

Escursioni senza problemi

pagina 12



Regine Aeppli
Intervista con la
nuova presidente

pagina 4

Internet
Siti multi-pagina
presto disponibili

pagina 6

Sezioni
Visita a un museo
davvero particolare

pagina 16



VICTORINOX



SWISSTOOL SPIRIT

26 Functions, 105 mm, 205 g, Swiss Made



MAKERS OF THE ORIGINAL SWISS ARMY KNIFE | ESTABLISHED 1884

Editoriale

La montagna richiede un approccio coscienzioso

«Camminare è il modo più completo di spostarsi, se si vuole scoprire la vita vera. È la via verso la libertà.» Quanto sono belle e quanto mi trovano d'accordo queste parole della scrittrice inglese Elisabeth von Arnim riportate in apertura dell'articolo sull'escursionismo in montagna nella rubrica «Buono a sapersi» a pagina 12.

Da sempre, sin da bambina, adoro andare in montagna. Da sempre la montagna ha per me un fascino molto particolare, a cominciare dai suoi profumi intensi, dalle luci e ombre del sole sulle creste, dai suoi ambienti naturali. In montagna, anche i sassi, anche quel che è grigio – diversamente dalla città – ha un profumo, un calore, un'energia tutta particolare. Sono tante le piccole cose che alimentano il grande fascino che questi ambienti alpini suscitano in me. Forse tutto questo si chiama «libertà» ... Col passare degli anni il fascino è invariato o addirittura aumentato. Ma una cosa è cambiata: l'approccio alla montagna e all'itinerario. Se prima, anni fa, «sgambettavo spensieratamente» su sentieri e versanti, anche ripidi, un po' come faceva la piccola Anna (una sveglia e forte ragazzina di 9 anni che mi ha accompagnata lungo una traversata Grigion-Ticino questa estate), beh... ora affronto la montagna con una consapevolezza in più. E la «farmacia samaritana» non manca mai nel mio sacco.

È vero: gli imprevisti possono sempre capitare, specie in montagna. Ma preparare al meglio il sacco e l'itinerario, nonché valutare bene le proprie capacità (piuttosto «sottovalutarsi» che «sopravalutarsi») può contribuire almeno a ridurli al minimo.

Affinché il piacere di andare in montagna possa continuare.



**Mara Zanetti
Maestrani**

Intervista

04 Regine Aepli neo-presidente

Eletta nel giugno scorso dall'assemblea generale dei delegati ad Einsiedeln, la zurighese Regine Aepli è entrata in carica il 1 luglio. Ecco le sue prime impressioni sul futuro del movimento samaritano.



Attualità

06 I siti multi-pagina prossimamente a disposizione

Comunicare oggi è di fondamentale importanza. Per questa ragione la FSS offre la possibilità alle Sezioni Samaritane e alle Associazioni di adattare o di realizzare i loro siti internet sotto il cappello unitario della FSS. Il tutto per una migliore immagine verso l'esterno.

Buono a sapersi

12 Praticare l'escursionismo in modo sicuro

Estate, voglia di frescura e di passeggiate in quota. La montagna e i suoi meravigliosi paesaggi invogliano le persone a intraprendere gite ed escursioni all'aria aperta. Ma come prepararsi? Quali sono i pericoli? Come prevenirli?



Persone

15 Pascal Martignier, presidente dei Samaritani vodesi

Eletto per 2 anni alla presidenza dei Samaritani del Canton Vaud, Martignier ritiene che la riduzione dei compiti amministrativi sia decisiva per la continuità dell'Associazione stessa.

Associazione e Sezioni

16 Un museo particolare ...

Lo scorso mese di giugno, un gruppo di Samaritani della Sezione di Bodio ha visitato il Museo della storia medica ticinese a Cadenazzo. Si è trattato di un affascinante viaggio a ritroso nel tempo.

Con lungimiranza verso il futuro

Scambi con i partner e le Associazioni cantonali, ed esame delle varie strutture federative al fine di determinare con precisione come posizionare la FSS in futuro: è assai intenso il programma della nuova Presidente centrale Regine Aeppli per i prossimi mesi.

Redazione di Olten: signora Aeppli, la scorsa metà di giugno ad Einsiedeln l'assemblea dei delegati l'ha nominata nuova Presidente centrale della Federazione svizzera dei Samaritani e il 1 luglio scorso è entrata in carica. Quali sono le sue prime impressioni?

Regine Aeppli: il mio nuovo compito rappresenta una grossa sfida poiché la Federazione svizzera dei Samaritani è l'Organizzazione di soccorso formata da volontari più grande in Svizzera e così deve rimanere anche in futuro. Ho l'impressione che le molte innovazioni degli ultimi tempi e le varie aspettative hanno condotto ad atteggiamenti del tipo: «noi qui alla base» e «quelli là in alto». Questi atteggiamenti devono essere superati poiché non sono assolutamente di aiuto. Tutti noi vogliamo il meglio per il futuro della FSS. Senza la FSS il mondo del soccorso in Svizzera non funzionerebbe, ad ogni modo non in maniera efficiente e conveniente come lo è finora. La FSS può concretizzare il suo ruolo di Organizzazione di salvataggio più importante e più grande solo se i diversi attori collaborano.

Nell'intervista rilasciata prima della sua elezione, lei diceva che «non si possono solo calare disposizioni dall'alto e fissare obiettivi economici e strategici», bensì che «bisogna anche attivarsi nel lavoro di convinzione e condivisione». In questo senso, dove vede oggi il bisogno d'azione più urgente?

Un buon rapporto di lavoro e una buona collaborazione non si basano sul comando, ma sulla fiducia reciproca, e questo a tutti i livelli, ossia anche nel Comitato centrale come pure nelle Associazioni cantonali e nelle Sezioni. Sono convinta anche i membri della FSS la pensano così. Percepire e prevenire i cambiamenti nel tempo, è uno dei compiti della FSS, come pure quello di preoccuparsi di fare in modo che i Samaritani si convincano della necessità, della bontà e dell'efficacia di questi cambiamenti. Di questo sono responsabili la presidente, i membri del Comitato centrale, la Commissione della gestione e i presidenti delle Associazioni cantonali.

Lo avete ricordato: non tutti sono stati d'accordo con i cambiamenti intervenuti negli scorsi anni. Lei assume la carica proprio in un periodo di riforma parecchio impegnativo per molti Samaritani. E anche ora, la FSS non può fermarsi a riposare...

