

LIVE



IL PERIODICO PER I SOCI DELLA CROCE BIANCA

Grazie
per i suoi
5 per mille!
80006120218



**Protetti
e sicuri**
www.diventa-socio.it



Poste Italiane spa - Spedizione in abbonamento postale - D.L. 353/2003 (conv. in l. 27/02/04 n. 46) art. 1 comma 1, NE/BZ, faxe per cue, n. 5/2025, pubblicazione a scadenza bimestrale

LIVE 02/2026

Editoriale	3
Storia di copertina	4
Dall'associazione.....	6
Primo soccorso.....	12
5 per mille.....	14
Tesseramento 2026.....	17

Find us:

#Live online:


<https://www.crocebianca.bz.it/live>

Follow us:



Colophone

"Croce Bianca LIVE", edizione 2/2026, novembre 2025, edizione n. 140 (aut. pres. trib. BZ n. 30/96 R. St.; 17.12.96). Viene pubblicato sei volte all'anno, nel 28° anno.

Editore e proprietario

Croce Bianca, via Lorenz Böhler 3, I-39100 Bolzano

Redazione Marketing e Comunicazione

Tel: +39 0471 444 361, marketing@wk-cb.bz.it
Autori Katharina Haniger (kh), Sabine Raffin (sr), Elke Unterfrauner (eu)

Foto Catkin, David Ceska, Daniele Fiorentino, Antonietta Glier, Pixabay, Shutterstock, Harald Wisthaler, Archivio Croce Bianca

Direttore responsabile Dr. Ivo Bonamico
Tiratura 81.500

Numero ROC 24921

Concetto grafico tincx., Bozen-Bolzano

Grafica Marketing e Comunicazione

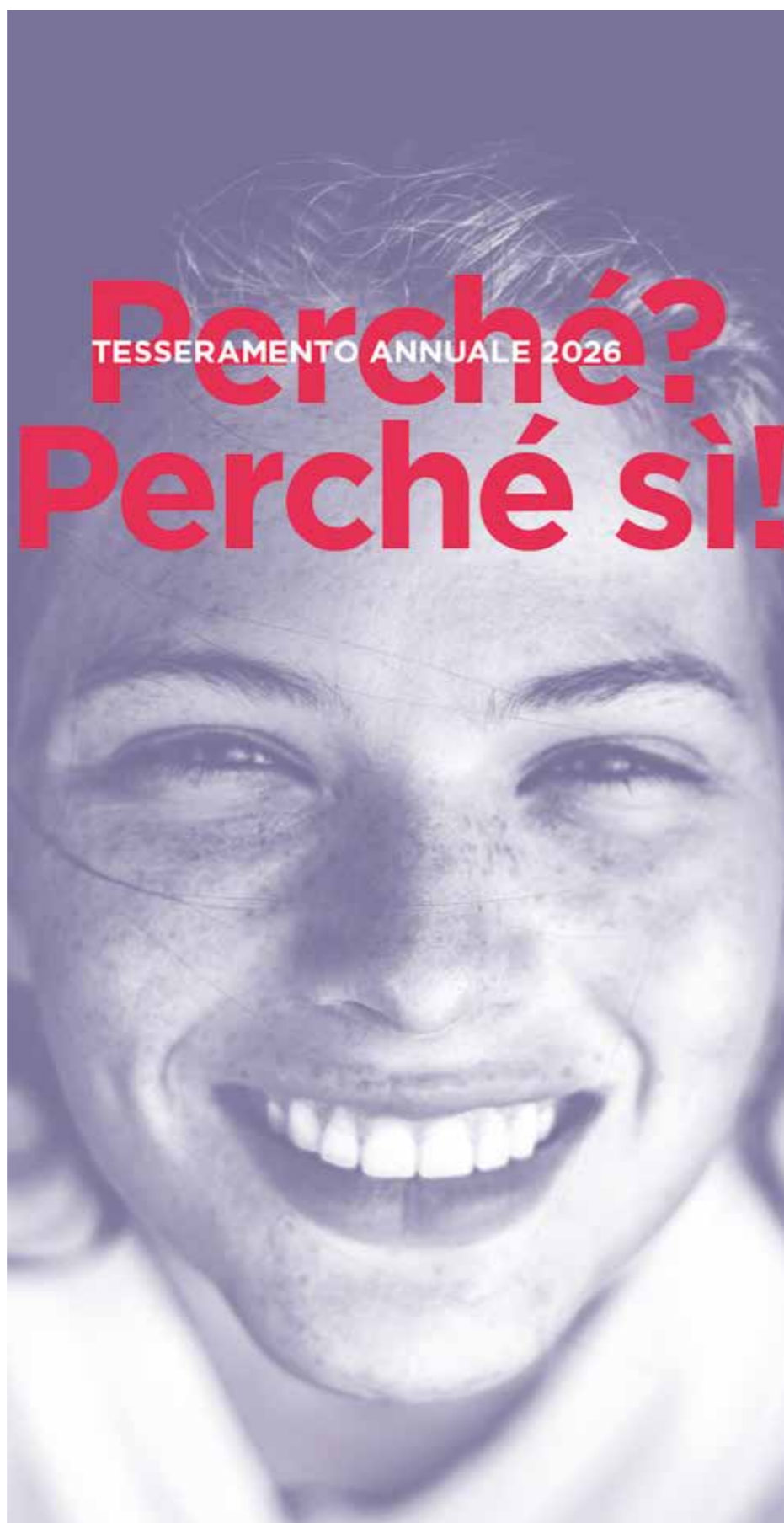
Stampa Athesia Druck, Bolzano

stampato su carta
 PEFC 100 Gramm



Spedizione postale.

Riproduzione, anche parziale, solo previa autorizzazione dell'editore. Gli articoli firmati rispecchiano l'opinione personale dell'autore.



Stimati soci,
 care amiche e amici della Croce Bianca,

il tempo vola e un evento straordinario passa dopo l'altro: L'anno scorso, in questo stesso periodo, la Croce Bianca ha festeggiato il suo 60° anniversario. Allo stesso tempo, l'associazione era già impegnata intensamente nei preparativi per le Olimpiadi. Nel frattempo, sia i Giochi olimpici sia le Paralimpiadi si sono conclusi con successo. Questo successo è dovuto soprattutto ai numerosi volontari che, con impegno e cuore, hanno garantito i servizi sanitari a Cortina d'Ampezzo e ad Anterselva.

