

oggi

1/20

# SAMARITANI

La rivista della Federazione svizzera dei samaritani



## Opportunità per il futuro

### 12 BUONO A SAPERSI

Il volontariato nell'era  
del digitale

### 16 RIORIENTAMENTO

La strategia è un processo  
in comune

### 28 SALVATAGGIO DI UNA VITA

Intervento reale  
durante la formazione



**I molti  
volti dei Primi  
soccorsi**



Grazie mille per  
la vostra donazione  
e il vostro sostegno.





# IL FUTURO

Care lettrici, cari lettori,

quando, molti anni fa, entrai come giovane mamma nella sezione samaritana, non immaginavo che ora – come nonna – sarei stata ancora attiva nella vita della sezione. Nel frattempo ci sono stati molti cambiamenti, abbiamo nuovo materiale per i soccorsi, disponiamo di nuovi metodi d'insegnamento e di nuovo materiale didattico; ma una cosa è rimasta uguale: i samaritani aiutano a salvare le vite e forniscono aiuto per l'auto-aiuto.

Quest'anno continueremo a lavorare sulla strategia, insieme, come abbiamo fatto lo scorso anno. Assieme stiamo dando forma al futuro dei samaritani e, così facendo, cerchiamo di prendere con noi dal passato solo le cose che ci fanno avanzare con positività nel futuro.

Anche il futuro dei primi soccorsi è in costante evoluzione: di tendenze e sviluppi attuali si parla in questa rivista alle pagine da 6 a 10. Da parte nostra, dal passato assumiamo con fiducia i buoni principi e valori della Croce Rossa e lasciamo indietro le cose vecchie e inutili. In questo numero parliamo anche delle nuove sfide e delle opportunità offerte dalla digitalizzazione nell'ambito del volontariato. Per molti, queste innovazioni sono ancora tabù o viste negativamente. Ma cerchiamo

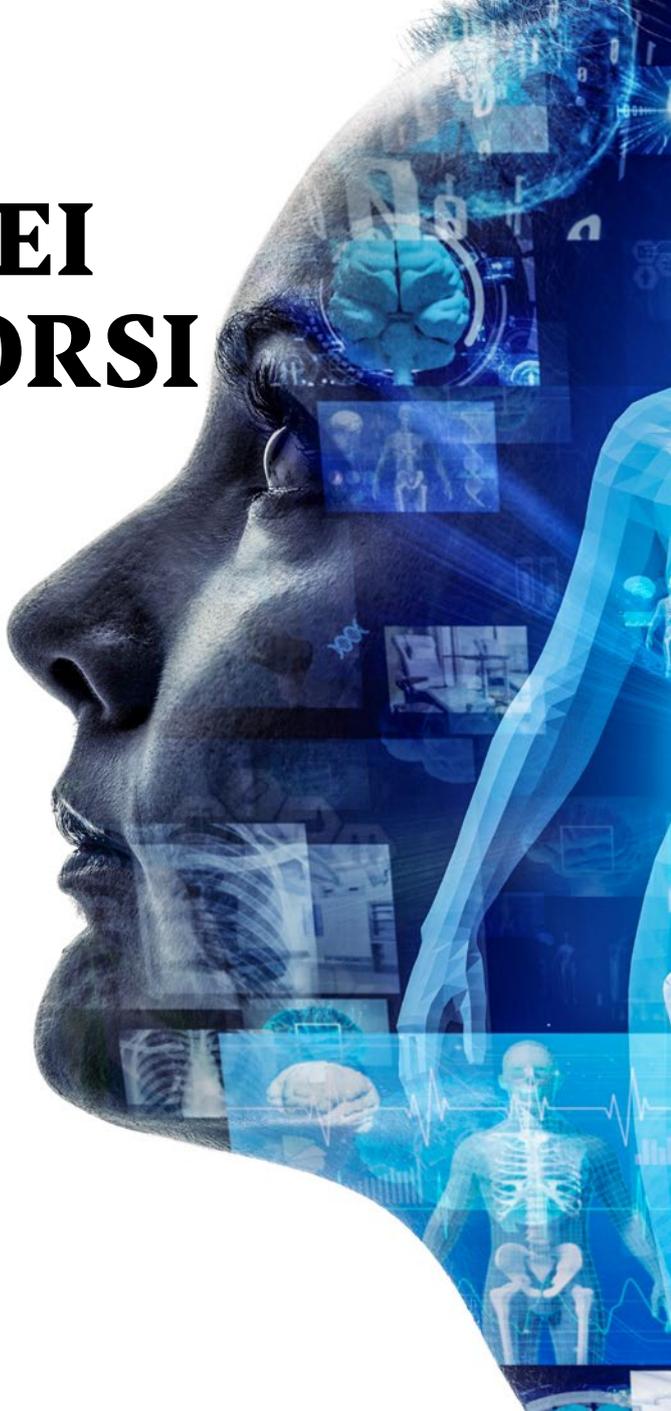
di essere onesti: chi, oggi, scriverebbe ancora un testo con una vecchia macchina da scrivere col nastro e senza tasto per correggere? Ovviamente, è sempre ancora bello ricevere una lettera scritta a mano o un biglietto d'auguri disegnato amorevolmente. Ma, tutto sommato, il computer facilita il nostro lavoro e la comunicazione. Questo vale soprattutto per i numerosi comitati di enti e associazioni operanti a titolo volontario in Svizzera.

●  
«La cosa più bella del passato, è che si può sapere cosa non ripetere o portare con sé nel futuro.»  
●

Avanziamo dunque assieme su questa strada e affrontiamo in modo congiunto le sfide e le opportunità che ci si presentano. Grazie per essere sempre al mio fianco e a quello dell'intero Comitato centrale, accompagnandoci e sostenendoci nella realizzazione di un positivo futuro per tutti i samaritani.

**THERESIA IMGRÜTH NACHBUR**  
Membro del Comitato centrale

# 6 IL FUTURO DEI PRIMI SOCCORSI



**12 LA DIGITALIZZAZIONE  
NEL VOLONTARIATO**

**16 «SAMARITANI DEL FUTURO» -  
UN LAVORO IN COMUNE**

**24 CON BLENDED LEARNING  
AL PASSO CON I TEMPI**

## INDICE

**18 DOMANDA E  
RISPOSTA**

Il direttore della FFS  
Peter Lack fa il punto al  
processo della strategia

**21 GIOVENTÙ  
SAMARITANA**

Cosa pensano i giovani  
del riorientamento  
della Federazione  
svizzera dei samaritani

**22 ATTUALITÀ**

Il nuovo capo delle FFS  
è anche samaritano

La persona è al centro  
della Giornata del  
malato

Il simposio dei soccorri-  
tori: una piattaforma di  
scambio di conoscenze  
e contatti

Anche i samaritani alla  
«Tetris Challenge»

**28 SEZIONI E  
ASSOCIAZIONI**

Quando un'esercitazio-  
ne si trasforma in caso  
reale

**31 TOCCA A VOI**

Cruciverba e Sudoku

**32 NOVITÀ ALLO SHOP  
SAMARITANO**

Premio-scambio per la  
nuova generazione di  
defibrillatori AED di Zoll



## IMPRESSUM

«oggi Samaritani» 1/2020

Data di pubblicazione: 12 febbraio

### Editore

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

Abbonamenti e cambiamenti d'indirizzo,  
per iscritto all'indirizzo sopra.

### Prezzo d'abbonamento

Singolo abbonamento per terzi:  
Fr. 33.– all'anno

4 numeri all'anno

Tiratura: 22 600 copie

### Redazione

Christoph Zehnder (cze)  
Matthias Zobrist (mzo)  
Stefanie Oehler (soe)  
Svizzera francese: Chantal Lienert (cli)  
Ticino e Moesano: Mara Zanetti  
Maestrani (m.z)  
Segretariato: Monika Nembrini  
Telefono 062 286 02 00  
Telefax 062 286 02 02  
redazione@samaritani.ch  
Indirizzo postale:  
Redazione «oggi Samaritani»  
Casella postale, 4601 Olten

### Inserzioni

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

### Impaginazione, stampa, spedizione

Stämpfli AG, 3001 Bern

### 34 DAGLI ARCHIVI

Florence Nightingale e  
la Federazione svizzera  
dei samaritani

### 38 FAMIGLIA CRS

Le squadre di REDOG  
nelle regioni terremotate

### 39 LO SAPEVATE?

I 10 oggetti più  
pericolosi in casa  
e in giardino

### 40 BUONO A SAPERSI

Primi soccorsi, consigli  
per il periodo di  
carnevale

### 42 SOTTO LALENTE

Cosa significa essere  
agile per un'organizza-  
zione

### 43 INFORMAZIONI

Contatti, edizioni 2020  
e altre informazioni  
in breve



# PRIMI SOCCORSI 4.0

**I velocissimi sviluppi della tecnologia non si fermano nemmeno davanti ai primi soccorsi. Ed è bene che sia così. Infatti la tecnologia offre un gran numero di nuove possibilità per aiutare gli altri e salvare vite umane.**

---

**TESTO: Christoph Zehnder**



I soccorritori del futuro disporranno di possibilità che al momento sono difficili da immaginare.  
(Fotos: Shutterstock)

Nel 1952 alcuni medici americani riuscirono per la prima volta a ripristinare mediante impulsi elettrici esterni il battito cardiaco di un paziente. Cosa direbbero i samaritani di quei tempi se adesso si mostrasse loro un moderno defibrillatore automatico esterno (AED)? Probabilmente ne resterebbero molto impressionati. Ma ancora di più li impressionerebbe proba-

bilmente il fatto che con apparecchi del genere perfino i soccorritori occasionali, senza nessuna particolare formazione, sarebbero in grado di salvare vite. Ormai l'impiego dell'AED fa parte della formazione di base dei primi soccorritori. Ma per arrivare a tanto sono stati necessari decenni di ricerche e sviluppi.

I defibrillatori moderni sono costruiti in modo tale che chiunque può utilizzarli. Chiare istruzioni audiovisive contribuiscono a ridurre le reticenze nell'impiegarli. Simultaneamente diventano sempre più maneggevoli e – pure abbastanza importante – il prezzo è in continua diminuzione. Durante la rianimazione i moderni apparecchi sorvegliano anche la frequenza e la profondità delle compressioni toraciche e forniscono un feed-

## In un'emergenza l'uomo, quale primo soccorritore, continuerà a essere il fattore decisivo.

back in tempo reale. Inoltre raccolgono dati utili per gli ulteriori perfezionamenti. I modelli più recenti sono anche collegati in rete. Si possono programmare in modo che quando vengono utilizzati trasmettono automaticamente una chiamata di emergenza e stabiliscono un collegamento con i servizi di salvataggio.

### Lo smartphone come salvavita

Pertanto il defibrillatore del futuro assiste i soccorritori non solo nella rianimazione, ma anche nel dare l'allarme. Negli ultimi anni anche questo anello della catena di salvataggio ha registrato sviluppi impressionanti. Con l'introduzione della telefonia mobile, anche il normale cittadino è stato messo in grado di richiedere aiuto praticamente da qualsiasi luogo e in qualsiasi situazione. A questo riguardo gli smartphone hanno pure introdotto possibilità assolutamente nuove. Per esempio Google, il gigante di Internet, ha sviluppato un'app che rileva automaticamente se qualcuno è stato coinvolto in un incidente della circolazione. Se la persona in questione non segnala il cessato allarme, il suo smartphone trasmette automaticamente una chiamata di emergenza. Inoltre al loro arrivo i soccorritori possono leggere sullo schermo bloccato le informazioni personali del paziente in caso di urgenza.



Grazie agli smart-phones oggi giorno possiamo chiedere aiuto praticamente in qualsiasi situazione.

Per il momento questo servizio è disponibile soltanto negli USA. App di emergenza sono però disponibili anche in Svizzera, per esempio quella della Guardia aerea svizzera di soccorso (Rega). Secondo le impostazioni, l'app Rega trasmette a intervalli regolari alla centrale la posizione dello smartphone. In caso di ricerca, il capo-intervento può accedere a questi dati e farsi comunicare l'ultima posizione. I dati della posizione possono essere condivisi anche con i contatti personali. L'app offre pure una modalità di sorveglianza. Gli utenti possono infatti memorizzare diversi contatti di emergenza, che vengono informati con una chiamata automatica, se l'utente non è in grado di reagire alla richiesta automatica sul suo smartphone o se resta immobile per diverso tempo. Tutti questi programmi hanno lo scopo di ridurre il tempo che trascorre prima che venga trasmesso l'allarme e di fornire alle squadre di salvataggio il maggior numero possibile di informazioni utili per il loro intervento.

### Primi soccorsi dal cielo

La Rega ricorre alle tecnologie più moderne anche quando vola. Già a partire da quest'anno un drone che la Rega ha sviluppato ultimamente dovrebbe assistere i soccorritori nella ricerca di

persone disperse, ferite o malate, per esempio quando la scarsa visibilità impedisce agli elicotteri di volare. Il drone è in grado di sorvolare in modo autonomo vaste zone ed è dotato di vari sensori, fra i quali una videocamera termica. Come spiega la Rega, in determinati casi il drone costituisce un valido aiuto, ma non può sostituire l'elicottero con il suo equipaggio. Se la ricerca consente di trovare una persona ferita o malata, anche in futuro saranno necessari elicotteri o altri mezzi di intervento.

Comunque i droni non servono soltanto a localizzare le persone in difficoltà, bensì potrebbero anche portare rapidamente ausili medici al paziente. AED sempre più compatti e droni sempre più efficienti sono una valida combinazione in grado di aumentare, in futuro, il potenziale salvataggio di più vite umane. Alcuni ricercatori canadesi hanno voluto sapere con precisione chi è il più veloce: il servizio di salvataggio o il drone. In quattro scenari differenti, li hanno fatti competere entrambi. La distanza per la simulazione dell'intervento andava da 6 a 30 chilometri. Il drone è sempre stato più veloce. Quanto maggiore la distanza, tanto maggiore è stata anche la differenza di tempo fra il drone e il servizio di salvataggio convenzionale.

