

Collaborare nel soccorso

Pagina 4



L'intervista

L'importanza di
donare il sangue

Pagina 10

Volontariato

Un label nazionale
che lo riconosce

Pagina 11

ASSTM e Sezioni

Nuovi corsi
più coinvolgenti

Pagina 20

Enfin, tout entendre!

«Désormais, je peux à nouveau tout entendre clairement et nettement!»

NOUVEAU



Aide auditive rechargeable

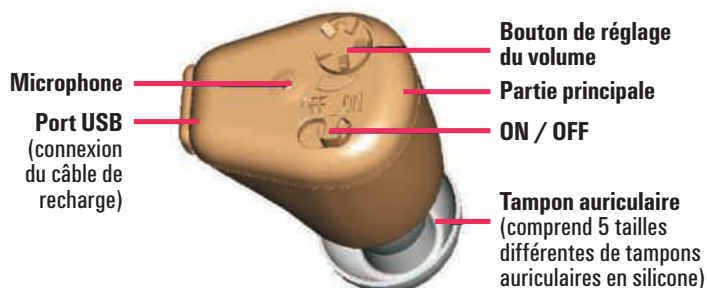
Avoir l'ouïe d'un félin pour seulement Fr. 98.-

- ✓ Tout comprendre en regardant la télévision
- ✓ Suivre facilement les conversations à table
- ✓ Entendre chaque mot lors de réunions d'affaires
- ✓ Capter les sons les plus légers de la nature

Grâce à ce nouveau type d'aide auditive, vous aurez désormais l'ouïe d'un félin. Vous pouvez la placer facilement dans l'oreille et à partir de là, elle veille discrètement mais sûrement à ce que vous entendiez tout bien mieux et bien plus clairement. Les sons sont restitués de manière amplifiée dans l'oreille et les bruits de fond sont simultanément réduits. Enfin, vous entendez toutes les conversations quotidiennes sans avoir sans cesse à demander aux gens de répéter. Vous pouvez même entendre à nouveau facilement des bruits à peine perceptible grâce au microprocesseur vocal progressiste. Commandez encore aujourd'hui pour profiter d'un parfait plaisir d'écoute dès demain.

Vos avantages économiques:

- ▶ Cette aide auditive est équipée du même microprocesseur vocal qui est utilisé dans des appareils coûtant plusieurs milliers d'euros.
- ▶ Équipé de piles rechargeables, vous économisez des centaines d'euros.
- ▶ En plus gratuitement: un étui pratique



Très légère et aussi petite qu'un bout de doigt, cette aide auditive se place discrètement et en toute sécurité dans l'oreille.
Dimensions L x P x H: 1,4 x 2 x 1,8 cm

Aide auditive certifiée CE et adaptateur VDE (Fédération allemande des industries de l'électrotechnique) certifié par l'organisme de contrôle TÜV.

BON DE COMMANDE

☐ **OUI**, je veux pouvoir comprendre à nouveau des conversations normales et entendre des sons à peine perceptibles. C'est pourquoi, je commande contre facture (10 jours) plus frais d'envoi (Fr. 6.90):

AIDE AUDITIVE
(Quantité) N° d'art. 1241

Fr. 98.-

A envoyer à: TRENDMAIL SA, Service-Center, Weinfelderstrasse 6, 8560 Märstetten

☐ Madame ☐ Monsieur

328-210

Nom: Prénom:

Rue/N°:

NPA/lieu:

N° Tél.:

Commander rapidement? Par Tél: 071 634 81 25, par Fax: 071 634 81 29 ou sur www.trendmail.ch

Editoriale

Volontariato, la giusta misura

Lo scorso mese di gennaio non passava giorno senza che, a causa delle pessime condizioni di tempo in Abruzzo e della valanga scesa su un albergo, si sentisse parlare dei volontari che dal Ticino sono accorsi in aiuto alla popolazione del posto. Un lavoro spesso duro, impegnativo, ma altrettanto gratificante, quello del volontario. Tutti, nella nostra vita, ne abbiamo fatto almeno una volta l'esperienza: aiutare i vicini di casa anziani a fare la spesa, insegnare ai corsi estivi, essere membri di comitati di associazioni sportive, culturali o ricreative varie. Il volontariato ha davvero molte forme e si esprime in tanti modi. Se nessuno lo facesse più, la nostra società non sarebbe quella che è ora. Pensiamo solo ai moltissimi comitati che cesserebbero di esistere.

Nel settore del soccorso, sia nella Federazione svizzera dei Samaritani che – ad esempio – nella Società svizzera di Salvataggio, ci sono moltissimi volontari e questi due enti di primo soccorso vivono e si sviluppano da anni anche grazie alla loro preziosa opera. Ora in questi ambiti sono cambiate diverse cose e spesso si ha la sensazione che ci si stia avvicinando a passi più o meno grandi, ma abbastanza decisi, verso una certa professionalizzazione. A certuni la cosa può far molto piacere; per altri può essere fonte di ansia e pressioni. Il limite tra il «voler fare» e il «dover fare» si fa sentire. Forse la ricetta per non scoraggiare il volontariato, sta nel trovare la giusta misura, il giusto «mix» tra il piacere entusiasta di dare una mano e il doverla dare solo seguendo precise disposizioni. In fondo si tratta

sempre di aiutare. E aiutare è un «affare di cuore».



**Mara Zanetti
Maestrani**

Reportage

04 Esercitazione congiunta

A Kallnach, nel Canton Berna, la Sezione Samaritana collabora attivamente con il Corpo pompieri. Reportage da un'esercitazione in comune che ha coinvolto anche la Polizia e i soccorritori professionisti.



L'intervista

10 Rudolf Schwabe, direttore del Centro trasfusione di sangue CRS

La collaborazione tra la Federazione svizzera dei Samaritani e il Centro trasfusione di sangue della Croce Rossa svizzera è stata rinnovata. Come funziona? Qual è l'importanza delle Azioni di donazione organizzate dalle Sezioni Samaritane? A cosa bisogna prestare attenzione? Leggete a pagina 10.

11 Dossier Volontariato

Come riconoscere in modo corretto il grosso lavoro svolto dai volontari che spesso passa inosservato? Ora esiste una specie di marchio nazionale attraverso il quale è possibile riconoscere le qualità e le competenze del singolo volontario. Un modo per valorizzare questa importante risorsa sociale.

Buono a sapersi

12 Lesioni al ginocchio

Riconoscere le lesioni al ginocchio e agire correttamente. Continua su questo numero la nostra serie di approfondimenti specifici sulle lesioni agli arti inferiori.



Associazione e Sezioni

20 I nuovi corsi, più dinamici e coinvolgenti

Il presidente ad interim dell'Associazione Sezioni Samaritane Ticino e Moesano (ASSTM) Nicodemo Cannavò esprime una sua incoraggiante opinione sui nuovi corsi e le nuove formazioni della FSS.

Esercizio congiunto della Sezione Samaritani e del Corpo pompieri a Kallnach (BE)

Fumo nella Casa comunale

Una buona collaborazione tra i diversi anelli della catena di salvataggio non è mai cosa scontata. Nel Comune di Kallnach (Canton Berna), la locale Sezione Samaritani e i militi volontari del Corpo Pompieri lavorano invece molto bene assieme, approfittando reciprocamente delle rispettive conoscenze.



I capi intervento di tutti gli enti di soccorso si sono trovati riuniti e hanno lavorato fianco a fianco.

Testo e foto: Sonja Wenger

La vecchia Casa comunale di Kallnach si erge solitaria su una piccola collina; appare quasi fredda e inospitale in questa umida serata di metà novembre quando troppo presto diventa buio e il freddo penetra fin alle ossa. Non si vede in giro anima viva, in questo piccolo Comune bernese del Seeland, situato tra Lyss e Kerzers. E nulla lascia presagire che,

da lì a pochi istanti, in questa casa – dove si trova anche la Scuola dell'infanzia – e al suo esterno, vi saranno delle scene quasi «drammatiche».

Infatti improvvisamente dalle finestre del piano superiore si vede uscire una spessa nuvola di fumo e si sentono grida disperate di persone in cerca d'aiuto. I veicoli d'intervento dei Pompieri arrivano in pochi minuti sul posto a sirene spiegate e coi lampeggianti

accesi; due dozzine di militi scendono rapidi dai mezzi e, equipaggiati di maschere e apparecchi respiratori, si infilano nel vano scale, avvolto dal fumo denso.

I Samaritani della Sezione di Kallnach-Niederried, già sul posto, prendono in consegna i feriti che vengono via via portati all'esterno dai Pompieri. Sul vicino posteggio della Casa comunale è stato infatti allestito un Posto sanitario e, con l'aiuto dei soccorritori



La casa a più piani è piena di fumo denso e gli occupanti dei piani superiori sono quindi rimasti intrappolati.

Buono a sapersi

Sezione Samaritani e Corpo Pompieri; assieme è «cool»

La Sezione Samaritani di Kallnach-Niederried festeggia quest'anno il suo 90esimo anniversario! Ma i suoi soci non hanno nulla a che vedere con il concetto di «vecchio», anzi! Stando al loro dire, ma con una strizzatina d'occhio e un sorriso, la monitrice samaritana Mirjam Köhli che ha «già» 39 anni è quasi da mettere nei...«rottami».