Un grande ringraziamento va anche a tutte le nostre socie e a tutti i nostri soci, che rappresentano uno dei pilastri portanti della nostra associazione. Numerose altoatesine e altoatesini sono fedeli da anni alla Croce Bianca. Inoltre, ogni anno si aggiungono molti nuovi soci che confidano nella professionalità e nell'aiuto dell'associazione. Un grande grazie di cuore!

L'associazione attribuisce inoltre grande valore al lavoro con i giovani. In tutto l'Alto

Adige sono attivi 31 Gruppi Giovani dall'inizio dell'anno scolastico, dove ragazze e ragazzi imparano semplici manovre di primo soccorso. Si attende con curiosità il cosiddetto servizio 24 ore, che si terrà quest'anno a maggio. In quell'occasione i giovani potranno mostrare, per un giorno e una notte interi, ciò che hanno imparato durante l'anno.

Anche i volontari del Servizio civile si avvicinano ormai alla fine del loro anno di servizio. I riscontri sono più che positivi. Per questo motivo la Croce Bianca è nuovamente alla ricerca di giovani motivati che desiderano cogliere questa importante opportunità.

Un piccolo promemoria personale: destinando il 5 per mille della vostra dichiarazione dei redditi alla Croce Bianca, sostenete numerosi progetti sul territorio a beneficio della popolazione altoatesina.

Detto questo, basta con le parole: Grazie di cuore per la vostra fiducia e il vostro sostegno!

Alexander Schmid
 Presidente

Ivo Bonamico
 Direttore



Un intervento di dimensioni straordinarie per la Croce Bianca: oltre 1.200 volontarie e volontari provenienti da tutta la provincia hanno partecipato ai Giochi olimpici con grande professionalità e impegno.

"Lo spirito di squadra è la nostra forza più grande"

I Giochi olimpici 2026 non rappresentano solo prestazioni sportive di altissimo livello, ma anche spirito di squadra e dedizione - in modo particolare per la Croce Bianca. Un bilancio del più grande servizio sanitario nella storia dell'Associazione Provinciale di Soccorso.

Spirito di squadra e professionalità

"Le Olimpiadi hanno dimostrato ancora una volta quanto possiamo realizzare insieme come grande famiglia associativa", sottolinea il Presidente Alexander Schmid. Oltre a un'attenta pianificazione, sono stati soprattutto lo spirito di squadra, la professionalità e una grande disponibilità all'impegno a fare la differenza. Un ringraziamento speciale va ai volontari: più di 1.200 soccorritrici e soccorritori sono stati in servizio durante i Giochi olimpici ad Anterselva e Cortina, così come nei successivi Giochi paralimpici. "Mettono il loro tempo e le loro energie al servizio degli altri - lontano dai riflettori, ma indispensabili per il corretto svolgimento di un evento di questa portata", afferma Schmid con gratitudine.

Ambiti di intervento diversificati

I volontari hanno operato direttamente presso i siti di gara ad Anterselva e lungo i tracciati a Cortina, nelle aree riservate al pubblico, nel policlinico, nel servizio di soccorso e nel trasporto infermi, nonché nel basecamp allestito dalla Protezione civile della Croce Bianca per la ristorazione e l'alloggio delle forze in servizio.

Nelle complessive 31 giornate di gara erano in servizio almeno 25 soccorritrici e soccorritori al giorno. In quattro giornate, con competizioni parallele ad Anterselva e Cortina, sono stati impiegati contemporaneamente più di 50 volontari. Inoltre, la Croce Bianca ha garantito l'assistenza sanitaria anche durante i giorni di allenamento e in numerosi eventi collaterali - come la Bia-

”

L'impegno dei volontari è indispensabile per il corretto svolgimento di un evento di questa portata.

Alexander Schmid

thlon-Gaudi ad Anterselva o le cerimonie di apertura e chiusura a Cortina.

Preparazione intensiva

L'impegno organizzativo e logistico è stato notevole. "Già solo il numero elevato di luoghi di intervento e ambiti operativi ci ha posto di fronte a grandi sfide", spiega il Presidente Schmid. Proprio per questo, una preparazione intensiva è stata fondamentale. Già mesi prima dell'inizio dei giochi, possibili scenari operativi sono stati simulati attraverso corsi di formazione, esercitazioni ed eventi test. Nei tavoli di coordinamento sono stati elaborati piani di intervento dettagliati.

Partner forti

La Croce Bianca ha potuto contare su partner solidi. La collaborazione con l'Azienda Sanitaria dell'Alto Adige, l'Agenzia per la Protezione Civile, il Comitato provinciale di Coordinamento, il Team Organizzativo dei giochi e le altre organizzazioni coinvolte si è svolta senza intoppi. Anche la federazione nazionale ANPAS e partner della rete europea di soccorso Samaritan International hanno sostenuto le attività.

"Questa collaborazione ci ha permesso di garantire uno svolgimento professionale e di assicurare, in caso di emergenza, la migliore assistenza possibile", sottolinea il Direttore Ivo Bonamico, che traccia un bilancio molto positivo: "È stata una sfida enorme, ma allo stesso tempo un'esperienza preziosa. I Giochi olimpici non solo hanno dimostrato la nostra capacità operativa, ma hanno anche rafforzato ulteriormente la coesione e la rete internazionale della Croce Bianca - una solida base per gli sviluppi futuri".

”

I Giochi olimpici non solo hanno dimostrato la nostra capacità operativa, ma hanno anche rafforzato ulteriormente la coesione e la rete internazionale della Croce Bianca.

Ivo Bonamico



Nel vivo dell'azione: i volontari impegnati nel servizio sanitario lungo la pista di gara ad Anterselva.

Immagine a destra: A Cortina la Croce Bianca ha accompagnato i Giochi olimpici e i Giochi paralimpici.

Immagine in basso: Nel basecamp della Protezione civile è stata garantita l'assistenza e l'alloggio delle forze in servizio.