Considerata la vastità del Canada, si ritiene che in futuro vi siano reali possibilità di impiego per questi droni AED. Invece in Svizzera, Paese densamente popolato, per il momento pare più opportuna una fitta rete di defibrillatori accessibili al pubblico. Comunque anche in Europa si stanno studiando progetti del genere. Per esempio ha suscitato vivo interesse un progetto dell'Università tecnica di Delft. Gli ingegneri olandesi hanno sviluppato un drone-ambulanza che trasporta rapidamente un defibrillatore fino al luogo d'intervento. «Se, in caso di emergenza, arriviamo più rapidamente sul posto, possiamo salvare numerose vite e facilitare la guarigione di molti pazienti. Questo vale in particolare per le emergenze come insufficienza cardiaca, annegamenti, traumi e problemi respiratori», spiega Alec Momont, che ha sviluppato il drone. Grazie al fatto che oggi le tecnologie salvavita, come i defibrillatori, sono diventate tanto compatte da poterle trasportare con un drone, la cosa è diventata possibile. L'ideatore di questo robot volante lo considera una specie di «cassetta volante per ausili medici». In volo il drone può arrivare a una velocità di 100 km/h. Il drone localizza il segnale dello smartphone della persona che ha dato l'allarme e vola automaticamente fino alle coordinate ricevute. Inoltre è dotato di videocamera, microfono e altoparlante e collegato in diretta con la centrale d'intervento. In tal modo il personale del pronto soccorso può vedere cosa sta succedendo e impartire istruzioni ai soccorritori sul posto. Gli ideatori hanno calcolato che con una rete di tali droni-ambulanza, il tasso di sopravvivenza in caso di emergenza cardiaca potrebbe aumentare dall'8% a oltre l'80%.

Però ci sono ancora molte questioni aperte. Per esempio non è ancora chiaro se questi «deficottori» voleranno in modo completamente automatico o se saranno comandati a mano dalla centrale di intervento. Dal punto di vista tecnico sarebbero possibili tutte e due le varianti. In Svizzera, però, un volo autonomo sarebbe problematico. Inoltre anche i ricercatori sottolineano un punto che non bisogna assolutamente dimenticare, malgrado tutte le possibilità offerte dall'automazione: in un'emergenza l'uomo, quale primo soccorritore, continuerà a essere il fattore decisivo. Un drone non può iniziare nessuna rianimazione.

### La tecnica nell'ambito della formazione e della prevenzione

Il futuro è iniziato da lungo tempo anche nel settore della formazione. Con l'introduzione del pro-

gramma di blended learning nei corsi soccorritori la Federazione svizzera dei samaritani ha svolto un'opera da pionieri. La tecnologia svolgerà anche in futuro un ruolo importante nella formazione dei soccorritori. Per esempio i moderni manichini di rianimazione sono veri e propri apparecchi hightech. Registrano con precisione ogni

## Il futuro è iniziato da lungo tempo anche nel settore della formazione.

azione e visualizzano l'effetto delle misure di rianimazione in tempo reale sullo smartphone o il tablet. I responsabili della formazione e i partecipanti ricevono informazioni precise su quello che bisogna ancora migliorare.

In avvenire la formazione potrebbe svolgersi nello spazio digitale. Stiamo parlando della realtà virtuale (VR). Alcuni fornitori lavorano già con questi sistemi. Mettendosi occhiali VR, l'utente entra in uno scenario di emergenza fittizio. L'ambiente virtuale tridimensionale mira a indurre ancora di più ad agire. Premendo un bottone, il locale dell'esercitazione diventa il teatro di un infortunio. Peraltro la tecnologia VR va ancora perfezionata. Al momento molte cose sono soltanto un gioco e forse resteranno sempre tali. Comunque l'impiego della VR offre interessanti possibilità nell'ambito



Anche la Rega punta sulle tecnologie più moderne. (Foto: Rega)

della formazione. Grazie ai computer sempre più potenti e alle possibilità di visualizzazione sempre migliori, gli scenari diventano sempre più realistici. Ed è proprio questo l'obiettivo degli sviluppatori. Infatti, quanto più realistica appare l'emergenza virtuale, tanto maggiore sarà la sfida emotiva e quindi anche l'effetto didattico.

Anche nella prevenzione la tecnologia svolge un ruolo sempre più importante. Già oggi pressione sanguigna e cardiogramma si possono misurare con lo smartphone (anche se siamo lontani dalla precisione garantita dal personale specializzato). I ricercatori del Politecnico di Losanna hanno addirittura realizzato un minuscolo impianto che analizza il sangue e trasmette i risultati a uno smartphone mediante Bluetooth. Lo smartphone riconosce i segnali di un infarto cardiaco e trasmette automaticamente una chiamata d'emergenza. Queste applicazioni e altre simili potrebbero rivoluzionare il mondo della medicina. Attualmente la situazione è questa: qualcosa va storto e la medicina cerca di riparare il danno. In futuro si tratterà sempre di più di intervenire ancora prima che il danno o il problema si manifesti.

### Gel al posto del bendaggio compressivo?

Il progresso si vede più chiaramente nel settore digitale e tecnico. Ma ci sono progressi anche in altri campi, per esempio nel trattamento delle ferite. Oggi i primi soccorritori possono scegliere fra una ricca gamma di fasciature e cerotti diversi, secondo il tipo di ferita. Per lungo tempo il principio della cicatrizzazione umida è stato applicato soltanto in ambito clinico. Adesso lo si usa anche nel pronto soccorso. Per le piccole ferite esistono da lungo tempo cerotti spray, che vengono perfezionati in

●  
**Ci sarà sempre bisogno di  
 persone disposte a prestare  
 i primi soccorsi.**  
 ●

continuazione. Ma la ricerca continua, per arrivare a un materiale perfetto per le fasciature. La fasciatura di domani non si limita a proteggere la ferita, ma la sorveglia e favorisce la cicatrizzazione.

Forse presto i soccorritori disporranno pure di possibilità completamente nuove per fermare le



Le tecnologie come la realtà virtuale trovano applicazione nella medicina di punta.

emorragie. Un gel a base di alghe, sviluppato da un giovane chimico americano, si basa su un principio completamente nuovo. Nel giro di pochi secondi il gel chiude il tessuto danneggiato e può essere iniettato direttamente nelle ferite di grandi dimensioni. Per il momento è omologato soltanto per la medicina veterinaria. Secondo quanto afferma il suo inventore, presto dovrebbe arrivare sul mercato anche una versione per la medicina umana e infine anche per l'uso domestico.

### Dalla medicina di punta ai primi soccorsi

Oggi molti ritrovati medici e tecnologici paiono essere ancora fantascienza. Eppure il futuro è più vicino di quel che non si pensi. Spesso i precursori delle nuove tendenze nel campo dei primi soccorsi si trovano nella medicina di punta. Mediante modelli 3D, oggi medici e scienziati simulano interventi complicati, controllano robot medici di alta precisione nella microchirurgia o producono pelle con una stampante 3D. Questo ha ben poco a che vedere con i primi soccorsi. Però probabilmente pochi decenni fa si pensava la stessa cosa del defibrillatore.

È molto difficile prevedere quali ritrovati tecnici si affermeranno nell'ambito dei primi soccorsi. Ma i soccorritori del futuro disporranno di possibilità che al momento sono difficili da immaginare. Tuttavia anche in futuro ci sarà qualcosa che non cambierà: ci sarà sempre bisogno di persone disposte a prestare i primi soccorsi.

# Tosse?

## winterfit

Gli sciroppi  
per la tosse adatti  
a tutta la famiglia  
Per bambini e adulti



**Similasan Lenitivo per la tosse**  
In caso di tosse secca  
a seguito di raffreddore



**Similasan Espettorante**  
In caso di tosse catarrale  
a seguito di raffreddore

# Il volontariato nell'era digitale

**La digitalizzazione ha un impatto anche sul lavoro di volontariato. Tuttavia gli esperti sostengono che il suo potenziale non sia stato ancora pienamente sfruttato. Vediamo come le organizzazioni di volontariato possono beneficiare della digitalizzazione imperante nella società odierna e come possono affrontare le relative sfide.**

**TESTO: Christoph Zehnder / m.z**

Cercate un appartamento o un lavoro, oppure desiderate sbarazzarvi della vostra vecchia automobile? Con un po' di fortuna, magari conoscete qualcuno nel vostro ambiente che potrà farvi una buona offerta. In caso contrario, mettetevi alla ricerca su Internet. La rete Internet oggi giorno collega rapidamente e in modo semplice le persone che hanno interessi comuni. Esistono piattaforme digitali (siti Internet) in ogni settore dell'attività umana e per ogni bisogno. Anche per il volontariato. Le organizzazioni di volontariato ne sono coscienti e utilizzano questi nuovi mezzi tecnici di comunicazione, sia per avvicinare e reclutare nuovi volontari o per sostenerli e aiutarli nel loro impegno. Ciò avviene già e in diversi modi nella vita quotidiana del volontario. Anche nell'ambito samaritano: che si tratti della piattaforma d'apprendimento digitale, dell'app del soccorritore o di una chat di gruppo della propria sezione samaritana. «Le tecnolo-

ne Mercator Svizzera. Esperti di vari settori commentano in questa pubblicazione la digitalizzazione del volontariato. Tutti concordano sul fatto che gli strumenti digitali costituiscono un valido supporto, ad esempio per lo scambio di esperienze, l'attuazione di progetti comuni e nella cura della rete di contatti.

## Molto di più di una nuova tecnologia

Ma la digitalizzazione – sostengono unanimi gli esperti – è molto di più della sola introduzione di nuove tecnologie. La digitalizzazione significa anche che le organizzazioni di volontariato devono perseguire i loro obiettivi. Grazie e attraverso lo sviluppo della nuova strategia, questo processo è già in pieno svolgimento in seno alla Federazione svizzera dei samaritani (FSS). La Croce Rossa Svizzera (CRS) che, proprio come la FSS, è coinvolta in un processo strategico, ha persino creato la propria unità denominata «Sviluppo digitale», sottolineando così l'importanza di questo settore d'azione. Un'analisi dei bisogni ha dimostrato che le organizzazioni affiliate alla CRS utilizzano già diversi strumenti di coordinamento dei volontari.

•  
**«La digitalizzazione è ben di più che la sola implementazione di nuove tecnologie.»**  
 •

gie digitali possono aiutare le organizzazioni non profit a coinvolgere più persone nel loro lavoro, a semplificare le noiose pratiche burocratiche e a utilizzare le risorse disponibili in modo più efficiente», scrive il ricercatore in comunicazione Stephan Peters in una pubblicazione della Fondazio-

Uno dei vantaggi della digitalizzazione è che la sua utilità non dipende necessariamente dalla forma o dalle dimensioni dell'organizzazione. Le nuove tecnologie non sono infatti a disposizione solo delle grandi organizzazioni, anzi: piccoli aiuti digitali possono rivelarsi molto utili per piccole sezioni o enti e possono essere adattati alle singole esigenze. E dato che chi sviluppa queste tecnologie attribuisce un grande valore alla loro facilità d'impiego,

non è necessario essere un informatico per lavorare con la digitalizzazione. Tutto quel che occorre, è semplicemente la volontà di affrontare le nuove tecnologie. Tuttavia, secondo una recente scoperta, le organizzazioni non profit sottovalutano spesso i cambiamenti indotti dalla digitalizzazione. Un buon esempio in questo senso sono i siti Internet e i social media. Grazie a questi strumenti, ogni sezione o ente anche piccolo può attirare l'attenzione e farsi conoscere. I membri possono essere sempre aggiornati e i potenziali interessati possono farsi un'idea sulle attività della sezione. Ma anche in questo campo, informazioni vecchie e siti o profili online non aggiornati sono un pessimo biglietto da visita digitale. Per questi motivi, è molto importante valutare gli scopi che si vogliono raggiungere con una presenza online e attribuire delle responsabilità per l'aggiornamento del sito o del profilo. D'altra parte, non serve a nulla avere il sito Internet più bello, se ciò che viene presentato e mostrato non corrisponde alla realtà. Il mondo digitale deve corrispondere al mondo... analogico.

## Coinvolgimento digitale e analogico

Circa un quarto delle persone in Svizzera è formalmente coinvolto in un'associazione o organizzazione. Circa lo stesso numero di persone è attivo su Internet e spesso si tratta delle stesse persone. Moderano gruppi su Facebook, aggiornano siti Internet di sezioni o associazioni oppure ancora offrono consigli. Spesso capita che chi si impegna nel mondo digitale è pure impegnato nel mondo reale. Il coinvolgimento online è particolarmente diffuso tra

•  
«Spesso, chi è attivo online è anche impegnato nella vita reale.»  
•

i giovani al di sotto dei 35 anni e assumerà sempre maggior importanza in futuro. Una digitalizzazione sfrenata può a volte suscitare timori. In futuro, passeremo ancora più tempo davanti a uno schermo quando invece il lavoro di volontariato contempla quasi sempre il contatto interpersonale? Spetta alle organizzazioni di volontariato decidere come reagire ai cambiamenti sociali. La tendenza si sta chiaramente spostando dall'impegno a lungo termine verso incarichi puntuali e legati a un progetto. Non è un segreto: lo sviluppo sociale e quello tecnico si aiutano e sostengono a vicenda.

## Progettare e decidere assieme

Rispetto al passato, oggi i volontari hanno un maggior bisogno di flessibilità in fatto di tempo. Anche la richiesta di partecipazione e coinvolgimento è cresciuta. Chi, oggi, lavora per il bene comune vuole fare la differenza e non semplicemente svolgere dei compiti. La digitalizzazione offre qui nuovi modi per soddisfare queste esigenze. «Con l'aiuto degli strumenti digitali, l'impegno sta diventando sempre più flessibile, a breve termine e anche su piccola scala, ad esempio sotto forma di mini-impegni, progetti a breve termine o incarichi ad hoc in caso di disastro», constata Stephan Peters. Le piattaforme digitali come l'app «Five up» promossa dalla CRS (vedi riquadro) ne sono un esempio. Queste piattaforme, tuttavia, non sono rimedi miracolosi, ma possono creare una nuova libertà affinché le persone che svolgono attività di volontariato a favore del prossimo possano sviluppare meglio tutto il loro potenziale.

### Fonti:

«Freiwilliges Engagement in einer digitalisierten Welt»,  
Mercator-Stiftung Schweiz / Freiwilligen-Monitor 2016

## PREMIO PER L'APP «FIVE UP»



Le nuove tecnologie come l'app «Five up» semplificano l'accesso alle persone interessate e facilitano il coordinamento delle attività di volontariato (vedi «oggi Samaritani» 2/19). L'applicazione è utilizzata e promossa, tra l'altro, dalla Croce Rossa Svizzera. Lo scorso novembre i creatori dell'app «Five up» si sono aggiudicati il primo premio nella categoria «Enterprise» al 7° Best of Swiss App Awards.

