

oggi

2 / 19

SAMARITANI

La rivista della Federazione svizzera dei samaritani

Giovani sotto la lente

12 BUONO A SAPERSI
Giovani volontari
e le loro competenze

16 TIZIANA ZAMPERINI
La presidente dell'ASSTM
parla del lavoro coi giovani

20 FORMAZIONE FSS
Una visione d'assieme
sui vari corsi

OGNI IMPEGNO RICHIEDE UNA BASE SOLIDA



Esempio di configurazione:

Tenda pieghevole 4,5 x 3,0 m con pareti laterali chiuse e cabina interna

Pro-Tent MODUL 4000 – la piattaforma mobile per il vostro impegno sul posto.

- > Sistema di piegatura brevettato di altissima qualità svizzera
- > Montaggio in tempi record
- > Borsa di trasporto con rotelle grandi
- > 100% impermeabile
- > Disponibile in diverse dimensioni
- > Realizzata presso BSZ-Stiftung* Einsiedeln, con certificazione ISO 9001

* laboratorio per persone con menomazione

Approfittate della nostra offerta promozionale esclusiva per i Samaritani.
Saremo lieti di fornirvi la nostra consulenza!

PRO-TENT AG · Sistemi di costruzione di tende e stand fieristici · Neuhoferstrasse 10 · 8630 Rüti
Tel.: +41 (0) 55 220 28 00 · info@pro-tent.ch · www.pro-tent.ch

**PRO TENT**
S W I T Z E R L A N D

DISPIEGA LE TUE ABILITÀ



«UN’OPPORTUNITÀ PER IL FUTURO»

Care lettrici, cari lettori, non è curioso? La pubblicità e i media cercano costantemente di «intrappolarci» con termini come giovane e giovanile. Essere giovani è «in», forse anche perché per la maggior parte di noi, l’età sembra essere molto meno attrattiva o importante.

Ma quando si parla di adolescenti, allora queste parole compaiono spesso in contesti negativi. Sono ad esempio quasi sempre i giovani che causano assordanti rumori. O che non fanno nulla o fanno ma in modo sbagliato. E spesso si sentono affermazioni come: «Noi non avremmo mai avuto il coraggio di farlo», «Ai nostri tempi si sarebbe...» e ancora «Una volta tutto andava meglio».

Proprio come il mondo stesso cambia, anche ogni generazione di giovani deve adattarsi alle nuove realtà. Ed è l’ambiente sociale moderno che permette ai giovani di oggi di sviluppare la loro indipendenza molto prima. L’approccio con i nuovi media e la variegata offerta per il tempo libero richiedono loro la capacità di scelta e di decisione; ma devono anche essere in grado di formarsi una propria opinione. La scienza e la società, dal canto loro, cercano di spiegare la gioventù di oggi con molte teorie. A dipendenza, i giovani sono quindi alla volta principesse e principi, o definiti «generazione Z», nativi digitali e molto altro ancora.

Personalmente penso che tutte le teorie siano fondamentalmente basate sullo stesso concetto: gli adolescenti di oggi devono trovare la loro strada e districarsi in un mondo che noi stessi abbiamo cambiato. In questo senso è vero: in passato, tutto era completamente diverso. Ma non possiamo paragonare i giovani di oggi alle generazioni precedenti; dovremmo invece affrontare i problemi e le tematiche attuali. Proprio come fanno i giovani oggi. Nel qui e ora, è lo sciopero del clima ad essere attuale, e non più gli argomenti dei disordini studenteschi del 1968.

Ogni generazione prima di noi credeva sempre di sapere esattamente come dovrebbero essere i giovani. Consideriamo per una volta gli adolescenti senza questa idea preconcepita. Diamo e concediamo loro lo spazio per svilupparsi ed evolvere. Diamo loro il necessario supporto affinché possano assumersi le responsabilità, ma anche imparare ad accettare i propri limiti. Grazie a tutti voi per dare ai giovani, anche nel mondo samaritano e in tutte le regioni svizzere, questa possibilità e questa chance per il futuro.

INGRID OEHEN

Presidente della Federazione svizzera dei samaritani



6 LA VARIETÀ DEL LAVORO CON I GIOVANI

11 IN AUTUNNO LA
CONTINUAZIONE
DEL CONGRESSO
DELLA GIOVENTÙ

12 I GIOVANI VOLONTARI
SOTTOVALUTANO LE
LORO COMPETENZE

CONTENUTO

20 FUNZIONI E CORSI

Una visione d'insieme della formazione e formazione continua della FSS

23 2018 IN CIFRE

Le cifre più significative dello scorso anno per il movimento samaritano

26 COLLETTA SAMARITANA

Informazioni sulla raccolta prevista dal 26 agosto al 7 settembre prossimi

30 GIORNATA DEL MALATO

Ecco come i samaritani si attivano nella giornata nazionale del malato

31 SEZIONI E ASSOCIAZIONI

I racconti delle loro attività particolari

34 SHOP SOCCORRITORE

Collaborazione tra la Federazione svizzera dei samaritani e la Suva

36 BUONO A SAPERSI

Anche i giovani soffrono di malattie cardiocircolatorie



**16 GRUPPI GIOVENTÙ
IN TICINO:
IL SEGRETO DEL
SUCCESSO**

**28 GIOVANI MIGRANTI
IMPARANO
I PRMI SOCCORSI**

38 TOCCA A VOI
Cruciverba e Sudoku

39 RITRATTO
In Vallese una nuova
associazione giovanile
alleggerisce le sezioni

**40 CASSETTA DEGLI
ATTREZZI**
Ecco l'app «Five up» per
organizzare al meglio
i volontari

41 VARIA
Corso base di
omeopatia e azione
speciale per i First
Responder delle regioni
di montagna

**42 LETTERE
DEI LETTORI**
A voi la parola

IMPRESSUM

«oggi samaritani» 02/2019
Data della pubblicazione: 15 maggio

Editore

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

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

Prezzo d'abbonamento

Singolo abbonamento per terzi:
fr. 33.– annuali

4 numeri all'anno
Tiratura: 25 000 copie

Redazione

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

Inserzioni

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

Impaginazione, stampa, spedizione
Stämpfli SA, 3001 Berna



UNA BUONA ESPERIENZA

Nei gruppi della gioventù samaritana viene posto il fondamento per il futuro del movimento samaritano. Monitori e capigruppo forniscono a questo riguardo un contributo inestimabile, che va ben oltre l'ambito del pronto soccorso.

TESTO e FOTO: Christoph Zehnder



Chi comprende la dinamica delle situazioni conflittuali sa affrontarle meglio. Nel gioco di ruolo si provano diversi scenari.

I gitanti si godono lo splendido panorama dal Rùgel sul Lago di Hallwil e, in lontananza, sulle Alpi della Svizzera interna. L'altura fra Seengen e Sarmenstorf nel Canton Argovia invita a sostare, se non fosse per la rumorosa lite fra due giovani samaritani. L'accesa discussione fra i due «disturba», in un certo senso, la bellezza del paesaggio. Si tratta di piccolezze. I due litiganti si scambiano vicendevoli rimproveri. Nessuno è disposto a compiere un passo verso l'altro. Prima che la situazione finisca veramente fuori controllo, la monitrice dell'esercizio interviene.

Fortunatamente la lite è solo una messa in scena. Il gioco di ruolo fa parte del programma di formazione continua dei giovani (FoCoGio) che, due volte all'anno, organizza un gruppo di intraprendenti capi team. Nel frattempo questa è ormai la quinta edizione di questo tipo. Il programma di due giorni è sempre imperniato su un tema principale. In passato il programma includeva domande tipo: «Come allestisco un programma annuale interessante?», «Come si acquisiscono nuovi soci?» oppure «Come insegno in modo adeguato al livello?» Per questo fine settimana la questione centrale è il modo di affrontare le situazioni difficili. Concretamente si tratta della gestione dei conflitti. E non per la prima volta, spiega Koni Tanner. Koni è capoteam del gruppo della gioventù di Wangen-Brüttisellen Dietlikon (Help WaBrüDi) come pure uno dei promotori e organizzatori di questo genere di formazione continua. Il tema continua a essere di attualità e occupa molti giovani, afferma. Lo si nota per esempio nelle riunioni dei capi team, dalle quali arrivano sempre inputs per la formazione continua. «Ormai disponiamo di un'intera collezione di idee», dice. «Ma non possiamo trattare ogni tema, perché tutti noi lavoriamo o seguiamo una formazione. Inoltre per alcuni temi ci mancano semplicemente le capacità necessarie. Quindi non avrebbe senso prenderli in considerazione.»

Il contenuto di questa formazione continua primavera ha suscitato grande interesse fra i 20 partecipanti. Alcuni vi prendono parte già per la seconda, la terza o addirittura la quarta volta. Altri dirigono solo da poco un gruppo giovanile e quindi apprezzano ancora di più questa possibilità di uno scambio reciproco di idee ed esperienze. Questo aspetto è particolarmente importante per il team: «Si conosce la gente e si possono allacciare contatti. Questo aiuta molto e vogliamo promuoverlo anche qui.» Per alcuni partecipanti la materia non è del tutto nuova, perché la gestione dei conflitti rientra pure nella formazione dei monitori Gioventù. Nella formazione continua apprendono, sulla base di esempi pratici, come mantenere il sangue freddo nelle situazioni di conflitto ed evitare un'escalation (vedi contesto, p. 10). Negli esercizi imparano quali effetti possono avere i pregiudizi e quanto possa differire qualche volta la propria percezione da quella degli altri.

Malgrado la maggior parte dei partecipanti sia ancora molto giovane, molti di loro hanno già avuto esperienze con situazioni di conflitto nella loro associazione: disdette all'ultimo momento, proble-



La formazione continua Gioventù offre ai partecipanti anche una buona occasione per uno scambio vicendevole di idee ed esperienze.

mi di comunicazione o anche fastidi banali, come una chiave persa, possono offuscare rapidamente l'umore. Dove si riuniscono persone – e questo è decisamente il caso di un'associazione – è praticamente impossibile evitare che di tanto in tanto i rapporti interpersonali non siano come si vorrebbe. Questo lo sanno tutti. Però situazioni del genere si possono superare meglio se si dispone dello strumento adatto. Per il buon esito della gestione dei conflitti occorrono le strategie giuste. Gli organizzatori della FoCoGio vogliono offrire ai partecipanti la possibilità di portarsi a casa questo strumento.

Lavorare con l'effetto Aha!

L'offerta è rivolta principalmente a monitori e monitori Gioventù. I temi però non sono assolutamente rilevanti soltanto per il lavoro con i giovani. «Fondamentalmente siamo aperti. I samaritani interessati, che desiderano costituire un gruppo giovanile e che vorrebbero semplicemente farsene un'idea, sono pure i benvenuti», spiega Koni. Gli organizzatori ritengono che sia importante trasmettere i contenuti attraverso forme ludiche. Le possibili soluzioni non vengono semplicemente presentate su un vassoio nel quadro di una conferenza. «Lavoriamo con molti esercizi di gruppo», spiega il capo team. «Così è più facile arrivare a un effetto Aha! ed è anche più divertente.»

Gli organizzatori si procurano le risorse dei singoli moduli dalla FSS, dalla CRS o direttamente da internet. Non hanno mai molto tempo per la prepa-

razione. I cinque membri del team provengono da diverse località della Svizzera tedesca e sono tutti impegnati professionalmente o ancora in formazione. Prima di ogni fine settimana di formazione continua partecipano a un'unica riunione, spiega Koni. A volte dura anche abbastanza a lungo. Il giovane team coordina la pianificazione dettagliata in stile molto moderno, servendosi della rete.

Sensibilizzare i monitori Gioventù

In un gruppo di giovani le situazioni difficili possono nascere per motivi molto diversi, per esempio se un membro soffre della sindrome di Allan-Herdon-Dudley (ADHS) o autismo e perciò ha un comportamento che richiama l'attenzione. I partecipanti della FoCoGio imparano cosa comportano tali disturbi e come eventualmente affrontarli in qualità di monitori. Il messaggio centrale è chiaro: le persone che sono diverse corrono il rischio di venire emarginate dagli altri. Da qui, il cammino verso la discriminazione vera e propria è poi molto breve (persone trattate diversamente a motivo della loro origine, del loro credo o di altre caratteristiche). I samaritani, di qualsiasi età e funzione, devono fare molta attenzione a questo riguardo. La chiave è: rispettare i Principi fondamentali della Croce Rossa. Questi esigono la parità di trattamento di tutte le persone e dovrebbero valere ancora di più per i membri della propria organizzazione.

Analogamente alla discriminazione, anche il mobbing può avere conseguenze devastanti per le persone che ne sono oggetto. Perciò gli organizzatori

Come mi percepiscono gli altri e quale immagine ho io stesso di me? La differenza fra autopercezione e percezione altrui può causare conflitti. È l'esperienza che fanno i partecipanti in un esercizio di gruppo.

hanno dedicato a questo tema un modulo specifico. Si parla di mobbing quando una persona viene oppressa con angherie e attaccata intenzionalmente durante un periodo prolungato. «È abbastanza probabile che la maggior parte dei partecipanti lo abbiano già sperimentato di persona, anche se non necessariamente in seno all'associazione», afferma Koni Tanner. Il mobbing è un fenomeno che si manifesta principalmente fra i bambini e i giovani. Spesso non dispongono delle strategie per risolvere meglio i conflitti. Il tema è complesso e potrebbe senz'altro riempire un intero fine settimana. Agli organizzatori interessa soprattutto sensibilizzare i monitori Gioventù. Se nel loro gruppo c'è qualcosa che non va, dovrebbero essere in grado di accorgersene. E dovrebbero pure sapere a chi possono rivolgersi: sia loro stessi che la persona direttamente interessata. Pertanto nella formazione continua si spiega pure chi può offrire una consulenza, come Pro Juventute o il Telefono Amico.

Servizi di assistenza interni

Servizi di assistenza interni ci sono anche nel mondo samaritano. Gli organizzatori li ricordano sempre nel quadro della loro formazione continua. Per esempio un Coach di sezione, quale persona di riferimento neutrale, può offrire consulenza a una sezione o a un gruppo della gioventù. Nell'associazione cantonale di Zurigo questa offerta viene sfruttata sempre più spesso, spiega Koni Tanner. Dato che a Zurigo i coach sono più di uno, è molto probabile che si conosca personalmente uno di loro. Questo facilita il contatto. «Se ci si conosce, diminuiscono anche le reticenze per ricorrere a tali servizi.»