Grandi per 24 ore

Nel fine settimana dal 16 al 17 maggio 2026 arriverà finalmente il momento: i Gruppi Giovani della Croce Bianca svolgeranno il servizio a 24 ore. Per un giorno e una notte, i ragazzi sperimentano in prima persona ciò che significa prestare aiuto come soccorritori.

Giovani soccorritori, grandi più che mai

Il servizio 24 ore viene organizzato ogni due anni. In questa occasione, i giovani hanno la possibilità di vivere da vicino l'attività del servizio di soccorso e di mostrare ciò che hanno imparato durante gli incontri del Gruppo Giovani.

Gestire interventi simulati

I tutori inscenano dei "finti interventi" che i ragazzi potrebbero incontrare anche nella vita quotidiana. Per rendere le situazioni il più realistiche possibile, i "pazienti" vengono truccati da una squadra appositamente formata: i volontari dei truccatori per esercitazione.

Non trarre conclusioni affrettate

"Vogliamo offrire ai giovani un'esperienza speciale e rendere i loro interventi il più realistici possibile" spiega il Presidente dell'associazione, Alexander Schmid. "Chiediamo quindi a tutti di verificare brevemente, prima di effettuare una chiamata d'emergenza, se

si tratta davvero di un'emergenza reale o semplicemente di una messa in scena del nostro Gruppo Giovani." La Centrale provinciale d'emergenza è informata sul servizio 24 ore e interviene normalmente in caso di reali emergenze.

Una delle tante esperienze entusiasmanti

Il servizio 24 ore è solo uno dei tanti eventi emozionanti che la Croce Bianca organizza per i suoi Gruppi Giovani. Regolarmente si svolgono anche gare di primo soccorso, campi estivi e attività condivise con altre organizzazioni di emergenza. In queste occasioni, i giovani apprendono competenze pratiche che possono aiutarli sia nella vita quotidiana sia nelle situazioni di emergenza, e scoprono il valore del coraggio civile e della responsabilità sociale. /kh



Competenze professionali, nuove esperienze e amicizie: attualmente 39 giovani svolgono il Servizio civile presso la Croce Bianca.

Contro la noia e per stare insieme

Dopo la scuola superiore il mondo è aperto a tutte le possibilità. Alcuni scelgono di proseguire con gli studi, altri partono per un viaggio intorno al mondo. Altri ancora optano per il Servizio civile presso la Croce Bianca.

Alla Croce Bianca la noia non esiste

Chi pensa che l'attività come volontario/a del Servizio civile alla Croce Bianca sia noiosa, è completamente fuori strada: qui la parola d'ordine è varietà, fare esperienza e conoscere ogni giorno nuove persone.

Sicuri a destinazione

I volontari del Servizio civile della Croce Bianca operano principalmente nel trasporto infermi. Accompagnano le persone malate alle terapie, in ospedale o in altre strutture. In questo modo incontrano ogni giorno persone da tutto l'Alto Adige, ascoltano le loro storie di vita e vedono luoghi in cui probabilmente non sarebbero mai stati.

Anche il "tatütata" fa parte del servizio

Quando i volontari del Servizio civile completano la formazione come soccorritori, operano anche sulle ambulanze del servizio di soccorso. Si occupano delle persone ferite e le trasportano al pronto soccorso. Non sono mai soli: possono contare su un team che li sostiene.

In situazioni critiche intervengono inoltre i colleghi dell'auto medica o dell'elisoccorso, e insieme garantiscono il benessere dei pazienti.

Imparare per la vita

Durante la loro formazione, i volontari del Servizio civile vengono preparati nel miglior modo ai loro compiti. Imparano a tratta-

re con i pazienti, a utilizzare le attrezzature mediche e a impiegarle correttamente. In questo periodo non crescono solo professionalmente: nascono amicizie tra i volontari, che spesso durano anche dopo la conclusione dell'anno di Servizio civile.

Conclusione

Il Servizio civile non significa solo imparare, lavorare e diventare attivi. Significa crescere personalmente, conoscere nuove persone, creare amicizie e vivere un anno pieno di esperienze e divertimento. Chi non lo vorrebbe? /kh

Info e candidature

Tel. 0471 444 382
serviziocivile@wk-cb.bz.it
www.crocebianca.bz.it



A presto!

“Premi il pulsante”

Il telesoccorso può salvare una vita

Era nel cuore della notte quando Luigi si svegliò con la sensazione di non riuscire più a respirare. Senza il telesoccorso probabilmente non avrebbe visto l'alba del giorno dopo.



Luigi con sua figlia Daniela: Sono grati per il tempo che possono ancora condividere.

Senza alcun preavviso

Di quella notte, avvenuta ormai un anno fa, Luigi conserva solo ricordi confusi. Parla di stordimento, di una sensazione opprimente e di una voce nella testa che continuava a ripetergli: “Premi il pulsante”. Il pulsante era quello di emergenza del piccolo trasmettitore del telesoccorso che portava sempre con sé. Riuscì ad attivare l'allarme appena in tempo, prima di perdere conoscenza. Ricorda ancora l'arrivo dei soccorritori della Croce Bianca, giunti circa dieci minuti dopo. Poi il vuoto. Si è ripreso davvero solo in ospedale. Aveva avuto un grave ictus - imprevisto e senza alcun preavvi-

so. Oggi lo dice senza esitazione: “Il telesoccorso mi ha salvato la vita. Altrimenti oggi non sarei più qui”.

Per tranquillizzare sua figlia

Grazie all'intervento tempestivo, Luigi si è ripreso sorprendentemente bene. Cammina in autonomia, parla con chiarezza e si gode la vita. Lo si capisce anche dal suo simpatico sorriso, che gli illumina spesso il volto. Diventa ancora più radioso quando guarda sua figlia Daniela. Tra i due c'è un rapporto molto affettuoso - e una grande gratitudine per il tempo che possono ancora condividere.

