



IL DONO

2 | GIUGNO 2013

PERIODICO DELL'A.F.D.S. DI UDINE

ASSOCIAZIONE FRIULANA

DONATORI SANGUE

Anno LV n. 272 Giugno 2013 Settore Propaganda A.F.D.S. Trimestrale - Poste Italiane s.p.a.

Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46) art 1, comma 1, NE/UD

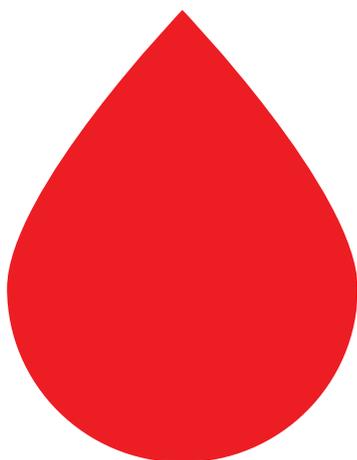
Società Friulana
Donatori Sangue



**UN NUOVO CONSIGLIO
DIRETTIVO PROVINCIALE**

CRONACHE E NOTIZIE





ANCHE D'ESTATE DONARE FA BENE

Iscritto al ROC
N.20391 del 6.12.2010

Periodico trimestrale di informazione,
educazione sanitaria, culturale
e cronache di carattere associativo.

Edito a cura dell'A.F.D.S.
Associazione Friulana Donatori
di Sangue - Udine

Settore propaganda
A.F.D.S.

Direzione, redazione, diffusione
Azienda Ospedaliera S.Maria
della Misericordia
Padiglione Ingresso - Primo Piano
33100 Udine
Piazzale S. Maria della Misericordia,15
Tel. 0432 481818
Fax 0432 481200
E-mail afdsud@afdsud.it
segreteria@afdsud.it
www.afdsud.it ildono@afdsud.it

Commissione e redazione:

Renzo Peressoni, Remigio Sattolo,
Arno Pittino, Roberto Flora, Domenico
Rebeschini, Aldo Calligaro, Donnino
Mossenta, Giorgio Pozzecco, Sandro De
Candido, Loris Zoratti, Rossana Franzon,
Roberto Tirelli.

Hanno collaborato a questo numero:
Stefano Moroso

Direttore editoriale
Renzo Peressoni

Direttore responsabile
Roberto Tirelli

Registrazione:
Tribunale di Udine n. 140 del 1/10/1959
Avvertenza: i manoscritti e le foto non
pubblicati non si restituiscono. Non si
pubblicano componimenti poetici.

Stampa:
Lithostampa - Pasian di Prato (UD)

Progetto grafico:
w1 rebus

Spedizione:
Donatori A.F.D.S., Associazioni, Enti,
Istituzioni pubbliche

UDINE tiratura copie 55.000

Per disguidi postali, indirizzi errati,
doppio invio, si prega cortesemente
di scrivere allegando la corretta
destinazione.

SOMMARIO

EDITORIALE	3
UN IMPEGNO RINNOVATO	3
VITA ASSOCIATIVA	4
DAL CONSIGLIO DIRETTIVO	4
BREVI DI CRONACA	4
ORARIO ESTIVO DELLA SEGRETERIA	4
L'AFDS IN ASSEMBLEA: UN VIVACE RINNOVAMENTO	5
IL NUOVO CONSIGLIO DIRETTIVO PROVINCIALE	6
DIRETTIVI IN FOTO	6
FIDAS	7
IL PRESIDENTE OZINO CALIGARIS OSPITE DEL CONSIGLIO AFDS	7
QUALIFICARE IL DONATORE	8
PROGRAMMAZIONE CONDIVISA E GESTIONE DELLA CHIAMATA DEL DONATORE	10
IRENE BATTICCI SFIDA LA MALATTIA SUI MONTI PIÙ ALTI DEL MONDO	
GRAZIE ALLE IMMUNOGLOBULINE DEI DONATORI FRIULANI	11
DONATORI IN FAMIGLIA	12
UN NUMERO	13
LAUREE IN DONO	14
L'AFDS AL GIRO D'ITALIA	15
COERENZA FRA VITA E DONO	16
DIRETTIVI IN FOTO	16
LA VOCE DELLE SEZIONI	17
LETTERE AL DONO	33
VARIE DI CRONACA	33
MEDICINA	33
STIPSI: UN PROBLEMA TUTTO DA GESTIRE	34
CONSIGLI UTILI AL DONATORE	35
NELLA CLINICA PER MALATTIE INFETTIVE	36
MEDICINALI GENERICI: EQUIVALENTI NON UGUALI	37
VADEMECUM DEL DONATORE	37
VITA ASSOCIATIVA	38
AUTOEMOTECA ALL'UNIVERSITÀ: PROSEGUE LA COLLABORAZIONE AFDS/ADMO	38
FRIULI	39
PRE MENI ZANNIER: UN GRANDE POETA	39
PROGRAMMA CONGRESSO PROVINCIALE A SEDEGLIANO	40

UN IMPEGNO RINNOVATO

Nel pomeriggio dell'8 giugno l'Assemblea della nostra Associazione ha rinnovato le cariche provinciali per il quadriennio 2013-2017. Non si tratta di esercitare un potere, ma di essere disponibili ad un servizio che si annuncia particolarmente difficile. Le sfide che ci attendono, infatti, sono davvero importanti. Innanzitutto c'è da raggiungere l'obiettivo della certificazione al 31, 12 2014 nell'ambito di una autosufficienza che non può più essere considerata, spesso con troppo compiacimento, solo locale. Poi bisogna iniziare un lavoro intenso di formazione ed informazione per avviare una nuova modalità di gestione della chiamata del donatore sulla base della prenotazione e della disponibilità a donare "quanto serve e quando serve". All'interno dell'Associazione è senza dubbio prioritario recuperare le donazioni in ribasso e accrescere le adesioni, in particolare dei giovani. Per questo motivo bisognerà essere in grado di accogliere il cambiamento di mentalità come opportunità per fare meglio, senza rimpiangere un passato glorioso certamente, ma non più al passo con i tempi.

La nostra AFDS ha raggiunto i 55 anni di vita, ma il futuro è ancor più importante di quanto noi possiamo immaginare; da qui l'esigenza di rinnovare l'organizzazione, partendo dalle sezioni, con un massimo livello di corresponsabilità nella loro gestione. E lo stesso coinvolgimento dovrà essere anche nel Consiglio direttivo provinciale, perché l'evoluzione c'è stata e sono da seguire oltre ai Donatori, le problematiche medico scientifiche che hanno diretta incidenza sul volontariato.

L'organizzazione del quotidiano, nei vari servizi che l'Associazione offre e promuove, ha necessità di un inderogabile rinnovamento e rafforzamento per essere in grado di rispondere con efficacia alle varie e numerose incombenze.

Coincidente con questo nostro rinnovamento è anche il cambio di interlocutori a livello regionale e aziendale, con i quali sarà necessario riprendere il colloquio sulle tematiche di comune interesse, ed auspichiamo ci possa essere ancora una costante e costruttiva intesa.

Certamente il momento storico in cui viviamo non è dei migliori. La crisi economica che si manifesta soprattutto con la mancanza di lavoro, scoraggia anche il volontariato e un po' ovunque si coglie un senso di stanchezza che induce al pessimismo.

Per donare sangue in primis bisogna credere nell'umanità, nel futuro, insomma nella positività della vita. Il gesto del dono è di natura sua un gesto entusiasta, una manifestazione del credere ancora nel bene di tutti, nel puro disinteresse non solo materiale. In questa situazione dobbiamo servire da traino verso una visione migliore della nostra esistenza comune, essere portatori di ottimismo e di bontà.

Essere un donatore responsabile significa riuscire ad incidere anche sulla società civile con il proprio impegno ed un esempio costante per trasformare la tentazione dell'egoismo e della chiusura, in una costruttiva fiducia.

Le riunioni di zona e l'Assemblea associativa sono stati eventi nei quali abbiamo voluto manifestare la volontà di reagire all'affievolimento dello spirito associativo, cui va risposto con una rinnovata partecipazione, nella convinzione che al dono del sangue bisogna aggiungere il dono del tempo. Ovviamente va posto al centro di tutto il DONATORE come protagonista nella società ed anche nella realtà sanitaria, ricordando a chi di dovere quanto sia prezioso il dono di migliaia di friulani associati all'AFDS. Il rispetto del Donatore è da mantenersi sempre, spiegando correttamente ciò che deve sapere per compiere al meglio il suo dovere civile di solidarietà.

Il nuovo Consiglio avrà molte difficoltà davanti a sé, interne ed esterne, ma non c'è dubbio che svolgerà coerentemente il suo compito con uno spirito di unità da far prevalere su tutto, mantenendo lo stile che ci contraddistingue. Essere dell'AFDS è una questione di valori che non tramontano neppure all'impatto con i tempi nuovi.

A chi ci accusa di non parlare concediamo un aforisma:

"Tra larghe sponde serba
maestoso silenzio il regio fiume,
entro l'angusto letto
volge l'onde loquaci il ruscelletto"

L'A.F.D.S.



DAL CONSIGLIO DIRETTIVO

SEDUTA DEL 22 MARZO 2013

La riunione si è incentrata sulla presenza del Presidente nazionale della FIDAS Aldo Ozino Caligaris il quale ha relazionato sulle attività federative in corso e sul rinnovamento organizzativo operato dopo i congressi di Parma e Genova.

Nel corso della seduta sono stati nominati i nove delegati al Congresso nazionale di Padova ed è stato deliberato di organizzare in tale occasione una corriera. Il coordinatore dei giovani De Monte ha riferito sul meeting giovani di Torino e sulla prevista manifestazione del 1 maggio in Udine. Con soddisfazione il Presidente Peressoni ha riferito sull'andamento delle riunioni di zona caratterizzate da una presenza quasi totale delle sezioni.

SEDUTA DEL 26 APRILE 2013

Il Consiglio approva l'elenco definitivo dei delegati al congresso nazionale FIDAS. Il Presidente riferisce sul Consiglio FIDAS regionale del 22 aprile ribadendo la necessità che la Federazione si impegni non a ricercare visibilità, ma efficienza. Il consigliere Pavan riferisce circa il passaggio degli iscritti dalle sezioni studentesche a quelle territoriali. Il Consiglio chiede una maggior verifica.

Il Magnifico Rettore dell'Università di Udine prof.ssa Cristiana Compagno è designata Presidente dell'Assemblea. Si lamenta un calo delle donazioni nel primo trimestre 2013.

Il Consiglio, infine, approva il bilancio consuntivo 2012.

SEDUTA DEL 31 MAGGIO 2013

Il Consiglio ratifica la deliberazione d'urgenza della Giunta sul ripristino della già sciolta sezione "Studenti della Carnia". Viene presa in esame la richiesta di devolvere le offerte raccolte per i terremotati dell'Emilia Romagna a favore dei centri trasfusionali periferici nelle zone del sisma. Il consigliere Vicenzutti traccia un bilancio del suo mandato fra difficoltà e soddisfazioni. Infine viene affrontato il problema della chiusura del centro di Gemona.

BREVI DI CRONACA

- Nei gruppi sanguigni cui apparteniamo potrebbe essere scritta la nostra propensione a talune malattie, dal che sarebbe possibile prevenirle. Ad esempio il gruppo AB sarebbe più esposto al rischio cardiovascolare. Davvero il sangue è un universo ricchissimo di risorse e tanto sconosciuto. Anche le diete sono suggerite dalla appartenenza ai gruppi sanguigni. Al gruppo A occorre più frutta e verdura, mentre al gruppo B non deve mancare la carne, il gruppo AB si può permettere una dieta più libera perché le sue cellule ematiche consumano maggiore energia.
- I tumori non sarebbero dovuti a una deviazione genetica singola, ma a più alterazioni che vengono rilevate nel RNA. Sulla base di un esame specifico del sangue sarà possibile fra non molto trovare i biomarcatori del tumore permettendo di curarlo con molto anticipo rispetto ad oggi.
- In Cina è apparsa la nuova influenza aviaria e presto sarà anche qui da noi in Europa con diversi mutamenti genetici che forse la renderanno trasmissibile da uomo a uomo. Ciò potrebbe portare a delle limitazioni nel dono del sangue.

GLI STUDENTI DI TOLMEZZO E LE GOCCE DI CARNEVALE

Grazie all'impegno del prof. Valter Fior continua l'attività di un gruppo di studenti delle scuole di Tolmezzo per portare nelle aule il messaggio del dono del sangue. Per il carnevale di quest'anno è stata organizzata una manifestazione mascherata per lasciare il messaggio che il dono è universale.

ORARIO ESTIVO DELLA SEGRETERIA

DAL 17 GIUGNO AL 31 AGOSTO LA SEGRETERIA AFDS OSSERVERÀ I SEGUENTI ORARI

LUNEDÌ dalle ore 9,00 alle 13,30 - LUNEDÌ POMERIGGIO CHIUSO

MARTEDÌ CHIUSO

MERCOLEDÌ dalle ore 9,00 alle 13,30

GIOVEDÌ CHIUSO

VENERDÌ dalle ore 9,00 alle 13,30

SABATO dalle ore 9,00 alle 12,00

● VITA ASSOCIATIVA

ASSEMBLEA ANNUALE

L'AFDS IN ASSEMBLEA: UN VIVACE RINNOVAMENTO

PERESSONI RICONFERMATO PRESIDENTE - LA SEDE CONGRESSUALE 2014 A TARVISIO - PRESENTATI I GIOVANI DELLA LITORANEA OCCIDENTALE

Nel primo vero giorno d'estate (almeno in apparenza), lo scorso 8 giugno, i Presidenti ed i Rappresentanti dei Donatori delle sezioni AFDS, 319 i presenti, hanno celebrato la loro Assemblea annuale con il rinnovo delle cariche associative per il quadriennio 2013-2017.

Designata alla presidenza dell'Assise, la prof. Cristiana Compagno, Magnifico Rettore dell'Università udinese, per improvvisi impegni familiari non ha potuto essere presente, più che degnamente sostituita dal prof. Francesco Curcio, coordinatore del corso di lavoro in Medicina e Chirurgia.

Come d'abitudine, i lavori si sono aperti con la relazione morale del Presidente Renzo Peressoni che ha toccato i principali problemi della donazione di sangue e della vita associativa. Non sono mancate riflessioni sul ruolo dei giovani, sulla rivitalizzazione delle sezioni, sul recupero della zona come luogo di incontro e di collaborazione. Peressoni ha poi toccato temi a lui cari come la donazione responsabile, l'educazione alla salute e la prevenzione, il buon uso del sangue. L'intervento è stato più volte applaudito soprattutto quando il Presidente ha sottolineato l'inefficienza della struttura di call center per le prenotazioni ed invocato un cambio radicale o tramite un numero verde o in via informatica.

Il Presidente nel corso della sua relazione ha presentato un prezioso lavoro ligneo in memoria dei Donatori scomparsi del sig. Adami e, tramite il coordinatore dei giovani De Monte, il nuovo gruppo giovani della zona Litoranea occidentale. Willy, circondato da un bel gruppo di ragazzi guidato da Michela Meneguzzi, ha illustrato quanto operato dal gruppo per la propaganda del dono del sangue.

Al termine della relazione del Presidente si è aperto il dibattito. Ha esordito il consigliere Fuser con lo spiegare le ragioni della sua scesa in campo per la Presidenza. Ha poi

proseguito il presidente della sezione di San Giovanni al Natissone, Bertossi, con una richiesta di chiarimenti sull'uso del sangue. Varano della sezione Cormor San Giuseppe ha chiesto di poter disporre sul sito di tutti i dati delle donazioni, mentre Paiero della sezione di Bicinicco ha auspicato che i dati citati nella relazione del Presidente possano essere pubblicizzati.

