioni, garantiamo che dietro il marchio Samaritano c'è serietà nel lavoro e una qualità elevata. Un'immagine esterna unitaria fa pure parte di questa strategia.

*Qui si pone tuttavia la domanda se la tendenza alla professionalizzazione non è in contrasto con l'idea base del volontariato.*

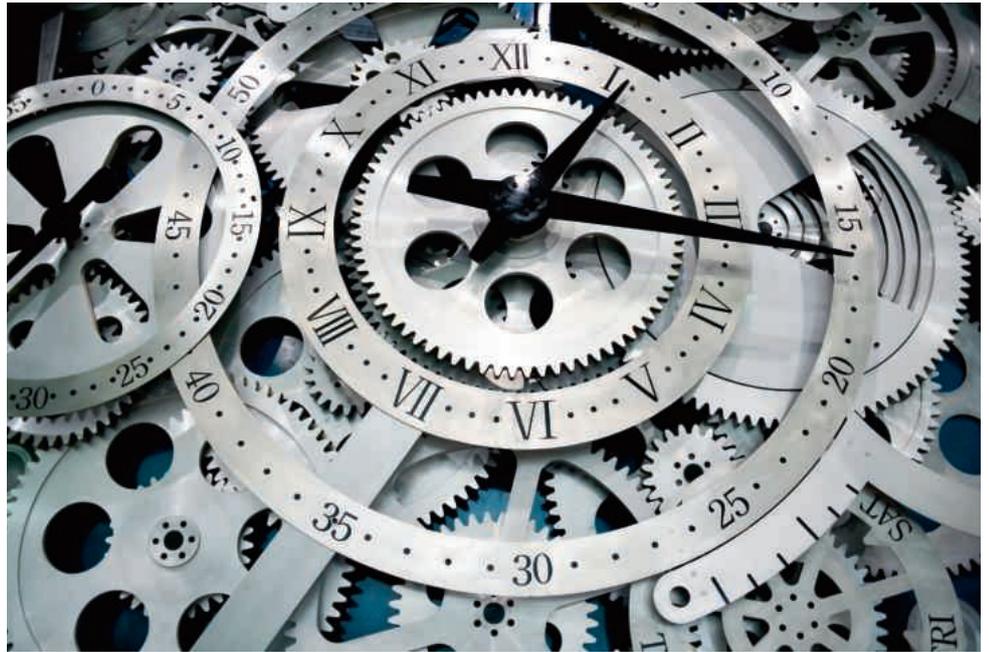
**«Samaritane e Samaritani esercitano la loro attività con competenze professionali.»**

Per i Samaritani, trovare l'equilibrio è una cosa delicata. Presentarsi in modo professionale e proporre delle formazioni e delle prestazioni di alta qualità vuol dire in prima linea esercitare la loro attività con competenze professionali, ma per la maggior parte a titolo di volontariato. Nella nostra variegata associazione, ci sono anche delle Associazioni cantonali che impiegano dei Monitori di corso 2 a titolo professionale

per impartire i corsi per le aziende. Questo succede nei Cantoni Vaud e Ginevra. Ognuno deve insomma fare le scelte che reputa più opportune. Da parte mia, tengo molto al fatto che la FSS continui ad essere e a rimanere un'organizzazione di volontariato. Non saprò mai manifestare ed esternare a sufficienza tutta la stima che nutro per il lavoro delle Samaritane e dei

**«I nostri quadri di formazione sono ora al top.»**

Non è stata una decisione facile dato che porto la FSS nel mio cuore e continuerò comunque a impegnarmi con energia e passione in suo favore. Sono anche contenta d'aver potuto accompagnare i processi di ristrutturazione e innovazione. Tuttavia dopo 11 anni di presidenza e a quasi 72 anni, penso che è ragionevole passare le redini della FSS in altre mani. A



**Formazione, materiale didattico, promozione della gioventù e certificazione: proprio come i singoli componenti di un orologio, tutti questi temi sono legati e interconnessi tra loro.**

Samaritani. Essi incarnano dei valori molto importanti nella nostra società, dato che essi permettono a delle persone di imparare ad aiutare gli altri e ad aiutarsi in caso di bisogno. E lo fanno investendo un numero considerevole di ore in una società – la nostra –

sempre più egoista e materialista. Questo impegno disinteressato è stato il vero e potente motore sull'arco di tutti gli anni della mia presidenza.

*Il 2017 comporterà dei cambiamenti anche per Lei, dal momento che non si ripresenterà per il mandato presidenziale all'Assemblea nazionale dei Delegati prevista nel mese di giugno.*

partire dalla metà del 2015 si è attivata una «Commissione cerca» per individuare una personalità che corrisponda al profilo cercato, in particolare che abbia alle spalle una solida esperienza di conduzione e una buona rete di conoscenze politiche; inoltre la persona dovrebbe venire dall'esterno della FSS e disporre di competenze complementari specifiche (con 8 Samaritani di lunga data in Comitato, il settore del soccorso è già ampiamente rappresentato). Sono felice che in giugno il Comitato centrale presenterà all'Assemblea dei Delegati la candidatura della già consigliera di Stato e consigliera nazionale zurighese Regine Aepli. Durante la Conferenza d'autunno, questa candidatura ha raccolto una grande maggioranza in occasione di una votazione consultiva richiesta dai presidenti cantonali. Sono certa che Regine Aepli saprà unire con competenza e professionalità le diverse personalità e i diversi orientamenti presenti nella Federazione svizzera dei Samaritani e saprà aprire così una promettente via verso il futuro. •



**Ringraziamo di cuore  
la Basilese Assicurazioni  
per i cinque anni  
di ottima collaborazione.  
Tanti auguri per molti  
successi anche in futuro!**

Federazione svizzera dei Samaritani

**3M** Science.  
Applied to Life.™

**3M™ Cavilon™**  
Crema protettiva per la pelle a lunga efficacia

Protezione efficace contro umidità e  
sostanze irritanti in caso di ...

- incontinenza
- prurito anale
- irritazioni della pelle
- eritema da pannolino
- frequenti cambi di cerotti
- intertrigine

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

# Unire gioco e divertimento agli insegnamenti

Ad inizio dicembre ha avuto luogo in contemporanea in due località della Svizzera il Workshop «Lavorare con bambini e giovani» durante il quale i partecipanti hanno potuto acquisire in modo ludico molte nozioni, fare esperienze e trascorrere un'intensa giornata piena di discussioni interessanti e animate.



Un cesto pieno di temi di discussione.

**Testo: Sonja Wenger.**

**In collaborazione con:**

**Melanie Fussen, Samira Bakari.**

**Foto: Samira Bakari, Sonja Wenger**

L'atmosfera è calda e accogliente, poco dopo le nove, quando gli otto partecipanti e la monitorice Cordula Equey si ritrovano nel locale della Sezione Samaritani di Les Hauts-Geneveys. Il piccolo Comune si trova a circa 10 chilometri a nordovest di Neuchâtel nel mezzo delle dolci colline del Jura. È proprio qui che, questo sabato di inizio dicembre, ha luogo il Workshop «Lavorare con i bambini e i giovani». Questo modulo supplementare è

obbligatorio per quei Samaritani che – come lo dice il nome – vogliono essere attivi nel lavoro con i giovani oppure che desiderano iniziare il progetto «Samaritano scolastico» nella loro Sezione. Le sole eccezioni a questa regola sono concesse a persone in possesso di una formazione pedagogica o che hanno assolto una delle nuove formazioni dei quadri giovanili della Federazione svizzera dei Samaritani (FSS).

Il piccolo gruppo di partecipanti di Les Hauts-Geneveys si presenta molto diverso in fatto di esperienze fatte e di caratteri personali. Ci sono donne e uomini con un'età compresa tra i 22 e i 60 anni, tutti hanno già

esperienze – in parte anche di anni – di lavoro in Gruppi samaritani giovanili. Non tutti si conoscono. E la cosa si fa emozionante già a partire dalle presentazioni, alle quali anche la giornalista che vi scrive ha l'onore di partecipare. E la modalità è originale e divertente: ognuno «pesca» un oggetto/giocattolo da un cesto: si tratta di una Barbie, oppure un orsacchiotto o ancora una matita colorata. A partire da quell'oggetto, il partecipante usa la fantasia per costruire una sua presentazione personale. In seguito, ognuno scrive le sue aspettative personali sul Workshop su un foglietto che poi viene appeso su un telo colorato. In una successiva



I due gruppi a Herisau.

fase, vengono gonfiati dei palloncini precedentemente preparati, con un contenuto misterioso, e ogni partecipante lega il palloncino alla gamba con una cordicella.

