

Intervista con Ryan Pedevilla

Capo della sezione del militare
e della protezione della popolazione ticinese

Più attenzione per ambiente e consumi

Per arginare i consumi energetici, intrapresa
una serie di interventi in un'ottica di risparmio
e maggior attenzione per l'ambiente

Volontariato, dai valore al tuo tempo libero

Creata una nuova Associazione per unire
e rafforzare lo spirito di collaborazione
tra i soccorritori volontari

L'igiene dentale e il fumo

Non solo problemi "estetici" per i fumatori,
ma anche numerosi rischi potenzialmente
molto nocivi per la propria salute

La ID.5 GTX

completamente elettrica
con trazione integrale

Provatela subito



VW ID.5 GTX, 299 CV, 17,9 kWh/100 km, 0 g CO₂/km, cat. A.

75 ANNI
VOLKSWAGEN IN SVIZZERA



amag AMAG Mendrisio
Via Antonio Rinaldi 3
6850 Mendrisio
091 640 40 80



BUNDI

GROTTO BUNDI

30 ANNI



Viale alle Cantine, 6850 Mendrisio • tel. 091 646 70 89 • www.grottobundi.com



Katia Cereghetti Soldini
Presidente
Servizio Autoambulanza Mendrisiotto

Editoriale

Care lettrici, cari lettori,

è con vero piacere che mi accingo a presentarvi questo numero di InfoSam. Si tratta come di consueto di un'edizione ricca di contenuti che spazia a 360 gradi sul mondo del soccorso e della salute nel nostro Mendrisiotto.

Abbiamo incontrato Ryan Pedevilla, Capo della sezione del militare e della protezione della popolazione ticinese, che ha delineato un quadro esaustivo delle competenze e delle attività svolte dall'Ente che dirige. In effetti, i compiti della Protezione Civile sono molteplici, e diversi sono relativi agli interventi in caso di rischio maggiore. **In Ticino i principali motivi di allerta interessano svariati campi, dal sostegno alle fasce più deboli della popolazione nelle estati torride alla gestione dei flussi migratori, dagli attacchi ai sistemi informatici da parte degli hacker alle catastrofi naturali....**

Molto stretta è la collaborazione con gli enti di soccorso pre-ospedaliero, che da diversi anni si occupano della formazione dei quadri e dei militi della Protezione Civile. In questo modo, possono essere delineati piani di intervento condivisi e mirati per affrontare al meglio le emergenze. Un esempio è rappresentato dalla recente pandemia, che ha visto i militi del Servizio interagire attivamente con il team di soccorso sanitario nella campagna vaccinale. E anche alla luce di questo, i cittadini hanno completamente rivalutato l'immagine della Protezione Civile, comprendendone fino in fondo la vera essenza.

In un mondo sempre più attento all'ecologia, abbiamo deciso di intraprendere un cammino all'insegna della sostenibilità ambientale. **Grazie al totale finanziamento da parte della Fondazione Croce Verde Mendrisio, sul tetto della nostra sede è stato installato un impianto fotovoltaico, in grado di soddisfare circa un terzo del nostro fabbisogno energetico totale.** Abbiamo anche provveduto a sostituire una parte cospicua delle lampade alogene di vecchia generazione con apparecchi illuminanti a tecnologia LED, molto più performanti sul piano energetico. Inoltre, per diminuire ulteriormente i consumi abbiamo automatizzato l'impianto di riscaldamento, in modo che di notte sia inattivo negli spazi non utilizzati.

Tengo poi a richiamare la vostra attenzione sull'articolo dedicato ai Soccorritori Volontari del SAM: un team di 40 cittadini che hanno scelto di dedicare energie e tempo libero per aiutare la popolazione, senza ricevere nulla in cambio. **Nel 2021 è stata creata un'Associazione dedicata proprio a questa figura di rilievo del soccorso d'urgenza, allo scopo di unire e rafforzare lo spirito di collaborazione, fondamentale nella gestione delle emergenze.**

Anche l'AMA - Associazione Mendrisiotto Anziani è animata dal benemerito spirito del volontariato. Ce ne parla uno dei suoi fondatori, che descrive l'evoluzione del Servizio svolto in stretta collaborazione con il SAM.

Interesserà sicuramente i nostri lettori fumatori l'articolo che focalizza il rapporto tra igiene dentale e tabagismo: perché le sigarette, oltre ad essere responsabili di evidenti problemi estetici ai denti, possono compromettere seriamente la salute.

Infine, un piccolo appello... al buon cuore di tutti i cittadini. Sapete bene che ogni piccolo, grande contributo economico è per il SAM un prezioso aiuto. Troverete quindi un articolo che illustra le modalità per effettuare un lascito testamentario a favore della nostra Associazione.

Buona lettura!



Impressum

Editore: Servizio Autoambulanza del Mendrisiotto
Via Beroldingen 3 6850 Mendrisio Tel. 091 640 51 80
Donazioni IBAN n.: CH85 0900 0000 6922 1205 3
info@sam-mend.ch, www.sam-mend.ch

Coordinamento redazionale: www.mediares.ch

Fotografie: archivio SAM, Fidel Esteves Pinto, Rescue Media, TiPress

Hanno collaborato a questo numero: Katia Cereghetti Soldini, Carlo Realini, Bruno Pereira, Marta Aramini, Sandro Merlini, Katia Cappelletti, Chiara Botta, Ryan Pedevilla, Angelo Fumagalli, Sal Comodo

Stampa: Arti Grafiche Salvioni - TBS La Buona Stampa

Tiratura: 32'000 copie distribuite gratuitamente a tutti i fuochi del Mendrisiotto

N. 14, maggio 2023



Intervista con Ryan Pedevilla

Un colloquio con Ryan Pedevilla, Capo della sezione del militare e della protezione della popolazione ticinese di cui fa parte anche la Protezione Civile Ticinese, mette in luce gli aspetti caratterizzanti delle attività svolte al servizio dei cittadini. La stretta collaborazione con gli enti di pronto intervento ne definisce il ruolo di supporto nelle emergenze che possono verificarsi in ogni ambito territoriale e sanitario, come nel caso della recente pandemia o del vasto incendio del Gambarogno.

Signor Pedevilla, attualmente quali sono i rischi maggiori in Ticino, una nuova pandemia, l'emergenza climatica, i flussi migratori?

