



Primo soccorso all'aperto – esercitazione di emergenza sul terreno

IN SINTESI



Luogo

All'aperto sul terreno, con un punto di ritrovo fisso



Idea centrale

Esercitarsi su cosa fare in un'emergenza all'aperto: restare calmi, chiamare i soccorsi, aiutare



Impegno

Materiale 15 min · Preparazione 30 min



120 minuti



6–16 scout



dai 16 anni



non sostituisce un corso di primo soccorso



Materiale

- ☐ una cassetta di primo soccorso completa (garze, bendaggio triangolare, guanti monouso, coperta isotermaica, cerotti, scheda per zecche)
- ☐ schede con quattro casi di esercitazione
- ☐ materassini e una coperta
- ☐ se disponibile: un manichino per le compressioni toraciche
- ☐ cellulari per esercitarsi a localizzarsi (la chiamata di emergenza è solo simulata)



Svolgimento

0–15'

Introduzione – Che cosa avete già vissuto all'aperto? Lo schema di base: proteggersi – dare l'allarme – soccorrere.

15–35'

Esercitare la chiamata – Chiamata di emergenza in gioco di ruolo (112 in Europa, altrimenti il numero locale): Dove? Che cosa è successo? Quanti feriti? Quali ferite? Aspettare le domande. Localizzarsi all'aperto: coordinate, punti di riferimento, punti di soccorso segnalati.

35–80'

Stazioni – Quattro stazioni di circa 10 minuti: persona incosciente, ipotermia, piccole ferite e zecche, distorsione.

80–100'

Simulazione – Una squadra trova sul terreno una persona «ferita» (gioco di ruolo) e applica tutto lo schema; gli altri osservano.

100–120'

Meditazione e verifica – Luca 10,33-34: il samaritano non passa oltre, ma si avvicina e fascia le ferite. Che cosa è andato bene, che cosa dobbiamo ancora esercitare?



Primo soccorso all'aperto – esercitazione di emergenza sul terreno



Come funziona – spiegato in modo semplice

- 1 Stazione 1 – Incosciente: parlare, toccare, controllare il respiro per non più di 10 secondi. Respira normalmente: posizione laterale di sicurezza, coprire, sorvegliare.
- 2 Non respira normalmente: chiamare i soccorsi e iniziare le compressioni toraciche – ci si esercita solo sul manichino.
- 3 Stazione 2 – Ipotermia: riparare da vento e umidità, mettere un materassino sotto, cambiare i vestiti bagnati, coperta isoterma; bevande calde e zuccherate solo se pienamente cosciente.
- 4 Stazione 3 – Ferite e zecche: coprire le ferite con una garza sterile; afferrare la zecca vicino alla pelle, tirarla piano e dritta, disinfettare, annotare la data.
- 5 Stazione 4 – Distorsione: riposo, raffreddare (mai ghiaccio direttamente sulla pelle), compressione, sollevare.

 **Esempio:** «Stop – prima guardare, poi aiutare. Il posto è sicuro? Bene. Tu chiami i soccorsi, tu prendi la cassetta, io parlo con la persona.»



Sicurezza

- Le chiamate di emergenza sono solo simulate, mai fatte davvero. In caso di vera emergenza l'esercitazione si interrompe subito: «Stop – emergenza vera!»
- Compressioni toraciche e ventilazioni solo su un manichino, mai su una persona.
- Questa attività non sostituisce un corso di primo soccorso. I capi dovrebbero avere un corso valido, p. es. presso un'organizzazione come la Croce Rossa. Dopo una puntura di zecca, andare dal medico se compare un arrossamento che si allarga o febbre.



Varianti

- Esercitazione notturna: gli stessi casi con le frontali al buio.
- Controllo prima del campo: verificare insieme la cassetta di primo soccorso, le date di scadenza, e completarla.



Su cui riflettere

Che cosa faresti se fossi la prima persona sul luogo di un incidente?