Queste considerazioni sono possibili poiché negli ultimi anni la Sezione ha potuto effettuare, in modo naturale, un forte cambio generazionale. Köhli e la sua collega di Comitato Silvia Maurer sono inoltre sempre alla ricerca di nuove idee per far ancora meglio conoscere la Sezione alla popolazione e rendere attrattiva la qualità di socio. Per la Sezione è un impegno seguire tutto quello che succede in paese e tra i loro soci, ci confermano le due intervistate. L'ottima collaborazione dei Samaritani con i Pompieri ha sicuramente contribuito, in paese, a diffondere un'immagine positiva della Sezione. I due enti si trovano e collaborano spesso in occasione di manifestazioni o di stands informativi e addirittura concordano assieme i loro programmi annuali di manifestazioni ecc. Sempre congiuntamente, sono anche riusciti a far installare il primo defibrillatore nel villaggio. E due anni fa, il Comune ha reso possibile la realizzazione di un locale in comune per le due importanti associazioni.

professionisti pure giunti sul posto, si procede al triage delle vittime e alle prime cure e assistenze. Sono circa una cinquantina, in tutto, le persone che sono freneticamente al lavoro. Alcuni trasportano materiali pesanti, altri confortano le persone confuse e i parecchi feriti di cui diversi anche gravemente; altri ancora sono impegnati in una rianimazione. Il freddo non lo si stente più e, anzi, sulle fronti dei soccorritori spuntano addirittura goccioline di sudore.

Una Sezione di paese in un villaggio di... associazioni

Per fortuna, tutte queste scene sono simulate; il caos è voluto. Dopo nemmeno una mezzoretta tutto è finito e anche le persone ferite tornano improvvisamente piene di vita e sane. Sui visi dei presenti ritorna il sorriso e si sente addirittura qualche risata. Si è trattato infatti di una delle dieci esercitazioni annuali, questa volta messa in scena nella Casa comunale dai cui locali, proprio quelli dell'asilo, è partito un incendio. Assieme ai Samaritani della Sezione di Kallnach-Niederried, partecipano anche – e da lungo tempo – i pompieri volontari. Non tutti gli esercizi, tuttavia, sono di questa portata e ampiezza.

Per molte Sezioni Samaritane, le esercitazioni in comune con i Pompieri non sono una novità. A prima vista, questa collaborazione sembra essere così diffusa che, negli ultimi anni, la rivista «oggi Samaritani» ne ha riferito davvero raramente. Tuttavia, una buona collaborazione tra i diversi anelli della catena di salvataggio non è per niente una cosa ovvia

e scontata. Sono infatti necessari impegno e buona volontà da tutte le parti, nonché la consapevolezza dei benefici che si creano anche e soprattutto per la comunità.

L'esempio di Kallnach mostra bene come avviene la collaborazione e cosa questa porta di positivo. Il Comune conta circa 1900 abitanti. È considerato il «villaggio dalla



Stanchi ma soddisfatti: gli oltre 40 partecipanti alla grande esercitazione posano sorridenti per la foto in comune dopo la riunione post intervento svoltasi nel locale sociale.



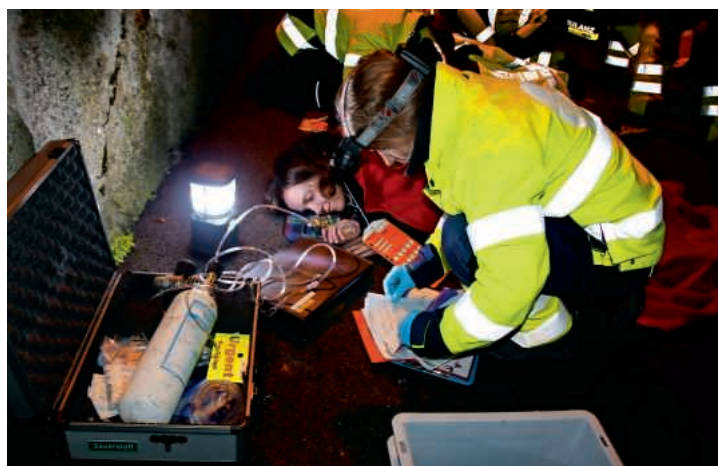
Qui la Casa comunale di Kallnach, dove si trova pure la Scuola dell'Infanzia, è ancora tranquilla prima dell'esercitazione.



Anche il moulage non può mancare: ecco la meticolosa preparazione di una delle figuranti che poco dopo parteciperà all'esercizio.



Nella cosiddetta «fase caotica» iniziale, tutti devono farsi una prima impressione e avere una visione generale dell'accaduto.



Un ruolo importante del lavoro dei Samaritani in un intervento del genere è quello di svolgere in modo corretto il triage delle vittime.

strada più lunga in Svizzera», nel quale sono attive ben 29 favolose associazioni. Per i Samaritani, c'è dunque molta concorrenza (vedi: «Sezione Samaritani e Corpo Pompieri; assieme è cool»). Tuttavia nel corso degli anni, i membri della Sezione sono riusciti con molto impegno, idee creative e con l'intensa collaborazione con il Corpo Pompieri a sfatare il luogo comune della «società dei cerottini», come ci racconta fiera la monitrice samaritana Silvia Maurer. «Oggi nel Comune siamo visti come un'associazione dinamica e competente.»

Anche Mirjam Köhli, la seconda monitrice Samaritana, parla con molto entusiasmo della sua attività in seno alla Sezione Samaritani e sa esattamente cosa intende per «giovane e dinamica». Alcuni anni fa, Mirjam ha infatti svolto la formazione di pompieri solo per avere uno sguardo migliore sul modo di lavorare e di operare del Corpo Pompieri. Ora questa collaborazione è solo una delle tante: ad esempio, la sua Sezione non solo è l'unica

della regione a proporre corsi per autisti professionisti, ma forma e aggiorna proprio i pompieri nei Primi soccorsi e organizza i diversi corsi per la popolazione. Non da ultimo, la Sezione svolge i picchetti sanitari in occasione di manifestazioni che si svolgono nel Comune. Davvero non male per una Sezione che conta attualmente circa 80 soci passivi e solo una dozzina di soci attivi.

Molto entusiasmo e «pazienti» confusi

Assieme all'istruttrice Andrea Schmid della Federazione svizzera dei Samaritani, oggi Mirjam Köhli è responsabile, in questa esercitazione, dell'intervento dei Samaritani. E ci ha messo anche lo zampino, come si è visto nelle discussioni e nella preparazione; essa ritiene che i partecipanti all'esercitazione non devono averla sempre facile. «Le esercitazioni congiunte per noi sono sempre delle grosse sfide e ho deciso di lasciare tutti gli interventi e lo svolgimento delle cose come

fosse davvero un caso reale e di giudicarlo per come avviene», ci racconta, pochi attimi prima che si vedano le nuvole di fumo denso uscire dalle finestre e quindi si sentano già in lontananza le sirene dei veicoli di soccorso che arrivano da tutte le parti.

Per l'esercitazione odierna, i convocati sono stati diversi: non solo si è richiesto il grosso veicolo autobotte dei Pompieri, ma anche una mezza dozzina di comparse debitamente truccate (moulage) e ancora tanti e tanti Samaritani. È presente anche un team di Soccorritori professionisti di Aarberg come pure un paio di agenti della Polizia che, secondo le leggi in vigore, controllano l'intero svolgimento dell'evento.

Già dopo pochi attimi, l'assistenza e il trattamento dei feriti funziona senza problemi; ognuno sa cosa deve fare. Un paio di comparse (simulanti) hanno però ricevuto il compito di creare sempre confusione, dimostrandosi non collaborativi, mettendo in discussione le cure ricevute o vagando in modo disordinato.

Tra i casi più gravi da trattare, vi sono ovviamente parecchie intossicazioni da fumo, difficoltà respiratorie, lievi ustioni e addirittura uno shock anafilattico (allergico). Per la simulazione dell'arresto cardiaco e quindi della necessaria rianimazione, si fa ovviamente capo a un manichino.

«Esercitazione riuscita, siamo soddisfatti»

Dopo tanta adrenalina scorsa nelle vene e altrettanta acqua fluita nelle pompe e dagli idranti, è quindi giunto il momento delle valutazioni del dopo esercizio. Dapprima si provvede però al completo sgombero e riordino dell'area. Tubi e pompe vengono ordinatamente arrotolati, il materiale di pronto soccorso viene riordinato e tutto è riportato alla normalità. In seguito, un vero e proprio «corteo» di mezzi di intervento – tra autobotti e veicoli di soccorso – si sposta verso il locale in comune del Corpo pompieri e della Sezione Samaritani. Qui, i militi ripongono ordinatamente i loro caschi, le loro maschere per la respirazione e tutto il materiale d'intervento. Fatto sta che ci vuole ancora del tempo prima che tutti i partecipanti siano poi riuniti e seduti nella saletta delle riunioni.

Dopo gli scambi di saluti e delle prime impressioni, tutti attendono impazienti le osservazioni e i giudizi dei capi intervento. Quest'ultimi presentano delle analisi interessanti, esternano apprezzamenti e lodi ma anche qualche critica concreta. Inizia la Polizia che, con la definizione di «fase caotica all'arrivo» solleva qualche risata tra i presenti. Anche se questa fase è più che normale, dice il rappresentante della Polizia, essa non dovrebbe durare troppo a lungo; egli informa quindi i presenti sulle possibilità esistenti, in caso di urgenza reale, per richiedere ulteriore



In presenza di molte vittime come in questo caso, bisogna essere rapidi: i Samaritani prendono in consegna le vittime dai pompieri.

personale o materiale d'intervento. Anche la responsabile dell'autoambulanza ha denotato una mancanza nel personale d'intervento. In caso di reale emergenza, il triage dei pazienti avrebbe impiegato troppo tempo ad iniziare in modo ottimale. Se in realtà ci fossero stati così tanti feriti gravi da assistere e curare, non si sarebbe addirittura potuto eseguire una rianimazione. Infine, le persone in stato confusionale dovrebbero essere controllate meglio.