Luigi si era iscritto al telesoccor-

so della Croce Bianca soprattutto per tranquillizzare sua figlia. “Daniela si sentiva più serena così”, racconta. Poi ammette che anche per lui era diventata una sicurezza: “Qualunque cosa facessi e ovunque mi trovassi, sapevo di non essere solo. Mi sentivo protetto - e quindi anche più libero. All'inizio non me lo sarei aspettato”.

“Non mi sarei preoccupata”

Se l'iscrizione al telesoccorso sia stata semplicemente una coincidenza fortunata o quasi una premonizione, oggi né Daniela né suo padre lo sanno dire. All'epoca Luigi stava bene. L'appassionato di sport aveva pochissimi problemi di salute. “Papà viveva da solo ed era completamente autonomo. Di solito ci sentivamo al telefono una volta al giorno. Però ero abituata al fatto che non rispondeva sempre subito e non mi sarei preoccupata se per un giorno non avessi avuto sue notizie”, racconta Daniela. Nonostante questo, voleva essere preparata in caso di emergenza. E l'emergenza arrivò prima del previsto - appena tre mesi dopo l'attivazione del telesoccorso.

Lo squillo nel cuore della notte

Daniela ricorda ancora bene la telefonata della Croce Bianca quella notte. “Mi hanno spiegato cosa era successo. Papà era già in cura e mi hanno detto di prendermi il tempo necessario e di andare in ospedale con calma”, racconta. Nonostante lo

shock, quella telefonata la rassicurò: “Sapevo che erano lì e che papà era in buone mani. In quel momento era la cosa più importante”. Solo dopo Daniela si rese conto di quanto fosse stato fondamentale aver lasciato una copia delle chiavi di casa alla Croce Bianca. In questo modo i soccorritori poterono intervenire in pochissimo tempo - un fattore decisivo soprattutto in caso

di ictus, quando ogni minuto può fare la differenza e prevenire gravi conseguenze.

Aiuto rapido

Luigi è uno dei tanti altoatesini che si affidano al telesoccorso: lo scorso anno sono state oltre 2.500 le persone che hanno utilizzato questo servizio. Complessivamente sono stati attivati 2.127 interventi di soccorso. “Non sempre la situazione era così grave”, spiega Reinhard Mahlkecht, responsabile dei Servizi sociali della Croce Bianca. “Spesso si tratta di piccoli incidenti o di un malessere imprevisto. Ma anche in questi casi è importante che l'aiuto arrivi rapidamente, così da poter assistere le persone nel minor tempo possibile”. Nella maggior parte delle oltre 18.670 chiamate registrate lo scorso anno, la situazione è stata risolta anche senza l'invio di un mezzo di soccorso. “Spesso basta un semplice supporto”, aggiunge Mahlkecht. “Contattiamo una persona di riferimento oppure cerchiamo insieme un'altra soluzione”.

Sviluppo continuo

Per rimanere sempre al passo



Senza il Telesoccorso, Luigi probabilmente oggi non sarebbe più vivo.



Abbracciare il mondo: Luigi si è ripreso sorprendentemente bene e si gode la vita.

con i tempi, la Croce Bianca continua a sviluppare e migliorare le proprie offerte di telesoccorso. Da quest'anno, ad esempio, è disponibile un nuovo sistema di sensori collegato a un'app. Questo consente di individuare più rapidamente eventuali situazioni critiche. I familiari possono ricevere notifiche personalizzate sul proprio cellulare, ad esempio se la persona assistita al mattino non si alza come di consueto.

Sicurezza e sostegno

Ma nel telesoccorso non conta solo la tecnologia: “L'aspetto umano diventa sempre più importante”, sottolinea il presidente Alexander Schmid. In futuro un nuovo servizio di accompagnamento con volontari offrirà ancora più sicurezza e sostegno.

Per ogni portafoglio

Un altro obiettivo della Croce Bianca è mantenere queste offerte accessibili a tutte e tutti in Alto Adige. Il contributo richiesto viene quindi mantenuto il più basso possibile e, se necessario, è previsto un ulteriore sostegno tramite i servizi sociali del territorio. /sr

La mia vita, la mia sicurezza.

A casa o fuori: soluzioni di Telesoccorso personalizzate offrono sicurezza - anche ai familiari.

Informarsi senza impegno!

Il nostro team è a Sua disposizione.

Tel. 0471 444 777
www.crocebianca.bz.it





Durante le riprese per la campagna di sensibilizzazione "No Credit": due soccorritori della Croce Bianca raccontano esperienze molto intense. Nell'immagine da sinistra: Evi Pichler (Mugele e Matt), Markus Oberhofer, Matthias Horrer, Verena Ranzi.

Per una maggiore sicurezza nel traffico stradale

La campagna di sensibilizzazione "No Credit 2026" ha l'obiettivo di aumentare la consapevolezza, promuovere la responsabilità individuale e favorire un cambiamento duraturo dei comportamenti. Quest'anno i responsabili puntano in particolare sulle esperienze personali degli operatori di soccorso. Anche la Croce Bianca partecipa all'iniziativa. I due soccorritori e capiservizio Markus Oberhofer di Lana e Matthias Horrer di Prato condividono la loro storia.

Tutto diverso da come ci si aspetta

Era una calda giornata primaverile. All'improvviso il cerca-persona suona: un nuovo intervento per il soccorritore Markus Oberhofer di Lana e il suo collega. Si parte. Durante il tragitto ricevono ulteriori informazioni: un ciclista è stato investito da un'automobile. È stato allertato anche l'elicottero di soccorso. Arrivati sul luogo dell'incidente, diventa subito chiaro che è

in corso una rianimazione. Per un'ora Markus, il suo collega e l'equipaggio dell'elisoccorso lottano per la vita dell'uomo. Senza successo. Il ciclista muore sul posto.

Insieme ai colleghi Markus inizia a sistemare l'area. All'improvviso nota una borraccia nel cespuglio. La raccoglie e si accorge che non contiene acqua, ma che qualcosa ci sbatte dentro. La apre e guarda il contenuto:

estrae gli effetti personali del ciclista. Tra questi c'è anche uno smartphone con diverse chiamate perse. Legge i nomi dei chiamanti: erano i suoi cari. Markus deglutisce e respira profondamente.