## TEXAID E L'UNIVERSITÀ DEGLI STUDI DI LUCERNA RICERCANO POSSIBILITÀ DI RICICLAGGIO DI TESSILI

Ogni anno, TEXAID raccoglie in Svizzera circa 37 000 tonnellate di indumenti usati e si impegna affinché questi vengano riutilizzati in modo ecologicamente appropriato. Il 30 per cento dei tessuti raccolti sono in un pessimo stato ed è quindi impossibile utilizzarli come capi di abbigliamento di seconda mano: si tratta di una tendenza in crescita, perché il trend verso indumenti economici e di produzione economica resiste. Il quesito del progetto «Texcycle» era: Questi tessuti possono essere riciclati con alta qualità? È stato dimostrato che: dagli indumenti usati possono essere ricavati filato e tessuto non tessuto per nuovi tappeti e materiali isolanti.



### Quesiti di ricerca

TEXAID segue il principio «Close the loop»: vuole chiudere i cicli tessili in modo sostenibile ed integrale e trovare nuovi e pregiati riutilizzi per la materia prima ricavata dagli indumenti usati. Ha quindi dato vita al progetto «Texcycle», una collaborazione tra TEXAID, l'Università degli Studi di Lucerna e Coop, promossa da Innosuisse.

Una ricerca orientata al design ha offerto la possibilità di riesaminare l'altamente complessa problematica della sostenibilità dei cicli tessili. Per questo i ricercatori hanno dovuto rispondere alle seguenti domande: Quali materiali tessili sono disponibili in base alle attuali possibilità di selezione della lavorazione degli indumenti usati? Come e in quale modo è possibile una nuova lavorazione di questi indumenti usati? Come potrebbe essere una gamma di prodotti con materiali ricavati da indumenti usati?

### Separare non solo in base al tipo di indumento, ma anche al tipo di materiale

In una prima fase, i ricercatori hanno analizzato i processi della lavorazione di indumenti usati e li hanno ottimizzati per nuove applicazioni. Finora, i capi di abbigliamento raccolti venivano smistati a seconda del tipo, ad es. camicia da uomo, pantaloni da donna, cappotto. Per un migliore riutilizzo, il materiale ricopre però un ruolo maggiore; oggi la raccolta differenziata avviene raramente sulla base di questi criteri.

Attualmente, un pullover in cotone non più indossabile viene lavorato in strofinacci, nonostante il suo materiale sia richiesto per prodotti di alta qualità. Oggi i ricercatori vogliono cambiare tutto ciò. Hanno quindi proposto di introdurre sei categorie di materiali. Così, ad esempio, i prodotti con alto contenuto di cotone potrebbero essere smistati separatamente. Infatti, più è puro il materiale, più è facile trovare delle possibilità di riutilizzo.

### Prototipo di tappeto

Nel lanificio Huttwil AG sono stati filati i materiali rendendoli dei fili. Ciò ha dimostrato che i risultati migliori si raggiungono quando il materiale riciclato da indumenti usati viene combinato con i rifiuti in lana della filatura. Così è possibile produrre un filato 100% riciclato e il filo grezzo può essere utilizzato per tappeti. I primi prototipi promettono molto bene.



Dalla lana rigenerata al filato



Filato 100% riciclato



Prototipo di tappeto

### Capi di abbigliamento riciclati come materiale isolante

Anche i ricercatori di Design & Arte e i ricercatori di materiale del Dipartimento di Tecnica e Architettura dell'Università degli Studi di Lucerna hanno potuto dimostrare i primi prototipi. Hanno impiegato le fibre corte per la produzione di tessuto non tessuto, un legame libero e non filato di fibre, ed hanno studiato diverse possibilità di applicazione come materiali isolanti. Questi possono essere utilizzati soprattutto nell'isolamento acustico di ambienti interni o di facciate. Una difficoltà in questo: i requisiti tecnici dei materiali di costruzione nell'architettura devono soddisfare severi vincoli e norme. Il contrario avviene per i capi di abbigliamento o i materiali tessili. Affinché il materiale possa essere impiegato nelle costruzioni, deve essere provato che è privo di sostanze nocive e che è certificato per non essere a rischio di incendi.



Tessuti non tessuti



In un progetto successivo è stato possibile poi trovare dei modi per filare da indumenti usati anche dei filati fini – così fini che da questi potrebbero essere realizzati nuovi capi di abbigliamento.

# Insieme verso la nuova strategia

**Il processo strategico procede rapidamente. Il quadro, l'immagine del «samaritano del futuro» diventa sempre più chiaro. Le parti interessate, a tutti i livelli della federazione, stanno lavorando fianco a fianco sul riorientamento.**

**TESTO: Christoph Zehnder e Stefanie Oehler / m.z**

Già il prossimo mese di giugno, i delegati dell'Assemblea generale della FSS che si terrà ad Arbon saranno chiamati a votare la strategia elaborata. Fino ad allora, i rappresentanti delle associazioni cantonali di tutte le regioni della Svizzera lavorano intensamente assieme ai membri del Comitato centrale e della direzione sulla strategia «samaritani del futuro». Nel novembre 2019, una prima bozza di strategia è già stata presentata alle associazioni cantonali per essere discussa ed esaminata. In occasione dell'apposita conferenza sulla strategia, i partecipanti hanno potuto esaminare criticamente la direzione strategica, e questo sotto forma di sei settori d'azione e dei relativi obiettivi concreti. Il feedback – impressioni e proposte – delle associazioni cantonali in questo workshop costituisce la base per la seconda bozza, riveduta e adattata, di strategia.

Anche le presentazioni dei due gruppi di lavoro sul finanziamento e sull'istruzione svoltesi lo scorso 25 gennaio hanno fornito un'interessante visione

## TAVOLE ROTONDE PER DELEGATI E ALTRI INTERESSATI

Dettagli come luogo e ora esatti saranno comunicati nel primo trimestre del 2020.

Regione linguistica	Data
IT-CH	7.5.2020
FR-CH	13.5.2020
DE-CH	16.5.2020
DE-CH	26.5.2020

sul processo strategico in corso. A causa dei tempi ristretti del processo strategico, la tradizionale conferenza d'autunno è stata quindi rinviata a favore della riunione strategica. Ora, la conferenza di primavera del 23 marzo 2020 segnerà la prossima pietra miliare nel processo di strategia congiunta. In questa occasione, verrà presentata la bozza rielaborata e i partecipanti avranno di nuovo la possibilità di discutere e verificarne i contenuti. Le loro proposte daranno forma alla versione della strategia che sarà sottoposta in approvazione ai delegati delle Associazioni cantonali in occasione dell'assemblea della FSS del 20 giugno 2020 ad Arbon.

### Una strategia per tutti

La strategia «samaritani del futuro» si basa sulla missione e sulla visione adottate dall'assemblea dei delegati dello scorso anno a Locarno (vedi «oggi Samaritani» 4/2019). La spinta strategica comprende come noto sei campi d'azione:

1. Una delle più grandi organizzazioni di volontariato senza scopo di lucro della Svizzera
2. Sviluppo di un fornitore di servizi samaritani in Svizzera che sia agile, moderno e d'alta qualità
3. Ampliamento dei corsi aziendali e dei servizi sanitari
4. Rafforzamento della collaborazione con le organizzazioni partner
5. Solida base finanziaria e uffici efficienti
6. Sviluppo di strutture sostenibili per i samaritani in Svizzera

Ogni campo d'azione si traduce in obiettivi dettagliati, che sono orientati verso una rete globale che si vuole forte e sostenibile e che devono essere realizzati entro il 2024. Un elemento che attira l'attenzione della nuova strategia è il nome «Svizzera samaritana». Questa definizione è stata scelta intenzionalmente proprio per sottolineare e chiarire che la nuova strategia riguarda tutti i livelli della federazione. «Dovrebbe essere una strategia comu-

ne a tutti i samaritani in Svizzera. Svizzera samaritana, siamo tutti noi!», aveva sottolineato Ingrid Oehen, presidente centrale e responsabile del Comitato direttivo in occasione della giornata sulla strategia dello scorso 23 novembre.

### Considerare le opinioni esterne

Nella veste di una tra le più grandi organizzazioni di volontariato senza scopo di lucro, il movimento samaritano gode di alta reputazione, non solo tra la popolazione, ma anche tra i suoi partner. Uno scambio con i partner in merito alla direzione futura è quindi non solo auspicabile, bensì necessario e porta un prezioso contributo dall'esterno. Solo così possiamo capire dove ci troviamo e come siamo percepiti dagli altri. Negli scorsi mesi, il direttore generale del progetto e direttore della FSS Peter Lack ha intrattenuto numerosi colloqui con rappresentanti sia della Croce Rossa Svizzera, che del Servizio medico coordinato e delle autorità della protezione civile e di molti altri attori a livello nazionale. Anche questa visione esterna è integrata nella strategia; essa dimostra infatti che anche in futuro continuerà ad esserci grande interesse per i servizi offerti dai samaritani.

### La strategia arriva ai samaritani

L'intero processo strategico è caratterizzato dal grande impegno dei samaritani di varie associazioni e regioni. I membri dei singoli sottogruppi di progetto provengono da tutte le parti del Paese e portano così esperienze preziose dalle diverse aree e settori del movimento samaritano. Queste persone trasmettono poi alle loro rispettive associazioni cantonali le informazioni relative al processo in corso. Inoltre i delegati e gli altri samaritani interessati avranno presto l'opportunità di ricevere informazioni di prima mano sulla strategia: a questo scopo, infatti, a partire dal prossimo mese di maggio sono previste diverse tavole rotonde nelle quali i membri dei «sottogruppi di progetto» presenteranno la strategia rielaborata «samaritani del futuro» e risponderanno alle domande.

## SONDAGGIO

Voci di partecipanti alla giornata strategica del 23 novembre 2019.



«È stata una giornata molto intensa e si è lavorato molto. A volte avrei voluto un po' più di tempo per le discussioni. Trovo la collaborazione eccellente e anche molto emozionante. Molte cose sono ancora aperte, al momento, ma credo che abbiamo

trovato un generale consenso. Al momento, il livello operativo è ancora... assai alto, dato che stiamo osservando e considerando tutto da un punto di vista strategico. Le cose si faranno davvero interessanti quando si tratterà di avviare l'implementazione.»

GEORGES SCHERRER,  
associazione cantonale Glarona



«Oggi ci sono state discussioni costruttive. Sento davvero che le cose stanno andando avanti nella giusta direzione. Considero come un grande arricchimento l'intensa collaborazione che esiste fra tutte le persone coinvolte. Tuttavia penso sia un po' peccato che le conferenze non si svolgano più sull'arco di due giorni. Ciò significa che ci sono meno opportunità di scambiare idee e opinioni tra una discussione ufficiale e l'altra.»

MONICA THÖNY,  
associazione cantonale Grigioni



«La mia impressione è molto positiva. Anche in questo caso, ci sono stati molti input preziosi e ora sappiamo precisamente a che punto siamo e cosa deve essere ancora chiarito. La direzione è quella giusta: siamo sulla buona strada con i nostri obiettivi per realizzare ciò che la base vuole. Apprezzo molto la collaborazione aperta e schietta. Ovviamente a volte ci sono ancora discussioni o battibecchi animati; ma queste voci critiche sono importanti per procedere tutti assieme.»

ANDREA BÜHLMANN, associazione cantonale Lucerna, membro del gruppo di lavoro «Sviluppo strategico della Federazione nel suo complesso».

# «Gli impulsi sono venuti dalla base»

**A che punto del processo strategico siamo? Cosa dicono le associazioni cantonali e le persone che ci guardano dall'esterno? Peter Lack, direttore della FSS e responsabile generale del progetto, risponde ad alcune domande**

**INTERVISTA: Christoph Zehnder / m.z**

**Nel novembre scorso ai membri delle associazioni cantonali è stata presentata una prima bozza della strategia 2021-2024. Come è stata accolta?**

*Peter Lack:* Credo in modo molto positivo. I rappresentanti delle associazioni cantonali hanno lavorato intensamente a questa prima bozza. Il feedback dei singoli gruppi di lavoro sui circa 60 obiettivi è stato in gran parte simile: in alcuni casi si è trattato di una questione piuttosto di formulazione, ma alcuni punti sono stati discussi anche in modo con-

troverso. In sostanza, non c'è stato comunque pressoché nessun rifiuto fondamentale dei singoli obiettivi.

**In quale settore vede le maggiori sfide sulla via della nuova strategia?**

I campi d'azione riguardano tutti i livelli dell'intera nostra Federazione e della rete di contatti. Ci sono pertanto delle sfide a ogni livello. Prendiamo l'esempio del segretariato della FSS: come è organizzato, quali sono i suoi settori di attività e come lavora nel modo più efficiente possibile? Valuteremo in particolare se possiamo diventare ancora più efficienti ed economici grazie alle collaborazioni. Ad ogni modo, la qualità dei servizi deve essere garantita a ogni livello e per questo dobbiamo batterci tutti assieme, in maniera documentabile in ogni momento. È un dettame dei tempi. Per questo ci occorre un sistema integrativo e completo per la gestione della qualità. Lo sviluppo della Federazione è però un compito a lungo termine. Dobbiamo essere accessibili in modo più semplice e reagire più rapidamente, a tutti i livelli della FSS. La nostra organizzazione deve diventare comprensibile anche alle persone esterne. Per raggiungere questo obiettivo, nei prossimi anni dovremo occuparci intensamente dell'organizzazione interna di tutta la federazione. Per i nostri partner e i nostri clienti è importante fornire servizi costantemente d'alta qualità.

**Nei mesi scorsi, lei ha intrattenuto molti contatti con stakeholder esterni, ossia partner e gruppi di interesse. Come percepiscono quest'ultimi i samaritani?**

Innanzitutto va detto che l'immagine dei samaritani tra i nostri partner è in gran parte positiva. Il



**Peter Lack:**  
Il direttore della FSS è anche responsabile generale del progetto strategico di riposizionamento della federazione.

fatto che i samaritani in quanto laici (non professionisti) trasmettano le loro conoscenze e il loro know-how nei primi soccorsi è una grande forza e opportunità. Anche l'attaccamento alla realtà locale e la vicinanza alla popolazione sono percepiti positivamente. La sfida è rappresentata dall'organizzazione all'interno della nostra federazione e della rete di contatti. Per i nostri partner spesso non è chiaro chi sia il loro interlocutore: la FSS, l'associazione cantonale o il segretariato di Olten. Così, ad esempio, per un partner esterno è incomprensibile il fatto che associazioni cantonali con progetti analoghi non si conoscano a vicenda. Molti hanno quindi espresso il desiderio di avere un ufficio come punto di contatto centrale. Questo alleggerirebbe i singoli membri nei compiti quali l'avviare nuove attività, il coordinare quelle in corso, l'assicurare i servizi e il mettere in rete le associazioni cantonali, nonché rappresentarle verso l'esterno. Ma ci sono anche questioni di contenuto. Molti sono dell'idea che i samaritani dovrebbero giocare un ruolo forte, persino quello di leader, nella tematica dei First Responder. Grossi partner come la Protezione civile o il Servizio sanitario coordinato continuano a vedere importanti compiti per i samaritani, ma magari con nuovi e diversi accenti, ad esempio nel sostenere la protezione civile o nell'aiuto in caso di emergenze nel settore sanitario. Ci è stato anche suggerito di diventare più flessibili nell'offerta di corsi di primi soccorsi e più convinti nel rispondere ai desideri dei clienti.