### E come segnale di partenza, lo scoppio di un palloncino

Più o meno allo stesso momento e alla medesima mattina, a circa 180 chilometri di distanza in linea d'aria, ossia in Appenzello e più precisamente ad Herisau, altre 37 persone stanno facendo la stessa cosa coi palloncini, nell'ambito del medesimo Workshop. Divisi in due gruppi e sotto la direzione delle monitorici Manuela Gerig e Melanie Fussen, anche qui tutti hanno lo stesso scopo: scambiarsi esperienze, conoscersi e imparare il meglio per il lavoro con i bambini e i giovani.

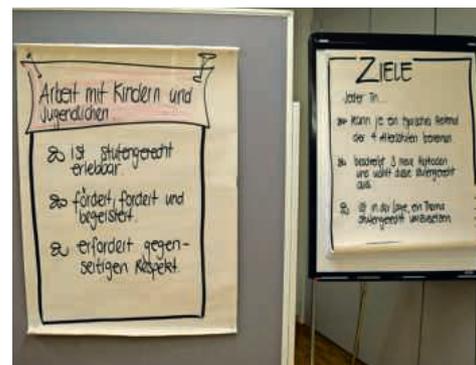
Nei gruppi più grandi di Herisau, le dinamiche e l'ambiente stentano a «scaldarsi»; cosa che riesce invece più velocemente nel piccolo gruppo in Romandia. Ma tutto cambia improvvisamente al primo fragoroso scoppio di un palloncino. Il «ghiaccio» si rompe e non vi sono più ritenzioni: sia in Romandia come ad Herisau, l'atmosfera si fa distesa e ogni partecipante divertito si lancia alla caccia del palloncino dei compagni per farlo scoppiare. E non c'è pace fin che tutti quanti i palloncini sono fatti scoppiare. Con i pezzi di puzzle che

erano nascosti al loro interno e che recando delle domande, i partecipanti iniziano così la prima vera discussione di gruppo.

Nelle successive intense discussioni, si trattano e approfondiscono i diversi aspetti del lavoro con i bambini e con i giovani. Dapprima tra i partecipanti viene discusso il giusto approccio con i giovani a dipendenza della loro età e si pongono domande sulla motivazione da ambo le parti come pure sul rispetto reciproco; il tutto viene poi discusso nel gruppo disposto a cerchio. A colpire, è la profondità delle discussioni e delle osservazioni che scaturiscono, grazie ad esempi e aneddoti della vita e attività di tutti i giorni come pure legati all'esperienza samaritana dei partecipanti stessi.

### Imparare a fissare dei limiti

Durante il Workshop il lavoro d'insieme è continuato con un gioco con delle palline. Su ogni pallina è scritta una parola chiave. La pallina non viene gettata ma serve per aiutare la memoria a fissare dei pensieri poiché in questo gioco sono molte le cose che possono passare per la testa. I contenuti che verranno discussi ruotano attorno a temi come «curiosità», «energia», «motivazione», «fissare i limiti», «fil rouge», «contatti fisici», «movimento», «metodi», «gioia», «essere compa-



Incoraggiare e incitare.

gni» o «prendere sul serio». I risultati di questo gioco sono molteplici. Lo scambio di opinioni richiede molto tempo dato che vengono

discusse alcune tematiche che possono essere fonte di problemi e che possono essere frequenti nei gruppi giovanili, come ad esempio la gestione del contatto fisico tra e con i bambini quando quest'ultimi crescono; oppure domande su come affrontare i conflitti oppure ancora sulla grande sfida posta ai monitori giovanili, chiamati ad essere sempre autentici.

A colpire, di nuovo, nelle discussioni, è il fatto che il tema del «rispetto» torna in modo ricorrente. È la conferma che uno degli aspetti più importanti del lavoro con i giovani è il rispetto reciproco, cosa che tuttavia non può essere data per scontata. Al contrario, il rispetto per sé e per gli altri va sempre e in continuazione ricercato. Non lo si può solo pretendere, ma in prima linea lo si deve dare, ossia prendere sul serio gli altri, in questo caso mentre si dà voce ai bambini. Un altro elemento che crea un approccio rispettoso è il porre chiaramente i limiti: in un Gruppo giovanile samaritano regna certamente un ambiente di tipo familiare, ma questo non vuol dire che i monitori sono gli amici o i «compagni» dei bambini.

### Insegnare a livelli secondo le età

Nella foga di queste intense discussioni, il tempo passa molto velocemente; anche se i monitori giovanili cercano di fare attenzione a non essere ripetitivi, per alcune tematiche i concetti si sovrappongono e si ripetono. Prima della pausa pranzo, sia a Les Hauts-Geneveys che a Herisau, c'è ancora un'altra lezione da seguire che concerne l'importante questione del sapere quali esercizi e quali giochi proporre a seconda delle diverse età dei bambini e dei giovani.

Questa tematica viene elaborata attraverso un altro gioco nel quale i partecipanti devono assegnare una parola chiave tratta da un film al titolo del film corretto. In questo esercizio si mette in evidenza in modo ludico, chi è cresciuto e in quale periodo (decennio),

## Buono a sapersi

### «Lavorare con i bambini e i giovani» 2017

In Extranet sotto Formazione e corsi > Nuovo formazione quadri > Formazione Gioventù > Date 2017 trovate tutte le prossime scadenze e altre informazioni sul Workshop «Lavorare con i bambini e i giovani».

Per la lingua tedesca, la sede del Workshop è a Nottwil  
6 maggio 2017; 7 maggio 2017; 8 luglio 2017; 9 luglio 2017; 2 settembre 2017;  
3 settembre 2017

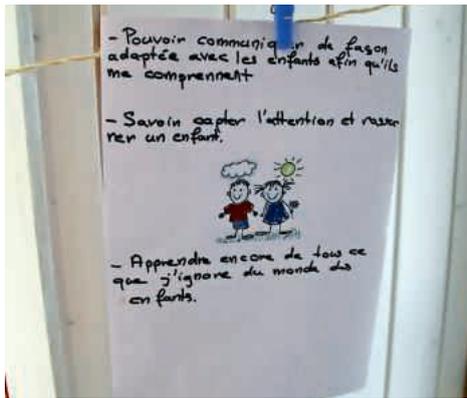
Per la lingua francese, la sede è a Gollion  
9 settembre 2017

Per la lingua italiana: in pianificazione.

dato che i diversi film scelti per l'esercizio appartengono ognuno ad una specifica generazione. Tutti i partecipanti si sono così stupiti nel constatare quanto semplice possa essere sperimentare sulla propria pelle cosa significa «non capire». Questa conoscenza può essere molto utile sia per sapersi meglio identificare negli altri che nella preparazione degli esercizi, avendo sempre chiaro in mente il tipo di «pubblico mirato». Il programma pomeridiano del Workshop ha messo in risalto un altro aspetto importante, ossia che l'uomo – a tutte le età – è essenzialmente un «Homo ludens», ossia una «persona portata al gioco» che sviluppa le sue capacità soprattutto attraverso il gioco. Durante la lezione, i partecipanti hanno appreso tutta una serie di giochi e di metodi creativi che potranno usare più tardi per la loro preparazione e strutturazione mirata (a seconda dell'età dei partecipanti) delle loro lezioni o esercizi. Uno dei numerosi esempi in questo senso è stato l'esercizio per apprendere o ripetere i numeri telefonici d'urgenza. Per il livello dei bambini della Scuola dell'infanzia, c'è una canzoncina ripresa sulla melodia di una nota canzone per bimbi. Per bimbi ancora più piccoli è stato escogitato un gioco con la radio, mentre per i livelli dei più grandini si gioca al «disegna i numeri sulla schiena». Per i più grandicelli ancora, i numeri combinati con le parole devono venir mimati.

