

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 ildono@afdsud.it segreteria@afdsud.it www.portaledeldono.it

Commissione e redazione:

Emanuela Cuccaroni, Marco Rossi, Michele Moret, Rita Di Benedetto, Roberto Tirelli, Loris Zoratti

Hanno collaborato a questo numero: Giovanni Cigni, Alessandro Flora, AFDS Pordenone

Direttore editoriale

Roberto Flora

Direttore responsabile

Roberto Tirelli

Correttore di bozze

Luciano Olivo

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)

In copertina:

Estate

Quarta di copertina:

Congresso a Martignacco

Spedizione:

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

UDINE tiratura copie 34.600

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

SOMMARIO

EDITORIALE	3
UN IMPEGNO ASSOCIATVO	3
VITA ASSOCIATIVA DAL CONSIGLIO DIRETTIVO AFDS LUIGI FRANZIL EX SEGRETARIO ECONOMO ASSEMBLEA ANNUALE FRANCESCA GIUSTI NUOVA SEGRETARIA ECONOMA SPORT, SALUTE, DONO CORSIVO LA FIDAS HA SESSANT'ANNI SASSI DI MATERA SESSANTESIMO DI FIDAS VICENZA I PIÙ GENEROSI PREMIATI ALL'ASSEMBLEA LA RICERCA SUL PADRE DELL'HALZEIMER DI BRUNO LUCCI	4 4 5 5 7 7 8 9 10 11
MEDICINA PRECAUZIONI PER UN'ESTATE SENZA PROBLEMI DI SALUTE ESTATE: ALLARME ZECCHE FASCICOLO SANITARIO ELETTRONICO	12 12 13 13
LA VOCE DELLE SEZIONI	14
LA PAGINA DEI GIOVANI	26
IL FIDASTOUR IN FRIULI	26
AFDS ALLO STADIO	26
SPORT	27
LO SPORT FA BENE AL CERVELLO	27
MEDICINA NO ALLA DROGA, SI ALLA VITA SALVIAMO LE API E SALVIAMO LA SALUTE UMANA RIFLESSIONI SUL DONO LEONARDO DA VINCI E LA CIRCOLAZIONE SANGUIGNA MAGGIOR QUALITÀ DELLA VITA PER L'ANZIANO DONATORE	28 28 30 30 31 32
BANDI E CONCORSI	33
BANDO DI CONCORSO LOCANDINA AFDS	33
UNA PALLINA PER SEZIONE	33
RIFLESSIONI SUL DONO	33
FRIULI	34
I CENT'ANNI DI GIORGIO ZARDI	34
FRIÛL LA "FRAIE DE VIERTE" DES DOLOMITIS FURLANIS AFDS DI FOR DI SORE	35 35 35

La app per prenotare la tua donazione e per metterti in contatto con AFDS – un modo giovane per essere generoso





Seguici sui nostri social:

AFDS Associazione Friulana Donatori di Sangue

afdsudineofficial

Maria (Maria Maria Maria

NUMERI UTILI PER PRENOTARE LA TUA DONAZIONE 0432 1698073

tel. 0432 481818 segreteria@afdsud.it

Call center regionale tel. 0432 223522

S.I.T. di Udine tel. 0432 552349 Centro di raccolta Cividale tel. 0432 708333

Settore trasfusionale San Daniele tel. 0432 949324

Settore trasfusionale Tolmezzo tel. 0433 488461

Settore trasfusionale Gemona tel. 0432 989318

Settore trasfusionale Palmanova tel. 0432 921262

Unità di raccolta Latisana tel. 0431 529352

Un impegno associativo

I numeri non sono tutto, sono freddi e neutri, ma riflettono, se non tutta, buona parte della situazione donazionale attuale.

L'anno 2018 lo abbiamo concluso con un moderato ottimismo dovuto ad una contenuta diminuzione delle donazioni in generale e ai buoni risultati dell'autoemoteca nonché all'apporto costante di nuovi donatori. Nei primi quattro mesi dell'anno in corso il saldo era ancora negativo di oltre 400 donazioni ma a metà anno c'è stato un buon recupero che fa sperare in un buon risultato finale. La diminuzione di donazioni riquarda soprattutto il Centro trasfusionale di Udine.

