



S.O.S. MALNATE

la digitalizzazione curata da malnate.org esclude le aree di promozione commerciale della pubblicazione originale

DIRETTORE RESPONSABILE: Cristina Curaggi - Sede Associazione S.O.S. Malnate - Via I° Maggio, 10

COMITATO REDAZIONALE: Dario Gottardello, Pier Maria Vernocchi,
Massimiliano Pavanello, Massimo Sampietro

HANNO COLLABORATO: A. Bertolè Viale, Sotera Dr. Rosario, A. Stevenazzi
Periodico gratuito

Stampa Tip. Alpi - Varese - Aut. Tribunale n. 5/8/88 del 27/1/88 - Sped. Abb. Post. 50% - Aut. Direz. Prov. P.T.

N° 23 - Giugno 1997

PRENIMEGA 1997

In una parola: bella! Nonostante l'assenza dei militari italiani. Nonostante il tempo brutto.

La manifestazione di quest'anno, intensamente voluta dal comitato organizzatore, non ha deluso le aspettative di chi (compreso chi sta scrivendo) attende con ansia l'ultima domenica di maggio per partecipare, in un modo o nell'altro, alla Prenimega. I giorni di festa di quest'anno si sono aperti con un fantastico concerto dei "Nomadi" che hanno fatto sognare chi ha vent'anni e chi li aveva vent'anni fa.

Proseguendo poi nelle serate "ballerine" di venerdì e "colorate" dai fuochi d'artificio di sabato, si arriva alla fantastica domenica mattina!

L'atmosfera al campo nuovo è febbrile: ciascuno ha un compito da assolvere e tutti si danno un gran daffare. Gli addetti alla Prenimega sistemano le iscrizioni e preparano la partenza dei gruppi militari stranieri (per fortuna presenti in buon numero) e alle 6,30 i volontari della Protezione Civile del SOS Malnate, sotto la guida del Direttore Sanitario, Dott. Sandro Noto, si occupano di sistemare le ultime incombenze nelle postazioni di Primo Soccorso e presso lo spogliatoio-infermeria del campo. E anche quest'anno dobbiamo ringraziare le ANPAS della Lombardia che, unitamente al sotto-comitato della CRI di Uggiate T., hanno garantito una copertura sanitaria lungo tutto il percorso.

Le ambulanze del SOS Malnate, SOS Appiano, SOS Olgiate Comasco, PA-SOS Laghi, PA-SOS Sesto S. Giovanni, PA-CVA Angera, CRI Uggiate T. (cui va il nostro sentito grazie), hanno controllato i corridori mentre al campo insieme alla Protezione Civile di Malnate lavorava quella di Varese, con la quale ormai c'è una stretta collaborazione; e la festa tra i volontari non è mancata, l'idea di lavorare insieme piace sempre perchè è l'occasione migliore per fare nuove amicizie e confrontarsi con gli

altri. Alla fine della marcia è stato chiesto ai volontari del soccorso di sfilare davanti alla tribuna per ricevere il caloroso applauso del pubblico che in questo modo ringra-

zia i volontari per il lavoro svolto sempre con serietà e non solo in questa importante occasione. Speriamo che sia così anche l'anno prossimo.

Alessandra Bertolè Viale

ELENCO CARICHE SOCIALI BIENNIO 1997 - 1999

Nel corso dell'assemblea ordinaria del giorno 13 aprile e della successiva riunione del Consiglio di Amministrazione del 28 aprile 1997, sono state definite le cariche sociali dell'Associazione per il biennio 1997 - 1999.