Inoltre in ogni associazione cantonale esiste un servizio specifico per il lavoro con i giovani, l'incaricato per la gioventù (RCaLG). Costituisce per così dire l'anello di congiunzione fra la gioventù samaritana e l'associazione cantonale e assiste i gruppi giovanili con consigli e fatti concreti. Un RCaLG può anche assistere le sezioni samaritane che desiderano costituire un nuovo gruppo della gioventù. «Noi lo ricordiamo ai nostri e diciamo loro: se avete problemi, andate dal vostro RCaLG!»

Gli incaricati per i giovani sono pure graditi ospiti agli eventi di formazione continua per la Gioventù.



Dall'estate scorsa Monika Rubin è l'incaricata per la Gioventù dell'associazione cantonale delle sezioni samaritane argoviesi e coglie l'occasione di questa formazione continua per farsi una sua idea del lavoro che svolge il team FoCoGio. Il contatto diretto con i singoli gruppi della gioventù è molto importante e perciò intende visitare personalmente tutti i gruppi.

Molto più dei primi soccorsi

Il lavoro che viene prestato nei circa 130 gruppi della gioventù con i loro 2300 membri è estremamente prezioso sotto molti punti di vista. Da una parte i giovani vengono avvicinati ai temi samaritani in modo adeguato alla loro età. E poi i primi soccorsi non sono un tema riservato esclusivamente agli adulti. Possono interessare benissimo anche i bambini e i giovani. Nei gruppi della gioventù hanno la possibilità di condividere tale interesse con altri che hanno le stesse idee. Nel migliore dei casi, trasmettono all'esterno le nozioni di pronto soccorso apprese e rendono attente anche altre persone sulla loro importanza, sia in famiglia che nella cerchia dei loro conoscenti a scuola o più avanti

•
«La gioventù è il futuro.»
•

sul lavoro. Un ulteriore vantaggio è costituito dalle competenze che acquisiscono i giovani samaritani con funzione di monitori nel quadro del loro volontariato con i gruppi della gioventù. Acquisiscono esperienze nell'ambito della pianificazione, dell'organizzazione e dello svolgimento di eventi, assumendosi molte responsabilità e rafforzando perciò la fiducia in se stessi. Per i giovani questo è particolarmente importante. Più avanti avranno poi modo di utilizzare queste competenze e conoscenze per esempio nella vita professionale, cosa che costituisce un guadagno per l'intera società.

Non da ultimo il lavoro attivo con i giovani è di valore inestimabile per il movimento samaritano. Tutte le sezioni samaritane prima o poi hanno bisogno di nuove leve. «La gioventù è il futuro», afferma Koni. Ha però constatato che praticamente non c'è una transizione fluida fra i gruppi della gioventù e le sezioni samaritane. «La cosa funziona così: come monitore Gioventù spesso si segue una formazione professionale e questo funziona ancora. Poi si entra nel mondo del lavoro, e anche questo va. Più avanti si segue un perfezionamento professionale e allora spesso non si ha più tempo.» Inoltre

molti monitori a un certo punto si sentono «troppo vecchi» per un gruppo giovanile e se ne vanno. Poi, quando nella vita privata e professionale hanno una posizione solida, diventano soci di una sezione samaritana. Le esperienze positive in un gruppo giovanile possono senz'altro giocare un ruolo a questo riguardo. Con il loro impegno volontario gli organizzatori della formazione continua per i giovani contribuiscono molto a che l'appartenenza a un gruppo della gioventù sia una bella e significativa esperienza.

GESTIONE DEI CONFLITTI

Sette passi per risolvere i conflitti

1. Descrizione del problema

- Utilizzate «affermazioni IO» per comunicare all'altro ciò che vi sta a cuore.
- Ascoltate attentamente per considerare ciò che sta a cuore al vostro interlocutore.
- Non accettate promesse avventate, che cercano di eliminare rapidamente il problema.
- Abbiate cura di mettere in chiaro i bisogni e le richieste – senza proposte occulte di soluzione.
- Tutti gli interessati descrivono il problema dal loro punto di vista consapevolmente soggettivo.

2. Definizione dell'obiettivo

- Concordate insieme l'obiettivo del vostro colloquio sul conflitto. Ovviamente tale obiettivo dovrebbe essere concreto e realistico.

3. Raccolta delle possibili soluzioni

- Pregate i partner del conflitto di proporre molte soluzioni.
- Gli interessati dovrebbero menzionare anche soluzioni insolite o che al momento appaiono inutilizzabili.
- Evitate di valutare le soluzioni e sottolineate che più avanti ci sarà una fase di valutazione. La critica inibisce la creatività.
- Incoraggiate gli altri a cercare soluzioni e comunicate anche le vostre idee.
- Visualizzate tutte le soluzioni proposte (su lavagna, flipchart, ecc.).
- Ridefinite ripetutamente il problema; in tal modo motivate voi stessi e gli altri a continuare a cercare soluzioni.
- Evitate che si divaghi su un altro tema.

4. Valutazione delle alternative

- Si valutano tutte le soluzioni proposte.
- Controllate se le proposte sono realizzabili.
- Tutte le parti del conflitto partecipano ai test di tutte le soluzioni! Le soluzioni apparenti sono inaccettabili.
- Criteri di valutazione trasparenti

5. Decisione

- Il gruppo ha la competenza di decidere?
- Esiste un termine per la decisione?
- Se la scelta di una soluzione è difficile: elencate i punti, per i quali si è già giunti a un accordo e ripetete le soluzioni proposte.
- Cercate il consenso ed evitate le votazioni.
- L'obiettivo è arrivare a un accordo accettabile per tutte le parti in causa.
- Eventualmente si può elaborare un ordine di successione

6. Esecuzione/attuazione

- Stabilite chi deve fare cosa entro quando e a chi riferire.
- Mettete per iscritto tutti gli accordi.
- Consegnate una copia a tutti gli interessati.
- Uno di loro deve essere responsabile.

7. Controllo

- Deve aver luogo.
- Concordate il momento e il tipo.
- Senza controllo (dell'obiettivo) nessuno sviluppo.
- Esistono anche controllori simpatici.
- Stabilite i criteri di controllo.
- Se la soluzione non soddisfa, cercate negli strumenti di soluzione dei problemi le possibilità di miglioramento o chinatevi di nuovo sul problema.

Potete trovare ulteriori consigli preziosi per il superamento dei conflitti anche nella cassetta degli attrezzi in Extranet, alla rubrica «Consulenza e supporto».

La gioventù resta sull'onda

Quanto scaturito nel 2018 dal Congresso della gioventù samaritana deve poter confluire negli ulteriori sviluppi del lavoro con i giovani. L'apposita conferenza prevista in autunno sarà un'ideale piattaforma a questo scopo.

TESTO: Christoph Zehnder / m.z

Il lavoro avviato nel Congresso della gioventù sarà continuato in autunno nell'ambito di un'apposita conferenza.
(Foto: Sonja Wenger)



Quando si parla di «samaritani del futuro», si intendono ovviamente anche gli oltre 2300 giovani samaritani attivi nei circa 130 gruppi giovanili sparsi in tutta la Svizzera. Sono loro, a tutti gli effetti, il futuro del movimento samaritano. Quanto viene deciso oggi nella procedura strategica, coinvolge e riguarda direttamente anche loro. Una ragione più che sufficiente, questa, per concentrarsi sul settore giovanile. Un passo importante in questa direzione è stato fatto lo scorso autunno quando 50 giovani hanno partecipato al Congresso della gioventù samaritana svoltosi nel Canton Berna, a Schwarzenburg. Si è trattato del primo evento di questo genere nell'ultra cinquantennale storia dei gruppi giovanili samaritani in Svizzera (vedi «oggi samaritani», edizione 4/2018). Lo scopo del congresso era quello di individuare e riconoscere i punti di forza e quelli deboli del movimento giovanile e di definire opportunità e rischi per il futuro.

Contributo più attivo dei giovani

Per fare in modo che le idee e i risultati scaturiti dal questo primo congresso non rimangano lettera morta sulla carta, in autunno avrà luogo un altro momento di incontro. Si tratterà di una conferenza apposita, che dovrebbe tenersi a Olten il 14 settembre (la data sarà precisata), durante la quale i partecipanti al congresso dello scorso anno proveranno a stilare una specie di bilancio provvisorio

e valuteranno cosa può essere effettivamente implementato e/o cosa ha già potuto essere realizzato. «Dovrà essere un evento più attivo ancora, dove i partecipanti contribuiscono direttamente alla discussione», spiega Melanie Fussen, responsabile del settore Gioventù presso la Federazione svizzera dei samaritani. L'idea di fondo è infatti quella che la gioventù è fondamentale poiché fornisce il suo specifico contributo alla formazione e determinazione dei «samaritani del futuro».

Attenersi ai punti di forza

Una cosa è sicura: ci si atterrà assolutamente agli aspetti positivi della gioventù samaritana, o addirittura si cercherà di estenderli e rafforzarli. Tra questi figura il grosso impegno volontario, la formazione d'alta qualità e la buona collaborazione tra i diversi gruppi giovanili. Queste qualità sono state definite durante il congresso. I campi dove occorre agire, sono stati individuati nel reclutamento di nuovi soci e, di conseguenza, nel grado di conoscenza dell'esistenza dei gruppi giovanili come pure nelle nuove risorse. Inoltre, sono ovviamente temi molto attuali gli effetti della digitalizzazione e le possibilità offerte ai giovani dai nuovi media. Qualche idea su come poter affrontare nel migliore dei modi queste nuove sfide è già stata abbozzata. Il tutto dovrà essere discusso e precisato durante la prossima conferenza prevista appunto in autunno.

Le competenze nascoste dei giovani volontari

Le persone che si impegnano in attività di volontariato e vi trovano motivi di crescita, acquisiscono in generale anche una vasta gamma di conoscenze. Alcune ricercatrici di Losanna si sono interessate da vicino all'apprendimento vissuto dai giovani nel quadro delle loro attività di volontariato.

TESTO: Chantal Lienert / m.z

Basta osservarli all'opera: sono molto attenti, precisi e intenti in quello che fanno. I giovani samaritani che si prendono carico dei loro allievi in seno a gruppi Help o altri Samas'Kids sanno trasmettere, al di là delle loro competenze tecniche, molta empatia e talenti diversi che rappresentano così tante abilità trasversali delle quali spesso loro stessi non ne sono coscienti. Incuriosite dall'impegno volontario di giovani ragazze e ragazzi in attività non remunerate in seno a club o associazioni, e desiderose di capire le loro motivazioni e cosa ne ricavano, due ricercatrici dell'Istituto universitario federale per la formazione professionale (IUFFP) di Losanna hanno approfondito questo argomento e intervistato una trentina di giovani tra i 16 e i 25 anni, giovani impegnati in organizzazioni sportive, culturali, umanitarie, ecc.

Come ci si impegna e quali competenze si sviluppano?

Nella maggior parte dei casi, i giovani sono giunti a un'associazione su invito o sollecitazione del loro «entourage»: sia dalla cerchia dei compagni o dai genitori che li incoraggiano; a meno che l'azione di un adulto al quale i giovani desiderano assomigliare li abbia ispirati in tal senso. A volte si tratta pure di interesse verso una determinata missione dell'associazione, specialmente nel caso di organizzazioni umanitarie. E se questi giovani vi assumono poi più tardi delle funzioni direttive, spesso citano il desiderio di restituire quello che loro stessi hanno ricevuto occupandosi dei più piccoli, così come a suo tempo ci si era occupati di loro. Altri giovani trovano nelle associazioni delle possibilità di crescita e di soddisfazioni più ricche rispetto a quello

che offre loro la quotidianità del lavoro o dell'apprendistato.

Secondo la teoria della didattica professionale, un'esperienza vissuta può diventare formatrice a condizione di essere oggetto di una riflessione a posteriori, permettendo alla persona di appropriarsene e di darle del senso. Occorre anche che l'ambiente circostante fornisca le necessarie risorse. Intervistati sulle nozioni acquisite e sulle competenze sviluppate nell'ambito della loro attività di volontariato, i giovani hanno citato in primo luogo le competenze tecniche (brevetto di sport, quadro legale, ecc.). Andando un poco oltre, pensano anche di aver guadagnato maturità e fiducia in sé stessi. Tuttavia, non si immaginavano di poter far valere quanto appreso anche al di fuori della loro attività di volontariato, e questo poiché in genere il mondo professionale sembra loro essere troppo lontano e separato da quello che li occupa durante il tempo libero. Nelle loro conclusioni, le ricercatrici hanno deplorato le divisioni tra esperienze formali e informali, tra i mondi del lavoro stipendiato, dell'educazione e del volontariato. Lanciano quindi un appello ad abbattere i muri che separano questi universi e a favorire il riconoscimento delle nozioni e delle conoscenze acquisite nell'ambito di attività liberamente scelte e nelle quali le persone si sentono fortemente coinvolte.

Cosa ne pensano i giovani samaritani?

Senza dubbio, il movimento samaritano fa parte di quelle organizzazioni strutturate in termini di direzione e controllo, organizzazioni che mettono a disposizione degli spazi di discussione e di debriefing al fine di riflettere sul post-azione. Si tratta di condizioni perfette affinché le esperienze vissute possano essere integrate e trasformarsi in nozioni acquisite al di là dell'ambito ristretto dell'attività volontaria. Ma cosa ne pensano i giovani samaritani? Abbiamo rivolto loro questa domanda. Per Émile Ancay, responsabile del gruppo Help Entremont (VS), le «scartoffie» e la dimensione relazionale – più con il team di gestione che non con i genitori – fanno parte delle cose acquisite e che

LE COMPETENZE TRASVERSALI

I responsabili delle risorse umane e i responsabili del reclutamento del personale ne sono entusiasti, ma cosa significa questa espressione? Se per competenza professionale si intende un insieme di conoscenze, di esperienze e di comportamenti che conferiscono competenza in un settore specifico, in cosa queste competenze possono essere trasversali?



Mathieu Demierre, 23 anni, operatore in un'azienda di sicurezza e samaritano dalle multiple capacità.



Émile Ançay, 19 anni, forestale e soccorritore molto impegnato.



Audrey Michel, 23 anni, educatrice della prima infanzia e monitorica entusiasta.

deve alla sua funzione. Al di fuori dell'attività di soccorso che pratica con convinzione – Émile fa parte dei First Responder e interviene in terreni difficili – il giovane di 19 anni è forestale e boscaiolo e sta formandosi per ottenere il brevetto federale di autista di veicoli forestali.