È vero che, essendo il centro in cui affluisce il più alto numero di donatori, anche i numeri del deficit sono più consistenti, ma evidentemente c'è qualcosa che non va e ci sono dei problemi da risolvere. Il primo è, senza dubbio, quello dell'accoglienza che, fatte le debite eccezioni, non è delle migliori. Il donatore si presenta volontariamente per compiere un dovere civico e, quindi, va non solo rispettato, ma anche incoraggiato a tornare, magari con un sorriso in più.

Vi è poi la questione degli orari. Quelli attuali, in un momento di serie difficoltà nel mondo del lavoro, non soddisfano le esigenze dei più, per cui sarebbe necessaria una maggiore flessibilità durante la settimana e una apertura libera la domenica, senza obbligo di prenotazione, per favorire l'affluenza spontanea.

I donatori sanno che se si dovrà aspettare, non è una perdita di tempo, bensì per una buona ragione: per non discriminare tutti quelli che per diversi motivi non possono prenotare.

Udine è il centro più importante della regione, voluto da Faleschini, Venturelli e Zanuttini e se ai nostri donatori si chiede una professionalità organizzativa, ugualmente gli addetti sanitari sono chiamati a fornirla. Per una programmazione seria occorrono i dati, lo scambio delle informazioni in tempo reale, ma INSIEL non è in grado di corrispondere.

Ovviamente anche noi dobbiamo compiere uno sforzo per migliorare l'approccio con la struttura sanitaria e il più possibile accedere alla prenotazione.

In questi ultimi mesi siamo partiti con la chiamata diretta dei donatori non assidui e i risultati sono incoraggianti: circa la metà di coloro che ricevono la chiamata si prenotano. E certamente si potrà fare di meglio con una maggiore collaborazione in tal senso dei direttivi sezionali.

La situazione è stata puntualmente rappresentata dalla Giunta esecutiva provinciale sia all'Assessore alla salute Riccardi, sia al Direttore centrale dell'Assessorato, sia al Commissario straordinario della ASUIUD.

Con soddisfazione, invece, abbiamo visto al Congresso nazionale FIDAS apprezzare il nostro Copernicoro e la attività di tutto il Friuli Venezia Giulia. Siamo un punto di riferimento a livello nazionale, frutto di un grande impegno di tutti coloro che donano il loro tempo all'Associazione. Per ciò che riguarda l'AFDS, siamo pronti a mobilitare gli animi per sempre nuove prove di generosità ed anche a modificare quanto deve essere modificato per essere sempre più fedeli ai principi dei nostri padri fondatori. Siamo disponibili a concentrarci ancor di più sull' essenziale, a ritrovare nuove ragioni per stare insieme e lavorare insieme per accrescere il numero dei donatori.



La FIDAS ha consegnato un riconoscimento alle Associazioni fondatrici per i sessant'anni di vita della federazione. Qui Ozino Calligaris consegna la targa a Flora.

Dal Consiglio direttivo AFDS

SEDUTA DEL 29.03.2018

In apertura di seduta il Consiglio riceve in audizione la facilitatrice del CTV sig. ra Martina Tosoratti che illustra le attività del Centro per il volontariato. Viene approvato lo schema di bilancio preventivo per l'anno 2019. Il Presidente riferisce sulla inaugurazione della sezione di Sappada. Il Consiglio esamina il positivo riscontro fra chiamata effettuata dalla segreteria e prenotazioni. Ci sono ancora difficoltà con le sezioni che hanno scelto di operare autonomamente. Il Presidente richiama i consiglieri circa la necessità di promuovere le serate sanitarie attraverso la segreteria con un dovuto anticipo di almeno un mese per permettere ai medici invitati di ottenere i relativi permessi. Il Consiglio su proposta della Giunta nomina il nuovo segretario

economo nella persona della dott. ssa Francesca Giusti a decorrere dal 3 giugno p. v. sino alla scadenza del mandato nel maggio del 2021. Vengono approvati i progetti del delegato giovani Michele Fadone. Viene, infine, espressa preoccupazione per i dati negativi sulle donazioni ed i non iscritti provenienti soprattutto dal Centro di Udine.

SEDUTA DEL 3.05.2019

Interviene in Consiglio il prof. Claudio Bardini per illustrare il progetto che intende coinvolgere le scuole e il mondo dello sport come lotta concreta al fenomeno delle nuove droghe. Viene presentata ai consiglieri la nuova segretaria economa Francesca Giusti. Il Consiglio approva la bozza di bilancio consuntivo 2018. Il Presidente ed il consigliere Chiarandini riferiscono sul congresso FIDAS

di Matera. Si apre il dibattito sulle ragioni del calo delle donazioni soprattutto nel Centro trasfusionale di Udine.