Il Presidente della sezione di Palmanova ha chiesto che si provveda a registrare e divulgare le serate sanitarie e Stefanutti di Val del Lago sulla chiusura del Centro di Gemona. A tutti ha replicato il Presidente Peressoni rassicurando con diverse risposte gli interroganti. Al termine la relazione morale è stata approvata all'unanimità.

Al momento dei bilanci il protagonista è stato il segretario economo Luigi Franzil che ha illustrato i due bilanci, consuntivo 2012 e preventivo 2013, entrambi approvati anche con il conforto della relazione dei revisori dei conti portata da Ruggero Baggio. Come ogni anno il momento più sentito delle Assemblee è la designazione della sede del Congresso provinciale. In gara si sono presentati Manzano e Tarvisio. I due Presidenti hanno motivato la loro candidatura ed alla fine per pochissimi voti di differenza (159 a 148) è stato Tarvisio a spuntarla.

Si passa quindi alla parte straordinaria dell'Assemblea con la presa d'atto della elezione dei consiglieri provinciali. Ben sei sono nuovi (Cosci, Pasca, Zoratti, Moret, Rosso, Carrera). Vi è stato un sensibile ringiovanimento, sono cresciuti i laureati, calano i pensionati, ritornano in Consiglio un medico e una donna. Giorgio Pozzecco è in Consiglio dal 1989 ed è questo il suo settimo mandato. Quarto mandato, invece, per Domenico Rebeschini presente dal 2001.

Non hanno ritenuto di ripresentarsi i tre vice Presidenti Bonutti, Minisini

e De Candido, nonché i consiglieri Sattolo, Vicenzutti e Vecchiutti.

Fibrillazione ovviamente per l'elezione del Presidente ove per la prima volta si sono presentati due candidati, in una gara positiva da posizioni diverse: Enrico Fuser e l'uscente Renzo Peressoni. Alla fine il voto ha deciso la riconferma di Peressoni con 240 preferenze e un più che dignitoso secondo posto per Fuser con 73 preferenze.

Per i revisori dei conti oltre allo scontato ritorno di Ruggero Baggio, sono stati chiamati a farne parte Manuela Nardon e Gianni Tomadini, mentre per i probiviri Leopoldina Fadini, Adriano De Bellis e Silvano Tavano. "E ora al lavoro" - così ha salutato la sua rielezione il riconfermato Presidente Renzo Peressoni. **(RT)**



IL NUOVO CONSIGLIO DIRETTIVO PROVINCIALE

Presidente: Renzo Peressoni; *Vice Presidente inc.:* Domenico Rebeschini; *Vice Presidente:* Roberto Flora.

Consiglieri: Giorgio Pozzocco, Riccardo Carrera, Arno Pittino, Aldo Calligaro, Mauro Rosso, Ivo Anastasio, Donnino Mossenta, Carlo

Pavan, Michele Moret, Samantha Pasca, Loris Zoratti, Federico Cosci, Loris Meneguzzi, Sandro Campisi, Enrico Fuser.

DIRETTIVI IN FOTO

ENEMONZO



Nella foto sono presenti i Sigg.: in piedi Bruno Sina (*revisore ed alfiere*), Claudio Polentarutti, Walter Del Fabbro (*vice Presidente*), Elisabetta Leone (*segretaria*), Antonella Rigo, Simone Mazzoccoli (*Presidente*), Giulia Comessatti, Annalisa Beorchia, Antonio Giavedoni (*revisore*) e accosciati Umberto Tolazzi (*revisore*), Paolo De Prato e Fabrizio Lupieri (*rappresentante dei donatori*).



TEOR

Ha un nuovo consiglio con Pietro Collovati *presidente*, vice Galliano Pitton, *Rappresentante dei Donatori* Miriana Donninelli, *Segretaria* Maria Elena Mauro, *consiglieri* Tiziano Bernardis, Ermanno Fabris, Fabrizio Mattiussi, Romano Moratti, Gianni Zanello. *Revisori dei conti* sono Gianfranco Fontana e Graziano Vida.

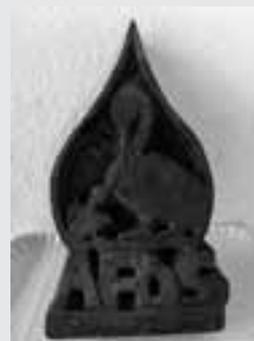
SAN DANIELE DEL FRIULI



Antonio Peressoni (*Presidente*); Romeo Bidoli (*Vice Presidente*); Danilo Maggiotti (*rappresentante donatori*); Mattia Pizzato e Alex Sgoifo (*Segretari*); Elena Currini; Stefania Narduzzi; Cristina Nigris; Romano Ovan; Marie Elene Rinaldis; Paolo Sivilotti e Gilberto Venz.

PICCOLI ARTISTI SI DIVENTA

“Piccoli artisti si diventa”. Potrebbe essere questa la giusta definizione per esaltare la splendida realizzazione plasmata da una giovane donatrice. Si tratta di una scultura in cioccolato creata in occasione del 40° anniversario di fondazione della Sezione di Susans da Giulia Natolini, studentessa di quinta ristorazione presso l'Istituto “B. Stringher” di Udine e nuova donatrice iscritta all'AFDS. Chi legge, sicuramente non farà fatica ad abbinare il suo cognome a quello del primo presidente della sezione di Susans, Edoardo Natolini che, oltre ad aver dato vita assieme ad altri al sodalizio, può andare fiero per aver contribuito a far crescere il numero degli iscritti anche grazie a molti familiari, tra cui Giulia la quale, con questa scultura ha voluto dimostrare quanto sia importante il simbolo del pellericano che offre una parte di sé per aiutare i più deboli.



IL PRESIDENTE OZINO CALIGARIS OSPITE DEL CONSIGLIO AFDS

Il Presidente della FIDAS nazionale dott. Aldo Ozino Caligaris ha partecipato il 22 marzo scorso ad una seduta ordinaria del Consiglio direttivo provinciale dell'AFDS. Giunto nel pomeriggio a Ronchi dei Legionari è stato accolto dal Presidente dell'Associazione Renzo Peressoni che non ha mancato di fargli apprezzare alcuni luoghi tipici del Friuli. Alle 19,30 puntualmente è iniziata la seduta del Consiglio ed i consiglieri si sono presentati descrivendo anche in breve la propria zona. Il Presidente nazionale ha potuto poi apprezzare il metodo di lavoro del Consiglio nell'affrontare le varie problematiche all'ordine del giorno.

Dopo una breve introduzione di Peressoni Ozino ha tenuto la sua relazione iniziando con una serie di ricordi personali dei mesi del post terremoto quando da scout venne in Friuli per aiutare nell'emergenza, con una menzione anche per lo scomparso mons. Battisti che ebbe a conoscere in quella occasione. Ha quindi ricordato l'importanza dell'AFDS come Associazione fondatrice della FIDAS fortemente radicata sul territorio nel diffondere la cultura della solidarietà. Il Presidente nazionale ha di seguito ricordato l'apporto dell'AFDS al rinnovamento statutario della FIDAS nei due Congressi di Parma e di Genova. Ha illustrato il criterio di assegnazione degli incarichi federativi sottolineando la centralità del ruolo affidato a Renzo Peressoni come consigliere nazionale soprattutto in previsione delle nuove sfide che attendono il sistema sangue italiano con la certificazione ora realizzata solo in Friuli Venezia Giulia ed in Valle d'Aosta.

Il percorso è difficile ed è necessario realizzare una tutela del donatore anche in rapporto alla produzione di plasmaderivati, il funzionamento dei comitati per il buon uso del sangue, le eccedenze di fattore VIII e i progetti di cooperazione internazionale.

La FIDAS nei confronti del sistema sanitario nazionale si pone come servizio con impegno e sacrificio, dialogando continuamente con gli altri soggetti, attenta alle esigenze di tutti ed anche alla qualità europea. Ozino Caligaris ha elencato le nuove



L'intervento del Presidente Nazionale della FIDAS.



Aldo Ozino offre una targa ricordo a Renzo Peressoni.

sfide che attendono i Donatori e le loro associazioni in particolare la FIDAS ove il volontariato è preminente, con l'impegno ad investire sui giovani. Ha infine consegnato una targa ricordo all'AFDS per tutto ciò che opera in promozione del dono del sangue da 55 anni.

Il Presidente dell'AFDS Renzo Peressoni nel ringraziare ha ricordato il maggiore problema del Friuli consistente nel calo demografico che impone una maggiore attenzione ai problemi sanitari preannunciando che

al neo eletto consigliere dell'Associazione, il dott. Loris Zoratti verrà affidato il compito di seguire da vicino le problematiche della salute. Ha poi rinnovato l'impegno ad essere in Italia un modello di comportamento al fine di aumentare il numero delle donazioni.

Al termine del lungo e proficuo incontro il Presidente Ozino ha colloquiato con i consiglieri. Il giorno successivo ha continuato la sua visita presso le federate della regione a Trieste, Gorizia e Monfalcone. **(RT)**

● FIDAS

CONGRESSO FIDAS AD ABANO TERME E PADOVA

QUALIFICARE IL DONATORE

Dal 3 al 5 maggio si è svolto fra Abano Terme e Padova il Congresso nazionale 2013 della FIDAS cui ha partecipato una delegazione anche dell'AFDS Udine. Nel corso dei lavori, presieduti dal Presidente della FIDAS padovana, è stato pure assegnato il premio giornalistico Sturvi ad una redattrice di Radio 24, Nicoletta Carbone.

Numerosi sono stati i temi affrontati dall'assise a cominciare dalla integrazione nella struttura ospedaliera da parte dei volontari per una raccolta del sangue concordata in modo che vengano risolti pure i non facili problemi di comunicazione per raggiungere l'obiettivo di una qualificazione del donatore. Attendere ad una corretta gestione del sistema trasfusionale non basta - è stato detto - ma è necessario investire per migliorare lo stile di vita del donatore, senza sprechi e nel rispetto di tutti i principi etici.

Va superato anche il concetto di autosufficienza per il quale la misura non può essere né locale né nazionale, ma deve essere garantito a tutta la

popolazione mondiale poter accedere a sangue, plasma, emocomponenti e plasmaderivati.

Al Congresso, il cinquantaduesimo per la FIDAS, presenti 50 associazioni su 73, tra i dati statistici presentati è emerso il calo di donatori e donazioni nel nord est, come relazionato dal Vice Presidente Alessandro Biadene, per cui è necessario rilanciare la cultura del dono.

Al centro naturalmente della sessione congressuale è stata la relazione del Presidente nazionale Aldo Ozino Caligaris che ha ripreso le attività svolte durante l'anno. Irriverente la

relazione, invece, del rappresentante dei giovani, Matteo Benci, che si fa apprezzare per il suo deciso anticonformismo.

Nel successivo dibattito, fra gli altri, è intervenuto Devidè di Monfalcone per chiedere lumi sui differenti ruoli dei Vicepresidenti nazionali e dei Presidenti regionali della Federazione. È seguito Medeot Presidente regionale del Friuli Venezia Giulia e dell'ADVS Gorizia con alcune considerazioni circa alcuni contenuti della relazione presidenziale e del bilancio. Non è mancato poi l'intervento di Paolo Anselmi dell'AFDS di Pordenone, por-



I partecipanti al Convegno di Abano Terme.

tavoce di alcune istanze sentite nella Destra Tagliamento. Italo Gatto della Puglia ha tra l'altro richiamato a una maggiore eticità nei costi del Congresso nazionale, mentre il figlio ha illustrato le criticità conflittuali con altra associazione chiedendo l'appoggio per far valere il giusto diritto della FIDAS ad essere trattata alla pari e non emarginata. "Collaborazione sì, ma identificazione mai": ha aggiunto la veterana di questi incontri Rosita Orlandi.

Una giovane delegata di Vicenza ha voluto invece mettere in evidenza come non tutto vada bene nei rapporti con la medicina trasfusionale.

Nella seconda parte del dibattito, sabato 4 maggio, ha preso la parola il Presidente dell'Associazione Friulana Donatori di sangue Renzo Peressoni, il quale ha ricordato innanzitutto ai



Alla FIDAS c'è anche una presenza delle donne.



Padova: i labari AFDS alla fine del corteo.



Arrivo a Padova della "pattuglia" AFDS Udine.

giovani il dovere di coinvolgere al dono i loro coetanei. Consigliere nazionale per incarichi speciali, Peressoni ha poi ricordato l'importanza dei Comitati per il buon uso del sangue, sottolineando come gli interlocutori ormai non siano tre, ma quattro, aggiungendo a medici, politici e volontari anche l'industria. Ha ribadito il principio, poi, che non è necessaria tanto la visibilità quanto l'efficienza organizzativa, elencando le sfide per l'immediato futuro che attendono la FIDAS.

Sono intervenuti poi nel dibattito il dott. Bencivelli per propugnare una mozione contro la donazione differita che ha raccolto unanimità di consensi, Egidio Bragagnolo per chiarire meglio il ruolo delle associazioni, il Presidente della Federata di Vicenza Morbin per sviluppare il tema della chiamata associativa ed invitare ad educare i donatori alla prenotazione, unificando i reciproci programmi.

Al termine del dibattito e delle repliche l'AFDS Udine ha presentato un ordine del giorno a promozione dell'attività dei COBUS in particolare per conseguire consistenti risparmi in albumina e per una migliore utilizzazione del fattore VIII. Dopo alcuni interventi e il ritiro del documento, la Presidenza nazionale ha assicurato un suo intervento in materia.

Tra le cose da rimarcare nei due giorni di discussione ad Abano Terme vi è senza dubbio l'affermazione del Presidente Ozino secondo la quale il Donatore è al centro dell'attività della FIDAS. Per questo è necessario rivedere gli orari dei centri trasfusionali che non debbono essere a misura dei medici, ma a servizio dell'utenza.

Domenica 5 maggio in Prato della Valle a Padova, presenti due corriere AFDS Udine, si è tenuta la celebrazione del Congresso con all'inizio una lunga S. Messa nella Basilica di Santa Giustina, propizia anche per evitare un rovescio di pioggia, ma indubbiamente stancante. All'uscita sotto il sole quasi estivo che riscaldava il "prato senza erba" si sono tenuti i discorsi ufficiali e poi si è snodato il corteo lungo le strette strade del centro, senza alcuna interruzione del traffico e con i semafori in funzione. L'organizzazione non è stata certamente fra le migliori, ma si è giunti comunque in fondo a salutare fra il rullar dei tamburi i vertici della FIDAS con un arrivederci il prossimo anno nella lontana Agrigento.

Le corriere friulane si sono poi portate a Piazzola sul Brenta per una parentesi turistica prima di riprendere la strada di casa.

PROGRAMMAZIONE CONDIVISA E GESTIONE DELLA CHIAMATA DEL DONATORE

Nel corso della seconda giornata del 52° Congresso Nazionale della FIDAS ci si è confrontati sul tema "Il Sistema Trasfusionale del futuro tra programmazione della donazione, risposte ai bisogni e sostenibilità". In un panorama di revisione della spesa sanitaria che comporta una diversa gestione delle risorse, è necessario organizzare la donazione del sangue affinché il donatore volontario, anonimo, responsabile e non remunerato, rientri in una programmazione dell'attività secondo tempi e modalità che rispondano alle necessità complessive del Sistema sangue.