### Una preziosa scatola degli attrezzi

Il Workshop «Lavorare con i bambini e i giovani» non è dunque del tutto nuovo: sono stati aggiornati i suoi contenuti; la sostanza non è cambiata. A cambiare tuttavia sono state le modalità della trasmissione delle conoscenze, poiché anche questo modulo di formazione si basa sulla nuova filosofia d'apprendimento della Federazione svizzera dei Samaritani. Al centro di questa filosofia vi è il fatto di lasciar



Alla ricerca di ispirazioni.

fare ai partecipanti secondo le loro esperienze ed avere la sensibilità che solo raramente per ogni compito vi è una soluzione perfetta.

In pratica i partecipanti al Workshop imparano che lavorare con persone giovani richiede molta flessibilità. Sia che si tratti di capire o far fronte ad eventi particolari o di adattare ad hoc il programma, in veste di monitore giovanile bisogna essere pronti ad ogni evenienza. Il Workshop ha pertanto fornito un'intera serie di «attrezzi», o meglio strumenti, di conoscenze, metodi e giochi.

Inoltre le conoscenze apprese in questo Workshop non sono utili solo per il lavoro con i bambini e i giovani: molti elementi sono infatti utilissimi agli adulti nella vita di tutti i giorni e nel lavoro quotidiano. Ad esempio il gioco con le palline descritto sopra può essere adattato ad ogni tema in ogni momento, sia come gioco in un campo giovanile oppure per stabilire delle regole o ancora per discutere di problemi complessi. Anche monitori giovanili più rodati e con esperienza alle spalle hanno potuto approfittare delle conoscenze trasmesse in questo Workshop, grazie proprio ai giochi e alle discussioni intense in merito pure al progetto di «Samaritano scolastico – Gli allievi imparano i Primi soccorsi».



I partecipanti di Les Hauts-Geneveys.

## Segretaria centrale

### Una nuova era

L'inizio di un Nuovo Anno porta sempre con sé tanti auguri da ogni dove; molte buone intenzioni, spesso ambiziose, in attesa di un nuovo e promettente inizio. Per alcuni si tratta semplicemente di una nuova pagina del calendario. Per altri, invece, si tratta di un punto di svolta. Per la Federazione svizzera dei Samaritani, il 2017 equivale all'inizio di una nuova era.

Infatti dalla fine dello scorso anno, la nostra Organizzazione è ufficialmente certificata dall'Interassociazione di salvataggio (IAS). Per quanto riguarda il nostro materiale didattico, abbiamo poi fatto definitivamente il salto nell'era digitale, mentre con le nuove formazioni per i quadri giovanili disponiamo ora di un'attrattiva per le future generazioni. Anche in altri settori della FSS abbiamo portato avanti o faremo ancora delle ristrutturazioni all'avanguardia.

Non è quindi per nulla presuntuoso affermare che tutti nostri membri si stanno addentrando in un nuovo terreno, parti in causa loro stessi di un enorme spinta innovativa, come sottolinea la presidente centrale Monika Dusong nel suo discorso dell'anno (vedi a p.4). Non tutti i progetti sono conclusi e molte cose devono ancora essere implementate. Tuttavia innovazione non significa solo cambiamento e a volte molto lavoro. Secondo le definizioni, innovazione vuol dire anche processo creativo, vuol dire migliorare e rinnovare l'esistente imparando molto in questo processo che può essere anche divertente e stimolante. Tutte cose che voi stessi apprezzate, come ho constatato parlando con tanti Samaritani. Vi auguro quindi



un ottimo inizio di Nuovo Anno e tante belle e nuove arricchenti esperienze!

Regina Gorza

Tante informazioni alla Giornata degli Ex

# Sguardo a ritroso su un anno turbolento

**È stato un piacevole e interessante scambio di opinioni quello vissuto lo scorso inizio di dicembre in un'accogliente atmosfera durante la tradizionale Giornata degli ex. Molte le notizie positive trasmesse agli invitati.**



Discorso di saluto da parte della presidente centrale Monika Dusong nella sala dei concerti dello Stadttheater di Olten.

La Federazione svizzera dei Samaritani ha accolto quasi 50 ospiti lo scorso inizio di dicembre nella suggestiva sala dei concerti dello Stadttheater di Olten per celebrare la tradizionale Giornata degli Ex. Come noto, si tratta di un appuntamento annuale e apprezzato dove si ritrovano in un ambiente conviviale e disteso tutti i soci onorari della FSS nonché gli ex membri del Comitato centrale e delle relative commissioni, gli ex presidenti delle Associazioni cantonali, gli ex capi istruttori e istruttrici come pure le collaboratrici e i collaboratori del Segretariato centrale che sono passati al beneficio della pensione. Oltre che a costituire un momento di incontro e di scambio di ricordi ed esperienze, la Giornata degli Ex rappresenta anche un'occasione per ricevere informazioni attuali sui progetti in corso e futuri nel mondo samaritano.

Dopo la piacevole accoglienza avvenuta grazie alle melodie multiculturali del trio «Contes et rondes», che ha creato una buona e calda atmosfera tra i presenti, la presidente centrale Monika Dusong ha espresso a tutti il suo benvenuto. Nel suo discorso di apertura,

quest'ultima non solo ha gettato uno sguardo sul turbolento anno che ci siamo appena lasciati alle spalle, ma ha trasmesso agli ospiti anche alcune notizie positive e rallegranti. Ad esempio, il fatto che dallo scorso novembre la Federazione svizzera dei Samaritani dispone ufficialmente della certificazione da parte dell'Interassociazione di salvataggio (IAS). Inoltre le nuove funzioni e i nuovi corsi di formazioni per i quadri giovanili sono stati rispettivamente implementati o iniziati con successo. Non da ultimo, il materiale didattico digitale per la formazione nei Primi soccorsi è pronto all'uso.

Proprio il nuovo materiale didattico digitale è stato uno dei temi delle parti informative

successive. Infatti con una breve dimostrazione, Christoph Meier – responsabile nella veste di capo progetto del nuovo materiale didattico presso il Segretariato centrale – ha mostrato i moderni strumenti di lavoro da ora a disposizione dei monitori per i vari corsi. Successivamente, Stephan Hoenner – capo del Settore Marketing e Comunicazione della FSS – ha illustrato il concetto futuro per i diversi mezzi e canali di informazione della FSS, tra cui in particolare l'Extranet e la rivista federativa «oggi Samaritani», e come gli stessi debbano essere coordinati e meglio strutturati affinché ogni Samaritano possa ottenere in modo funzionale tutte le necessarie e importanti informazioni. Infine Roger Hayoz del Team Gioventù e Sviluppo dell'organizzazione ha presentato la formazione per la nuova funzione di «Coach di Sezione», un anello di congiunzione o «interfaccia» importante tra i membri del Comitato sezionale e le Associazioni cantonali.

Testo e foto: Sonja Wenger



Gli scambi di ricordi e di aneddoti vissuti sono stati molti.

Si vedono spesso durante il Servizio medico-sanitario

## Parte 1 – Struttura generale di un'articolazione

# Lesioni del ginocchio, della gamba e del piede

**Le lesioni alle articolazioni delle estremità inferiori si verificano spesso durante le attività sportive. Di conseguenza, presso la postazione medico-sanitaria, i Samaritani sono regolarmente confrontati con questo tipo di problematica. In una serie suddivisa in tre parti, intendiamo pertanto dare ai Samaritani un mezzo ausiliario che permetta loro di valutare l'urgenza di ulteriori chiarimenti in presenza di lesioni del ginocchio, della gamba e del piede.**

**Testo: Dott. med. Florian Marti**

**Illustrazioni: Shutterstock**

I Samaritani che prestano il Servizio medico-sanitario, ad esempio in occasione di manifestazioni sportive, si confrontano regolarmente con le lesioni alle articolazioni delle estremità inferiori. Nell'assistenza di pazienti di questo tipo, hanno l'importante ruolo di trattare nel modo corretto anche gli infortuni irrilevanti, di riconoscere le lesioni più gravi e, all'occorrenza, di indirizzare le persone interessate a chi di dovere.