SEDUTA DEL 31.05.2019

Il Consiglio procede ad alcuni adempimenti relativi alla Assemblea annuale designando a Presidente il Prefetto s.e. Angelo Ciuni. Per il nuovo affido della stampa de "Il Dono" è stata nominata una commissione composta dal Presidente e dai consiglieri Carrera, Bruni, Cuccaroni e Moret. Il Consiglio ha esaminato la situazione dei Centri trasfusionali constatando il recupero di donazioni nel mese di maggio. Infine dopo aver esaminato le problematiche connesse, il Consiglio ha determinato di commissariare la sezione di Udine città affidando al vice Presidente Mossenta il compito di ricostituire il Consiglio sezionale.

LUIGI FRANZIL

Il segretario economo lascia dopo trentacinque anni

Per tutti rappresenta la garanzia che in AFDS nei conti tutto funzioni con regolarità, precisione e trasparenza. Donatore fedele ben oltre la goccia d'oro e stimato professionista Luigi Franzil lascia il suo incarico, non perché forzato, ma perché in questi ultimi mesi è andato in pensione ed ha intenzione di godersela dopo una vita da commercialista dedicata in gran parte ad attività contabili. Per l'Associazione è una grande perdita e inutili sono stati i tentativi di convincerlo a rimanere poiché – sostiene – è necessario un ricambio generazionale e un continuo aggiornamento soprattutto ora che si farà ingresso nel Terzo Settore. Persona intelligente e modesta,



discreto nel gestire il suo importante incarico Gigi ha incominciato ad occuparsi dei conti AFDS nel lontano 1989 come Presidente dei Revisori dei conti e, dopo la tragica scomparsa di Ermes Osso è diventato segretario economo collaborando con ben quattro Presidenti. Iscritto alla sezione Val del Lago, si divide fra Gemona e Trivignano, è amante del canto corale e delle passeggiate in montagna. Nell'AFDS ha coltivato grandi amicizie che tuttora si mantengono. L'Associazione tutta gli manifesta la sua gratitudine, augurandogli di passare un bel lungo periodo di meritate soddisfazioni nel seguire le sue passioni.

Assemblea annuale Approvate le modifiche statutarie

L'assise presieduta dal Prefetto Angelo Ciuni alla presenza dell'assessore alla salute Riccardo Riccardi: avanti con la chiamata

L'Auditorium A. Comelli della Regione Friuli Venezia Giulia anche quest'anno ha ospitato l'annuale assemblea dell'AFDS che si è aperta con la consegna delle benemerenze a chi ha superato di molto le cento donazioni: Adriano Venuti, Sergio Vazzaz, Eliano Sguazzero, Bruno Peres, Marco Di Monte ed Aldo Angeli che ha raggiunto quota 190. A presiedere l'assise è stato chiamato il Prefetto di Udine Angelo Ciuni che si è detto orgoglioso per l'invito alla vigilia della Festa della Repubblica che nella sua Costituzione valorizza il dono ed il volontariato.

La relazione del Presidente Flora

Il Presidente Flora ha letto la relazione morale iniziando con una constatazione: "Una delle principali difficoltà che si riscontrano sta nel mantenere la fidelizzazione ed ancora non è stato raggiunto l'obiettivo di almeno due donazioni annue per ciascun donatore, pratica che risolverebbe tutte le problematiche in atto. Questa situazione ci deve motivare a rilanciare da parte nostra l'importanza di essere associati all'AFDS. Ed è già un motivo di soddisfazione se, nel corso dell'anno, non vi siano state emergenze e siano state mantenute le programmate donazioni di plasma destinate alla lavorazione". Ha poi toccato quello che al momento è un grosso ostacolo al recupero delle donazioni: "L'AFDS, nonostante le perplessità che sono state espresse, ha com-



Il tavolo della presidenza, al centro il prefetto Ciuni e l'assessore Riccardi.

piuto in questi mesi una scelta operativa concreta: passare alla chiamata diretta del donatore ed alla prenotazione, una misura che è stata approvata nei fatti perchè in tal modo il donatore si sente seguito dall'Associazione e risponde prontamente. Ma ciò evidentemente non basta. Anche le altre gambe del "tavolo", per ricordare la metafora del Presidente Cravero, sono chiamate a dare un contributo per riportare il numero delle donazioni a livelli di sicurezza.