Se consideriamo i rischi in maniera singola direi che hanno un grado di complessità relativamente basso. Il vero pericolo è dato dall'unione di due o più eventi che si sovrappongono. Durante la recente pandemia una delle misure è stata quella di fermarci, di chiuderci e di non far circolare le persone. Questo ha contribuito a contenere efficacemente il problema. Ma se in quel momento fossero arrivati dei flussi migratori importanti, si sarebbe creata una situazione molto più complessa. Allo stesso modo, se penso alla canicola come unico elemento di rischio, ci sono delle misure relativamente semplici, come fornire assistenza agli anziani portando acqua al domicilio, verificandone contemporaneamente il loro stato di salute. Se uniamo invece canicola, flussi migratori e una pandemia ecco che potrebbero sorgere problemi importanti. Il dispositivo d'intervento in questo caso deve seguire delle priorità. Ma non esistono soltanto i rischi legati a catastrofi naturali, ne esistono di varia natura come per esempio quelli relativi a un problema cyber. È una situazione che potrebbe toccare e bloccare la nostra società in quanto si è legati, forse troppo, all'informatizzazione, basti pensare al traffico pagamenti, oppure alla gestione delle più semplici pratiche amministrative sino alla visualizzazione delle schede dei pazienti, le quali sono ormai tutte in formato elettronico. Di stretta attualità è pure la penuria energetica. Ad essa è legata in maniera imprescindibile tutta la gestione delle comunicazioni. Senza rete informatica o senza energia ci ritroviamo catapultati indietro



Foto: TI-Press

Classe 1977, Ryan Pedevilla vive con Letizia e i loro tre figli. Dal 2017 è Capo sezione del militare e della protezione della popolazione ticinese. Ha studiato economia aziendale alla Supsi di Manno.

nel tempo. Per mitigare il rischio abbiamo approntato un dispositivo denominato "BLACK RADIO". È una rete autonoma che utilizza apparecchi Polycom grazie alla quale riusciamo a gestire gli interventi tra i vari partner della protezione della popolazione. Inoltre esiste un sistema della Confederazione che consente di comunicare tramite le classiche onde radio; questo sistema permetterebbe di informare la popolazione in maniera attiva, avvisandola sugli accadimenti. Ma è abbastanza inverosimile che salti tutto in maniera repentina e completamente incontrollata.

A proposito di pandemia, ora la popolazione vi conosce e vi apprezza di più.

Certo, si avverte un cambiamento. La pandemia è stata un banco di prova, a margine della tristezza e dei vissuti personali che ci sono stati. Nel 2016 abbiamo rivoluzionato completamente quelli che erano gli aspetti formativi della Protezione Civile, raddoppiando il tempo dedicato alla formazione dei quadri e prodigandoci per migliorare un equipaggiamento ormai datato. Le tendine che abbiamo posto davanti agli ospedali non esistevano prima del 2016. Sin dal mio arrivo mi sono accorto del potenziale inespresso anche a causa dei limiti dettati dalle apparecchiature, oppure per la difficoltà da parte della nuova generazione di utilizzare materiale vetusto. Questo ha dato gli stimoli per trovare soluzioni pragmatiche, finanziariamente accessibili e di trovare il giusto compromesso intergenerazionale. Si sta anche introducendo un sistema rivoluzionario in

grado di attivare i militi in tempi molto più rapidi.

Con l'attività prolungata durante la pandemia e in occasione della vaccinazione di massa, abbiamo messo in gioco veramente tantissimi ragazzi e ragazze del nostro Paese. Anche il fatto di seguire il flusso migratorio dei profughi ucraini ha sicuramente contribuito a rafforzare la nostra immagine. Ora c'è la consapevolezza che esiste una riserva strategica in Ticino su cui si può contare, la Protezione Civile, pronta e determinata a dare una mano concreta al Cantone. Forse prima l'immagine era principalmente legata ad altri contesti, come la pulizia dei sentieri o gli interventi di ripristino del territorio. Serbo un bel ricordo della ricerca di personale per la vaccinazione, un sistema in cui è prevalsa la milizia così come

formativi differenti, è un indubbio vantaggio. Personalmente posso affermare di aver fatto dei passi da gigante nella gestione delle crisi, indipendentemente dalla durata e dalla dimensione. Credo che la collaborazione durante la pandemia sia stata eccezionale, nella misura in cui si è capito quali risorse potevano essere supportate o riprese dalla Protezione Civile. Ad esempio, la sanificazione delle ambulanze poteva essere effettuata dai militi della Protezione Civile, facendo risparmiare preziose risorse ai team di soccorso.

Qual è l'attuale stato di salute della Protezione Civile?

Le potrei dire che oggi stiamo bene, ma dal 2026 ci sarà una modifica legale che ridurrà di circa il 40% il numero di effettivi astretti all'assoggettamento alla Protezione Civile. In parole povere significa che un milite non sarà più integrato fino a 40 anni, ma dopo 14 anni di servizio verrà proscioltto. Questo è un elemento che un po' spaventa, perché ci sarà qualche problema nell'assicurare le prestazioni richieste durante l'arco dell'anno. La mancanza di queste persone si farà sentire. Attualmente ne stiamo discutendo. Il problema non è di natura economica, perché a fronte di emergenze i soldi si trovano, ma le persone che gestiscono l'emergenza meno. Servono persone formate e strutturate in tempi non sospetti in modo che possano essere subito operative in caso di emergenza.

Ha svolto una formazione negli Stati Uniti: l'Engineer Captain's Career Course a Fort Leonard Wood (Missouri).

È stato un training di 9 mesi relativo alla formazione del genio con le truppe statunitensi. Fra le varie attività abbiamo svolto una serie di valutazioni sulle "operazioni di stabilizzazione": come ricostruire un ponte, una strada, una scuola o una pista di atterraggio. Si tratta di competenze che un ufficiale del genio dell'esercito svizzero non acquisisce perché non ci sono i presupposti per pensare che sia l'esercito a dover ricostruire infrastrutture simili. Per loro invece è un compito reale, qualcosa di concreto che può verificarsi in differenti scenari. È stata un'esperienza illuminante. Chiaramente i mezzi a disposizione dell'esercito americano sono differenti dai nostri, ma posso affermare che ammirano la nostra flessibilità e capacità di pensare fuori dagli schemi. Loro hanno il top di gamma in tutti gli scenari possibili. Per esempio hanno truppe che si esercitano nell'Artico per imparare a creare un passaggio su un lago ghiacciato, dopo aver valutato il peso specifico del materiale. Hanno sviluppato una serie di tecniche per effettuare uno sminamento umanitario o da combattimento, creando rapidamente una breccia al fine di garantire il passaggio della truppa. Hanno delle competenze tecniche che avevo solo immaginato nei film, tutti coloro che erano con me avevano svolto almeno due o tre missioni all'estero, la maggior parte tra Iraq e Afghanistan.