I feedback da parte dei capi intervento della Sezione Samaritani e del Corpo Pompieri sottolineano congiuntamente che, sin dall'inizio, si è lavorato bene e in modo rapido e che la catena del salvataggio è riuscita bene. I Pompieri hanno constatato soprattutto un bisogno di comunicazione reciproca; nel caso specifico la situazione era assai complessa e

rendeva difficile uno scambio preciso di informazioni, ciò che ha causato qualche mancanza nella coordinazione d'insieme. Le barriere hanno assolto bene il loro compito, mentre il trasporto e l'evacuazione dei feriti è durato un po' troppo a lungo. Malgrado ciò, tutti i capi intervento sono soddisfatti e il comandante del Corpo Pompieri afferma fiero che: «L'esercitazione è riuscita con soddisfazione.»

Nel frattempo si è fatto tardi e dopo qualche scambio di impressioni personali, tutti si dirigono o al vicino ristorante per bere qualcosa assieme, o a casa. Getto un ultimo sguardo alle mie spalle e rivedo la Casa comunale di Kallnach. È di nuovo là, sola e isolata sulla sua collinetta, ora tranquilla. E non ha più l'aria così tanto inospitale... •



I pompieri equipaggiati con le maschere per la respirazione si preparano ad entrare nella casa piena di fumo denso.



Tra gli esercizi, c'era anche una rianimazione. In caso reale bisogna intervenire subito e in modo corretto.

Mai così tante donazioni, un nuovo massimo storico

La statistica annuale delle donazioni appena pubblicata dalla Fondazione Zewo mostra che il volume delle donazioni nel 2015 in Svizzera ha raggiunto un nuovo record. Le Organizzazioni di soccorso che hanno il marchio Zewo traggono un maggior beneficio.

La statistica della Fondazione Zewo pubblicata recentemente evidenzia come, nel 2015, le Organizzazioni d'aiuto che effettuano raccolte di fondi in Svizzera hanno ricevuto complessivamente oltre 100 milioni di franchi in più rispetto al 2014. Il volume totale delle donazioni, pari a oltre 1,8 miliardi di franchi, ha così segnato un nuovo massimo storico. Di questi miliardi, quasi il 60 per cento è andato a favore di Organizzazioni d'aiuto con il marchio Zewo.

Nel 2015 le Organizzazioni con il marchio Zewo hanno quindi ottenuto non solo più donazioni rispetto al 2014, ma sono anche cresciute maggiormente. Lo dimostra un confronto diretto tra le 50 Organizzazioni d'aiuto e di soccorso più grandi: il fatto di essere certificate Zewo le ha aiutate rispetto a quelle senza marchio. Il marchio della Fondazione Zewo è infatti sinonimo di trasparenza nella struttura dell'Organizzazione di aiuto, come pure di garanzia di impiego sensato delle donazioni raccolte.

Crescita sostenuta e canali di versamento

Ben 2 franchi su 3 dati in donazione provengono dalle economie domestiche private (famiglie). Le piccole donazioni, per complessivi 355 miliardi di franchi, hanno dunque una grande importanza.

Rispetto al 2014, esse sono aumentate di circa 10 milioni di franchi. Le grosse donazioni sono aumentate di 16 milioni, portando il complessivo a 65 milioni di franchi. Le donazioni avvengono con modalità diverse, la maggior parte a mezzo di versamenti postali o in banca, ma stanno aumentando i versamenti con mezzi moderni, come Internet e SMS.

Fonte: Zewo



La maggior parte delle donazioni è costituita dalla somma di molti piccoli importi provenienti dai privati cittadini. (Foto: Shutterstock)

L&R Lohmann & Rauscher



Silicon Plast



Affinché le fastidiose cicatrici siano solo un ricordo del passato.

www.lohmann-rauscher.ch/flawa

La Rega trasporta la prima paziente da Bellinzona oltre Gottardo seguendo un corridoio di volo strumentale



Per la prima volta la Guardia aerea svizzera di soccorso Rega ha compiuto una missione seguendo un corridoio di volo strumentale del Low Flight Network (LFN), con a bordo una paziente di Bellinzona. La Rega compie così un ulteriore passo verso la sua visione di un soccorso aereo non dipendente dalla meteo.

La rete di corridoi di volo strumentale (IFR) permette agli elicotteri, anche in caso di scarsa visibilità, di volare seguendo corridoi prestabiliti. Dal primo dicembre 2016 entrambi gli assi principali Nord-Sud (sopra il San Gottardo) e Est-Ovest (da San Gallo fino a Losanna) della rete LFN sono utilizzabili in intervento. Nei giorni scorsi è così stato compiuto il primo volo sulla rete LFN con una paziente a bordo che da Bellinzona doveva essere trasportata il più rapidamente possibile alla Frauenklinik di Lucerna. Una missione di cui Heinz Leibundgut, capo dei piloti di elicotteri Rega, è soddisfatto: «A beneficiarne saranno



Intervento con la procedura di volo strumentale.

soprattutto le persone che vivono nelle regioni periferiche, perché in caso di emergenza medica potremo trasportare pazienti negli ospedali specializzati anche in condizioni meteo avverse.» Le limitazioni al volo al momento sono dovute soprattutto al rischio di gelo. Affinché la Rega in futuro possa compiere interventi anche quando sussiste tale rischio, ha acquistato tre elicotteri adatti ad ogni tempo, dotati di un sistema di sbrinatorio, del tipo AW169-FIPS. Questi entreranno in servizio nel 2021. Maggiori informazioni sul sito: www.ifr.rega.ch.

Testo e foto: Rega



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 1200 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 «SAM17A-G». Il buono è valido fino al 31.05.2017 e può essere utilizzato una volta sola (1 cliente = 1 buono).

www.coopathome.ch



Per me e per te. @home

L'intervista: Dr. Rudolf Schwabe, direttore di Trasfusione CRS Svizzera.

Una collaborazione collaudata

Anche in futuro, le Sezioni Samaritane rimarranno un partner importante di Trasfusione CRS Svizzera, sia nelle Azioni di donazione di sangue come pure, e anzi in misura maggiore, nella ricerca di donatrici e donatori di cellule staminali del sangue.

1. All'inizio del 2017, la collaborazione tra Trasfusione CRS Svizzera e la Federazione svizzera dei Samaritani (FSS) è stata rinnovata. Qual è il bilancio che può stilare sulla collaborazione avuta finora e quali ne sono gli elementi più importanti?

Posso davvero presentare un bilancio molto positivo! Pensate solamente alla «Giornata della buona azione» alla quale hanno partecipato davvero molte Sezioni Samaritane. Per me, la cosa più importante è l'interesse tangibile e manifestato da parte dei Samaritani a volerci sostenere e ad attivarsi loro stessi in questo senso. Proprio per questa ragione, era mio desiderio – la scorsa primavera – ringraziare di cuore tutte le Samaritane e i Samaritani attraverso un video che esprime il mio sincero messaggio di apprezzamento.

2. Come sarà la collaborazione futura e quali saranno i punti più importanti?

I punti cardini non cambieranno e rimarranno la donazione di sangue e di cellule staminali del sangue. Le Sezioni Samaritane sono per noi e da tempo un partner collaudato e nell'ambito di una tale collaborazione c'è ben poco da cambiare: è bene sapere che ci sono i Samaritani e che noi possiamo contare su di loro.

3. Si legge però spesso che in Svizzera il bisogno e il consumo di sangue sono in calo. Ciò vuol dire che in futuro si avrà bisogno di meno donatori?

Anche lo scorso anno, il consumo di sangue è calato leggermente, ossia del 3 per cento. Ma pensare che per questo motivo abbiamo bisogno di molto meno donatori è sbagliato: anzi, a medio termine ne abbiamo addirittura bisogno di più e questo a causa dei cambiamenti demografici nella nostra società, dove ci sono sempre meno giovani donatori fronte a un crescente numero di riceventi sempre più anziani.

Già oggi, nonostante il minor consumo di sangue, abbiamo una situazione davvero complessa: durante i mesi estivi e nei periodi invernali delle influenze ci troviamo – ora come in passato – in difficoltà. Nel primo caso poiché molte persone/donatrici sono in vacanza, nel secondo perché quei donatori che si sono ammalati di influenza devono attendere diverse settimane prima di poter

donare di nuovo il sangue. In altre parole: in Svizzera per circa sei mesi all'anno c'è abbastanza sangue; negli altri sei mesi sussiste invece il concreto rischio di carenza.

4. In quale modo tutto questo può ripercuotersi sulla collaborazione delle Sezioni Samaritane nelle Azioni di donazione? Dovranno essere più flessibili, ad esempio prevedendo e organizzando le Azioni in termini di tempo più brevi rispetto a oggi?

Prendete ad esempio l'attuale ondata influenzale: è arrivata con forza ma soprattutto con parecchio anticipo rispetto agli scorsi anni. Nessuno l'aveva previsto. Flessibilità è quindi la parola e il concetto giusto: dobbiamo essere in grado di adattarci giornalmente e nel miglior modo possibile a situazioni nuove e inattese. Dato che, inoltre, molti prodotti del sangue si conservano solo pochi giorni, spesso dobbiamo o fermare a breve tempo l'approvvigionamento di sangue o, al contrario, intensificarne la raccolta. Per noi è quindi di grande aiuto se i nostri partner, le Sezioni Samaritane, dimostrano comprensione in questo senso e ci sostengono nel limite delle loro possibilità.

5. Un elemento sempre più importante nelle Azioni di donazione di sangue è anche la donazione di cellule staminali. Quali sono gli sviluppi da tenere in considerazione?

Con nostra grande gioia, poco tempo fa abbiamo superato in Svizzera la «cifra magica» di 100 000 donatori registrati di cellule staminali del sangue. Molte Sezioni Samaritane ci hanno sostenuto nelle azioni di registrazione, e questo risultato lo dobbiamo anche al loro prezioso aiuto.