È palese il fatto che la fidelizzazione al dono si ottiene dalla collaborazione fra i volontari ed i professionisti dei centri trasfusionali, infermieri e medici, i quali a loro volta sono chiamati a mettere a loro agio il donatore fornendo qualcosa in più che non costa: la cordialità, un sorriso. Purtroppo dobbiamo dire che alcuni centri trasfusionali, in particolare Udine, hanno allontanato i donatori anziché accoglierli e "coccolarli". Udine è il centro fondante la nostra associazione ove i nomi di Faleschini, Venturelli, Zanuttini sono ancora segno di prestigio e di orgoglio non solo dei donatori, ma proprio qui si è registrato il maggiore calo di donazioni. Se ai nostri volontari si richiede una sempre maggiore preparazione per organizzare e programmare l'apporto dei

FRANCESCA GIUSTI Nuova segretaria economa

Su indicazione del Presidente Flora il Consiglio direttivo provinciale dell'AFDS ha nominato la dott.ssa Francesca Giusti, commercialista in Udine, nuovo segretario economo dell'Associazione. Udinese ora residente a Grado ha studiato ragioneria allo Zanon, nel 1983 ha conseguito l'abilitazione alla professione di commercialista. Si occupa di alcune organizzazioni di volontariato fra cui l'ANDOS e Solidarmondo.

donatori, tale preparazione specifica deve essere fornita anche da coloro che a tal fine sono remunerati. Alcune scelte non solo allontanano i donatori dal centro trasfusionale, ma distruggono sessant'anni di lavoro. Continueremo a chiedere orari flessibili e una preparazione adequata del personale per l'accoglienza dei donatori. In particolare sarebbe opportuno concedere nella apertura domenicale al centro di Udine la possibilità di accedere senza prenotazione per il sangue intero ed avviare anche il prelievo di plasma".

Ed ha concluso: "L'AFDS in ambito nazionale è un importante punto di riferimento, per le nostre capacità organizzative e per le donazioni raccolte, grazie a Voi tutti dirigenti associativi ed ai vostri collaboratori che quotidianamente vi impegnate su tutto il territorio per mantenere l'autosufficienza e per trasmettere alle nuove generazioni la cultura del dono, ma anche l'orgoglio di appartenere a questa terra ed alla identità friulana".

L'assessore Riccardi chiamato in campo da Flora ha ribadito l'interesse della Regione per il sistema sangue ed ha proposto che le problematiche vengano affrontate in un tavolo di confronto fra i vari interessati. Ha ribadito di fronte alle difficoltà richiamate da Flora che il servizio pubblico è un servizio alle persone e non viceversa e, chiudendo, ha assicurato che dopo l'estate si potrà liberamente donare sangue la domenica nel Centro di Udine.

È intervenuta, quindi, la nuova Presidente della sezione Zanon Deganutti Debora Francesconi per presentarsi alla Assemblea.

La relazione di Flora è stata approvata alla unanimità. Di seguito sono stati illustrati dal segretario economo Franzil i bilanci consuntivo e preventivo, corredati dalla relazione dei revisori dei conti, letta dal loro Presidente Zuliani.





Il commiato del segretario economo Franzil

Luigi Franzil ha poi preso la parola per un saluto ricordando i tanti anni in cui ha operato per l'AFDS. Il Prefetto lo ha indicato come un lodevole esempio di volontariato, mentre il Presidente Flora a nome di tutta l'Associazione ha espresso gratitudine per il lavoro svolto, consegnando a Gigi un quadro che unisce due sue passioni: la montagna ed il canto corale, contenente uno spartito di Stelutis Alpinis per coro. Il bilancio consuntivo è stato approvato con 293 voti e 6 astenuti, quello preventivo con 291 voti e 8 astenuti. Il consiglio direttivo è stato autorizzato alle modifiche regolamentari con 292 voti e 7 astenuti.

Dopo la presentazione della nuova segretaria economa Francesca Giusti, si è passati alla approvazione delle modifiche allo Statuto Associativo volute dal Codice del III settore con la redazione del verbale da parte del notaio Cutrupia. Il documento è stato approvato con 296 voti favorevoli, 1 astenuto e 2 contrari della sezione di Ragogna che con il loro Presidente De Monte hanno manifestato di non essere d'accordo sulla possibilità che il rappresentante dei donatori possa non essere attivo.