●  
**«La nuova strategia  
 è davvero  
 un lavoro in comune!»**  
 ●

**Il lavoro congiunto a tutti i livelli della Federazione è una caratteristica essenziale del processo strategico. Come vivono i samaritani questa collaborazione?**

In modo positivo. I membri dei gruppi dei sottoprogetti sono per lo più rappresentanti di associazioni cantonali e samaritani attivi. Lo sforzo che hanno messo in questo lavoro è davvero impressionante e non potremo mai ringraziarli abbastanza. Nel sottoprogetto «Strategia», che conduco, gli impulsi principali sono venuti davvero dalla base. Ne sono estremamente soddisfatto. È stato ed è davvero uno sforzo e un lavoro congiunto!



In novembre 2019 i rappresentanti delle associazioni cantonali si sono chinati intensamente sulla prima bozza della strategia.

**In giugno la nuova strategia sarà presentata ai delegati ad Arbon. Quali sono i prossimi passi da compiere fino ad allora?**

La prima bozza di strategia è stata rivista sulla base del feedback dei nostri membri, del Comitato centrale e del personale del segretariato. La seconda bozza di strategia che ne è risultata è stata inviata alle parti interessate per i commenti. Il gruppo di progetto ha poi incorporato il loro feedback e a marzo la versione 3.0 sarà presentata alle associazioni cantonali in occasione della conferenza dei presidenti. La versione finale della strategia 2021-2024 sarà quindi elaborata nel marzo 2020, tenendo conto del feedback sulla versione 3.0. Questa sarà infine sottoposta ai delegati all'Assemblea generale ad Arbon per l'approvazione.

**Quando la nuova strategia sarà adottata, inizierà il lavoro vero e proprio. Cosa si può dire già oggi dell'implementazione?**

La pianificazione dei prossimi due sottoprogetti «Sviluppo della Federazione» e «Ridefinizione del segretariato» è già iniziata. Questi due sottoprogetti prenderanno avvio in estate. Anche in questo caso, i rappresentanti delle associazioni cantonali saranno attivi in questi gruppi di lavoro. Per ogni obiettivo strategico, saranno definite misure adeguate. Dai feedback che abbiamo ricevuto fino ad oggi, abbiamo già ottenuto molti preziosi suggerimenti che devono essere considerati nell'implementazione della nuova strategia.

# OCCHI SECCHI?

**IN CASO DI OCCHI  
SECCHI, IRRITATI E  
LACRIMANTI.**

**Sono dei medicinali omologati.  
Leggere i foglietti illustrativi. Similasan AG**

CON  
EUFRASIA



**Similasan**

# L'opinione dei giovani è importante

**I giovani vogliono poter dire la loro: è quanto si è affermato al Congresso Gioventù 2018. Nel quadro della Conferenza dei risultati 2020 hanno potuto farlo: giovani samaritane e samaritani hanno espresso la loro opinione sul riorientamento dell'intera organizzazione.**

**TESTO e FOTO: Christoph Zehnder**

Nei gruppi di Gioventù samaritana molti giovani si vedono confrontati direttamente per la prima volta con temi dei primi soccorsi. Inoltre i giovani trasmettono sempre nuovi impulsi. Dopo la Conferenza dei giovani in occasione dei 50 anni di esistenza dei gruppi Gioventù sono state pure presentate innumerevoli idee e proposte. Fra queste: il fatto che i giovani vogliono poter dire la loro. Tutto ciò è scaturito nel settembre 2018. Già allora era chiaro che si sarebbe dovuto continuare con un altro evento. A dire il vero, l'evento avrebbe dovuto svolgersi già lo scorso autunno. Il fatto che però la prevista Conferenza dei risultati si sia poi tenuta soltanto nel gennaio 2020 è comprensibile. Infatti durante il processo strategico in corso siamo stati, per così dire, superati dagli eventi di attualità.

I giovani svolgono un ruolo importante per le considerazioni sul processo strategico. Infatti sono e restano un elemento importante del movimento samaritano. Nel quadro della Conferenza dei risultati i circa 35 partecipanti sono stati aggiornati a questo riguardo. Ma ancora più importante:

i samaritani impegnati nell'ambito dei giovani dovrebbero formulare ed esprimere le proprie idee riguardo al progetto di strategia. Pertanto la richiesta di poter esprimere la propria opinione è stata accolta. In una sala del teatro municipale di Olten i rappresentanti dei giovani della Svizzera tedesca e francese hanno così discusso intensamente sulle singole aree operative strategiche. Ursula Forrer e Rolf Imhof del Comitato centrale si sono messi a disposizione per rispondere alle numerose domande dei partecipanti. «L'opinione dei giovani è molto importante per il Comitato centrale», hanno sottolineato entrambi. Melanie Fussen del Segretariato di Olten ha guidato la conferenza e di tanto in tanto ha reso l'atmosfera più frizzante con intermezzi spiritosi.

## Qualità e formazione in primo piano

In molti settori le reazioni dei partecipanti corrispondono a quelle dei rappresentanti delle associazioni cantonali. Quest'ultimi si erano riuniti già in novembre per esprimere il loro parere sul progetto di strategia. Ciò che si è notato è che per i giovani la struttura dell'organizzazione non riveste un'importanza di primo piano. L'attenzione si è piuttosto concentrata sui punti che concernono la qualità e la formazione. Ovviamente quest'ultima è importante per i giovani. Infatti nella loro carriera molti giovani samaritani vorranno seguire una o l'altra delle formazioni offerte. Comunque, in linea di principio, i partecipanti hanno poi approvato gran parte degli obiettivi del progetto di strategia. Le loro reazioni sono state registrate dai membri presenti dei gruppi dei sottoprogetti. Il feedback di questa Conferenza dei risultati dovrà confluire nelle ulteriori fasi del processo strategico.

La Conferenza dei giovani 2018 ha dimostrato che i giovani vogliono poter dire la loro. Nel quadro della Conferenza dei risultati 2020 lo hanno fatto effettivamente, con grandissimo impegno. L'evento ha dimostrato una volta di più che alle giovani leve dei samaritani non manca certo la motivazione.

Un gruppo di partecipanti discute animatamente sulla strategia.



# Il nuovo CEO FFS è un samaritano

Con Vincent Ducrot, alla testa delle Ferrovie federali svizzere (FFS) vi sarà presto un samaritano. La sezione samaritana di Châtel-Saint-Denis è orgogliosa di questo membro di spicco.

**TESTO: Christoph Zehnder e Chantal Lienert /m.z**

Il Consiglio d'amministrazione delle FFS ha nominato Vincent Ducrot quale nuovo CEO delle FFS. Il friburghese è un affermato conoscitore dei trasporti pubblici in Svizzera. Dal 2011 è infatti direttore generale dell'azienda dei Trasporti pubblici di Friburgo (TPF). In precedenza e per oltre un decennio è stato responsabile dei trasporti a lunga percorrenza presso le FFS. In qualità di delegato delle FFS è stato anche responsabile del concetto di traffico per l'Expo.02. Fin dalla gioventù, il nuovo capo delle FFS si è impegnato per il bene comune. Da lungo tempo, egli è membro della sezione samaritana di Châtel-Saint-Denis e, come samaritano attivo, ha fornito pure servizi medici in occasione di eventi. Nel suo paese natale di Echarlens nel distretto di Greyerz (Canton Friburgo), è anche presidente onorario della Commissione delle finanze. Il nuovo capo delle FFS è quindi un modello per l'impegno volontario e per il sistema di milizia in Svizzera.



Vincent Ducrot è il nuovo capo delle FFS e pure appassionato samaritano. (Foto: FFS)

## Un socio di sezione impegnato

Ovviamente i samaritani di Châtel-Saint-Denis sono molto fieri di avere Vincent Ducrot nei loro ranghi, tanto più che – nonostante le sue importanti responsabilità professionali – egli ha già garantito loro la sua presenza ancora per questo inverno. Avendo una formazione di pattugliatore, Ducrot ha assunto la funzione di capo posto a Les Vêrollys, nel comprensorio sciistico di Les Paccots. Secondo Francine Dévaud, presidente della sezione, «tutti qui lo apprezzano poiché è aperto e di facile contatto e ha sempre degli aneddoti interessanti da raccontare. Quando i suoi bambini erano più piccoli, li portava sempre con lui sulle piste. Inoltre, quando è capo posto, non bisogna preoccuparsi per il pranzo perché porta sempre delle salsicce del macellaio del suo villaggio ed è felice di dividerle con noi! Vincent Ducrot assumerà la direzione generale delle FFS a partire dal 1° aprile 2020, subentrando ad Andreas Meyer che lascerà la sua funzione a fine marzo 2020. Anche da queste colonne, congratulazioni per la nuova sfida professionale.

## CONSIDERARE LA PERSONA E NON SOLO LA MALATTIA

In tutta la Svizzera, il 1° marzo 2020 avranno luogo eventi nell'ambito della «Giornata del malato». Quest'anno il motto dell'azione di sensibilizzazione è «Sono di più della mia malattia».

Con il motto «Sono di più della mia malattia», i promotori dell'edizione 2020 della giornata vogliono dimostrare che molti malati e disabili sono pilastri importanti della nostra società. Sebbene la malattia influenzi la vita quotidiana e richieda tempo e spazio, la vita concede anche altri contenuti, soprattutto nel caso di malattie croniche. Le cifre di una speciale valutazione del Panel svizzero delle economie domestiche (Schweizer Haushaltspanel) lo dimostrano. I dati confermano anche che la partecipazione alla vita sociale dei malati cronici ha un'influenza positiva sulla qualità della loro vita e sul loro stato di salute. In questo senso, la popolazione è invitata a sostenersi a



tag der kranken  
journée des malades  
giornata del malato  
di dals malsauns

vicenda, soprattutto a sostenere coloro che in questo momento sono meno fortunati con la salute. Promotrice della giornata è l'omonima associazione di sostegno che, una volta all'anno, desidera sensibilizzare la popolazione su un tema particolare nel campo della «salute e della malattia». Nella rubrica «Attività» del sito [www.tagderkranken.ch](http://www.tagderkranken.ch) gli interessati possono vedere dove e quando si svolgono le diverse manifestazioni. Gli eventi possono essere annunciati e registrati sul sito.

### Altre informazioni:

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



# Al passo coi tempi

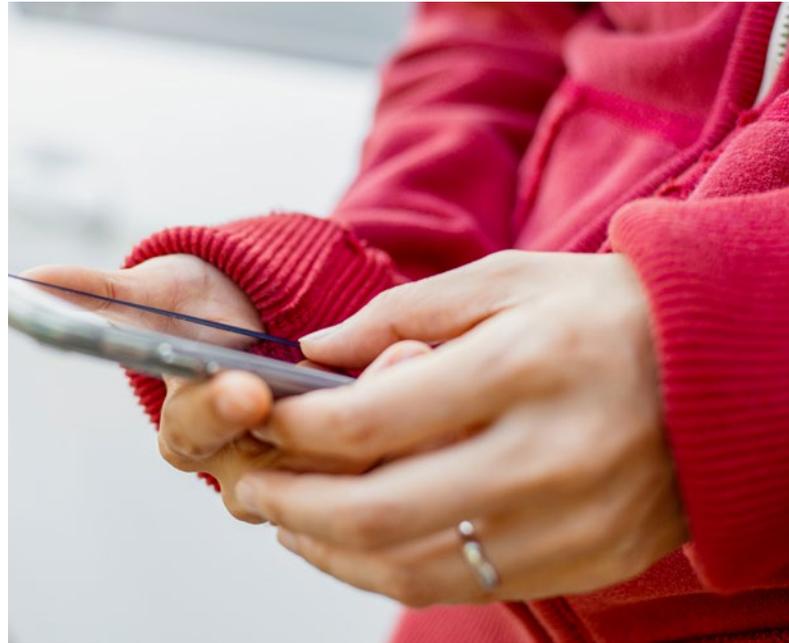
**Dal 2012, i samaritani offrono la possibilità di seguire il Corso soccorritori nella forma blended learning. Il vantaggio di questa proposta è rappresentato dal fatto di poter passare meno tempo di formazione in aula, compensato da una parte di autoapprendimento a casa propria.**

**TESTO: Matthias Zobrist / m.z**

Che sia nella scuola dell'obbligo o nelle formazioni superiori o ancora nelle università, è assodato che negli ultimi decenni la digitalizzazione ha avuto e sta avendo una forte influenza sulle modalità d'insegnamento e sull'apprendimento in genere. Presentazioni in PowerPoint invece che sulla lavagna e documenti digitali al posto di dispense stampate sono solo un esempio di questo sviluppo tecnologico, tra l'altro già un po' sorpassato da ancora altri strumenti didattici (vedi lavagne elettroniche e quant'altro). Oggigiorno, a testimonianza di un continuo cambiamento degli strumenti d'apprendimento, le parole chiave sono piuttosto webinar (seguire seminari in Internet), aula virtuale e blended learning. La nuova tendenza generale è che, con questi strumenti, diventa sempre meno determinante avere un luogo fisso e un tempo stabilito per acquisire nuove conoscenze. Un esempio? Oggi si può guardare e ascoltare una lezione sul proprio cellulare, magari in treno, scambiare poi – grazie a un gruppo WhatsApp – opinioni e informazioni sulla lezione con gli altri partecipanti al corso e, tranquilli a casa, si può compilare al proprio computer il questionario di controllo di quanto imparato. Oggi come oggi, queste forme di apprendimento rispondono alle esigenze della nostra società.