Quanto al grado di severità di una lesione, come anche in presenza di una malattia, per le samaritane e i samaritani si pongono le seguenti domande principali (in ordine crescente di urgenza):

1. la paziente/il paziente necessita di un trattamento?
2. il Samaritano può effettuare il trattamento da solo?
3. la paziente/il paziente deve recarsi dal medico di famiglia nei prossimi giorni?
4. la paziente/il paziente necessita immediatamente di cure mediche?
5. bisogna avvisare l'ambulanza della necessità di una terapia immediata?

Certamente non è facile rispondere a queste domande, né per i soccorritori non professionisti e neanche per gli specialisti del settore medico. Eppure, trovare la risposta corretta a queste domande è di grande importanza per i pazienti, nonché per il nostro sistema sanitario. Se una lesione irrilevante viene trattata direttamente da un Samaritano, il sistema sanitario può

risparmiare costi inutili e la persona infortunata evita spese supplementari superflue. Se invece una lesione grave viene ignorata, ciò potrebbe causare un danno alla salute della persona infortunata e generare di conseguenza elevati costi per il sistema sanitario.

In tre articoli, si vuole pertanto fornire ai Samaritani una panoramica dell'anatomia e delle possibili lesioni del ginocchio, della gamba e del piede, nonché discutere di come trattarle correttamente. Non ci si aspetta ovviamente che i Samaritani conoscano a memoria tutti i quadri clinici. Gli articoli possono senz'altro servire da opera di consultazione presso la postazione.

### Struttura generale di un'articolazione

In genere, un'articolazione è formata dalle seguenti strutture: due o più ossa che si incontrano in modo tale da consentirne il reciproco movimento. Sulle superfici articolari, le ossa sono rivestite di cartilagine, che permette il movimento reciproco delle ossa con il minimo attrito e, soprattutto, in modo indolore. L'articolazione è ricoperta da una capsula articolare, che racchiude il liquido sinoviale. Il liquido sinoviale provvede a ridurre ulteriormente l'attrito e l'usura della cartilagine, apportandole anche le sostanze nutritive. La capsula articolare stabilizza inoltre l'articolazione, che è la stessa funzione svolta dai legamenti e dalla muscolatura. Nell'articolazione del ginocchio, nello spazio intra-articolare, c'è il menisco, che riduce la pressione sulla cartilagine, proteggendola così dall'usura.

In caso d'infortunio, possono essere lesionate una o più strutture di un'articolazione per via di un carico eccessivo. Ad esempio, la troppa tensione esercitata su un'articolazione può causare lo stiramento dei legamenti e, se è ancora più forte, lo strappo. Una compressione può sollecitare eccessivamente l'osso, che viene così schiacciato. Dopo l'infortunio, in linea di principio, diventano dolorosi o non più funzionali anche quei movimenti che hanno provocato la lesione, poiché gravano sulle strutture lesionate. Se, ad esempio, il piede si piega con la pianta verso l'esterno, i legamenti interni vengono tesi in eccesso. Di conseguenza, sarà doloroso inclinare il piede verso l'esterno, poiché il peso graverà di nuovo proprio sulla struttura lesionata, ovvero il legamento interno. Conoscendo pertanto l'anatomia di un'articolazione, sarà possibile valutare quale sia la lesione del paziente attraverso la localizzazione dei dolori o della limitazione della funzionalità.

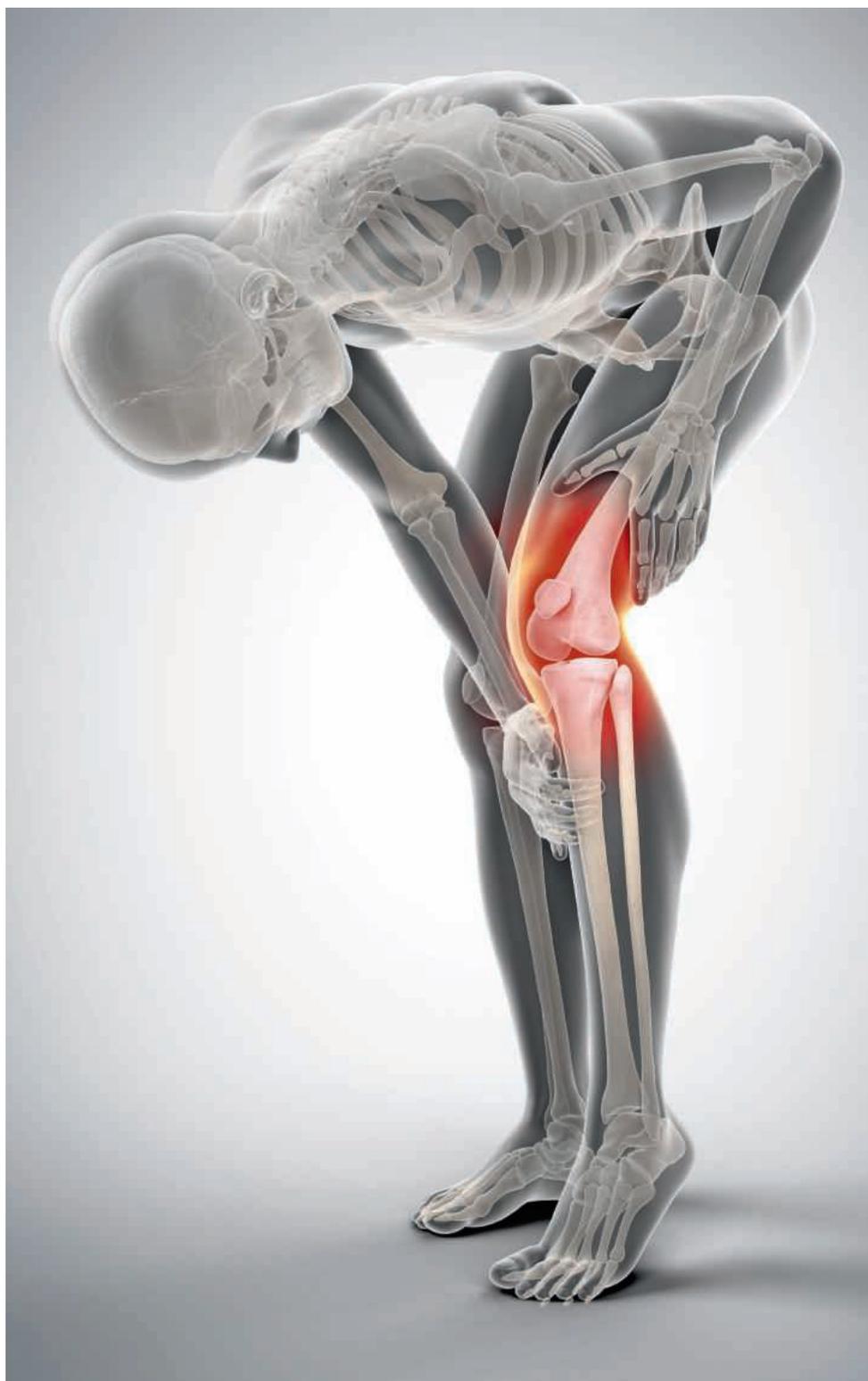
Naturalmente, nella pratica capita spesso che, dopo un infortunio, si avverta dolore sull'intero ginocchio o sull'intero piede e non si riesca immediatamente a esaminare né a valutare la lesione per via del gonfiore. È quindi importante stimare con quale urgenza la persona infortunata deve recarsi dal medico. Il tema di questo articolo è appunto questo.

### L'articolazione del ginocchio

Le ossa coinvolte nell'articolazione del ginocchio (vedere fig. 1) sono tre: la tibia (tibia), il femore (femur) e la rotula (patella).

La tibia forma un piano (piatto tibiale) sul quale decorrono le superfici articolari cilindriche del femore. La rotula mantiene in posizione corretta il robusto tendine del muscolo della coscia (tendine del quadricipite) ed è collegata alla tibia in direzione del piede attraverso il cosiddetto tendine patellare. Nello spazio intra-articolare si trovano due menischi: il menisco esterno (laterale) e il menisco interno (mediale). I

legamenti crociati rendono stabile il ginocchio. Il legamento crociato anteriore impedisce lo scivolamento in avanti della tibia rispetto al femore, mentre il legamento crociato posteriore lo scivolamento indietro. I robusti legamenti collaterali evitano il cedimento laterale della gamba. È la stessa funzione svolta dal legamento collaterale esterno, che permette alla gamba di piegarsi verso l'interno e viceversa.