Dal canto suo, Mathieu Demierre, 23 anni, monitore di corsi 1 e rappresentante della gioventù del Vallese romando, nonché presidente del gruppo Help Chablais e della sezione di Monthey Choëx, afferma che – oltre alla dimensione relazionale e all'aspetto amministrativo – pensa di aver appreso molto organizzando degli eventi, cercando gli sponsor e allestendo delle campagne di promozione. E Audrey Michel, 23 anni, monitorica di corso 1 a cavallo tra i cantoni di Friburgo e di Vaud, mette in evidenza il formidabile spirito di squadra che regna tra i quadri e l'eccellente collaborazione e comunicazione presenti tra di loro. Con i bambini, ritiene di disporre di veri talenti pedagogici e racconta con sincero entusiasmo il piacere che prova nel condividere le sue conoscenze.

Fonti:

«Le bénévolat, une porte d'entrée privilégiée pour mobiliser les jeunes dans des activités d'apprentissage propices au développement de compétences transversales», di Sandrine Cortessis e Saskia Weber Guisan, in «Les cahiers du CERFEE», 41/2016, e diversi siti di reclutatori professionali e di università francofone per quel che riguarda le competenze trasversali.

Per competenze trasversali si intendono delle capacità e conoscenze (savoir-faire) acquisite in un contesto definito e che possono però essere applicate anche in situazioni del tutto nuove. Per esempio, Matthieu Demierre che lavora in un'azienda per la sicurezza privata, spiega che le competenze relazionali apprese presso gli Help gli sono state molto utili nell'ambito delle relazioni con la clientela come pure per la redazione della corrispondenza. E chi lo sa se un giorno Émile Ançay, che immaginiamo occupato nel suo lavoro nei boschi, fortunatamente non troppo carico dal lato amministrativo, non abbia ad essere contento di essersi familiarizzato, in precedenti esperienze di volontariato, con la gestione amministrativa? Per Audrey Michel, educatrice della prima infanzia, è ovvio che le esperienze professionali e le attività samaritane si nutrano e si arricchiscano a vicenda.

Da menzionare nel Curriculum Vitae

La competenza trasversale è diversa dalla competenza tecnica nella misura in cui tratta di conoscenze che riguardano numerose professioni, mentre la competenza tecnica è prerogativa di un solo mestiere. Tutti i panettieri, ad esempio, sanno fare il pane (competenza tecnica), ma non tutti sono a loro agio o abili nel trasmettere le loro conoscenze e lavorare con degli apprendisti (competenza pedagogica trasversale). Il catalogo delle competenze trasversali è molto ampio; qui ne citiamo alcune che ci sembrano essere più vicine al mondo dei monitori e dei formatori della gioventù:

- saper organizzare, strutturare, pianificare
- autonomia, iniziativa
- creazione di reti di competenze
- percezione psicologica (dell'altro)
- comunicazione, pedagogia, resilienza
- collaborazione, lavoro in squadra
- metodologia, rigore, termini
- simultaneità in «multitasking»

Gli orientatori professionali raccomandano di elencare e far valere le competenze trasversali sui Curriculum Vitae. L'abilità sta nel formularle con precisione spiegando come sono state acquisite, senza tuttavia lasciar intendere che – se le stesse provengono da un'attività di volontariato – questa abbia una maggior importanza rispetto all'attività professionale per la quale si sta inoltrando la candidatura.

«E D'UN TRATTO MI SONO ACCASCIATA DAL DOLORE»



Ascoltate la storia
Rega di Cindy Essl, 35.
soccorsomio.ch/cindy

Diventate sostenitori ora.

rega



SECONDA VITA PER IL JET AMBULANZA REGA AL MUSEO DEI TRASPORTI

Che impressione fa il vento prodotto dall'atterraggio di un elicottero della Rega? Cosa succede nella centrale di intervento della Rega? Nell'esposizione «Soccorso medico dall'aria» i visitatori del Museo Svizzero dei Trasporti hanno la possibilità di sperimentare da vicino e in modo interattivo il fascino della Rega. Recentemente l'esposizione si è arricchita di una grande attrazione.

TESTO e FOTO: Rega

Sono state immagini spettacolari: all'inizio dello scorso marzo il jet più anziano della Rega del tipo Challenger CL-604 è stato trasportato con una chiatta sul Lago dei Quattro Cantoni, da Alpnach a Lucerna. Il suo ultimo viaggio lo ha portato al Museo Svizzero dei Trasporti. Esposto al di fuori del padiglione su quattro pilastri e reso accessibile mediante una piattaforma, dal 16 aprile 2019 il jet della Rega costituisce una delle principali attrazioni dell'esposizione permanente della Rega «Soccorso medico dall'aria».

Sperimentato da anni anche su rotte lontane

Il jet ambulanza con l'immatricolazione HB-JRA ha volato per la Rega durante 16 anni; in precedenza nessun jet della Rega lo aveva fatto così a lungo. È volato in 156 Paesi, compiendo oltre 10000 atterraggi e rimpatriando – equipaggiato come un'unità di cure intense – oltre 4400 pazienti. «Romeo-Alpha», questo il nome con cui veniva chiamato all'interno della Rega, era uno dei tre jet ambulanza del tipo Challenger CL-604. Questi collaudati aerei per lunghe distanze sono stati messi fuori servizio nel 2018, sostituendoli con tre jet del modello successivo, il Challenger 650.



L'ultimo viaggio del jet più anziano della Rega lo ha portato su una chiatta da Alpnach a Lucerna, dove può essere ammirato al Museo Svizzero dei Trasporti.

Un ringraziamento alla popolazione

Oltre 3,4 milioni di benefattori sostengono la Rega ogni anno e consentono così alla Svizzera di avere un eccezionale sistema di soccorso aereo. In segno di ringraziamento per questo sostegno, la Rega restituisce al popolo svizzero il «suo» jet, mettendolo a disposizione del Museo dei Trasporti. Il jet ambulanza, il cui interno si può ammirare nel corso di visite guidate, permette di farsi un'idea dettagliata dell'attività internazionale della Guardia aerea svizzera di soccorso. Così anche in futuro l'«HB-JRA» sarà «in servizio» per il popolo svizzero.

Sperimentare la Rega quasi dal vivo

All'interno del Museo dei Trasporti l'esposizione «Soccorso medico dall'aria» accoglie i visitatori anche con altri highlight. Da oltre un anno i visitatori del Museo dei Trasporti possono non solo ammirare gli elicotteri di salvataggio, ma anche diventare attivi: sperimentare ad esempio la forza del vento prodotta da un elicottero in fase di atterraggio – potenti ventilatori simulano il downwash dei rotori.

Alle postazioni di lavoro, che replicano quelle della centrale di intervento, i visitatori interessati possono farsi un'idea del lavoro quotidiano dei responsabili operativi. Inoltre possono mettere alla prova le loro conoscenze con il quiz della Rega. Un cinema della Rega, molte informazioni sui sostenitori e una vetrina con la storia della Rega completano l'esposizione.

Il ruolo trainante dei monitori giovanili

In Ticino sono attivi quattro gruppi samaritani giovanili appartenenti a sei sezioni. Tiziana Zamperini, da due anni presidente dell'Associazione Sezioni Samaritane Ticino e Moesano (ASSTM), ci parla del lavoro con i giovani e del fondamentale ruolo dei monitori. Entusiasmo, creatività e costanza sono le qualità necessarie.

INTERVISTA: Mara Zanetti Maestrani

In novembre in Ticino è terminata la formazione dei primi quadri giovanili, ossia monitori gioventù FSS che saranno attivi con i giovani. Qualcosa si muove, dunque...

A novembre è infatti terminato il Modulo 2, e ora abbiamo a disposizione monitori giovanili. Questo è un segnale positivo per l'intero movimento samaritano e soprattutto verso il coinvolgimento concreto dei giovani nell'attività samaritana. L'auspicio è ora quello che la Federazione svizzera dei samaritani (FSS) perseveri nel continuare ad occuparsi della formazione nel settore dei giovani. Alcuni cantoni, tra cui anche il Ticino, spingono affinché si mantenga una sensibilità in questo senso. Il futuro è nei giovani e il movimento necessita di rinnovamento. È compito di noi adulti mostrare di credere in loro e dare loro la possibilità di formarsi per poi entrare nei comitati sezionali.

Gruppi HELP della gioventù samaritana: quanti sono quelli attivi sotto l'egida dell'ASSTM?

Tutti i gruppi Help in Ticino sono gestiti dalle singole sezioni d'appartenenza. Non esiste un gruppo Help cantonale. Esiste per contro un team, del quale è responsabile il vice-presidente dell'ASSTM Nicodemo Cannavò, che si occupa di coordinare le attività dei singoli gruppi, incentivando uno scambio tra i monitori. Nel nostro cantone sono per ora attivi quattro gruppi Help, più precisamen-

te nella Sezione Bassa Vallemaggia, in quella di Tenero-Contra e Circolo della Navegna (che collabora con Locarno), nella Sezione di Bodio assieme a quella di Lodrino-Prosito e, da ultimo, nella Sezione di Biasca – che ho il piacere di presiedere da 7 anni – dove il gruppo Help è stato creato nel 2017. In tutto sono attivi una sessantina di giovani samaritani, tra i 5 e i 16 anni.

I singoli gruppi HELP propongono anche attività in comune, trovandosi, per scambiare opinioni ed esperienze?

Essendo legati alle singole sezioni, bisogna creare appositamente occasioni di incontro. Non ci sono modalità ideali, ma è vero che un gruppo cantonale faciliterebbe questi scambi. Questa opzione era stata valutata ma, considerato il nostro territorio, sarebbe poco praticabile. Si sta cercando dunque di permettere alle sezioni esistenti di «estendere» il loro raggio di azione (per es. come capitato con Tenero e Locarno). In Ticino per ora si lascia però la libertà ad ogni sezione di organizzarsi, anche se il team cantonale stimola e monitora la situazione. I singoli gruppi possono organizzarsi spontaneamente e trovarsi per fare attività in comune, come è già successo. Ogni monitore è libero di organizzarsi. Il mio auspicio e quello dell'ASSTM è quello che queste occasioni di incontro aumentino, che vengano proposti incontri regolari e scambi di esperienze tra questi giovani appassionati di primi soccorsi. Un esempio concreto in questo senso è stato proposto lo scorso anno in occasione del Convegno cantonale dei samaritani svoltosi alle Gole della Breggia, a Chiasso. Questo convegno è stato volutamente aperto anche agli Help con un percorso ed esercizi uguali a quelli dei samaritani adulti. Il riscontro è stato ottimo anche perché, pur avendo svolto il percorso all'interno del gruppo, i giovani Help hanno poi potuto trovarsi e chiacchiere durante la pausa pranzo. Li abbiamo visti assieme, discutere e divertirsi, scambiandosi aneddoti vissuti ed esperienze. Questo ci ha resi consapevoli della necessità di amalgamare e far incontrare questi giovani samaritani.

Ha l'impressione che i giovani vengano poi positivamente inseriti nelle sezioni? Le sezioni e i rispettivi comitati si aprono ai giovani?

Per la mia sezione, il gruppo è davvero troppo giovane per potermi esprimere. Diamo loro tempo di crescere. Nei gruppi in cui sono presenti ragazzi più grandi, in età di scuola media, il passaggio è più facile. Quando invece i gruppi accolgono solo bambini più piccoli, è necessario un accompagnamento per permettere loro di raggiungere l'età per integrarsi nella sezione. Anche di questo si sta occupando il team cantonale. Merita di essere evidenziata una concomitanza: il momento del passaggio in sezione coincide spesso con scelte formative che obbligano i giovani a trasferirsi nella Svizzera interna. È un dato di fatto con il quale si deve convivere. Per noi è comunque importante che passi il messaggio di aiuto e di sensibilizzazione verso il prossimo.

Come vede il futuro del settore giovanile samaritano in Ticino e Moesano?

È un pilastro importante, direi fondamentale. Dobbiamo avere dei monitori motivati e interessati che sappiano insegnare con entusiasmo i primi soccorsi ai più giovani e ai bambini. Solo così possiamo sempre tenere viva la fiamma del movimento samaritano. È vero che ci vuole molto impegno, sia da parte delle sezioni nell'individuare e proporre validi candidati monitori per la formazione, sia da parte dei giovani monitori per gestire e organizzare un gruppo. Ritengo che sia meglio avere meno (o pochi) gruppi Help, ma di buona qualità, che siano attivi e dinamici. Costituire un nuovo gruppo Help richiede molto tempo e molte capacità, oltre che una grande costanza. Bisogna anche essere molto propositivi con i ragazzi, innovare i messaggi, proporre attività attrattive e sempre stimolanti. Il

messaggio di fondo da far passare sui primi soccorsi è – in sostanza – sempre lo stesso, ma occorre molta fantasia per rendere il tutto realmente interessante. Ogni gruppo di regola si trova una mezza giornata al mese, sia per attività formative in sede sia per visite ai nostri partner (Rega, Servizi ambulanza, Corpi Pompieri, Redog, ecc.).

È più difficile, oggi, catturare l'attenzione e l'interesse dei bambini e dei giovani per i primi soccorsi? Come è cambiato il lavoro con i giovani samaritani?

Se i monitori sono entusiasti e motivati, per loro è più facile stimolare i ragazzi e trasmettere loro le conoscenze. In genere notiamo che i giovanissimi sono affascinati dai primi soccorsi. È anche vero che oggi i bambini sono maggiormente distratti da numerosissimi e svariati stimoli esterni, ma sta all'adulto sapersi adattare a loro mantenendo tuttavia saldi i valori prioritari e fondamentali che anche i bambini devono imparare a rispettare.

Il monitore deve sapere come integrarsi e come usare gli strumenti giusti per far passare i messaggi. Abbiamo comunque constatato che ai giovanissimi piace molto lavorare con le mani, fare e costruire in modo concreto, anche se all'inizio possono essere in difficoltà nei movimenti o nell'utilizzare la loro creatività con poche

«Nel mio lavoro di presidente mi piace molto trovare delle soluzioni condivise e concretamente applicabili.» Tiziana Zamperini





Durante il Convegno cantonale, i giovani del gruppo Help di Locarno-Tenero dimostrano le loro conoscenze: gli esercizi per i gruppi giovanili sono in principio esattamente gli stessi di quelli preparati per i samaritani adulti. (Foto: mad)

cose; nel doverla trasformare in pratica. Ad esempio: se siamo nel bosco e dobbiamo costruire una barella, come facciamo? Diventa allora buona cosa insegnare loro a trovare soluzioni pratiche, realizzabili con le mani e non sempre e solo con l'aiuto della tecnologia (iPad, iPhone).

Come viene percepito il lavoro giovanile in Ticino?