Ad introdurre il vivace dibattito le relazioni di Stefania Vaglio, Responsabile dell'Area ricerca del Centro Nazionale Sangue, di Simona Carli, Responsabile del Centro Regionale Sangue della Regione Toscana, di Antonio Breda, Responsabile Centro Regionale Attività Trasfusionali della Regione Veneto, di Giustina De Silvestro, responsabile del Dipartimento Medicina Trasfusionale dell'Azienda Ospedaliera di Padova. "Il donatore responsabile costituisce la prima garanzia di sicurezza degli emocomponenti donati; la FIDAS e le associazioni Federate hanno il compito di tutelarla responsabilmente nella garanzia dell'opportuna valorizzazione etica del dono. Il donatore deve rimanere al centro di ogni attività di informazione, di promozione, di programmazione e

di verifica delle attività donazionali. Le risposte alle necessità trasfusionali e ai bisogni dei pazienti devono essere coniugate con un'oculata gestione della chiamata dei donatori per tipo di emocomponente e per gruppo sanguigno al fine di donare quello che serve quando serve - ha affermato al termine del dibattito il presidente nazionale FIDAS Aldo Ozino Caligaris. - Il donatore deve rimanere il protagonista nel difficile percorso di qualificazione del Sistema Trasfusionale. Tale obiettivo, spesso evocato esclusivamente come un debito nei confronti dell'Europa, in realtà costituisce un traguardo nel rispetto del donatore e del paziente. Applicare norme e requisiti non significa soltanto adempiere pedissequamente ad un dovere ma, nella consapevolezza dei sacrifici e degli sforzi necessari, innalzare il livello di qualità e di sicurezza di tutte le attività svolte sia dai Servizi Trasfusionali, sia dal volontariato del dono, al fine di rendere massimo il riconoscimento del gesto prezioso del donatore."

In sostanza il problema sta nel rispondere adeguatamente alla domanda, in termini di qualità e di quantità che giunge al Donatore, per sangue, plasma, medicinali plasmaderivati con una continuità che tenga conto dell'andamento annuale delle richieste. Donare ciò che serve quando serve richiede un cambiamento di mentalità culturale ed una maggiore ca-

pillare informazione ai Donatori. Di qui l'importanza di un volontariato responsabile ed associato per essere partner consapevoli del sistema sangue. Se sino a ieri programmazione per i Donatori AFDS era peggio di una parolaccia, oggi in rapporto alla sostenibilità del sistema non lo è più, perché è necessario un uso etico delle risorse. Lo scopo del sistema è l'autosufficienza, ma ora il concetto si è allargato ed è mutato nel suo significato.

Le associazioni come l'AFDS sono più che mai parte del sistema e quindi devono farsi promotrici di un sistema di prenotazione che non si basi su un call center, ma che abbia maggiore rispetto del donatore, consentendo all'Associazione di essere protagonista nella prenotazione stessa sulla base di dati aggiornati e sempre fruibili.

L'uso etico delle risorse è legato ad un salto di qualità che presuppone il cambiamento di mentalità per cui l'autosufficienza muta in rapporto ai bisogni effettivi, quindi la "chiamata" che spetta alle associazioni deve essere vista in modo corretto.

L'equilibrio sostenibile fa riferimento ad un termine: APPROPRIATEZZA del modello organizzativo su uno standard di qualità. A questo deve pervenire un volontariato informato, non forzato sia dei donatori costanti sia dei nuovi (first time donors) con una naturale integrazione nel tessuto sociale.

STEFANIA PICCO COORDINATRICE GIOVANI DEL NORD EST

Stefania Picco, iscritta alla sezione Zanon Deganutti dell'AFDS è stata eletta al meeting giovani dello scorso marzo a Torino, coordinatrice dei giovani del nord est, accanto al delegato nazionale il monfalconese Matteo Benci. A Stefania gli auguri dell'AFDS per un proficuo lavoro.



MIASTENIA GRAVIS

IRENE BATTICCI SFIDA LA MALATTIA SUI MONTI PIÙ ALTI DEL MONDO GRAZIE ALLE IMMUNOGLOBULINE DEI DONATORI FRIULANI

Irene Batticci è una giovane dottoressa specializzata in anestesia attualmente in servizio presso l'ospedale di Tolmezzo. Al vederla sembra una ragazza come tutte le altre. In realtà sino a che non ha trovato la dottoressa Ricciardi doveva fare i conti con una malattia giudicata inguaribile. Grazie alla cura con le immunoglobuline tratte dal plasma ha potuto fare un salto di qualità nella sua vita ed ora può permettersi di scalare le più alte montagne del mondo dal K2 al Kilimangiaro. Un bell'esempio di come donare plasma possa essere indispensabile per talune malattie. Ecco la testimonianza di Irene: "esistono infinite malattie più o meno rare e più o meno invalidanti... per alcuni di noi anche un'influenza banale o un trauma che implichi immobilità parziale può essere vissuta come una mezza tragedia, per altri la più invalidante o prognosticamente sfavorevole delle malattie può non essere in grado di strappare la forza di un sorriso... dipende da noi, dal nostro bagaglio personale di vissuto: ricordi, emozioni, sogni, rancori, soddisfazioni... un evento che immancabilmente ci ha travolto l'esistenza: aver dovuto caricare nel nostro zaino la miastenia gravis, questa compagna di viaggio e di gite che in modo prepotente si è infilata nel nostro sacco e da lì, lo sappiamo, non si schiederà. Però possiamo ritenerci fortunati perché tutti, dopo periodi più o meno bui, durante i quali qualcuno ha rischiato persino di lasciarci le piume, oggi stiamo tutti o quasi tutti discretamente bene. Insomma più o meno tutti noi abbiamo instaurato un rapporto personale unico speciale con la nostra miastenia gravis e ne è risultato un equilibrio che è solo nostro. I più bravi o fortunati fra noi riescono anche a farci su delle grosse risate.

Chiaro, la compagna di viaggio resterà tale oltre il tramonto, ma già l'essere riusciti a stabilire paletti sufficientemente chiari ed accettabili su chi e fin dove comanda, fra noi e lei è una grande conquista: alcuni sono addirittura in remissione completa! ...Abbiamo scoperto che un comune denominatore è la sofferenza enor-

me che ci è costato il non sapere che cosa ci stava succedendo, il non avere persone che ci potessero capire e sopportare cui affidarci, che più d'uno tra noi le penne le ha rischiate non per la gravità della malattia, ma piuttosto per l'ignoranza ostinata ed inveterata di chi nel sistema sanitario regionale e nazionale avrebbe dovuto riconoscere in noi la nuova malattia dall'esordio e saper cucire addosso (come un sarto col suo vestito) la giusta terapia. Per tutti questi motivi abbiamo deciso di fondare la sezione regionale FVG dell'associazione MIAonlus, con la presunzione, nella più totale buona fede, di poter diventare qualcosa di simile ad un faro sulla scogliera oceanica per chi si trovi a navigare meno che a vista o stia naufragando... alla fine, fra tutte le ma-



lattie più o meno rare che ci potevano capitare, questa nostra compagna di viaggio non è poi così crudele, se sorpresa in tempo e curata bene.

LA DOTTORESSA RICCIARDI A CERVIGNANO E PALMANOVA

Sino al primo pomeriggio è rimasta in sala operatoria a Firenze, poi di corsa, con il marito autista è arrivata puntuale a Cervignano per l'attesa conferenza in una sala gremita di tante persone. È la dottoressa Roberta Ricciardi che ancora una volta è tornata in Friuli il 10 maggio per incontrare i Donatori e sensibilizzare l'opinione pubblica ad interessarsi alle problematiche della miastenia gravis. Introdotta da Renzo Peressoni e da Sandro Campisi la dottoressa Ricciardi ha in breve commosso l'uditorio con il racconto toccante della sua lotta contro la malattia, coinvolgendo anche il Sindaco della cittadina della Bassa.

Il giorno dopo è stata ospite delle scuole di Palmanova e Cervignano riuscendo a convincere molti ragazzi al dono del sangue e smuovendo anche le insegnanti, alcune delle quali si sono rese disponibili a collaborare.

Sempre gradita con la sua testimonianza la dottoressa è attesa di nuovo da noi per altri incontri pubblici e nelle scuole.

● DONATORI IN FAMIGLIA



▲ MAGNANO IN RIVIERA

Simona e Fabrizio Revelant circondati nel giorno del loro matrimonio da tutta la famiglia, tutta composta da donatori.



▲ CAVE DEL PREDIL

La famiglia Massimo e Rosanna Micottis fotografati con la neonata Noemi ed il piccolo Davide futuri donatori di sangue.



▲ RIVE D'ARCANO

La zia Silvia Collavino, invia la foto del piccolo Mario Collavino figlio di Gianpaolo e Ilaria.



▲ TREPPO GRANDE

Stella Vidoni Sezione Treppo Grande e Devis Romano Sez. di Nespolo con papà Aldo, mamma Angelina e il fratello Mattia tutti donatori della sezione di Treppo Grande.



▲ CAMINO AL TAGLIAMENTO

Una bella famiglia di donatori al matrimonio di Chiara e Valentino. Da sinistra Azzurra, il papà Luigino Locatelli, gli sposi, la mamma Antonella e Viviana.



▲ BICINICCO

I donatori Cristian Di Tommaso e Cinzia Casarsa presentano la piccola Noemi. Tantissime felicitazioni ai neo genitori, nell'augurio che anche Noemi diventi donatrice come i genitori.

● DONATORI IN FAMIGLIA



▲ PLASENCIS

Famiglia Pignolo composta dai donatori: il papà Giancarlo, la mamma Redenta ed i figli Marco e Michele.



▲ PLASENCIS

Famiglia Zamparo composta dai donatori: il papà Maurizio, la mamma Marinella ed i figli Tatiana e Michael insieme al rappresentante di zona Donnino Mossenta e al Presidente AFDS sez. Plasencis Andrea Bertoli.

ERRATA CORRIGE Nella pagina dei Donatori in famiglia nel numero passato abbiamo fatto un po' di confusione. Ce ne scusiamo soprattutto con gli appartenenti alla sezione di San Vito di Fagagna.

UN NUMERO

State sfogliando tranquillamente il Dono. Seduti in poltrona. La rivista sulle ginocchia o fra le mani. O magari dopo cena, sul tavolo della cucina. Capitate su questa pagina. Cominciate a leggere, giusto per vedere se ne vale la pena. Iniziate a sentirvi a disagio perché c'è questo articolista che chissà perché parla di voi. Vi sentite ancora più a disagio quando l'articolista medesimo vi dice, adesso smettete di leggere. Guardatevi le mani.

Proprio così. Posate la rivista. Se è già posata, meglio ancora. Osservatevi le mani.

E ditemi, quante ossa ci sono in una mano.

È vecchia, l'avete già sentita. Ce ne sono tante.

Vero. Ma quante?

Me lo chiedessero a bruciapelo io farei così, un calcolo al volo e via. Piego le dita: tre falangi per dito tranne il pollice, che ne ha due, e siamo già a quattordici. Poi? Dietro le falangi, tastando un po': ecco i metacarpi, quelle ossa relativamente lunghe e sottili che facendo il pugno disegnano le nocche. Sono cinque. E siamo a diciannove. Ma poi?

Niente da fare. Le altre si nascondono.

Ce ne sono altre otto. Le ossa cosiddette del carpo. Proprio lì, tra il polso e i metacarpi, otto ossa ordinate per quattro in due serie trasversali. Hanno nomi particolari, evocativi. Prima fila, appena davanti a ulna e radio (le due ossa dell'avambraccio), dall'interno verso l'esterno: scafoide, semilunare, piramidale, pisiforme. Lo scafoide si chiama così perché assomiglia a una navicella (una piccola nave, nulla di spaziale qui). Non a caso, ha un altro nome: navicolare. Il semilunare, visto di lato, ricorda una mezzaluna. L'osso piramidale parla da sé. Come del resto il pisiforme, il più piccolo delle ossa del carpo. Tutti insieme paiono quattro sassolini messi in fila a disegnare la forma di una ciambella.

La seconda fila. Sempre dall'interno verso l'esterno: trapezio, trapezoide, capitato, uncinato. Il trapezio, irregolarmente cubico, e il suo vicino, trapezoide, sporgono leggermente sul dorso della mano, pressoché allineati con il dito indice. Li potete sentire. Il capitato è l'osso più grande delle otto del carpo. Si chiama così perché possiede una testa (capo), un collo, e un corpo. Azzardo un paragone: ricorda un piccolo fungo porcino. L'uncinato possiede, neanche a dirlo, un uncino

che scende dal lato palmare, quello inferiore.

E dunque, quante sono le ossa di una mano?

Ventisette.

Curioso, no? Il braccio ha un osso soltanto, l'omero. L'avambraccio due, l'ulna e il radio. Totale tre. La mano, ventisette.

La coscia ne ha uno, il femore. La gamba tre: rotula, tibia, perone. Totale quattro. La mano, ventisette.

Il cranio ne ha otto, il volto quattordici. Le vertebre sono ventiquattro, più il sacro e il coccige. Totale, ventisei. La mano, ventisette.

E il piede?

Qui vi voglio.

Il piede si ferma a un solo osso di distanza dalla mano. Stesso numero di falangi, stesso numero di ossa che qui si chiamano metatarsali (e non metacarpali). Le ossa del tarso, invece, cioè il collo del piede, sono sette: una in meno delle otto del carpo. Totale ventisei.

Ecco. Fra poco girerete pagina e continuerete a sfogliare il Dono. Con le dita. Con la mano. Con le vostre ventisette ossa. Scommetto che stavolta ci farete molto più caso.

Stefano Moroso

● LAUREE IN DONO



REMANZACCO

Il 19 novembre del 2012 ha conseguito la laurea magistrale in scienze aziendali presso l'università di Trieste Nicole Masaracchia, donatrice dal compimento dei suoi 18 anni. Felicitazioni da tutta la sezione.



RIVIGNANO

Andrea Comuzzi si è laureato auguri! Laurea specialistica in Ingegneria Navale - 20 Marzo 2013 - Voto: 108/110. Tesi in Navi Offshore: Previsione dei carichi del vento su navi a posizionamento dinamico.



CAVAZZO CARNICO

Sara Angeli, figlia dei donatori Valentina Dassi e Giuliano Angeli, si è laureata il 28 novembre 2012, presso l'Università degli Studi di Udine, in Lettere (Italianistica), con 110/110 con lode. La sezione AFDS di Cavazzo si congratula vivamente con la neo dottoressa.



SAN VITO DI FAGAGNA

È con grande gioia e orgoglio che la Sezione di San Vito di Fagagna si complimenta con la donatrice Martina Sandron laureata venerdì 08 Marzo 2013.



MOGGIO UDINESE

Venerdì 22 marzo 2013 il donatore Gianfranco Druidi ha conseguito la laurea magistrale in "Ingegneria per l'Ambiente ed il Territorio" presso l'Università di Udine con la votazione di 110/110. Al neo dottore vanno le congratulazioni dei genitori, del nonno Vittorino, dei parenti ed amici.



RONCHIS

Il 15 ottobre Alessandro Casasola, sez. di Ronchis ha ottenuto la laurea Magistrale in ingegneria informatica presso l'Università degli Studi di Padova. Congratulazioni da parte di tutta la sezione.



CARPACCO

Alessio Burelli di Carpacco ha raggiunto la brillante laurea in ingegneria. Complimenti ed auguri.



CARPACCO

Si è laureata in italianistica, laurea magistrale Serena Orlando di Carpacco. Complimenti ed auguri



CAVAZZO CARNICO

Ai 13 di dicembar dal 2012 il zovin donadôr Alessio Francesco Brunetti, student te universitât di Padue, al è stât proclamât dotôr in astronomie. La sezion comunâl AFDS di Cjavàç, dutune cul diretîf, i proferis i compliments plui vivarôs par jessi rivât a di chest travuart.

● LAUREE IN DONO



SAN VITO DI FAGAGNA

È con grande gioia e orgoglio che la Sezione di San Vito di Fagagna si complimenta con la donatrice Elisa Fabbro laureata Martedì 30 Aprile 2013.