Una bagatella o una lesione grave?

## Glossario

In questo articolo, sono state volutamente utilizzate espressioni specialistiche mediche. La loro conoscenza permette una comunicazione migliore con gli specialisti del settore medico. Inoltre sono molto simili ai termini corrispondenti di molte lingue straniere. Il glossario deve fungere da opera di consultazione.

- laterale:** posto sul lato esterno
- mediale:** posto sul lato interno
- Ligamentum (abb.: lig.):** legamento (ad es. legamento crociato, legamento collaterale, ligamentum tibiofibulare che tiene insieme la tibia e la fibula)
- Femur:** femore
- Tibia:** tibia
- Fibula:** perone
- Talus:** astragalo
- Calcaneus:** calcagno
- Distorsione:** torsione (ad es. del piede)
- Rottura:** lacerazione (ad es. di un legamento o di un tendine)
- Frattura:** frattura (di un osso)
- Terapia operatoria:** operazione
- Terapia conservativa:** nessuna operazione bensì, ad es., stecca, gesso, fisioterapia ecc.

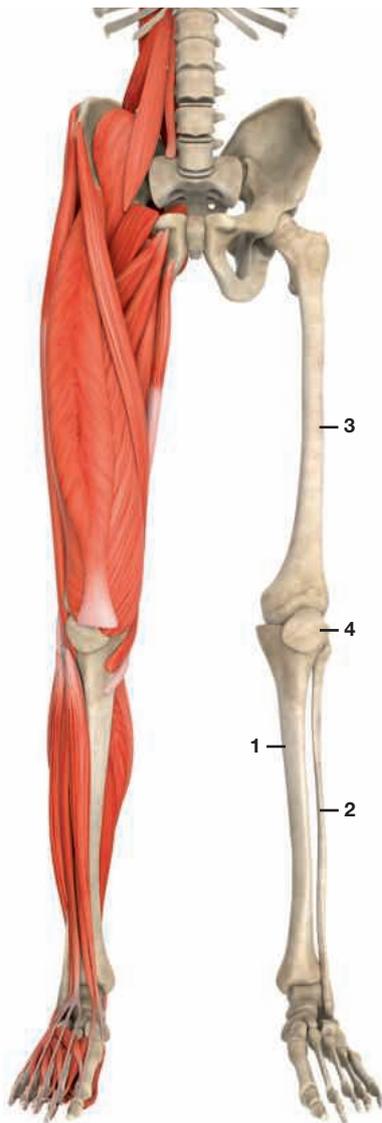
Quando il ginocchio è disteso, la capsula articolare è tesa e dà ulteriore stabilità.

Il perone (fibula) è collegato all'estremità superiore della tibia, ma non fa parte dell'articolazione.

### La caviglia

La caviglia (vedere fig. 2), detta anche articolazione tibio-tarsica, comprende l'articolazione tibio-tarsica superiore e inferiore. Fanno parte dell'articolazione le due ossa della gamba (parte interna della tibia, parte esterna del perone), che poggiano sull'astragalo (talus).

Anche la tibia e il perone sono tenuti insieme da un legamento (ligamentum tibiofibulare). L'astragalo forma con il calcagno (calcaneus) l'articolazione tibio-tarsica inferiore. I legamenti sul lato interno collegano la tibia alle ossa del piede, mentre esternamente si estendono dal perone alle ossa del piede (calcaneus e talus). È possibile palpare il tendine di Achille poiché si tratta di una larga fascia di tessuto. È attaccato al calcagno e permette di stare in punta di piedi.



Le articolazioni delle estremità inferiori sono spesso soggette a lesioni durante le attività sportive.  
Nelle immagini sopra: 1 tibia, 2 fibula, 3 femore e 4 la rotula.

## Buono a sapersi

### *Numerose possibilità di lesioni*

La sollecitazione eccessiva di una struttura articolare può provocarne la lesione. Dopo l'infortunio, tale carico procura dolore alla persona infortunata e/o viene meno la funzione articolare in questione. È quindi possibile risalire alla struttura lesionata in base ai dolori avvertiti.

#### *Strutture anatomiche del ginocchio*

Nel ginocchio esistono sei strutture specifiche, che possono essere lesionate: tibia/femore/rotula, legamenti collaterali, legamenti crociati, capsula, menischi, muscoli e relativi tendini.

#### *Strutture anatomiche del piede*

Nel piede esistono le sei strutture seguenti: tibia, perone, legamenti esterni, legamenti interni, ligamentum tibiofibulare (tiene insieme la tibia e il perone), muscoli e relativi tendini.

Una lesione non riconosciuta, per via della conseguente funzionalità compromessa, può danneggiare irreversibilmente le strutture articolari e portare a lungo termine a disturbi gravi come, ad esempio, l'artrosi.

### Informazioni generali sulle lesioni

In linea di massima, le lesioni possono essere classificate in base al grado di severità e all'urgenza della loro necessità terapeutica. Risultano pertanto quattro categorie: lieve/innocua – non urgente  
lieve/innocua – urgente  
grave/seria – non urgente  
grave/seria – urgente

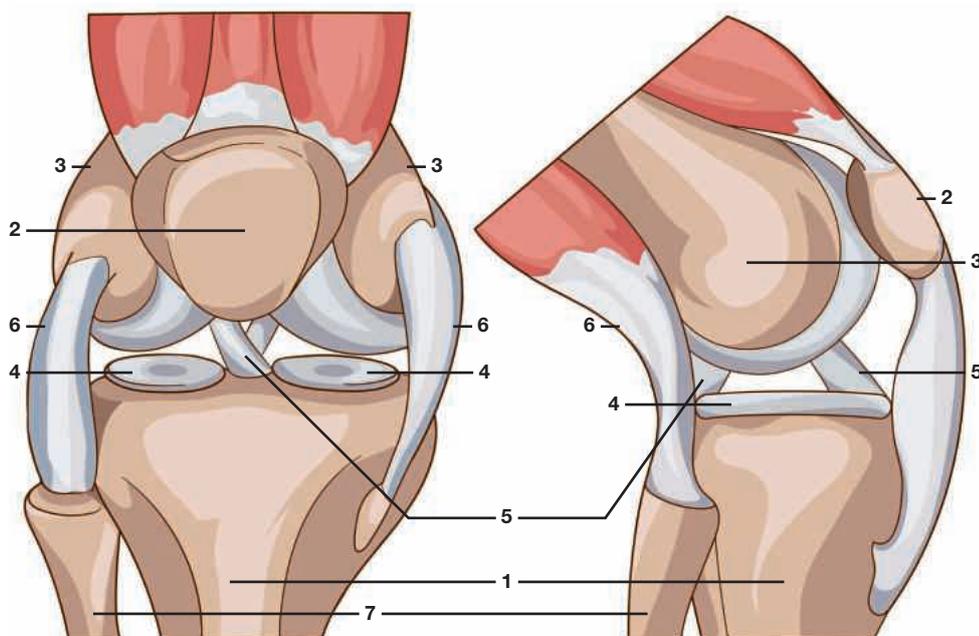
Possono dunque esserci lesioni lievi che necessitano di una terapia immediata, come ad esempio una ferita da taglio che deve essere medicata. In un certo qual modo, la lesione non è grave, ma deve essere trattata nell'arco di sei ore con le strisce di sutura adesive dal samaritano, oppure suturata da un medico.

Esistono invece lesioni che non necessitano di alcuna terapia immediata, malgrado siano gravi. La lacerazione del crociato rientra in questa categoria. Si tratta sì di una lesione seria, ma un'operazione immediata non è necessaria.

La suddivisione delle lesioni in queste categorie ha una grande importanza per le ulteriori cure a cui sottoporre le persone infortunate. Le lesioni non urgenti vengono valutate al meglio nei giorni successivi dal medico di famiglia. Le lesioni da curare con urgenza devono essere trattate senza indugi. Se non è possibile farlo presso il Servizio sanitario, il paziente deve recarsi urgentemente dal medico. Lo stesso vale se l'urgenza viene evidenziata solo attraverso l'ulteriore diagnostica.