Per quello che posso osservare io nell'ancora breve esperienza della mia Sezione di Biasca, il nostro lavoro con i giovani viene molto ben recepito dagli adulti, in

pieno. Oltre ai compiti dirigenziali e burocratici, c'è infatti anche il lavoro di rappresentanza: partecipare alle diverse assemblee e/o agli incontri delle sezioni, partecipare a serate informative o incontri politici, e altro ancora. Molte sere e tanti fine settimana sono dedicati a questi specifici compiti.

I colleghi del comitato cantonale sono molto disponibili, ciò mi permette di delegare loro una parte dei compiti e di riuscire a rispondere alle richieste delle sezioni. Per gli aspetti tecnici, in quanto non sono monitrice, le conoscenze e l'esperienza degli istruttori della commissione quadri mi sono di aiuto. Da parte mia cerco di svolgere al meglio il lavoro e di assumere le responsabilità che la carica implica. Mi piace discutere le problematiche, affinché si possano trovare le soluzioni appropriate. Ciò implica necessariamente il fatto di ricercare compromessi e mediare allorquando vi sono delle divergenze.

È anche importante essere disponibili verso le sezioni quando ci interpellano, ciò ci permette di comprendere con quali difficoltà sono confrontate. Penso che rientri tra i compiti del comitato cantonale evitare che l'ASSTM venga vista e percepita come un'entità lontana e distaccata dalle sezioni. Credo che grazie all'impegno di tutti ci stiamo riuscendo. Non c'è un aspetto che più mi pesa o che trovo più

«Ticinesi e mesolcinesi possono fungere da esempio.»

particolare dai genitori che ben volentieri si lasciano coinvolgere nelle attività proposte. Il tutto grazie all'importante ruolo delle monitrici, al loro impegno e alla loro costanza, non priva di sacrifici.

Lei è presidente da due anni dell'ASSTM. Come si sente in questo ruolo e quali sono gli aspetti più difficili del suo lavoro?

Il ruolo di presidente è molto impegnativo e prende molto tempo considerato che ho anche un'attività professionale a tempo

difficile nello svolgimento del mio ruolo. L'unica cosa è il tempo: per fare bene le cose ce ne vuole tanto...

Quali rapporti esistono con le altre regioni linguistiche della Svizzera?

Il Ticino e il Moesano sono una realtà particolare: siamo gli unici a parlare italiano e siamo due regioni della Svizzera numericamente piccole. Questa peculiarità implica, in genere, che per far conoscere la nostra specifica realtà e conoscere a nostra volta quella delle nostre consorelle della Svizzera tedesca e romanda si debbano instaurare dei rapporti interpersonali.

Fortunatamente ci sono delle occasioni che permettono alle persone delle varie parti della Svizzera di incontrarsi per avere degli scambi costruttivi e instaurare i contatti necessari per conoscersi meglio.

Lei come si è avvicinata ai samaritani? Cosa le piace fare nel suo tempo libero?

Da giovane ho fatto la volontaria nel Servizio ambulanza di Biasca, comune dove sono nata e cresciuta. Mi piaceva molto quell'attività e tutti gli aspetti dell'aiuto al prossimo. Poi quando ho iniziato gli studi universitari e più tardi la mia professione, ho purtroppo dovuto lasciare questa attività. Sette anni fa si è presentata l'occasione di rientrare nel mondo samaritano, tramite la sezione di Biasca, e l'ho accettata con molto piacere.

Trovare del tempo per sé stessi è importante e – come per tutti – ritagliarselo non è sempre facile visti gli impegni della quotidianità. Il poco tempo libero che ho a disposizione cerco di dedicarlo alle persone che amo, alla lettura e a qualche viaggio. Nel mio cassetto dei desideri, c'è quello di visitare un giorno le sette Meraviglie del Mondo moderno...

Per la spesa da casa.

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

I vantaggi:

- un ampio assortimento – ai prezzi del supermercato Coop
- una selezione davvero unica di oltre 1 400 vini d'annata e 350 superalcolici di qualità
- comoda consegna nella fascia oraria prescelta fino alla soglia di casa vostra

BUONO
Fr. 20.-
Codice:
SAM19B-R

www.coopathome.ch

Sconto di fr. 20.- sui vostri acquisti online a partire da fr. 200.- su coop@home. Al momento del pagamento inserire il codice «SAM19B-R». Il buono non è cumulabile e può essere utilizzato una sola volta per cliente fino al 31.07.2019. Non valido per i seguenti prodotti e servizi: carte regalo e tutte le offerte di telefonia mobile.



coop

Per me e per te. @home

Formazione dei quadri della FSS passo dopo passo

Chi desidera seguire una formazione quadri in seno alla Federazione svizzera dei samaritani, trova molte possibilità per impegnarsi e per ampliare e approfondire le proprie conoscenze in diversi corsi.

Nell'anno di transizione 2019 è disponibile solo un'offerta formativa ridotta. Quale novità ci sono i prezzi revisionati dei corsi per piccoli gruppi da 6 a 8 persone, come pure per i gruppi più grandi di 9 fino a 12 persone. Ciò consente una copertura ideale dei costi generati da questi corsi. Le date aggiornate dei corsi si trovano sulla piattaforma myLearning.

Chi è interessato a un corso, si annuncia all'istruttrice samaritana o all'istruttore samaritano assegnati. Lei o lui saranno lieti di consigliare gli interessati sul contenuto esatto del rispettivo corso e sulla procedura da seguire per la registrazione/iscrizione.

MEMBRI DI SEZIONE

Attività nei servizi medico-sanitari

I samaritani sostengono gli organizzatori di eventi vari, sia sportivi che culturali, concerti e altre manifestazioni con posti di primi soccorsi sul luogo (servizio medico-sanitario).

Requisiti per l'iscrizione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Esercizi tecnici di sezione, all'anno	5
Livello 1 IAS	14 h	Ogni 2 anni: ripetizione Livello 2 IAS (può essere impartito da un monitore samaritano, ma nella parte BLS-AED deve essere impiegato un monitore di corsi)	7 h
Livello 2 IAS	14 h		
Basi del servizio medico-sanitario	7,5 h	Tutte le sezioni che entro il 1° gennaio 2018 hanno registrato i loro membri nel Livello 2 IAS sulla piattaforma OMS, devono effettuare il corso Refresher entro la fine del 2019.	
Codice di condotta accettato			

QUADRI DI SEZIONE

Monitore di corsi 1 FSS (MC 1 FSS)

I monitori di corsi 1 FSS insegnano secondo piani di lezione definiti i corsi standard del Livello 1 IAS per la popolazione come pure per imprese e organizzazioni.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off	4 h	Insegnamento in corsi con parte BLS-AED in 2 anni	4
Minimo Livello 2 IAS attuale		Studio autodidattico	40 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni:	
Età minima 18 anni		Tirocinio Corso soccorritori	10 h	Formazione continua obbligatoria in:	
Bilancio delle competenze	5 h	Corso in presenza: 4 giorni in 2 blocchi	32 h	– Metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale)	7 h
Contratto di formazione con la sezione	1 h	Inviare l'annuncio per la certificazione SGS		– Formazione continua medica di cui Refresher Livello 2 IAS	7 h
Codice di condotta accettato				Nell'ambito formazione continua annuale dei quadri di sezione	7 h
Aver visionato il film Helveticus					

Monitore di corsi 2 FSS (MC 2 FSS)

I monitori di corsi 2 FSS insegnano i corsi di Livello 1 e 2 IAS per la popolazione nonché per le aziende o organizzazioni in base a piani di lezione definiti o propri. Elaborano inoltre anche corsi per gruppi specifici, per i quali sviluppano un concetto di formazione a dipendenza dei bisogni.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Funzione valida Monitore di corso 1 FSS		Kick-off (se la formazione di monitore di corsi 1 FSS è avvenuta prima del 2016)	4 h	Insegnamento in corsi con parte BLS-AED in 2 anni	4
Minimo Livello 3 IAS attuale		Studio autodidattico	50 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS	7 h 14 h
Contratto di formazione con la sezione	1 h	Corso in presenza: 6 giorni in 3 blocchi	48 h		
Prova dell'esperienza di insegnamento come monitore di corso 1 FSS o nella doppia funzione di monitore samaritano negli esercizi di sezione. Il certificato FSEA viene riconosciuto.	80 h				

Monitore samaritano FSS (MS FSS)

I monitori samaritani si occupano delle esercitazioni dei membri di sezione. Essi pianificano e organizzano gli esercizi e li conducono. Essi fanno in modo che le conoscenze dei membri nei primi soccorsi e nei soccorsi d'emergenza siano garantite per i servizi sanitari, per l'impiego in qualità di First Responder o in caso d'appartenenza a dispositivi di allarme e d'intervento ufficiali.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Minimo Livello 2 IAS attuale		Kick-off	4 h	Al più tardi 2 anni dopo la formazione, assolvere il Livello 3 IAS.	42 h
Contratto di formazione con la sezione	1 h	Studio autodidattico	60 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS	7 h 14 h
Codice di condotta accettato		Tirocinio Visita sezione	5 h		
Aver visto il film Helveticus		Lavoro partner Concetto di formazione	6 h		
		Corso in presenza: 7 giorni in 3 blocchi	56 h		

Passarella da Monitore samaritano FSS a Monitore di corsi 1 FSS

I monitori samaritani attivi possono accedere a una formazione abbreviata per monitore di corsi 1 FSS.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off (se la formazione è stata fatta prima del 2016)	4 h	Insegnamento in corsi con la parte BLS-AED in 2 anni	4
Minimo Livello 2 o 3 IAS		Studio autodidattico	20 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica /didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS (dato che è presente anche la funzione Monitore samaritano!)	7 h 14 h
Età minima 18 anni		Tirocinio Corso soccorritori	10 h		
Bilancio delle competenze	5 h	Corso in presenza: 1 giorno	8 h		
Contratto di formazione con la sezione	1 h				

Passarella da Formatore gioventù a Monitore di corsi 1 FSS

I formatori gioventù attivi possono accedere a una formazione abbreviata per diventare monitori di corsi 1 FSS.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off	4 h	Insegnamento in corsi con parte BLS-AED in 2 anni	4
Minimo Livello 2 IAS attuale		Studio autodidattico	20 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni	
		Tirocinio Corso soccorritore	10 h		
Bilancio delle competenze	5 h	Corso in presenza: 1 giorno	8 h	Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito dell'annuale FCOQ) – formazione continua medica di cui Refresher Livello 2 IAS Nell'ambito formazione continua annuale dei quadri di sezione	7 h 7 h
Contratto di formazione con la sezione	1 h				
Codice di condotta accettato					
Aver visto il film Helveticus					

Passarella da Monitore di corsi 1 FSS a Monitore samaritano FSS

I monitori di corsi attivi possono accedere a una formazione abbreviata per diventare monitor samaritano.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off (se la formazione di MC 1 FSS è avvenuta prima del 2016)	4 h	Al più tardi 2 anni dopo la formazione, assolvere il Livello 3 IAS.	42 h
Funzione valida Monitore di corsi 1 FSS		Studio autodidattico	50 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS	7 h 14 h
Minimo Livello 2 IAS attuale		Tirocinio Visita sezione	5 h		
Contratto di formazione con la sezione	1 h	Lavoro partner Concetto di formazione	6 h		
		Corso in presenza: 5 giorni in 2 blocchi	40 h		

Passarella da Formatore gioventù a Monitore samaritano FSS

I formatori gioventù attivi possono accedere a una formazione abbreviata per diventare monitor samaritano FSS.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off	4 h	Al più tardi 2 anni dopo la formazione, assolvere il Livello 3 IAS.	42 h
Minimo Livello 2 IAS attuale		Corso in presenza: nessuno		Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS	7 h 14 h
Età minima 18 anni					
Contratto di formazione con la sezione	1 h				
Codice di condotta accettato					
Aver visto il film Helveticus					

QUADRI DELL'ASSOCIAZIONE

Istruttore samaritano FSS (IS)

Le istruttrici e gli istruttori samaritani FSS sono responsabili della garanzia di qualità. Essi qualificano, consigliano e accompagnano i monitori di corsi come pure i monitori samaritani durante la loro attività; accompagnano pure i candidati nel processo d'apprendimento durante la loro formazione, svolgono il bilancio di competenze per il corso Monitore di corsi 1 FSS e sono le persone di contatto per le sezioni e le associazioni cantonali nell'ambito di tutte le domande inerenti la formazione.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off (se la formazione di monitore samaritano è avvenuta prima del 2016)	4 h		
Funzione valida Monitore samaritano ed esercizio attivo da almeno 3 anni		Studio autodidattico	10 h	Obbligo di formazione continua ogni 2 anni Formazione continua obbligatoria in: – metodica/didattica (nell'ambito della FCOQ annuale) – formazione continua medica attraverso Refresher Livello 3 IAS	7 h 14 h
Minimo Livello 3 IAS attuale		Corso in presenza: 4 giorni in 1 blocco	32 h		
Contratto di formazione con l'associazione cantonale	1 h				

Coach di sezione FSS

I coach di sezione rappresentano l'organizzazione e aiutano ad implementarne attivamente la strategia. Organizzano ogni anno degli incontri di scambio d'opinioni per i soci delle sezioni samartane interessati nonché per i membri delle associazioni cantonali. Inoltre svolgono la funzione di consulente per i membri di comitato delle sezioni in caso di domande sulla conduzione e sullo sviluppo della sezione stessa o sulla gestione di conflitti.

Requisiti per l'iscrizione		Durante la formazione		Dopo la formazione	
Attivo in una sezione samaritana		Kick-off	4 h	Formazione continua annuale organizzata dall'organizzazione centrale	7 h
Contratto di formazione con l'associazione cantonale	1 h	Studio autodidattico	50 h		
		Corso in presenza: 3 giorni in 2 blocchi	32 h		

L'anno samaritano 2018 in cifre

Quante sono le persone che, lo scorso anno, hanno frequentato un corso di rianimazione in una sezione samaritana? Quante ore di lavoro hanno investito i samaritani di tutta la Svizzera in servizi sanitari e quante nella formazione e nell'aggiornamento? Ecco alcune tra le cifre più impressionanti del 2018 relative all'intero movimento samaritano.

In media ogni sezione samaritana conta **23 membri attivi**.