GEMONA

Il 19 marzo 2013 Roberto Copetti, donatore della sezione di Gemona del Friuli, si è laureato in Matematica presso l'Università di Udine con la tesi sulla trasmissione degli impulsi nervosi. A lui sono rivolte le congratulazione dei parenti e di tutti gli amici."

L'AFDS AL GIRO D'ITALIA

Sulle pendici che portano all'altipiano del Montasio non è mancata al Giro d'Italia l'AFDS presente con tanti volontari e in diverse iniziative coordinate da Giorgio Pozzecco e Arno Pittino. Ad assistere alla mitica tappa non poteva mancare il Presidente Renzo Peressoni.

Se a testimoniare il passaggio del Giro a Chiusaforte rimarranno dei segni indelebili come i vari murales realizzati per l'occasione o i muretti di Via Culturis tinteggiati di rosa, per gli organizzatori locali (e mi riferisco agli amministratori comunali, ai titolari dei pubblici esercizi, alle associazioni di volontariato, ai vari comitati, ai singoli cittadini) è giunto il tempo dei bilanci.

Ebbene, possiamo tranquillamente rilevare che la nostra comunità, finalmente unita, ha vinto una grande sfida, dimostrando un entusiasmo senza pari e un'inedita ed insospettabile creatività, degna di altre latitudini. Mi auguro, comunque, che la passione e la positività espresse con la corsa rosa non si esauriscano in questa piovosa primavera, ma confluiscono in nuove idee, progetti, iniziative, mettendo al bando vittimismo e rassegnazione, prerogative della nostra gente.

Se qualche piccola cosa non ha funzionato è dovuto per lo più all'inesperienza, ma con molta serenità affronteremo queste imperfezioni per migliorare ancora.

Quel che conta è che tutto è andato a buon fine, la fiducia riposta in noi è stata onorata e la prova è stata superata.



Peressoni sale al Montasio.



Volontari dell'AFDS al Gran Premio.

Ai donatori di sangue, che con la loro consueta generosità hanno fatto parte del "cordone umano" nella tappa del Montasio, lungo la strada che da Sella Nevea porta all'altipiano, vanno i più sentiti ringraziamenti della comunità di Chiusaforte, con la certezza che as-

sieme ai gruppi A.N.A. e alle squadre della Protezione Civile, costituiscono la spina dorsale di questo nostro Friuli e dell'Italia intera.

Luigi Marcon
Sindaco di Chiusaforte

COERENZA FRA VITA E DONO

Donare sangue è, senza dubbio, un grande gesto generoso con un significato umanitario di solidarietà, e, per chi crede, una concreta manifestazione di amore fraterno motivata dalla fede.

Comunque la si pensi, però, l'atto del donare non è alieno da contenuti morali universali e dal rispetto di alcune regole senza le quali perderebbe molto del suo valore. All'essere Donatore non è legata la presunzione di perfezione. Ciascuno porta con sé pregi e difetti ed è naturale sia così. Il dono esige delle coerenze ben precise. Ad esempio, la prima che viene in mente di questi tempi, è l'onestà. È vero che il sangue di un onesto e di un disonesto è uguale dal punto di vista materiale, ma non lo è se diamo al sangue donato il valore che l'AFDS (e non solo) gli assegna.

Quando nelle raccomandazioni più frequenti ritorna il concetto del "corretto stile di vita" non ci si riferisce soltanto alla salute fisica, ma anche a

quella morale. Nell'AFDS sono questi i fattori che contribuiscono ad alimentare lo spirito associativo. I singoli aderenti, ma soprattutto i responsabili delle sezioni e ancor di più i consiglieri provinciali non possono abbinare al loro impegno d'essere d'esempio nel donare a manifestazioni non altrettanto d'esempio in altri aspetti della loro esistenza.

La persona non può separare i vari momenti della sua vita quotidiana: è sempre se stesso nel pubblico e nel privato.

Ecco il perché chi ha delle responsabilità in AFDS non può correre su un doppio binario, irriprensibile nella realtà associativa e disordinato moralmente nella realtà privata.

Ci sono dei contenuti che non occorre abbiano una consacrazione statutaria obbligatoria, ma è una questione di buon senso, di rispetto di una tradizione, di costumi propri della nostra civiltà. Non sono scritti, ma rientrano in uno statuto identitario. Aderire

all'AFDS non è soltanto aderire ad una Associazione che ha come finalità il dono del sangue, ma è anche entrare a far parte di un sodalizio di persone per bene che si comportano di conseguenza. Queste persone per bene si danno dei principi condivisi, vi si riconoscono e non possono accettare il disordine morale.

Questa riflessione è fondamentale perché da qui deriva molto del prestigio ormai storicamente affermato dell'AFDS nella realtà friulana. Essere bravi Donatori è inscindibile anche dall'essere bravi cittadini, con tutto ciò che ne consegue, e brave persone nella vita privata e familiare. Non occorre di per sé fare del moralismo, ma basterebbe riflettere più spesso sulle proprie scelte di vita e chiedersi se accanto al dono del sangue non ci siano altri doni da fare, di più intimi, di più nostri, di più legati alla persona ed ai suoi rapporti umani ed affettivi.

Roberto Tirelli

DIRETTIVI IN FOTO

San Gottardo - Don Bruno Roselli
Dopo la lunga era del Presidente Cicotto ecco il nuovo Consiglio sezionale

formato dal Presidente Francesco Sordetti, dai due vice Presidenti Marco Lestuzzi e Francesco Castoro, dal Rappresentante dei Donatori Teresa Cicotto, e dai consiglieri Massi-

mo Potrei, Michela Lodolo, Marino Lodolo, Daniela Pecchenini e Pietro Chiabudini pure segretario. Revisori sono Tranquilla Zilli, Carla Francolini e Simone Grisan.



ZONA 1
Canal del Ferro
Valcanale

————— A.F.D.S. —————
**CAVE
DEL PREDIL**

Ci hanno lasciato

Silvia Zanotto, Graziano Bragagnini,
Ernesto Rugora.

**MOGGIO
UDINESE**

Ci hanno lasciato

Durante il 2012 ci hanno lasciato i donatori: Mario Londero, Carlo Treu, Ertà Tarnold, Romano Filaferro, Silvano Missoni.

“Un affettuoso pensiero va a Manlio Romanin, per molti anni figura di rilievo del Consiglio Direttivo, per anni appassionato rappresentante dei donatori della sezione di Moggio. Una persona che con la sua intraprendenza ha animato la vita della sezione: indimenticabili gli intrattenimenti durante le “Giornata del Donatore”. Da ricordare il suo grande impegno per la Via di Natale di Aviano, di cui è stato referente per l’Alto Friuli: a tale associazione sono state destinate le offerte raccolte in occasione dell’ultimo saluto dato a Manlio nel gennaio scorso a Moggio”.

*Forni Avoltri:
Giampaolo Gerin
in Autoemoteca
con il Presidente
della Sezione.*

ZONA 2
Carnia Occidentale
————— A.F.D.S. —————
FORNI AVOLTRI



Forni Avoltri: Giampaolo Gerin un record nelle donazioni.



PREONE

Il giorno 28 aprile 2013 in concomitanza con il convivio annuale dei donatori della Sezione si è proceduto alla votazione per il rinnovo delle cariche per il quadriennio 2013-2017.

Il nuovo consiglio direttivo risulta composto dai sigg. Luigi De Paoli, Giuseppe De Paoli, Silvio Duratti, Eleno Pellizzari, Monica Lupieri, Milena Tessari e Rudy Valent. Presidente è stato riconfermato il sig. Luigi De Paoli, vice Presidente sig. Silvio Duratti, rappresentante dei Donatori sig. Giuseppe De Paoli ed il sig. Eleno Pellizzari quale segretario.

Il collegio dei revisori è composto dai sigg. Leonardo Lupieri, Anna Candotti e Carla Taddio. L'augurio a tutti di un proficuo impegno e sostegno dell'attività della Sezione che il prossimo anno festeggerà il 50ennale di fondazione.



ZONA 3 Carnia Orientale A.F.D.S. TOLMEZZO

Family day all'Automotive



Tolmezzo - Automotive: Giornata Aziendale con Peressoni.



CAVAZZO CARNICO



Cavazzo Carnico: Manlio Brunetti, 100 donazioni.

Il consiglio direttivo della sezione di Cavazzo, si congratula con l'ex presidente Manlio Brunetti per il prestigioso traguardo della centesima donazione augurandogli di continuare ad esempio per i giovani donatori. Manlio Brunetti assieme alla dott. Gallizia resp. Del centro trasfusionale di Tolmezzo e le infermiere Cristina e Silvia.

*Tolmezzo:
Pittino e Peressoni
con il responsabile
della Sezione Automotive.*

ZONA 4

Collinare Nord

A.F.D.S.

OSOPPO

Assemblea con premiazioni

Sabato 9 marzo si è tenuta l'annuale assemblea sezionale alla presenza del Vice Presidente provinciale Alceo Minisini. In tale occasione sono stati approvati i bilanci e la relazione morale.

Sono state pure consegnate le benemeritenze a Giovanni Del Zotto (diploma), Cristina Lucia (distintivo di bronzo), Giampietro D'Osvualdo ed Edoardo Pittino (distintivo d'oro), Arielo Venchiarutti (goccia d'oro). Menzionati i benemeriti non presenti: Teresina Laura Baldassi, Lorenzo Lenizza, Thomas Venchiarutti, Silvano Venchiarutti (diploma) Laura Busolini (distintivo di bronzo), Paolo Chiapolini e Michele Della Torre (distintivo d'argento) e Aldo Blasoni (distintivo d'oro).



Osoppo: Tutti in foto.

Cinquantesima donazione

Vanda Forgiarini ha raggiunto la sua cinquantesima donazione. Complimenti.

RAGOGNA

Errata corrige

Benvenuti a Greta Giorgessi e Matteo Bortoluzzi.

GEMONA

L'AFDS di Gemona a "I colori del Vento"

Nell'ambito della manifestazione "I colori del Vento" che ogni anno si svolge a Gemona nella settimana a cavallo della festività dell'Ascensione, domenica 13 maggio, durante l'evento clou del programma, la giornata in cui, come da tradizione, i gemonesi raggiungono la località sella S. Agnese per partecipare agli eventi legati alle celebrazioni per questa ricorrenza tanto sentita, la Sezione di Gemona ha partecipato, unitamente alle altre locali associazioni culturali e di volontariato sociale, con un gazebo per l'attività di propaganda del dono.

La bella giornata e la tradizionale "Festa degli aquiloni" hanno richiamato in sella S. Agnese tante persone, soprattutto famiglie e tanti giovani. Ottima occasione per intercettare il maggior numero di potenziali futuri donatori ai quali, oltre alle brochures ed ai gadgets dell'AFDS, sono state fornite tutte le informazioni sulle modalità, le sedi, gli orari per le donazioni di sangue e plasma.

Numerosi i contatti con i giovani che hanno ascoltato con interesse quanto loro detto e che si sono impegnati a valutare con entusiasmo la possibilità di effettuare la prima donazione.

Anche ai tanti donatori già "in servizio" presenti sul posto è stato chiesto di donare con frequenza maggiore e soprattutto di fare essi stessi propaganda con i conoscenti o familiari in età e condizione di salute abili per donare. Nei programmi della Sezione sono previste ancora partecipazioni a manifestazioni analoghe, eccellenti opportunità per incentivare l'attività di promozione del dono.



Gemona



Gemona

SUSANS

Celebrazione del 40° anniversario di fondazione della Sezione di Susans

L'ultima domenica di maggio, le vie del paese si sono trasformate in una tavolozza monocolora: naturalmente il colore era il rosso dei labari che hanno sfilato in onore dei 40 anni di vita della locale Sezione AFDS.

La "posa della prima pietra" risale infatti al 1973, quando un gruppetto di "pionieri" accomunati dallo stesso spirito di altruismo, pensò bene di formare una sezione di donatori di sangue anche nella frazione, nonostante Majano vantasse già una realtà simile. Da allora sono stati numerosi i traguardi raggiunti per merito di chi, a partire dai soci fondatori capitanati per ben 27 anni da Edoardo Natolini, ha saputo sensibilizzare e coinvolgere sempre più persone, facendo bella figura innanzitutto fra le consorelle della zona collinare, ma anche rispetto all'AFDS in generale. Attualmente alla guida della sezione c'è Bruno Plos, che 13 anni fa ha preso in mano il testimone e, con lo stesso spirito del suo predecessore, dedica tempo e passione per cercare di mantenere alto il livello del gruppo.

Fortunatamente la Sezione fa parte di un bacino generoso da questo punto di vista: lo rivelano i dati che emergono ogni volta che i rappresentanti della zona collinare si riuniscono per fare il punto della situazione e per tracciare i nuovi solchi indispensabili a proseguire sulla stessa falsariga di quanto è stato fatto finora, cercando di volta in volta nuove soluzioni per venire incontro alle mutate esigenze della scienza e della medicina. Come in tutte le imprese, i successi di un periodo si alternano a momenti meno brillanti. Però, tutto sommato, guardando i dati relativi al numero dei donatori e quello delle donazioni, il bilancio è ancora positivo. Purtroppo, un dato significativo riguarda i donatori che hanno raggiunto il limite di età previsto dal regolamento dell'Associazione: sono ben 85 gli "over 66" che, pur essendo in molti casi ancora in buona salute ed in perfetta forma, non possono più dimostrare la loro generosità. A tutti loro va comunque rivolto un grazie perché per molti anni sono stati la spina dorsale dell'Associazione e possono tuttora essere di esempio per tutti quelli che ancora non hanno intrapreso il percorso del dono.

In occasione del quarantesimo anniversario di fondazione, il consiglio si è prodigato per cercare di onorare degnamente tale ricorrenza, perché è doveroso riconoscere quello che silenziosamente i donatori hanno fatto e continuano a fare per la comunità. Ogni qualvolta uno di loro si reca a donare, prova una immensa soddisfazione personale almeno per due motivi: il primo perché sa di ridare la speranza ad altre persone, il secondo perché se è disteso su quella poltrona, significa che gode di buona salute. La storia di questa sezione passa anche attraverso i rapporti con realtà un po' più lontane: è doveroso ricordare che i donatori di Susans sono legati ormai da molti anni al Gruppo AVIS della Valmorea, con il quale i contatti non si sono mai interrotti da quando, nel 1976, alcuni volontari partiti dalla Lombardia decisero di offrire il loro contributo nell'emergenza del dopo terremoto. Anche in occasione del 40° anniversario una nutrita rappresentanza di donatori "Avisini" ha voluto essere presente per celebrare assieme l'evento.

A proposito di solidarietà, non va inoltre dimenticato che l'AFDS di Susans si è spesso distinta per la disponibilità verso chi ha bisogno di essere aiutato in seguito a calamità o altro genere di difficoltà. Un esempio fra tanti: la concreta risposta all'appello del comune di Majano per aiutare le popolazioni colpite dal terremoto in Emilia lo scorso anno, oltre a un'adozione a distanza e all'aiuto a qualche famiglia per superare periodi delicati.

Nel corso della giornata sono state consegnate le benemeritenze ai donatori che hanno raggiunto i diversi traguardi previsti.



Susans: Fondatori e primi donatori della Sezione.



Susans: La partenza del corteo.



Susans: Deposizione fiori presso il monumento ai caduti.

