



Comune di Bolzano
Stadtgemeinde Bozen

Comune di Bolzano - Protocollo Generale	
Stadtgemeinde Bozen - Protokollstelle	
N. 100283	CC
12 DIC. 2007	
Titolo/Tit. VI... Classe/Kl. 10... Fas.	
UOR	RPA

Fax

Data / Datum

12/12/2007

Mittente / Absender

Faching. Markus Wenter – Amt für Zivilschutz 6.7
Tel. 0471.997863 – Fax 0471.997600

Destinatario / Empfänger

Manuela Desario Dipartimento di Epidemiologia ASL RM/E
(FAX– 06.83060374)

OGGETTO / BETREFF

Invio di linee guida per il progetto dell'estate 2007.

Gentile Manuela,

come anticipato telefonicamente invio in allegato le „linee guida“ distribuite a tutti gli operatori, medici e personale coinvolto nel nostro progetto durante l'estate 2007.

Per la prossima estate anche le linee guida saranno oggetto di nuova elaborazione e perfezionamento.

Ringraziando per la fattiva collaborazione.

Distinti saluti

Il responsabile del servizio
Protezione Civile
Faching. Markus Wenter



Comune di Bolzano
Stadtgemeinde Bozen

6.0 Ripartizione Patrimonio e Lavori pubblici
6.0 Abteilung für Vermögen und Öffentliche Arbeiten

6.7 Ufficio Sicurezza del Lavoro e Protezione Civile
6.7 Amt für Sicherheit am Arbeitsplatz und Zivilschutz

Oggetto: Progetto: "Un estate da brivido. Un po' di fresco in un'estate torrida. "
Betreff : Projekt: „Sommerfrische in der Stadt.“

Da alcuni anni a livello nazionale è stato attivato un progetto di sorveglianza, previsione e allarme per la prevenzione degli effetti delle ondate di calore sulla salute della popolazione, in base ad una Direttiva del Presidente del Consiglio dei Ministri del febbraio 2004.

I sistemi di allarme si basano sull'identificazione delle condizioni meteorologiche associate a significativi incrementi della mortalità attraverso un'analisi retrospettiva mediante la messa a disposizione di una serie storica dei dati di mortalità e delle osservazioni meteorologiche. Anche Bolzano è stata inserita a livello sperimentale nell'elenco delle Città monitorate in cui potrà essere attivo tale sistema.

A tale scopo si è costituito un gruppo di lavoro composto da un referente per l'Azienda Sanitaria, uno per l'ASSB, tre della Provincia Autonoma di Bolzano (Servizi sociali); tre referenti del Comune di Bolzano (Protezione Civile, Stato Civile, Sanità) con l'obiettivo di costruire una modello per intervenire a livello cittadino in modo coordinato e tempestivo per proteggere le persone maggiormente a rischio in caso del verificarsi di temperature eccessive, il cui allarme verrà comunicato 72 ore prima dalla Protezione Civile.

Innanzitutto il gruppo ha individuato per la prossima estate tre punti di accoglimento, organizzati e climatizzati che saranno Casa Altman, Villa Europa e Villa Armonia. Il primo importante step è un'informazione mirata a tutta la popolazione con particolare riguardo alla popolazione anziana. E' stato ideato un opuscolo che presenta consigli pratici per affrontare i giorni più caldi da distribuire in modo diffuso e come prima azione si propone di inserirlo nel Magazine Bolzano Notizie.

Tale iniziativa viene seguita dagli uffici comunali della Protezione Civile e Sanità e per poter darne corso si prevedono alcune spese per l'ideazione grafica e la stampa.

Il progetto **"Un'estate da brivido" (un po' di fresco in un'estate torrida)** prevede un insieme di azioni pensate per contrastare gli effetti negativi sulla salute dell'eccesso di caldo durante i mesi estivi.

Una di queste azioni, forse la più significativa, è la realizzazione e diffusione di importanti norme comportamentali che tutti noi cittadine/i possiamo utilizzare per contrastare le cosiddette ondate di calore.

E' quindi una necessaria azione preventiva da seguire con attenzione, infatti il primo modo per stare bene è volersi bene!