A questa prima parte di formazione se ne è affiancata una seconda di "on the job training", un allenamento sul terreno per truppe in procinto di partire in un impiego. Ero in Texas, a Fort Hood, con una temperatura che durante la notte era di 30-35 gradi e durante il giorno superava spesso i 45. È stata un'esperienza sicuramente significativa, passare diverse settimane in un impiego con queste condizioni di grande caldo e con un sergente maggiore che ogni ora ti ordinava di bere il tuo bicchiere d'acqua – significava bere 8-10 litri di acqua al giorno - e poi controllava se l'avevi fatto. Condizioni climatiche così estreme io non le avevo mai provate.



il puro spirito di solidarietà da parte di aiuto infermiere/i e di persone legate al sistema sanitario che hanno in qualche modo conciliato le loro attività al fine di venire a vaccinare. Grazie all'Accademia di Medicina d'Urgenza Ticinese, è stato possibile formarli online e far fare loro un po' di pratica, perché fare un'iniezione intramuscolare sembrerebbe non essere così complesso. Sono stati fantastici nel recepire e mettere in pratica le indicazioni fornite dall'Ufficio del Medico Cantonale e del Farmacista Cantonale. È stato fondamentale aver avuto a disposizione una piattaforma che permettesse di creare le basi per poter formare queste persone, e poi convocarle per la formazione pratica. Dopo aver ottenuto l'attestato, potevamo attivare quasi un migliaio di persone. Di questo spirito solidale c'era una totale lacuna, o forse una mancanza di consapevolezza, colmata nel momento della massima emergenza. Questo è stato possibile grazie alla capillare rete di contatti che si è creata, alla ferma volontà della popolazione di reagire e dalla tecnologia disponibile.

I servizi ambulanza negli ultimi 15/20 anni hanno puntato molto sulla formazione dei propri capi intervento con percorsi mirati insieme a polizia, pompieri e protezione civile. Qual è il suo punto di vista sui risultati raggiunti?

La formazione è la base della conoscenza. Il fatto di potersi esercitare insieme ai propri partner, coloro che stanno sul terreno quando succede un evento, avere dei mezzi, imparare a parlare la stessa lingua, nonostante abbiano tutti dei percorsi

Inquadra il codice QR
e leggi l'intervista
completa



La vostra Toyota
in ottime mani

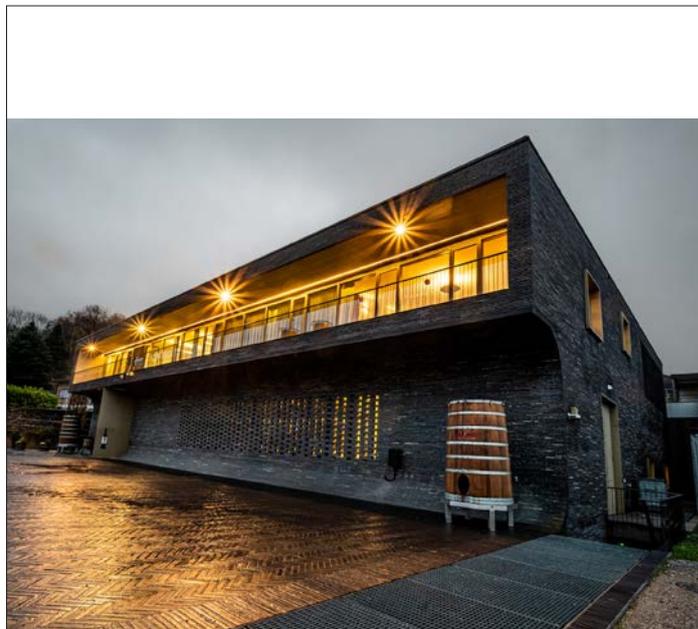


Prenotate un servizio e
prolungate la garanzia.

10 ANNI
DI GARANZIA
TOYOTA

10 anni di garanzia attivata dal servizio e Assistenza o 185'000 km dalla prima immatricolazione per tutti i veicoli Toyota (vale il primo criterio raggiunto).
Trovate informazioni dettagliate nelle condizioni di garanzia su toyota.ch.

BONFANTI
MENDRISIO



 **AGRILORO**
Premium Swiss wines since 1981

VIA PRELLA 14 - 6852 GENESTRERIO
www.agriloro.ch - info@agriloro.ch

Biogas

Il gas naturale rinnovabile
amico dell'ambiente

Desideri contribuire attivamente
alla salvaguardia dell'ambiente?
Allora scegli il **biogas**, una fonte di
energia ecologica e rinnovabile.
Ecco i nostri prodotti



Strizza l'occhio alla natura
con **BIOGAS BASIC**
5% biogas



Tendi la mano all'ambiente
con **BIOGAS MEDIUM**
20% biogas



Abbraccia il sostegno al clima
con **BIOGAS PLUS**
certificato Naturemade Star
100% biogas

AIM
Aziende Industriali Mendrisio

via Municipio 13
6850 Mendrisio

Servizio clienti
T 058 688 38 00
lu-ve 08:30-11:30
14:00-17:00

info@aim.mendrisio.ch
aim.mendrisio.ch



Agenzia funebre
Soldini

Via San Gottardo 24 - 6877 Coldrerio
Tel. 091 646 16 26 - 079 621 73 80 - 079 621 79 29
www.onoranzefunebri-soldini.ch



Bruno Pereira
Responsabile Area Logistica e Sicurezza
Servizio Autoambulanza Mendrisiotto

Più attenzione per ambiente e consumi

Per contribuire ad arginare i consumi energetici, il Servizio Autoambulanza del Mendrisiotto e il Servizio Medico Dentario Regionale hanno intrapreso una serie di interventi in un'ottica di risparmio e di attenzione all'ambiente. Il più significativo ha comportato l'installazione di una serie di pannelli fotovoltaici, totalmente finanziati dalla Fondazione Croce Verde Mendrisio.

In questi ultimi mesi si è parlato molto della possibile penuria energetica. Ovunque, su giornali o pubblicità televisiva, sono stati forniti consigli per diminuire il consumo, perché tutti, nel nostro piccolo, possiamo contribuire, anche senza dover rinunciare alle proprie comodità e stile di vita.

In questo contesto il Servizio Autoambulanza del Mendrisiotto e il Servizio Medico Dentario Regionale hanno seguito le direttive Federali e Cantionali, che prevedono di sensibilizzare il personale proponendo dei piccoli cambiamenti alle proprie abitudini. Sono inoltre suggeriti degli accorgimenti tecnici a livello di edificio.

L'intervento più significativo a favore dell'ambiente e del risparmio energetico ha comportato l'installazione di un impianto fotovoltaico. Il montaggio è avvenuto a dicembre 2022, grazie alla sensibilità e al finanziamento della Fondazione Croce Verde Mendrisio, che ringraziamo di cuore.

Sul tetto della sede, la FCVM ha posizionato ben 96 pannelli solari e 49 ottimizzatori. Ogni pannello è in grado di trasformare l'energia solare in energia elettrica, senza generare nessun tipo di inquinamento e riducendo così le emissioni di anidride carbonica nell'ambiente.

In questo modo si contrasta anche il rischio del surriscaldamento globale. Proprio per questi motivi, l'energia fotovoltaica è classificata come uno dei migliori sistemi di produzione energetica "green". È stato stimato che dai nostri pannelli si possono ricavare annualmente circa 40 MWh, sufficienti a coprire circa un terzo del nostro fabbisogno energetico complessivo.

Fino a novembre del 2022 tutta l'illuminazione della sede era affidata alle lampade alogene di vecchia generazione, abbiamo quindi iniziato a sostituirle con lampade a nuova tecnologia LED, molto più efficienti e amiche dell'ambiente.