Un altro aspetto importante sono stati gli appelli alla registrazione dei donatori effettuati da pazienti stessi sui social media o attraverso i canali mediatici convenzionali. Grazie a ciò, la donazione di cellule staminali del sangue ha guadagnato visibilità tra la popolazione. Si tratta di uno sviluppo importante, poiché un registro di donatori sempre più grande aumenta le possibilità di trovare il donatore giusto per il paziente interessato.



Il dr. Rudolf Schwabe, direttore di Trasfusione CRS Svizzera presenta un bilancio molto positivo sulla collaborazione con le Sezioni Samaritane. (Foto: Trasfusione CRS Svizzera)

Video del Dr. Schwabe su Youtube: www.youtube.com/blutspendesrk.

Dossier Volontariato, il volto comune del lavoro volontario

Il volontariato è molto variato, spesso molto esigente e anche invisibile

Grazie al «Dossier Volontariato» anche i Samaritani possono dimostrare il loro impegno, le loro prestazioni e le competenze acquisite. Ciò può essere d'aiuto in caso di ricerca di impiego o di una formazione professionale.

Il volontariato ha molte sfaccettature: può essere svolto in funzioni amministrative o dirigenziali di enti e associazioni sociali, culturali, religiose o politiche. Può manifestarsi nell'aiuto al vicinato o nel lavoro con i giovani o ancora nell'impegno a favore dell'ambiente o dello sport o degli anziani. Circa 1/4 della popolazione svizzera è attiva in una forma o l'altra di volontariato, ossia un'attività non remunerata. Molte attività di volontariato avvengono in modo spontaneo e non organizzato.

Utile in caso di ricerca di impiego

Nel volontariato le persone mettono in pratica le loro diverse competenze e capacità. Apprendono e sviluppano pure nuove competenze e fanno nuove esperienze. Nonostante ciò, il grande impegno di molti volontari passa ancora perlopiù inosservato. Il «Dossier Volontariato» è la versione rielaborata dell'originale «Schweizer Sozialzeitausweis» lanciato dall'ONU

nel 2001, Anno del Volontariato. Il Dossier promuove il riconoscimento del volontariato, rende visibile il valore e l'entità del volontariato, nonché le competenze e le capacità acquisite durante lo svolgimento della propria attività extra-professionale. Il Dossier è in pratica una cartella personale contenente una serie di documenti (una guida, un formulario di attestazione in bianco, tabelle per elencare le attività svolte e i corsi di formazione seguiti).

Lo scopo finale è quello di riconoscere le esperienze e le competenze acquisite dal volontario con un attestato che potrà rivelarsi utile nella ricerca di un impiego o per una reintegrazione professionale o formativa. Ciò è particolarmente importante per i giovani o per le donne con poca esperienza professionale. Grazie a questo Dossier, l'impegno volontario, non retribuito, viene così riconosciuto e reso visibile grazie a un label nazionale e a un marchio riconoscibile che rafforzano il valore del lavoro volontario come risorsa importante nella società.

Per altre informazioni

Ulteriori informazioni si trovano sul sito www.dossier-volontariato.ch, un sito di Benevol Schweiz, l'organizzazione cappello dell'Ufficio del volontariato per la Svizzera tedesca. In Extranet: Servizi > Cassetta degli attrezzi trovate altre informazioni e documenti sui corsi, sulla formazione e sulla formazione continua.

Testo: FSS/Benevol, Foto: Patrick Lüthy



Il volontariato non è solo una cosa utile, sensata e magari divertente; ci può essere utile anche a livello professionale.

Segretaria centrale

«Io sono la FSS»

La solidarietà è un bene prezioso. Si tratta di un principio fondamentale della convivenza umana e che definisce i valori che ci spingono a fornire un contributo individuale al benessere della nostra società. La solidarietà è la base per un mondo giusto e in pace. Ed è anche il sentimento che sta alla base del grosso impegno fornito dalle Samaritane e dai Samaritani. Solidarietà non significa però solo aiutare gli altri. Per definizione è anche aiuto reciproco. Non per nulla la sequenza «Noi siamo la FSS» fa parte della formazione dei quadri, durante la quale ci si interroga sui valori che ci uniscono in qualità di Samaritani e su come possono essere implementati in una visione comune che possa far nascere e mantenere un senso di comunità.

Di primo acchito la cosa sembra ovvia, ma non sempre lo è. Spesso nel movimento samaritano dobbiamo invece sottolineare di nuovo la bontà e la positività della nostra attività e promuoverne la consapevolezza. E questo nella Sezione stessa, come pure nell'Associazione cantonale o nell'Organizzazione centrale o ancora nello scambio di informazioni con i media o di fronte all'opinione pubblica.

Perché in effetti siamo percepiti dal pubblico, eccome! Molte persone sanno bene cosa fanno i Samaritani e sanno apprezzare molto il nostro impegno e le nostre attività.

Se noi tutti ora ci sentiamo un'entità unica nel nostro atteggiamento e dimostriamo fedeltà al movimento Samaritano, rafforziamo anche le Associazioni cantionali, le Sezioni e noi Samaritani stessi. Allora questo non vuol dire solo «Noi siamo la

FSS» ma, in modo solidale: «Io sono la FSS.»



Regina Gorza

Si vedono spesso durante il Servizio medico-sanitario

Parte 2 – Lesioni del ginocchio

Lesioni del ginocchio, come riconoscerle e agire

Nella seconda parte della nostra serie sulle lesioni articolari delle estremità inferiori viene trattato il ginocchio. Questa articolazione è sottoposta a intense sollecitazioni, perché da una parte deve sopportare carichi elevati e, quindi, possedere una stabilità elevata, mentre d'altra parte deve contemporaneamente consentire anche una grande mobilità. Lesioni di questa articolazione comportano in genere una compromissione grave della capacità di movimento.

Testo: Dr. med. Florian Marti.

Illustrazioni: Shutterstock

Le lesioni del ginocchio fanno parte delle lesioni da sport più frequenti in assoluto. Proprio in molte discipline sportive popolari quali il calcio, il ginocchio è particolarmente sollecitato e, pertanto, è spesso soggetto a lesioni. Tali lesioni si verificano molto di frequente nell'ambito di tornei amatoriali, perché in genere i partecipanti a queste manifestazioni sportive conoscono poco la disciplina e, inoltre, non sono allenati, ma allo stesso tempo sono infervorati dalla dinamica di gruppo a partecipare al gioco con particolare impegno. È possibile che molti Samaritani abbiano già fatto questa esperienza nell'ambito del servizio medico-sanitario prestato durante tornei di questo genere.

Di seguito vengono illustrate le lesioni tipiche del ginocchio, nonché il loro decorso. Se il paziente si presenta alla postazione medico-sanitaria con una lesione del ginocchio, in rarissimi casi potrà sapere quale struttura sia lesa. Per questo è importante saper rilevare i segni in grado di far riconoscere la lesione.

1. Lesioni del ginocchio serie/gravi

Fra le lesioni serie/gravi sono comprese le seguenti:

- Fratture ossee
- Rottura (parziale) del tendine del quadricipite o del tendine rotuleo
- Lussazioni della rotula
- Rotture legamentose (rottura del legamento crociato, rotture dei legamenti collaterali)
- Lesioni dei menischi

In queste lesioni va seguita assolutamente la procedura seguente:

Fratture ossee

- Diagnosi: dolori alle ossa sotto carico (da fermi o alla deambulazione) in caso di frattura tibiale, oppure dolori alla testa del perone (vedi fig.) come segno di frattura del perone. Per lo più manca una dislocazione evidente delle ossa.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico della parte, diclofenac al bisogno (max. 50 mg). In caso di frattura è necessario il trasporto con ambulanza nell'ospedale più vicino.
- L'ulteriore terapia dipende dai risultati dell'esame radiologico.
- Nota: in una delle fratture menzionate la deambulazione è talvolta ancora possibile, ma deve essere rigorosamente evitata, perché è assolutamente necessario uno sgravio coerente al fine di evitare l'ulteriore dislocazione della frattura ed eventuali danni cartilaginei. La cartilagine danneggiata non guarisce, e nel corso degli anni può causare artrosi.

Rottura (parziale) del tendine del quadricipite o del tendine rotuleo

- Diagnosi: dolore, depressione/asimmetria al di sopra (nella rottura del tendine del quadricipite) o al di sotto (in caso di rottura del tendine rotuleo) della rotula, riduzione della forza all'estensione dell'articolazione del ginocchio, tumefazione muscolare alla coscia.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (il riposo è assolutamente necessario per impedire la

rottura totale), diclofenac al bisogno (max. 50 mg). Recarsi al reparto di Pronto soccorso dell'ospedale più vicino (non solo dal medico di famiglia).

- Ulteriore terapia: trattamento chirurgico sotto forma di sutura del tendine. In caso di rotture parziali, con una perdita della forza solo minima, può essere indicata la terapia conservativa (riposo e, successivamente, fisioterapia con rafforzamento della muscolatura).

Lussazione della rotula

- Diagnosi: la rotula si disloca lateralmente. Spesso la persona colpita conosce questa lesione già da infortuni precedenti.
- Primi soccorsi: in genere la rotula rimane lussata solo brevemente (slogatura), per poi ritornare immediatamente nella sua posizione originaria. In caso contrario, si può estendere con cautela la gamba, in modo che la rotula scivoli di nuovo da sola nella posizione corretta. Raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico della parte, diclofenac al bisogno (max. 50 mg). Recarsi al reparto di Pronto soccorso dell'ospedale più vicino (non solo dal medico di famiglia). Se la rotula rimane in posizione anomala e il ginocchio è bloccato, si deve trasportare il paziente con l'ambulanza.
- Ulteriore terapia: riposo con uno speciale tutore per ginocchio, con fissazione della rotula fino a guarigione della rottura dei legamenti che mantengono la rotula nella posizione corretta. Se la lussazione si ripete, eventualmente sutura chirurgica di questi legamenti.