La FSS deve sempre verificare la sua offerta di formazione e mantenerla costantemente «à jour». In questo settore negli scorsi anni si è fatto un enorme lavoro di riforma della formazione e della formazione continua, come pure della digitalizzazione del materiale didattico e si sono resi necessari altri importanti cambiamenti e innovazioni. Le prestazioni e i servizi delle Sezioni devono essere attrattivi affinché la domanda continui. Nel campo della formazione nei Primi soccorsi, i Samaritani sono confrontati con la concorrenza. Nel contempo i Samaritani sono indispensabili nell'ambito dei Primi soccorsi. Questo sottile equilibrio va sempre ricercato ed

esercitato, affinché ci sia sempre la necessaria flessibilità e mobilità. Per far questo occorrono le giuste condizioni, anche in futuro.

Come definisce il suo ruolo e quali compiti sono importanti per lei, personalmente, in veste di Presidente centrale?

Il mio ruolo e i miei compiti di Presidente centrale sono in linea di principio sanciti dagli statuti. Forse all'assemblea, la scelta dei delegati è caduta su di me, poiché – grazie alla mia attività politica – conosco le strutture e gli attori della Confederazione, dei Cantoni e delle grosse federazioni come la Croce Rossa svizzera. Questo facilita i contatti e gli accessi a enti e persone e crea le premesse per collaborazioni costruttive.

La FSS e la CRS hanno una missione comune che si completa a vicenda e che può essere compiuta al meglio nella misura in cui la collaborazione è efficace. In veste di presidente non devo però agire solo all'esterno ma anche all'interno. Desidero quindi portare avanti un lavoro di convinzione e condivisione congiuntamente con i mem-



Dal prossimo autunno, la nuova Presidente centrale Regine Aeppli pianifica un «Tour de Suisse» in visita a tutte le Associazioni cantonali.

bri del Comitato centrale e con i presidenti delle Associazioni cantonali, affinché le Sezioni Samaritane capiscano perché alcune cose devono essere cambiate e per quali ragioni sono necessari ulteriori sforzi. Affinché le riforme riescano occorre il feedback degli utenti e degli attori stessi!

In quale settore in particolare desidera svolgere questo lavoro di convinzione e di condivisione?

Ogni organizzazione deve sempre avere un occhio attento sullo sviluppo della società circostante e verificare se i servizi rispecchiano la domanda e se le strutture sono sempre idonee all'adempimento dei vari compiti. Se penso a come è cambiata, negli ultimi decenni, la carta nazionale dei Comuni giurisdizionali, posso solo constatare che molti di questi Comuni hanno potuto mantenere la loro autonomia e la loro capacità d'azione grazie al fatto che si sono uniti. Quindici anni fa, su richiesta di un cittadino alla «Landsgemeinde» di Glarona, i 29 Comuni del Cantone sono stati ridotti a tre! Oggi questi Comuni funzionano meglio perché per i loro compiti non hanno più bisogno di creare singolarmente entità o organi amministrativi per soddisfare le esigenze e le aspettative degli abitanti. Anche i diritti di partecipazione sono più diretti. Penso sia importante che anche la FSS si chini su questa domanda: come potremo svolgere, in futuro, i nostri compiti in qualità di Organizzazione di soccorso più grande della Svizzera in modo da rimanere efficaci e vicini ai cittadini?

Le Sezioni Samaritane dovrebbero quindi cercare di collaborare maggiormente tra di loro o creare più sinergie con le associazioni della Croce Rossa?

La domanda sulle sinergie si pone sempre. Ma nelle 1000 Sezioni la stessa si pone ovunque in modo diverso. Infatti bisogni e aspettative nelle regioni di montagna sono ben diversi da quelli negli agglomerati urbani. Si tratta di chiedersi se con le strutture odierne si può fare ciò che è importante e giusto fare e soprattutto se ciò ha un futuro. Le risposte a queste domande vanno ricercate dall'Organizzazione centrale in stretta collaborazione con i rappresentanti delle Associazioni cantonali e delle Sezioni. Quando si tratta del futuro della FSS dobbiamo remare tutti nella stessa direzione. Le premesse per farlo sono buone. Nella FSS ci sono molte persone esperte che conoscono i punti deboli e quelli forti. Anche la concorrenza, però, non dorme. Perciò dobbiamo prepararci per gli anni 2020 grazie alle conoscenze e all'esperienza delle Sezioni e allo sguardo d'insieme dei responsabili a livello cantonale e federativo.

Quali saranno i suoi primi «passi ufficiali»?

Dapprima ho cercato un colloquio con i miei due vicepresidenti. Con la direttrice Regina Gorza (già Segretaria centrale, ndr.) sono in contatto tutti i giorni, mentre il Comitato centrale si riunirà per la prima volta sotto la mia direzione a fine agosto. Alla Conferenza d'autunno verranno i Cantoni. Importanti per me sono anche i colloqui con i partner della FSS, in particolare con Croce Rossa svizzera con la quale ci sono molti punti di contatto. Incontrerò pure il Servizio sanitario coordinato (SSC) per negoziare l'accordo fino al 2020. Infine dal prossimo autunno ho pianificato un «Tour de Suisse», per visitare i presidenti delle Associazioni cantonali e discutere con loro sul futuro della FSS.

Testo e foto: Sonja Wenger

La direttrice

Più dialogo e una migliore comunicazione

Dall'inizio di agosto è on-line il rinnovato sito della Federazione svizzera dei Samaritani che da ora si presenta con una veste moderna, chiara e ordinata. Esso contiene molte informazioni che presentano la nostra Organizzazione agli occhi del grande pubblico e che avvicinano quindi la popolazione alle nostre varie, preziose e utili prestazioni di cui tutti possono beneficiare.

Con questo nuovo sito è stato concretizzato uno dei progetti che fanno parte del nostro nuovo concetto di comunicazione. Di questo concetto fanno pure parte la rivista federativa «oggi Samaritani» e l'Extranet. I preparativi per la nuova rivista, che apparirà per la prima volta con il nuovo look nel mese di febbraio 2018, sono in pieno svolgimento; i suoi contenuti risponderanno meglio ai bisogni delle Samaritane e dei Samaritani. Anche i lavori per la revisione di Extranet sono già a buon punto.

Grazie ai nostri strumenti di comunicazione rivisti e aggiornati, non solo saremo meglio in grado, in futuro, di fornire informazioni a gruppi mirati, ma potremo comunicare e informare in modo dosato e corretto.