Foto: Fidel Esteves Pinto

Il primo intervento ha interessato gli spazi più utilizzati, come ad esempio l'autorimessa (che è in assoluto il luogo più frequentato e illuminato), la cucina e il salotto.

Questo primo passo ha già portato ad un beneficio economico ed ambientale. Nel corso del 2023 abbiamo come obiettivo la completa sostituzione della vecchia, e ormai obsoleta, tecnologia di illuminazione degli spazi.

Sempre nell'ottica di ottimizzare i consumi energetici, abbiamo riprogrammato alcune attività, come ad esempio l'utilizzo delle lavatrici e delle asciugatrici, nelle ore notturne. È stato inoltre fissato il limite dei 21°C all'interno degli ambienti lavorativi, mentre il limite massimo è stato ridotto a 18°C nelle aree dedicate al riposo. All'interno degli spazi del Servizio Medico Dentario, invece, si è mantenuta una temperatura costante di 22°C.

Per diminuire ulteriormente i consumi, l'impianto di riscaldamento è stato automatizzato, in modo che venga spento negli spazi non utilizzati durante le ore notturne, per esempio nelle sale adibite alla formazione.

Sono stati introdotti altri accorgimenti, tutti basati sulle campagne informative e di sensibilizzazione della Confederazione e del Cantone Ticino. In particolare abbiamo preso come riferimento la campagna "Zero spreco" (per approfondimenti: www.zero-spreco.ch).

È una continua sfida, perché uno degli obiettivi è quello di non compromettere l'attività operativa dei nostri servizi e allo stesso tempo di mantenere alto il comfort dei nostri collaboratori e dei nostri utenti.



Marta Aramini
Membro Associazione Volontari
e rappresentante di Comitato
Servizio Autoambulanza Mendrisiotto



Sandro Merlini
Presidente Associazione Volontari
Servizio Autoambulanza Mendrisiotto

Volontariato, dai valore al tuo tempo libero

Nel 2021, il SAM ha creato un'Associazione dedicata a questa figura insostituibile del soccorso d'urgenza, con lo scopo di unire e rafforzare il loro spirito di collaborazione. Attualmente sono 40, di cui 10 con la formazione di autista, i volontari che hanno scelto di dedicare una buona parte del loro tempo libero ad aiutare gli altri, nelle ore notturne e nei fine settimana. Perché lo fanno? Perché hanno la possibilità di vivere un'esperienza umanitaria che non ha prezzo. La testimonianza di Claudio e Marco ne è una preziosa conferma.

L'Associazione Volontari Servizio Autoambulanza Mendrisiotto (AV-SAM) venne costituita ufficialmente il 10 marzo 2021. La scelta di costituire un'associazione dei volontari nasce, nel 2017, in concomitanza con la programmazione dell'unificazione del Servizio Autoambulanza Mendrisiotto (SAM) e del Servizio Medico Dentario Regionale (SMDR).

Essa diventa quindi una delle quattro categorie di soci della nuova Associazione SAM, assieme ai comuni convenzionati, ai soci onorari e ad altri enti e associazioni di diritto pubblico o privato con una distribuzione più equa del peso nelle votazioni.

Dato l'importante sostegno da parte dei comuni nel coprire il disavanzo di spese, l'assegnazione dei voti avviene con 1 voto ogni 1000 abitanti

per i comuni e 1 voto ogni 5 volontari per l'AV-SAM. L'Associazione Volontari si prefigge lo scopo di unire e rafforzare lo spirito di colla-

borazione tra i volontari, trovare nuove leve promuovendone la figura, fungere da interlocutore diretto tra il gruppo di volontari e la direzione e garantire la presenza dei soccorritori volontari durante le attività nelle quali è richiesta.

“Il SAM offre ai soccorritori volontari un settore nobile nel quale dedicare il proprio tempo libero, con la possibilità di vivere esperienze arricchenti e di crescita e fornire un supporto utile ai soccorritori diplomati.”



L'età minima per poter essere ammessi alla formazione di soccorritore volontario è 18 anni compiuti ed è indispensabile la residenza in Svizzera oppure un permesso di lavoro in corso di validità.

Oggi il SAM può contare sul valido supporto di 40 volontari, 10 dei quali con la funzione di autista. Durante le notti e i giorni festivi i soccorritori volontari prestano servizio sulle autoambulanze o sull'automedica in aggiunta ai soccorritori diplomati, infermieri o medici. Oltre ai turni di servizio la presenza

dei volontari è indispensabile per la copertura di picchetti sanitari, quale supporto nelle giornate di formazione e informazione dedicata ai bambini e

ragazzi delle scuole elementari e medie, così come nelle porte aperte di presentazione del servizio.

La formazione permanente e l'aggiornamento continuo sono un tassello fondamentale nella carriera di un soc-

corritore volontario, per questo vengono organizzate delle giornate di formazione teorico-pratiche, oltre agli aggiornamenti previsti durante la presenza in sede.

Per il mantenimento del brevetto quale soccorritore volontario ognuno è tenuto a seguire almeno 30 ore di formazione e raggiungere un punteggio di coefficienti pari a 200, suddivisi in interventi, picchetti a manifestazioni, ore di formazione, disponibilità in turno e trasferimenti. L'aspetto della formazione e dell'aggiornamento continuo diviene ancora più importante considerando che il volontario può provenire anche da un ambito scolastico e/o professionale non sanitario.

Il SAM offre ai volontari un settore nobile nel quale dedicare il proprio tempo libero, con la possibilità di vivere esperienze

Marco e Claudio sono due volontari attivi che portano la loro esperienza. Nelle prossime edizioni di InfoSam leggeremo anche la testimonianza di Alice, Georgia e Camilla.

Claudio, segretario comunale

Ho iniziato la mia attività di volontariato al SAM nel 2019. Nel mio corso ero tra i più vecchi e alcune mie colleghe mi chiamavano scherzosamente 'nonno' Claudio. Ebbene sì, iniziare questa formazione a 43 anni non è stato affatto semplice. Essere volontario al SAM non significa solamente essere confrontato con persone affette da malattia o vittime di incidenti, ma soprattutto con cittadini che vivono ai margini della società. Ed è proprio questa la difficoltà del mio volontariato. Essere a contatto con ragazzi e giovani adulti che subiscono la velocità della nostra società e che quindi più di altri necessitano di aiuto, ma soprattutto di ascolto, quell'ascolto che cerchiamo di evitare per paura di essere rallentati o forse di scoprire una realtà che preferiamo nascondere per poter in questo modo continuare a camminare, senza distrazioni. Non vi sono solo però ragazzi in difficoltà ma anche anziani soli. Anziani che non necessitano solo di una mano per essere rimessi a letto, ma anche di un ascolto. Anziani che quando alle due di notte varchi la loro porta ti accolgono con un caloroso saluto e non mancano mai di ringraziarti offrendoti pure una bibita o un gelato. Quegli anziani che ormai conosci e che a volte tra una battuta e l'altra durante un turno di notte ti capita di ricordare.... e come per magia mentre ti stai per addormentare arriva un intervento di colore verde: è l'anziano che purtroppo è nuovamente caduto e dopo aver passato un'ora a terra tentando di rialzarsi ha deciso finalmente di chiedere il nostro aiuto. La bibita è nel frigorifero, il gelato nel congelatore. Simpaticamente li rifiutiamo ma ci prendiamo il nostro tempo, seppur l'ora tarda, per ascoltare la sua storia, di solitudine. Gli rimbobchiamo le coperte, rinforziamo il concetto sull'importanza delle calze antiscivolo, spegniamo le luci, chiudiamo la porta e torniamo in sede. Pronti per un altro intervento, una nuova storia.