## Ricevuti ottimi voti

Considerato questo sviluppo, i samaritani hanno dimostrato di saper stare al passo coi tempi creando un'offerta di formazione molto attuale e moderna, con il Corso soccorritori blended learning che permette una tipologia di formazione mista: in aula e a casa al computer. Questa proposta, dal suo lancio, è costantemente ottimizzata. I partecipanti devono solo completare la parte pratica di 7 ore sul posto (in aula). Le nozioni teoriche si possono invece apprendere, ognuno al proprio ritmo e dal proprio domicilio (o altrove) grazie all'App sui primi soccorsi della CRS e al blended learning della FSS. Un primo sondaggio realizzato nel 2018 tra i partecipanti a questa tipologia di corso ha raccolto molti consensi. Il corso ha infatti ricevuto un



Lo smartphone diventa sempre più importante, anche per imparare (Foto: Shutterstock).

punteggio complessivo di 5,5. Le due principali ragioni per le quali i partecipanti hanno deciso di scegliere la variante blended learning del Corso soccorritori sono state da una parte la riduzione del tempo di lezione pratica in aula e, dall'altra, la possibilità di studiare in modo autonomo. Più della metà degli intervistati ha anche affermato di aver utilizzato le applicazioni d'apprendimento «per strada», ossia non al proprio domicilio (ma in treno, mensa, altrove). I feedback ricevuti hanno rivelato anche un potenziale di miglioramento, soprattutto nel gioco dei primi soccorsi. Negli scorsi mesi, la FSS ha così completamente rivisto l'applicazione. Anche la grafica è stata rifatta e ora è molto più moderna e accattivante. La versione rielaborata con il nuovo nome di Percorso dei primi soccorsi sarà rilasciata nel primo trimestre del 2020. Si spera che questa innovazione contribuisca nei prossimi anni a un aumento significativo del numero di partecipanti al Corso soccorritori nella forma blended learning. L'effettivo potenziale c'è. Oltre ai samaritani, in Svizzera ci sono infatti solo altri tre fornitori che offrono questa moderna forma di Corso soccorritori.

# Un passato samaritano ricco e intenso

**Come sempre, la Giornata degli Ex ha offerto ai samaritani «veterani» l'occasione di incontrarsi e di conoscere gli sviluppi della FSS.**

**TESTO e FOTO: Matthias Zobrist / m.z**

Sono stati una cinquantina, lo scorso 12 dicembre, gli ex presidenti della Federazione, i soci onorari e i dipendenti in pensione della sede centrale che hanno accettato l'invito alla Giornata degli Ex che si è svolta al Teatro cittadino di Olten. Lo scopo dell'evento è principalmente quello di ritrovarsi e di passare un momento conviviale in comune. Così, sin dal caffè di benvenuto della mattina, e poi durante l'aperitivo e il ricco pranzo c'è stato tutto il tempo per evocare ricordi, chiacchierare del vissuto in comune o semplicemente parlare del più e del meno.

I convenuti hanno però avuto anche l'occasione di farsi un'idea dell'attuale attività e degli sviluppi della FSS. Nel suo discorso di benvenuto, la presidente centrale Ingrid Oehen ha infatti reso attenti su quanto lavoro è stato fatto, nel 2019, nell'ambito del processo di strategia in corso, e questo a tutti i livelli della federazione. Il direttore della FSS, nonché responsabile generale del progetto di strategia Peter Lack, ha poi illustrato più nel dettaglio la situazione, presentando la prima bozza della strategia con i suoi sei campi d'azione ed evidenziando i passi successivi. Da parte sua, il responsabile del settore business della FSS, Norbert Meier, ha portato buone notizie relative allo scorso anno. In particolare, ha presentato il primo anno estremamente positivo dello Shop del pronto soccorso (ersthelfer.shop), il negozio online di pronto soccorso che la FSS gestisce per gli assicurati Suva dall'inizio del 2019.

Tra una presentazione e l'altra, gli ospiti sono stati intrattenuti dalle note musicali del Duo Harpkissax (arpa e sassofono) che ha incantato gli ascoltatori. Questa musica è stata la cornice ideale alla Giornata degli Ex, accogliente, festosa e pre-natalizia. Una cosa è certa: anche se la prossima Giornata del 4 dicembre 2020 si svolgerà in una forma diversa, essa attirerà sempre e di nuovo molti degli ospiti invitati.



Scambio di idee e impressioni durante il caffè di benvenuto.



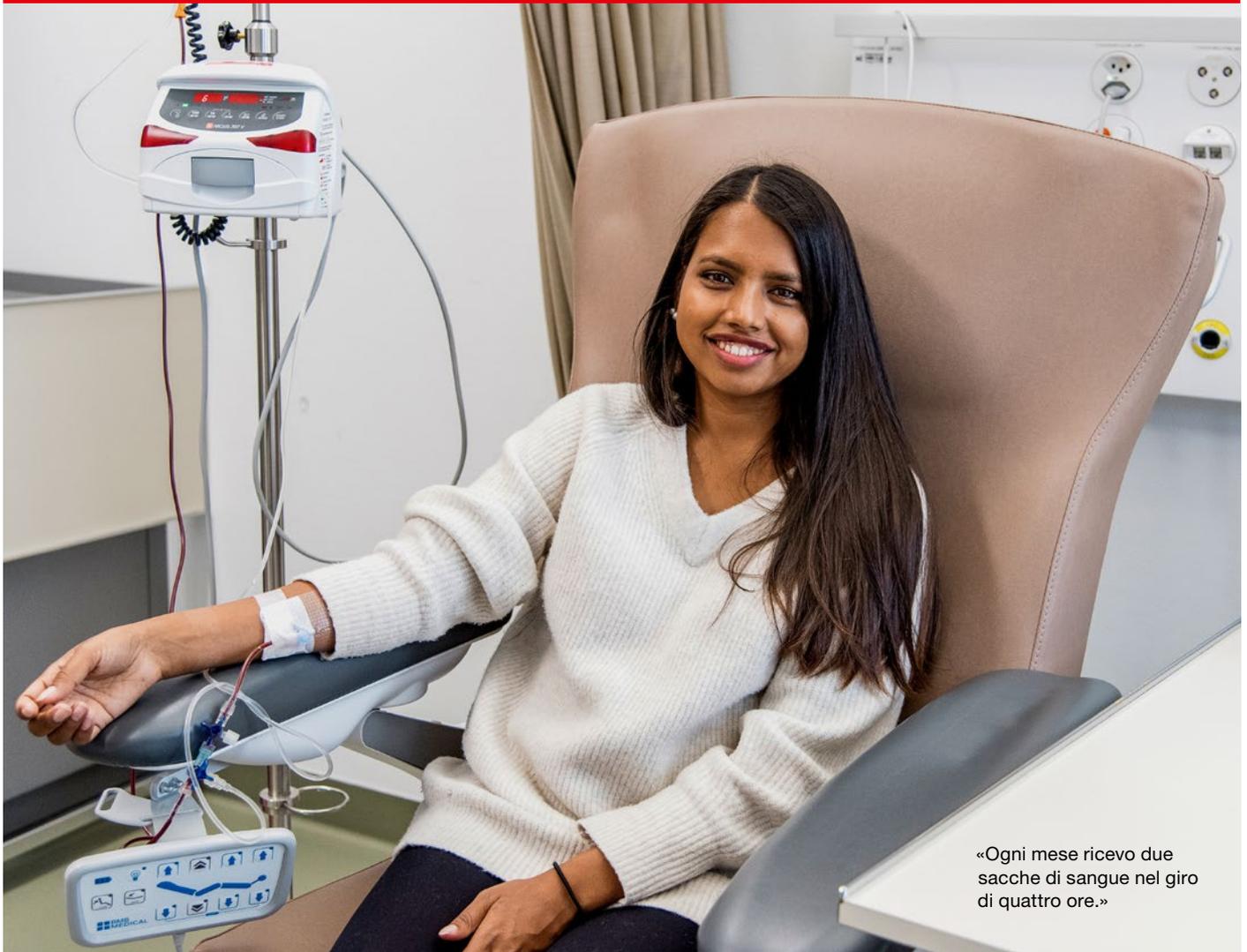
I presenti hanno dimostrato interesse durante le varie relazioni.



La Giornata degli ex era avvolta nella piacevole atmosfera dell'Avvento.



All'intrattenimento musicale ha egregiamente pensato il Duo Harpkissax.



«Ogni mese ricevo due sacche di sangue nel giro di quattro ore.»

## «GRAZIE ALLE DONAZIONI DI SANGUE POSSO AVERE UNA VITA NORMALE.»

**Le samaritane e i samaritani danno una mano durante le azioni mobili di donazione di sangue, contribuendo così a garantire che siano sempre disponibili scorte a sufficienza di tutti i gruppi sanguigni. Un servizio importantissimo. La 23enne A. H. lo sa molto bene: a causa di una malattia ereditaria deve recarsi ogni mese in ospedale per «fare il pieno» di sangue.**

**TESTO: A. H. / FOTO: Trasfusione CRS Svizzera**

«Sono nata 23 anni fa in India con una malattia ematica ereditaria chiamata *Thalassemia major* e

siccome nei primi anni di vita non sono stata curata correttamente, da piccola avrei avuto un'aspettativa di vita di cinque anni soltanto. A tre anni, per mia grande fortuna, sono stata adottata da persone amorevoli in Svizzera. Qui la medicina è all'avanguardia e ho potuto seguire un'ottima terapia.

### **Grave anemia**

La *Thalassemia major* è una malattia ereditaria complessa che io stessa non capisco del tutto. Mi è già stato chiesto se fosse contagiosa. Non lo è, è congenita e non può essere contratta nel corso della vita. Un difetto genetico fa sì che il mio corpo

produca un numero insufficiente di globuli rossi funzionanti (cosiddetti eritrociti) e che quindi subentrino una grave anemia. L'unica terapia possibile per me sono le trasfusioni di sangue periodiche. Questo causa però anche un'eccessiva quantità di ferro nel corpo, che si deposita negli organi, portando sul lungo termine a complicazioni. Ogni giorno devo assumere medicinali che permettano al corpo di espellere il ferro in eccesso. Senza questo trattamento subirei gravi danni, soprattutto al cuore e al fegato.

### Quattro ore in ospedale

Per il mio trattamento devo recarmi ogni mese all'ospedale, dove ricevo trasfusioni di sangue e un medicamento supplementare. La maggior parte delle volte sono necessarie due sacche del mio gruppo sanguigno B positivo, ma talvolta anche del gruppo universale 0 negativo. Generalmente non sento alcuna differenza tra prima e dopo, in rari casi mi sento molto stanca, ma passa in fretta. Durante la trasfusione, che dura circa quattro ore, dormo un pochino, leggo un libro o guardo un film. Nel frattempo mi sono abituata a questo rituale e, a meno che la medicina non faccia un miracolo, sarà così per il resto della mia vita.

Da bambina e adolescente facevo molta fatica ad andare in ospedale, avrei preferito fare qualcosa con le mie amiche. Anche oggi ci sono momenti in cui mi lamento, ma qualche anno fa ho iniziato a riflettere di più sulla mia situazione e a cercare di capirla meglio. In India molte persone con il mio stesso problema non hanno la possibilità di seguire questa terapia medica – i miei genitori, adottandomi, mi hanno letteralmente salvato la vita! Inoltre sono consapevole del fatto che il sangue che ricevo è donato da volontari. Grazie a loro posso avere una vita normale. Gliene sono estremamente grata!

### Il ritratto della gioia di vivere

Nella vita quotidiana riesco a fare tutto. Lavoro anche come tutti gli altri. In inverno faccio molto snowboard. Amo viaggiare in Paesi sconosciuti, cucinare e godermi la vita. Non dovrei assolutamente mangiare determinati alimenti ricchi di ferro come i semi di chia, la selvaggina o i prodotti a base di Ovomaltina. E chiaramente, con una lieve anemia non potrei diventare una sportiva di punta, ma ne possono fare anche a meno ;-).

A ogni modo, desidero ringraziare tutti i donatori di sangue. Senza di loro non potrei continuare a vivere.»

## PARTNER DELLA SOLIDARIETÀ AL GRAND PRIX DI BERNA



Trasfusione CRS Svizzera è il nuovo partner della solidarietà al Grand Prix di Berna. Avete intenzione di correre anche voi? Unite allora la vostra partecipazione a una buona causa! Il 9 maggio 2020 per ogni metro percorso raccogliete donazioni in denaro a favore dell'ampliamento del Registro svizzero dei donatori di cellule staminali del sangue.



1. Seleziona un evento



2. Ispira gli amici



3. Raccogli donazioni

Come funziona? In pochi passaggi iniziate un progetto personale e condividete il link con i vostri amici e conoscenti. Motivateli a sostenere la vostra corsa. Tutte le informazioni sull'iniziativa sono disponibili al sito [www.inspire-now.ch](http://www.inspire-now.ch) e sulla corsa al sito [www.gpbern.ch](http://www.gpbern.ch).

# EMERGENZA DOPO IL LAVORO

**Dopo una giornata di formazione a Nottwil, tre samaritani hanno avuto un intervento importante: insieme ai soccorritori professionisti e a un medico d'urgenza, hanno rianimato un turista davanti al loro albergo per quasi un'ora.**

**TESTO: Matthias Zobrist / m.z**

Il primo giorno del corso passerella per i monitori di corso che vogliono diventare monitori samaritani era appena concluso. Nel corso della mattinata e del pomeriggio, i partecipanti si sono occupati di didattica, hanno ricevuto consigli per ottenere feedback costruttivi e per valutare sequenze di esercizi. In programma c'erano poi altre due giornate di formazione. Al termine della prima giornata, i samaritani partecipanti si stavano rilassando godendo la mite serata di settembre, piacevolmente seduti davanti al Seminarhotel Sempachersee. Nelle vicinanze c'era un'intera comitiva in seno alla quale sembrava esserci una concitata discussione: i turisti parlavano a voce alta. In un primo tempo, tuttavia, il gruppo di samaritani non ha prestato troppa attenzione alla cosa.

Ma improvvisamente tutto è diventato frenetico: è arrivata un'ambulanza a sirene spiegate che si è fermata proprio accanto alla comitiva di turisti. Un paramedico dell'ambulanza si è quindi fatto largo tra i turisti recuperando un uomo privo di sensi e iniziando subito la rianimazione. Per i samaritani non c'erano dubbi: dovevano aiutare! Così André Reinle, Sascha Witzig e Andrea Schüpbach sono corsi verso il paziente e i soccorritori.

