

10 cose da organizzare prima che diventi un'emergenza

Non devi sistemare tutto oggi. Spunta ciò che è pronto e scegli una sola azione da fare. Coinvolgi il tuo genitore e una persona di fiducia.

☐ **01. Elenco aggiornato dei farmaci**

Raccogli nomi, dosi e orari indicati dai professionisti. Segna la data di aggiornamento e dove si trova la lista. Non modificare le terapie da sola.

☐ **02. Contatti del medico**

Annota nome, telefono e modalità di contatto del medico di famiglia. Aggiungi farmacia, specialisti e riferimenti dei servizi già coinvolti.

☐ **03. Documenti sanitari importanti**

Metti in una cartella referti essenziali, lettere di dimissione e indicazioni ricevute. Scrivi dove si trova e chi può accedervi.

☐ **04. Tessera sanitaria e documenti**

Verifica dove sono tessera sanitaria, documento d'identità e deleghe necessarie. Controlla le scadenze senza lasciare copie in luoghi pubblici.

☐ 05. Numeri delle persone da chiamare

Scegli due contatti e annota nome, telefono e disponibilità. Concorda chi avvisa gli altri, così le informazioni non si disperdono.

☐ 06. Allergie e patologie da segnalare

Riporta solo informazioni note e rilevanti, da verificare con il medico. Se un dato manca, scrivi “da verificare”: non dedurlo.

☐ 07. Piano per un ricovero improvviso

Prepara una lista di ciò che occorre portare. Decidi chi accompagna, chi segue casa e impegni e chi tiene i contatti con il reparto.

☐ 08. Una persona di riserva

Concorda chi può sostituirti, quali compiti può coprire e come entra in casa. Mostrale dove trovare documenti, contatti e indicazioni aggiornate.

☐ 09. Assistenza a domicilio

Annota i servizi già attivi e le ore scoperte. Chiedi al medico, al distretto o ai servizi sociali quali percorsi sono disponibili nel territorio.

10. La piccola Scheda SOS

Compilala e aggiornala quando cambia qualcosa. Condividila solo con chi partecipa all'assistenza e con i professionisti che ne hanno bisogno.

Nome del genitore e data di nascita

Indirizzo e indicazioni utili per l'accesso

Medico di famiglia e telefono

Contatto principale e telefono / Persona di riserva e telefono

Allergie e patologie da segnalare (o "da verificare")

Dove si trovano elenco farmaci aggiornato e documenti

Scheda aggiornata il / da

Una cosa che organizzo questa settimana

Vuoi andare oltre la checklist?

La guida Genitori al Sicuro ti aiuta a organizzare domande, contatti e prossimi passi. Guida: 14,90 €.
Guida + organizer: 24,90 €.

SCOPRI GENITORI AL SICURO

Strumento informativo e organizzativo: non sostituisce medico, servizi sanitari, CAF, patronato o altri professionisti.