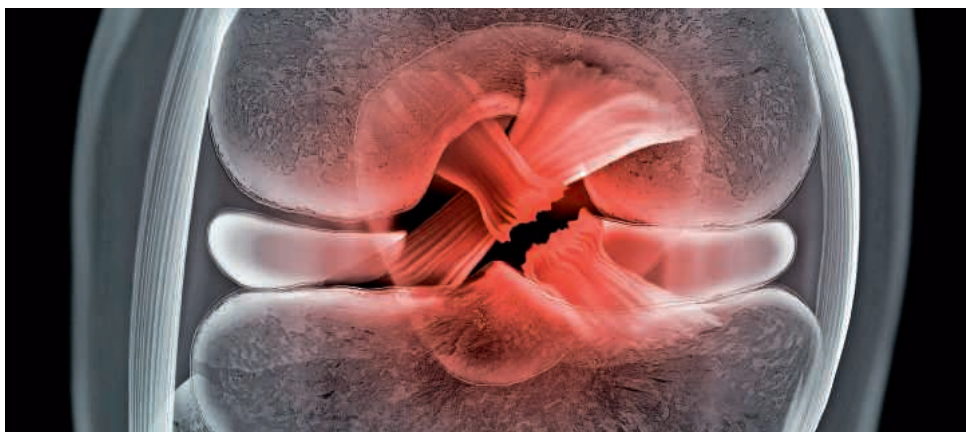
- Mentre le lesioni sopra esposte possono essere riconosciute più o meno direttamente, altre lesioni gravi possono essere solo supposte. I disturbi o i segni seguenti sono indice di una lesione grave e rendono necessari ulteriori accertamenti:

Rotture legamentose (legamento crociato, legamento collaterale)

- Diagnosi: instabilità marcata dell'articolazione del ginocchio.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (a questo scopo ci si può avvalere eventualmente di stampelle presenti nel Pronto soccorso dell'ospedale), diclofenac al bisogno (max. 50 mg tre volte al giorno). Recarsi in un reparto di Pronto soccorso.
- Ulteriore terapia: artroscopia (esame dell'articolazione mediante videocamera condotto sotto anestesia) oppure TRM per valutare l'instabilità. Dopo una rottura del legamento crociato può permanere una certa instabilità dell'articolazione del ginocchio, comportando limitazioni delle attività quotidiane, soprattutto di quelle sportive. Se la fisioterapia volta a rafforzare la muscolatura non è sufficiente, può essere indicata una ricostruzione chirurgica del legamento crociato a partire da tendini propri. L'intervento chirurgico è ancora possibile anche dopo settimane. Tuttavia, tale intervento non deve essere condotto in tutti i casi, ma solo in presenza di problemi di instabilità persistenti. In primo luogo è indicato un rafforzamento muscolare sotto la guida di un fisioterapista.

Blocco del ginocchio in caso di lesione meniscale

- Sospetto di una cosiddetta lesione a manico di secchiello del menisco: il menisco si rompe e blocca l'articolazione in una determinata posizione, comportandosi come un vero e proprio «corpo estraneo». Mediante movimenti cauti e piccole scosse si può in qualche caso risolvere il blocco. A lungo termine il menisco si distrugge e, senza di esso, si sviluppa negli anni un'artrosi del ginocchio.
- Diagnosi: ginocchio bloccato in una posizione di flessione (che si può risolvere di nuovo anche spontaneamente).
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (risparmiare l'articolazione per impedire ulteriori danni), diclofenac al bisogno (max. 50 mg), recarsi al reparto di Pronto soccorso dell'ospedale più vicino (non solo dal medico di famiglia).
- Ulteriori misure da attuare: rifissaggio artroscopico (trattamento mininvasivo con



In caso di rottura del legamento crociato, il ginocchio diventa molto instabile. È assolutamente necessario recarsi al Pronto soccorso.

l'ausilio di un endoscopio) o rimozione del menisco per evitare successivi danni cartilaginei.

Versamento articolare acuto

- Diagnosi: tumefazione che si sviluppa rapidamente intorno al ginocchio.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (risparmiare l'articolazione per impedire ulteriori danni), diclofenac al bisogno (max. 50 mg), recarsi al reparto di pronto soccorso dell'ospedale più vicino (non solo dal medico di famiglia).

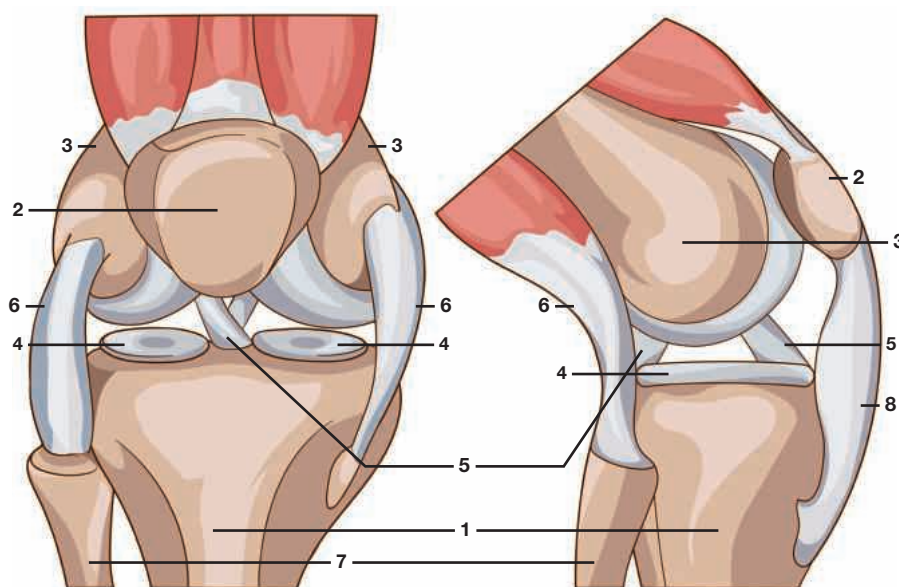
- Ulteriori misure da attuare: esame radiologico (esclusione di fratture) e, in caso di tumefazione imponente, provvedere allo scarico dell'articolazione, tomografia a risonanza magnetica (TRM) per la ricerca di lesioni legamentose, eventualmente intervento chirurgico.

Impossibilità di flessione di almeno 90°

- Si tratta di un segno generale di una lesione grave.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (risparmiare l'arti-

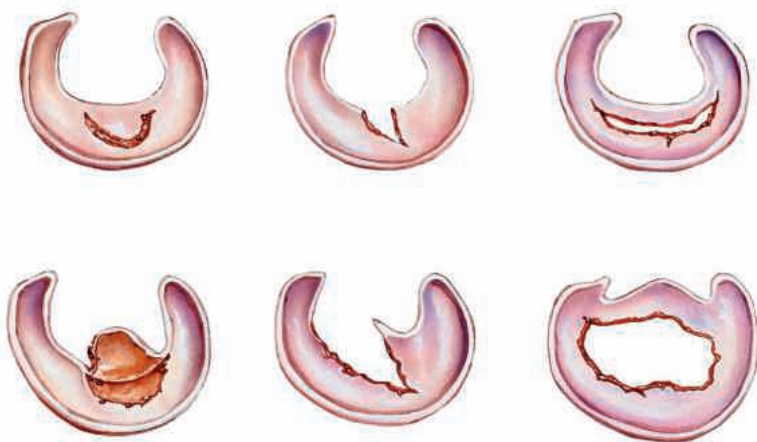
Rettifica

Nella leggenda relativa all'immagine del ginocchio, dal davanti (a sinistra) e di lato (a destra) nella prima parte di questa serie apparsa su «oggi Samaritani» N° 1/2017 c'era un errore. La cifra 6 indica i tendini e non i legamenti laterali.



Ecco la leggenda corretta dell'immagine:

1 tibia, 2 patella (o rotula), 3 femore, 4 menisco, 5 legamenti crociati, 6 tendini, 7 fibula e (nuovo) 8 tendine rotuleo.



Esistono vari modi in cui il menisco può subire delle lesioni; quest'ultime vanno assolutamente trattate al Pronto soccorso. Se non trattate, le lesioni possono estendersi e peggiorare come si vede nell'immagine sopra.

colazione per impedire ulteriori danni), diclofenac al bisogno (max. 50 mg), recarsi al reparto di Pronto soccorso dell'ospedale più vicino (non solo dal medico di famiglia).

2. Lesioni lievi del ginocchio

Fra le lesioni lievi sono comprese le seguenti:

Stiramenti

- Incarceramento di parti della capsula articolare nell'articolazione (è una causa di rumori di scricchiolio)

- Distorsione (la «comune» storta, per lo più con stiramento del legamento collaterale mediale, con durata dei disturbi da diverse settimane a diversi mesi; una diagnosi esatta è possibile solo mediante TRM)

- Dolori alle inserzioni muscolari al di sotto della rima articolare, sul lato interno

Se non vi sono segni di lesione grave, sono indicate le misure seguenti.

- Diagnosi: dolori al ginocchio, eventualmente tumefazioni lievi o a manifestazione tardiva, tuttavia nessuno dei segni sopra indicati.
- Primi soccorsi: raffreddamento, bendaggio elastico, riposo e scarico (a questo scopo ci si può avvalere eventualmente di stampelle presenti nel Pronto soccorso dell'ospedale), diclofenac al bisogno (max. 50 mg tre volte al giorno), in caso di mancato miglioramento dopo 10-14 giorni, rivolgersi al medico per una nuova valutazione ed eventualmente l'attuazione di ulteriori misure.
- In presenza di dolori alle inserzioni muscolari al di sotto della rima articolare (il cosiddetto «piede anserino»): si tratta in genere solo di una lesione concomitante, per cui è in primo luogo sufficiente un trattamento fisioterapico.