*Nella prossima edizione n. 2/2017 di «oggi Samaritani», leggete la Parte 2 – Lesioni del ginocchio e, nell'edizione n. 3/2017, la Parte 3 – Lesioni del piede.*

*Un sentito ringraziamento va al Dott. med. Andrej Isaak, FMH chirurgia e chirurgia vascolare, per la revisione specialistica del manoscritto.*



- **L'articolazione del ginocchio vista dal davanti (a sinistra) e di lato (a destra):**  
1 tibia, 2 rotula, 3 femore, 4 menisco, 5 legamenti crociati, 6 legamenti collaterali e 7 fibula.

## Batterie scariche ?

3000 terapisti e terapeuti vi forniscono di energia alternativa.

# Al centro ci sono il lavoro e l'impegno delle samaritane e dei samaritani

**Le samaritane e i samaritani sono rappresentati ovunque in Svizzera e, con il loro lavoro, prestano un contributo prezioso per la nostra società: impartiscono corsi in primi soccorsi, prestano servizi medico-sanitari, collaborano nelle azioni di donazione del sangue e nelle raccolte di indumenti usati e sono partner importanti per i servizi di salvataggio istituzionalizzati. Le samaritane e i samaritani, e il loro instancabile impegno, sono i messaggi principali della Colletta dei samaritani di quest'anno, che si svolgerà dal 21 agosto al 2 settembre.**

Come ogni anno, le sezioni possono organizzare collette con liste, in strada o tramite conto. Di seguito è riportata la panoramica e la presentazione del materiale pubblicitario che avete a disposizione per la Colletta.

## Giornale della Colletta

Il Giornale della Colletta fornisce informazioni sul lavoro samaritano e mostra alle donatrici e ai donatori per chi e per cosa vengono impiegate le loro donazioni. Inoltre ci si occuperà del lavoro svolto dalle sezioni samaritane in modo più completo e approfondito. Ad esempio, sulla base di un reportage o di un rapporto d'intervento, si racconterà di quali siano i vantaggi locali e sociali scaturiti dall'impegno e dalle prestazioni delle samaritane e dei samaritani. Nel Giornale della Colletta, si farà riferimento anche ai corsi, ai servizi medico-sanitari e alle altre prestazioni, come le raccolte di indumenti usati o i servizi di assistenza. L'appello a fare una donazione della Presidente della Confederazione sottolineerà in questo caso l'impegno delle samaritane e dei samaritani. Naturalmente, non mancheranno una pagina di indovinelli con il concorso e una nuova offerta per la farmacia.

## Conoscenze e consigli

Insieme al Giornale della Colletta, che fornisce ragguagli sul lavoro e sui vantaggi sociali delle samaritane e dei samaritani, c'è un libretto tascabile che riassume in modo compatto conoscenze e preziose informazioni: cosa fare in caso di avvelenamenti, sangue dal naso, di-

sturbi cardiocircolatori; come procedere in caso d'emergenza o come prestare i primi soccorsi in presenza di una ferita da taglio. Questi sono solo alcuni dei temi che saranno ripresi e riportati, in modo conciso e chiaro, su «Conoscenze e consigli». Con questo pratico libretto tascabile distribuito gratuitamente, mostriamo da un lato le nostre conoscenze specialistiche e, dall'altro, le donatrici e i donatori potenziali ne traggono un vantaggio diretto, poiché trasmettiamo loro le nostre conoscenze.

## Articoli da distribuire: pastigliette di glucosio o set di cerotti

A voi la scelta! Pastigliette di glucosio

o set di cerotti. Con questi piccoli articoli da distribuire, dei quali le donatrici e i donatori potenziali traggono un vantaggio diretto anche solo in minima parte, create un momento positivo.

Inoltre, anche nel 2017, le sezioni hanno a disposizione manifesti, annunci riempitivi, documentazioni per la stampa, nonché un modello di lettera per la Colletta tramite conto.

*Per la Colletta tramite conto, unire le forze e ridurre dispendio e costi: considerate a riguardo l'articolo nella brochure della Pianificazione 2017, nonché il sondaggio nell'Extranet.*

---

## Scadenze

- **Fine gennaio 2017:** spedizione e attivazione del modulo d'ordine e della Guida della Colletta sull'Extranet
- **A partire dal 20 febbraio 2017:** attivazione del Giornale della Colletta, «Conoscenze e consigli», modello di lettera per la Colletta tramite conto, nonché visualizzazione d'articoli da distribuire sull'Extranet
- **Entro il 31 marzo 2017:** ordinazione della documentazione della Colletta (dopo il 31 marzo non sarà più possibile ordinare alcun gadget)
- **Settimana 26:** consegna della documentazione della Colletta
- **Settimana 27:** attivazione annunci riempitivi e documentazione per la stampa sull'Extranet
- **Settimana 32:** consegna della documentazione della Colletta
- Parallelamente saranno inviate informazioni ai responsabili della comunicazione e agli incaricati della Colletta tramite circolare e Newsletter

Il settore Marketing e comunicazione sarà lieto di fornire consulenza alle sezioni in merito ai vantaggi e agli svantaggi dei vari tipi di Colletta. Restiamo a vostra disposizione anche per suggerimenti e domande: [marketing@samariter.ch](mailto:marketing@samariter.ch)

Documentazione dalla fine di gennaio 2017 su: [Extranet > Marketing > Colletta](#)

---



2016



Anche nel 2017, le samaritane e i samaritani danno un volto alla documentazione della Colletta. Sono loro che sono dietro all'importante lavoro del movimento samaritano, da cui ogni singola persona in Svizzera può trarre vantaggio. Facendo una donazione al movimento samaritano, si può prestare un prezioso contributo per la società.

Abbiamo volutamente portato avanti la campagna dell'anno scorso con soggetti nuovi, promuovendo così un più forte consolidamento del marchio e del messaggio.

**Cerchiamo voi!**

Per realizzare la documentazione della Colletta, cerchiamo samaritane e samaritani di tutte le zone del Paese e dalle professioni più disparate.

L'ideale è permetterci di fotografare le samaritane e i samaritani mentre svolgono la propria attività in tenuta da lavoro (ad es. la cuoca in cucina o il falegname in officina...). Le riprese fotografiche sono programmate a partire dal 23 gennaio fino alla fine di marzo 2017.

Se volete dare un volto come protagonisti o protagoniste al movimento samaritano, contattate il settore Marketing e comunicazione all'indirizzo e-mail: [marketing@samariter.ch](mailto:marketing@samariter.ch)

Grazie.

Bozza 2017

(foto e contenuto ancora in fase di elaborazione)

George Scherer, presidente dell'Associazione cantonale di Glarona

## Assegnare le varie responsabilità in modo consapevole

**In soli 9 mesi, George Scherer ha già cambiato diverse cose nell'Associazione cantonale di Glarona. Le sue priorità sono quelle di lavorare in modo trasparente e di fare in modo che gli altri possano decidere e lavorare in maniera indipendente.**

Testo e foto: Sonja Wenger

Una conversazione con George Scherer ha effetti calmanti: calmo nel trasmettere le cose, eloquente nell'esprimersi e con le idee chiare su cosa c'è da fare: così ci appare il 48enne presidente glarone di Samaritani che ha alle spalle quasi tre decenni di carriera come Samaritano, monitore, presidente sezionale e ora, dalla scorsa primavera, anche presidente dell'Associazione cantonale glarone.

Lo incontro durante il suo lavoro all'Ospedale Waid a Zurigo dove è capo gruppo dell'infrastruttura del reparto medico. Appare rilassato anche se durante la nostra conversazione il suo telefono squilla più volte. E con naturalezza ci racconta cosa ha potuto fare negli scorsi nove mesi passati alla testa dell'Associazione cantonale, e non solo per quanto riguarda le nuove formazioni per le diverse funzioni quadro della FSS.