Al termine è intervenuto il delegato giovani Michele Fadone per illustrare alcune iniziative da proporre alle sezioni. Per quanto riguarda la candidatura al Congresso 2020 nessuna gara: le quattro sezioni del Comune di Lestizza che si sono proposte con un bel filmato avranno l'onore di organizzarlo per generale acclamazione. Dopo alcuni interventi di varia argomentazione di Guglielmo De Monte, Raffaele Vicenzutti e Giovanni Campeotto, si è presentato all'Assemblea Matteo Romanin di Sappada al suo esordio, che ha ringraziato per l'accoglienza avuta in AFDS.

Sport, salute, dono Convenzione AFDS

In questi giorni si è rinnovata ed ampliata la convenzione fra l'Ufficio scolastico regionale e l'AFDS per realizzare nelle scuole attività promozionali ed educative ad una vita in salute, allo sport, al dono del sangue e non solo.

La dirigente dell'Ufficio dottoressa Patrizia Pavatti, accompagnata dal promotore dell'iniziativa prof. Claudio Bardini,
ha incontrato il presidente
dell'Associazione Friulana Donatori di sangue Roberto Flora
ed hanno sottoscritto il documento d'accordo basato sulla
intesa a livello ministeriale fra
il MIUR e la FIDAS nazionale.
Nel documento concordano
sulla necessità di portare ai
giovani attraverso la scuola
il messaggio formativo del

valore del dono in ogni sua manifestazione, quale cultura che unisca ad una educazione alla salute attraverso le attività motorie, fisiche e sportive, la crescita di una coscienza solidale e di sani stili di vita. A tal fine intendono dare attuazione ad una collaborazione che coinvolga gli insegnanti di educazione fisica, gli studenti delle scuole secondarie di primo grado e secondo grado, le sezioni scolastiche dell'AFDS, nonché quanti praticano le discipline sportive ed i Campionati Studenteschi. Inoltre si impegnano reciprocamente a sviluppare la cultura del dono attraverso ulteriori iniziative che abbiano legame con le attività sportive e scolastiche al fine di motivare, educare e formare i giovani ad una vita sana e solidale.

Il Presidente Flora ha ringraziato la dottoressa Pavatti ed il prof. Bardini per la sensibilità dimostrata e per l'impegno profuso che senza dubbio gioverà ad accrescere l'adesione ai valori del dono quanto mai necessari in una società di difficile approccio per i giovani soprattutto per l'associazionismo.





La dott.ssa Pavatti e il prof. Bardini.

CORSIVO

Che cosa differenzia una associazione come l'AFDS o le associazioni di donatori in genere (di sangue, di organi, di midollo etc) dalle altre associazioni? La differenza sta nel fatto che il donatore deve essere tale, cioè, attivo. È la condizione essenziale come, ad esempio, per far parte a pieno titolo dell'Associazione Nazionale Alpini bisogna aver svolto il servizio militare nel Corpo. Ci possono poi essere gli aggregati e nel nostro caso sono coloro che vengono sospesi per ragioni di salute o coloro che hanno raggiunto almeno un numero di donazioni pari al conseguimento del distintivo di bronzo.

Se non ci fossero dei paletti per l'adesione, l'AFDS sarebbe una associazione del tempo libero, non potendo essere, ovviamente, una associazione professionale.

Di ciò bisogna prendere coscienza nel momento in cui ci si impegna nella realtà associativa che ha come primaria finalità il donare e il promuovere la donazione nonché promuovere un corretto stile di vita e prevenire le malattie dato che il primo requisito che viene richiesto è lo star bene in salute. Se viene a perdersi questo obiettivo o, comunque, viene messo in secondo piano, ci sono parechie tentazioni che non sono coerenti, anche se possono essere fatte passare come tentativi di far proselitismo. C'è chi pensa prioritariamente agli aspetti ludici dello stare assieme, c'è chi invece pensa di avere qualche "peso politico" nella realtà in cui vive, c'è chi, semplicemente, ritiene sia un modo lodevole e alternativo per non escludersi dalla società, stante oggi il pericolo della solitudine.