Leggete nel prossimo numero (N. 3/2017) di «oggi Samaritani» 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.

Buono a sapersi

Ginocchio e gamba: sintomi e misure da attuare

Sintomi	Diagnosi sospetta	Ulteriori misure
Carico impossibile, dolore, posizione abnorme	Frattura	Ospedalizzazione con ambulanza
Dolori alla pressione sulla testa del perone	Frattura del perone	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
Tendine rotuleo: dolori, mancanza di forza all'estensione della gamba	Rottura (parziale) del tendine del quadricipite o del tendine rotuleo	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
La rotula esce dall'alloggiamento naturale e si disloca lateralmente (eventualmente ritorna in posizione immediatamente)	Lussazione della rotula	Reparto di Pronto soccorso senza indugi Con ginocchio bloccato: ospedalizzazione con ambulanza
Instabilità dell'articolazione del ginocchio	Rottura legamentosa (legamento crociato, legamento collaterale)	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
Blocco del ginocchio in posizione flessa	Rottura del menisco	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
Versamento articolare acuto	Frattura, rottura del legamento crociato	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
Flessione di almeno 90° impossibile	Segni di lesione grave	Reparto di Pronto soccorso senza indugi
Nessuno di questi segni	Stiramento	In mancanza di miglioramento rivolgersi al medico di famiglia nei giorni successivi

Per tutte le lesioni è necessario lo scarico del ginocchio/osso per impedire ulteriori danni delle strutture lese, danni dovuti alle sollecitazioni.

Beatrice Eheim, presidente dell'Associazione cantonale di Soletta

Ottimista in tutte le circostanze della vita

La presidente Beatrice Eheim intende dirigere l'Associazione di Soletta con vigore ed entusiasmo, in particolare grazie a una maggior partecipazione dei membri dell'Associazione, a una comunicazione aperta e a molta fiducia reciproca.

Testo e foto: Sonja Wenger

La casa di Beatrice Eheim, nel Comune solettese di Luterbach, è molto accogliente, luminosa e ricca di colori. Molte piccole o grandi cose, oggetti fatti a mano e dettagli scelti con cura e amore, catturano il nostro sguardo. A dire il vero, si vorrebbe osservare il tutto con più attenzione, ma siamo qui da lei per «cose serie», ossia per un'intervista sul suo primo bilancio in veste di presidente dell'Associazione cantonale di Soletta.

Riveste questa importante carica dallo scorso mese di maggio e, piano piano, tutte le cose cominciano a girare nel verso giusto. «Dapprima molti hanno dovuto abituarsi al mio modo e stile di conduzione che è molto diverso dalla presidente che mi ha preceduta, Erika Borner, che in Associazione faceva molte cose di persona.» Una cosa questa, che per Beatrice Eheim, impiegata nella sua professione a tempo parziale e molto attiva come monitrice di corsi, non sarebbe possibile. Per questa ragione, chiede una maggior e mirata partecipazione dei membri dell'Associazione e si impegna in una comunicazione aperta e schietta con loro.

Mancano molte mani...

Per raggiungere questo obiettivo, c'è però ancora molto lavoro da fare e questo poiché già da tempo nel Comitato dell'Associazione sono vacanti ben 6 degli 11 posti. Una situazione contingente che limita ora le sue capacità e volontà di proporre cose nuove. E che, secondo lei, è fonte di parecchie critiche senza tuttavia che si manifesti il relativo impegno congiunto per risolvere la situazione. Eheim si trova quindi a dover sempre aggiornare le priorità e, instancabilmente, cerca di motivare diversi membri di Sezione a entrare nel comitato dell'Associazione cantonale. Mentre parla di tutto questo, Eheim appare dinamica e decisa. «In comitato facciamo quello che ci è possibile. Siamo davvero così in pochi che anche una cosa semplice e piacevole come

l'invio degli auguri natalizi, la dobbiamo tralasciare.» Ed è proprio qui che lei vuole investire del tempo, ossia dove attualmente è importante: nella ricerca di nuove e giovani leve, nella campagna soci, nel promovimento di un pool di Samaritani e nella creazione di un Segretariato centrale cantonale. «Con 44 Sezioni nel nostro Cantone, c'è molta burocrazia da gestire ed è vero che un segretariato in questo senso aiuterebbe molto.»

Malgrado tutti questi ostacoli, la presidente è fiduciosa che prima o poi le cose si svilupperanno in modo positivo. «Non si può cambiare tutto in un colpo solo, anche perché l'essere umano è molto abitudinario.» E fortunatamente è armata di una buona dose di ottimismo, dice sorridendo, e aggiunge: «In un modo o nell'altro, tutto prima o poi si sistema.»

Samaritana da lunghissimo tempo

Parlando con Eheim, mi viene subito alla mente un aforisma: «Un ottimista è una persona che riempie il cruciverba con la penna.» E infatti, è proprio così che lei, quando ha il tempo, risolve gli enigmi e i cruciverba. È vero che, oltre alla sua famiglia e al suo hobby di bricolage, non le rimane molto tempo pensando a quello che già investe per i

Samaritani. Infatti deve preparare le sedute, redigere i rapporti, dare corsi di formazione e di aggiornamento e ora deve anche dirigere e coordinare l'Associazione. «Tuttavia riesco a gestire relativamente bene il mio tempo», dice Eheim. Ed è già così da anni, dato che in fondo è Samaritana da quando «ha iniziato a pensare». I suoi genitori erano infatti attivi in una Sezione e lei, già da bambina, andava spesso con loro e partecipava come figurante agli esercizi. E quando sua mamma, 28 anni fa, le chiese se voleva seguire la formazione per diventare monitrice Samaritana, a lei questo è sembrato un passo scontato e spontaneo.

Non prendere troppo sul serio le cose

Da allora Beatrice Eheim ha girato parecchio nella Svizzera tedesca. È cresciuta a Wolfenschiessen nel Canton Nidvaldo e, a Baden (AG) ha seguito la formazione di assistente di cura. Dopo appena un anno e mezzo di lavoro in una Casa di cura a Stans, si ritrova sofferente di due ernie discali. Così si forma assistente di farmacia a Sursee (Canton Lucerna) e lavora per diversi anni nel Cantone di Basilea Campagna. dove ha vissuto fino a quando ha deciso di tornare nel Canton Soletta. In ognuno dei suoi periodi di permanenza, ha sempre cercato il contatto con le locali Sezioni Samaritane e così ha conosciuto più di una mezza dozzina di Sezioni e anche le rispettive Associazioni cantonali. Sono tutti contatti personali che ora le tornano molto utili, sia che si tratti del personale per i Servizi sanitari che del semplice scambio di idee ed esperienze. Ma – le chiediamo – ha una ricetta segreta per far fronte a tutte queste sollecitazioni? Nella vita, ci risponde Beatrice congedandoci, non si dovrebbe prendere le cose sempre troppo sul serio. Dobbiamo essere corretti, ma anche vedere tutto sempre dalla prospettiva giusta. «Solo quando crediamo e siamo convinti che le cose andranno nella giusta direzione, allora sarà davvero così.»



«Non si può cambiare tutto in un colpo solo», afferma Beatrice Eheim. «Ma si può sempre provare qualcosa di nuovo.»

Cerchiamo un Monitore samaritano



La storia di questa Sezione è legata in modo marcato alla storia dell'immigrazione italiana in Svizzera. Oggi alla Sezione Samaritani Italiana di Zurigo mancano soprattutto nuove e giovani leve disposte a entrare in Sezione. Da qui, un caloroso appello!

Oggi la cosa sembra difficile da immaginare: dopo la seconda Guerra Mondiale, la Svizzera ha vissuto una forte ripresa economica che ha originato l'urgente bisogno di manodopera, reclutata volutamente anche fuori dal nostro Paese. Nel 1948 la Confederazione svizzera aveva negoziato un accordo con la vicina Italia per il reclutamento di lavoratori, a seguito del quale, negli anni successivi, molte persone provenienti da diverse parti dell'Italia sono venute nel nostro Paese per lavorare. La manodopera era impiegata nell'edilizia, nelle fabbriche, nell'agricoltura e nella ristorazione, come pure nelle ditte di pulizia.

Nel 1964 la legge sull'immigrazione è stata nuovamente «allentata» così che attorno al 1970 erano circa un milione gli immigrati che abitavano in Svizzera, di cui oltre la metà proveniva dall'Italia. Molti di loro in Svizzera hanno costruito e realizzato le proprie vite e sono pertanto rimasti stabilmente, imparando la lingua del posto e integrandosi velocemente nella nostra società.

Comunità italiana a Zurigo

Per concretizzare questa integrazione, c'era tuttavia un grosso bisogno di servizi e prestazioni in lingua italiana. Una di queste prestazioni erano i Corsi soccorritore e i Corsi samaritani. Per questa ragione, nel dicembre del 1950 è stata fondata la Sezione Samaritani «Sezione di Lingua italiana». Diciotto furono le persone che parteciparono al primo Corso samaritano interamente in lingua italiana. Tre anni dopo la Sezione ha adottato ufficialmente i suoi statuti ed è entrata nella Federazione svizzera dei Samaritani.

Quello che successe dopo – come ricorda Salvatore Boccuzzo nella nostra intervista – è stata una vera storia di successo. Egli stesso è entrato nella Sezione all'inizio degli anni Settanta. Qualche tempo dopo, il nome della Sezione fu cambiato in «Società Samaritana Italiana». Fu poco dopo che Boccuzzo frequentò proprio in Ticino la formazione per



Salvatore e Silvia Boccuzzo si impegnano da più di 40 anni per la loro Sezione.

diventare monitore samaritano. E... da quasi 40 anni è presidente della Sezione Italiana.