Potremo anche mostrare meglio al vasto pubblico tutto quello che fanno i Samaritani. Inoltre ci adoperiamo per promuovere un costante dialogo tra i membri delle Sezioni e quelli delle Associazioni cantonali come pure con l'Organizzazione centrale. Proprio questo dialogo tra le persone è d'importanza decisiva per un buon rapporto di lavoro. È questo aspetto centrale e fondamentale che ci deve guidare e aiutare nel nostro lavoro quotidiano, affinché tutti assieme



possiamo agire a favore dello sviluppo futuro del mondo samaritano.

Regina Gorza

Il sito per la vostra Sezione

Il sito multi-pagina sarà presto a disposizione

Con il nuovo sito Internet della Federazione svizzera dei Samaritani, anche voi come Sezione, o Associazione cantonale o regionale avete ora la possibilità di realizzare o adattare la vostra pagina Internet, con poco dispendio di tempo ed energie (vedi «oggi Samaritani», Nr. 4/2017, p.10).

Prossimamente, dunque, le multi-pagine potranno essere allestite. Per avere maggiori informazioni o un consiglio, basta scrivere all'indirizzo: marketing@samariter.ch.

Grazie al cosiddetto «concetto multi-pagina», la vostra pagina Internet viene creata come copia del sito della FSS: in questo modo la pagina disporrà di tutti i contenuti presenti sul sito principale. Sia i contenuti come pure la navigazione o i punti del menu possono tuttavia essere adattati o completati secondo il vostro personale desiderio. Inoltre, diverse fotografie ed elementi testuali permettono una creazione individuale della pagina sezionale o dell'Associazione cantonale, il tutto sempre garantendo un'immagine unitaria delle Sezioni e delle Associazioni cantonali.

I costi per la messa a punto della multi-pagina sul server della FSS variano dai 700.– agli 800.– franchi (pagamento unico). Le tasse per la manutenzione saranno poi di 10.– franchi al mese.

Trovate il flyer con tutte le informazioni utili al riguardo in Extranet sotto Marketing > Marketing di Sezione > Internet.

Testo e foto: FSS



Con una «veste unitaria», il sito della FSS contribuisce a rafforzare l'immagine e il marchio dei Samaritani.



Per la spesa da casa.

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

I vantaggi:

- un ampio assortimento – ai prezzi del supermercato Coop
- una selezione davvero unica di oltre 1200 vini d'annata e 200 superalcolici di qualità
- comoda consegna nella fascia oraria prescelta fino alla soglia di casa vostra

Sconto di fr. 20.– sui vostri acquisti online a partire da fr. 200.– su coop@home. Al momento del pagamento inserire il codice «SAM17C-F». Il buono è valido fino al 31.10.2017 e può essere utilizzato una volta sola (1 cliente = 1 buono).

www.coopathome.ch

coop

Per me e per te. **@home**

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



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

Diventate sostenitori ora.

rega 

Gentile con la pelle di grandi e piccini!



Oggi le persone vivono più a lungo e più persone sono affette da dolori cronici. Per questo motivo sono in aumento i casi di pelle vulnerabile.

Vari fattori quali età, luce solare, dieta, secchezza, sostanze irritanti, ecc. possono indebolire ulteriormente la pelle.

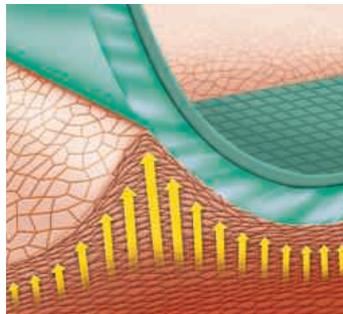
I nuovi prodotti Nexcare™ Sensitive sono destinati soprattutto a bambini, anziani e persone con pelle sensibile.

La piattaforma Nexcare™ Sensitive Skin è frutto della ricerca innovativa di 3M. Questa linea offre una tecnologia adesiva a base di silicone in grado di offrire adesione affidabile e tenuta resistente. I cerotti possono essere rimossi in modo indolore e con un minimo distacco di cellule della pelle e di peli. Questo li rende particolarmente adatti all'uso su pelli sensibili e fragili.

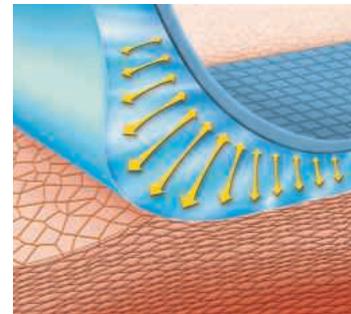
Minima perdita di cellule della pelle e di peli durante la rimozione del cerotto

- L'adesivo a base di silicone differisce da quelli convenzionali a base di acrilici.
- L'elevata capacità aderente degli adesivi a base di acrilici può portare a danni alla pelle e a un'elevata resistenza al distacco, con conseguente rimozione di cellule della pelle e di peli.

- L'aderenza uniforme dell'adesivo a base di silicone riduce la resistenza al distacco del cerotto, in modo da poterlo rimuovere facilmente senza danneggiare gli strati delicati della pelle.



Cerotti tradizionali
a base di acrilici.



Nexcare™ Sensitive
a base di silicone.

Gli studi confermano che, rimuovendo Nexcare™ Sensitive Skin, la tecnologia a base di silicone causa danni minimi alla pelle.



PIÙ SORRISI



CEROTTI PER PELLI SENSIBILI

Progettati appositamente per bambini, anziani e persone dalla pelle sensibile.



Una nuova generazione di cerotti con esclusiva tecnologia adesiva

Nexcare™
PRODUCTS





IMPORTI DI MILIONI DI FRANCHI A SCOPO CARITATEVOLE ED ELEVATA RIDUZIONE DELLE EMISSIONI DI CO₂

TEXAID ha chiuso con successo l'esercizio commerciale dell'anno scorso. Sono da sottolineare specialmente il denaro versato a organizzazioni caritatevoli e l'elevata riduzione delle emissioni di CO₂. TEXAID ha messo a disposizione oltre 7 milioni di franchi ricavati dalla vendita degli indumenti usati e destinati a organizzazioni caritatevoli, ad esempio alle associazioni regionali dei Samaritani, per progetti sociali.