Consiglio di Amministrazione

Ampollini Maurizio
Riva Giuliana in Monetti
Sampietro Massimo
Lolli Luciano
Payanello Massimiliano
Barboni Rina in Battaini
Ferrari Marco
Fornoni Isidoro
Francescato M. Gabriella in Grotto
Merati Enrico
Monetti Elena
Negri Teresa in Ferrari
Ragazzo Giampietro

Presidente
Vice Presidente
Vice Presidente
Amministratore
Segretario
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere
Consigliere

Noto dr. Sandro
Corti don Francesco

Direttore Sanitario
Assistente Ecclesiastico

Consiglio di Disciplina

Bertolè Viale Alessandra
Capozucchi Paolo
Traversi Virgilio
Mazzola Samanta
Maghella fabrizio

Effettiva
Effettivo
Effettivo
Supplente
Supplente

Collegio dei Revisori dei Conti

Cassani Carlo
Marazzi Enzo
Parise Stefania
Carcano Giuseppe
Cirla Roberto

Effettivo
Effettivo
Effettivo
Supplente
Supplente

Responsabile del Corpo Volontari
Ferrari Giuseppe



L'ATTIVITA' DI DOPOSCUOLA-CARITAS A MALNATE

Ormai dal 1991 si svolge a Malnate un'attività di Doposcuola gestito dalla Caritas parrocchiale in collaborazione con le Assistenti Sociali della USSL e dell'SOS Malnate. L'attività si svolge nei locali dell'Oratorio nei giorni di lunedì, martedì, mercoledì e venerdì, dalle ore 14.30 alle ore 17.00 e vede impegnati circa 30 volontari tra giovani, adolescenti e adulti, con un buon numero di insegnanti in pensione e mamme. Sono presenti 25 ragazzi, 13 delle scuole elementari e 12 delle scuole medie ai quali è richiesta una regolare iscrizione all'inizio dell'attività. I compiti vengono svolti da ciascun bambino con l'aiuto di un volontario (il rapporto con i bambini è di uno a uno e per garantire la continuità del rapporto educativo si è cercato di mantenere sempre lo stesso volontario per ogni bambino). Dopo l'orario dei

compiti (che vengono svolti fino alle ore 16.00), i ragazzi fanno merenda e quindi vengono programmate alcune attività ricreative, che vanno dal disegno, alle attività manuali, ai giochi organizzati di gruppo. Le attività ricreative hanno lo scopo di favorire una maggior socializzazione tra bambini e ragazzi non abituati a vivere in gruppo. Durante l'esperienza di questi anni si sono notati miglioramenti in alcuni soggetti, nella socializzazione, attuata soprattutto, come si diceva più sopra, attraverso delle attività ludiche. Miglioramenti per esempio nell'accettazione degli altri e anche di alcune regole; vi sono stati anche miglioramenti a livello scolastico ottenuti sia con interventi di rinforzo, sia con un lavoro costante nell'esecuzione dei compiti.

Complessivamente, si è notato inoltre

un rafforzamento del dialogo sia tra i bambini, sia tra volontari e bambini; questi ultimi parlano dei propri successi scolastici dimostrando di apprezzare l'intervento costante dei volontari e col passare del tempo dimostrano verso gli adulti una maggiore confidenza, preludio di rapporti più profondi che gli stessi ragazzi ricercano. Si è costruito un buon rapporto con gli insegnanti delle scuole dell'obbligo; fruttuosi sono i colloqui individuali con alcuni genitori; l'impegno del doposcuola è di trovare modi ed espedienti diversi per incontrare regolarmente tutte le famiglie. Tutto questo è importante, visto che l'impegno del doposcuola non è circoscritto alle ore pomeridiane, ma vuole essere anche un tentativo di inserimento di questi ragazzi all'interno della società, della comunità in cui vivono.

Il coordinamento dei volontari è svolto da un'educatrice a tempo pieno, coadiuvata da 2 obiettori assegnati alla Caritas diocesana e da una ragazza dell'AVS (Anno di Volontariato Sociale) che con i volontari assicurano quotidianamente una valida presenza educativa. Per rendere più incisivo l'intervento educativo sui bambini, si organizzano incontri fra volontari, mentre si mantengono sempre contatti con l'Assistente Sociale, con la Psicologa dell'USSL e con il Comune.

L'Associazione SOS, nell'ambito delle sue diverse attività, sta cercando materiale sanitario come:

- Carrozine
- Stampelle
- Protesi di vario genere

per metterlo a disposizione gratuitamente di chi ne avesse reale bisogno.

Invitiamo pertanto coloro che ne hanno disponibilità a rivolgersi al Sig. Giuseppe Ferrari presso l'SOS (Tel.428555).