Boom di Corsi soccorritori

I corsi sono sempre stati ben frequentati, racconta Boccuzzo. Addirittura quando nel 1976 il Corso soccorritore è diventato obbligatorio per ottenere la patente di guida, la domanda è esplosa. In alcuni anni, i soli tre monitori della Sezione hanno impartito corsi addirittura a 700 fino a 800 persone. A quei tempi, la Sezione contava fino a 200 membri attivi e passivi e ad ogni esercizio partecipavano non meno di 20 Samaritani. Nel frattempo è aumentato anche il bisogno di posti sanitari in occasione di manifestazioni

sportive e culturali a Zurigo.

Ora è la moglie Silvia a raccontare. Anche lei è stata per lungo tempo monitrice samaritana, specialmente nella Sezione di Wiedikon. In effetti, era lei a consigliare e sostenere Salvatore durante la sua formazione di monitore ed è proprio così che i due si sono conosciuti. Con l'arrivo del primo dei loro due figli, Silvia ha smesso la sua attività di monitrice attiva e si è impegnata nel lavoro amministrativo della Sezione Samaritani Italiana. E il lavoro da fare era parecchio, racconta sorridendo Silvia: «A volte avevamo fino a 200 telefonate al mese, e questo ogni giorno e anche la notte...» I corsi proposti dalla Sezione Italiana erano molto apprezzati dagli immigrati anche dal Portogallo, dalla Spagna, dal Brasile e sporadicamente dalla Grecia.

Si cercano nuove leve

Questi tempi d'oro sono tuttavia un lontano ricordo. Nella misura in cui la seconda generazione degli immigrati già sapeva meglio il tedesco dell'italiano e diversi dei membri dei primi anni della Sezione sono rientrati in Italia dopo il pensionamento o hanno smesso la loro attività per motivi di età, la Sezione ha vissuto un momento di calma e stasi. Con l'apertura del Corso soccorritori ad altri enti offerenti, la richiesta di questi corsi è calata come pure le entrate della Sezione Italiana. Oggi Salvatore e Silvia lottano per la sopravvivenza della Sezione, assieme con i loro figli, pure essi Samaritani attivi. Affinché la Sezione possa continuare ad esistere, necessita di un monitore che sappia parlare italiano, spiega Salvatore che, con i suoi 71 anni è sì ancora in forma, ma vorrebbe piano piano lasciare la conduzione della Sezione in mani più giovani. La richiesta delle loro prestazioni è, come in passato, sempre forte ma la difficoltà nel reclutamento di nuovi membri rende impossibile far capo a queste richieste. Questo fa male al cuore, dice la coppia, alla quale spiacerebbe molto dover chiudere la Sezione solo per questioni finanziarie. Una Sezione la cui storia fa davvero parte della storia del nostro Paese.

Testo e foto: Sonja Wenger



«E D'UN TRATTO MI HA TRAVOLTO UNO SCIATORE.»



Ascoltate la storia Rega
di Sven Löffel, 39.
soccorsomio.ch/sven

Diventate sostenitori ora.



5 marzo 2017, la Giornata del malato

Pieni di vita nonostante la malattia

Non sempre una malattia o un handicap sono riconoscibili a prima vista nelle persone che ne soffrono. Per quest'ultime, è spesso molto importante vivere nel modo più normale possibile, senza compassione. La «Giornata del malato» 2017 intende rappresentare una sorta di ponte tra le persone malate o con un handicap e le persone sane e sensibilizzare sul fatto che, nonostante tutto, anche i malati fanno parte della vita, come tutti noi.

La «Giornata del malato» ha il suo posto fisso tra gli avvenimenti dell'anno in Svizzera: essa si svolge infatti sempre la prima domenica di marzo. In questa occasione, migliaia di persone partecipano con concerti, azioni, regali e visite negli ospedali e negli istituti di cura come pure con manifestazioni varie di solidarietà; il tutto allo scopo di rendere attenta la popolazione sui bisogni dei malati. Come sempre, tutte le Sezioni Samaritane sono invitate a partecipare alla giornata con azioni varie.

Quest'anno, con il motto «Guardami: sono pieno di vita!» l'associazione desidera mettere al centro dell'attenzione, nella «Giornata del malato», proprio le persone che malgrado handicap o malattie s'impegnano ancora attivamente nella società, sia nel loro lavoro come pure nel volontariato, oppure ancora in seno alla famiglia e alla cerchia di amici. Lo scopo, come detto, è quello di far incontrare, attraverso ponti virtuali, persone malate e sane e contrastare così la solitudine delle persone malate.

Il sostegno sociale: un'importante risorsa

Nel 2012, in occasione di un sondaggio sulla salute in Svizzera, un terzo della popolazione ha dichiarato di avere un problema permanente di salute. Gli studi dimostrano che le persone che possono contare su una buona rete sociale e godono di sostegno, si sentono integrate, vivono più a lungo e sono più sane rispetto alle persone socialmente isolate. Nel Dossier «Vivere con una malattia cronica» dell'Osservatorio svizzero della salute (OBSAN) si evidenzia inoltre che per la maggior parte delle persone malate è importante riacquistare al più presto la normalità e la capacità funzionale

nella vita quotidiana e mantenerle il più a lungo possibile. Le amicizie e i contatti quotidiani con altre persone aiutano e sono utili, soprattutto in situazioni difficili. Molte persone non amano parlare continuamente della loro malattia o del loro handicap. Esse desiderano piuttosto integrare la malattia o l'handicap nella loro vita e godersi la vita come gli altri, senza che tutto ruoti attorno alla malattia. La maggior parte di queste persone apprezza inoltre il fatto di avere una cerchia di amici in cui non si continui a parlare dello stato di salute.

Partecipare alla «Giornata del malato»

Per chi fosse interessato, nella rubrica «Manifestazioni», sul sito www.giornatadelmalato.ch, sono indicati i luoghi delle varie attività e gli orari. L'associazione e i suoi promotori indicano inoltre quali sono le offerte di aiuto a disposizione dei malati e delle persone portatrici di handicap, ma anche dei loro familiari. Sul sito WEB nella rubrica «Service» sono pure disponibili i link sulle offerte di aiuto, le indicazioni bibliografiche e la scheda informativa sull'argomento.

Fonte: Giornata del malato •

Buono a sapersi

L'associazione «Giornata del malato»

La «Giornata del malato» è un'associazione senza scopo di lucro, fondata nel 1939. Ne fanno parte sia organizzazioni di pazienti, sia leghe svizzere contro il cancro, l'epilessia, il reumatismo, associazioni professionali, la Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori della sanità (CDS) e altre associazioni del settore sanitario.

La «Giornata del malato» propone ogni anno alla popolazione del nostro Paese un tema di attualità legato alla salute e alla malattia. Essa vuole contribuire a promuovere i rapporti tra malati e persone sane, a ricordare i doveri delle persone sane nei confronti dei malati e a promuovere la comprensione per i loro bisogni. Vuole inoltre impegnarsi per far riconoscere l'attività di tutti coloro che si impegnano professionalmente o volontariamente a favore dei pazienti e dei malati. L'associazione si finanzia tramite i contributi dei membri e donazioni.



Chi si sente integrato, vive più a lungo e in salute rispetto alla persona socialmente isolata.



Foto: © Post CH AG/Irina Boog

RACCOLTA DI INDUMENTI USATI INSIEME ALLA POSTA SVIZZERA CON FUNZIONE DI OPERATRICE LOGISTICA

A ottobre dell'anno scorso TEXAID ha effettuato un progetto pilota di raccolta di indumenti usati nel cantone di Lucerna in collaborazione con la Posta Svizzera. Sulla base dei feedback positivi ricevuti dalla popolazione e delle analisi relative a questo servizio ecologico effettuate con esito molto gradito, la Posta e TEXAID hanno ora deciso di continuare a collaborare a lungo termine. Anche le organizzazioni cantonali dei Samaritani trarranno profitto da queste raccolte.

Raccolta ecologica grazie alle sinergie

Nei mesi passati TEXAID ha valutato i suoi diversi sistemi di raccolta secondo criteri ecologici ed economici ed è giunta al risultato che specialmente la raccolta in strada in aree rurali e suburbane non è più in grado di soddisfare queste esigenze. Per questo TEXAID si è molto impegnata per individuare un sensato metodo sostitutivo all'odierno tipo di raccolta in strada. Il progetto pilota con la Posta ha mostrato che questo metodo di raccolta soddisfa le aspettative. Grazie alle sinergie con la Posta non si svolgono viaggi a vuoto, in quanto il ritiro degli indumenti usati è combinato al recapito della posta.

Corrispettivo caritatevole

Da anni le sezioni regionali dei Samaritani sono importanti partner di TEXAID. In virtù di questo impegno, TEXAID ha deciso di aiutare le rispettive sezioni cantonali dei Samaritani con una parte del ricavato dalla raccolta. Le sezioni cantonali ricevono proventi finanziari realizzati dalle raccolte e li possono utilizzare per il loro prezioso lavoro di pubblica utilità. Anche dalle raccolte in città con alto numero di abitanti, che TEXAID effettua autonomamente, la sezione cantonale dei Samaritani riceverà ora mezzi finanziari.

Informazioni importanti

La raccolta con la Posta non avrà luogo laddove le associazioni dei Samaritani effettuano già raccolte in strada per TEXAID. La raccolta in strada con la Posta non è un nuovo tipo di raccolta, ma sostituisce le raccolte in strada TEXAID nei giorni prefissati già in atto. Si può per questo supporre che il peso della merce delle raccolte in strada resti invariato e che il peso della merce raccolta in contenitori non subisca cali.