## Un risvolto inatteso

Dopo una breve consultazione con i soccorritori professionisti, i tre samaritani si sono fatti carico del massaggio cardiaco. Nel frattempo, un paramedico si occupava della respirazione, mentre la sua collega controllava la somministrazione dei farmaci fino all'arrivo del medico d'urgenza. Intanto i tre samaritani si alternavano nel massaggio cardiaco, dopo sei cicli di rianimazione ciascuno. Nonostante ciò, la situazione appariva critica e senza speranza: niente battiti, niente respirazione. E questo dopo una lunga rianimazione. Dopo circa 45 minuti, il medico d'urgenza, che nel frattempo era giunto sul posto, ha deciso di interrompere la rianimazione. Il paziente è stato quindi dichiarato morto ed è stata avvisata la polizia. Ma poi ecco la sorpresa: «Una soccorritrice ed io eravamo ancora rannicchiati accanto al paziente disteso a terra», dice Sascha Witzig. «Ed ecco che improvvisamente c'è stato un battito!» Immediatamente hanno chiamato gli altri soccorritori e il paziente è stato subito intubato. Successivamente e in modo davvero sorprendente, i suoi valori si sono stabilizzati e poco tempo dopo il paziente ha potuto essere trasportato in ospedale con l'ambulanza.



Andrea Schüpbach



André Reinle



Sascha Witzig



Il luogo dell'accaduto (Foto: Sacha Witzig)

### Focalizzati e rodati

«Durante quell'ora non ho avuto pensieri particolari, si lavora e basta», racconta André Reinle, per il quale non è stata, questa, la prima rianimazione. Egli lavora per il soccorso sulle piste da sci ed è per certi versi abituato. Anche Sascha Witzig, con i suoi quasi 20 interventi in qualità di First Responder nel Canton Zurigo, ha una certa routine. Per Andrea Schüpbach è invece stata la prima rianimazione: «Pensandoci ora, è stata un'esperienza positiva. Ma quella notte ho dormito molto male, probabilmente a causa dell'adrenalina.» Anche se era la prima rianimazione per lei, Andrea ha comunque già vissuto molte situazioni d'emergenza nel suo lavoro di infermiera qualificata. Tutto questo è stato sicuramente meno usuale per il personale dell'hotel che, in serata, ha ringraziato i samaritani per il loro rapido intervento. In segno di gratitudine, l'hotel ha offerto loro un hamburger e bibite. Così, in modo un po' più spensierato, per i samaritani è stato un bene parlare e riflettere a su quanto successo nelle ore precedenti.

Da allora, i samaritani non hanno saputo più nulla dello stato di salute del paziente: «Ancora oggi questa cosa mi infastidice... Dopo tutto non è stata una rianimazione «normale»», ritiene Sascha Witzig. Dopo la rianimazione così lunga, infatti, un risultato positivo non è scontato. E senza i tre samaritani, la persona colpita da arresto cardiaco avrebbe avuto possibilità di sopravvivenza ancora peggiori. Sascha Witzig, André Reinle e Andrea Schüpbach erano semplicemente al posto giusto al momento giusto.

## FORMAZIONI E CORSI PER SAMARITANI ATTIVI

Sono diverse le possibilità di formazione che sono a disposizione dei membri attivi di una sezione samaritana o di un gruppo giovanile samaritano a cui piace trasmettere le conoscenze dei primi soccorsi. Ad esempio, monitori formati possono organizzare corsi per la popolazione oppure dei formatori gioventù FSS possono condurre esercizi tecnici nei gruppi gioventù samaritani. Inoltre ci sono anche corsi più brevi per tutti i samaritani che desiderano formarsi ulteriormente. Per esempio, possono imparare a fare «moulages» (trucchi) o imparare tecniche creative per visualizzare qualcosa. Altre possibilità sono rappresentate dai corsi per nuovi membri di comitato, formazioni continue in omeopatia (in collaborazione con Similasan) o sulla sicurezza nel traffico (in collaborazione con il TCS). Tutte le informazioni e le date delle diverse offerte si trovano sulla piattaforma myLearning. In caso di domande, basta rivolgersi al settore primi soccorsi della sede centrale FSS: [bildung@samariter.ch](mailto:bildung@samariter.ch).

### DÉCOUVRIR LE GRUYÈRE AOP ET TOUS SES SECRETS !

**LA MAISON  
DU GRUYÈRE**

FROMAGERIE DE DÉMONSTRATION

Exposition interactive : **"Le Gruyère AOP, voyage au coeur des sens"**  
Fabrication du fromage : entre 9h00 et 11h00 et entre 12h30 et 14h30  
**Ouvert tous les jours**  
de 9h00 à 18h30 (18h00 d'octobre à mai)  
Le Restaurant - Le Marché Gruérien

**LA MAISON DU GRUYÈRE**  
CH-1663 Pringy-Gruyères  
Tél. ++41 (0)26/921 84 00  
[www.lamaisondugruyere.ch](http://www.lamaisondugruyere.ch)

Suisse. Naturellement. **Notre Fromage Suisse.**

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



Corso di monitori samaritani, novembre 2019: a sinistra : Fiona, Lancelot, Florent; al centro Thierry e Raymonde (formatori OC) e a destra Vincent, Catherine, Aline e Julie.

# NUOVO CORSO DI MONITORI SAMARITANI FSS, PRIMA TORNATA NELLA ROMANDIA

Sono in 7 e, lo scorso 23 novembre, hanno terminato con successo la loro formazione di monitore samaritano FSS a Nottwil.

**TESTO: Raymonde Ozainne, Sébastien Knecht e Thierry Pache, formatori OC / m.z**

Si tratta dei primi romandi ad aver assolto il nuovo corso di monitore samaritano FSS della durata di 7 giorni, ripartiti in tre corsi in aula intercalati da due stage.

Questi nuovi quadri Federazione svizzera dei samaritani hanno affrontato diversi temi tra cui: la retorica, lo sviluppo di casi concreti, le tecniche di feedback, l'applicazione del modello comportamentale DISC, la formulazione di obiettivi, il piano di svolgimento, le dinamiche di gruppo e la leadership, la creazione di un concetto di formazione annuale e la struttura dell'insegnamento.

L'insieme dei contenuti - svolto spesso anche attraverso forme ludiche - così come l'importante lavoro personale permetteranno loro di essere garanti della formazione continua dei membri delle loro rispettive sezioni.

Anche da queste colonne, felicitazioni vivissime dunque ai nuovi monitori samaritani per tante soddisfazioni nella loro nuova funzione:

- Catherine Raemy e Vincent Brügger (Associazione cantonale Friburgo)
- Fiona Burton, Aline Widmer e Lancelot Erri-co (Associazione cantonale Ginevra)
- Florent Varone (Associazione cantonale Vallese)
- Julie Antoine (Associazione cantonale Vaud)

# CRUCIVERBA CON PAROLA NASCOSTA

Abitazione all'ultimo piano	Vulcano dell'Antartide	Ciclone tropicale	↳	Codice segreto del cellulare	↳	Nome di Goethe	↳	Mette a punto lo strumento	Stati Uniti d'America	Fu detto il flagello di Dio	↳	Email-spazzatura	Antica via romana	↳	Asino a Losanna	Bagna Il Cairo	Articolo plurale		
↳	↳	↳	9	↳	↳	Sbandata... sull'acqua	↳	↳	↳	↳	5	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
↳	↳	↳	↳	Albero da viali	↳	Seconde edizioni	↳	↳	4	↳	↳	↳	↳	↳	Dure di comprensione	↳	↳		
Nega a Bonn	↳	↳	Gomma per suole	↳	↳	↳	↳	Simbolo dell'atmosfera	↳	↳	↳	Ha per capitale Santiago	↳	↳	Condisono o lubrificano	↳	↳		
Ridotta in miseria	↳	3	↳	↳	↳	↳	↳	↳	Contrario, nemico	↳	↳	↳	↳	↳	8	↳	Lo sono certi ruggiti		
↳	↳	↳	↳	↳	↳	Piero cantautore italiano	↳	Suffisso doloroso	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
Jack autore di Zanna bianca	↳	↳	Non diritti	↳	Dimostra che il fatto sussiste	↳	↳	↳	10	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
Bottone, pulsante	Fatto apposta... in latino	Fiume di Berlino	↳	1	↳	↳	↳	Parte latina	↳	Lago di Lugano	↳	↳	↳	↳	6	↳	↳		
↳	↳	↳	↳	↳	Divisione regionale tedesca	↳	↳	Confina con la Colombia	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	L'isola dei gatti senza coda		
Legge islamica	↳	Associazione traffico e ambiente	↳	Calendario popolare	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	2	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
Idrocarburi saturi	↳	↳	7	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳		
Club Alpino Italiano	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	↳	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

# SUDOKU

DIFFICOLTÀ MEDIA

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

DIFFICILE

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

Soluzione a pagina 43

# SPAZIO ALLA NUOVA GENERAZIONE DI AED

**Succede tutto in pochi istanti: una persona cade a terra, vittima di un arresto cardiaco improvviso. Inizia quindi la corsa contro il tempo. Si allertano i soccorsi e il personale medico accorre. Ma i secondi scorrono veloci e sono preziosi. Le possibilità di sopravvivenza della vittima sono migliori in presenza di un soccorritore dotato di defibrillatore esterno automatizzato (AED) e in grado di eseguire la rianimazione.**



Le più recenti linee guida delle organizzazioni mondiali per la rianimazione parlano chiaro: una defibrillazione efficace deve essere supportata da una rianimazione (RCP) di alta qualità. Infatti se l'apparecchio indica che la scarica non è possibile, solo una rianimazione cardio-polmonare (massaggio cardiaco) di alta qualità può portare ad avere un ritmo cardiaco atto ad essere defibrillato nell'analisi successiva. Una RCP di alta qualità fornisce a un cuore debole il sangue ossigenato necessario per permettere a un successivo shock di ripristinare il ritmo cardiaco normale. Il defibrillatore ZOLL AED 3™ guida l'utente nell'esecuzione di una RCP di alta qualità. La sua tecnologia Real CPR Help permette ai soccorritori di capire se stanno eseguendo compressioni con profondità e frequenza efficaci. In questo modo i soccorritori ricevono durante la rianimazione degli avvisi visivi e sonori per una «maggiore compressione» oppure vengono informati a sapere se stanno eseguendo «compressioni adeguate».

Il design intuitivo e innovativo, nonché le funzionalità avanzate di ZOLL AED 3™ daranno ai soccorritori non professionisti la sicurezza e le conoscenze necessarie per intervenire su un arresto cardiaco improvviso.

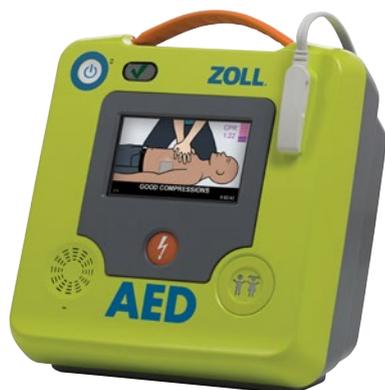
## Tutti i vantaggi del nuovo AED 3:

- RapidShock consente di generare rapide decisioni Shock/No Shock. Secondo le linee guida fissate dall'American Heart Association (AHA) le interruzioni della RCP non dovrebbero superare i 5 secondi. Grazie a RapidShock queste interruzioni si riducono a meno di 3 secondi.
- Il metronomo, costantemente in funzione, consente di mantenere la frequenza minima di 100 compressioni, prescritta dalle attuali linee guida.
- Rapida conversione dalla modalità adulti a quella pediatrica – basta premere un tasto, grazie ad elettrodi universali.
- I risultati degli autotest automatici vengono inviati direttamente alla piattaforma online di ZOLL PlusTrac attraverso connessione WLAN. La sincronizzazione dei dati (durata della batteria e dell'elettrodo) avviene sul cloud.
- Massima sicurezza (sia in posizione verticale che appoggiato su una superficie)
- Il conto alla rovescia sul display mostra il tempo residuo del ciclo della CPR in corso.
- La visualizzazione a display del tempo trascorso e del numero di scariche erogate fornisce informazioni decisive alla squadra di soccorso in arrivo. La confezione con kit di pronto soccorso contiene guanti senza lattice, mascherina di protezione, rasoio, salvietta di carta e pezzuola.
- Grafici e messaggi di testo colorati ad alta risoluzione accompagnano tutte le istruzioni vocali e migliorano la comprensione di ogni passaggio successivo.

Fino a fine aprile 2020, i samaritani possono beneficiare di un'azione speciale: sostituire il loro vecchio modello AED con il nuovo AED 3 Zoll, ottenendo un premio-scambio di 300.– franchi. Maggiori dettagli sulla pagina seguente.

FINO AL 30 APRILE 2020, CHF 300.- DI PREMIO-SCAMBIO

# Sostituire il vecchio apparecchio con AED 3 di Zoll



## Defibrillatore Zoll AED 3™

- RapidShock™ consente di generare decisioni rapide Shock/No Shock.
- Grazie a RapidShock le interruzioni della RCP si riducono a meno di 3 secondi.
- Il metronomo, costantemente in funzione, consente di mantenere la frequenza minima di 100 compressioni.
- Rapida conversione dalla modalità adulti a quella pediatrica – basta premere un tasto.

Articolo numero 3870

## Defibrillatore Zoll AED 3™ BLS

- Dashboard CPR con ECG, frequenza e profondità delle compressioni, contatore delle scariche e tempo complessivo trascorso
- Dashboard CPR pediatrico con indicazioni su velocità e profondità.
- Visualizzazione di testo e messaggi vocali
- Borsa per interventi intelligente, con finestrella e tracolla.

Articolo numero 3875



Grazie a questa azione unica, le sezioni samaritane hanno la possibilità di ricevere un apparecchio AED di nuova generazione con un premio-scambio di CHF 300.- per la riconsegna del vecchio apparecchio. Questa azione vale per defibrillatori di tutti i produttori. L'unica premessa è che il vecchio apparecchio venga spedito. Lo sconto standard del 10% per i samaritani ovviamente rimarrà nonostante questo bonus.

Ma non è tutto: all'acquisto di un nuovo apparecchio AED da parete Universal Arky incluso Alarm (Art. numero 3101) con ribasso del 50% - c'è un ulteriore risparmio di CHF 135.-.

Richiedete un'offerta!