Da allora Markus Oberhofer osserva i ciclisti con maggiore consapevolezza: "In caso di incidente, il ciclista è sempre la parte più debole. Per questo è importante pedalare con pru-

denza e restare attenti". Poi, da padre di due figli, aggiunge: "e bisognerebbe sempre ricordarsi chi ci aspetta a casa".

Momento di shock con lieto fine

Il sole splende e il soccorritore Matthias si gode il piacevole pomeriggio insieme a un collega. Ma la tranquillità si interrompe bruscamente: arriva una nuova chiamata di emergenza. L'equipaggio della Croce Bianca di Prato allo Stelvio prende servizio - contemporaneamente vengono allertati anche l'ambulanza della sezione di Solda e l'elicottero di soccorso Pelikan 3. Si tratta di un incidente motociclistico sulla strada del Passo dello Stelvio.

Sul luogo dell'intervento Matthias nota subito un rivolo rosso

che si fa strada sull'asfalto: è sangue. Per un attimo gli si blocca il respiro. Poi il soccorritore esperto mette da parte i pensieri e inizia a lavorare. Il motociclista è privo di sensi a terra. Stava viaggiando insieme a tre amici in direzione di Prato quando è stato urtato da un'auto ed è caduto. Matthias interviene con concentrazione; poco dopo arriva l'équipe dell'elisoccorso. Rimozione del casco, cintura pelvica, intubazione - le manovre dei soccorritori sono precise e collaudate. Successivamente il paziente viene trasportato in elicottero a Bolzano.

Alcuni giorni dopo Matthias sorride. L'infortunato è sopravvissuto senza conseguenze permanenti. Ma un pensiero resta: "L'immagine del sangue che scorre sulla strada difficilmente la dimenticherò in fretta." /kh

#

Tra questi c'è anche uno smartphone con diverse chiamate perse. Legge i nomi dei chiamanti: erano i suoi cari. Markus deglutisce e respira profondamente.



In collaboration with



Croce Rossa Italiana
Italienisches Rotes Kreuz



Consigli di primo soccorso per la stagione calda

La primavera è alle porte e le giornate diventano più lunghe e più calde. Puntura di zecca, reazione allergica o colpo di sole – ecco alcuni consigli su come comportarsi correttamente in caso di emergenza.



PUNTURA DI ZECCA

Sintomi:

- arrossamento circolare e indolore che si estende attorno al punto della puntura, prurito
- dolori agli arti, sintomi simil-influenzali, febbre (fino a 39°C)
- mal di testa
- eventuale rigidità nucale

Le zecche si trovano in molti boschi dell'Alto Adige, in particolare a Bolzano, nella Bassa Atesina, nell'Oltradige, nella Val d'Adige e in Val Venosta.

Le zecche pungono l'uomo soprattutto nelle pieghe delle ginocchia, sotto le braccia, sul collo, all'attaccatura dei capelli o dietro l'orecchio. Spesso la puntura non viene subito notata, perché la saliva della zecca contiene una sostanza anestetizzante.

Le zecche presenti sul nostro territorio possono trasmettere malattie come la borreliosi di Lyme e la meningoencefalite da zecche.

Rimuovere una zecca:

- Afferrare delicatamente la zecca con una pinzetta e tirarla fuori in modo diretto. Importante: afferrarla il più vicino possibile alla testa, non sul corpo, per evitare di schiacciarla.
- Non utilizzare olio, colla o altre sostanze.
- Controllare regolarmente la zona della puntura: se compare un arrossamento, rivolgersi al medico.
- A volte rimane un piccolo punto nero nella pelle (resti dell'apparato boccale), che non è pericoloso. Disinfettare la zona cutanea e non manipolarla ulteriormente.

Prevenzione: vaccinazione contro la TBE

Se non le trattate, le punture di zecca possono portare a paralisi, crisi epilettiche o disturbi psicologici.

Rimuovere subito la zecca!



REAZIONE ALLERGICA

Sintomi:

- rossore cutaneo
- prurito
- gonfiore, bolle cutanee
- vomito, nausea, dissenteria
- aumento delle difficoltà respiratorie con respiro sibilante
- alterazioni delle funzioni vitali: coscienza, respirazione e circolazione

Il nostro corpo può reagire in modo ipersensibile a farmaci, alimenti (allergia alimentare), punture di api e ad altre sostanze.

! Più sono rapidi la comparsa dei sintomi e il peggioramento delle condizioni, tanto più pericoloso sarà il decorso!

Cosa posso fare?

- se indicato, eliminare la causa della reazione allergica (ad es. pungiglione dell'insetto)
- tranquillizzare
- grave difficoltà respiratoria: posizionare la persona con il busto eretto, ev. raffreddare il collo
- chiamata di soccorso immediata
- controllo costante delle funzioni vitali
- In caso di perdita di coscienza con respirazione presente, mettere la persona in posizione laterale di sicurezza

Le persone che sanno di essere allergiche, portano spesso con sé delle iniezioni pronte all'uso che possono iniettarsi da soli nella coscia.



COLPO DI SOLE

Il colpo di sole è la conseguenza dell'esposizione diretta e prolungata al sole della testa e della nuca.

Cosa posso fare?

- riparare da ulteriore esposizione al sole
- sollevare il busto
- raffreddare la testa con panni bagnati
- controllare ripetutamente lo stato di coscienza e la respirazione
- se necessario, chiamata di soccorso

Sintomi

- testa arrossata e calda, invece la temperatura corporea è normale
- disturbi della vista
- mal di testa
- sensibilità alla luce
- sensazione di vertigine
- ronzio nelle orecchie
- cambiamenti del comportamento (irrequietezza)
- nausea e vomito
- possibile rigidità nucale
- disturbi della coscienza

! Per prevenire il rischio di colpi di sole, fare indossare dei copricapi a lattanti e bambini ed evitare esposizioni dirette e prolungate al sole.

Bere liquidi a sufficienza, evitare alcol e altre sostanze stimolanti come il caffè!

Il primo soccorso a scuola

Ora anche nelle valli ladine

Come si effettua correttamente una chiamata di emergenza? Come si cura una ferita? E come si mette una persona in posizione laterale di sicurezza? Ciò che può salvare vite in caso di emergenza viene insegnato sempre più spesso ai bambini in Alto Adige già a scuola - con grande successo.