L'anno scorso TEXAID e la sua affiliata CONTEX hanno raccolto di nuovo una quantità considerevole di indumenti usati in tutta la Svizzera. Oltre 36 000 tonnellate di indumenti smessi, calzature e tessuti per uso domestico sono stati conferiti dalla popolazione in contenitori e nella raccolta in strada e in negozi. Possono essere indossati di nuovo o trasformati in strofinacci e materiale isolante e i capi di abbigliamento smessi ricevono una nuova vita percorrendo il ciclo di valorizzazione. In questo modo si possono salvaguardare risorse preziose e ridurre nettamente l'impatto sull'ambiente. Grazie alla raccolta, allo smistamento e al riciclaggio dei tessuti usati, nel 2016 TEXAID ha ridotto le emissioni di circa 180 milioni di punti di impatto ambientale (kPIA) (calcolo eseguito in funzione del risparmio medio dell'ecobilancio Carbotech AG 2012). Questo valore equivale, ad esempio, a 540 milioni di chilometri percorsi da un'automobile.

Oltre 7 milioni di franchi per progetti sociali

Dalla vendita dei tessuti, nel 2016 TEXAID ha realizzato 7.2 milioni di franchi per organizzazioni caritatevoli. Circa 2.2 milioni di franchi vengono versati agli enti assistenziali associati, dei quali fanno parte la Croce Rossa Svizzera, il Soccorso svizzero d'inverno, la Solidar Suisse, la Caritas Svizzera, la Kolping Svizzera e l'Aiuto delle Chiese Evangeliche Svizzere. Altri 5 milioni vanno a favore di numerose sezioni samaritane e di altre organizzazioni di pubblica utilità. Le associazioni dei Samaritani utilizzano il denaro per il loro prezioso lavoro di pubblica utilità nei comuni. A questo riguardo vogliamo ringraziare cordialmente tutte le associazioni attive dei Samaritani che collaborano con TEXAID in molti comuni.

22 per cento di riduzione dei gas serra

TEXAID migliora continuamente la sua strategia di sostenibilità e riduce il consumo delle risorse e si è posta l'obiettivo di ridurre le emissioni di CO₂ dovute alla sua attività. Adottando diverse misure finalizzate, nel quadro della certificazione Swiss Climate l'anno scorso ha ridotto le emissioni di CO₂ di circa il 22 per cento per tonnellata di indumenti usati raccolti (rispetto al 2013, anno in cui sono stati raccolti i dati).

Misure adottate con successo

Per lo svuotamento dei contenitori TEXAID si avvale di un proprio sistema logistico assistito da computer che consente di svuotare ogni singolo contenitore ad intervalli regolari. Di questo sistema è stato aggiornato soltanto il materiale cartografico, per cui ora è possibile pianificare i percorsi ottimali. Anche la decisione di utilizzare sacchi per la raccolta con una parte di granulato riciclato ha contribuito a ridurre l'emissione di gas serra.

Sicurezza dei bambini in auto



Dal 2014 in Svizzera sono in vigore nuove disposizioni per i seggiolini per i bambini. (Foto: obs/Touring Club Svizzero)

In automobile, un bambino su due è assicurato in modo sbagliato. Per migliorare questa situazione, il Touring Club Svizzero (TCS) offre un corso di un giorno nella sua sede di Emmen (LU) o meglio un Workshop sul seggiolino dei bambini. Il corso è indirizzato in modo particolare alle monitrici e ai monitori della Federazione svizzera dei

Samaritani affinché possano poi trasmettere queste nozioni nei loro corsi.

Il programma di massima comprende la spiegazione delle più recenti disposizioni e prescrizioni legali, nonché l'esposizione delle cifre relative agli incidenti. Si tratteranno poi la biomeccanica nel neonato, le varie categorie di seggiolini per bambini, il test del TCS sui seggiolini e verranno forniti consigli pratici e molto altro ancora.

Il corso è cofinanziato dal Fondo per la sicurezza stradale. Per questa ragione, il TCS può offrirlo a titolo gratuito alle Samaritane e ai Samaritani, compresa la documentazione per i partecipanti e l'assistenza. I partecipanti devono solo assumersi personalmente le spese di viaggio fino a Emmen.

Le prossime date del Workshop: 6 novembre 2017 in lingua francese (inizio alle 10.00), 8 novembre 2017 in lingua tedesca (inizio alle 9.00). Durata: 1 giorno (5½ ore).

I corsi si trovano su MyLearning dove si possono pure leggere altre informazioni.

Termine di iscrizione per questi corsi: 30 ottobre 2017.

Testo: FSS e TCS

Offerta

Borsa da spiaggia col look samaritano

Sia in acqua che sulla spiaggia, il nostro nuovo articolo «Borsa da spiaggia» («Schwimmbag») con un look samaritano protegge i vostri oggetti personali e importanti dall'acqua, grazie al materiale impermeabile, ma anche dalla polvere e dallo sporco.

Dall'aspetto trendy, questa borsa può essere portata con la tracolla regolabile oppure comodamente sulla spalla o ancora sulla schiena. Vi accompagnerà in modo pratico e affidabile nelle vostre varie attività.

Approfittate del vantaggioso ribasso proposto con l'offerta di lancio, ossia: riceverete 5 borse alla comanda di 4 pezzi con il nostro logo «S+» al prezzo complessivo di CHF 39.60.

Per comandare le borse, basta inviare una e-mail con i vostri dati e il numero desiderato di «Borse da spiaggia» all'indirizzo marketing@samariter.ch.

A partire dal mese di settembre, la «Schwimmbag» sarà ottenibile regolarmente nel nostro Shop.

Testo e foto: FSS

«Borsa da spiaggia» con look samaritano, impermeabile e utile per diversi usi.



Nuovo catalogo per le apparizioni pubbliche

Per una buona immagine verso l'opinione pubblica

Dalle fiere commerciali alle Azioni di donazione di sangue fino ai Servizi sanitari e alle bancarelle: con la vostra Sezione partecipate a diversi eventi e vi presentate a un vasto pubblico. Sfruttate quindi al meglio queste occasioni per presentare in modo avvincente la vostra Sezione e per offrire una buona immagine di voi all'opinione pubblica. Un'efficace comunicazione verso l'esterno contribuisce da una parte a mostrare la competenza della vostra Sezione e, dall'altra, rafforza la fiducia e il riconoscimento della popolazione.