PROTEZIONE CIVILE NON SOLO "EMERGENZA"

Protezione civile significa soprattutto prevenzione ed è per questo che anche quest'anno, come nel passato, il Gruppo di Protezione Civile del SOS di Malnate, in collaborazione con quello del comune di Varese, è impegnato nel programma SCUOLA SICURA. Dal 7 Aprile fino al 2 Giugno è infatti prevista un'esercitazione di evacuazione di scuola, elementare o media alla settimana in alcune strutture di Varese, Viggiù, Cantello (le scuole di Malnate hanno vissuto l'esperienza lo scorso anno). Nella prima fase, il gruppo di Varese si occupa di informare e preparare maestre e insegnanti per organizzare ed abituare gli alunni a comportarsi in momenti di emergenza, come ad esempio in caso di incendio.

Quando il corpo docenti ha stabilito di aver raggiunto un buon livello di preparazione viene fatta la "Grande Prova". Le

esercitazioni hanno più o meno la stessa sequenza di operazioni. Con la macchina del fumo vengono riempiti i corridoi (il fumo in realtà è talco e quindi non è tossico) e la bidella si incarica di dare l'allarme. I bambini guidati dalle maestre escono in fila seguendo le indicazioni impartite loro; scendono in cortile nel luogo stabilito per il raduno, tutti con il fazzoletto sulla bocca e qualcuno, per rendere più realistica la scena, accenna il colpo di tosse.

A questo punto uno dei soccorritori della Protezione Civile di Varese finge di sentirsi male ed entra in azione la nostra ambulanza del SOS per il salvataggio e, caricato il finto ferito, il mezzo riparte a sirene spiegate tra gli applausi dei bambini. Completati i controlli (le maestre e le insegnate devono sempre fare l'appello) noi volontari del soccorso eseguiamo una

manovra dimostrativa (di solito il montaggio completo della barella cucchiaio) simulando che uno dei membri della Protezione Civile di Varese si sia infortunato durante il servizio.

Come ultima prova il gruppo di Varese si occupa di insegnare l'uso dell'estintore ai docenti e ai bidelli accendendo un fuoco all'esterno dell'istituto.

Il tutto si conclude con una chiaccherata con studenti e docenti che possono porre domande su ciò che hanno visto durante la mattinata, sul primo soccorso e sui possibili pericoli in casa, a scuola e sulle strade.

Alessandra Bertolé Viale

ATTIVITA' FISICA NELLE VARIE ETA': RISCHI E CONSIGLI

La pratica di attività motoria e sportiva svolta correttamente, durante l'intero arco della vita, migliora le condizioni di salute, aumenta la forza e l'elasticità muscolare, accresce la resistenza ossea, rende più solida la colonna vertebrale. E' inoltre noto che l'attività fisica, specialmente di gruppo, con il progredire degli anni, consente di mantenere un sufficiente grado di socializzazione, di autonomia e quindi di benessere, al contrario, la sedentarietà comporta alcuni effetti negativi sul cuore; con l'allenamento, invece, la pressione arteriosa a riposo generalmente si abbassa, inoltre l'attività fisica eseguita in modo continuato aumenta l'utilizzo dei grassi. Per quanto riguarda i rischi, sono notevolmente elevati se lo sport è praticato in modo agonistico, soprattutto quando diventa una professione, poiché la continua ripetizione del gesto atletico provoca usura alle strutture sollecitate.

Nell'anziano, l'attività fisica è espressione di salute, riduce i rischi di malattia coronarica, di ipertensione e di osteoporosi; già il camminare senza fretta, per la città, è attività fisica e l'anzia-

no, se ha la possibilità di camminare fa bene. Importante è definire il tipo e l'intensità dell'attività, la durata consigliata è di circa 20 minuti per 3 volte alla settimana.

Nell'adulto è invece necessario seguire un buon programma di allenamento, per evitare rischi e spiacevoli conseguenze è fondamentale avere un criterio nella scelta di uno sport, occorre tenere presente la postura abituale di lavoro, in modo che lo sport serva da compenso: - per chi fa un lavoro sedentario, è bene che non si sieda di nuovo sulla bici o in canoa, ma prediliga un'attività come il tennis;

- chi lavora in piedi, viceversa, può tranquillamente andare in bicicletta;

- chi sul lavoro solleva pesi, è bene che nel tempolibero si preoccupi di dare sollievo alla sua schiena, magari col nuoto.

