



Promemoria G+S

Aspetti sanitari al campo

Consigli per l'igiene

Igiene personale

- lavare spesso le mani (prima di pranzo o di iniziare a lavorare in cucina, dopo essere andati alle latrine)
- mettere a disposizione il sapone
- dopo ogni pasto lavare i denti
- toletta mattutina con spugna e sapone (i lavandini devono essere sistemati in posizione invitante)
- fare regolarmente la doccia
- animazione: doccia con la musica; se non si hanno docce a disposizione, usare una normale canna dell'acqua

Abbigliamento

- installare delle corde da bucato per appendere i vestiti bagnati
- appallottolare carta di giornale dentro le scarpe bagnate (cambiarla spesso)
- cambiare spesso i vestiti, soprattutto la biancheria

Igiene in cucina

- lavare spesso le mani
- cambiare spesso grembiuli, stracci e asciugapiatti
- conservare i resti in contenitori a tenuta in frigorifero (attenzione con i resti nel campo in tenda!)
- quando si riutilizzano riscaldare bene i resti
- installare per le provviste un locale apposito o una tenda protetta dagli animali
- eliminare spesso i rifiuti
- nei campi sotto tetto pulire tutti i giorni il pavimento con lo straccio umido

- lavare il materiale di cucina con acqua calda
- risciacquare le stoviglie
- nel campo in tenda dopo il pasto mettere a disposizione dei partecipanti acqua calda per lavare le stoviglie
- ognuno tiene le proprie stoviglie in un sacchetto di tela

Acqua potabile

- l'acqua usata per lavare i denti deve essere potabile
- far bollire l'acqua dei torrenti o usare prodotti purificanti come «Micropur» (ottenibile nelle farmacie e drogherie), facendo agire per almeno un'ora
- trasportare l'acqua potabile solo in contenitori assolutamente puliti
- proteggere l'acqua dai raggi del sole e non farla riscaldare eccessivamente
- raccogliere l'acqua il più vicino possibile alla fonte
- utilizzare soltanto acqua fredda, limpida, inodore e incolore
- se possibile non bere acqua prodotta facendo sciogliere neve o ghiaccio (l'organismo rischia di perdere troppi sali)

Gabinetti

- pulirli ogni giorno con prodotti appositi
- mettere a disposizione sapone e asciugamani
- se si diffonde la diarrea, indicare i «WC per malati» (disinfettare più volte al giorno le maniglie delle porte)
- le latrine devono essere il più possibile comode e pulite, altrimenti nessuno le usa
- per disinfettare le latrine usare calce viva

Turni di pulizia al campo

- apparecchiare, riordinare e pulire i tavoli
- lavare ed asciugare i piatti
- pulire gabinetti e bagni
- passare lo straccio nei corridoi
- riordinare gli spazi circostanti

Attenzione: tutti i compiti devono essere descritti esattamente, per fare in modo che tutti sappiano quello che devono fare!

Aspetti ecologici

Rifiuti

- scavare una fossa per il compostaggio (da colmare al termine del campo)
- separare i rifiuti: vetro, metallo, Pet, carta, batterie
- evitare gli imballaggi in alluminio
- spesso gli avanzi di cibo possono essere usati come cibo per i maiali

Alberi

- mai conficcare chiodi negli alberi
- proteggere gli alberi quando si usano le corde
- non tagliare rami o abbattere alberi

Focolari

- predisporre i focolari in posti adatti e di dimensioni ragionevoli
- attenzione alle fronde soprastanti

Campi coltivati

- non passare sull'erba alta
- usare i sentieri esistenti
- delimitare con un nastro in plastica i limiti del campo
- spostare più volte oggetti ingombranti come ad es. le porte per il calcio (si rovina meno l'erba)

Detersivi

- utilizzare prodotti biodegradabili
- preferire le confezioni da riempire (meno rifiuti)
- non scaricare direttamente nei corsi d'acqua

Legname da costruzione

- il legname usato per le costruzioni da pioniere dovrebbe provenire dai fornitori locali
- ev. si può riutilizzare il materiale lasciato da un gruppo precedente

Alimenti

- favorire i negozi al dettaglio locali
- preferire i prodotti stagionali
- fare la spesa con un carretto

Viaggio andata/ritorno

- utilizzare i mezzi di trasporto pubblici

Malattie/Infortuni

Tenda/stanza adibita a infermeria

Criteri

- calda e asciutta
- non isolata dalla vita del campo
- vicina alle installazioni sanitarie
- sufficiente acqua nelle vicinanze
- coperte di riserva a sufficienza
- predisporre campanello o fischietto per chiamare l'assistenza

Alimentazione/benessere

- cibi leggeri
- servire piccoli spuntini
- sufficienti quantità di bevande calde a portata di mano
- arieggiare spesso letto/camera
- offrire la possibilità di giochi/lettura
- predisporre una bacinella in plastica in caso di vomito

L'infermiere del campo

- redige la cartella clinica per ogni malato (è il solo responsabile per la consegna di medicinali)
- annota l'andamento della malattia sulla cartella (facilita al medico la diagnosi)
- misura regolarmente temperatura e polso del malato

Ricorrere ad aiuti esterni

- in caso di incertezze ricorrere ad uno specialista (medico del campo, medico di famiglia)
- in ogni caso consultare il medico se:
 - la febbre supera i 39° C
 - vi sono perdite temporanee di coscienza
 - la malattia dura da oltre tre giorni
 - tre o più pazienti presentano gli stessi sintomi

Informare i genitori

- tutti gli incidenti e malattie che necessitano dell'intervento del medico devono essere annunciati
- le decisioni importanti devono essere prese insieme ai genitori (ad es. si può far operare il bambino?)
- se il tempo stringe decidi come farebbero i genitori dell'infortunato. Informa i genitori appena possibile
- informa in modo calmo e pacato, evita di spaventarli
- se possibile permetti all'infortunato stesso di telefonare a casa in tua presenza
- per i casi più gravi chiedi a una persona di fiducia di assisterti mentre informi i genitori