Informazioni di dettaglio e sugli accessori e i prezzi si possono ottenere allo Shop della FSS  
Tel. 062 286 02 86, e-mail: [shop@samariter.ch](mailto:shop@samariter.ch), o sul sito [shop.samariter.ch](http://shop.samariter.ch)  
Prezzi inclusa IVA, costi di spedizione di CHF 9.- per comande sotto i CHF 200.-

# La Lady con la lampada e la FSS

**Florence Nightingale è considerata la fondatrice della moderna assistenza infermieristica. Il suo operato ha impressionato talmente tanto la Federazione svizzera dei samaritani che, 125 anni fa, la nominò membro onorario.**

**TESTO: Christoph Zehnder / m.z**

L'Organizzazione mondiale della sanità (OMS) ha dichiarato il 2020 anno delle cure. Lo scopo è quello di attirare l'attenzione e sensibilizzare sull'importanza del lavoro svolto dal personale di cura in tutto il mondo. L'anno non è stato scelto a caso: nel 2020 ricorre infatti il 200mo anniversario dalla nascita di Florence Nightingale. Molto impegnata nel suo lavoro durante la guerra di Crimea, dove si guadagnò una grande fama come «la signora con la lampada», questa donna inglese pose allora, nel XIX secolo, le basi delle cure infermieristiche moderne. Florence Nightingale era convinta che, oltre alle conoscenze mediche, erano necessarie anche conoscenze infermieristiche. Fino ad allora, il personale infermieristico – ammesso che ce ne fosse – aveva perlopiù un background ecclesiastico, dato che praticamente non c'era quasi nessuna formazione di infermiere/a. Gli ospedali erano strutture per i poveri. Grazie a Nightingale, tutto ciò cambiò. Nella sua scuola per infermiere, ad esempio, le suore imparavano l'importanza dell'igiene nella cura e nell'assistenza infermieristica. Il suo metodo univa l'organizzazione alla formazione. Il successo dei suoi



Florence Nightingale in una fotografia del 1860.

## LA LEGGENDA DELLA LADY CON LA LAMPADA

Durante la guerra in Crimea (1853-1856) un gruppo di infermiere sotto la guida di Florence Nightingale prese cura dei soldati inglesi feriti e ammalati. Le condizioni del lazzaretto militare erano miserabili e Nightingale introdusse diversi miglioramenti. L'immagine della donna premurosa, che pure di notte controllava con una lampada lo stato di salute dei suoi pazienti, è rimasta impressa in modo indelebile nella coscienza collettiva.

insegnamenti è stato evidente e così grande che i suoi principi furono presto adottati in tutto il mondo e, ancora oggi, continuano a essere impiegati.

### **Ispirazione per Henri Dunant e la Federazione dei samaritani**

A quei tempi, Florence Nightingale era già una personalità nota e durante la sua vita ha saputo ispirare molti suoi contemporanei, sia in patria che all'estero. Tra questi, anche Henri Dunant di Ginevra, fondatore della Croce Rossa Svizzera. Quest'ultimo, infatti, in occasione di una conferenza confes-

sò che «[...] nel mio lavoro a favore della Croce Rossa sono stato motivato e ispirato [...] dall'opera e dai preziosi servizi di Miss Florence Nightingale». Dunant era rimasto colpito non solo dall'encomiabile sacrificio della donna nei confronti dei feriti di guerra, ma anche dal suo impegno per creare un sistema sanitario umanitario nel suo Paese.

In Svizzera, anche l'allora giovane movimento samaritano aveva riconosciuto un'affinità spirituale nella volontà universale di Nightingale di aiutare i malati e i feriti. Così, nel corso dell'assemblea dei delegati del 1895 a Burgdorf, la signora inglese fu nominata a larga maggioranza socia onoraria della Federazione svizzera dei samaritani, e questo assieme a Henri Dunant.

●

## «La Lady ha chiesto con interesse informazioni sulla situazione del movimento samaritano in Svizzera.»

●

### Consegna con ostacoli

Fu così che un certo dottor Jordi si offrì di consegnare di persona il diploma di socia onoraria a Lady Nightingale durante un suo soggiorno già previsto in Inghilterra. Il documento era stato scritto in lingua inglese. «Il Comitato centrale è stato così gentile e disponibile ad accelerare la preparazione del diploma e di inviarmelo a Londra», ha scritto più tardi Jordi nella pubblicazione dal titolo «Croce Rossa», l'allora organo di stampa della CRS e della FSS. Già in diverse occasioni, la rivista aveva infatti pubblicato articoli sulla vita e sul lavoro di Nightingale. Tuttavia, la consegna del diploma onorifico si rivelò più difficoltosa del previsto. A quel tempo, Nightingale aveva già 75 anni e le sue condizioni di salute non erano proprie buone e lei era una persona molto schiva e riservata. Così il dottor Jordi poté ottenere un appuntamento da lei solo grazie a una lettera di raccomandazione personale. «Sono quindi stato invitato proprio all'ultimo giorno del mio soggiorno in Inghilterra e addirittura nelle ultime due ore prima della mia partenza [...], ma ricevetti da lei la più calda accoglienza», ha riferito Jordi ricordando quel giorno particolare. «Lei ringraziò la Federazione svizzera dei samaritani per l'onore attribuitole e chiese con interesse informazioni sulle associazioni dei samaritani e delle infermiere in



Il padre e fondatore della Croce Rossa Henri Dunant è stato ispirato dalla donna inglese. (Foto: mad)

Svizzera.» Tra l'inviato della FSS e la Lady si instaurò una vivace conversazione sul benessere, sulla salute e sulle associazioni femminili in Inghilterra e in India. «I suoi occhi luccicavano, il suo viso splendeva e la voce era affascinante», ricorda con piacere Jordi, che in quell'occasione perse l'ultimo treno che avrebbe dovuto riportarlo in patria. Alla fine del suo resoconto di viaggio, egli fece alcune riflessioni sui due «nuovi» soci onorari Nightingale e Dunant: «Accettando la loro carica onoraria, queste nobili figure del XIX secolo fanno a loro volta onore alla nostra Federazione svizzera dei samaritani.»

### Creatività lungimirante

L'opera svolta da Florence Nightingale esercita i suoi effetti ancora oggi. Senza di lei, l'assistenza infermieristica moderna così come la conosciamo oggi, sarebbe difficilmente immaginabile. Nightingale ha svolto un lavoro pionieristico anche nell'ambito della statistica. Tutte le informazioni da lei raccolte hanno permesso di migliorare le condizioni degli ospedali. Le sue scoperte e le sue conoscenze sono state lungimiranti sotto molti aspetti. Dal 1912, il Comitato internazionale della Croce Rossa attribuisce la Medaglia Florence Nightingale a persone attive nell'ambito infermieristico e particolarmente meritevoli. Nel giorno del suo compleanno, che ricorre il 12 maggio, viene da allora celebrata la Giornata internazionale delle infermiere. Florence Nightingale morì nel 1910 a Londra, solo pochi mesi prima del suo ammiratore Henri Dunant.

# INFORTUNI SULLE PISTE

Ogni anno sulle nostre piste si feriscono in media oltre 80000 sportivi e in circa l'1-2% dei casi deve intervenire l'elicottero della Rega. Leggendo questo articolo, saprete chi dovete allarmare se assistete a un infortunio sulla pista e come fare per prestare i primi soccorsi.

**TESTO e FOTO: Rega**

Ogni inverno la Rega viene chiamata da 1300 a 1700 volte per soccorrere sportivi infortunati. Se la neve e il tempo sono buoni, sono molti gli sciatori e gli snowboardisti che si recano in montagna. Così però aumenta anche il numero degli infortuni. Ma, ci chiediamo, nel corso degli anni si è constatato un aumento degli interventi degli elicotteri? Uno sguardo alle statistiche della Rega evidenzia come gli interventi per gli infortunati degli sport invernali non siano in effetti aumentati. Negli ultimi 15 anni la percentuale degli interventi per soccorrere sciatori e snowboardisti è addirittura leggermente diminuita rispetto al totale.

L'elicottero della Rega interviene sempre quando occorre un trasporto rapido e soprattutto delicato in ospedale – per esempio in caso di lesioni alla testa o alla schiena. Ogni volta, se possibile, vengono trasportati con l'elicottero anche pazienti con gravi fratture ossee e lesioni delle articolazioni, che causano intensi dolori. Tuttavia non è il comfort del paziente ad essere in primo piano. Si tratta invece di evitare – grazie ad un trasporto possibilmente rapido – gravi complicazioni con i relativi postumi.

## Non importa se si tratti dei soccorritori delle piste o della Rega, l'importante è allarmare i professionisti

Con la slitta fino a valle o con la Rega direttamente in ospedale? Di regola questa decisione spetta ai soccorritori della zona sciistica in questione. I pattugliatori delle piste hanno ricevuto una formazione per le urgenze mediche, conoscono la località e sanno come si collabora con le squadre della Rega – conoscono pertanto le possibilità e i limiti dell'elicottero di soccorso.

Anche se in linea di principio chiunque può allarmare direttamente la Rega 24 ore su 24, nella maggior parte degli infortuni sulla pista è preferibile



chiedere prima aiuto al locale servizio di salvataggio. È invece consigliabile allarmare direttamente la Rega telefonando al 1414 quando bisogna intervenire rapidamente, per esempio in caso di valanghe o infortuni con acuto pericolo di vita (sospetto di infarto o ictus). In questi casi ogni minuto è importante. Chi chiamare in caso di emergenza è quindi sempre una questione di come si valuta la situazione. Ma niente timore: ad allarmare non si sbaglia mai. Che si tratti del servizio di salvataggio della pista o della Rega, in entrambi i casi avete al vostro fianco professionisti con una formazione eccellente per mandare sul luogo dell'infortunio il mezzo di salvataggio giusto.

Vi auguriamo di trascorrere una stagione invernale senza infortuni, con tanto sole e un'ottima neve per praticare il vostro sport preferito.

## Ecco come potete aiutare:

- 1. Mettere in sicurezza il luogo dell'infortunio:** Conficcare nella neve gli sci incrociati a distanza sufficiente dal luogo dell'infortunio e incaricare una persona di avvertire chi scende.
- 2. Primi soccorsi:** Controllare lo stato generale della persona ferita e provvedere a metterla in una posizione corretta, medicare le ferite e proteggerla dal freddo.
- 3. Allarmare il locale servizio di salvataggio della pista o la Rega:** Comunicare il luogo e l'ora dell'infortunio, il numero di feriti e il genere di lesioni. In caso di situazioni potenzialmente letali e valanghe: allarmare direttamente la Rega tramite il numero 1414.
- 4. Dopo una collisione:** Prendere nota dei fatti, delle generalità delle persone coinvolte e dei testimoni, nonché del luogo, dell'ora e della dinamica della collisione, tenendo in particolare conto della situazione del terreno, della neve e della visibilità.



Soccorso aereo per tutti,  
grazie al vostro sostegno



**Soccorso aereo medicalizzato.**

Diventate sostenitrice o sostenitore ora: 0844 834 844  
oppure [www.rega.ch](http://www.rega.ch)



# Cani di REDOG alla ricerca delle vittime del terremoto

Lo scorso novembre, l'Albania è stata scossa da un forte terremoto. La Svizzera ha inviato sul posto un team di esperti umanitari, tra cui anche una squadra di cani da soccorso di REDOG.

**TESTO E FOTO: REDOG / m.z**

Il terremoto si è verificato nella notte del 26 novembre scorso e ha causato 51 vittime e circa 2000 feriti. L'epicentro del sisma era situato a circa 10 km dalla città portuale di Durrës. Ed è proprio lì che la squadra della Società svizzera per i cani da ricerca e da salvataggio REDOG è entrata in funzione, assieme all'organizzazione di soccorso turca GEA. Tre team cinofili addestrati al ritrovamento delle vittime e uno specializzato nella ricerca di cadaveri hanno subito perlustrato diversi siti e in parecchi di questi i cani hanno localizzato delle presenze. Purtroppo le sette vittime ritrovate erano già morte.

«Gli edifici danneggiati dal terremoto erano molti e alcuni lo erano in maniera tale che le chances

di sopravvivenza dei sepolti erano davvero molto scarse», ha detto Linda Hornisberger, responsabile delle operazioni di ricerca REDOG. I cani hanno localizzato le vittime con molta precisione: ogni loro segnalazione ha portato al ritrovamento di una persona sepolta dalle macerie. Le squadre di REDOG hanno lavorato sul posto fino alla sera di venerdì, assieme ai soccorritori venuti dalla Francia, dall'Italia, dal Montenegro, dalla Croazia e dalla Serbia. Linda Hornisberger ha aggiunto: «La cooperazione internazionale è stata impressionante. Sfortunatamente, però, nessuna vittima è stata estratta viva dalle macerie.» «È proprio per poter rispondere a catastrofi del genere che le nostre squadre REDOG sono disponibili 24 ore su 24, tutto l'anno»,

sottolinea Benjamin Tissot-Daguet, membro del comitato di REDOG Svizzera. Affinché siano abili ad intervenire con REDOG, i volontari e i loro cani si allenano ogni settimana e diversi fine settimana al mese. La formazione è assai impegnativa: dopo tre, fino a quattro anni di istruzione e dopo aver superato diversi esami e test d'idoneità, il conduttore e il suo cane possono presentarsi a un esame d'ammissione della durata di due giorni. Ogni anno, inoltre, conduttore e cane devono superare un test attitudinale, mentre ogni tre anni la loro capacità d'intervento viene nuovamente esaminata.

Impiegare cani da ricerca è l'unico modo per individuare con esattezza la posizione dei superstiti. Ecco perché nei giorni immediatamente seguenti la catastrofe naturale, sono riposte molte speranze proprio nei cani e nel loro fiuto. È molto importante intervenire rapidamente. Grazie quindi al partenariato con la REGA, il team di REDOG ha potuto raggiungere in poche ore il luogo del terremoto con il jet ambulanza. La sera stessa del loro arrivo nella regione sinistrata, le squadre e i loro cani erano già al lavoro, per tutta la notte.

Le squadre sono rientrate in Svizzera il 30 novembre scorso e sono state accolte e salutate all'aeroporto di Zurigo da parenti e da numerosi altri membri di REDOG.



Linda Hornisberger (in primo piano) con Nash a Durrës.