Quello che oltre due anni fa era iniziato come progetto pilota della Croce Bianca si è ormai affermato in molte scuole come parte integrante del programma didattico. Ogni anno circa 3.000 alunne e alunni ricevono una formazione di primo soccorso. Quest'anno ha aderito anche la Direzione Istruzione e Formazione ladina. "Questo ha dato al progetto un'ulteriore spinta", afferma il presidente Alexander Schmid, ringrazian-

do i responsabili delle Direzioni Istruzione e Formazione tedesca e ladina e i numerosi insegnanti che, dopo una formazione da parte dei collaboratori della Croce Bianca, svolgono in gran parte autonomamente le lezioni di primo soccorso nelle classi.

"Con questo progetto vogliamo avvicinare ai bambini già dalla terza e quarta classe le principali misure di primo soccorso", spiega Schmid. "A que-

sta età sono curiosi, desiderosi di imparare e particolarmente ricettivi per questi contenuti." Allo stesso tempo l'esperienza dimostra che i bambini partecipano con grande entusiasmo, sia durante le lezioni teoriche che nelle esercitazioni pratiche.

Il cuore del progetto è un pacchetto didattico strutturato in modo pedagogico e adatto all'età. È stato sviluppato dalla Croce Bianca in stretta collaborazione con l'autrice di libri per bambini Isabella Halbeisen e comprende un manuale di base, quaderni di lavoro per i diversi livelli scolastici e un fascicolo con le soluzioni per gli insegnanti. In questo modo i docenti possono prepararsi in modo mirato e sviluppare i contenuti passo dopo passo insieme ai bambini.

La parte teorica è integrata da esercitazioni pratiche: le alunne e gli alunni imparano a chiamare i soccorsi, applicare bendaggi, medicare piccole ferite o mettere una persona in posizione laterale di sicurezza. "In questo modo non solo approfondiscono le conoscenze, ma imparano anche a riconoscere situazioni di pericolo e a reagire correttamente", spiega Schmid. I contenuti più complessi vengono volutamente esclusi, per non sovraccaricare o creare insicurezza nei bambini.



Dopo una breve introduzione teorica, i bambini e i giovani possono provare autonomamente tutte le manovre.

14

15



Lezioni di primo soccorso presso la scuola media "Tita Alton" a La Villa in Val Badia: Sofia Castlunger (Direzione scolastica ladina) (da sinistra), Emma Valentin, Elisa Boi, Hermann Delucca.

Un fattore di successo fondamentale del progetto sono gli insegnanti stessi: dopo un'introduzione specialistica - di solito sotto forma di webinar da parte dei collaboratori della Croce Bianca - conducono autonomamente le lezioni nelle classi. "In questo modo diventano importanti moltiplicatori che radicano in modo duraturo il tema del primo soccorso nella quotidianità scolastica", ringrazia il direttore Ivo Bonamico.

Il progetto di primo soccorso è stato avviato grazie alla generosa destinazione del 5 per mille da parte della popolazione altoatesina. "Con questa iniziativa volevamo restituire qualcosa alla popolazione", sottolinea Alexander Schmid. "Più persone conoscono le basi del primo soccorso, me-

glio funziona la catena dei soccorsi - e più sicuri siamo tutti."

Attualmente l'equipaggiamento delle scuole avviene tramite finanziamenti provinciali. L'evoluzione positiva incoraggia i responsa-

bili a proseguire e ampliare il progetto. È già prevista un'estensione alle scuole medie.

Perché una cosa è ormai chiara: nessuno è troppo piccolo per prestare primo soccorso. /sr

” Con questa iniziativa volevamo restituire qualcosa alla popolazione. Più persone conoscono le basi del primo soccorso, meglio funziona la catena dei soccorsi per tutti.

Alexander Schmid

5 per mille

Dalla popolazione altoatesina, per tutto il territorio

Con le assegnazioni del 5 per mille, la popolazione dell'Alto Adige sostiene importanti progetti della Croce Bianca. I fondi confluiscono direttamente in attrezzature moderne, formazione e iniziative che, in caso di emergenza, possono fare la differenza - a beneficio di tutte le persone del territorio.



L'uso del DAE aumenta significativamente le possibilità di sopravvivenza in caso di arresto cardiocircolatorio.

DAE che salvano la vita

Ogni giorno in Alto Adige una persona, in media, subisce un arresto cardiaco. In questi casi un intervento rapido e competente è fondamentale per la sopravvivenza. Oltre al massaggio cardiaco e alla ventilazione, i defibrillatori offrono un supporto prezioso. Spesso il loro utilizzo fa la differenza tra la vita e la morte.

Una volta applicati correttamente gli elettrodi, il dispositivo analizza il ritmo cardiaco e, se necessario, eroga una scarica elettrica. In caso di arresto cardiocircolatorio, questa scarica può ristabilire un ritmo cardiaco normale e aumentare notevolmente le probabilità di sopravvivenza. Grazie ai fondi del 5 per mille, la Croce Bianca ha potuto acquistare nuovi defibrillatori all'avanguardia, pronti all'uso in qualsiasi momento.

Per un'assistenza ottimale ai pazienti

I monitor di emergenza fanno parte delle attrezzature mediche più importanti nel servizio di emergenza. Permettono di controllare continuamente i parametri vitali dei pazienti, come il ritmo cardiaco, la pressione sanguigna o la saturazione di ossigeno. Questi dispositivi sono progettati appositamente per l'uso mobile e accompagnano i pazienti dal luogo dell'intervento fino alla consegna in ospedale. In questo modo i soccorritori possono riconoscere immediatamente eventuali cambiamenti critici dello stato di salute e reagire tempestivamente. Grazie alle assegnazioni del 5 per mille, la Croce Bianca ha potuto acquistare le apparecchiature necessarie, garantendo così un'assistenza ottimale ai pazienti.



Con i monitor di emergenza, i soccorritori controllano continuamente i parametri vitali e possono reagire immediatamente a eventuali cambiamenti.