Alla luce di quanto finora scritto è chiaro che lo sport costituisce uno dei mezzi più idonei per mantenersi in forma e quindi per prevenire le malattie.

Annalisa Stevenazzi

SERVIZIO INFERMIERISTICO S.O.S.

Si ricorda che presso la sede è possibile usufruire delle presenti prestazioni:

Iniezioni
Medicazioni
Monitoraggio pressione
Aereosol - Terapia
Test della glicemia
Estrazione tappo cerume
Per tali servizi è necessario presentarsi con prescrizione medica.

L'orario è il seguente:
Dal Lunedì al Venerdì 18 -19
Sabato 9.30 - 10.30

Il sabato dalle 7.45 alle 8.45 si effettua il servizio prelievi di sangue, preferibilmente su appuntamento.

Per tale prestazione è necessaria l'impegnativa del medico di base.

TELESOCORSO

La nostra associazione da alcuni anni ha istituito il servizio di telesoccorso e teleassistenza per ampliare il campo di intervento nel soccorso.

In cosa consiste questo servizio?

Se vivi da solo, se hai problemi di salute, avrai la possibilità di chiamare i nostri operatori, **24 ORE SU 24**, qualora sentissi che qualcosa non va.

A qualsiasi ora, quindi, in qualunque momento in caso di necessità ci sarà sempre qualcuno che risponderà alla tua chiamata intervenendo nel modo più opportuno.

In più, settimanalmente, verrai contattato telefonicamente per fare una chiaccherata ed eventualmente segnalare disagi.

Come funziona il collegamento telefonico con l'SOS di Malnate?

Ti verrà installato un apparecchio da collegare ad una presa elettrica, vicino al tuo telefono: al collo dovrai portare un piccolo e leggero trasmettitore che, tramite un pulsante od una cordicella ti metterà immediatamente in contatto con i nostri operatori.

Non serve comporre il numero telefonico!

I costi?

La spesa per l'installazione e l'abbonamento annuale ammontano a circa **L. 50.000** mensili

Contiamo sulla tua adesione

Il responsabile Telesoccorso
(Maria Gabriella Francescato)



STATISTICHE RIASSUNTIVE DEL 1996

Sede di Malnate

A) Servizi effettuati

Tipo di Servizio		Quantità	Var. 95	%
Ricoveri		1.217	+ 31	29,36
Di cui	ricoveri ordinari	141	- 50	3,40
	traumi e fratture	207	- 5	4,99
	affezioni cardiache	139	- 53	3,35
	incidenti stradali	132	- 28	3,18
	Ictus e aff. cerebrali	76	n.r.	1,83
	Intossicazioni	40	+ 9	0,97
	patologie varie	482	+ 26	11,63
Visite ed esami		577	- 189	13,92
Trasporto dializzati		720	+ 143	17,37
Trasporti per riabilitazione		653	+ 110	15,75
Dimissioni		450	+ 73	10,86
Servizi sportivi e manifestazioni		279	+ 33	6,73
Trasferimenti ospedalieri		158	+ 65	3,81
Dimissioni in cond. terminali		14	- 9	0,34
Uscite a vuoto		67	- 10	1,62
Servizi medici ed infermieristici		7	+ 7	0,17
Protezione civile		3	=	0,07
Totale		4.145	+254	(+ 6,53%)

Media giornaliera servizi 11,33

B) Servizi rifiutati

Motivazioni:

Ambulanza già impegnata	84	+ 17	74,34
Chiamata fuori zona	9	- 6	7,96
Mancanza di prenotazione	3	- 2	2,65
Mancanza di equipaggio	4	+ 1	3,54
Paziente non barellato	1	+ 1	0,88
Passati ad altre croci	12	+ 3	10,72
Altri motivi	0	- 3	0
Totale servizi rifiutati N.	113	+ 10	(+9,71)