

Gli infortuni domestici costituiscono una delle cause maggiori di incidenti e di ricoveri in tutte le fasce di età. Particolarmente esposti sono i bambini e gli anziani, che in casa trascorrono molto più tempo rispetto all'adulto che lavora.

Numerose sono le cadute accidentali, le ustioni, i tagli, l'ingestione di alimenti avariati o di sostanze tossiche. Una valida prevenzione che possa illustrare i rischi di un ambiente apparentemente accogliente e sicuro (casa nostra) ma in realtà pericoloso e pieno di insidie, può solo diminuire la morbilità annuale di eventi che, assieme agli incidenti stradali e agli infortuni sul lavoro, contribuiscono in maniera non indifferente a riempire i pronti soccorsi e le medicine d'urgenza dei nostri ospedali con spese sanitarie e sociali enormi a carico della collettività

Si ringrazia l'ASL Città di Milano che con lungimiranza ha proposto al nostro Consiglio di Zona una serie di utili incontri di prevenzione presso i principali centri anziani del territorio,

*Il Presidente Commissione  
Servizi Sociali e Sanità  
Dott. Antonio Canino*

*Il Presidente  
Consiglio di Zona 2  
Luca Lepore*

*Gli incidenti domestici che avvengono tra le mura di casa sono un problema molto attuale ed importante che spesso comporta gravi conseguenze, soprattutto per bambini ed anziani. E' con vero piacere che presento i seminari sulla prevenzione degli incidenti domestici ai quali vi invito a partecipare numerosi.*

*Il primo gruppo di seminari si terrà nell'ambito della zona comunale di decentramento 2, grazie alla preziosa collaborazione del Consiglio di Zona 2, ma prossimamente verrà coinvolta tutta la città in modo da poter raggiungere, nel tempo, la quasi totalità della popolazione.*

*Con questa iniziativa voglio informare tutti voi sui rischi reali che si nascondono nelle nostre case, e fornirvi alcuni consigli pratici e, spero, utili per poterli evitare. Lo scopo degli incontri è di promuovere una cultura della salute che si fondi anche sulla sicurezza degli ambienti di vita. Auspico che l'iniziativa possa tornarvi gradita.*

**IL DIRETTORE DEL DIPARTIMENTO DI PREVENZIONE  
ASL CITTA' DI MILANO  
Dr. Edgardo Valerio**

Milano

Stazione Centrale · Gorla · Turro · Greco · Crescenzago · Precotto



Comune  
di Milano



Consiglio  
di Zona 2

**Il Consiglio di Zona 2  
in collaborazione con**



**organizza**

# IL RISCHIO DOMESTICO: CONOSCERLO PER PREVENIRLO

**INCONTRI**

**relativi alle problematiche degli infortuni  
in ambito domestico, in particolare per quanto  
concerne le fasce d'età più mature**



**INGRESSO LIBERO**

**Per informazioni riguardanti gli incontri rivolgersi :  
Consiglio di Zona 2 - Tel. 02/88458200**

## DIECI REGOLE

- 1** Fai mettere **corrimani e maniglie** nei luoghi rischiosi, scale, gradini, in bagno: avrai un appoggio sicuro.
- 2** Usa **pantofole o ciabatte** con soles di gomma e chiuse sul tallone: camminerai più comodo e sicuro.
- 3** Mantieni sempre la casa **ben illuminata** tenendo una luce accesa anche durante la notte: eviterai meglio gli ostacoli.
- 4** Tieni il **pavimento asciutto** e non usare la **cera**: eviterai di scivolare, e non salire sopra **sedie, sgabelli e scale**: eviterai il rischio di cadere.
- 5** Utilizza **tappetini** antiscivolo o bloccali sul pavimento: possono farti inciampare.
- 6** Tieni gli elettrodomestici lontani dall'acqua: **elettricità e acqua** non vanno d'accordo.
- 7** Non lasciare **cavi elettrici "volanti"** e filo del telefono nelle zone di passaggio: eviterai di inciampare e farti male.
- 8** **Muoviti** con calma evitando movimenti bruschi e non trasportare pesi eccessivi: il rischio di cadere diminuirà.
- 9** Usa gli **occhiali** come prescritto dal medico e fai spesso il controllo della vista: vedrai bene dove vai.
- 10** Conserva ogni **medicina** nella sua confezione originale e per l'assunzione segui sempre le indicazioni del tuo medico.

## Programma degli incontri

Ore 15.00 - 17.00

### INTRODUZIONE

**Dott. Antonio CANINO**

Ostetrico Ginecologo- A.O. Niguarda Cà Granda  
Presidente Commissione Servizi Sociali e Sanità  
Consiglio di Zona 2

### RELATORI

**Dr.ssa Federica TARTARONE**

Medico Chirurgo – Università degli Studi di Milano Scuola di  
Specializzazione in Igiene e Medicina Preventiva  
Dipartimento di Prevenzione ASL Città di Milano

**Dr.ssa Anna Rita SILVESTRI**

Medico Chirurgo - specialista in Igiene e Medicina Preventiva  
Dipartimento di Prevenzione ASL Città di Milano

### VENERDI', 14 MARZO 2008

**Associazione "VILLA FINZI"**

Centro Socio-Culturale per Anziani  
Via S. Elembardo ,4  
Milano

### MERCOLEDI', 19 MARZO 2008

**CSR Centro Socio Ricreativo Culturale per Anziani  
"CASCINA S. PAOLO"**

Via Trasimeno, 41  
(Quartiere Adriano)- Milano

### MERCOLEDI', 26 MARZO 2008

**Associazione  
"VILLA SAN GIOVANNI"**

Via S. Uguzzone, 24  
20126 Milano

### GIOVEDI', 27 MARZO 2008

**CSR – Centro Socio Ricreativo Culturale per Anziani  
"SAMMARTINI"**

Via Sarmmartini, 106  
Milano