Marco, infermiere

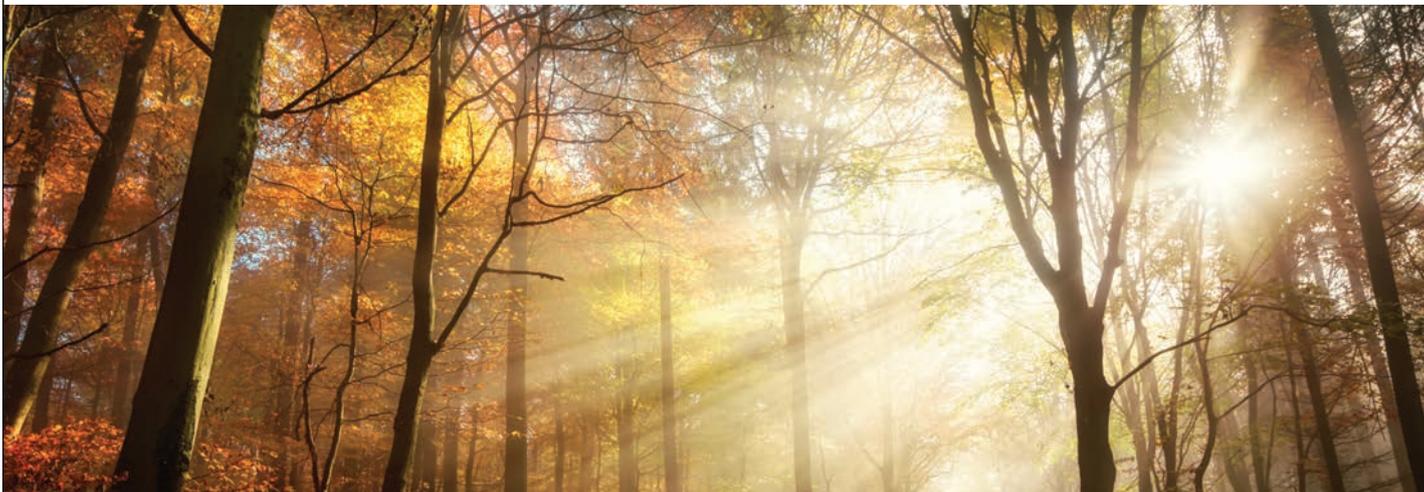
Sono Marco M., ho 34 anni nella vita sono un infermiere e, nel tempo libero sono soccorritore volontario presso il SAM. Le mie giornate si svolgono in totale semplicità: vita privata, lavoro, sport e volontariato sul territorio e all'estero. L'ultimo aspetto, il volontariato ricopre un ruolo fondamentale nella mia vita, poiché ho scoperto che è una mia propensione e ho deciso di seguirlo. Da diversi anni svolgo l'attività di volontariato in Africa, mentre sul suolo nazionale, precisamente dal 2020, sono Soccorritore Volontario presso il Servizio Autoambulanza Mendrisiotto. Ho scelto di avvicinarmi al SAM e diventare un Soccorritore perché nel tempo, grazie alla mia professione nel campo dell'infermieristica, c'è stata una vera e propria spinta motivazionale dentro di me, appassionandomi sempre più al mondo dell'urgenza e al soccorso extraospedaliero. Questo mi permette di conoscere da vicino tante realtà, che a volte sembrano così distanti dalla nostra quotidianità ed invece sono lì, ad un palmo di mano. Concretizzare il pensiero di aiutare qualcuno nel mio piccolo è qualcosa che non ha uguali, e vedere la gratitudine mostratami per un gesto così semplice va al di là di ogni fatica e di ogni parola. Ad oggi, posso definirmi una persona felice perché anche solo un attimo di sollievo che offro alle persone è qualcosa di gratificante.



arricchenti e di crescita, fornire un supporto utile ai soccorritori diplomati e alla popolazione e incrementare il proprio bagaglio di conoscenze, utili anche nella vita di tutti i giorni. Essere volontari al SAM è un grande privilegio, anche grazie alla stima e fiducia che la direzione e il comitato del SAM ripongono nel ruolo.

Nella società odierna non è sempre facile trovare persone disposte a dedicare il proprio tempo e in particolare le notti e i fine settimana con impegno e dedizione al servizio del prossimo, senza particolare remunerazione economica e riuscendo ad incastrare i turni negli innumerevoli altri impegni di una vita frenetica.

Essere soccorritore volontario significa avere passione, dedizione e motivazione nell'affrontare le situazioni inaspettate che si celano dietro una chiamata improvvisa, la fatica di affrontare situazioni delicate e la soddisfazione di riuscire ad offrire sollievo a chi sta male e che apprezza la nostra presenza.

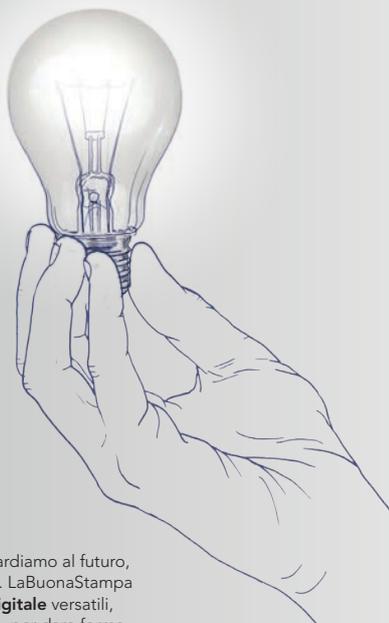


www.coltamaionoranze.ch

1917-2017
100 ANNI

LaBuonaStampa

*Per fare di ogni
buona idea
una bella idea*



È già da un secolo che guardiamo al futuro, e sappiamo come arrivarci. LaBuonaStampa ti offre servizi di **stampa digitale** versatili, rapidi e di altissima qualità, per dare forma ai tuoi progetti più originali.

Ti invitiamo a scoprire la nostra stampa digitale. I nostri esperti ti offriranno subito un'accurata **consulenza gratuita e speciali offerte su misura** per le tue esigenze.