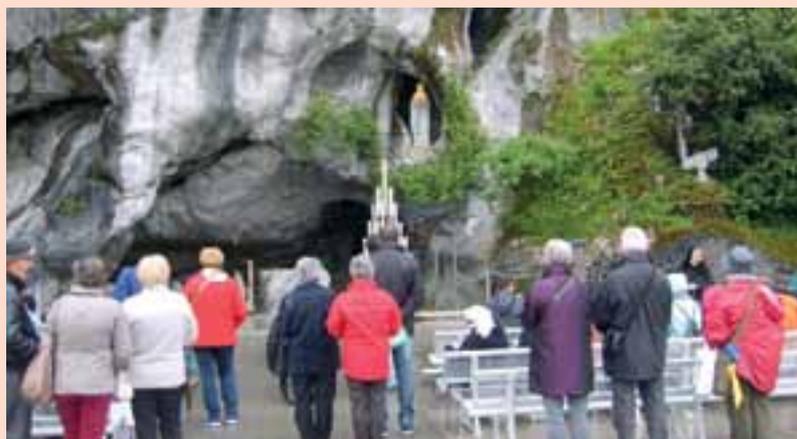


Susans: Alcune gentili collaboratrici durante una pausa.

RAGOGNA

Gita a Lourdes

Aspettando il 28 luglio, festa del 40° di fondazione, la sezione ha organizzato una gita sociale a Lourdes con 48 partecipanti che hanno potuto inoltre visitare le principali città della Francia meridionale.



Ragogna: Un momento toccante del pellegrinaggio.

BUJA



Buja: Il nipote del Presidente alla prima donazione.

Sono orgoglioso che il mio primo nipote neo 18° Stefano Debellis, abbia effettuato la sua prima donazione di sangue, Adriano De Bellis.



Ragogna: In gita a Lourdes.

ZONA 5

Collinare Sud

A.F.D.S.

CARPACCO

Ci ha lasciato



Il giorno 6 marzo è mancato il Donatore Gianni Persello, Presidente della sezione di Carpaccio dal 2002 al 2004.

Persona molto stimata nella comunità di Dignano per la sua bontà e generosità. Alla famiglia le condoglianze più sincere da parte di tutta la Sezione.

La centesima di Franco Prenassi

Franco Prenassi è giunto alla sua centesima donazione. È stato festeggiato dalla sua Presidente e dal consigliere di zona nonché Vice Presidente dell'AFDS Alceo Minisini.



Inaugurato il Monumento al Donatore

Grande festa domenica 5 maggio 2013 a Carpacco in occasione del 40° anniversario di fondazione della locale sezione dei Donatori di Sangue.

La giornata si è svolta nei migliori dei modi con una notevole partecipazione della cittadinanza. Dopo il corteo composto dai donatori, dalle sezioni della zona collinare, dalle associazioni comunali e dalle autorità presenti, accompagnati dal Complesso bandistico di Fagagna, è stata celebrata la Santa Messa dal parroco Don Antonino accompagnata dal coro parrocchiale. Al termine della funzione religiosa, il corteo è proseguito per l'inaugurazione del Monumento al Donatore, quindi il pranzo sociale durante il quale sono state distribuite le benemeritenze.

Particolare gratitudine va a tutti i donatori che in questi 40 anni di attività si sono fatti portatori del nobile gesto di civiltà e solidarietà umana. Grazie per quello che hanno saputo costruire e mantenere negli anni. Un pensiero va ai due Presidenti che ci hanno lasciato Martino Orlando e Gianni Persello. Il monumento è un giusto riconoscimento a tanta generosità e al grande lavoro di sensibilizzazione svolto in tutti questi anni, inoltre è un invito ai giovani e a tutte le persone che ancora non donano, ad avvicinarsi all'associazione per aiutare coloro che hanno bisogno. Sul monumento compare la scritta "un cuore per il dono" un breve ma efficace messaggio, perché chi dona il sangue fa un gesto di solidarietà, per aiutare chi è in pericolo, dona il suo amore agli altri e tutto parte dalla bontà del suo cuore.



Carpacco



Carpacco

COSEANO

Nuovo consiglio direttivo e 53ª festa del dono per l'AFDS di Coseano

Nel mese di febbraio si sono tenute le elezioni per il rinnovo delle cariche sociali della sezione AFDS di Coseano. Presidente è stato confermato Tarcisio Ortis, vice-presidente Lino Vidoni, rappresentante dei Donatori Dario Masotti ed alfiere Beniamino Martinella. Fanno inoltre parte del direttivo i consiglieri Luciano Baldissin, Enido Battaino, Mario Bianchi, Valter Dosso, Michele Graffi,

Cristiano Melchior, Valter Ortis, Leo Pietrangelo, Marinella Presotto, Simone Schiratti e Benedetto Varutti. Revisori dei conti sono stati confermati Silvano Ongaro e Pasqualino Ottoborgo.

Domenica 19 maggio la sezione ha festeggiato i 53 anni di attività con la "Festa del dono" che si è svolta nella frazione di Nogaredo di Corno. Alle celebrazioni ha presenziato anche una delegazione dell'AVIS di Finale Ligure, gemellata con l'AFDS di Coseano da oltre 30 anni. Nell'occasione si è svolta inoltre la premiazione dei donatori benemeriti della sezione. Il diploma di benemeritenza è stato quest'anno assegnato a Antonella Ortis, Diana Vidoni e Manuel Vit. Con il distintivo di bronzo sono stati premiati Paolo Battaino, Juan Dario Del Do e Sabrina Di Bin. Il distintivo d'argento è stato assegnato a Giacinto Gattesco, Fabrizio Graffi, Gabriella Ottoborgo e Venicio Sabbadini. Con il distintivo d'oro con fronde sono stati infine premiati Marco Masotti e Loris Mattiussi. Il pranzo sociale, tenutosi al termine delle premiazioni, ha visto la partecipazione di oltre 120 tra donatori e simpatizzanti.



Coseano

ZONA 6 Alto Torre

A.F.D.S.

TAVAGNACCO

Rinnovo consiglio direttivo Sezione di Tavagnacco e Pedalata 2013

Ad Adegliacco si è provveduto al rinnovo del Consiglio Direttivo della sezione AFDS di Tavagnacco per il quadriennio 2013/2017, che è risultato così composto: *Presidente*: Giuliana Bertoni. *Vice Presidente*: Matteo Foschiani. *Rappresentante dei donatori*: Adalgisa Di Bert. *Presidente Onorario*: Mario Gentile. *Consiglieri*: Dino Bon, Mauro Craighero, Giancarlo D'Antoni, Elena Del Do', Maurizio Di Giorgio, Alberto Lovo, Luca Pantanali, Aristide Sacher, Angiolino Tosolini, Alessandra Zornetta. *Consigliera e segretaria*: Mariella Fattori. *Revisori dei conti*: Angela Luongo, Stefania Plozner, Giorgio Tavano.

MOLIN NUOVO

Nuovo direttivo

Il nuovo direttivo sezionale ha rieletto: *Presidente* Emanuela Colledani; *Vice Presidente* Fabio Qualizza; *Rappresentante dei donatori* Marco Tarantino; *Consiglieri* Caterina Gottardo, Gabriele Fumagalli, Davide Comuzzo, Giada Peressotti, Franco Qualizza, Alex Piazzalunga; *Revisori dei conti* sono Agata Cudia, Alessandro Barbiero e Rock Donato.

Ci ha lasciati

Vilma Zenarolla.

ZONA 7 Udine Ovest

A.F.D.S.

CUSSIGNACCO

Una giornata speciale con i donatori di sangue

Sabato 11 maggio 2013, si è svolto il primo appuntamento degli eventi che la sezione A.F.D.S. di Cussignacco sta organizzando in occasione del cinquantesimo anno di fondazione.

Questo evento ha coinvolto non solo i donatori già aderenti alla sezione, ma anche la scuola primaria locale "A. Zardini".

Lo scorso dicembre, infatti, il presidente Roberto Flora assieme alla consigliera Claudia Maieron, hanno tenuto una lezione, riguardante i donatori e la donazione di sangue, agli alunni delle classi quinte, proponendo alle insegnanti un concorso riguardante la giornata.

Le insegnanti, hanno coinvolto i ragazzi nella realizzazione dei temi che in seguito, sono stati esaminati da un'apposita commissione, la quale ha scelto i tre migliori elaborati. Sabato mattina, dopo che ben quaranta donatori si sono



Tavagnacco

Domenica 5 Maggio, si è svolta la consueta "Pedalata in Compagnia", alla quale hanno partecipato ben 86 appassionati della bicicletta che, partendo dal parco della Sagra di Tavagnacco hanno raggiunto Martignacco e Villalta di Fagagna, rientrando dopo circa 30 km. a Tavagnacco per assaporare il pranzo presso la Sagra degli Asparagi. Un ringraziamento a tutti i partecipanti e un arrivederci alla prossima edizione.



Molin Nuovo



presentati per donare presso l'autoemoteca situata in piazza Giovanni XXIII, si è svolta la premiazione degli alunni vincitori del concorso, i quali hanno ricevuto un buono per acquisto di materiale scolastico.

Grande è stata la partecipazione e l'entusiasmo dei genitori, ma soprattutto dei ragazzi che al termine delle premiazioni hanno potuto anche visitare l'autoemoteca. La sezione ha ringraziato le maestre Claudia e Lucia per la preziosa collaborazione che hanno fornito durante tutto lo svolgimento del concorso.

Alessandro Flora

ZONA 8 *Udine Est*

A.F.D.S.

SAN GOTTARDO DON BRUNO ROSELLI

Remigio Bruno Sattolo ci riferisce degli esiti dell'Assemblea sezionale ove il Presidente Cicotto dopo 32 anni di operosa attività passa il testimone

ad un giovane di 22 anni, Francesco Sordetti.

Di tale evento si è congratulato anche il responsabile dei giovani provinciale

Guglielmo De Monte, mentre lo stesso Sattolo ha espresso la gratitudine dell'Associazione per l'intramontabile e generoso Raffaele Cicotto.

U. O. E. I. Giornata del donatore

Il 17 marzo si è tenuta la giornata del Donatore UOEI con la consegna delle benemeritenze a 22 soci e un omag-

gio alla famiglia Marioni che nel suo insieme dona da 48 anni.

A fare gli onori di casa il Presidente

Geniale Venanzi con la partecipazione del Presidente provinciale Renzo Peressoni.



U.O.E.I.

ZONA 9 *1° Aziendali*

A.F.D.S.

VIGILI DEL FUOCO

Prima donazione di sangue dei due gemelli Paolo e Luca Degano neodiocottenni che desideravano da tempo poter donare il loro sangue. Sono figli del Capo Squadra dei Vigili del Fuoco di Udine, Sandro Degano, anch'egli donatore da oltre 25 anni.



Vigili del Fuoco di Udine: I figli bravissimi di Sandro Degano.

8° REGGIMENTO TRASPORTI

Cinquantesima donazione del maresciallo Leita

A 10 anni dalla sua iscrizione all'AFDS il maresciallo Andrea Leita ha raggiunto la cinquantesima donazione. A festeggiarlo il presidente della sezione Mauro Angeli ed il Rappresentante dei Donatori Fabio Cometti. Recentemente la sezione ha rinnovato il consiglio direttivo e Angeli è subentrato a Vincenzo Pietropaolo. Vice presidente è Carmelo Garozzo, Rappresentante Cometti, segretario Pietropaolo, Consiglieri Giorgio Di Lorenzo, Vito Lobate, Andrea Leita, Angelina Maggiore, Alan Montagnese. Ed anche gli iscritti crescono.



8° Reggimento Trasporti

ZONA 10

2° Aziendale

A.F.D.S.

COMUNE DI UDINE



Comune di Udine: Ricordo di un anniversario.

Festa del 10° anniversario della costituzione della nostra Sezione AFDS l'8 giugno 2012 presso l'Abbazia di Rosazzo. La S. Messa è stata celebrata da Don Giancarlo Brianti

parroco del Carmine. Presente anche un nuovo donatore della nostra sezione: il Vice Sindaco di Udine dott. Vincenzo Martines.

ZONA 12
Valli del Natissone
A.F.D.S.
PREMARIACCO



Federico Passone della Sez. AFDS di Premariacco ha appena compiuto 18 anni ed ha già donato per la prima volta. È entrato a far parte della grande famiglia dei Donatori. Assieme al nonno Sergio che è stato un donatore anche lui come tutta la famiglia Cantoni i complimenti dalla Sezione.

Cinquantesimo di fondazione



Premariacco: Autorità, Labari e Benemeriti.

Nel 1963, cinquant'anni fa, ben 90 persone riunite nella cooperativa fondarono la sezione AFDS. Il ricordo di quell'importante inizio è stato ricordato solennemente a Premariacco. Il Presidente Massimo Crisetig ha evocato le figure dei protagonisti dal dott. Colò primario trasfusionista a Cividale, a Giovanni Maria Basso, dall'indimenticabile consigliere di zona Barbiani al primo Presidente Giuseppe Saccavini. Ha poi ricordato l'impegno di Aldo Vanone, Nello Osgnach e Patrizia Zamparutti, rallegrandosi perché le donazioni continuano ad aumentare e non mancano i giovani, ben 12 in più quest'anno.

Ha preceduto la giornata di festa una serata corale con l'esibizione di ben quattro cori. Dopo essersi felicitato con Michele Moret per la sua elezione a consigliere di zona il Presidente, al termine della giornata, ha voluto esprimere la sua gratitudine a tutti i collaboratori, al Comune, a mons. Pietro Moratto ed a tutte le autorità intervenute.

ZONA 13
Medio Torre

A.F.D.S.
TRIVIGNANO UDINESE

Lo scorso 13 aprile si è svolta la tradizionale cena sociale organizzata dalla sezione di Trivignano Udinese durante la quale sono stati premiati i seguenti nostri donatori: con diploma di benemerenza, Stefano Azzano, Maurizio Biasutti, Emmanuele Burini, Elena Canciani, Sara Dalmasson, Alex Favaro e David Vescovo; con distintivo di bronzo, Adriano Burino e Elisa Nubiani, con distintivo d'argento, Daniele Pallavicini e Marisa Sclauzero, con distintivo d'oro, Giorgina Del Frate, con distintivo d'oro con fronde, Stefano Tomat e Stefano Tonutti e con la targa d'argento con pellicano d'oro, Federico Forte, Luciano Lugano e Renato Pascolo. La presidente Giorgia Del Frate, a nome del consiglio direttivo, ed il rappresentante di zona Domenico Rebeschini hanno rivolto a tutti i premiati ed a tutti i donatori della sezione i ringraziamenti per il loro meritevole impegno.



Trivignano Udinese: Con Rebeschini il direttivo.

*Nuovo
consiglio direttivo
2013-2016*

Il nuovo consiglio direttivo della sezione di Trivignano Udinese è composto da: Giorgia Del Frate, presidente, Luciano Lugano, vicepresidente, Daniele Pallavicini, rappresentante dei donatori, Giacinto Pasini, segretario e dai consiglieri Giulia Banello, Massimo Gargiulo, Michael Livoni, Andrea Medeossi, Mauro Pallavicini, Stefano Tonutti e Sonia Ciani (assente). I revisori dei conti sono della Sonia Mora, Danilo Paviotti e Gino Paviotti.



Trivignano Udinese: I benemeriti.

BICINICCO



Bicinicco: Davanti al monumento dedicato ai Donatori.

ZONA 14

Centro Friuli

A.F.D.S.

PASIAN DI PRATO

Ricordo del presidente onorario Sperandio D'Odorico

Generoso, umile, silenzioso. Il motto che risuona nella "Preghiera del donatore" ha sempre descritto come meglio non si sarebbe potuto la personalità di Sperandio D'Odorico, presidente onorario della sezione di Pasion di Prato che da poco ci ha

lasciato, aprendo un vuoto difficilmente colmabile tra chi è chiamato a proseguire l'azione nel solco da lui tracciato. Sperandio, marito, padre e imprenditore esemplare, è stato infatti tra i padri fondatori nell'ormai lontano 1964 della sezione di Pasion

di Prato, che ha poi guidato per 22 intensissimi anni. Chi è venuto dopo di lui ha sempre potuto contare sul suo discreto ma utilissimo appoggio, a conferma del suo costante impegno a favore degli altri. An finiso omps cusì, mandì Sperandio...