Le tre sezioni più grandi in Svizzera sono:
Sezione samaritana Blenio,
126 membri

Sezione samaritana Castagnola-Cassarate,
106 membri

Sezione samaritana d'Entremont,
96 membri

Formazione e formazione continua dei samaritani

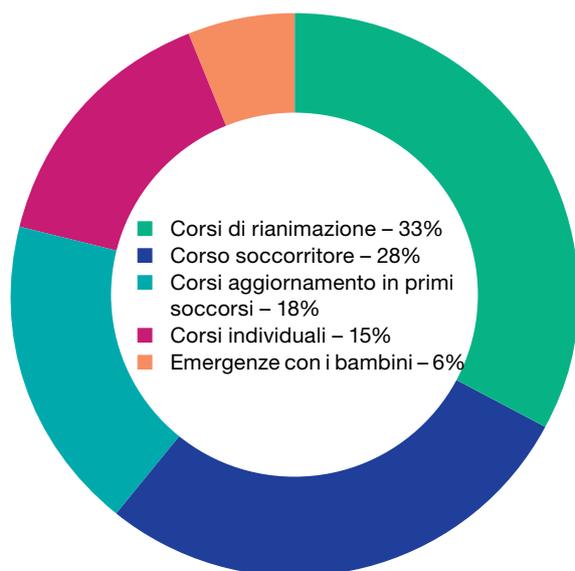
Nel 2018, i samaritani hanno investito molto tempo per aggiornare o approfondire le loro conoscenze nei primi soccorsi oppure per intraprendere una formazione per diventare monitore di corsi, monitore samaritano, formatore gioventù o altro ancora.

316 779 ore di formazione continua

6814 ore di formazione

910	SEZIONI SAMARITANE
21 069	SAMARITANI E SAMARITANI ATTIVI
129	GRUPPI DELLA GIOVANTÙ SAMARITANA
2848	MEMBRI DEI GRUPPI DELLA GIOVANTÙ

Partecipanti corsi per la popolazione



Ore di servizi effettuati

Servizi sanitari	437 712 ore
Servizio cura e assistenza	29 019 ore
Azioni donazione di sangue	15 822 ore
Interventi reali	3 642 ore
Totale ore impiego	486 195 ore

Numero partecipanti

Corsi di rianimazione	30 149
Corsi soccorritori	26 061
Corsi aggiornamento in primi soccorsi	16 380
Corsi individuali	13 870
Emergenze con i bambini	6 017
Totale partecipanti	92 477

I partecipanti hanno seguito in totale ben **732 320** ore di formazione dai samaritani.

LA PRIMAVERA È LA STAGIONE DEL RAFFREDDORE DA FIENO

Un'allergia ai pollini può causare sintomi molto fastidiosi. Soprattutto occhi, naso e gola sono colpiti e possono rendere la vita difficile. È buona cosa sapere che ci sono dei rimedi al riguardo.

Un'allergia si verifica quando il corpo forma improvvisamente anticorpi contro sostanze normalmente innocue, come ad esempio i pollini. Il contatto con questi cosiddetti allergeni provoca i tipici sintomi allergici, che possono manifestarsi in vari modi. Spesso vengono colpiti gli occhi: la congiuntiva si infiamma e la conseguenza sono occhi arrossati, gonfi e lacrimanti, che possono anche prudere fastidiosamente. Anche la mucosa nasale si gonfia, si può ostruire

o iniziare a colare. Il polline causa spesso un forte prurito che può portare a veri e propri attacchi di starnuti. Anche la bocca e la faringe possono prudere.

Prevenire è meglio che curare. La prima priorità per chi soffre di allergia deve quindi sempre essere quella di evitare il più possibi-

le il contatto con i pollini che causano l'allergia. Alcuni esempi: per le attività all'aperto si dovrebbero scegliere periodi non critici per la diffusione dei pollini. Le informazioni necessarie sul periodo e sulla concentrazione di pollini nell'aria sono disponibili su Internet. I filtri antipolline per aspirapolvere e auto, così come le griglie di protezione antipolline sulle finestre, filtrano gran parte dei pollini dall'aria. Gli occhiali (da sole) proteggono gli occhi all'aperto.

Spesso, tuttavia, tali misure da sole non sono sufficienti a prevenire completamente il raffreddore da fieno. Sono disponibili vari utili rimedi per alleviare i sintomi delle allergie. L'omeopatia, in particolare, offre un'opportunità in questo caso, in quanto comprende tutta una serie di preparati diversi, come gocce per gli occhi, spray nasali, globuli e compresse, che possono essere utilizzati individualmente a seconda dei sintomi presenti. Sono inoltre disponibili prodotti speciali per la pulizia e la rimozione del polline dal naso e dai margini palpebrali. Il vantaggio: i prodotti possono essere combinati tra loro, non interagiscono con altri medicinali e sono adatti in maggioranza anche per i bambini.

BUONO DA 15%

Acquistando dei preparati di Similasan per il raffreddore da fieno. Valido fino al 31 luglio 2019

Informazioni per il commercio specializzato: si prega di conservare il buono e regolare i conti con il servizio esterno di Similasan.

Similasan Raffreddore da fieno N. 1 è indicato in caso di raffreddore da fieno con bruciore agli occhi, lacrimazione, infiammazione della mucosa nasale e oculare, prurito al naso e senso di pressione alla fronte. Per raffreddori con gonfiore della mucosa nasale e raffreddore da fieno, si raccomanda l'uso di **Similasan Spray in caso di raffreddore**.

Per le difficoltà respiratorie aiuta **Similasan Raffreddore da fieno N. 2**. I globuli alleviano anche l'irritazione della mucosa oculare. Per le allergie ai pollini delle erbe, in casi acuti o in via preventiva, è possibile impiegare **Similasan Raffreddore da fieno N. 3**. In caso di occhi gonfi, arrossati e pruriginosi, aiuta **Similasan Reazioni allergiche degli occhi**.

Similasan BlephaCura® serve a pulire i margini palpebrali, ad esempio dai pollini. Per la pulizia delicata e l'umidificazione delle mucose nasali, si raccomanda **Similaya Doccia nasale** e **Similaya Umidificante nasale**.



Si tratta di medicinali omologati. Leggere il foglietto illustrativo. Similasan AG

rifiorire



**Allevia i sintomi da raffreddore
da fieno negli occhi, nel naso e nella gola.**

Similasan Reazioni allergiche degli occhi
e Similasan Raffreddore da fieno N. 1, N. 2 e N. 3 per il raffreddore da fieno.
Si tratta di medicinali omologati.
Leggere il foglietto illustrativo. Similasan AG

Similasan

DUE SETTIMANE NEL SEGNO DEI SAMARITANI

Dal prossimo 26 agosto e fino al 7 settembre 2019, le sezioni samaritane saliranno di nuovo alla ribalta in molte parti della Svizzera. In occasione della Colletta samaritana, infatti, le sezioni mostrano all'opinione pubblica le loro importanti attività a favore della collettività e, nel frattempo, raccolgono donazioni per finanziare il loro lavoro.

Da molto tempo, la Colletta samaritana ha un posto fisso nel calendario annuale. Essa rappresenta un evento fondamentale per raccogliere donazioni e per sensibilizzare la popolazione svizzera sul prezioso e indispensabile contributo dato dai samaritani a favore del benessere della collettività. Inoltre, la colletta è una buona occasione per reclutare nuovi soci. Quest'anno, coscientemente, si è rinunciato a sviluppare una nuova campagna e si è de-

«Non tutti hanno la possibilità di impegnarsi attivamente, tuttavia siamo tutti chiamati a fornire un contributo per migliorare la vita del prossimo. Pertanto, desidero incoraggiarvi a sostenere il prezioso lavoro svolto dalla Federazione svizzera dei samaritani. Prendiamo esempio dai samaritani e uniamoci a loro per raggiungere lo stesso obiettivo. L'unione fa la forza.»



Il presidente della Confederazione Ueli Maurer

ciso di far capo ai soggetti già noti e di successo degli ultimi anni, adattandoli leggermente nella loro forma e presentazione. In questo modo si contribuisce anche al contenimento dei costi amministrativi e, altro vantaggio, si beneficia dell'effetto di riconoscimento

Strumenti per la raccolta

Lo strumento più importante per l'azione di raccolta di fondi rimane il giornale della colletta che porta il saluto del presidente della Confederazione Ueli Maurer e informa sul lavoro dei samaritani. Vi si trova pure un concorso e un'offerta speciale dello shop samaritano. Oltre al giornale, le sezioni possono fornire ai potenziali donatori un libricino (leporello) per le emergenze con utili consigli sui primi soccorsi. A disposizione delle sezioni vi sono sempre i manifesti, inserti pubblicitari da completare a piacimento, documentazione per i mass media come pure dei modelli di lettera per il conto colletta. Come sempre, è possibile svolgere la colletta per lista, oppure con raccolte sulla strada o attraverso il conto colletta.

Trovate tutte le informazioni necessarie in Extranet

[Marketing > Colletta samaritana](#)

LE CIFRE DELLA COLLETTA 2018

Durante i 13 giorni della colletta – tra la fine di agosto e l'inizio di settembre 2018 – i samaritani hanno partecipato in rappresentanza di 713 sezioni che, in tutta la Svizzera, hanno organizzato vari eventi per l'azione di raccolta. Il conto colletta è stato come sempre lo strumento più utilizzato, seguito dalla raccolta per strada e da quella per lista. In totale sono stati raccolti 1 866 432 franchi.



I molti volti dei Primi soccorsi



Grazie mille per
la vostra donazione
e il vostro sostegno.



Sguardo sui primi soccorsi

Tre organizzazioni della CRS hanno organizzato per la prima volta, a Sciaffusa, un progetto per persone con un passato migratorio. Questo gruppo target dovrebbe così ricevere una visione del pronto soccorso e del salvataggio su e nelle acque. C'era anche la Federazione svizzera dei samaritani.

TESTO e FOTO: Daniela Koller (Gruppo giovani CRS di San Gallo) / m.z



Nel progetto Life:Skills!, le persone con un passato migratorio ricevono le nozioni di base sui primi soccorsi.

Il progetto pilota denominato Life:Skills! è partito a Sciaffusa in un'atmosfera distesa. Questa sera i partecipanti provenienti dall'Afghanistan, dal Kenya, dal Venezuela, dal Turkmenistan e dall'Eritrea ricevono una prima «infarinatura» sui primi soccorsi. La seconda sera ci si sposta già in piscina. E tutte le nozioni apprese saranno ripetute durante la serata di chiusura quando si presenta anche il tema «Come e in cosa vorrei continuare». Manuela, samaritana e monitrice di corso, pone subito una domanda ai partecipanti: «Chi ha già delle esperienze nei primi soccorsi?». Alcune mani si alzano, un po' esitanti. In Croazia, per ottenere la patente, si è confrontata con questo tema, dice una

partecipante; un altro afferma di aver curato la moglie a casa applicandole un cerotto.

Mettere in sicurezza prima sé stessi

Con il suo modo di fare spontaneo e cordiale, Manuela ha il gruppo di partecipanti subito sotto controllo. Con i suoi due colleghi Remo e Roberto è infatti un team rodato. La monitrice si esprime in buon tedesco e in modo chiaro affinché non sorgano fraintesi. Per iniziare, viene presentata una classica situazione di primo intervento: «State aspettando il bus seduti sulla panchina. Improvvisamente qualcuno davanti a voi cade a terra. Cosa fare ora?», chiede Manuela ai partecipanti. «Chiamare il numero d'urgenza», dice un giovane eritreo. «È una buona idea, ma cosa fare se proprio in quel momento arriva il bus e la persona è distesa a terra sulla strada?», chiede la monitrice. Si tratta di fare il primo passo della catena di salvataggio che, di passi, ne conta cinque. «Quando aiutiamo, dobbiamo dapprima mettere in sicurezza noi stessi!», un concetto, questo, che Manuela ripete spesso durante la serata. «E poi possiamo chiamare il numero d'urgenza», dice rivolta al giovane eritreo. Roberto e Remo mostrano quindi, passo dopo passo, come viene messo correttamente in sicurezza un luogo d'incidente, come e quali numeri d'urgenza si chiamano e come si prestano i primi soccorsi alle vittime.

Cura corretta delle ferite

Ora i partecipanti entrano in scena nella situazione d'incidente: «Ecco, ora ti metto in posizione laterale stabile», spiega José* e gira Ana* con cautela

PROGETTO CONGIUNTO PER PERSONE CON UN PASSATO MIGRATORIO

Nel Canton Soletta, la Gioventù della Croce Rossa Svizzera, la Società Svizzera di Salvataggio (SSS) e la Federazione svizzera dei samaritani (FSS) lavorano assieme per il progetto a favore delle persone con un passato migratorio. Ognuna delle Organizzazioni presenta una serata con le proprie specifiche tematiche e campi di intervento. Così la FSS ha proposto un corso intensivo di introduzione ai primi soccorsi, mentre la SSS ha proposto un corso di sicurezza in acqua in piscina coperta. La sezione giovanile della CRS ha accompagnato i partecipanti ad alcuni eventi della CRS. Durante l'ultima sera si sono fatte assieme delle valutazioni sul progetto, evidenziando i campi dove i partecipanti potrebbero essere coinvolti. Questo progetto pilota potrebbe ora essere proposto in altri Cantoni.

La monitrice di corso Manuela spiega in buon tedesco e con chiarezza afine di non creare fraintesi.



sul fianco, mettendo poi le sue gambe una sopra l'altra. «Ora giro la tua testa di lato, leggermente verso l'alto e mi assicuro che la bocca sia leggermente aperta», commenta José posizionando la «vittima». Quando afferra la testa di Ana, a lei scappa da ridere. «Ma dai! Sei ferita e non puoi ridere!», dice José continuando imperterrito nelle manovre. «Ora controllo la respirazione e ti avvolgo per tenerti al caldo. E così aspettiamo assieme l'arrivo dell'ambulanza.» Dopo di che, Ana si rialza sorridendo, soddisfatta del suo soccorritore. Anche i samaritani sono soddisfatti. Ora si continua con il tema igiene delle mani. Remo spruzza un po' di disinfettante sulle mani di tutti i partecipanti. Le mani vengono ora lavate secondo le istruzioni di Remo. Quasi tutti fanno meglio di me, afferma, come si fa in modo corretto. «Sapete tutti cosa è un cerotto?», chiede Manuela suscitando gli sguardi confusi di alcuni partecipanti. Roberto inizia quindi a disegnare una ferita con il pennarello su alcuni partecipanti. Anche se queste «ferite» non sono reali o non sembrano tali, servono comunque

allo scopo. Vengono poi distribuiti cerotti, bende e disinfettante. Manuela mostra quindi come si cura correttamente una ferita, e gli altri cercano di fare lo stesso. Chi sul braccio, chi sulla gamba o su un dito, tutti i partecipanti sono alle prese con disinfettante, cerotti e bende. Così dopo tre ore di ascolto, di apprendimento e di esercitazione, la serata volge al termine. «Cosa pensate? È stato interessante? Vi è piaciuto e avete l'impressione di aver imparato qualcosa?», chiede Manuela. Alcuni ridono un po' imbarazzati; un giovane dal Turkmenistan prende la parola un po' per tutti: «La serata è stata educativa, interessante e anche divertente e c'era di tutto un po'.» Traspone evidente la gioia e l'attesa per la prossima serata. Come regalo/omaggio per tutti, viene distribuito un piccolo set di primi soccorsi e un pieghevole con i numeri d'emergenza più importanti. In questo modo, tutti sono «equipaggiati» e sanno cosa fare in caso di bisogno.