LaBuonaStampa
Via Fola 11
6963 Pregassona
T 0041 (0)91 973 31 71
www.labuonastampa.ch



DIMA
VERNICIATURA A FORNO
SOSTITUZIONE PARABREZZA
RESTAURI

di Luca Della Casa
Ponte Laveggio
6853 Ligornetto
tel. 091 647 27 24
cell. 077 522 59 61
info@carrozzeriadellacasa.ch

www.carrozzeriadellacasa.com



Angelo Fumagalli
Presidente
AMA Associazione Mendrisiotto Anziani

L'Associazione Mendrisiotto Anziani

Da più di trent'anni, i volontari dell'AMA Associazione Mendrisiotto Anziani effettuano un servizio di trasporto anziani in un territorio che si è progressivamente esteso a tutto il Canton Ticino, con una media di 40 interventi al giorno. E grazie alla collaborazione con il team del SAM, l'associazione ha ampliato il raggio della propria utenza anche a coloro che sono affetti da alcuni tipi di patologie e che richiedono un'assistenza sanitaria professionale.

Potremmo iniziare questo articolo con le parole di una famosa canzone di Gino Paoli: "Eravamo quattro amici al bar". Si perché sono stati proprio quattro amici al bar che nell'ormai lontano 1991 hanno fondato AMA - Associazione Mendrisiotto Anziani.

AMA è un ente senza fini di lucro che si occupa del trasporto di persone anziane (AVS) o con difficoltà motorie (AI). La maggior parte dei trasporti viene effettuata dai suoi cinquanta volontari con il proprio veicolo.

Ma torniamo un attimo indietro nel tempo. Agli inizi, AMA operava solo su 7/8 comuni del Mendrisiotto con una decina di volontari.

Nel 2006, la prima grande svolta. Il Sig. Moreno Colombo, che allora sedeva in Gran Consiglio ed era presidente dell'Associazione, riuscì a convincere i dirigenti cantonali della bontà del progetto e fece riconoscere AMA come ente d'appoggio cantonale, a condizione però che l'associazione allargasse il proprio servizio a livello regionale.

Il comitato si mise subito in moto e serata dopo serata cominciò a visitare tutti i comuni del comprensorio per presentare il progetto e per cercare di "arruolare" i volontari necessari

a coprire i bisogni di un territorio che, partendo dal ponte diga, arrivava fino a Chiasso, valli comprese. Dopo poco tempo ci si rese conto che le richieste erano veramente elevate e spesso di non facile gestione. Si trattava infatti di trasportare anche disabili, dializzati e pazienti affetti da patologie che richiedono una particolare attenzione e competenza, e anche se animati da uno spirito altruistico encomiabile, i volontari non avevano la preparazione necessaria.

E qui un'altra svolta. Durante un incontro con il Sig. Comi, allora municipale di Mendrisio, i responsabili dell'AMA hanno realizzato che il Servizio Autoambulanza Mendrisiotto poteva essere il partner ideale per effettuare questi trasporti particolari. È stato sufficiente un breve incontro con il direttore di allora per sancire una collaborazione che prosegue ancora oggi con reciproca soddisfazione.

Nel 2022 i volontari dell'AMA hanno percorso complessivamente 216'501 Km (pari a una media di 40 trasporti al giorno) e di questi, 2'278 km sono stati coperti dal team del SAM su mandato dell'associazione.

Grazie al SAM, oggi l'AMA può contare sulle prestazioni di personale qualificato e su veicoli adatti alle sedie a rotelle, mentre gli operatori dell'Assistenza e Cura a Domicilio del Mendrisiotto e Basso Ceresio hanno la possibilità di richiedere l'intervento dell'AMA in modo diretto.

Il servizio è a disposizione di tutti gli utenti domiciliati nel Mendrisiotto e Basso Ceresio e si estende in tutto il Canton Ticino.

Questo enorme lavoro può essere sostenuto unicamente grazie al generoso contributo dei volontari dell'AMA. E, alla luce del continuo aumento di richieste, l'associazione è sempre alla ricerca di cittadini animati da un profondo spirito umanitario che mettano a disposizione parte del loro tempo per sostenerne l'attività.

Per una richiesta di trasporto, gli interessati possono contattare telefonicamente il centralino dell'AMA al numero 079 820 70 60, nei giorni feriali dalle ore 9:00 alle 11:00 e dalle 13:00 alle 15:00. La prenotazione dev'essere fatta con un preavviso minimo di 2 giorni lavorativi, indicando data, ora e luogo dell'appuntamento ed eventuali necessità (ad esempio, utente con carrozzina).

Per ulteriori approfondimenti si invita a consultare il sito www.associazione-ama.ch.





Katia Cappelletti
Igienista dentale
Servizio Medico
Dentario Regionale (SMDR)

L'igiene dentale e il fumo

Chi fuma sa bene che la nicotina è responsabile di veri e propri problemi "estetici", così decide spesso di sottoporsi a una seduta di igiene orale per poter tornare a sorridere senza pensieri. Dietro questo vizio si celano rischi per la salute generale ma anche per la salute della bocca.

L'igienista dentale è l'operatore sanitario che si impegna quotidianamente nella promozione della salute del cavo orale e dei denti mettendo al primo posto tra le sue priorità la salute generale dei propri pazienti. Occupandosi, insieme ad altre figure sanitarie, della prevenzione delle malattie del cavo orale. In questi anni, l'attenzione per il mantenimento della salute è rivolta al controllo dei fattori di rischio, cioè a vigilare e dismettere dalle insane abitudini che possono aumentare le probabilità di sviluppare una malattia.

I fattori di rischio giocano un ruolo determinante sia nelle patologie sistemiche croniche sia in quelle specifiche del cavo orale e sono differenziati in due categorie:

- **fattori di rischio non modificabili come età, sesso e genetica;**
- **fattori di rischio modificabili come dieta, stress, trauma, alcool e fumo.**

Dato che il fumo è uno dei fattori di rischio legato anche alle patologie del cavo orale, risulta essere di fondamentale importanza la fase di prevenzione attuata dall'igienista dentale nei primi momenti di contatto con l'utente.

Il lavoro dell'igienista sta nell'intercettazione del paziente fumatore, nel supporto che può dedicargli, al fine di rendere la persona consapevole e correttamente informata.

Durante la seduta, l'igienista mostra al paziente i rischi correlati al fumo, di cui spesso non è a conoscenza, informandolo sul fatto che smettere di fumare è un beneficio non solo per tutto l'organismo, ma anche per il cavo orale e i denti.

La modifica delle abitudini e dei comportamenti poco sani, attraverso una scelta motivata e ponderata, è ciò che l'igienista auspica possa verificarsi e si batte per coinvolgere il paziente in questa direzione.

Il paziente fumatore, di norma, si rivolge allo studio dentistico e all'igienista con una forte esigenza estetica, ovvero quella di eliminare le fastidiosissime macchie scure che si formano



sulle superfici dentali a causa del fumo.

L'igienista non solo effettuerà la detersione meccanica per rimuovere le macchie dai denti del paziente fumatore, nel contempo inizierà un importante lavoro di prevenzione.

Quale operatore sanitario, ha come compito quello di erogare mansioni di educazione e di informazione, di intercettazione e di counselling motivazionale creando i presupposti per l'impegno e la consapevolezza dei pazienti.