Fonti di pericolo al campo

Pericolo di incendio del bosco

- rispettare i divieti
- focolare a distanza adeguata da alberi, radici e provviste di legna
- delimitare il focolare con delle pietre, pulire il perimetro da foglie e erba secca
- mai usare benzina per ravvivare le fiamme (pericolo di esplosione!)
- quando ci si allontana spegnere sempre il fuoco con acqua e sabbia

Dormire nel fienile

- chiedere sempre il permesso!
- raccogliere i fiammiferi e gli oggetti di piccole dimensioni (pericolo d'incendio/di perdere le cose)
- non dormire su mucchi di foraggio fresco (avvelenamento da gas)
- nessuna fiamma/nessun oggetto incandescente

Fuochi d'artificio/fiaccole

- costruire un piedistallo adeguato e stabile
- non puntare contro persone
- rispettare le istruzioni per l'uso
- con le fiaccole: pericolo d'incendio per giacche in nylon ed altri materiali, proteggere le mani, non lasciare le fiaccole accese incustodite

Attrezzi da lancio

- (frecce, coltelli, pugnali, fionde...)
- stabilire il bersaglio (mai esseri viventi)
 - bloccare la zona del bersaglio
 - vietate le battaglie fra gruppi di ragazzi
 - non lanciare coltelli contro gli alberi

Attrezzi

- (asce, scuri, seghe...)
- mostrare come si usano correttamente gli attrezzi
 - controllare il manico delle asce
 - distanza adeguata fra i posti di lavoro
 - non lasciare in giro gli attrezzi

Acqua

- vietate le attività acquatiche senza sorveglianza

Il tempo libero al campo

Durante i blocchi dedicati al tempo libero, i partecipanti al campo hanno le idee più bizzarre e pericolose: prove di coraggio, caccia al record, arrampicate...

Bisogna pertanto prevenire:

- mettere a disposizione materiale vario per giocare
- installare nella zona del campo un terreno di gioco
- dare l'opportunità di muoversi a volontà
- evitare blocchi dedicati al tempo libero troppo lunghi
- il monitore (animatore) aiuta i partecipanti a organizzare il proprio tempo libero

Farmacia del campo

- cerotti
- disinfettante
- rotoli per fasciature
- bende elastiche
- bende di garza
- panno triangolare/coperta in alluminio isolante
- forbici e pinzette
- crema contro le punture d'insetto
- medicine contro diarrea, stitichezza, influenza
- crema per il trattamento di contusioni, ferite leggere, piccole ustioni
- termometro per la febbre
- aghi e spille da balia

Dispositivo di sicurezza

Contatti in caso di incidenti di scarso rilievo

- infermieri del campo
- medico del campo
- ospedale più vicino

Contatti in caso di incidenti o malattie gravi

- ospedale più vicino
- ambulanza/REGA

Concordare le regole

- portare sempre su di sé il formulario provvedimenti d'emergenza
- scheda sanitaria con i dati personali
- telefono per le emergenze (dire dove si trova)
- comportamento in caso di emergenza (informare la direzione del campo, ecc.)

Importante: all'inizio del campo informare i partecipanti in merito al dispositivo di sicurezza.

Formulario provvedimenti d'emergenza

Il documento ti aiuta ad agire in modo corretto in caso di incidente. In particolare esso contiene...

Un promemoria su:

- organizzazione in caso d'incidente
- incidente da valanga
- primi soccorsi
- salvataggio con l'elicottero

Una guida per:

- ordini di allarme
- protocollo del paziente
- protocollo e schizzo dell'incidente

Importante: è consigliabile esaminare e compilare il protocollo in tutta calma a casa, prima del campo! All'atto della ricognizione dei luoghi procurati tutte le indicazioni necessarie per compilarlo.

Scelta del mezzo di soccorso

Mezzi di fortuna o intervento esterno?

- Feriti leggeri, ad es.
- piccole ferite aperte
 - leggere bruciate
 - distorsioni e lussazioni
 - semplici fratture del braccio
- mezzi di fortuna, con le dovute precauzioni

- Tutte le altre ferite, ad es.
- ferite con pericolo di vita
 - perdita di conoscenza
 - feriti con fratture aperte
 - feriti con fratture molto dolorose
- trasporto fatto da professionisti

A chi rivolgersi per aiuto?

- Feriti gravi, ad es.
- ferite con pericolo di vita
 - ferite alla schiena
 - ustioni gravi ed estese
 - parti del corpo staccate
- sempre con l'elicottero!

- Luoghi di difficile accesso
- zone scoscese
 - accesso possibile solo con mezzi/fuoristrada
 - ambulanza distante oltre 30 minuti
 - strade ghiacciate, bloccate da frane, ecc.
- sempre con l'elicottero!

- Altri casi
- ferite non gravi e luogo facilmente accessibile
- soccorso tramite ambulanza!

Come comportarsi in situazioni di crisi

- valutare la situazione; enucleare il problema
- se necessario prestare i primi soccorsi
- breve pianificazione delle misure necessarie
- assistenza dei partecipanti
- affidare gli incarichi e controllarne l'esecuzione
- solidarietà con il monitore responsabile (determinazione della colpa in un secondo momento)
- informare i vertici della società e dell'associazione (cellula di crisi):
 - chi e quante persone sono coinvolte?
 - cosa è successo?
 - dove è successo?
 - quando?
 - quali misure si sono prese?
 - indirizzo delle persone coinvolte
- lasciare al portavoce dell'associazione ogni contatto con i media