# I 10 oggetti più pericolosi in casa e in giardino

**Si fa presto a farsi male: basta un taglio, una puntura o un passo falso. In Svizzera si verificano ogni anno circa 160 000 infortuni in casa e in giardino. I dati statistici della Suva rivelano gli oggetti più pericolosi all'origine di questi infortuni.**

Nelle rilevazioni statistiche, i componenti edili come le scale sono classificati come oggetti. In vetta alla top 10 troviamo infatti le scale, che causano circa 29 000 infortuni all'anno, quindi più o meno il 20 per cento di tutti gli infortuni in casa e in giardino. Al secondo posto si colloca la mobilia: letti, vasche da bagno, tappeti e sedie provocano infatti 22 000 infortuni. Seguono in terza posizione gli infortuni senza oggetti coinvolti, per un totale di circa 13 800 casi all'anno. Si tratta perlopiù di infortuni dovuti a scivolamento, inciampo o caduta.

## Con i cocci non si scherza

La statistica degli infortuni parla chiaro: meglio stare alla larga dai cocci, che rientrano nella categoria «altri oggetti» e rappresentano la quarta causa di infortunio più frequente in casa e in giardino. Circa la metà delle 13 300 ferite da taglio riportate ogni anno è infatti dovuta a stoviglie rotte o cocci di vetro e porcellana.

## Appassionati di bricolage e cucina, attenzione

Al quinto posto nella top 10 degli oggetti più pericolosi troviamo utensili e attrezzi come coltelli e taglierini. Questi strumenti, appuntiti e affilati, provocano 12 600 infortuni all'anno. Dichiarazione di un'infortunata: «Stavo tagliando un'arancia con un coltello da cucina e mi sono distratta, per cui mi sono tagliata la punta del pollice.»

## Pericolo animali

Anche gli animali sono spesso causa di infortuni. Nella statistica vengono classificati anch'essi come oggetti e si piazzano al sesto posto nella top 10. I più pericolosi sono gli insetti, che provocano la metà dei circa 11 000 infortuni dovuti ad animali,



seguiti da gatti e cani. Spesso le persone inciampano nei propri animali domestici e si feriscono cadendo.

## Il fattore umano

Incredibile ma vero: nella statistica degli infortuni le persone sono categorizzate come «oggetti» in grado di causare infortuni. Spesso si tratta di bambini, ma anche gli adulti possono rappresentare un pericolo, per esempio se si urta un'altra persona o si fa uno sgambetto. Frequenza: circa 8 200 casi l'anno.

Nella classifica degli oggetti più pericolosi, i posti da 8 a 10 sono suddivisi tra: incidenti con porte, cancelli e finestre (7 900 casi), corpi estranei (7 600 casi) e trasporto merci come casse, cartoni o oggetti ingombranti (7 200 casi).

## Fonte e altre info:

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

# Emergenze a carnevale

**Per alcuni è il periodo più bello dell'anno, per altri è un vero orrore. Il carnevale, come «quinta stagione» dell'anno, ricorre in inverno e mette di fronte a condizioni eccezionali intere regioni del Paese, a volte con conseguenze indesiderate. In questo articolo riportiamo quattro tipiche situazioni d'emergenza e cosa fare per risolverle.**

**TESTO: Christoph Zehnder / m.z**



**RUMORE** Il volume delle musiche carnascialesche non deve essere sottovalutato. I suoni prodotti da una Guggenmusik possono raggiungere i 100 dB, il che corrisponde approssimativamente al livello di rumore di un martello pneumatico. Se ci si espone a questo volume per un lungo periodo di tempo, si rischia un trauma acuto da rumore. Le cellule sensoriali (ciliate) dell'orecchio interno sono danneggiate e vi è il rischio di perdita temporanea dell'udito, tinnito e/o sensazione di «ovatta» nell'orecchio. Colpi forti come fuochi d'artificio, spari di cannoni per coriandoli o pistole giocattolo o armi, ecc. possono causare lesioni ai timpani e agli ossicini (martello, incudine e staffa) e questo specialmente quando la fonte di rumore è vicina all'orecchio. Oltre ai sintomi citati, possono manifestarsi anche vertigini e nausea.

Le possibilità di primi soccorsi per i traumi da rumore sono limitate. Se l'ipoacusia (indebolimento dell'apparato uditivo) e l'acufene (fischio nell'orecchio) non migliorano entro 24 ore, è assolutamente consigliata una visita medica. In ogni caso, è importante non esporsi a ulteriori rumori ed evi-

tare lo stress. Ma ancora meglio sarebbe, in primo luogo, non esporsi del tutto a rumori assordanti e, ad esempio, indossare protezioni per l'udito durante i cortei di carnevale.

**ALCOL** Spesso l'atmosfera festosa di carnevale fa sì che, oltre al bicchiere che disseta, ne seguono altri. Chiunque si è trovato o si trova a prestare servizi sanitari in queste situazioni, conosce questa casistica. A volte basta assistere chi ha bevuto troppo e sorvegliarlo. Una coperta calda impedisce che la persona si raffreddi. In caso di dubbio, è tuttavia sempre meglio chiamare il numero d'emergenza 144. Un avvelenamento grave da alcool può portare all'arresto respiratorio e all'insufficienza circolatoria.

Anche nel caso in cui un paziente mostra sintomi di shock o perde conoscenza, deve essere chiamata l'ambulanza (soccorritori professionisti). Il corpo reagisce all'avvelenamento da alcool con il vomito; i pazienti incoscienti devono quindi essere messi in posizione laterale stabile. La situazione



può farsi particolarmente sgradevole quando una persona sotto l'influsso dell'alcol si comporta in modo aggressivo. In questi casi non bisogna esitare a chiamare o a informare la polizia.

**FREDDO** Non da ultimo e secondo la tradizione, il carnevale dovrebbe scacciare l'inverno. Tuttavia le basse temperature non sono un'eccezione durante i bagordi carnascialeschi. Inoltre, considerato che i festaioli si spostano spesso all'aria aperta, c'è il rischio concreto di ipotermia, soprattutto se queste persone hanno bevuto parecchio alcol o altre sostanze. Una persona ubriaca si raffredda più velocemente. L'ipotermia si verifica quando la temperatura interna del corpo scende sotto i 36°C. I sintomi di una lieve ipotermia sono tremore muscolare, pelle pallida, polso aumentato e respirazione più veloce. Una persona colpita da ipotermia dovrebbe essere riscaldata lentamente, al meglio in un luogo caldo, riparato dal vento e tranquillo. Posso-



no esserle d'aiuto coperte calde o termiche e bevande calde e zuccherate (senza alcool o caffè) bevute a piccoli sorsi. Togliere eventuali vestiti bagnati o umidi. L'ipotermia diventa invece pericolosa quando raggiunge uno stadio più elevato. La persona colpita può apparire sonnolente e confusa, paradossalmente non sente o non manifesta necessariamente d'aver freddo. Se la temperatura corporea continua a scendere, può verificarsi uno stato di incoscienza e infine un arresto cardio-circolatorio. In questi rari casi, un tentativo di rianimazione non deve essere interrotto prematuramente, poiché l'ipotermia innesca un meccanismo protettivo nel corpo che lascia più tempo per la rianimazione. In medicina, questo meccanismo viene utilizzato specificatamente per gli interventi più importanti.

**FUOCO** Diverse usanze carnascialesche implicano l'uso del fuoco. Se a ciò si aggiungono i costumi e le decorazioni infiammabili, il risultato è una combinazione altamente pericolosa. Gli incendi di vestiti devono essere spenti immediatamente, ad



esempio rotolandosi sul pavimento o soffocando le fiamme con una coperta.

Ustioni piccole e leggere devono essere raffreddate per almeno 10 minuti sotto l'acqua non troppo fredda e curate (coperte) in modo sterile. Ustioni maggiori, invece, non devono essere raffreddate con acqua, altrimenti c'è il rischio di ipotermia. Non togliere i vestiti incrostati e appiccicati alla pelle. Le ustioni di 3° grado devono essere trattate immediatamente da un medico, così come le ustioni di 2° grado se sono più grandi del palmo di una mano o se sono sul viso o sopra le articolazioni. I costumi e le decorazioni di carnevale dovrebbero essere realizzati con materiali difficili da bruciare o almeno preventivamente trattati con ritardanti di fiamma.



# Flessibile oggi, agile domani

Tutti oggi parlano di agilità. Ma cosa significa in realtà e cosa ci vuole affinché un'organizzazione di volontariato come la FSS sia veramente agile?

**TESTO: Team di comunicazione FSS / m.z**

Nell'agility, la disciplina sportiva dei cani, gli amici a quattro zampe raggiungono prestazioni d'altissimo livello. Apparentemente senza sforzo, superano ogni ostacolo, camminano in equilibrio a quote per loro alte e compiono con precisione slalom e altre «acrobazie». La mobilità e la flessibilità dei loro corpi li aiutano a guadagnare agilità. Da qui ha origine anche il nome della disciplina: agility. Oggigiorno, anche le aziende e le organizzazioni vogliono essere agili. Questa constatazione è spesso citata anche nel contesto della nostra strategia «Samaritani del futuro». Uno dei campi d'azione della stessa è proprio quello di diventare un fornitore di servizi agile, moderno e d'alta qualità.

Ma cosa distingue esattamente un'organizzazione agile dalle altre? Da una parte, la capacità di saper reagire rapidamente ai cambiamenti. Sulla spinta dei cambiamenti tecnologici, la nostra società evolve molto velocemente. Ed è addirittura probabile che la velocità aumenti. Oggi come oggi, nel mondo economico solo le aziende che riescono a stare al passo con i tempi hanno le migliori probabilità di riuscita. Sanno muoversi in modo agile in un contesto dinamico. Ed è indubbio che il contesto è cambiato, e di parecchio, anche per i samaritani. Anche noi abbiamo imparato ad essere flessibili. Ma l'agilità va oltre la flessibilità: chi è solo flessibile, può perdere di vista l'obiettivo finale proprio a causa dell'impegno nell'adattamento. Un'organizzazione agile è allo stesso tempo flessibile e stabile: agisce e reagisce, ma non solo. È e rimane stabile grazie ai suoi valori. I samaritani hanno definito questi valori nella loro visione e missione. Questi valori sono il fondamento sul quale si basa tutto il resto.

## È concesso sbagliare

Agilità è sinonimo di miglioramento continuo. Ma ciò non è possibile senza errori. Come è noto, è proprio sbagliando che si impara. Un'organizzazione agile considera quindi gli errori come parte di un processo di apprendimento. Sembra facile e plausibile, ma in realtà tutto questo non è così semplice da realizzare. A chi piace ammettere gli errori? Le decisioni sbagliate influiscono anche sulla fiducia.



Con flessibilità, velocità e concentrazione verso il traguardo. (Fonte: pixabay/Leslie Black)

Ma la fiducia rappresenta pure un'altra premessa. Perché, infatti, solo chi ha fiducia negli altri ed è disposto a rinunciare al controllo, può agire in modo agile. Al contrario, in strutture rigide, strettamente gerarchiche, dove tutto il controllo è concentrato in cima alla piramide, l'agilità è difficile da realizzare.

L'agilità inizia nella mente. Forzarla è difficile, ma possono essere create le condizioni quadro per facilitarla. Proprio questo processo è attualmente in corso nella FSS. A prima vista, tutto questo non sembra essere adatto alla FSS dato che spesso la federazione viene percepita come lenta e ingombrante, tutto il contrario di agile. Ma se consideriamo bene le cose, percepiamo che l'agilità è, in realtà, profondamente radicata nell'anima dell'essere samaritano. Diventa realtà negli interventi e la si ritrova nella formazione. Ogni situazione d'emergenza richiede ai soccorritori un comportamento agile. Bisogna reagire rapidamente, adattarsi alla situazione e non perdere di vista l'obiettivo. Se la Federazione svizzera dei samaritani, in quanto organizzazione, riuscirà ad agire in questo modo, sarà ben preparata per il futuro, qualunque cosa succeda.

## In ricordo

È con grande tristezza che apprendiamo della scomparsa di un ex membro del Comitato centrale nonché socia onoraria della Federazione svizzera dei samaritani:

### Elisabeth Stierli (19.9.1927-26.11.2019)

Elisabeth Stierli era entrata a far parte della sezione samaritani di Urdorf il 1° gennaio 1950, dopo aver frequentato un corso samaritano. Come cassiera, responsabile dei servizi sanitari e monitrice samaritana nonché, più tardi, come capo istruttore, Elisabeth è sempre stata una samaritana convinta e impegnata, un brillante esempio per tutti. In qualità di socia attiva aveva partecipato ad ogni esercizio mensile senza eccezioni, fino a poco prima della sua morte.

Dal 1978 al 1987 Elisabeth Stierli è stata la prima donna a guidare, nella carica di presidente, le sorti dell'associazione cantonale di Zurigo. Ancora prima, nel 1967, era stata nominata in seno al Comitato centrale della Federazione svizzera dei samaritani, dove sedette per 12 anni. In veste di membro della Commissione finanze e della Commissione di gestione, si era poi ulteriormente impegnata a livello nazionale a favore della causa samaritana. In segno di gratitudine per la sua lunga e apprezzata opera, nel 1979 Elisabeth Stierli era stata nominata socia onoraria della Federazione svizzera dei samaritani. Di lei serberemo un grato ricordo e porgiamo alla famiglia le nostre sincere condoglianze.

FEDERAZIONE SVIZZERA DEI SAMARITANI

### Contatto:

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

## LE PROSSIME EDIZIONI

Edizione n.	Termine redazionale	Data di apparizione
2/20	07.04.2020	13.05.2020
3/20	10.07.2020	12.08.2020
04/20	16.10.2020	18.11.2020

Inviare la vostra lettera preferibilmente per e-mail o per posta cartacea ai recapiti della redazione.

Il prossimo numero di «oggi Samaritani» sarà pubblicato il 13 maggio 2020; la scadenza per l'invio del materiale è il 7 aprile 2020.

## GIOCHI: LE SOLUZIONI DELLA P. 31

	P	J	T		S		A									
A	T	T	I	C	O	A	Q	U	A	P	L	A	N	I	N	G
N	E	I	N	H	R	I	S	T	A	M	P	E		I	L	
	R	F		P	A	R	A		A	T	M		P		O	L
	R	O	V	I	N	A	T	A		I		C	I	N	T	O
L	O	N	D	O	N		U		A	L	G	I	A		T	L
	R	E		P		P	R	O	V	A		L		R	U	D
				S	P	R	E	A		V		C	E	R	E	S
T	A	S	T	O		L		P	E	R	U		A	G	E	N
	D		O		L			L								
S	H	A	R	I	A		U	R	S		R	A	B	A	D	A
	O	T	T	A	N	I		S	O	C	I	A	L	E		N
	C	A	I		D	O										

PROSPETTIVA

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

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

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

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



**S+** **samaritani**

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

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