Per la presentazione della vostra Sezione, vi offriamo diverso materiale d'esposizione, articoli da distribuire (give-away) e materiale informativo. Per permettervi d'avere uno sguardo rapido e globale sull'offerta disponibile, abbiamo preparato un nuovo catalogo 2017 dove trovate, tra l'altro, anche il materiale che lo Shop offre in prestito, come pure articoli in vendita, oppure ancora articoli che potete distribuire a mo' di piccoli regali ai vostri visitatori.

Trovate il catalogo di comanda anche in forma elettronica in Extranet sotto Marketing > Marketing di Sezione > Fiere e mostre.

Testo e foto: FSS



Cheque samaritano

Regalare i Primi soccorsi

Donare dà gioia. Ma qual è il regalo ideale per un giubileo, un compleanno o il superamento di un esame importante? Con lo cheque samaritano, la Federazione svizzera dei Samaritani offre un'interessante e utile soluzione per ogni occasione e per tutti coloro che desiderano regalare a qualcuno la possibilità di avvicinarsi ai Primi soccorsi. Le Sezioni e le Associazioni possono comandare presso la FSS i buoni (cheques) da 10.-, da



Sia come regalo, che come ringraziamento o motivazione oppure ancora come premio di un concorso, lo cheque samaritano può essere impiegato in diversi e utili modi. (Foto: FSS).

20.- o da 50.- franchi e usarli anche come mezzo di propaganda oppure come ringraziamento.

Trovate maggior informazioni sugli cheques samaritani come pure il formulario per la comanda su Extranet sotto Marketing > Marketing di Sezione > Materiale pubblicitario > Cheques samaritani

Testo: FSS

L'Escursionismo in montagna

Mai prendere la montagna sottogamba

Il trekking e l'escursionismo sono tra le attività più amate in Svizzera. Sono sport sani che permettono di vivere molte esperienze. Eppure il pericolo è sempre in agguato: basta un attimo di disattenzione per inciampare o scivolare, con conseguenze anche gravi, in particolare sui pendii ripidi. Ma con l'atteggiamento giusto e osservando alcune regole fondamentali, la maggior parte degli incidenti può essere evitata.



La rete svizzera dei sentieri è sempre ben mantenuta e ben segnalata. Tuttavia è importante avere sempre con sé anche le cartine topografiche aggiornate e informarsi sulle condizioni meteorologiche previste nella regione.

Testo: FSS; foto: Shutterstock

«Camminare è il modo più completo di spostarsi, se si vuole scoprire la vita vera. È la via verso la libertà.» Probabilmente non tutti gli escursionisti sono motivati da questa filosofia della scrittrice britannica Elizabeth von Arnim. Tuttavia, è indiscutibile che l'escur-

sionismo e le attività del tempo libero in montagna sono diventati negli ultimi decenni uno sport di massa molto diffuso. Solo in Svizzera, circa il 44% della popolazione residente si dedica all'escursionismo, che soprattutto a fine estate e in autunno invoglia molte persone di tutte le fasce d'età ad andare in montagna.

La rete svizzera dei sentieri di montagna è ben curata e si snoda per circa 20000 chilometri. Tuttavia, mentre in pianura sulla maggior parte dei percorsi è sufficiente indossare un buon paio di scarpe da corsa, portare con sé i viveri adatti e munirsi di una cartina geografica, per l'escursionismo in montagna si dovrebbero osservare in ogni caso alcune



È vero che è bellissimo potersi godere in solitudine un magnifico panorama. Tuttavia non bisognerebbe intraprendere da soli escursioni impegnative, anche se lungo il percorso si possono forse incontrare altre persone.

regole fondamentali, affinché la passeggiata in mezzo alla natura resti piacevole e non finisca in una situazione d'emergenza.

Il fatto che ciò accada più spesso di quanto la maggioranza delle persone s'immagini, lo dimostra l'analisi delle emergenze in montagna nel 2016, pubblicata di recente dal Club Alpino Svizzero (CAS). Infatti, il servizio di soccorso è dovuto intervenire in aiuto di 2828 persone ferite o malate nelle Alpi svizzere e nel Giura. Circa la metà di tutti i casi d'emergenza si è verificata durante l'escursionismo in montagna o alpino. L'anno scorso, hanno perso la vita complessivamente 178 persone per un'emergenza in montagna, la maggior parte delle quali nei mesi estivi.

Pronti per la montagna?

Dal 2010, l'Ufficio prevenzione infortuni (UPI) promuove misure precauzionali per la prevenzione degli infortuni negli sport di montagna. Gli esperti sono unanimi nell'affermare che occorre puntare in primo luogo sull'atteggiamento e i giusti comportamenti degli sportivi. L'obiettivo delle campagne informative è di rendere i frequentatori alpini consapevoli dei rischi tipici affinché li conoscano, li valutino correttamente e prendano decisioni confacenti alle esigenze di sicurezza.

L'UPI mette a disposizione svariate pubblicazioni online per un escursionismo sicuro. Sul sito web del Club Alpino Svizzero sono reperibili informazioni dettagliate sulle scale di difficoltà, ad esempio per le gite escursionistiche in montagna e alpine. Inoltre, entrambe le istituzioni gestiscono dal 2013 il sito web «sicurezza alpina», che consente agli appassionati degli sport di montagna di descrivere in modo anonimo situazioni pericolose o quasi incidenti che li hanno coinvolti. I

contributi vengono ogni volta analizzati e commentati da un esperto di prevenzione, affinché altre persone interessate possano imparare da queste esperienze.

Sostanzialmente, l'UPI raccomanda agli appassionati degli sport di montagna di pianificare bene le loro attività e di avvalersi del

cosiddetto «Controllo per l'escursionismo» PVEC (Pianificazione – Valutazione – Equipaggiamento – Controllo).

• Pianificazione accurata: cosa voglio fare?

L'escursionismo in montagna è un'attività esigente. Una preparazione accurata può proteggere da brutte sorprese. Pianifica l'itinerario, calcola il tempo di percorrenza necessario e aggiungi un sufficiente margine di tempo per gli imprevisti, prevedi anche dei percorsi alternativi, basandoti su cartine, pubblicazioni specializzate o consultando internet. Tieni conto delle caratteristiche (tipo di sentiero, pendenza, passaggi esposti), dello stato attuale dell'itinerario (attenzione alla neve vecchia residua a inizio estate) e delle condizioni meteo. Avvisa un conoscente sul tuo itinerario, specialmente se ti incammini da solo.

• Valutazione: l'escursione è adeguata alle mie capacità?