Un terzo della popolazione adulta mondiale fa uso di tabacco. In Ticino, come descritto dall'Osservatorio svizzero della salute, il 31.9% della popolazione di età superiore ai 15 anni fuma (La salute nel Cantone Ticino, risultati dell'indagine sulla salute in Svizzera, 2019).

Il numero dei fumatori tra i 15 e i 24 anni è in continuo aumento anche a causa della nascita di nuovi devices quali le sigarette elettroniche. Questi prodotti sono stati immessi nel mercato per controllare la percentuale di nicotina e dismettere dal fumo, risultando di fatto anch'essi fautori del vizio.

Il tabacco contiene più di 300 composti cancerogeni, alcuni dei quali sono acetone, arsenico e benzene.

Inoltre, il fumo emesso contiene 4000 sostanze tossiche prodotte dalla combustione.

La nicotina non è direttamente responsabile della cancerogenesi ma provoca, in chi ne fa uso, uno stato emotivo piacevole creando dipendenza fisica. "L'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS) considera il tabagismo una vera e propria malattia: una sindrome da dipendenza caratterizzata dalla difficoltà di controllare l'uso di sostanze dannose nonostante se ne conoscano i pericoli" (Ardizzone Cortesi & Abbinante,

citato da Boldi & Rossini, 2013).

Il rischio correlato al fumo di contrarre tumore polmonare e malattie cardiovascolari è scientificamente provato, così come i rischi di esporsi ad altre patologie come quelle legate al cavo orale, che sono chiaramente altrettanto debilitanti. Forse non tutti sanno che nella bocca del fumatore avvengono diverse modificazioni a causa della combustione del tabacco. Ad esempio, la flora batterica orale cambia radicalmente determinando un aumento dei batteri patogeni per carie e malattie gengivali; inoltre possiamo sicuramente notare che il dente del fumatore ingiallisce precocemente perché va incontro ad un invecchiamento più veloce. Il tabagista ha una tipica alitosi che lo invoglia all'utilizzo di caramelle o gomme da masticare a volte addizionate di zucchero, aumentando così il rischio di carie dentali.

Nelle procedure odontoiatriche chirurgiche implantari e parodontali i fallimenti sono molto più frequenti nel fumatore poiché la guarigione dei tessuti risulta essere alterata e maggiormente contrastata. È estremamente importante che l'igienista possa dedicare il giusto tempo all'anamnesi dettagliata del paziente, parlando con lui delle sue abitudini, prendendo in esame anche quelle legate al vizio del fumo per poterne conoscere la frequenza e il tipo di device utilizzato, così da mettere a disposizione il suo aiuto e la cura in modo personalizzato. Nel lavoro legato alla prevenzione vi è anche quello di poter intercettare quanto prima lesioni precancerose o cancerose a livello della mucosa orale e della lingua e poter educare il paziente all'autoanalisi del proprio cavo orale.

Negli ultimi anni, l'utilizzo di alternative alla sigaretta tradizionale ha preso largo piede soprattutto tra i giovanissimi (e minorenni), che catturati da dispositivi elettronici che reputano innocui anche grazie agli aromi accattivanti e al design moderno, acquisiscono un vizio che diventa fautore dell'inizio alla pratica al fumo. Per contrastare questa moda, in alcune nazioni si stanno già adottando dei correttivi come, ad esempio, vietare la vendita di tutti gli aromi caramellati delle sigarette elettroniche (che contengono composti chimici nocivi), conservando solo gli aromi alla menta. Anche se è stato vietato l'uso, il commercio online purtroppo è poco controllato e consente l'acquisto a giovani minorenni ("Sigaretta elettronica iqos" Sofia Drivas per Tartaroline 2023).

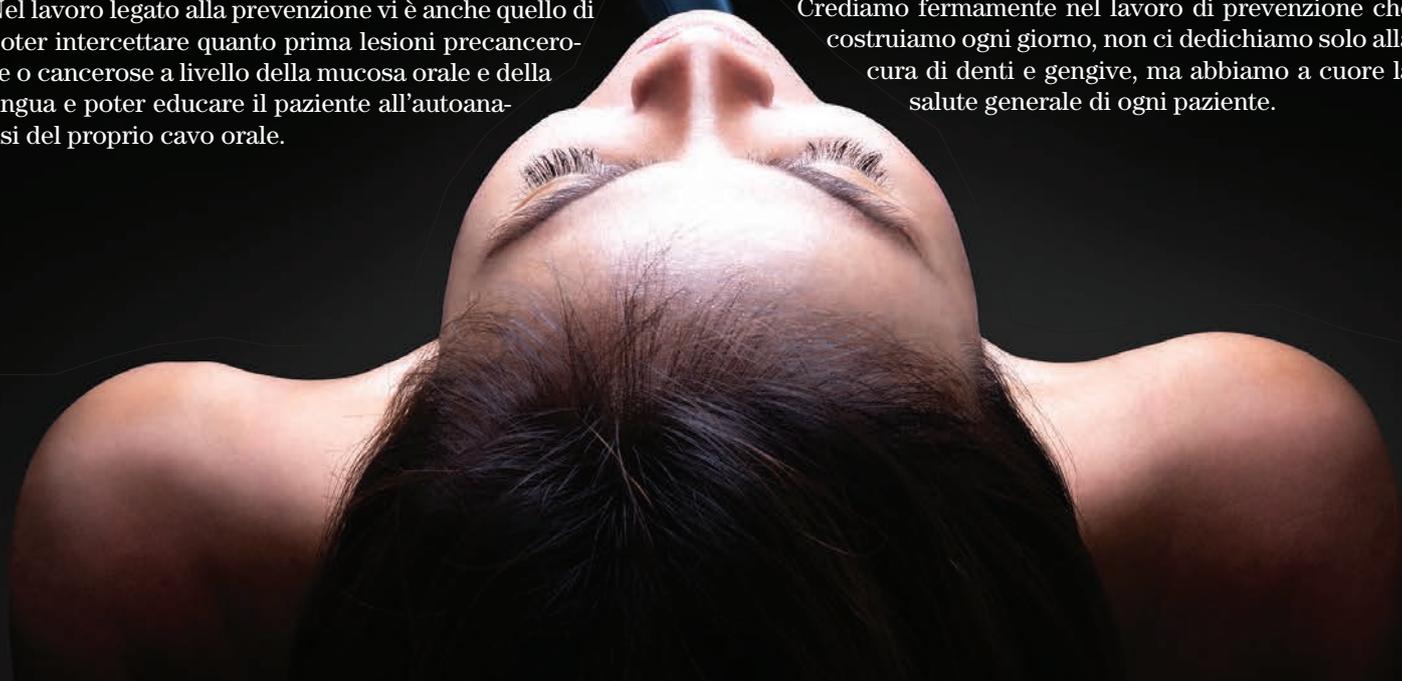
In tal senso l'igienista dentale, una volta intercettato il paziente fumatore e date le informazioni sui rischi legati al fumo e alle patologie del cavo orale, dovrebbe attraverso un colloquio comprendere se il paziente è intenzionato a smettere di fumare. Con le giuste competenze e grazie ad un buon counselling motivazionale, l'igienista è una valida risorsa per combattere l'abitudine al fumo.