Primo soccorso a scuola



L'insegnamento del primo soccorso è stato sviluppato come progetto pilota e fa ormai parte del programma didattico in molte scuole.

Più persone in Alto Adige conoscono le basi del primo soccorso, più capillare diventa la rete di aiuto in caso di emergenza. Chi sa cosa fare può intervenire rapidamente e colmare attivamente il tempo fino all'arrivo dei soccorsi. Per questo la Croce Bianca si impegna da sempre a diffondere le conoscenze di primo soccorso sul territorio. Un importante traguardo è stato possibile proprio grazie ai fondi del 5 per mille: insieme all'autrice di libri per bambini Isabell Halbeisen, la Croce Bianca ha sviluppato un pacchetto di libri per le scuole, pedagogicamente strutturato e adatto alle diverse fasce d'età. Il materiale didattico comprende un libro di base, quaderni di lavoro individuali e un fascicolo con le soluzioni per gli insegnanti. Costituisce la base per l'insegnamento del primo soccorso nelle scuole primarie dell'Alto Adige. Il progetto, realizzato in collaborazione con le Direzioni Istruzione e Formazione tedesca e italiana, viene gradualmente esteso ad altre scuole.

Container funzionale per interventi di protezione civile

La Protezione civile della Croce Bianca è particolarmente richiesta in caso di grandi emergenze. I volontari si occupano di tutto ciò di cui hanno bisogno le persone colpite e le forze di intervento - anche della preparazione e distribuzione dei pasti. Grazie ai fondi del 5 per mille è stato recentemente messo in servizio un nuovo container funzionale per il lavaggio delle stoviglie. È stato sviluppato appositamente dalla Protezione civile e progettato in modo da poter lavare fino a 500 piatti all'ora - un grande vantaggio quando è necessario servire molte persone in poco tempo. Il container contribuisce inoltre a preservare risorse naturali preziose: grazie a un sistema di recupero del calore funziona in modo particolarmente efficiente dal punto di vista energetico e consente di risparmiare acqua. Inoltre permette di sostituire le stoviglie monouso con piatti, posate e bicchieri riutilizzabili.

Il nuovo container funzionale consente un'assistenza ancora più rapida in caso di catastrofe.





Grazie ai fondi del 5 per mille, in tutte le sezioni sono disponibili manichini di esercitazione per i volontari.

Allenarsi per le emergenze

Nel servizio di emergenza ogni gesto deve essere preciso. Per questo servono soccorritori non solo ben formati, ma anche costantemente allenati. Corsi e esercitazioni regolari sono quindi indispensabili.

Da poco tempo tutte le sezioni dispongono di nuovi manichini per l'esercitazione. Consentono di simulare situazioni molto realistiche. In questo modo i soccorritori possono esercitarsi intensamente nelle manovre salvavita, come il massaggio cardiaco. L'addestramento aiuta a imparare ad agire in modo rapido e sicuro anche sotto stress. I nuovi manichini sono stati acquistati grazie alle assegnazioni del 5 per mille.



Che si tratti di Parigi o Berlino, dell'Asia o dell'America: la copertura garantita dall'adesione "Weltweit+" della Croce Bianca è valida ovunque.

Viaggiare tranquilli Protetti in tutto il mondo

Un incidente può accadere sempre e ovunque - anche in vacanza. Il tesseramento della Croce Bianca è utile affinché piccole e grandi "disavventure" di viaggio si trasformino in storie a lieto fine.

Aiuto quando serve davvero

Proprio per questo serve il tesseramento della Croce Bianca. Garantisce che l'aiuto non arrivi soltanto, ma che arrivi rapidamente ed in modo efficace proprio dove serve. Nella vita di tutti i giorni oppure in viaggio: chi è socio può contare su una protezione che, in caso di emergenza, si attiva subito.

A seconda del tesseramento, la copertura comprende diversi servizi, per esempio:

- rimpatrio sanitario dall'estero quando necessario
- organizzazione e coordinamento degli aiuti in caso di emergenza

- assistenza in caso di emergenze mediche - anche durante i viaggi

Una sensazione di sicurezza - ovunque

In vacanza difficilmente si pensa agli imprevisti. Eppure basta un passo falso, una caduta o un malore improvviso - in montagna, in città o direttamente sulla spiaggia. In quei momenti è rassicurante sapere che dietro le quinte c'è un'organizzazione con esperienza, pronta ad intervenire rapidamente.

In poche parole: chi è socio viaggia con una rete di sicurezza in più. /eu



Più info

Sono disponibili direttamente nel nostro ufficio soci

Tel. 0471 444 310
soci@wk-cb.bz.it
www.diventa-socio.it



Gestione dei traumi secondo standard internazionali

La corretta assistenza ai pazienti gravemente feriti sul luogo dell'intervento e durante il trasporto in ospedale non solo aiuta a salvare vite, ma può anche prevenire gravi conseguenze a lungo termine. Uno strumento fondamentale in questo ambito è il programma di formazione ITLS (International Trauma Life Support).

L'obiettivo di questo programma, riconosciuto a livello mondiale, è migliorare la gestione dei pazienti politraumatizzati attraverso standard di trattamento uniformi e riconosciuti a livello internazionale. Grazie alle assegnazioni del 5 per mille, la Croce Bianca può offrire regolarmente questa formazione anche in Alto Adige.

Durante esercitazioni pratiche e realistiche, i soccorritori imparano a valutare rapidamente le lesioni sul luogo dell'intervento e a trattarle nel modo corretto, ad esempio attraverso la gestione delle vie aeree, il trattamento dello shock o l'immobilizzazione. /sr



Il programma di formazione riconosciuto a livello mondiale aiuta i soccorritori a valutare correttamente le lesioni sul luogo dell'incidente e a trattarle di conseguenza.

Dalla spiaggia direttamente in aereo Ritorno a casa in bikini rosso

Il profumo dell'oleandro riempiva l'aria calda, mentre gli ulivi proiettavano ombre leggere sul sentiero che portava alla spiaggia. Antonietta Gliera era in vacanza a Capo d'Orso, in Sardegna, da appena due giorni quando quella giornata estiva del 21 luglio 2025 prese improvvisamente tutt'altra piega. Era il primo pomeriggio sulla spiaggia di Palau Capo d'Orso. Verso le 13 Antonietta uscì dall'acqua.