Se superi i tuoi limiti, aumenta il rischio d'infortunio e diminuisce il piacere. I sentieri di montagna (segnalati bianco-rosso-bianco) possono essere ripidi, stretti esposti e richiedono un passo sicuro. I sentieri escursionisti-

Buono a sapersi

Escursioni, gite scolastiche, passeggiate

Spesso le attività scolastiche outdoor rappresentano l'unico evento durante l'anno in cui bambini e giovani hanno l'occasione di camminare per diverse ore. Fortunatamente, durante queste gite gli incidenti capitano raramente, anche se le eccezioni sono quelle che rimangono più dolorosamente impresse nella mente. Ciononostante, insegnanti e allievi non dovrebbero rinunciare a svolgere numerose attività «fuori sede», ovviamente con le massime precauzioni di sicurezza. Di seguito proponiamo alcune indicazioni orientative:

- Pianificazione accurata: se l'insegnante effettua una pianificazione tempestiva e accurata dell'evento e osserva attentamente la propria classe durante lo svolgimento, ha già soddisfatto gli aspetti essenziali dell'obbligo di diligenza. Questo non si limita alla semplice istruzione degli allievi e degli accompagnatori, ma comporta anche il loro coinvolgimento diretto nella riflessione, nei preparativi e, successivamente, nella realizzazione.
- Sopralluogo: nulla può sostituire il sopralluogo personale del percorso, ad es. sentiero escursionistico, da parte dell'insegnante!
- Accompagnatori: per giungere sicura alla meta, una classe (24 allievi) deve essere sorvegliata dall'insegnante e, di regola, da almeno uno o due accompagnatori. Questo consente, se necessario, di suddividere la classe facendo in modo che tutti siano costantemente sorvegliati da persone adulte.
- Liste di controllo: le liste di controllo facilitano molte attività di routine; sono un ausilio rapido e chiaro per l'organizzazione e il controllo, permettono di contenere lo stress dell'ultimo momento e consentono di evitare errori. Possono essere utili anche per la pianificazione di attività al di fuori della scuola.

Trovate altre informazioni dettagliate nel sito internet alla pagina:
www.escursioni.upi.ch

ci (in giallo) sono più semplici. Valuta in modo realistico le tue capacità psicofisiche attuali (o del partecipante più debole) e organizza l'escursione in base a queste. Sei in forma per le salite/discese previste? Sei in grado di affrontare con sicurezza le difficoltà del percorso? Ricorda che con l'avanzare dell'età condizione e coordinazione tendono a diminuire, per cui ci si stanca più rapidamente, si possono avere problemi di equilibrio e la reattività è ridotta. Non partire da solo se prevedi un'escursione difficile che non conosci, scegli piuttosto un itinerario semplice in una zona non troppo isolata.

• Equipaggiamento: hai preso tutto il necessario?

I sentieri di montagna possono essere scivolosi. Calza scarpe da montagna con tomaia alta e soles in gomma scolpite. Porta con te il necessario per proteggerti dal sole e dalla pioggia e anche degli indumenti caldi; in montagna il clima è più rigido e può cambiare in modo repentino. Una carta topografica recente ed eventualmente un GPS possono essere utili per orientarsi. Pensa anche a un kit pronto soccorso, a una coperta isotermica e al cellulare per le emergenze.

In generale, la regola per l'equipaggiamento è di portare con sé «lo stretto necessario, ma pur sempre il minimo indispensabile». Tra le cose necessarie rientrano:

- scarpe solide con suola ben profilata
- indumenti caldi da indossare «a cipolla»: maglia, giacca a vento impermeabile, ev. berretto e guanti
- occhiali da sole, cappellino e crema solare
- cartine e mappe attuali
- provviste, bibite, coltellino
- eventualmente bastoni da trekking
- per le emergenze: kit di Pronto soccorso, coperta isotermica, natel (cellulare)



Scarponi con la suola ben profilata e che offrono un buon sostegno fanno parte dell'attrezzatura ottimale. I sentieri di montagna possono infatti diventare rapidamente scivolosi o ricoperti di detriti e rappresentare quindi un potenziale pericolo.



Le vesciche sono dolorose e possono infettarsi. Grazie ad un'attrezzata farmacia per le escursioni, è possibile trattarle subito e in modo corretto, anche da soli.

• Controllo: è ancora tutto ok?

Consulta le previsioni meteo prima di decidere definitivamente se partire o no. E una volta in cammino, tieni sempre alta la guardia. Quando si è stanchi, i passi sono meno sicuri. Bevi, mangia e fai delle soste a intervalli regolari per rimanere in forma e concentrato. Controlla regolarmente il tempo trascorso e le condizioni meteo. Non abbandonare i sentieri segnalati: i percorsi alternativi e le scorciatoie possono nascondere molte insidie. Se ti perdi, rimani con il tuo gruppo e tornate all'ultimo punto conosciuto. In caso di nebbia aspetta che la visibilità migliori ed evita di avventurarti su un terreno che non conosci. Se necessario (ad esempio se il tempo minaccia di cambiare) torna indietro in tempo e cerca un riparo, ev in una capanna.

Primi soccorsi in cammino

Tuttavia, per quanto ci si possa preparare bene, un certo rischio residuo resta sempre. Infatti, in caso d'incidente o malattia di una

persona del gruppo escursionistico, esistono delle regole per affrontare la situazione nel migliore dei modi.

In caso d'incidente, prima prestate ai feriti le misure immediate per salvare la vita, poi allarmate i servizi di salvataggio il più rapidamente possibile. L'allarme può essere dato tramite il numero telefonico 144, la Rega al 1414 o tramite il numero europeo per le emergenze 112, raggiungibile attraverso le reti di telefonia mobile. L'App mobile gratuita della Rega per iPhone e telefoni Android trasmette insieme all'allarme anche i dati relativi all'ubicazione del chiamante. I feriti non devono essere lasciati soli fino all'arrivo dei soccorritori. È importante anche non dimenticare la propria sicurezza per evitare infortuni conseguenti. Per l'elicottero dell'elisoccorso valgono i segnali di emergenza riportati qua sotto:



Y = Yes/sì
serve aiuto



N = No/no
non serve aiuto

Una farmacia per le escursioni ben attrezzata permette di medicare direttamente le ferite piccole che non presentano complicazioni, in modo facile e con un dispendio minimo. Un buon disinfettante previene le infezioni e un cerotto protegge la ferita. Questo vale in particolare anche per il trattamento delle fastidiose vesciche, che possono formarsi camminando con calzature non adatte, su lunghi sentieri in discesa o con i piedi sudati. Le vesciche svolgono una funzione protettiva della pelle. Il forte attrito e la costante pressione fanno sollevare l'epidermide, lo strato superiore dei tre che formano la cute. Si crea così una cavità che si riempie di un liquido tissutale trasparente. La cosa migliore è indossare calzature già portate e preparare i piedi con un trattamento adatto qualche giorno prima della camminata. Nel caso di un tour di più giorni, è consigliabile verificare ogni sera se si sono formati dei punti di abrasione.