PLASENCIS

Un anno da ricordare

Il 2012 ha portato al raggiungimento di un grande traguardo per la nostra sezione: **il superamento delle 400 donazioni**.

Questo risultato è stato ottenuto grazie alla generosità di tutti i nostri donatori, che hanno partecipato alle donazioni di gruppo organizzate dalla sezione o che singolarmente si sono recati presso i centri trasfusionali della provincia di Udine, Pordenone e anche Trieste. Un benvenuto soprattutto ai 18 nuovi donatori del 2012 che, con il loro preziosissimo contributo, garantiscono il necessario ricambio a quanti devono abbandonare il dono per malattia o raggiunti limiti di età.

Per stimolare la cultura del dono del sangue già dalla tenera età, la nostra sezione è intervenuta facendo **sensibilizzazione in ambito scolastico**, in particolare presso le scuole primarie inferiori di Pantianicco e Blessano, le scuole medie di Basiliano e il centro estivo del Comune di Mereto insieme al gruppo PAG.

In collaborazione con l'Amministrazione Comunale siamo intervenuti alla cerimonia di consegna della Costituzione ai **neo maggiorenni**, ricordando che è proprio dal diciottesimo anno di età che si può diventare donatori. Come da consolidata tradizione la seconda domenica di settembre si è svolta la 54a **Festa del Dono**, ospitata nel 2012 a Tomba. Tra le altre attività di promozione e coinvolgimento dei donatori, ma non solo, siamo stati presenti, in diverse **occasioni ludico-sportive di solidarietà** quali un torneo di calcio a scopo benefico e diverse corse e marce organizzate in occasione di festeggiamenti paesani.

Nel 2013 la nostra sezione festeggerà i 55 anni di attività, con un calendario ricco di appuntamenti culminanti l'8 settembre prossimo con la Festa del Dono a Mereto di Tomba e, ancora prima, il 30 giugno con il ritorno dell'autoemoteca sul territorio comunale.

Per qualsiasi informazione sulla nostra associazione potete scrivere a afdsplasencis@libero.it o iscrivervi al gruppo facebook **afdsplasencis**.



Plasencis: Centro estivo a Pantianicco.



Plasencis: Festa del Dono 2012 a Tomba.



Plasencis: Donazione di gruppo.



Plasencis: Marcia a San Marco.

ZONA 15
Risorgive
 A.F.D.S.
TALMASSONS

Il presidente sezionale Mauro Nardini, il consiglio direttivo e tutti gli amici, si congratulano con il donatore Dorino Ponte per il raggiungimento di due importanti traguardi quali la centesima donazione e la meritata pensione. Auguri!



Talmasson

BERTIOLO

*Nuovo direttivo sezionale
 nel segno dei giovani*

Largo ai giovani nel rinnovato consiglio direttivo della sezione AFDS di Bertiole, Virco e Sterpo!

Il nuovo Presidente è Chiara Saccomano (21 anni), che raccoglie il testimone dell'uscente Luca Zorzi; sarà

Dati importanti, quelli riportati dal presidente Nardini all'assemblea sezionale tenutasi il 5 aprile, eccezionalmente ospite della sala consiliare di Talmassons. Aumento del numero dei donatori e delle donazioni, partecipazioni ad innumerevoli attività di promozione del Dono sul territorio, particolarmente nelle scuole e durante le manifestazioni locali, gita sociale e la oramai attivata installazione, nello spiazzo antistante il municipio, del monumento ai donatori su disegno dei ragazzi delle scuole medie sono i fiori all'occhiello di un anno di gestione. Particolare rilievo è stato dato all'ottimo risultato ottenuto grazie al ritorno sul territorio dell'autoemoteca: una trentina le donazioni effettuate tra cui si sono messe in evidenza quelle dei nuovi donatori. Esperienza che si ripeterà il prossimo 2 giugno quando l'autoemoteca sarà di nuovo ospite della sezione. Il consigliere provinciale Roberto Flora, delegato dal rappresentante zonale Enrico Fuser, ha definito il dinamismo e la vivacità del giovane consiglio direttivo, un "piccolo miracolo", aiutato dall'entusiasmo e da una grinta che ci si augura perduri e possa essere

affiancata, nel ruolo di rappresentante dei donatori, da Emily Boldarino (19 anni). Sono cinque i donatori che entrano a far parte per la prima volta del direttivo sezionale (tre sono i giovani), andando ad aggiungersi ai consiglieri riconfermati.

Al nuovo Presidente ed ai suoi collaboratori auguriamo che il lavoro che li attende, volto al radicamento della cultura del dono, sia fruttuoso e ricco di soddisfazioni. Siamo certi



Talmassons

contagiosa. A chiusura dei lavori, invitando a partecipare alle frequenti donazioni di gruppo, una delle quali si è tenuta proprio il giorno successivo, il presidente Nardini ha salutato i convenuti ricordando che anche il rispetto per la propria persona e per la propria salute è importante perché "SI DONA PER GLI AMMALATI".

che sapranno lavorare con la vitalità e l'entusiasmo che ha sempre contraddistinto la sezione di Bertiole, Virco e Sterpo.

Nella foto il nuovo consiglio (da sinistra verso destra): Dario Saccomano, Cristian Virgili, Italo De Zan, Nella Toneatto, Alberto Grosso, Giuseppe Boldarino, Olena Dominici, Emily Boldarino, Luca Zorzi, Chiara Saccomano, Alessio Valvason, Andrea Virgili, Della Laura Siega e Lamber-

to Grossutti. *Presidente:* Massimo Paiero.

Vice Presidente: Fabio Dusso.

Rappresentante dei Donatori: Ileana Cepile.

Consigliera e Segretaria: Tatiana Graziutti.

Consiglieri: Arianna Campeotto, Giovanna Canciani, Marco D'Odorico, Tullio Gradin, Giuliano Pavatich.

Revisori dei Conti: Elisa Dentesano, Renzo Muzzo, Rinaldo Pestrin.



Bertiole:
 Il nuovo Direttivo.

POZZECCO

Una bella foto di giovani donatori di sangue della Sezione di Pozzecco che hanno appena effettuato una donazione collettiva. Complimenti, ragazzi!!!



Pozzecco



Villa Vicentina: Il saluto del Presidente.

ZONA 16

Litoranea Orientale

A.F.D.S.

VILLA VICENTINA

Trentacinquesimo di fondazione

La sezione di Villa Vicentina ha festeggiato i suoi 35 anni alla presenza di 30 labari sezionali e con la soddisfazione di poter annoverare 10 nuovi donatori. Durante la giornata sono state consegnate le benemerienze ai più generosi fra i quali Bruno Nascig e Luciano Scarel distintivi d'oro con fronde.

Giornata del Dono a Villa Vicentina

Il 19 Settembre la sezione donatori di sangue di Villa Vicentina ha festeggiato il 35° Anniversario di fondazione alla presenza di diversa Autorità civili, compresi il sig. Sindaco Dott. Mario Romolo Pischredda e con la presenza di numerose Sezioni con i loro 30 labari. Il presidente Gerardo De Leonardis ha ricordato ai presenti che nel 2011 la sezione si è sempre distinta per il numero di donazioni e donatori, si sono iscritti ben 10 nuovi donatori, molti di essi giovani, ma soprattutto raggiungendo le 248 donazioni annue. Nel corso della serata sono state consegnate le benemerienze; 5 i diplomi, 4 distintivi di bronzo, 7 argento, 3 ori a Danilo Verzagnassi, Claudio Vescovi, Silvano Virgolin, 2 ori con fronde a Bruno Nascig e Luciano Scarel.



Villa Vicentina: Omaggio ai Caduti.

CERVIGNANO

Grande festa per il mezzo secolo

Il 25 e 26 maggio la sezione cervignanese ha festeggiato il suo mezzo secolo di vita con una serie di manifestazioni.

Il sabato sera si è dato spazio alla musica con un concerto di flauti diretto dal maestro Massimiliano Olivo, protagonisti i giovani studenti delle scuole medie "M4e", cui è seguito sempre a cura degli studenti uno spettacolo teatrale coordinato dalla prof. Marina Garlatti. Il tutto si è svolto nel teatro Pasolini al completo.

La domenica il corteo ha aperto la cerimonia con le note della Banda mandamentale attraversando le vie del centro con tanti labari fra i quali quelli degli amici di Resia e Bassano.

Dopo la S. Messa sempre al Pasolini hanno portato il loro saluto il Presidente Marturano, il consigliere di zona Campisi, la docente vicaria delle scuole Micoli ed ha chiuso il Presidente provinciale Peressoni, lodando i fondatori ed in particolare Pietro Canciani.

Alla consegna delle benemerenze è seguito il concerto del coro scolastico della scuola primaria diretto dal maestro Denis Monte.

Al termine il consueto convivio presso la Banda Mandamentale.



Cervignano



Cervignano



San Giorgio di Nogaro: Intervento in Assemblea.



San Giorgio di Nogaro

ZONA 17

Litoranea Occidentale

A.F.D.S.

SAN GIORGIO DI NOGARO

Il 17 marzo la sala conferenze di Villa Dora ha ospitato l'Assemblea Ordinaria 2013 della Sezione AFDS di S. Giorgio di Nogaro.

Nella fitta agenda espositiva della Presidente Elisa Indri hanno avuto risalto le molteplici vie di propaganda percorse dal Consiglio di Sezione, tese soprattutto alla sensibilizzazione dei giovani ed ai contatti con altre realtà associative locali con forme di collaborazione e sostegno.

Nelle foto il sig. Gabriele Pigani della Casa Famiglia ubicata nella frazione di Zellina, la signora Carla Baraldi di "Una mano per vivere", moglie e stretta collaboratrice del compianto ex presidente di Sezione Romano Pitton ed il signor Lorenzo Mattiussi, socio Goccia d'oro nel 2012, Presidente della Misericordia Bassa Friulana.

Al tavolo delle autorità, oltre al Consigliere Provinciale Loris Meneguzzi, il Sindaco Pietro Del Frate ed il Consigliere Regionale Paride Cargnelutti, donatori della Sezione di San Giorgio.

ZONA 17 *Litoranea Occidentale*

A.F.D.S.

MUZZANA

Il 15 marzo 2013 si è svolta l'assemblea annuale degli iscritti alla Sezione di Muzzana, che lo scorso anno ha celebrato il 50° di fondazione.

Oltre ad un nutrito numero di donatori, erano presenti il Sindaco, il rappresentante di zona e il direttivo sezionale al completo.

La relazione morale della presidente, inerente le attività svolte nell'anno e la programmazione per quello in corso, ha incontrato il pieno consenso dei convenuti, così come i bilanci.

Durante l'assemblea sono stati premiati ben 22 donatori, tra i quali una goccia d'oro, ed è stato dato il benvenuto alle 12 donne ed ai 9 uomini nuovi iscritti.

Al momento del congedo, è stato formulato a tutti l'augurio di un anno ricco di donazioni com'è stato il precedente.

Il primo appuntamento dopo l'assemblea è stata la giornata di propaganda del dono il giorno 1° maggio, con la camminata nei boschi e nella campagna: tanti i partecipanti e tanta la soddisfazione!

Il direttivo, sempre attento nei confronti dei giovani, prevede nel corso dell'anno di incontrarli presso le scuole locali e di intervenire in occasione della consegna della Costituzione ai diciottenni.

Ospiterà inoltre a giugno il torneo di calcetto di zona e intende organizzare una serata sanitaria a novembre.



Muzzana: La Presidente Daniela Cogoi premia il vicepresidente Nadir Del Piccolo



Muzzana: Carrozze alla giornata di propaganda del dono il 1° maggio.



Muzzana: I partecipanti alla camminata.

● LETTERE AL DONO

UN LUTTO ASSOCIATIVO

È scomparso qualche mese fa uno dei più anziani ex consiglieri provinciali dell'AFDS che svolse il suo mandato negli anni Sessanta: Dante Bisaro. Alla famiglia giungano sia pure in ritardo le condoglianze dell'Associazione tutta ove è ancora vivo il ricordo dell'operato di Dante.

LETTERE AL DONO

Sempre con piacere, da immigrato in Alto Adige, leggo "Il Dono" quando mi arriva e mi parla della Mia Terra Natale. Nell'ultimo editoriale, bastava ricordare tre momenti, per me, più importanti:

- 1) Nascita dell'AVIS con il dr. Roberto Venturelli e i suoi collaboratori e quanto fatto dagli stessi per il passaggio all'AFDS;
- 2) L'entusiastica nascita dell'AFDS a guida di Giovanni Faleschini;
- 3) I momenti tristi, per le divergenze interne, e la ripresa che mi auguro grande senza figli e figliastri.

La vita di ogni cittadino, ma soprattutto del Donatore dovrebbe sempre essere. HONESTE VIVERE, ALTERUM NON LAEDERE, SUUM CUIQUE TRIBUERE.

Ad majora e cordiali saluti da un vecchio donatore e socio fondatore della sezione di Reana del Rojale
Aurelio Badini – Bolzano

● VARIE DI CRONACA

UN QUESTIONARIO IN PIÙ DA COMPILARE ... CON UN PO' DI PAZIENZA

Anche i dati sulla nostra salute sono "privati", cioè personali, e vengono tutelati dalla cosiddetta legge sulla privacy, legge che prevede nessuno possa leggerli se non autorizzati dall'interessato, neppure i medici e le strutture sanitarie.

Per autorizzare la lettura di questi dati viene consegnato ai Donatori da compilare un foglio con delle domande chiamato ESPRESSIONE DI CONSENSO AL TRATTAMENTO DEI MIEI DATI.

Questo foglio deve essere completato in tutte le sue parti segnando Sì oppure No nella apposita casella.

PER QUANTO RIGUARDA I DONATORI, NON I PAZIENTI, BASTA COMPILARE UN SOLO QUESTIONARIO CHE VALE PER TUTTE LE AZIENDE SANITARIE se posta la crocetta nelle apposite caselle.

I pazienti, invece, sono obbligati a compilare un foglio simile in tutte le aziende, studi medici, laboratori di analisi...

Un suggerimento pratico: se non ci sono motivazioni serie per dire no SEGNARE SEMPRE SÌ

E autorizzare tutte le aziende.

LA TUA E-MAIL UN INDIRIZZO UTILE PER UN RAPIDO CONTATTO

Com'è noto uno dei compiti principali delle Associazioni dei Donatori di sangue è provvedere alla chiamata al dono. Con l'avvento delle nuove tecnologie, pur non essendo obbligatorio, fai avere all'AFDS sia direttamente in segreteria sia tramite il tuo Presidente di sezione l'indirizzo di posta elettronica in modo che tu possa essere raggiunto più rapidamente sia in caso di emergenza, sia per altre eventuali necessità. Utile sarebbe anche conoscere il numero del tuo telefono mobile.

"IL DONO" ARRIVERÀ AL TUO INDIRIZZO DI POSTA ELETTRONICA

Il prossimo anno il periodico "Il Dono", se lo desideri, potrà arrivare a casa tua non di carta né con il postino, ma direttamente al tuo indirizzo di posta elettronica. Comunica alla segreteria oppure al tuo Presidente di sezione l'indirizzo, aiuterai a risparmiare tempo, denaro e soprattutto le risorse naturali.

Grazie

STIPSI: UN PROBLEMA TUTTO DA GESTIRE

La stipsi è un problema soggettivo.

Ognuno lo vive a modo suo. Non si può quindi o meglio non ha senso confrontarsi con gli altri. Ognuno è un caso a sé.