*Nomi cambiati dalla redazione

«La gratitudine basta come motivazione»

La «Giornata del malato» si è svolta quest'anno per l'80esima volta nella sua storia. Come sempre, vi partecipano anche i samaritani con diversi eventi proposti in tutta la Svizzera, come lo mostra ad esempio il pomeriggio organizzato a Endingen (AG).

Testo: Matthias Zobrist / m.z

Lo scorso 3 marzo, il presidente della Confederazione Ueli Maurer ha parlato alla popolazione svizzera dai microfoni della radio e della televisione nazionali. Con le sue parole, egli ha invitato a dare il proprio contributo a favore delle persone malate, sia come membri della famiglia, che come datori di lavoro, amici, vicini o semplicemente come membri della società. E in quella stessa domenica, anche se su di un palcoscenico molto più piccolo e senza radio né TV, i samaritani di Endingen hanno dato il loro contributo nell'aula magna della locale scuola distrettuale. Per l'occasione non è stato necessario l'appello di grandi personalità politiche: la sezione samaritana di Endingen, infatti, si impegna regolarmente da oltre 20 anni per la «Giornata del malato». Tempo fa, i samaritani della Valle della Surb (Canton Argovia) avevano sempre portato dei piccoli doni agli ammalati del comune, in collaborazione con la Croce Rossa Svizzera. Questa azione è tuttavia stata interrotta poiché, come ha spiegato la presidente della sezione samaritana Rosmarie Schellenberg, non tutti gli ammalati apprezzavano il fatto di venir disturbati a casa loro di domenica.

GIORNATA DEL MALATO

La giornata è proposta dall'associazione che porta lo stesso nome i cui membri sono sia organizzazioni di pazienti, sia leghe svizzere contro il cancro, l'epilessia, il reumatismo, associazioni professionali, la Conferenza svizzera delle direttrici e dei direttori della sanità (CDS) e altre associazioni del settore sanitario, come la Federazione svizzera dei samaritani. Il motto della Giornata del 2019 era «Sapere ci rende forti». L'iniziativa ha lo scopo di sensibilizzare la popolazione del nostro Paese su temi di attualità del settore della malattia e della salute.



La malattia non era al centro del pomeriggio; tutti si sono divertiti invece con la tombola!

Sentirsi ben accolti in una piccola cerchia di persone

Per questa ragione, da una decina di anni la sezione samaritana ha deciso di invitare lei stessa le persone ammalate al posto di rendere loro visita a domicilio. E affinché i problemi di mobilità limitata non siano un ostacolo, alcuni volontari della sezione si impegnano in un servizio di trasporto dal domicilio all'aula delle scuole. Qui riunite, le persone trovano torte fatte in casa, caffè o tisane oltre a tanta musica, balli in allegria, lettura di storie e una tombola. Quest'anno le persone che hanno raccolto l'invito sono state una ventina, tra ammalati e persone bisognose; esse hanno trascorso un pomeriggio diverso, dove non si è parlato di malattie e disturbi. «È sempre un evento molto bello e divertente, con molti incontri che toccano il cuore. E la gratitudine delle persone che vi partecipano basta da sola per motivarci a riproporre il pomeriggio anche il prossimo anno», afferma sorridendo Rosmarie Schellenberg.

IL GRUPPO GIOVANILE DEI SAMARITANI DI KREUZLINGEN AL CARNEVALE

KREUZLINGEN Ogni 5 anni a Kreuzlingen, nel Canton Turgovia, si svolge un grande corteo di carnevale. Quest'anno i gruppi che hanno sfilato sono stati ben 79 con oltre 2300 partecipanti. Per il gruppo giovanile dei samaritani di Kreuzlingen è stata una buona occasione per ripresentarsi, dopo l'edizione del 2014. La domanda era: come e con cosa? I «Sämi» sono stati subito della partita: con una tuta bianca, parrucche rosse, un grande cuore rosso sul petto, una croce rossa sulla schiena e, appese alla cintura, vecchie bende colorate, scatole vuote di medicinali, guanti usati, pezzi di coperte di soccorso e tanto altro ancora, sono allegramente sfilati nel corteo. Naturalmente, in mezzo a tanto colore e sul loro primo «veicolo di soccorso», non poteva mancare un manichino Rea, finto e colorato! I bambini hanno confezionato i loro costumi con molto impegno ed entusiasmo. Come «gag» e scherzo, hanno appiccicato sul naso o sulle mani di conoscenti, amici e spettatori dei piccoli cerottini. Così il «progetto corteo di carnevale» è pienamente riuscito: i piccoli samaritani sono stati molto creativi e il gruppo di 12 bambini e tre monitori ha ben presentato l'attività samaritana. (Ursi Held)



130 ANNI DELLA SEZIONE DI BIENNE CITTÀ

BIENNE La sezione di Bienne è stata fondata solamente tre anni dopo la nascita della prima sezione samaritana in Svizzera. Era il 1889. I 130 anni della sezione sono caratterizzati da periodi di alti e bassi: dai tempi con oltre 100 soci, al grande impegno per l'estesa epidemia di influenza nel 1918, dal grosso incendio che ha colpito la sede sociale fin alla quasi chiusura della sezione stessa. Oggi il comitato della sezione guarda con ottimismo al futuro, anche se il prestigioso anniversario non è stato festeggiato in grande stile. Nel programma di quest'anno, oltre ai servizi sanitari e alle esercitazioni, ci saranno due eventi straordinari: una conferenza pubblica per i soci di tutte le sezioni samaritane dello Seeland sulla collaborazione con il Servizio ambulanza AG di Bienne e una dimostrazione – al Centro di formazione di Büren – sul comportamento da tenere in caso di incendio. (Peter Stähli)

SUL LUCOMAGNO CON I CANI DA VALANGA



RIVIERA Sabato 16 febbraio scorso con il gruppo Help Bodio-Lodrino ci siamo incontrati all'Ospizio del Lucomagno con gli istruttori-conduttori di cani da valanga del Soccorso Alpino Svizzero (SAS) in una bella giornata di sole e con temperature piacevoli. Dimostrando una grande disponibilità, gli istruttori del SAS hanno spiegato le procedure di salvataggio in caso di persone sepolte sotto le valanghe. Molto apprezzata è stata anche la parte pratica, durante la quale i ragazzi hanno potuto esercitarsi con gli apparecchi di ricerca nella valanga, le sonde e le pale e alcuni ragazzi hanno potuto addirittura sperimentare la sensazione di essere sepolti sotto la coltre di neve in veste di simulante, vivendo così il concreto contatto con il cane. Grazie alla professionalità dei conduttori, il ruolo del cane si è rivelato quello di un vero partner del soccorso.

(Luisa Biasca)

INVIATECI IL
VOSTRO CONTRIBUTO
SEZIONALE

Spedite testo e foto separatamente a: redazione@samaritani.ch. Verranno pubblicati (a discrezione della redazione) testi di una lunghezza max di 1000 battute (spazi inclusi).

ANCHE LA DONAZIONE DI SANGUE CERCA NUOVE LEVE



Anita Tschaggelar, capo della divisione Donazione di sangue presso Trasfusione CRS Svizzera.

Cosa hanno in comune Trasfusione CRS Svizzera e le sezioni samaritane? Scarseggiano di nuove leve. Le azioni di donazione di sangue sono una buona piattaforma per reclutare nuovi membri, per entrambe le organizzazioni.

TESTO e FOTO: Trasfusione CRS Svizzera

«La collaborazione con le Sezioni Samaritane ha un valore assolutamente inestimabile», afferma Anita Tschaggelar, capo della divisione Donazione di sangue presso Trasfusione CRS Svizzera. Le statistiche lo dimostrano in modo lampante: nel 2018 sono state effettuate complessivamente 1859 azioni mobili di donazione di sangue, di cui 1442 insieme alle Sezioni Samaritane. «I samaritani sono, in termini di cifre, il più grande gruppo a sostenerci», dichiara Anita Tschaggelar.

I samaritani pianificano dalla A alla Z

Esperienza, copertura delle zone rurali, miglior networking nei comuni: questi sono i vantaggi che portano a partenariati importanti tra le sezioni samaritane e Trasfusione CRS Svizzera, che non solo è responsabile per l'approvvigionamento nazionale di sangue, ma deve anche garantire che in ogni momento siano disponibili tutti i gruppi sanguigni. Un compito che Anita Tschaggelar coordina insieme agli undici Servizi trasfusionali regionali nel Paese, e appunto, in qualità di partner principale per le azioni mobili di donazione di sangue, insieme alle sezioni samaritane.

«I samaritani si occupano della pianificazione dalla A alla Z: dal contatto con i comuni, alla disposizione dei locali fino all'organizzazione del catering», enumera Anita Tschaggelar. «Questo richiede grande fiducia, attendibilità e anche flessibilità.» Da alcuni anni vige il motto: più occasioni per la donazione di sangue con meno donazioni simultanee. Per esperienza, questo garantisce il miglior approvvigionamento di sangue e il minor spreco di questa preziosa risorsa, poiché il sangue ha una conservabilità molto limitata.

Piattaforma di marketing per le sezioni

Per le sezioni samaritane e la donazione di sangue il problema è lo stesso: scarseggiano le nuove giovani leve. Anita Tschaggelar conosce la situazione su entrambi i fronti, poiché è anche membro di una sezione samaritana. Ha un paio di idee che potrebbero aiutare entrambe le organizzazioni: «un'azione di donazione di sangue è una piattaforma perfetta per le sezioni samaritane», dice per esperienza. «È possibile reclutarvi nuovi membri e nuovi donatori di

sangue.» I modi per distinguersi non mancano, ad esempio offrendo un catering di qualità come ringraziamento alle persone venute a donare sangue oppure decorando i locali con qualche fiore per creare un'atmosfera piacevole. «Per esperienza personale so che queste attenzioni fanno molto piacere», dichiara Anita Tschaggelar.

Un'altra possibilità è lo sponsoring. Anita Tschaggelar conosce associazioni che, ad esempio, si fanno sponsorizzare il catering da aziende locali, altre che collaborano con il comune affinché i giovani di 18 anni ricevano materiale informativo tramite la sezione samaritana locale. Per contrastare il problema delle nuove leve per entrambe le organizzazioni, Anita Tschaggelar propone ad esempio di coinvolgere le scuole: «alle azioni di donazione del sangue possono rendersi molto utili anche le persone senza conoscenze mediche.»

Anita Tschaggelar trae le seguenti conclusioni: «senza le sezioni samaritane e senza i donatori di sangue l'approvvigionamento di sangue in Svizzera non sarebbe più garantito facilmente. Per questo motivo, è ancor più importante che esploriamo insieme nuove possibilità e sfruttiamo le sinergie.»

GIORNATA DELLA BUONA AZIONE, 21 SETTEMBRE 2019



Sabato 21 settembre si terrà la sesta edizione nazionale della Giornata della buona azione per promuovere la donazione di cellule staminali del sangue. Il sostegno delle sezioni samaritane in questa occasione rappresenta un contributo essenziale e indispensabile. Alla scorsa edizione hanno partecipato 46 sezioni samaritane di tutta la Svizzera. Altri gruppi si sono impegnati a favore della donazione di cellule staminali del sangue nelle settimane prima e dopo l'azione.

Ci auguriamo di poter contare su questo inestimabile impegno anche quest'anno. Dedicate alla Giornata della buona azione due o tre ore di tempo per attirare con i colleghi di sezione, in un posto di vostra scelta, l'attenzione della popolazione sulla donazione di cellule staminali del sangue. A tal fine, vi mettiamo a disposizione gratuitamente materiale informativo, come volantini, locandine e omaggi.

Potete trovare tutte le informazioni e l'iscrizione al seguente sito: www.uniti-contro-la-leucemia.ch



Senza le sezioni samaritane l'approvvigionamento di sangue in Svizzera non sarebbe più garantito facilmente.

Quando al falegname occorre la farmacia

Ditte e aziende che sono assicurate presso la Suva possono comandare il materiale per i primi soccorsi in uno shop online esclusivo. In effetti, già da tempo è così, ma la novità è che dall'inizio dell'anno lo shop è gestito dalla Federazione svizzera dei Samaritani e da Tinovamed GmbH.

Lo scorso mese di aprile la Federazione svizzera dei samaritani e il suo partner – da lungo tempo – negli acquisti Tinovamed GmbH hanno potuto concludere con successo un accordo per la futura gestione dello shop di materiale per i primi soccorsi della Suva. Le richieste avanzate dalla compagnia di assicurazioni erano elevate. Tuttavia il concetto generale proposto dall'azienda Tinovamed GmbH di Gerlafingen e dalla FSS ha convinto la Suva. Da una parte vi sono infatti comprovate competenze nell'acquisto di materiale di primo soccorso, dall'altra solide conoscenze logistiche frutto di un'esperienza pluriennale nella gestione dello shop. Nella decisione della Suva ha però giocato un ruolo fondamentale anche un altro punto di forza della FSS: la sua grande esperienza nell'organizzazione e nella conduzione di corsi di primi soccorsi in tutta la Svizzera con monitori qualificati. La Suva non solo vuole garantire che nelle imprese da lei assicurate vi sia a disposizione materiale idoneo per i primi soccorsi; desidera anche che i lavoratori dipendenti sappiano cosa bisogna fare in caso di emergenza. Per la FSS ciò offre una promettente opportunità per acquisire nuovi clienti

I samaritani sono presenti nelle farmacie Suva con il proprio opuscolo sui primi soccorsi.

aziendali, e ciò a tutti i livelli della Federazione svizzera FSS.

Un nuovo look per il sito e maggiori scelte

Tuttavia c'è voluto tanto lavoro nelle retrovie affinché, a metà dello scorso mese di dicembre, il sito Internet ersthelfer.shop abbia potuto essere messo online. Tra l'altro il sito è stato rifatto graficamente e la gamma dei prodotti è stata interamente rivista e ampliata. «Abbiamo cercato di rendere questa transizione il più semplice possibile per i clienti, mostrando loro quali nuovi prodotti sono paragonabili a quelli precedenti, familiari e co-

nosciuti da tempo», spiega Roland Rölli, capo del Servizio vendita della FSS e responsabile della logistica dello shop per i primi soccorsi. La Suva sarà presente con il suo logo, in qualità di partner, sui pacchi e le farmacie d'emergenza. Una delle maggiori sfide è stata la ricerca degli spazi idonei per lo stoccaggio (magazzino) e per la logistica.