Invitiamo a non sottovalutare gli effetti negativi che possono avere le ondate di calore mettendo in pratica da subito i suggerimenti che qui di seguito elenchiamo, ricordando che è importante contattare il medico di famiglia per qualsiasi richiesta di ulteriori informazione

Ricordiamo che è inoltre attivo il numero verde emergenza anziani 800 001800 a cui rivolgersi per qualsiasi necessità.

Auguriamo a tutti una buona estate ovvero un'estate da brivido!!!

Dr. Carlo Alberto Librera
Direttore della Ripartizione "Case di Riposo"
tel. 0471.248600
fax 0471.932706
cell./handy 338.21507696
e mail: carlo.librera@aziendasociale.bz.it
www.aziendasociale.bz.it

Dr. Maria Cristina Davare
Ufficio provinciale anziani e distretti sociali
tel 0471.411524
fax 0471.411597
e-mail: mariacristina.davare@provincia.bz.it

Dr. Paul Zingerle
Direttore
Ufficio provinciale anziani e distretti sociali
e-mail: paul.zingerle@provinz.bz.it

Dr. Silvia Panzani
Ufficio distretti sanitari
Assessorato Provinciale alla Sanità
Corso Libertà 23
39100 Bolzano
tel: 0471. 411652
fax: 0471. 411699
e-mail to: silvia.panzani@provincia.bz.it

Dr. Alfred König
Direttore Ufficio distretti sanitari
Assessorato Provinciale alla Sanità
Corso Libertà 23
39100 Bolzano
e-mail to: alfred.koenig@provinz.bz.it

Dr. Paolo Conci
Primario della Medicina di Base
Azienda Sanitaria Bolzano
Via Mendola 19
39100 Bolzano
e-mail paolo.conci@asbz.it

Dott.ssa Giulia Morosetti
Direttrice Ufficio Igiene e Salute Pubblica
Provincia Autonoma di Bolzano
Corso Libertà 23
39100 Bolzano
e-mail: giulia.morosetti@provinz.bz.it

P.I. Markus Wenter
Responsabile Servizio Protezione Civile
Comune di Bolzano
via Lancia 4/a
39100 Bolzano
e-mail: markus.wenter@comune.bolzano.it

Tiziana Marcolin
Direttrice Ufficio Sanità
Comune di Bolzano
Piazza Walther 1
39100 Bolzano
e-mail: tiziana.marcolin@comune.bolzano.it



Città di Bolzano
Stadt Bozen

Assessorato all'Amministrazione
Finanza e Protezione Civile

Un'estate da brivido

Un po' di fresco in un'estate torrida

È un progetto per portare un po' di refrigerio nelle torride giornate d'estate.

Cosa possiamo fare?

Sicuramente non possiamo abbassare la temperatura esterna, ma almeno possiamo cercare di portare un po' di sollievo durante le ore più calde della giornata.

Come fronteggiare i disagi più frequenti?

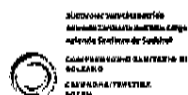
Cerchiamo di mettere in pratica alcuni semplici suggerimenti elencati in questa pubblicazione.

E se questi consigli non bastassero?

Contattiamo il medico di famiglia. Le persone anziane, inoltre, possono rivolgersi al **numero verde 800 001 800 Emergenza anziani**. ...in caso di necessità, non esitiamo a richiedere l'intervento del **118** !

Buona estate a tutti, e che sia davvero "un'estate da ...brivido"!!!

Per chi ha più di 75 anni
a disposizione centri climatizzati
e attrezzati dove poter trascorrere
la giornata in compagnia e ...ben
"rinfrescati"!
Ricordate: Giornali, radio e TV,
informeranno sull'apertura dei centri.



Cose da fare

Bevete molta acqua (almeno 10 bicchieri nel corso della giornata) o altre bevande a temperatura ambiente come the, spremute non o poco zuccherate.

Fate pasti leggeri, scegliendo cibi ricchi di acqua e sali minerali come frutta, verdura, minestre non troppo calde e cibi facilmente digeribili come la pasta, riso, il pesce.

È concesso il gelato alla frutta. Se vi viene fame tra un pasto e l'altro, **mangiate frutta**, che è ricca di acqua e sali minerali.

Mantenete **abitudini alimentari regolari** (orari dei pasti, orari del riposo).

In caso di temperature esterne elevate **riducete l'attività fisica** nelle ore più calde della giornata.