«Con le nostre sole 16 Sezioni, nel 2016 abbiamo messo in piedi, come Associazione, dei corsi per aziende con quasi 300 partecipanti in totale», afferma Scherer. A ciò si aggiungono i corsi per la popolazione organizzati dalle Sezioni, i Servizi sanitari e ovviamente ci sono stati i corsi «passerella» dei monitori e delle monitorici. «Anche se all'inizio qualcuno voleva abbandonare l'attività, alla fine siamo riusciti nell'intento di convincere quasi tutti a restare e a continuare con noi.» Secondo Scherer, quanto successo ha permesso di ottenere una sorta di inventario dettagliato dei monitori, ossia sapere quanti ne servono all'Associazione e con quali precisi livelli IAS. «E inoltre, per tutti quelli che hanno difficoltà o erano titubanti nell'utilizzo del computer, abbiamo creato un apposito gruppo di aiuto e supporto.»

### Nessuna eredità facile

Ma non è tutto: dopo lunghi anni di collaborazione irregolare con l'Associazione cantonale della Croce Rossa svizzera, recentemente le due parti – CRS e Associazione glarone – hanno trovato un buon accordo di collaborazione. «Ora c'è un accordo anche con Texaid», spiega Scherer, per il quale tuttavia la cosa più importante è un'altra: «abbiamo aggiornato e adattato i nostri statuti cantonali che sono

stati approvati dall'assemblea straordinaria dei delegati lo scorso mese di novembre.»

Questi nuovi statuti portano parecchi cambiamenti nell'Associazione, osserva Scherer, poiché ora i diversi responsabili di settore possono decidere autonomamente nell'ambito dei loro budget quadro. Anche il regolamento delle spese deve essere adattato e aggiornato. «Le finanze devono essere regolate in modo trasparente.»



**George Scherer sa mantenere i nervi saldi e non si lascia prendere dalla fretta.**

Tanti fatti in poco tempo, insomma. E questo anche se George Scherer non ha ricevuto una facile eredità: il suo predecessore Jacques Küng, infatti, nel corso di ben quattro decenni aveva impresso in modo marcato uno stile di gestione tutto suo all'Associazione cantonale glarone. Per questa ragione, per lungo tempo non si trovava nessun successore disposto a prendere le redini dell'organismo cantonale. E questo fino alla nomina di Scherer, che nel 2015 si è dichiarato pronto a compiere questo importante passo.

«Dopo più di 20 anni di attività come presidente di Sezione, sapevo esattamente a cosa andavo incontro», afferma, aggiungendo che non si tratta poi di un'eredità così difficile come parecchi sostengono: «Jacques Küng ha creato molte cose positive e grazie alle sue visioni e alla sua lungimiranza, ha dato origine a delle strutture che ancora oggi funzionano egregiamente e che spesso hanno carattere addirittura innovativo.» Ed è stato grazie alla sua intensa collaborazione con il Settore

formazione della Federazione svizzera dei Samaritani che, fino ad alcuni anni fa, nell'Associazione cantonale di Glarona hanno potuto essere provati dei corsi di formazione. Che per un Corso soccorritori necessitassero due monitori, era da tempo ovvio a Glarona. Anche nei settori del lavoro con i giovani e della promozione della gioventù, Küng ha portato avanti proposte e realizzazioni importanti.

### Arrivato in Sezione per caso

Jacques Küng ha quindi lasciato molto sul quale ora George Scherer può continuare a costruire. Tuttavia, alcuni membri dell'Associazione hanno dovuto dapprima abituarsi al suo nuovo modo di lavorare e di condurre, ammette George sorridendo. E come ci è riuscito? «Grazie a una comunicazione aperta e schietta e a una chiara distribuzione delle diverse competenze e responsabilità.» Scherer si descrive come una persona che desidera in prima linea permettere agli altri di esercitare in modo ottimale le loro specifiche funzioni.

Questa filosofia di vita lo accompagna non solo in Associazione, ma anche nella Sezione e nel suo lavoro. Le cose più importanti per lui sono il fatto di condividere e trasmettere le conoscenze, di creare strutture e soprattutto di poter cambiare qualcosa laddove è possibile. E questo sia nel mondo samaritano, che nel Corpo Pompieri o ancora nella Salvataggio sul Walensee, ambiti nei quali lui è molto attivo. I suoi interessi sono infatti molto variati.

Scherer racconta infine che il suo arrivo tra i Samaritani è stato piuttosto casuale. Le sue prime esperienze nel mondo sanitario come pure in veste di monitore e formatore le ha fatte tra gli scout, tra i quali si esercitavano pure le conoscenze sui Primi soccorsi. Nel corso dell'apprendistato di montatore elettricista, gli è poi stato concesso di svolgere la formazione di sanitario aziendale (paramedico). La vera via verso i Samaritani l'ha trovata però solo grazie alle indicazioni della monitorice del corso per sanitario aziendale. Appena arrivato tra i Samaritani, ha subito intrapreso la carriera verso funzioni dirigenziali. Da allora sono passati 30 anni. E George Scherer non ha perso proprio nulla della sua originaria curiosità e voglia di fare, con le quali ha svolto il suo primo intervento. ●

ASSTM, tutti gli appuntamenti importanti del nuovo anno

## Programma 2017 dell'ASSTM

Martedì	gen.-feb.	Formazione a livello di zone (data stabilita)
Martedì	7 marzo	Serata informativa gruppo SIM <sup>1</sup>
Domenica	12 marzo	1ª giornata monitori (obbligatoria)
Domenica	26 marzo	Assemblea dei Delegati di Sezione a Biasca
Sabato	1 aprile	Formazione Samaritani SIM
Giovedì	11 maggio	Riunione semestrale Locarnese a Gordevio
Mercoledì	17 maggio	Riunione semestrale Mendrisiotto a Stabio
Giovedì	18 maggio	Riunione semestrale Sezioni Tre Valli a Cresciano
Martedì	23 maggio	Serata monitori a Manno, «Stop Ictus»
Sabato	17 giugno	Assemblea dei Delegati FSS a Einsiedeln
Lu.-Sa.	21 ago.-2 sett.	Periodo della Colletta Samaritani
Do	10 settembre	Convegno Regionale Locarnese a Loco
Sabato	16 settembre	Convegno Cantonale HELP
Sabato	23 settembre	Attività CRS Lugano (100 anni)
Sabato	1 ottobre	Workshop all'Alpe Vicania per CC e CQ
Gio.-Sa.	3-5 novembre	Formazione monitori gioventù (modulo 1)
Domenica	12 novembre	2ª giornata monitori
Domenica	26 novembre	Conferenza dei presidenti sezionali

<sup>1</sup> Gli interessati al gruppo (senza impegno) si annunciano scrivendo a [sim@asstm.ch](mailto:sim@asstm.ch)

Versione aggiornata del calendario sul sito: [www.samaritaniticino.ch](http://www.samaritaniticino.ch)

### Biasca

## Un nuovo veicolo e un'interessante conferenza sulla donazione degli organi

Lo scorso mese di novembre, la Sezione Samaritani di Biasca ha organizzato una piccola cerimonia alla quale sono stati invitati i titolari delle ditte che con la loro pubblicità hanno sponsorizzato il nuovo veicolo che la società «Fortuna Sportwerbung AG» ha messo a disposizione della Sezione per il suo importante servizio offerto alla popolazione delle Tre valli e del Bellinzonese attraverso i collaboratori e i volontari del Servizio Trasporto Persone Bisognose; un settore – questo – molto significativo dell'attività dei Samaritani del Borgo.

Dopo la consegna del veicolo, la Sezione ha organizzato un'interessante conferenza sulla donazione degli organi tenuta da Eva

Ghanfli, membro dell'«Associazione Insieme per ricever e donare», che era accompagnata da due ospiti che hanno raccontato al pubblico presente la loro esperienza diretta di donatore e di ricevente: dapprima Francesco, un papà che alla morte della giovane figlia ha acconsentito all'espianto dei suoi organi; e in seguito Andrea, che da persona sana si è ammalata, ma che fortunatamente ha potuto essere salvato grazie a un donatore sconosciuto che aveva deciso di donare i suoi organi. Un'altra esperienza di vita è stata raccontata da una partecipante presente tra il pubblico, la quale ha ricevuto un organo dopo essersi malata durante la gravidanza. L'organo donato le permette ora di vivere pienamente la sua vita.