Indossava ancora il suo bikini rosso, il mare faceva da sottofondo con il suo rumore continuo e il sole picchiava forte: era ora di andare in hotel per pranzo. Ma proprio sulla strada del ritorno successe l'imprevisto. "Semplicemente non ho guardato dove mettevo i piedi", racconta oggi. Un passo falso, una storia improvvisa - e all'improvviso non riusciva più a muoversi. Un dolore fortissimo le attraversò la gamba. Frattura del femore.

Nel giro di pochi secondi le persone attorno a lei accorsero per aiutarla. Alcuni abitanti del posto chiamarono subito i soccorsi. Antonietta non ebbe nemmeno il tempo di togliersi il bikini o cambiarsi - la giornata di vacanza era finita all'improvviso. Poco dopo un'ambulanza la portò all'ospedale di Olbia. Lì si trovò davanti una scena che ricorda ancora molto bene: tanti turisti feriti, corridoi pieni, pazienti ovunque. "La signora nel letto accanto al mio aveva la mia stessa frattura", racconta. "Aspettavo l'operazione già da otto giorni." Antonietta ha ricevuto l'esito della radiografia alle 18 e ha trascorso la notte in ospedale a Olbia. Durante

i preparativi dovettero perfino tagliare il suo pareo. "L'hanno tagliato senza pensarci due volte", dice oggi sorridendo. Perché alla fine tutto è andato per il meglio. Nel frattempo, dietro le quinte, erano già state avviate altre iniziative per aiutarla.

Antonietta è socia della Croce Bianca, e suo figlio Leonhard Gliera, che conosceva bene la copertura assicurativa della madre, contattò subito il servizio di assistenza appena seppe dell'incidente. Leonhard lavora lui stesso nel settore: è chirurgo



Antonietta ha potuto godere dell'ambiente paradisiaco per meno tempo del previsto. Tuttavia, è sollevata che alla fine tutto sia andato per il meglio.



Se durante le vacanze dovessero verificarsi davvero delle lesioni o malattie, la Croce Bianca interviene immediatamente e organizza il rientro con mezzi di trasporto sicuri.

traumatologo, ortopedico e medico d'emergenza sull'elicottero di soccorso a Monaco di Baviera. Da lontano aiutò a coordinare tutto e si impegnò molto per organizzare il rientro della madre. Quello che successe dopo Antonietta lo riassume oggi con poche parole: "È andato tutto liscio come l'olio. Per fortuna ho questo tesseramento." Sono socia da tantissimi anni e proprio questa vacanza mi ha fatto capire davvero quanto sia importante avere una protezione sicura quando si viaggia."

Già il giorno successivo tutto era stato organizzato. La Croce Bianca ha coordinato il rientro, mentre il figlio continuava a supportare la pianificazione a distanza - seguendo persino il volo da Olbia a Innsbruck in tempo reale sul radar aereo.

”

È andato tutto liscio come l'olio. Per fortuna ho questo tesseramento.

Antonietta Gliera

Antonietta stessa ricorda poco di quella giornata: i forti antidolorifici facevano sì che molti momenti restassero solo confusi.

Dopo l'arrivo a Innsbruck, tutto è avvenuto molto rapidamente. Un'équipe di trasporto sanitario della Croce Bianca ha prelevato Antonietta direttamente sulla pista dell'aeroporto di Innsbruck alle ore 17 e l'ha accompagnata all'ospedale di Vipiteno. "Tutti sono stati incredibilmente gentili", ricorda Antonietta. Già alle

18.30 è entrata in sala operatoria.

Ripensando oggi a quanto accaduto, Antonietta resta ancora stupita dalla rapidità dell'intervento. "Il servizio è stato eccellente. Tutto era immediatamente disponibile. Ha funzionato davvero alla perfezione."

E il suo bikini rosso? Lo racconta con un sorriso: "È arrivato - almeno simbolicamente - fino all'aereo sanitario." /eu

I vantaggi delle tre tessere

TESSERE SOCI	ALTO ADIGE		MONDIALE		MONDIALE PIÙ	
	Singolo	Famiglia	Singolo	Famiglia	Singolo	Famiglia
6 trasporti infermi fino ad un massimo di 250 chilometri	+	+	+	+	+	+
Ticket Elisoccorso Prov.le e soccorsi su pista gratuiti	+	+	+	+	+	+
Soccorso in Alto Adige/Provincia di Belluno gratuito	+	+	+	+	+	+
Corso primo soccorso gratuito	+	+	+	+	+	+
Diritto di voto alle elezioni della Croce Bianca	+	+	+	+	+	+
Installazione terminale di telesoccorso gratuita	+	+	+	+	+	+
Soccorso in Italia gratuito			+	+	+	+
Soccorso (ricerca e recupero) in tutto il mondo gratuito fino a 50.000 €			+	+	+	+
Trasferimenti secondari gratuiti fino al 100% in tutto il mondo			+	+	+	+
Viaggio per accompagnatore gratuito			+	+	+	+
Trasporto medicinali gratuito			+	+	+	+
Trasferimento della salma fino a 5.000 € in Europa, fino a 10.000 € nel mondo			+	+		
Rientro gratuito da tutto il mondo se necessario dal punto di vista medico o in caso di ricovero in ospedale previsto per più di 14 gg			+	+		
Trasferimento salma o funerale in loco gratuito					+	+
Rientro gratuito da tutto il mondo dal 1° o 3° giorno					+	+
Trattamento ambulatoriale gratuito fino al 100%					+	+
Trattamento ricovero fino a 550.000 €					+	+
Spese trattamento malattia esistente fino a 50.000 €					+	+
Ripresa gratuita del viaggio itinerante interrotto					+	+
Viaggio gratuito di ritorno posticipato (con pernottamenti)					+	+
Visita al malato dal 5° g. (viaggio gratuito, pernottamento fino a 400 €)					+	+
Rientro accompagnato dei figli minorenni fino a 4.000 €					+	+
TARIFFE	40 €	60 €	80 €	120 €	118 €	198 €

Beginn deutsche Version