L'attuale realtà sociosanitaria ticinese, sempre più sensibile ai bisogni della popolazione e indirizzata a garantire una gestione integrata dell'offerta di cure, dispone di vari istituti ed associazioni per la lotta al tabagismo, anche nel nostro comprensorio. Professionisti qualificati di varie discipline si dedicano alla cura degli utenti e delle loro famiglie e, chiaramente, investono molto nella prevenzione di questa problematica così importante e trasversale per il benessere psico-fisico e sociale delle persone.

La nostra missione, in qualità di Centro di Salute del Mendrisiotto e basso Ceresio, comprende la completa sinergia a collaborazioni con gli altri attori della rete socio-sanitaria, al fine di sempre migliorare il servizio e l'offerta alla nostra popolazione.

Con un team di professionisti motivati e competenti, si desidera lavorare per creare i presupposti atti a rafforzare la consapevolezza e la volontà degli utenti, ponendo obiettivi mirati e realizzabili per migliorare la qualità di vita e la salute in genere.

Crediamo fermamente nel lavoro di prevenzione che costruiamo ogni giorno, non ci dedichiamo solo alla cura di denti e gengive, ma abbiamo a cuore la salute generale di ogni paziente.





Carlo Realini
Direttore Generale
Associazione SAM

I lasciti testamentari



La stesura del testamento fa sì che i nostri desideri più intimi siano rispettati e, nello stesso tempo, consente di tutelare i diritti delle persone a noi care. Grazie a questo documento è anche possibile effettuare un lascito a favore di un Ente benefico come il SAM. Non è necessario elargire ingenti beni: anche un piccolo contributo è di vitale importanza per supportarne l'opera quotidiana al servizio di tutta la cittadinanza Momò.

Redigere il proprio testamento è un atto molto importante, a cui spesso non si dedica un'adeguata attenzione. Si dice a se stessi che "tanto c'è ancora tempo" oppure si preferisce non pensarci affatto.

Eppure è un gesto che consente di lasciare un nostro segno tangibile quando non ci saremo più. E se rivestiamo questo gesto di un connotato umanitario, abbiamo la possibilità di tramandare i valori in cui crediamo profondamente. **Includere fra i beneficiari del proprio testamento un Ente come il SAM rappresenta un'azione benemerita e ricca di generosità che nulla toglie agli eredi legittimi e che arricchisce le proprie volontà con principi nobili e solidali.**

Per poter essere valido, questo documento non richiede strumenti complicati: bastano carta e penna. Inoltre non è vincolante, dal momento che può essere modificato o revocato in qualsiasi momento.

Non bisogna neppure pensare che sia necessario stanziare un ingente patrimonio: per supportare il lavoro quotidiano del SAM al servizio della popolazione anche un piccolo contributo può infatti fare la differenza.

Sostenere il SAM con un lascito testamentario è una scelta

che può rivelarsi di importanza vitale non solo per i nostri familiari, ma per tutta la cittadinanza.

Con questa semplice scelta si dà un contributo concreto per garantire la continuità ai numerosi servizi erogati dall'Ente, rendendo la regione Momò sempre più protetta in ogni momento dell'anno. Nell'emergenza sanitaria, il SAM è strutturato per prestare cure ai massimi standard di qualità ed erogate con passione e profondo rispetto della persona.

Scegliere il SAM quale destinatario di una parte della propria eredità significa riconoscere come propri i valori di solidarietà sociale del Servizio e dimostra un legame forte e profondo con la Regione e con la sua popolazione.

Il SAM offre alcuni pratici suggerimenti a coloro che desiderano comprendere meglio le procedure per affidare a un foglio di carta le proprie volontà, ed effettuare così ogni scelta in modo consapevole.

È importante sapere che il testamento che contiene le indicazioni di lascito può essere modificato in qualsiasi momento: si ritiene valido sempre quello redatto in data più recente in

forma olografa, che viene cioè scritto, datato e firmato dal testatore di suo pugno. Il documento può essere custodito in un luogo sicuro (come in banca), oppure depositato presso un notaio.

Non ci sono vincoli al tipo di beni che possono essere devoluti: somme di denaro, azioni o fondi di investimento, assicurazioni sulla vita, beni immobili (case e terreni), gioielli, opere d'arte...

Secondo quanto stabilito dal diritto svizzero, i discendenti e il coniuge hanno diritto ad almeno una parte dell'eredità: è la cosiddetta porzione legittima.

Questa parte deve essere rispettata e non può essere negata agli eredi legittimi, neppure con un atto di volontà.

La restante porzione può essere destinata anche ad altre persone, come amici e conoscenti, istituzioni, enti o fondazioni. Proprio per questo si ricorre al testamento.

Per rendere valido il lascito, basta inserire nel documento il nome e l'indirizzo del beneficiario e descrivere nel dettaglio il bene che si desidera lasciare in eredità.



YOUR FASHION
OUR PASSION



FoxTown Factory Stores è il paradiso dello shopping
con oltre 160 negozi e 250 grandi marche

Sconti dal 30% al 70%
tutto l'anno

APERTO 7 GIORNI SU 7

MENDRISIO SVIZZERA WWW.FOXTOWN.COM Info: 0848 828 888

 FoxTown utilizza per il 99% del proprio fabbisogno, energia elettrica rinnovabile
evitando l'emissione di 1'320'530 kg di CO2 all'anno.

V O L V O

Continuiamo ad innovare per proteggere tutto
ciò che per te è realmente importante.
Scopri tutta la gamma ibrida ed elettrica Volvo,
ti aspettiamo in Autocentro.



CARLO STEGER SA
AUTOCENTRO

VIA CAMPAGNA ADORNA 36 - 6852 GENESTRERIO - TEL 091 641 70 65



ascensori falconi
ASCENSORI - MONTACARICHI - SCALE MOBILI

Chiasso in Via Milano, 1 - tel +41 91.6957272 - www.falconi.ch



FARMACIA
Contrada dei Patrizi

**CONSEGNA
GRATUITA
A DOMICILIO**



ORARI:

Lunedì - Venerdì 7.30-19.00
Sabato 8.00-18.00

La tua farmacia

Viganello	Via Pazzalino 17	T. 091 972 11 72
Pregassona	Via Ceresio 40	T. 091 972 12 72
Molino Nuovo	Via Trevano 1	T. 091 923 18 49
Mendrisio	Via S. Martino 16	T. 091 973 34 27

RAIFFEISEN

Gratis

in oltre
500 musei

**Per gli appassionati di
cultura e per coloro che
desiderano diventarlo.**

In quanto soci Raiffeisen con stato MemberPlus potete entrare gratuitamente in oltre 500 musei accompagnati da massimo tre bambini.

raiffeisen.ch/musei

**MEMBER
PLUS**