

# "Pronto Nonno"

Quando eravamo bambini "Agosto" era il mese più bello dell'anno. Le scuole erano chiuse già da un pezzo, gli uffici si svuotavano, i negozi abbassavano le serrande, le fabbriche si fermavano. Gli anziani erano parte integrante e significativa delle famiglie che si riunivano per le vacanze, al mare o in montagna. Spesso essi costituivano il nucleo principale, la radice ben salda alla terra. Oggi i tempi sono cambiati. I mutamenti del clima delle abitudini sociali e culturali, la crisi economica, la globalizzazione hanno modificato gli usi e i costumi delle famiglie, e spesso l'anziano, soprattutto d'estate, nel periodo centrale di "Agosto" rappresenta un "problema".

Il caldo torrido ed incessante, la paura e l'aumento delle malattie, la solitudine per la partenza dei familiari o dei vicini, la chiusura del negozio sotto casa, della farmacia, l'assenza del medico al quale si è abituati, la fine di alcune trasmissioni televisive che "tengono compagnia", sono la perdita di alcune certezze attorno alle quali ruota la vita degli anziani e di quelli che appartengono alle fasce sociali più deboli. Tutto questo fa sì che "Agosto" rappresenti per loro il mese più terrificante dell'anno.

## I NUMERI TELEFONICI PER LE EMERGENZE SANITARIE:



Il **medico di famiglia** è la prima persona da consultare, perché è certamente colui che conosce meglio le condizioni di salute, le malattie preesistenti, la posologia e il tipo di farmaci assunti dai suoi assistiti.

**Medico Curante Dr.** \_\_\_\_\_

tel. \_\_\_\_\_

(annotarsi nome e recapito telefonico del proprio medico personale)

-- / --

**Durante le ore notturne o nei giorni festivi** ci si può rivolgere al **Servizio di guardia medica** del territorio di residenza.

**Guardia Medica** tel. **0534/51131**

**(notturna e festiva)**

Piazza Betti 5, 40042 - Lizzano in Belvedere (BO)

-- / --

Nel caso di un **malore improvviso** o in presenza di condizioni che fanno temere un serio pericolo per la vita, attivare immediatamente il

**Servizio Urgenza ed Emergenza** tel. **118**

## ALTRE EMERGENZE

**Carabinieri Pronto Intervento** **112**

**Carabinieri Gaggio Montano** **0534/37114**

**Vigili del Fuoco – Pronto Intervento** **115**



**Croce Rossa Italiana**  
Comitato Provinciale di Bologna  
Gruppo di Gaggio Montano



Con la collaborazione di



Comune di  
Gaggio Montano



VOLONTARI  
GAGGIO MONTANO

# "Pronto Nonno"

Progetto di assistenza alle persone  
anziane a cura della

**Croce Rossa Italiana**

**Sede di Gaggio Montano**

**Per info 334.6043659**





## "Pronto Nonno"

Il progetto prevede l'attivazione delle strutture di **Croce Rossa** al verificarsi di condizioni di disagio bio-climatico, dovuti sia a ondate di calore estive sia a ondate di freddo invernale.

Il nostro territorio è soggetto a forti nevicate nel periodo invernale ma anche a forti ondate di calore nel periodo estivo, garantire alle persone anziane la certezza di un aiuto nel momento del bisogno, il conforto di una voce amica e di una presenza materiale quando necessaria, rappresenta un impegno imprescindibile per i **Volontari della Croce Rossa Italiana** di **Gaggio Montano**.

Se ti trovi in difficoltà  
contatta la

**Croce Rossa Italiana**  
**Sede di Gaggio Montano**  
**Cell. 334.6043659**

**Croce Rossa per Te - Bologna**



Numero Verde  
**800 19 27 44**

dal lunedì al venerdì: 9,00 – 14,00

**www.cribo.it**

# Emergenza caldo!



### **BEVI TANTO E MANGIA LEGGERO:**

- Bevi molta acqua durante il giorno (anche se non hai sete);
- Evita di bere alcolici e super alcolici;
- Fai spuntini leggeri durante la giornata preferendo frutta, verdura e pesce;



### **PROTEGGITI DAL CALDO: fuori casa**

- Evita di uscire tra le 11 e le 18;
- Indossa indumenti leggeri di tessuti naturali (cotone e lino) e usa creme solari ad alta protezione;
- In auto usa le tendine parasole e non lasciarla al sole con a bordo persone o animali;



### **PROTEGGITI DAL CALDO: in casa**

- Schermare le finestre esposte al sole;
- Mantieni la temperatura dell'aria condizionata tra 24 e 26 gradi;
- Utilizza ventilatori non dirigendoli sulla persona e aerea gli ambienti nelle ore fresche;
- Rinfrescati spesso con una doccia

## SE AVVERTITE I SEGUENTI SINTOMI CONSULTATE UN MEDICO:



- Sete intensa e senso di nausea
- Debolezza
- Senso di svenimento
- Confusione mentale
- Dolore al torace
- Tachicardia
- Temperatura corporea elevata