TEXAID è lieta di aiutare ancora di più le associazioni dei Samaritani e di poter continuare a offrire alla popolazione un metodo di raccolta che rappresenta un vero servizio gradito in particolare alle persone con mobilità limitata.

I nuovi corsi dal 1 gennaio 2017

Alcuni di noi hanno già avuto modo di iniziare a sperimentare i nuovi corsi. Mi sono messo in gioco in prima persona anche io proprio per provare «sulla mia pelle» le novità con un corso IAS 2 e un BLS-AED-SRC completo e devo dire che sono proprio soddisfatto. Ovvio, ci sono ancora alcuni difetti d'infanzia, ma siamo sicuramente sulla buona strada.

I nuovi corsi, a detta di partecipanti che già hanno frequentato nostre proposte formative in passato, sono più dinamici e coinvolgenti. Questo ovviamente implica per i monitori un impegno molto più marcato nella preparazione: cartellini, cartelloni, puzzle, cruciverba, giochi «di ruolo», simulazioni, ecc. richiedono – almeno per le prime volte – un grande lavoro a casa. Inoltre, durante il corso stesso il monitor deve essere un abile «direttore d'orchestra» in grado di gestire i tempi: in questo senso sono di notevole aiuto le nuove tecnologie (il corso è concepito per un monitor che abbia sott'occhio il piano della lezione grazie a un tablet, ma questa non è l'unica possibilità). Certo, in futuro, dopo i primi corsi, il materiale resta e non si tratterà di crearlo da zero ogni volta (anche se all'inizio vi sconsiglio di plastificare tutto, perché molti documenti sono in revisione a causa di errori di traduzione).

Non sono solo rose e fiori, ovviamente. Uno dei problemi più grossi è legato appunto alle traduzioni, che sono state fatte in fretta e furia e non sempre sono di buona qualità. L'ASSTM si è sempre messa a disposizione per le revisioni, ma ahimè le richieste da parte

della FSS sono arrivate solo DOPO la pubblicazione. E, permettetemi una nota polemica, si vede! Stiamo comunque lavorando affinché anche questo aspetto possa migliorare: potete aiutarci segnalando ev. errori a lehrmittel@samariter.ch (mettendo in copia errori@asstm.ch).

Vi ricordo che anche l'amministrazione dei corsi è cambiata: non è più necessario inviare l'annuncio dei corsi in segretariato (basta una e-mail se si vuole che il corso compaia anche sul sito www.samaritaniticino.ch): il responsabile dei corsi sezionali inserisce il corso (in anticipo!) nella piattaforma IAS e da lì potrà gestire tutto (dalle ricevute alla fattura, dalle iscrizioni alla stampa/invio dei certificati).

In caso di problemi informatici (accessi, ecc.) rivolgetevi direttamente al Segretariato della Federazione (administration@samariter.ch). Per un supporto nell'organizzazione o gestione dei corsi, rivolgetevi al vostro istruttore di zona, che sarà lieto di sostenervi in questa fase di transizione. Provare per credere! Buon corso a tutti.

Nicodemo Cannavò, Presidente ad interim ASSTM

Schedario di giochi in tre lingue

Idee innovative e originali di giochi

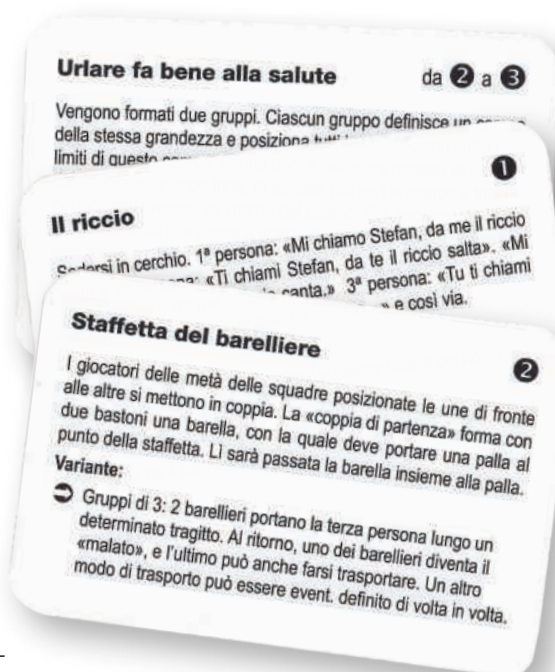
I formatori della FSS conoscono bene questa situazione: improvvisamente nel gruppo di allievi c'è un calo di energia, i partecipanti del corso sono stanchi, diventano inquieti o manifestano poca volontà di continuare. Ecco che allora diventa molto utile introdurre un breve gioco con loro, per esempio una «corsa coi sacchi» o il «calcio delle amebe». In questo gioco, 4 giocatori formano un'ameba: ciascun partecipante si passa la mano sinistra tra le gambe e afferra la mano di chi sta dietro. I due gruppi giocano poi a calcio l'uno contro l'altro. In una squadra possono esserci anche più amebe.

Chi lavora nella formazione e nella formazione continua ha bisogno in genere di una «Cassetta degli attrezzi» ben fornita di conoscenze ed esperienze. Ed è di enorme aiuto il fatto di sapere... «sortire dal cappello» al momento giusto il gioco giusto per la situazione. Lo schedario di idee di giochi della Federazione svizzera dei Samaritani offre a questo proposito delle utilissime idee: la collezione creativa ideata per

i/le formatori/rici comprende infatti ben 65 idee di gioco. I metodi sono suddivisi nelle seguenti categorie: giochi tranquilli (14), giochi attivi (33) e giochi molto attivi (18). I singoli giochi possono essere utilizzati a tutti i livelli, dai

giovani agli adulti. Le schede con le relative istruzioni vengono fornite in una scatola di cartone nel formato 85x55 mm. Il set di carte è ottenibile pure nelle lingue francese e italiano. Per maggiori informazioni contattare il Settore vendita della FSS, tel. 062 286 02 86, e-mail: shop@samariter.ch oppure visitare il sito shop.samariter.ch.

Testo e foto: FSS



Malcantone, nasce un'associazione di volontariato

Accompagnare anziani e persone malate negli spostamenti

«Malcanton Express» è una nuova associazione di volontariato che si pone l'obiettivo di offrire un servizio di accompagnamento a persone anziane e/o con problemi di salute, residenti nel Malcantone. L'associazione si attiva per accompagnare le persone bisognose in occasione di visite mediche, visite dentistiche, terapie, acquisti di farmaci o generi alimentari o per qualsiasi altra necessità di trasporto si presenti loro e che venga annunciata per tempo all'associazione.

Esistono, è vero, diversi enti ed associazioni pubblici e privati che si adoperano per il benessere collettivo. Nonostante ciò «Malcanton Express» ritiene che il problema «trasporti» sia avvertito come un disagio per questa fascia di popolazione, in particolar modo nella Regione Malcantone, la cui geografia e morfologia del territorio pongono forti limiti alla mobilità di chi non dispone di un proprio mezzo di trasporto. Nel contempo, proprio per la specificità del territorio, anche l'efficienza dei mezzi pubblici ne risente.

Per questo motivo la nuova associazione risulta particolarmente importante al fine di poter supportare con un servizio di trasporto efficiente ed economico chi incontra difficoltà nei suoi spostamenti.

L'obiettivo può essere realizzato solo grazie alle persone volontarie che offrono il loro prezioso tempo, e grazie al contributo finanziario di persone, aziende e istituzioni che vorranno sostenere la nostra associazione.

Per ottenere ulteriori informazioni, basta scrivere all'indirizzo mail malcanton.express@gmail.com oppure telefonare al numero 077 5201362 o ancora visitare il sito: www.malcantonexpress.ch

Nicola Notari, Neggio

«oggi Samaritani» 02 / 2017
Data di apparizione: 8 febbraio 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



Colonna

Samaritano, un modello fuori produzione?

Se da uno sguardo alle passate settimane, si potrebbe credere che presto non ci saranno più né Samaritane né Samaritani. In occasione dei molti contatti che ho avuto con la base, ho infatti sentito molto spesso che con tutte le innovazioni e le certificazioni necessarie, si sta definitivamente decretando la fine del movimento samaritano.

A dire la verità, quello che percepisco è però ben diverso. Ad esempio, a metà gennaio in occasione del rapporto annuale di un Cantone ho sentito in quale modo positivo è stato valutato l'intervento dei Samaritani in una grande esercitazione: essi sono competenti nel loro settore, si dimostrano entusiasti e diligenti nello svolgimento dei loro compiti e sono stati giudicati dalle forze d'intervento come un prezioso ente di supporto. Ma c'è di più. Nel Canton Obvaldo ho invece sentito che «i First Responder danno buona prova di loro stessi». E proprio in questi giorni, nel Canton Berna è stata fondata una nuova Sezione Samaritani.

Tutto questo mi dimostra che, con la nostra Strategia, siamo nel giusto. Il nostro scopo è quello di formare in modo ottimale e in tutto il Paese i Samaritani secondo le nuove e mutate esigenze. Con il progetto «Samaritani scolastici» non solo forniamo le scuole di giovani primi soccorritori, bensì cerchiamo di trasmettere il principio della solidarietà sociale all'interno delle classi scolastiche. E con il nostro impegno come First Responder rafforziamo l'immagine dei Samaritani quale ente competente nei Primi soccorsi. Quindi tutti noi Samaritani siamo ben altro che un «modello fuori costruzione». Abbia-

mo sì molte novità e sfide da gestire, ma tutti uniti saremo in grado di farcela!



Dieter Göldi,
membro del
Comitato
centrale FSS