Le tipologie di "distrazione" non si fermano qui, ma se ne può trovare una vasta gamma. È evidente che dobbiamo tornare a calibrare la attività dell'Associazione attorno alle sue finalità principali e ridare un ruolo preminente ai donatori attivi con tutto il rispetto per coloro che non lo sono più. Non è concepibile che in un direttivo sezionale non ci sia neppure un attivo. Siamo decisamente fuori dalle ragioni per cui esistiamo come AFDS, cioè per donare. (RT)

La FIDAS ha sessant'anni



Al centro il gruppo dei delegati dell'AFDS a Matera.

Nel 1959 a Torino con atto notarile. Cesare Rotta dell' Associazione Donatori sangue Piemonte, Giovanni Faleschini dell' Associazione Friulana, Giobatta Ottonello dell'Associazione Ligure, Domingo Rodino di Cairo Montenotte e Luigi Marenco di Ovada costituirono la Federazione Italiana Associazioni Donatori di Sangue - FIDAS. Motore dell'iniziativa fu il Prof. Dogliotti che nell'immediato dopoguerra, fondò il gruppo Provinciale di Torino e diede poi vita all' Associazione Piemonte.

Quest'anno ricorrono dunque sessant'anni che la Federazione ha festeggiato a Matera in occasione del Congresso. L'idea di una Federazione delle Associazioni Donatori di sangue autonome ed indipendenti, si manifestò a seguito degli incontri avvenuti tra rappresentanti di Associazioni della Liguria e del Piemonte i quali inizialmente intendevano studiare la possibilità di realizzare un' unione ligure piemontese, col preciso scopo di collaborare per una migliore organizzazione del sistema trasfusionale delle due regioni. Si interpellarono anche gli Esponenti di Associazioni di altre regioni, i quali, consapevoli della necessità di riunire e coordinare l'attività di numerosi gruppi autonomi e di tutelare gli interessi morali degli stessi attraverso un organismo che li rappresentasse tutti, dimostrarono vivo interesse al progetto. Una lunga serie di incontri condotti da una Commissione interregionale formata da Rappresentanti della Liguria, del Friuli, degli Abruzzi, della Toscana, della Lombardia, dell' Emilia e del Piemonte, esaminò le caratteristiche e l'organizzazione delle varie Associazioni, i loro principi ed i loro obbiettivi, preparando le intese e lo statuto al quale tutti, condividendolo, avrebbero dovuto uniformarsi. Lo Statuto è basato su principi altamente liberali per quanto riguarda l'autonomia e l'indipendenza di ogni singola Associazione e pone tuttavia alle Federate l'accettazione di quei presupposti morali che sono indivisibili dai principi umanitari professati da soci donatori di sangue appartenenti alle medesime. Deve essere garantita

la giusta destinazione del sanque offerto e deve essere evitata ogni speculazione che potrebbe essere fatta su di esso. La FIDAS, fedele alla scelta dei suoi Fondatori, si ripromette di rappresentare tutte le Associazioni autonome ed indipendenti aderenti, in modo da contenere validamente aberrazioni di scopi e storture nel campo delle attività trasfusionali. Di fronte allo Statuto e all'opinione pubblica, i donatori di sangue, come dissero i Fondatori, debbono essere tutti uguali, perché se identico è il dovere che volontariamente si assumono di compiere, eguale deve essere il riconoscimento nei loro confronti. Il professor Cesare Rotta fu il primo Presidente Nazionale della Federazione con Giovanni Faleschini Vice Presidente. Poi venne il senatore e professore Dario Cravero, sino all'attuale Presidente il dott. Aldo Ozino Caligaris. L'AFDS in questi anni ha espresso un altro vice Presidente: il prof. Claudio De Vettor ed un tesoriere, Carlo Petris. L'attuale consigliere nazionale dell'AFDS è il dott. Loris Mario Zoratti.

Sassi di Matera Congresso nazionale

La città di Matera, capitale europea della cultura, ha ospitato il Congresso nazionale della FIDAS cui hanno partecipato attivamente i nove delegati di AFDS Udine. Nella giornata inaugurale al centro dell'attenzione è stato il Copernicoro, coro giovanile dell'Istituto udinese Copernico, diretto da Serena Vizzuti a rallegrare la platea dei congressisti.