Tutti nel corso della propria vita fanno questa esperienza che può durare più o meno a lungo. Di solito le *forme di breve durata* (← 6 settimane) sono in relazione a: malattie acute di altri organi o apparati; assunzione di farmaci (FANS in particolare e poi oppiacei, diuretici, calcio antagonisti e altri); squilibri idro-elettrolitici (disidratazione); alterazioni dei ritmi circadiani (turnisti, piloti d'aereo e personale di bordo); strapazzi alimentari (sovraccarico), viaggi, ecc.. Le *forme di lunga durata* (→ 6 settimane) sono causate da **(a) disturbi funzionali** (assenza di cause dimostrabili con i mezzi diagnostici al momento disponibili): ipocinesia intestinale (*rallentato transito*); difficoltà di espulsione (*stipsi rettale*) s. dell'intestino irritabile e altri disturbi psicosomatici.

Da questa classificazione sono quindi escluse le (b) cause organiche, che sono un capitolo a parte, in quanto la risoluzione del problema consiste nella rimozione, di solito chirurgica, della causa.

Può manifestarsi a qualsiasi età ma essere percepita in modo diverso. In età pediatrica il problema è spesso più della mamma che del figlio.

I giovani convivono con il problema senza tanto preoccuparsi e spesso senza accorgersene. Gli anziani ce l'hanno sempre ma spesso perché non hanno altro a cui pensare.

Le donne sono più consapevoli o sensibili degli uomini nel senso che se accorgono prima. Molti hanno il problema ma non se ne rendono conto. Quando cerco di chiarire il concetto di **"evacuazione efficace"** molti sorridono con sufficienza. Spiego che *tutti gli atti fisiologici (mangiare, bere, dormire, fare l'amore, mangiare ed evacuare) devono dare soddisfazione* (prima regola generale). Se uno come si siede sul water così si alza, cioè non è cambiato niente tra il prima e il dopo, allora qualcosa non è andata per il verso giusto. Quando dico ciò la persona che ho di fronte di solito comincia a preoccuparsi. Spiego inoltre che

alla fine uno deve sentirsi svuotato, liberato, leggero, soddisfatto e pronto ad affrontare le difficoltà della vita con la dovuta energia. A questo punto la preoccupazione aumenta, i dubbi si rafforzano, si manifestano i primi sensi di colpa ed è pervasa da un senso di tristezza: "quello che lei dice non è mai successo, succedeva in passato, succede raramente". Sono le dichiarazioni più frequenti.

L'evacuazione inizia con uno stimolo che di solito è ben riconoscibile. Nasce debole e poi si accentua progressivamente (diventa più vigoroso). Lascia comunque sempre il tempo per organizzarsi e raggiungere il bagno. Se lo stimolo viene assecondato l'atto si conclude felicemente in meno di un paio di minuti. Se non viene assecondato si attenua e scompare. A questo punto si deve solo aspettare che si ripresenti. Non c'è altro da fare.

L'assenza, il ritardo e la debolezza dello stimolo come la manifestazione brusca ed eccessivamente vigorosa, che non lascia tempo, sono tutte situazioni patologiche che andrebbero indagate.

L'evacuazione è un evento rapido. Avviene appena seduti. Se uno deve aspettare molto, spingere molto e magari provare dolore quando espelle c'è qualcosa che non funziona.

Ricordo che il bagno non è il luogo adatto per leggere, meditare, rilassarsi, riflettere, telefonare o altro. Il bagno deve servire per quello e basta. Stare seduti sulla tazza del water a lungo, anche senza sforzarsi, è la causa più frequente di patologia emorroidaria, rettoceli e prolapsi vari. Quando si prende l'**abitudine di non assecondare lo stimolo** cominciano i problemi. Se la persona continua con la cattiva abitudine lo stimolo progressivamente si indebolisce fino a scomparire del tutto. Le cause di ciò sono: mentali (riesco a rilassarmi solo a casa mia); sociali (commesse, lavoratori a contatto con il pubblico che non possono quindi staccare); logistiche (mancanza di luogo idoneo); igieniche (abbigliamento femminile, disponibilità del bidet). I bambini spesso inibiscono lo stimolo per non interrompere il gioco. Sicuramente mi sono dimenticato di qualcosa.

La riabilitazione può rinforzare uno stimolo indebolito ma non può riattivare uno stimolo spento.

Molti pensano che il controllo cosciente delle attività sfinteriali sia una prerogativa del genere umano della quale andare fieri ma non è così. Quelli convinti di poter evacuare a comando sbagliano di grosso e prima o poi ne pagheranno le conseguenze. Seconda regola generale: *tutto deve avvenire nel rispetto delle regole, mai per forza*. Quindi assecondare lo stimolo quando si manifesta e non tentare di evacuare solo quando il tempo e lo spazio ce lo consentono. Gli antichi romani non avevano i nostri problemi.

Una seduta di evacuazione collettiva (anche una trentina di persone di genere maschile) dopo un lauto pasto e prima di entrare nelle terme era la prassi. Ma dicono che il concetto di igiene fosse molto vago nell'antica Roma.

Dato che per continuare il ragionamento ho bisogno di qualche punto di riferimento tento di dare una *definizione di stipsi "condizione cronica, di durata superiore alle sei settimane, caratterizzata dalla presenza di feci dure e/o da frequenza inferiore a tre evacuazioni settimanali"*.

Abbiamo già capito che il problema è molto più complesso e va ben oltre questa semplice definizione. I pazienti con disturbi addominali cronici correlati o associati alla stipsi devono essere sempre valutati con estrema attenzione. Alcune persone pensano di essere stitiche solo perché non evacuano ogni giorno mentre in realtà stanno benissimo.

Il problema è come evacuano, quanto evacuano, le sensazioni che provano dopo l'evacuazione e cosa succede tra una evacuazione e l'altra. Molti, particolarmente le persone anziane, sono soliti sedersi sulla tazza, ogni giorno più o meno alla stessa ora, anche spesso in assenza dello stimolo, e se poi, in quella fase, riescono ad espellere qualcosa si considerano soddisfatti.

Se durante il giorno poi si sentono gonfi, hanno dolenzia o dolore addominale, peso rettale, sensazione di ripienezza precoce, alitosi, difficoltà

di concentrazione ecc. pensano che il problema sia un altro e si rivolgono al medico per risolverlo. Alcuni pazienti possono utilizzare il termine stipsi per indicare sforzo/dolore durante l'evacuazione o senso di evacuazione incompleto (reale o immaginario). Qualche volta, l'eccessivo sforzo può causare una lacerazione della mucosa anale con piccola emorragia, che però spaventa parecchio, rilevabile come sangue rosso che sporca la carta igienica o qualche goccia nella tazza o che tinge l'acqua del vater. Questi pazienti arrivano allarmati al PS e per tranquillizzarli basta chiedere quanto ha sforzato e la risposta è invariabilmente molto. Tra una evacuazione e l'altra uno deve star bene e cioè il cervello non deve ricevere alcun segnale dall'intestino. Ci sono in conclusione persone che pensano di essere stitiche ed invece sono regolari mentre altre che sono regolari pensano di essere stitiche. Misteri della mente umana. Trabocchetti per il medico non sufficientemente attento. *Terza regola generale: si sta bene quando si è in pace con se stessi e gli altri.* L'abuso di lassativi, in particolare

quelli a base di cascara, senna e boldo, può causare ipotonia intestinale e ridotta contrattilità con conseguente stipsi (stipsi da dipendenza di lassativi). Ci sono persone, di solito donne, che cercano di regolarizzare le funzioni del proprio intestino con prodotti a base di erbe preparati al momento nelle erboristerie o già confezionati, venduti anche in farmacia. Sono prodotti che contengono lassativi in concentrazione imprecisata, di solito molto più alta del necessario. L'idea che non possano nuocere induce ad un utilizzo protratto nel tempo che provoca la comparsa di effetti collaterali: stipsi da dipendenza di lassativi; melanosia colica; colon da catartici. Quindi attenzione e buon senso. Le fibre vegetali, sia introdotte con la dieta (frutta e verdura) che come integratori alimentari, usate spesso nella terapia della stipsi, se assunte in quantità eccessiva e magari senza adeguata idratazione possono causare gonfiore e dolore addominale con impattamento fecale ed evacuazione difficoltosa e dolorosa. Le scorie, oltre a dare forma e consistenza alle feci stimolano la crescita della flora batterica intestinale che riduce

il pH intraluminale che stimola la peristalsi. L'idratazione e l'attività fisica sono determinanti per migliorare la funzionalità intestinali. Se non ci sono controindicazioni possiamo bere tranquillamente anche più di 2 litri di acqua al giorno. Camminando a passo spedito, mezz'ora al giorno per 5 giorni alla settimana, migliora non solo la funzionalità intestinale, ma anche il metabolismo, il trofismo osteo-articolare e muscolo tendineo, la funzione cardiaca e quindi la pressione arteriosa. Se tutto questo non bastasse si può ricorrere ai lassativi osmotici, sostanze tipo lattulosio o macrogol, che richiamando acqua nel lume dell'intestino fanno espandere il volume della massa fecale che distendendo le pareti del viscere stimola la peristalsi. Queste sostanze hanno effetto sinergico con le scorie vegetali (i lassativi osmotici richiamano i liquidi mentre le scorie li trattengono).

Loris Mario Zoratti
medico chirurgo
specialista in gastroenterologia
ed endoscopia digestiva

● CONSIGLI UTILI AL DONATORE

PRIMA DELLA DONAZIONE

- non è necessario il digiuno
- è consigliabile assumere un caffè, un tè, frutta fresca, 2-3 biscotti secchi
- prima della donazione o dell'esecuzione degli esami di controllo è solo necessario non assumere cibi grassi (es. latte, latticini...)

COSA FARE IN CASO DI

- ripresa del sanguinamento nella sede di venipuntura - **alzare il braccio e premere localmente**
- insorgenza di vertigini o senso di mancamento - **sdraiarsi tenendo le gambe più alte rispetto alla testa e chiedere soccorso**
- ematoma nel punto della venipuntura - **consultare il medico del Servizio Trasfusionale**

QUEL CHE SERVE SAPERE DONANDO SANGUE INTERO

La donazione di sangue intero è la più comune e tradizionale e tutti i Donatori sanno ormai in cosa consiste, qual è più o meno la sua durata, quali sono le frequenze di donazione, quali esami la precedono. Anche se consolidata nel tempo, è utile sapere che con nuove apparecchiature oggi in dotazione ai centri trasfusionali, il prelievo è sempre più preciso nel tarare i 450 cc. Un altro aspetto che molti non sanno è dato dal fatto che il sangue intero non

è trasfuso così com'è al ricevente, ma viene tutto lavorato attraverso centrifuga in modo da separare i globuli rossi dalle altre componenti. I globuli rossi si conservano nelle frigomoteche in speciali sacche con un liquido di coltura a base principalmente di zuccheri sino ad un tempo massimo di 42 giorni. Il sangue lavorato si rivela sempre più un farmaco e deve garantire un'omogeneità di cura pertanto deve avere la medesima qualità secondo degli standard europei, di qui anche la necessità che le modalità di prelievo abbiano caratteristiche omogenee

**CON A.F.D.S.
SEI SEMPRE INFORMATO**

NELLA CLINICA PER MALATTIE INFETTIVE

LA PREVENZIONE DELLA NUOVA "AVIARIA"
E DELLA VECCHIA "SUINA"
PER POTER DONARE SANGUE ANCHE IN CASO DI EPIDEMIA

Intervista al primario dott. Matteo Bassetti

Il Donatore di sangue deve avere un corretto stile di vita per poter donare, ma può accadere che i virus lo colpiscano. Che fare in questi casi? Abbiamo incontrato nel padiglione Scrosoppi dell'Ospedale di Udine, nella clinica per malattie infettive, il dott. Matteo Bassetti, primario ed amico dei Donatori di sangue dell'AFDS. Gli abbiamo rivolto alcune domande.

Dottor Bassetti, sembra che ci sia in atto un allarme per una nuova aviaria che pare ben più grave della precedente?

Non sarei così allarmista. È vero che in Cina si sta diffondendo il virus H7N9 trasmesso dai polli con 130 casi circa dei quali una trentina mortali, ma anche questo nuovo tipo di aviaria è preso direttamente dai polli e al momento non risulta ci sia una trasmissione da uomo a uomo. I casi multipli sono dovuti al fatto che in una famiglia tutti hanno contatto con gli stessi polli. Comunque consiglio in caso di viaggio in Cina o in Estremo Oriente di non frequentare mercati con animali vivi oppure allevamenti. Il pollo si può mangiare poiché il virus non resiste alla cottura.



Quali sono i sintomi dell'aviaria?

È difficile distinguere dall'influenza perché ne condivide i sintomi, come la febbre, le difficoltà respiratorie, il peggioramento in polmonite... Ci si accorge che non si tratta di influenza se accade in periodo anomalo per un raffreddamento. Comunque è sempre meglio non attendere che il malessere si prolunghi oltre la normale durata di un'influenza.

Che cosa è necessario fare per una corretta prevenzione?

La vaccinazione antinfluenzale è una sicura prevenzione poiché da qualche anno a questa parte prevede anche una

azione contro il virus dell'aviaria. Nel caso della prima di queste influenze l'H1N1 il vaccino serviva di prevenzione così lo sarà certamente il prossimo per la nuova aviaria non appena verrà selezionato come di consueto in Australia. Per il Donatore di sangue consiglieri comunque il vaccino poiché è da considerarsi un operatore sanitario e non certo è prudente portare anche i virus delle influenze A e B ai centri trasfusionali.

Le vaccinazioni servono anche alla gente sana come atto di responsabilità.

Qual è l'apporto che la Sua struttura può offrire ai Donatori di sangue?

Noi seguiamo l'evolversi di tutte le malattie infettive trasmissibili e quindi poniamo attenzione a quanto può essere trasmesso anche attraverso il sangue, monitorando con costanza la situazione e fornendo il nostro apporto scientifico a che la donazione sia sicura. Per questo la nostra collaborazione con l'AFDS è ottima e crediamo possa continuare sempre più in un futuro ove la donazione diventi sempre più un atto responsabile.

Roberto Tirelli



MEDICINALI GENERICI: EQUIVALENTI NON UGUALI

Lo scadere dei diritti di sfruttamento dei brevetti per i farmaci ha portato negli ultimi anni sul mercato i cosiddetti generici che vengono caldamente raccomandati dal ministero della Sanità in quanto costano poco rispetto a quelli di marca ed hanno lo stesso "principio attivo". Tant'è vero che per spingere verso questa scelta costosa ora i medici sulla ricetta hanno l'obbligo di porre il principio attivo oltre alla marca del farmaco. Così in farmacia possiamo chiedere il medicinale equivalente che anche il SSN passa senza ticket, dovuto, invece, per il prodotto di marca.

A dire il vero i medici sono perplessi anche perché è nota la generosità delle case farmaceutiche nel promuovere i loro prodotti, ma a parte questo aspetto, molti nel mondo scientifico si chiedono se effettivamente medicinali equivalenti, ma non uguali producano gli stessi effetti. Se vi fosse del fondamento la politica sanitaria nazionale e regionale dovrebbe essere ridiscussa, anche perché non sono solo i medici ad essere perplessi, ma vi è anche l'impressione negativa, sia pure estremamente minoritaria, di alcuni utenti.

Innanzitutto nasce il sospetto che il principio attivo costi di meno perché viene prodotto in paesi ove vi sono spese minori di produzione come in Cina o in India, benché anche le marche più note ormai non producano più in Europa, ma anch'esse hanno portato le loro fabbriche principali in Oriente.