Fonti:

- Ufficio prevenzione infortuni (upi)
- Club Alpino Svizzero (CAS)
- www.sentierisvizzeri.ch
- www.sicurezzaalpina.ch

La farmacia per le escursioni è disponibile nel Webshop della FSS. Maggiori informazioni su shop.samariter.ch.

Pascal Martignier, presidente dell'Associazione cantonale vodese dei Samaritani

Aprire la via verso il futuro

Eletto per due anni alla presidenza dei Samaritani del Canton Vaud, Pascal Martignier ritiene che la riduzione dei compiti amministrativi e il fatto di precisare le singole competenze dei Samaritani sono decisivi per la continuità dell'Associazione cantonale stessa.

Testo: Chantal Lienert

In fondo, Pascal Martignier non voleva assolutamente diventare presidente cantonale. Dopo molti anni passati con gli Help e due mandati di tre anni ciascuno, tra il 1995 e il 2001, in seno al comitato dell'Associazione cantonale vodese dei Samaritani (ACVS), era ben contento di essere alla testa della Sezione di Yverdon-les-Bains quando, nel 2007, Jean-Daniel Duruz, il suo predecessore, è venuto a cercarlo per tornare di nuovo nel comitato cantonale. Quando poi Duruz si è ritirato, Pascal Martignier ha accettato di «traghetare» il comitato per un anno allo scopo di permettere alla persona predestinata alla presidenza di prepararsi. Ma non sempre tutto si svolge come previsto e, in occasione dell'ultima assemblea dei delegati, Martignier è stato riconfermato nella sua funzione. «Ma solamente per due anni» – ci dice in tono sicuro – «e questo perché dopo un po' più di 30 anni di attività nei Samaritani, penso che avrò dato quello che avevo da dare.»

Membro fondatore degli Help

Pascal Martignier è rimasto affascinato dal mondo del Pronto soccorso già in giovane età, a 13 anni, per la precisione durante un corso soccorritori proposto a scuola. Era il 1986. Quell'anno, un monitore dal forte carisma aveva raccolto la sfida di creare un gruppo Help a Yverdon, riuscendo a convincere una squadra di adolescenti, tra cui molti sono attivi ancora oggi, come Christelle poi diventata monitorice e moglie del presidente cantonale.

Pascal Martignier è rimasto un «yverdonnois» nel cuore, anche se da diversi anni abita ad Estavayer-le-Lac. Ha infatti passato tutta la sua infanzia nella cittadina al Nord del Canton Vaud e ricorda questo periodo sempre con profonda emozione. Carpentiere di formazione, ha poi dovuto lasciare questo lavoro per motivi di salute. In quel periodo, la Federazione svizzera dei Samaritani ha ricevuto l'incarico per il Servizio sanitario all'Expo02. Pascal Martignier non aveva allora esitato a farsi assumere tra il personale impiegato sull'«Arteplage» della sua cittadi-

na. Quando parla dell'estate 2002 e di questa esperienza, gli si illuminano ancora gli occhi.

I Samaritani vodesi hanno dunque eletto un Samaritano di lunga esperienza che conosce molto bene le realtà della regione. Prima dell'elezione, Cécile Baptiste Douchet, membro del comitato dell'ACVS, l'aveva descritto come una persona impegnata, leale e onesta che difende dei valori e non indietreggia davanti alle difficoltà; una persona capace di riflessioni strategiche e a cui piacciono le sfide.

Affrontare le sfide

Senza dubbio, la sfida attuale più grande è quella di aprire la via per assicurare il futuro dei Samaritani. Secondo il presidente, l'ACVS dispone di una struttura che non è più al passo coi tempi. Egli non accetta l'idea che le



Pascal Martignier si preoccupa per il futuro del movimento samaritano.

Sezioni si facciano concorrenza per ottenere i Servizi medico-sanitari, sia nel Cantone che fuori dai confini cantonali. Una situazione, questa, che è molto delicata specialmente nella regione della Broye dato il confine ravvicinato tra Vaud e Friburgo.

Durante l'ultima assemblea dei delegati è stata accettata un'iniziativa per affermarsi meglio sul mercato: i rappresentanti delle Sezioni vodesi hanno infatti accolto il prezzo promozionale dei corsi pubblici più promettenti. L'armonizzazione dei prezzi dei Servizi-medico-sanitari è un'operazione più delicata ma assolu-

tamente fattibile se localmente gli attori coinvolti conservano un certo margine di manovra.

Con il Comitato cantonale – all'interno del quale «ci troviamo tutti sulla stessa lunghezza d'onda e lavoriamo fianco a fianco» – egli spera di trovare delle soluzioni per semplificare la vita delle Sezioni. Proprio come la centralizzazione delle iscrizioni ai corsi già concretizzata da un po' di tempo, si potrebbe pensare a un segretariato cantonale o a diversi segretariati regionali che gestiscano i Servizi medico-sanitari sul piano amministrativo? Le Sezioni non avrebbero interesse ad avvicinarsi e a unire le loro forze? Nel recente passato, la Sezione di provenienza di Pascal Martignier ha dapprima organizzato gli esercizi in comune con Grandson prima di aggregarsi con il nome di «Nord vaudois». Questi ed altri argomenti sono del resto stati trattati e discussi dai Samaritani stessi durante il «Forum aperto» organizzato a Gollion alla fine del mese di maggio scorso.

Competenze specifiche

«Quello che vogliono i Samaritani è imparare i Primi soccorsi e fornirli quando è necessario», e il presidente sa di cosa parla. È proprio per questo che, nella sua strategia, l'ACVS ha messo l'accento sulla formazione e sui Servizi medico-sanitari. Aumentare la qualità dei Servizi medico-sanitari è infatti una delle priorità del programma di attività. Inoltre, il presidente segue con occhio attento i Gruppi d'appoggio Samaritani (GAS) inseriti nel sistema vodese di intervento in caso di catastrofe.