Fate attenzione ai condizionatori: sono utili ma è bene non creare uno sbalzo di temperatura troppo elevato fra l'interno e l'esterno. Bene, invece, il deumidificatore.

Nelle abitazioni, **oscurate le finestre** orientate verso il sole nelle ore diurne e areate bene durante la notte evitando correnti d'aria.

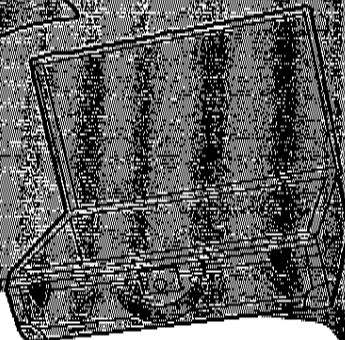
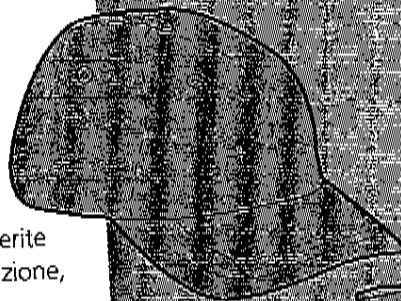
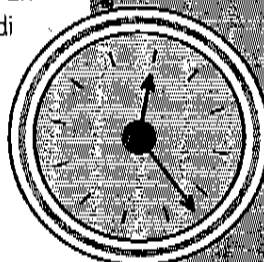
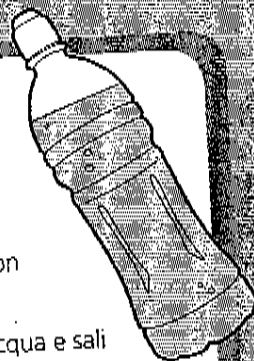
Sono di aiuto **bagni, docce** con acqua tiepida e, se la persona è immobilizzata (a letto, in carrozzina), **spugnature**.

Fate attenzione all'abbigliamento preferite vestiario ampio che non ostacoli la traspirazione, di colore chiaro, di cotone o di lino.

Quando uscite di casa **copritevi il capo**, usate occhiali da sole con una buona protezione dai raggi UV.

Se assumete medicinali **consultate sempre il medico** per verificare se le variazioni di temperatura richiedono variazioni nell'assunzione del farmaco.

Tenete a portata di mano ben visibili i **numeri del telefono** del soccorso 118 e dei familiari da contattare in caso di bisogno.



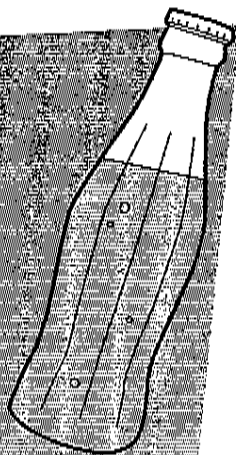
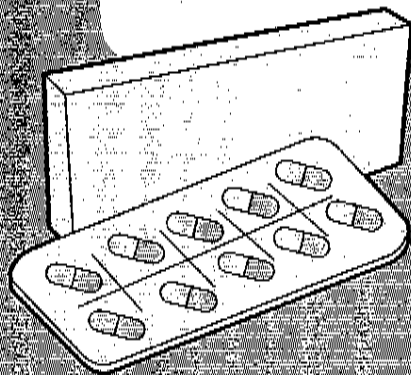
Cose da evitare

Evitate di uscire di casa nelle ore più calde della giornata (dalle ore 12 alle ore 17).

Evitate le bevande ghiacciate, gasate e troppo ricche di zucchero e limitate fortemente tutte le altre bevande alcoliche e caffè. Non sono indicate per l'anziano le bevande "per sportivi" (integratori liquidi) in quanto troppo ricche di sali.

Evitate i cibi grassi, fritti, troppo elaborati e piccanti o alimenti troppo ricchi di zucchero (dolci, caramelle, ecc.).

Evitate i lunghi viaggi con mezzi nelle ore calde (a meno che il mezzo non sia dotato di aria condizionata). In caso di assoluta necessità, effettuate ripetute soste prolungate in zone ombreggiate.





Comune di Bolzano
Stadtgemeinde Bozen

Un'estate da brivido

Un po' di fresco in un'estate torrida