Qui il caso ha giocato un ruolo davvero decisivo: proprio in questo periodo, un inquilino dell'edificio nel quale la Federazione svizzera dei Samaritani gestisce il proprio shop online, ha dato la sua disdetta lasciando libero un grande spazio. All'improvviso un'ampia area di stoccaggio era libera e pronta da affittare, proprio al piano inferiore rispetto allo shop samaritano. «Insomma, una grande fortuna», afferma Roland Rölli.





La Suva è e rimane un marchio distintivo nello shop dei primi soccorsi.

La ricerca di un ulteriore partner

Assortimento revisionato, ubicazione trovata. Ora bisognava però superare l'ultimo grande ostacolo. Una delle richieste della Suva era infatti quella che nella gestione del futuro shop fossero coinvolte anche persone con menomazioni/problemi di salute. E anche qui si è potuta individuare una soluzione ideale, ossia grazie alla collaborazione con la Cooperativa Vebo, specializzata nell'integrazione sul lavoro. Lo stabile di questa istituzione, a Olten, si trova solo poche centinaia di metri dal magazzino del materiale di primo soccorso. Già in passato, inoltre, la FSS aveva collaborato con la Vebo, ad esempio nella confezione del contenuto delle farmacie d'emergenza.

La Vebo assume ora il lavoro anche per il nuovo shop. Ma il suo contributo va ben oltre: ogni giorno due suoi dipendenti elaborano le comande nel magazzino dello shop ersthelfer, raggruppano gli articoli comandati e li preparano per la spedizione via posta. «Per noi questa è una prestazione molto preziosa. I nostri dipendenti possono infatti svolgere dei lavori utili, cosa molto importante per la

loro motivazione», sostiene Markus Felder, capo del settore Confezione della Vebo di Olten. Questa collaborazione va nella direzione sempre più spesso auspicata anche dalla politica. In questa cooperazione la parola chiave è: inclusione. L'idea che ne sta alla base è chiara: ogni persona è una ricchezza per la società, nessuna dovrebbe essere esclusa a priori per poi doverla reintegrare con fatica. Il coinvolgimento diretto nel normale ambiente di lavoro dello shop è molto apprezzato dai dipendenti della Vebo. «Mi piace molto lavorare qui, i compiti sono variati e devo sempre concentrarmi su quello che faccio», dice un dei dipendenti.

Valore aggiunto a più livelli

In fondo, la FSS è stata in grado di rilevare un'attività relativamente già ben gestita. E le innovazioni nello shop sono state ben accolte dalla clientela: «I primi due mesi sono stati abbastanza positivi. Se nei prossimi mesi va avanti così bene, potremo superare le nostre stime precedenti», prevede Norbert Meier, capo del settore Business della Federazione svizzera dei Samaritani. Oltre agli aspetti puramente finanziari, queste sinergie offrono anche e soprattutto delle opportunità.

Il fatto di raggruppare lo shop samaritano, Tinovamed e lo shop della Suva, fa sì che alcuni prodotti possano essere acquistati in maggior quantità a minor prezzo. Inoltre, anche con La Posta possono essere ottenute migliori tariffe per le spedizioni.

A medio termine, ciò dovrebbe influenzare anche i prezzi dei prodotti dello shop dei samaritani. «Sfruttiamo l'occasione anche per offrire nuovi prodotti ai samaritani; nell'assortimento abbiamo ad esempio un idrogel per il trattamento iniziale delle ustioni», spiega Roland Röllli. Tuttavia nei prossimi mesi si tratterà innanzitutto di fare e di raccogliere ulteriori esperienze con il nuovo shop, di stabilizzare le operazioni e di ottimizzare tutte le varie procedure. (FSS)

LA SUVA

La Suva è l'assicurazione infortuni più grande in Svizzera. Nel nostro paese circa la metà dei lavoratori dipendenti è assicurato alla Suva per infortuni e malattie professionali. Si tratta di circa due milioni di persone assicurate, il che equivale a una somma di salari assicurati pari a 143 miliardi di franchi.

QUANDO UN GIOVANE CUORE SMETTE DI BATTERE

Nei giovani l'arresto cardiaco improvviso è solo un'eventualità rara, ma in questa fascia di età aumenta il numero dei pazienti con infarto.

TESTO: Christoph Zehnder

Le malattie cardiocircolatorie sono la prima causa di morte in Svizzera. In linea di principio vale la regola secondo cui il rischio aumenta con l'età del paziente. In genere siamo abituati a non associare l'infarto cardiaco o l'arresto cardiocircolatorio a persone nelle prime fasi di vita. Eppure tali eventi possono colpire anche persone giovani apparentemente sane.

Uno studio americano presentato di recente ha appurato che negli ultimi anni è aumentato il numero di infarti cardiaci nei giovani adulti. I ricercatori hanno valutato circa 2000 sopravvissuti all'infarto cardiaco di età non superiore a 50 anni, osservando che al momento dell'evento infartuale un quinto dei pazienti aveva un'età inferiore a 40 anni. Secondo questo studio il loro numero aumenta del 2 per cento ogni anno.

La giovane età non offre protezione

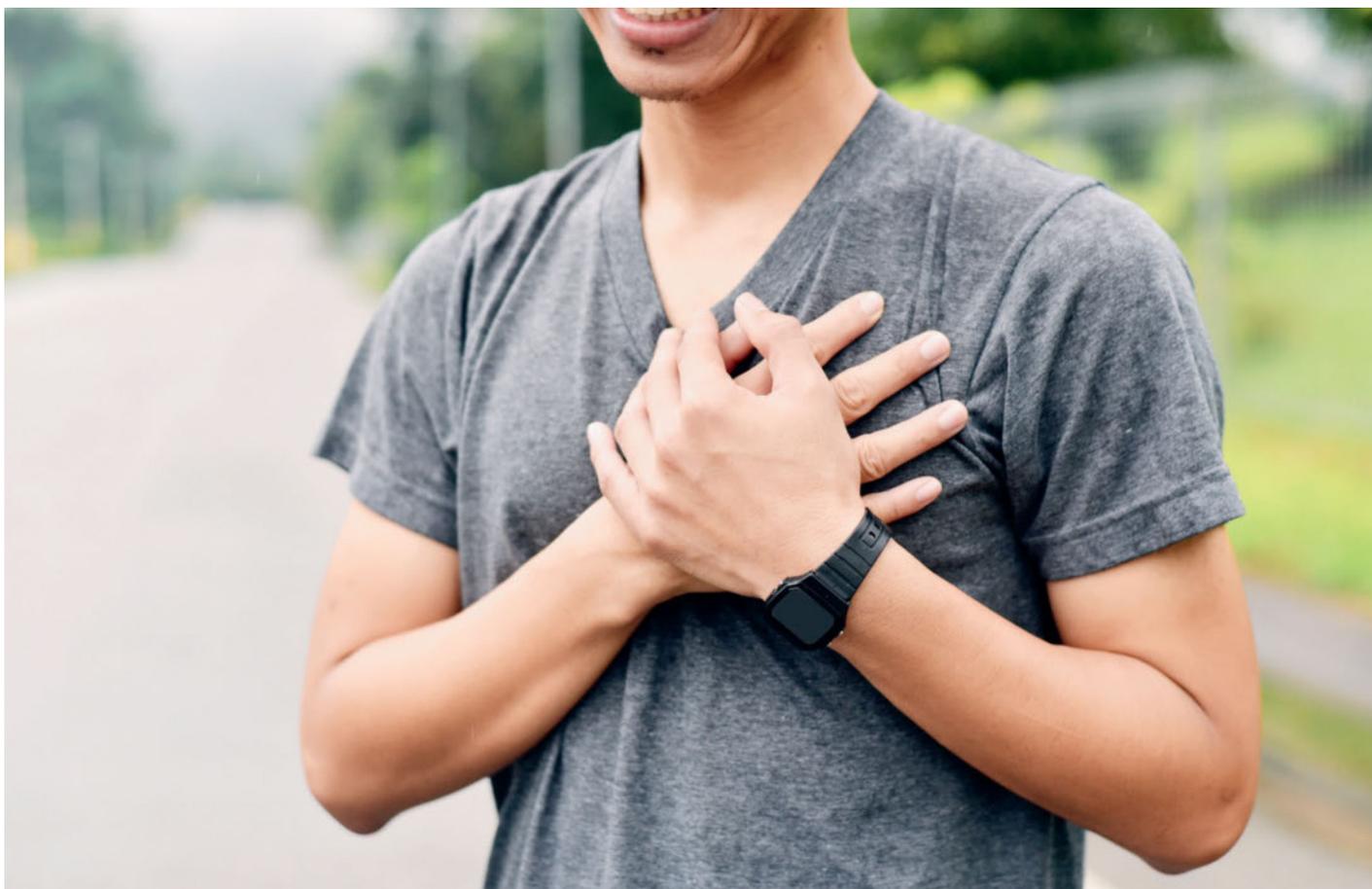
«In passato si vedeva di rado un paziente infartuale con meno di 40 anni», afferma il Dr. Ron Blankstein, responsabile dello studio. «Oggi alcuni di questi casi riguardano ventenni o persone appena oltre la soglia dei trent'anni». Secondo il cardiologo si tratta di uno sviluppo nella falsa direzione. Lo studio ha evidenziato anche che i giovani pazienti con infarto non sono protetti meglio dalle complicanze rispetto ai soggetti che ne sono colpiti dieci anni più tardi. A questo riguardo la gioventù non offre alcuna protezione supplementare.

Attualmente i ricercatori possono solo fare delle congetture sulle cause di questo sviluppo. I fattori di rischio classici quali il diabete, l'ipertensione arteriosa, il fumo, la storia familiare e il livello elevato di colesterolo nel sangue sono stati simili nei due gruppi. Il gruppo più giovane ha fatto maggior uso di droghe quali cocaina e cannabis, ma ha consumato meno alcol del gruppo più anziano.

Le donne mostrano sintomi atipici

Un simile studio statunitense ha accertato che a soffrire di infarto cardiaco sono sempre più anche le donne di età compresa fra 35 e 54 anni, con una percentuale sul totale aumentata del 20 per cento dal 1995. Si suppone una correlazione con il sovrappeso e il diabete. Particolarmente nefasto è il fatto che spesso le donne vivono l'infarto diversamente dagli uomini: non percepiscono dolori al petto, ma manifestano piuttosto sintomi come respiro corto, capogiri, nausea o spossatezza. La conseguenza è che non riconoscono l'infarto cardiaco come tale o addirittura ne minimizzano i disturbi.

Indipendentemente dal sesso e dall'età è appurato che la carenza di attività fisica, lo stress, l'alimentazione poco sana e il fumo accrescano il rischio di malattie cardiocircolatorie. Un'arteriosclerosi che comporta il restringimento delle coronarie (vasi sanguigni intorno al cuore) può svilupparsi già in età giovanile. Assumere uno stile di vita più sano costituisce la migliore prevenzione a ogni età.



L'infarto cardiaco e l'arresto cardiaco improvviso possono manifestarsi anche nei giovani, sebbene per fortuna solo raramente. (foto: Shutterstock)

Predisposizione ereditaria

Il fatto che un cuore giovane smetta semplicemente di funzionare del tutto è per fortuna un'evenienza rara. Un arresto cardiaco improvviso in soggetti giovani è per lo più il risultato di un'anomalia cardiaca, per esempio a causa di una malformazione delle arterie o di un ispessimento della muscolatura cardiaca (cardiomiopatia ipertrofica). Altre cause possono essere anche le infiammazioni del miocardio, per esempio a seguito di una malattia virale trascurata. Più raramente la responsabilità va attribuita a malattie quali la sindrome del QT lungo o la sindrome di Brugada. Molte malattie cardiocircolatorie hanno origine genetica. Chi sa di avere precedenti in famiglia dovrebbe quindi sottoporsi a visita medica.

Nei giovani l'arresto cardiaco improvviso si verifica in genere nel corso di uno sforzo fisico, segnatamente durante l'attività sportiva e spesso in modo del tutto inaspettato. I sintomi non sono diversi da quelli di un arresto cardiaco in persone più avanti negli anni, e anche le misure di primi soccorsi sono le stesse: allertare il numero di emergenza (144), avviare immediatamente il massaggio cardiaco e, se disponibile, impiegare il defibrillatore automatico esterno (AED).

Fonti:

American Heart Association, American College of Cardiology



A PROPOSITO

Sintomi dell'infarto cardiaco

- Sensazione di forte pressione e dolore costrittivo, opprimente o bruciante al petto di durata superiore a 15 minuti, sovente in associazione con affanno respiratorio e paura di morire
- Talvolta irradiazione dei dolori all'intera cassa toracica, verso entrambe le spalle, le braccia, il collo, la mandibola o la bocca dello stomaco
- I possibili sintomi concomitanti sono pallore, colorito smorto del viso, nausea, debolezza, sudorazione improvvisa, affanno respiratorio, polso irregolare.
- Il dolore è indipendente dai movimenti del corpo o dalla respirazione e non scompare anche dopo assunzione di nitroglicerina (un medicamento specifico).

Nelle donne, nei diabetici e negli anziani possono manifestarsi i sintomi seguenti come unici segnali d'allarme: affanno respiratorio, nausea e vomito inspiegabili, pressione al petto, alla schiena o all'addome.

Allertate immediatamente il numero di emergenza 144!