«Ma io non sono il futuro dei Samaritani», ricorda categorico. E anche se i membri del comitato vanno d'amore e d'accordo, in quattro, la struttura resta fragile. Quindi coloro i quali fossero tentati di aggiungersi alla squadra del comitato lo sappiano: Pascal Martignier non è solamente una persona diretta, dallo spirito vivace, ma anche un formidabile «bon vivant» dotato di tutte le buone qualità del saper vivere. Cosa davvero non trascurabile! •

* Forum aperto: l'ACVS aveva invitato i Samaritani che lo desideravano, ad immaginare i Samaritani di domani durante una giornata.

Una visita molto interessante

Lo scorso mese di giugno, con il gruppo Samaritani Sezione di Bodio, ci siamo recati a Cadenazzo per la visita al Museo della storia medica ticinese. Un affascinante viaggio a ritroso nel tempo di circa 200 anni. Questo particolare museo è l'unica istituzione sul nostro territorio ad offrire a tutti la possibilità di conoscere un tassello importante della storia sanitaria del nostro Cantone. A tutti, perché gli ideatori Ivo Giulietti, storico dell'arte medica e chirurgica, con la moglie Daniela, hanno prestato particolare attenzione alle persone deboli d'udito, sorde, cieche e su sedia a rotelle permettendo loro di visitare liberamente l'esposizione.

Il museo dispone di diverse sale: la mostra spazia da piccole scatole di medicinali e fiale, tutte etichettate con nome e luogo di prove-

nienza, oggetti e strumenti vari, apparecchi piccoli e grandi, come ad esempio il Tridux per l'elettroshock (fabbricato nel 1921 a San Gallo).

Vi sono anche modelli di cera, creati dallo stesso Giulietti secondo l'antica arte della ceroplastica così da offrire al visitatore uno spaccato di arte chirurgica del passato. Vi è pure la possibilità di visionare in un'apposita saletta documentari e filmati d'archivio. Il museo dispone anche di una ricca biblioteca di medicina e chirurgia. Un museo, insomma, tutto da scoprire! Ne vale davvero la pena! Nelle foto sotto, alcuni scatti della mostra.

Luisa



Castagnola-Cassarate

La Sezione Samaritani ricorda la socia Elena Fischer-Ferrazzini

Il 3 giugno scorso, nel suo 95esimo anno di vita, si è spenta una nostra cara Samaritana che da lunghissimi anni era vicina alla nostra Sezione. La signora Elena Fischer era infatti socia sin dal 1964 e ricoprì diversi incarichi in seno al comitato per molti anni. Vedova dell'avvocato e già Municipale dell'ex Comune di Castagnola Franco Fischer, condivise con lui tutto ciò che interessava la vita pubblica del posto. A tutti i parenti e agli amici in lutto, vadano le più sincere parole di conforto da parte dei Samaritani della Sezione. •

Associazione Sezioni Samaritani Ticino e Moesano

I prossimi appuntamenti con l'ASSTM

Lu.-Sa.	21 ago. - 2 sett.	Periodo della Colletta Samaritani
Do	10 settembre	Convegno regionale Locarnese a Loco
Sabato	16 settembre	Convegno cantonale HELP
Sabato	23 settembre	Attività CRS Lugano (100 anni)
Domenica	1 ottobre	Workshop all'Alpe Vicania per CC e CQ
Gio. - Sa.	3-5 novembre	Formazione monitori gioventù (Modulo 1)
Domenica	12 novembre	2a Giornata monitori
Domenica	26 novembre	Conferenza dei Presidenti sezionali

Versione aggiornata del calendario sul sito: www.samaritaniticino.ch •

«oggi Samaritani» 08 / 2017
Data di apparizione: 16 agosto 2017

Editore

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

Direttrice: Regina Gorza

Abbonamenti,

cambiamenti d'indirizzo per scritto
all'indirizzo citato

Prezzo d'abbonamento

Singolo abbonamento per terzi:
Fr. 33.- annuali

10 numeri all'anno
Tiratura: 4800 copie

Redazione centrale Olten:

Sonja Wenger
Segretariato: Monika Nembrini
Telefono 062 286 02 67

Redazione Ticino e Moesano

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

Inserzioni

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

Impaginazione, stampa, spedizione

AVD GOLDACH AG, 9403 Goldach

 **samaritani**
Organizzazione di salvataggio della CRS



Colonna

Novità sempre più apprezzate dai Samaritani

Da quando ho partecipato al mio primo Corso samaritano nel 1988, di cambiamenti nelle tecniche d'interventistica ce ne sono stati parecchi. Tutti noi ci siamo sempre adeguati con passione e impegno, accettando il nuovo. Spesso quando si erano ben allenate le nuove disposizioni, ecco che già ne arrivavano di nuove! Ma noi eravamo lì, sempre pronti ad adattarci di nuovo e a trasmettere le nuove nozioni e i mezzi didattici ai nostri colleghi Samaritani e alla popolazione. Il mese di agosto è il mese delle vacanze per la maggior parte di noi, eppure e grazie a voi il sistema di Pronto intervento, i Servizi sanitari e le presenze alle manifestazioni sono sempre garantiti.

Ma tutti noi ci meritiamo davvero un po' di vacanza, specialmente quest'anno: i cambiamenti nell'ambito della formazione e dei corsi sono stati enormi. L'entusiasmo inizia a trasparire da parte dei numerosi formatori. Le delusioni, le ore passate a capire il nuovo sistema, le e-mail e le telefonate sono già dimenticate da parte vostra? Non credo proprio. Ne approfitto per ringraziare tutte le persone propositive, le persone concrete, le persone scettiche, le persone critiche, insomma tutti i Samaritani che nelle loro diverse funzioni hanno contribuito in maniera sostanziale alla nascita del nuovo concetto di formazione.

Noi membri del Comitato centrale della FSS siamo sempre vicini alla base, alle Associazioni cantonali, regionali e alla sede principale. Vogliamo migliorare ulteriormente, abbiamo capito i vostri messaggi, abbiamo capito le vostre esigenze. Avete bisogno del nostro sostegno, avete bisogno del sostegno da parte della Segretariato



centrale, come noi abbiamo bisogno di voi. A tutti voi buone vacanze!

Renato Lampert,
vicepresidente
della FSS