Ricorrendo il 60° anniversario di fondazione della Federazione, alla AFDS è stata consegnata, in quanto fondatrice, una targa ricordo. Ad ospitare i duecento congressisti e gli oltre 5000 donatori che hanno preso parte alla giornata di domenica, i volontari delle 29 sezioni della FIDAS Basilicata, una delle 72 Associazioni federate FIDAS, che quest'anno spegne 40 candeline. Purtroppo a causa degli alti costi e delle scarse adesioni non è stato possibile portare a Matera almeno una cinquantina di persone e vanno ringraziate quante, in proprio o aggregandosi a Pordenone o Gorizia, ci hanno rappresentati in corteo.

Durante il Congresso sono stati premiati i concorrenti del concorso "A scuola di dono". Ad aggiudicarsi il gradino più alto del podio sono state due scuole del Friuli Venezia Giulia per la sezione Scuola secondaria di I grado, medaglia d'oro alla classe 2ºA dell'Istituto



Un momento del Congresso di Matera.

Comprensivo "Meduna-Tagliamento" di Valvasone Arzene (PN) e per la sezione Scuola secondaria di Il grado, la palma è andata ad un gruppo di studenti del IV anno dell'Istituto Statale di Istruzione superiore "Michelangelo Buonarroti" di Monfalcone (GO). Il premio giornalistico Sturvi ha visto premiato il giornalista di Grado Antonio Boemo con l'articolo "Il sangue dei gradesi all'emoteca mobile. E il dono si tramanda da padre in figlio" pubblicato su Il Piccolo che ha ottenuto il riconoscimento del Consiglio Direttivo nazionale FIDAS. Dopo le due giornate congressuali, una domenica di festa: un corteo lungo oltre un chilometro ha attraversato la città e in piazza Vittorio Veneto è stato accolto da Monsignor Pino Caiazzo, vescovo di Matera-Irsina che ha celebrato la santa Messa. Al termine il passaggio di consegne. Il presidente di FIDAS Basilicata Pancrazio Toscano ha passato

il testimone a Carla Buzzelli, presidente di FIDAS Valle d'Aosta che accoglierà il Congresso nazionale FIDAS nel 2020. "Grazie ai donatori FIDAS che oggi hanno raggiunto Matera in rappresentanza dei 450mila donatori di sangue FIDAS che quotidianamente contribuiscono all'autosufficienza nazionale di sangue e plasmaderivati ha sottolineato il presidente nazionale Aldo Ozino Caligaris Grazie agli straordinari amici della FIDAS Basilicata per la calorosa accoglienza e per l'impeccabile organizzazione di queste giornate. Grazie alle autorità presenti e a quanti hanno reso possibile una giornata di festa. Non ci stancheremo mai di ricordare". Nel 58° congresso nazionale sono stati presentati gli adeguamenti statutari Fidas ai sensi della Riforma del Terzo Settore" e al termine del dibattito è stata presentata la ricerca Fidas sulla "Valutazione dello stato di salute fisica e psicologica nei donatori periodici di sangue". È seguita una testimonianza legata alla SLA da parte dei familiari di Gaetano Fuso, salentino in servizio nella Polizia di Stato di Matera colpito da questa terribile malattia. Inoltre è stato presentato e votato il bilancio preventivo 2019 e ratificata la costituzione dell'Associazione del Tempio del donatore.



Sessantesimo di FIDAS Vicenza



Il corteo giunge in centro a Vicenza.

La Giunta dell'AFDS ha partecipato a Vicenza alle celebrazioni per il sessantesimo anniversario di fondazione della locale FIDAS con la quale da tempo è stato avviato un costruttivo rapporto di collaborazione nell'ambito del Nord est.

"Era il 20 maggio 1959 quando un gruppo di persone di buona volontà, pragmatismo e dotate di una inusuale capacità di guardare al futuro, hanno pensato di dar vita alla nostra Associazione di donatori di sangue. Con il loro gesto hanno posato la prima pietra di un percorso di generosità". Con queste parole il presidente provinciale di Fidas Vicenza, al fianco del sindaco di Vicenza e presidente della Provincia Francesco Rucco e del presidente nazionale Fidas

Aldo Ozino Caligaris, ha ufficialmente spento le sessanta candeline della torta di Fidas Vicenza. Dopo l'interessante convegno, sul tema "Donazione e donatori: ieri, oggi e domani", che ha visto quali relatori Aldo Ozino Caligaris (presidente nazionale Fidas), Alberta Alghisi (dirigente del Dipartimento di Medicina trasfusionale di Vicenza) e Maria Rita Tamburrini (dirigente del Ministero della Salute), la giornata è proseguita con la visita quidata alla città, nel pomeriggio, ed una serata all'insegna della musica con due artisti d'eccezione, Moses ed Elena Tavella, due talenti apprezzati dai vicentini accorsi al Teatro comunale di Vicenza.