L'oratrice Ghanfli ha suscitato l'interesse del pubblico e lo ha accompagnato in un percorso che è partito dalla vita e dalle sue vicissitudini, consapevoli che ogni individuo sano può ammalarsi, per ritornare alla vita dopo aver ricevuto il dono di un organo sano. Fare un riassunto di quanto esposto durante la serata è particolarmente difficile: si correrebbe il rischio di dimenticare qualcosa di fondamentale. Un fatto è però certo: la signora Ghanfli ha saputo intrattenere il pubblico in modo esemplare e per un buon scopo.

In ragione dell'importanza di questa tematica si coglie l'occasione per evidenziare che l'informazione è la via migliore affinché ognuno possa decidere con cognizione di causa.



La presidente della Sezione T. Zamperini (al centro) con i colleghi di comitato, gli sponsor e i volontari.

La Sezione

Mesocco e Soazza si sono aggregate; nuova presidente Carmen Lombardini

## L'unione fa la forza!



Il neo costituito comitato con Renato Lampert, vice presidente FSS a destra e Nicodemo Cannavò, presidente a.i. ASSTM, primo a sinistra.

Con tanta gioia ed emozione, sabato 3 dicembre scorso alle 16.00 le Sezioni Samaritane di Mesocco e di Soazza si sono unite fondando la nuova Sezione Samaritani Alta Mesolcina. Alla costituzione della neo-Sezione aggregata erano presenti oltre 30 soci in provenienza dalle due ex Sezioni.

Durante l'assemblea di fondazione, il comitato e l'assemblea stessa hanno avuto il privilegio di ricevere la visita e di ascoltare i discorsi di graditi ospiti provenienti dal mondo politico dell'Alta Valle, come pure dal Comitato centrale della Federazione svizzera dei Samaritani (FSS) che, attraverso il vice presidente Renato Lampert, ha voluto sottolineare la bontà di questa fusione ed esprimere soddisfazione per questo importante momento e auguri alla neo Sezione. Erano pure presenti anche dei membri dell'Associazione Sezioni Samaritane Ticino e Moesano (ASSTM).

«L'avvenire è la porta, il passato ne è la chiave»: è con questa bella e significativa citazione di Victor Hugo che la neoletta presidente

Carmen Lombardini ha voluto iniziare il suo discorso. Carmen ha elogiato il lavoro fatto dalle nostre genti dal 1939, data di fondazione dell'allora Sezione Samaritani Mesocco e Soazza, e il lungo e impegnativo lavoro di preparazione per arrivare al giorno della fusione. La neo presidente si è pure complimentata con i suoi 30 soci attivi, vere e proprie colonne portanti di un movimento molto presente, quasi in maniera capillare, nell'Alta Valle. Varie sono le forme con le quali il Samaritano manifesta ed esprime il suo aiuto, sia in modo pratico che con il cuore.

Dopo aver superato tutte le necessarie procedure burocratiche, le votazioni e le approvazioni, i presenti all'assemblea hanno infine potuto assaporare un meritato e delizioso aperitivo preparato dal personale della Biblioteca del Centro culturale di Soazza. La Sezione ha inoltre ricevuto la benedizione da parte di Padre Marco Flecchia.

Sono tutti ottimi presupposti, questi, che coronano un sogno da tanto tempo rimasto nel cassetto.

Alle colleghe e ai colleghi del neo comitato e a tutti membri della nostra Sezione, auguro ogni bene per il futuro e che lo Spirito samaritano non ci abbandoni mai.

**Maurizio, Sezione Samaritani Alta Mesolcina**



Molti sono i giovani nella nuova Sezione Samaritani Alta Mesolcina.



La bella e folta formazione dei Samaritani uniti: Mesocco e Soazza assieme.

Blenio-Alta Valle

## In ricordo di Oscar Tami

**Oscar è stato per oltre un quarto di secolo il trascinatore e l'emblema dell'attività samaritana dell'Alta Valle di Blenio, trascinatore e promotore del primo servizio ambulanza.**

Oscar Tami ci ha lasciati lo scorso 12 dicembre all'Ospedale di Acquarossa. Aveva 81 anni. Egli è stato, come altri suoi colleghi che lavoravano per le Officine idroelettriche di Blenio, una di quelle persone che si è subito messa a disposizione della comunità locale: monitore samaritano, fuere del Corpo Pompieri, membro della colonna di soccorso della SAT Lucomagno e musicista del Corpo Musicale di Olivone.

Una delle sue grandi passioni erano proprio i Samaritani: monitore dal 1967, nel 1969 è diventato presidente della Sezione dell'Alta Valle che ha guidato fino al 18 marzo del 1994, quindi per 25 anni; da quella data è stato acclamato presidente onorario della Sezione.

Proprio all'inizio della sua presidenza è scaturita l'idea di dotare l'Alta Valle di un servizio di autoambulanza. Si trattava allora di far capo unicamente al volontariato, cercando di impartire la formazione indispensabile per un compito tanto delicato e di responsabilità. Le grandi opere idroelettriche e l'inizio dell'attività delle stazioni sciistiche avevano evidenziato la necessità di avere in loco un servizio confacente per il trasporto di malati e infortunati. Generoso ed entusiasta, Oscar è sempre stato il Capo servizio e il fatto di assicurare sull'arco di molti anni – ben 25 – un picchetto d'intervento non è stata cosa facile. Ai suoi famigliari, parenti e amici, i Samaritani assicurano un gradito ricordo dello scomparso. Il suo nome rimarrà iscritto fra l'elenco dei sostenitori dell'attività samaritana della Valle di Blenio.



• Oscar Tami durante un corso del 1975.

g.c.

Quando uscirà «oggi Samaritani» il prossimo anno

## Piano 2017 di pubblicazione della rivista

**Edizione      Giorno di pubblicazione**

1/2017	11 gennaio 2017
2/2017	8 febbraio 2017
3/2017	15 marzo 2017
4/2017	19 aprile 2017
5/2017	24 maggio 2017
6-7/2017	28 giugno 2017
8/2017	16 agosto 2017
9/2017	20 settembre 2017
10/2017	25 ottobre 2017
11-12/2017	29 novembre 2017
1/2018	10 gennaio 2018

Termine di consegna degli articoli alla redazione di lingua italiana: sempre il 15 del mese per il mese dopo all'indirizzo mail: mara.maestrani@vallediblenio.ch; o all'indirizzo postale indicato nell'Impressum a pagina 3 di questa rivista. •

## Colonna

### Parlando di «grandi» e «piccini»...

Forse ve lo siete già chiesti una volta: ma per quale motivo tutto questo è buona cosa? Non dovrete magari passare il vostro tempo libero in modo diverso, o con la famiglia e gli amici invece di impegnarvi nel volontariato? Anch'io mi sono posto queste domande, precisamente dopo un fine settimana molto intenso dedicato ai Samaritani.

La risposta a questa domanda, tuttavia, è sorprendentemente semplice. Ogni volta che visito o partecipo a un esercizio degli Help e vedo i lampi di entusiasmo negli occhi dei bambini, so di nuovo esattamente il motivo per il quale mi impegno per i Samaritani. I giovani e giovanissimi assimilano con grande attenzione e divertimento le conoscenze loro trasmesse dagli adulti. Ma anche gli occhi dei grandi, degli adulti, brillano quando riescono a spiegare e a insegnare qualcosa ai bambini. Nella Strategia 2020 della Federazione svizzera dei Samaritani, abbiamo nominato la Gioventù tra le «Iniziative faro». Questa iniziativa dovrebbe brillare proprio come gli occhi di «grandi» e «piccini», e non solo a partire dal 2020. Ma per fare ciò occorrono l'impegno e la comprensione di tutti noi. Non serve a nulla sostenere pieni di entusiasmo i giovani, ma dimenticare nel contempo i soci di Sezione più anziani. Chi, se non proprio loro, sa trasmettere agli Help le conoscenze samaritane? E non deve neanche succedere che i Gruppi Help lavorino in contrapposizione alle Sezioni. I giovani possono imparare molto dai più anziani, e viceversa. Gli uni hanno idee audaci e sono animati dalla ribellione dell'età, gli altri hanno la necessaria



esperienza. Lavorando assieme possono far scaturire il meglio.

**Rolf Imhof,**  
membro del  
Comitato  
centrale FSS