Del resto-sottolinea un medico di base- la bioequivalenza fra prodotto di riferimento e generico non significa che automaticamente vi sia una equivalenza terapeutica in particolare quando un generico x viene sostituito da un generico y con il medesimo principio attivo. Non è detto ci sia una totale corrispondenza fra essi. D'altronde spesso si tratta solo di voci diffuse dalle case farmaceutiche per avversare, specie in tempi di crisi economica, una crescente concorrenza dei generici.

È vero che, dal punto di vista della sicurezza, i farmaci generici vengono sottoposti agli stessi controlli dei farmaci di marca e obbligatoriamente oltre al principio attivo de-

vono avere anche la stessa concentrazione. La differenza fra gli uni e gli altri sia generici che di marca è data dagli eccipienti usati (ad esempio coloranti o conservanti), dalla lavorazione chimica o galenica, che però non possono modificarne l'efficacia.

Vi possono essere talora delle reazioni ad esempio se viene usato per la confezione l'amido di frumento o il lattosio. Ed è impossibile prevedere non reazioni per quello che è circa il 5 per cento di pazienti portatori di intolleranze. I medicinali generici in commercio si possono trovare in tre specie: autogenerici, vere copie dell'originale di marca, prodotto dalla stessa casa farmaceutica con i medesimi eccipienti; similari con lo stesso principio attivo, lo stesso dosaggio, la stessa forma galenica, ma con eccipienti diversi; assimilabili con il medesimo principio attivo, stesso dosaggio, altra forma galenica e eccipienti diversi.

Comunque alla fine, quando presentiamo la ricetta medica, è sempre il farmacista a decidere quale generico porgere, certamente quello che gli è più vantaggioso come margine. Il medico che prescrive non è in grado di sapere quale generico assuma il suo paziente, per cui da più parti si richiede un controllo di qualità.

In ogni caso è opportuno parlare con il medico ad ogni cambio di generico che proponga il farmacista per una valutazione dei possibili effetti. Comunque da preferire sono sempre i generici che vengono realizzati nei medesimi laboratori dei prodotti di marca.

Ecco perché bisogna fare attenzione perché equivalente non è uguale.



VADEMECUM DEL DONATORE

SEZIONI E ASSOCIAZIONE

Per chi abbia cura di leggere lo Statuto dell'Associazione Friulana Donatori di sangue non c'è dubbio che le SEZIONI costituiscono "LA FORMA ASSOCIATIVA DI BASE" della Associazione, il che significa far parte dell'insieme e non porsi come entità a sé. Chi poi mastichi un po' di diritto sa che ha personalità giuridica solo chi ha uno statuto e dunque, di conseguenza, può avere anche un codice fiscale. Nel caso nostro ad avere la personalità giuridica è l'Associazione

e non la sezione, per cui solo l'Associazione può, ad esempio, richiedere contributi agli Enti pubblici, aprire un conto corrente, acquisire donazioni ed eredità, essere titolare di immobili, stipulare contratti. A fronte di questa realtà la sezione continua ad essere il principale interlocutore nel suo territorio di pertinenza e nei rapporti diretti ad esempio nell'ambito di un Comune, di una scuola o di una azienda, ma tutto ciò che richieda la dichiarazione del codice fiscale è di

pertinenza del rappresentante legale dell'Associazione, cioè il Presidente provinciale, il quale può delegare il Presidente sezionale a compiere talune azioni. Per questo motivo è opportuno che, prima di iniziare delle pratiche, si senta la segreteria, ove il personale è a disposizione proprio per fornire il supporto tecnico alle sezioni ed aiutarle in tutte le loro obbligazioni che comportino l'intervento dell'Associazione e del suo legale rappresentante.

AUTOEMOTECA ALL'UNIVERSITÀ: PROSEGUE LA COLLABORAZIONE AFDS/ADMO

Possiamo dire che è stata una giornata "vittoriosa" quella del 6 marzo, sia per la nostra sezione che per il dono ovviamente! Abbiamo avuto ben 45 prenotazioni, per una mattinata; è stato il nostro record personale, anche se non hanno potuto donare tutti, per varie ragioni.

La cosa che ci piace sottolineare però è la collaborazione tra la sezione AFDS UNIVERSITARI UDINE e ADMO, che è nata all'inizio dello scorso anno.

Nel periodico della FIDAS del 3 luglio 2012 è apparso un interessante articolo dal titolo "Una rete di solidarietà per donatori di sangue e donatori di midollo" nel quale si evidenzia che "Da anni FIDAS e ADMO si adoperano per sensibilizzare la popolazione sul territorio nazionale alla cultura del dono e, nello specifico, alla donazione di sangue, di midollo osseo e di cellule staminali emopoietiche".

A sostegno di questa attività "Il 14 aprile 2012 la presidente nazionale ADMO Paola De Angelis e il presidente nazionale FIDAS Aldo Ozino Caligaris hanno sottoscritto il protocollo di collaborazione "UN COMUN DONATORE" al fine di avviare un rapporto di cooperazione ed incrementare così l'educazione dei giovani alla solidarietà e alla donazione".

"Sono proprio i giovani" recita l'articolo "i primi destinatari di un'attenzione e di una azione formativa comune. Da Udine, Pescara e Bari, dove il confronto sugli obiettivi comuni è già cultura condivisa, ha preso il via il progetto pilota per testare la sinergia tra due grandi realtà associative del panorama italiano del volontariato".

Renzo Peressoni, Presidente AFDS Udine, così sintetizza nella stessa pagina lo spirito della collaborazione: "Anche se con l'ADMO locale non abbiamo collaborazioni formali, siamo comunque fermamente convinti che il lavorare assieme potrebbe giovare ad entrambi, anche perché entrambi trattiamo l'argomento dono ed entrambi abbiamo la necessità di coinvolgere i giovani quale futuro associativo. Con loro ci si conosce personalmente e auspico che attraverso il protocollo FIDAS/ADMO ci sia sempre una maggiore possibilità di condivisione degli



obiettivi e delle attività future". Pertanto in questo contesto ci fa particolarmente piacere rivendicare il ruolo di battistrada della sezione Universitari Udine, che dall'inizio del 2012 ad ogni uscita dell'autoemoteca, e sono già 6, ha ospitato i volontari dell'ADMO, condividendo con loro le mattinate; negli spazi riservati all'attesa hanno svolto un'attività di informazione e sensibilizzazione al dono del midollo rivolta ai nostri donatori e ai tanti ragazzi che si avvicinano alle nostre postazioni.

Il ruolo della presenza del carrozzone presso le sedi universitarie (ma vale in generale) è infatti anche quello di rendere visibile la nostra associazione e il dono cessa di essere una cosa misteriosa e ignota, un ago da temere in un ambiente sconosciuto, per diventare

un gesto fattibile, facile e alla portata di desidera provare a farlo.

Ci fa piacere ringraziare lo staff medico che è stato straordinario nell'accompagnare i nostri giovani "eroi" verso l'atto di generosità. Un grazie anche al personale del bar della sede universitaria dei Rizzi che ha gentilmente e simpaticamente collaborato per il ristoro post-donazione, ma non prima di entrare in autoemoteca a donare!

E non è tutto... abbiamo avuto la bella idea di offrire un gadget nuovo ai partecipanti, sempre nell'ottica di creare senso di appartenenza e dare visibilità all'associazione: un berretto tanto carino quanto utile per le giornate ancora fredde con la scritta personalizzata AFDS che è stato decisamente gradito!

GRUPPO GIOVANILE RISORGIVE

A Pozzo di Codroipo il gruppo giovanile delle Risorgive ha brillantemente presentato la sua attività in particolare con i centri estivi e le scuole con numerosi incontri ed ottimi risultati. Meritano davvero un complimento per la serietà del lavoro svolto e per il comportamento esemplare.

PRE MENI ZANNIER: UN GRANDE POETA

Al vederlo fisicamente non rende, ma al sentirlo e, soprattutto a leggerlo, si coglie subito il genio poetico, quella grandezza che è propria di coloro che posseggono anche il dono di una vera umiltà.

È don Domenico Zannier, pre Meni, conosciuto da tutti per le tante sue opere in versi, in un friulano vivo e popolare, che gli hanno più volte valso autorevoli segnalazioni per il premio Nobel letterario.

Nato a Pontebba nel 1930, residente a Casasola di Majano è autore di voluminosi poemi, una quindicina con migliaia di pagine, ma anche di esemplari pagine di prosa. Il filo logico della sua letteratura è la fede da lui professata, coniugata all'uso della lingua friulana. E poi la storia come fondamento di una narrazione.

Pre Meni, a differenza di quanti si dicono poeti ed in realtà sono solo imbrattafogli, è di una umanità straordinaria, un animo semplice

che è proprio di coloro che hanno una grande cultura, ma non la sfoggiano bensì la vivono, ne fanno la loro riserva intellettuale quotidiana, la fonte della loro incessante ispirazione.

Nel corso degli anni, ormai numerosi, ma per nulla un peso sulle spalle del fragile poeta che ha familiarità con cose grandi, Zannier ha conquistato una grande capacità lirica, fatta di sentimenti forti, robusti, con lietezza cristiana si direbbe e con concretezza friulana. Scorrendo i suoi versi l'animo si innalza ben oltre le parole e sublima i fatti della storia, del passato e del presente. La facilità di comporre e scrivere non si ferma certamente alle cose che fanno parte della più elevata sfera intellettuale, bensì anche altri aspetti della vita e della realtà sono oggetto della poesia di pre Meni. Quante ne ha composte, regalate, declamate al momento? Tantissime. Basta affidargli un soggetto che possa motivarlo e, se del caso, entusiasmarlo, per ottenere dei versi o uno scritto in grado di rivelare la profondità del pensiero.

Dire che don Domenico Zannier sia un grande amico dei Donatori di sangue dell'AFDS significa che, per loro, egli ha composto decine e decine di poesie, una più bella dell'altra, in tante circostanze, anche per un sempli-

ce incontro. Così le sue omelie alle giornate del dono organizzate dalle sezioni sono perfette sintesi dei valori associativi.

Questo poeta della semplicità è stato ordinato sacerdote nel 1956. A diciannove anni ha esordito come scrittore sul periodico "Patrie dal Friûl". Nel 1952 ha fondato la Scuele libare furlane, istituzione che ha



diffuso l'insegnamento della lingua e della cultura friulana e pubblicato il periodico "Scune furlane". Nel '67, con Mario Argante e Galliano Zof, ha curato la pubblicazione dell'antologia-manifesto La cjarande. Ha ideato e organizzato il Festival della canzone friulana moderna (1959), la Sagra della villotta (1963) e la Sagra del canto cristiano friulano (1963).

Dal '75 al '76 per un breve periodo ha diretto "La vita cattolica", il settimanale diocesano. Ha al suo attivo parecchie opere tra cui una quadrilogia epico-narrativa di quasi trentamila versi. È anche autore di una silloge in spagnolo pubblicata a Udine nel 1995 e poi tradotta e pubblicata in rumeno a Clusium.

Nel '79 gli è stato conferito il premio Nadâl furlan, nell'80 il premio internazionale del centro italiano arte e cultura e il Campidoglio d'oro dell'accademia Jakob Burckhardt, nell'88 il premio L'Angelo del Castello, nell'89 il Friûl Aquila d'oro. Negli anni 1986 e '87 è stata presentata la sua candidatura al premio Nobel per la letteratura dall'Istituto di filologia romanza dell'Università di Salisburgo e da quello di letteratura comparata dell'Università di Innsbruck.

È socio della Deputazione di Storia Patria per il Friuli. Ha scritto "Majano

tra le pieghe dei secoli" con R. Tosoratti, storia della comunità. È membro del Circolo Culturale Laurenziano di Buja e socio fondatore dell'Istituto "Achille Tellini" di San Giovanni al Natisone e consulente dell'Assor-Est di Udine. È stato insignito dell'onorificenza "Paul Harris Fellow" del Rotary International e nominato Commendatore all'Ordine della Repubblica.

Tra le sue opere ricordiamo la prima quadrilogia dei poemi "Les Culines Palides" e "Furlanie di Cîl", raccolti nel volume unico "I Dis dai Ciclamins", "L'Ancore te Natisse" e "I Dumblis Patriarcâi". La seconda quadrilogia comprende i poemi "Crist Padan", "Anilusi" (poema indiano), "Flôr Pelegrin" e "Colomps di Etrurie". Una terza trilogia sta uscendo dalle stampe, ne fanno parte i poemi "Gnot di Colomban", "Fanis" e "Fili Petrae" (I Fîs de Piere).

Questi dodici poemi, per un totale di 48.541 versi hanno dato alla

letteratura friulana il primo vasto ciclo epico-storico di tutti i tempi. Tra le sillogi liriche ricordiamo "Tal Gorc dal Sorêli", "De bande de vite", "L'ore dal Omp", il poema mistico "Fevlade a Diu", i poemetti "Cuintricjant Celest", "Vilie Siriane", "Tamugadi". Ha composto l'opera "I Drams Lyrics", la tragedia "Un Oracul par Tebe", il dramma storico "Il medili di Fuc". Sillogi poetiche, tra cui "Jerusalem" e "Te sere dai Cedris", si trovano in numerose riviste regionali, nazionali ed estere.

Ha composto liriche in lingua italiana, spagnola e inglese. Per la prosa friulana va ricordato il romanzo (il secondo della letteratura friulana) "La crete che no vai". Zannier ha dato vita a una molteplice produzione di carattere popolare come in "Pastorâls di Nadâl", nel genere della villotta.

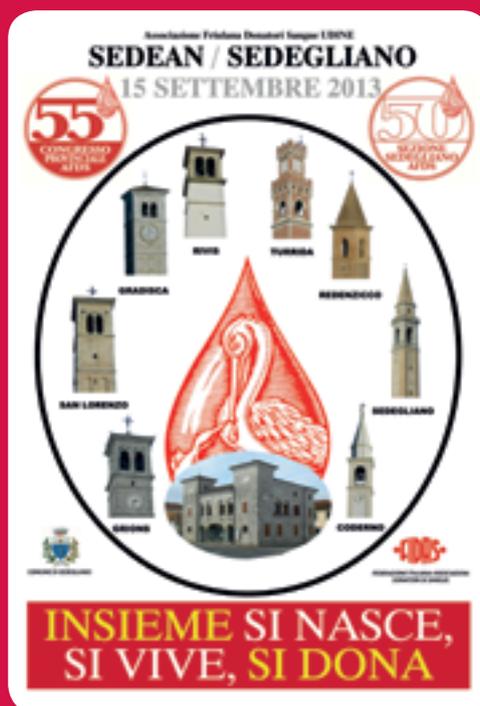
Amicissimo dell'AFDS è ben lieto di comporre versi che lodano il dono del sangue ed invitano a dare con esso una prova d'amore all'umanità. Ecco i più recenti:

Ancje nò, che il sanc 'o din,
'o puartin salût e amor
e di vinci 'o procurin
il pericol e il dolòr.

'O sin rais di lûs pal mont
e di vite flum fecont.

DOMENICA 15 SETTEMBRE 2013

CONGRESSO PROVINCIALE A SEDEGLIANO



Programma

Ore 8,15

Ritrovo dei Congressisti, degli ospiti e delle autorità
presso le scuole medie di Sedegliano

Ore 9,15

Formazione del corteo per raggiungere la piazza principale

Ore 9,30

Santa Messa nella chiesa parrocchiale celebrata
da S.E. Andrea Bruno Mazzocato Arcivescovo di Udine

Ore 10,30

Ricomposizione del corteo

Benedizione ed inaugurazione del Monumento al Donatore

Omaggio ai Donatori scomparsi

Ore 11,00

Nel tendone presso le scuole medie

Saluti delle autorità

Consegna delle benemerienze

Orazione ufficiale del Presidente dell'AFDS

Tutti sono invitati