Per ulteriori informazioni:

www.swissheart.ch

CRUCIVERBA CON PAROLA NASCOSTA

Lady moglie di presidente	↖	Lo è la frutta acerba	↖	Gli abitanti erano detti Beoti	↖	56 in cifre romane	↖	Lo è ciò che piace	↖	Bilanciano gli altri	Chini in atto di adorazione	Vandalo, bullo	↖	In calcio è nota quella... Cesarini	↖	Gli USA negli USA	Agire con coraggio
↖			2							Patetico, penoso			4				
Comune di Basilica Campagna		Tubi a tre elettrodi		Gameti femminili						Noto cane pastore scozzese		Gli hot che si indossano			8		
Tormenti dell'animo					9		Impulso incontrollato		Una... volta nel cielo					Aprono annunci economici			
Fra, in mezzo a		5		Furbescamente indifferenti		Parte francofona della Svizzera									Formano il perimetro		
Tipo di caccia illecita	Restituire		Vasta stanza della casa					Abitudini, consuetudini				Dà una lana di qualità		Famoso generale sudista		1	
↖				Banca Popolare Cinese (sigla)					Stella di Hollywood		Missile balistico Usa						Isole dell'Oceano Pacifico
↖					Tra Togo e Nigeria		Simbolo acronimo			6				Droga in cucina			Sette sul pentagramma
Rilassare con sedativi			Prima possibile (sigla ingl.)		Contengono lettere						Sigla esplosiva		Diminutivo di Giuseppe				
Richiamo di animali		Buenos capitale argentina					Capace a metà		Covi di animali selvatici			10			Centro di Roma		
↖	7				A fine conto		Stato come Monaco							3			
Passo alpino nel Vallese		Piccolo sportello							Questa in breve				Eroe troiano				
↖								1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

SUDOKU

DIFFICOLTÀ MEDIA

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

©raetsel.ch 401377

DIFFICILE

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

©raetsel.ch 393394

Soluzioni a pagina 43

Nuovo slancio per la gioventù vallesana

Alleggerire i carichi delle sezioni e incoraggiare la successione: nel Vallese romando due iniziative mirano a «rimpolpare» i ranghi dei gruppi di giovani samaritani e delle sezioni.

TESTO: Chantal Lienert / m.z

FOTO: Mathieu Demierre

In parecchie regioni del Vallese romando, i gruppi Help e dei giovani samaritani prosperano in modo del tutto rallegrante, mentre in altre regioni le sezioni sono a volte reticenti a creare gruppi giovanili per il timore di ulteriori carichi amministrativi. Inoltre sembra che, al compimento del loro 16esimo anno quando potrebbero entrare in sezione, numerosi giovani samaritani non si sentirebbero a loro agio e si allontanano quindi dai samaritani. Sulla base di queste constatazioni, Ludovic Moret, monitore e responsabile della gioventù nella sezione delle Grands Rocs, e Elizabeth Seghezzi, formatrice dei Samas'Kids a Conthey, si sono chinati sulla questione cominciando dall'esame del funzionamento dei sei gruppi di giovani attivi nel Vallese romando. Conclusione: tutti i sei gruppi sono organizzati in modo diverso, alcuni sono totalmente sotto la tutela di una sezione, altri beneficiano di un'autonomia maggiore e dispongono di strutture proprie.

Scaricare e alleggerire le sezioni

Così è nata l'idea di creare un'associazione avente lo scopo di unificare a livello strutturale la gioventù samaritana, approfittando delle sinergie create grazie al riavvicinamento di diversi gruppi e, quindi, di alleggerire le sezioni. L'assemblea costitutiva dell'Associazione dei giovani samaritani del Vallese romando (AJSVR) si è svolta lo scorso 11 febbraio e la sua affiliazione all'Associazione delle sezioni samaritane del Vallese romando (ASSVR) è stata accettata dall'assemblea generale del 23 marzo 2019. In futuro, quindi, e fino a quando le sezioni lo desiderano, i giovani samaritani d'età compresa tra i 5 e i 16 anni saranno affiliati all'AJSVR che si occuperà sia di fornire loro

le divise – stesse per tutti – che dello svolgimento dei compiti amministrativi relativi alle attività con la gioventù, nonché della gestione dei monitori e dei formatori e dell'acquisizione di mezzi finanziari. Le sezioni, dal canto loro, sono pregate di mettere a disposizione il loro locale e del materiale. I capi dei gruppi regionali continueranno ad assicurare il programma di attività a livello locale, mentre l'AJSVR prenderà a carico le giornate cantonali e altri eventi ed esercizi in comune. Attualmente sono cinque i gruppi di giovani ad essere rappresentati in seno al comitato dell'AJSVR dove siedono: Ludovic Moret, della sezione delle Grands Rocs, presidente; Didier Naga, Grand Bisse (Crans-Montana), vice-presidente; Mathieu Demierre, Help Chablais, responsabile cantonale della gioventù (membro d'ufficio); Elizabeth Seghezzi, Samas'Kids Conthey, segretaria e Cédrine Favre, Samas'Kids Savièse, tesoriere/cassiere. Il gruppo dell'Entremont ha invece per il momento preferito non aderire all'associazione; nonostante ciò sarà invitato a partecipare alle diverse attività a livello cantonale.

Giovani soccorritori samaritani

Contemporaneamente e per tentare di contenere la disaffezione degli adolescenti di 16 anni, è stato creato un gruppo specifico di giovani soccorritori samaritani (JSS). L'idea di base è quella di proporre un programma di attività innanzitutto ricreative e divertenti che permettano ai «vecchi» Help e ai Samas'Kids di riunirsi tra di loro, alla sola condizione – tuttavia – che facciano parte di una sezione samaritana e che svolgano gli esercizi previsti e necessari per mantenere il livello di soccorritore IAS2.



Ilan Garcia (a sinistra), presidente dell'ASSVR e Ludovic Moret, presidente dell'AJSVR, sono felici dell'accoglienza positiva riservata alla nuova associazione da parte dei rappresentanti delle sezioni del Vallese romando, in occasione dell'assemblea generale del 23 marzo scorso.

Impegnati e organizzati con l'App

A volte anche le sezioni samaritane hanno bisogno di un paio di mani che aiutino, ad esempio per la Colletta samaritana o un altro evento sezionale. L'App «Five up» facilita l'organizzazione di persone volontarie e riunisce queste persone in una rete.

Chiunque voglia fare del volontariato e in questo senso cerca un sostegno, conosce il problema: l'organizzazione richiede molto tempo e nervi saldi. Chi può aiutarci? Chi ha tempo e quando? Chi si assume quali compiti? Prima che a tutte queste domande si trovi effettivamente una risposta, occorrono spesso parecchie telefonate, lettere o messaggi e riunioni.

È qui che può essere utile l'App «Five up». L'applicazione mette infatti in contatto organizzatori e aiutanti volontari. Con pochi click si possono contattare le giuste persone per il posto stabilito e al momento fissato. I volontari privati e le organizzazioni possono così «mettersi in rete» e comunicare in modo semplice. Nell'App le varie attività sono rese visibili ai gruppi giusti, ossia mirati. Secondo l'ideatrice Maximiliane Basile, lo spunto per questa App è nato da un'esigenza quotidiana. «In veste di capo progetto nella promozione dello sport e come mamma impegnata su vari fronti, a un certo punto ne avevo abbastanza di infinite

chat, elenchi e formulari.» Ha quindi cercato una soluzione più semplice che permettesse di organizzare e trovare delle persone desiderose di fare volontariato. E poiché non ha scova-

Con un paio di semplici click si possono organizzare le persone giuste al posto e all'ora giusta.



Maximiliane Basile (a destra) durante lo sviluppo dell'App «Five up». (Fotos: mad)

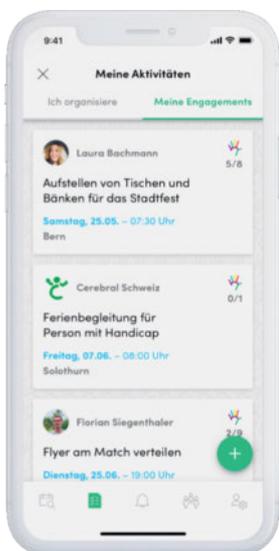
to nulla che facesse al suo caso, si è attivata lei stessa ed ecco nascere l'idea di «Five up».

App sostenuta dalla Croce Rossa

«Credo che con questa iniziativa abbiamo fatto centro», afferma l'ideatrice. A dimostrazione di ciò, il fatto che il progetto ha ricevuto il sostegno della Croce Rossa svizzera (CRS) e anche dalla Società svizzera di utilità pubblica. «Con l'uso delle nuove tecnologie, «Five up» crea una rete sociale (social network) nella quale le persone si sostengono a vicenda e lavorano assieme», ha detto il direttore della CRS Markus Mader in occasione del lancio dell'App avvenuto a metà dello scorso mese di marzo.

Prima del suo lancio ufficiale, l'App «Five up» è stata testata in lungo e in largo, anche dai samaritani, come ha sottolineato Maximiliane Basile. I risultati e i vari feedback pervenuti e scaturiti durante questa fase di test sono ora esaminati e integrati nella successiva fase di sviluppo e perfezionamento. Anche in futuro e sulla base delle ulteriori segnalazioni che arriveranno, si provvederà a effettuare altri adattamenti della piattaforma secondo i bisogni. Parecchie organizzazioni di volontari e molti cittadini privati, attivi in diversi settori, usano già oggi «Five up» per scopi vari. «Sin dall'inizio, l'App è stata concepita e pensata come prodotto congiunto», osserva l'ideatrice. Nel frattempo si è già creata una rete considerevole. Assieme al suo team, Maximiliane Basile lavora ora affinché la rete di volontari cresca ancora. È infatti convinta che: «Questa community è preziosa per il futuro della nostra società.» (FSS)

«Five Up» è disponibile nell'App Store in lingua tedesca, francese, italiana e inglese. Ulteriori informazioni sul sito: www.fiveup.org.



ECCO IL CORSO BASE DI OMEOPATIA



Il corso base di omeopatia, aperto anche a tutti i samaritani grazie al partenariato tra la Federazione svizzera dei samaritani e la ditta Similasan AG, riscuote un grande entusiasmo. Nella seconda metà dell'anno verranno così organizzati altri corsi.

Contenuto del corso:

- introduzione all'omeopatia
- presentazione del libro sul tema «Come trovare un rimedio omeopatico che sia efficace in modo facile e veloce?». I partecipanti riceveranno il libro gratuitamente
- istruzione sui rimedi omeopatici e le loro combinazioni, usati spesso da Similasan per trattare disturbi acuti o cronici
- discussione di gruppo e ricerca congiunta di soluzioni per terapie omeopatiche nella vita quotidiana

Termine di iscrizione: 14 giorni prima dell'inizio del corso. L'iscrizione è da effettuare sulla piattaforma myLearning (Catalogo > Catalogo formazioni > Eventi > Similasan). La documentazione per il corso e il vitto sono messi a disposizione da Similasan AG. Potete trovare ulteriori informazioni come pure una visione d'insieme sui prodotti consigliati da Similasan in Extranet sotto Formazione e corsi > Formazione continua.

I prossimi corsi

07.09.2019	Olten SO
14.09.2019	Düdingen FR
21.09.2019	Winterthur ZH
21.09.2019	Martigny VS
28.09.2019	Olten SO
28.09.2019	Rivera TI
09.11.2019	Olten SO

Per eventuali domande, basta scrivere a bildung@samariter.ch o telefonare al numero 062 286 02 00.

FIRST RESPONDER DI MONTAGNA, MATERIALE PER I PRIMI SOCCORSI A PREZZI SCONTATI

I gruppi First Responder (FR) che sono attivi nelle regioni di montagna e che sono collegati in modo ottimale e funzionale con la centrale del numero d'urgenza 144, possono ottenere – fino al 31 dicembre 2020 – apparecchi defibrillatori e zaini per le urgenze con uno sconto di favore del 50%. Lo sconto è a carico dell'Aiuto svizzero alla montagna che, in questo modo, sostiene l'indispensabile contributo dei gruppi First Responder per le cure d'emergenza nelle regioni montane discoste. L'azione è resa possibile anche grazie all'Interassociazione di salvataggio (IAS) e alla Federazione svizzera dei samaritani (FSS). L'IAS coadiuva l'Aiuto svizzero alla montagna nella verifica delle richieste di sostegno. Dal canto suo, la FSS gestisce tutte le comande tramite lo shop samaritano. Ogni gruppo di FR può chiedere, al prezzo di favore, al massimo due defibrillatori e due zaini per le urgenze. Le sezioni samaritane che hanno diritto allo sconto, beneficiano di un ulteriore ribasso del 10% per acquisti allo shop samaritano. Comande e informazioni su: shop.samariter/first-responder. Le sezioni attive in montagna possono pubblicizzare questa particolare offerta nel loro ambiente.



Informazioni e comande:

shop.samariter.ch/first-responder



Alla memoria di Henri Sordet

Rappresentava bene la Svizzera occidentale

Con la morte, all'inizio dell'anno, di Henri Sordet, è scomparso un membro di lungo corso del Comitato centrale. Nel 1969 Henri Sordet era passato dalla formazione dei quadri al Comitato centrale. Malgrado le iniziali preoccupazioni dovute al suo domicilio nella discosta località di Le Sentier nella Vallée de Joux, nel 1976 è stato addirittura eletto a vicepresidente del gremio. Sordet era un noto rappresentante della Svizzera occidentale e un coscienzioso ambasciatore della filosofia e del pensiero samaritano. Quando esternava una preoccupazione o si sentiva chiamato ad esprimersi, sapeva formulare la sua arguta e competente opinione in modo convincente. Egli ha fatto parte del Comitato centrale della Federazione svizzera dei samaritani fino al 1980. In segno di gratitudine per il suo lungo e infaticabile impegno a favore della causa samaritana, era stato nominato socio onorario. Henri Sordet è deceduto lo scorso 13 gennaio all'età di 93 anni. (FSS)

Lettera di una lettrice



Informazioni sbagliate pre... programmate

(a proposito del tema «Emergenze con i bambini», in «oggi samaritani» 1/19)

Grazie mille per l'articolo sui primi soccorsi con i bambini. Sì, anche da noi i corsi «Emergenze con i bambini» sono tra i più richiesti e i più frequentati della nostra offerta. Purtroppo la FSS ha sostituito questo corso con una versione di corso accorciata e completamente inutilizzabile, nella quale si tratta solo la rianimazione e non si parla dei problemi quotidiani vissuti dai partecipanti.

Ora ogni monitore di corsi deve creare il proprio corso con informazioni che non corrispondono o non corrispondono più allo stato attuale delle conoscenze, in modo tale che la trasmissione di informazioni errate è praticamente già programmata. Così, ci tiriamo la classica zappa sui piedi!

GABRIELA KLINGLER
Sezione samaritana di Arbon

Contatto:

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

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

La redazione si riserva il diritto di accorciare delle lettere o di non pubblicarle.

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



SIAMO TUTT'ORECCHI

Avete un'idea originale per un'esercitazione? Comunicatecelo! State prevedendo una collaborazione con altre organizzazioni, istituzioni o comunità di interesse sociale? Siamo tutt'orecchi. Pubblichiamo volentieri eventi e manifestazioni del mondo samaritano e vi accompagniamo pure nei contatti con i mass media. Scriveteci e aiutateci a divulgare il lavoro dei samaritani.

LE DATE DEI PROSSIMI NUMERI:

Nr. edizione	Termine redazionale	Data di apparizione
03/2019	11.07.2019	14.08.2019
04/2019	18.10.2019	20.11.2019

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