"Siete semplicemente fantastici" ha più volte esclamato il

presidente Morbin che, entusiasta del momento e del valore che rappresenta per l'Associazione, ma anche per tutto il Vicentino, ha ricordato: "in tutti questi anni abbiamo raccolto oltre 800 mila sacche di sangue, una per ogni abitante della provincia di Vicenza. Un numero straordinario, ma che ci sprona a lavorare ancor di più. Se i nostri soci fondatori sono stati dei visionari, noi, con i mezzi che abbiamo oggi dobbiamo fare molto di più". Un impegno di valore, ribadito dal presidente Ozino Caligaris: "ogni dieci secondi in Italia viene fatta una donazione di sangue, ma non dobbiamo scordare che ogni giorno sono oltre 8700 le trasfusioni effettuate. Il nostro impegno quotidiano fa di Fidas ed anche di Fidas Vicenza una delle più belle realtà del nostro Paese". In una chiesa gremita durante la S. Messa, il vescovo di Vicenza, ricordando nell'omelia anche il proprio impegno di donatore di sangue, ha ringraziato il mondo del volontariato ed i donatori in particolare: "siete delle persone speciali, un dono per la società tutta. Per la sensibilità del vostro impegno tutti noi dobbiamo essere grati ed orgogliosi".



A tavola si fraternizza con i colleghi vicentini.

I più generosi premiati all'Assemblea











Adriano Venuti.

Aldo Angeli.

Bruno Peres.

Sergio Vazzaz.

Eliano Sguazzero.



LA SCUOLA DI CLEULIS, **FRA I PREMIATI AL CONCORSO FIDAS**

LA RICERCA SUL PADRE DELL'ALZHEIMER **È DI BRUNO LUCCI**

Nel numero di marzo del nostro periodico abbiamo illustrato la figura del dott, Perusini scopritore dell'Alzheimer. Le ricerche a tal proposito sono state fatte dal prof. Bruno Lucci al quale presentiamo le nostre scuse per non averlo citato. Ci scrive Simone Volpato: Ch. mo direttore dott. Roberto Tirelli

e dott. Roberto Flora

Vi scrivo per segnalarvi quanto segue. Nel bel numero 1/Marzo 2019 de "Il Dono" periodico dell'AFDS di Udine alle pp. 32 e 33 è pubblicato un articolo, non firmato, sulla figura dello scienziato Perusini e del suo ruolo nella scoperta dell'Alzheimer. Le voglio far presente che gran parte dell'articolo prende a prestito parole e periodi di alcuni volumi pubblicati dal sottoscritto come editore e scritti dal prof. Bruno Lucci, già primario di Neuropsichiatria infantile di Pordenone (una versione è uscita anche in edizione inglese a cura del prof. Archinto Anzil). Le chiedo la cortesia di segnalare nel prossimo numero, per correttezza scientifica, da quali fonti sono state prese queste notizie

Il merito di aver tolto il nostro conterraneo da una sorta di oblio - le cui cause non possiamo qui ripercorrere - è soprattutto del professor Bruno Lucci, originario di Moggio Udinese, primario emerito di Neurologia a Pordenone. Fra i suoi testi ricordiamo "Memoria e oblio. Gaetano Perusini neurologo europeo" (del 2010) e "La memoria ritrovata. Gaetano Perusini e Alois Alzheimer" (del 2012, con il contributo di altri studiosi).

Precauzioni per una estate senza problemi di salute

Con le temperature che aumentano, è importante seguire i consigli degli esperti di nutrizione: la regola d'oro per tutti è quella di combattere la disidratazione e reintegrare i liquidi. Infatti il caldo richiede una maggiore quantità di liquidi e la scelta deve cadere su frutta e verdura della stagione estiva che sono maggiormente ricche di acqua e carotenoidi, molto importanti per la protezione della pelle dai danni del sole (che ovviamente deve essere preso con cautela tramite l'uso di appositi schermi protettivi). Grandi piatti di insalata, pasta fredda, macedonie possono rappresentare scelte opportune. Per quanto riguarda le bevande, «è possibile concedersi ogni tanto una bibita analcolica, oltre all'acqua. Nella vita di oggi le variazioni climatiche fra estate e inverno, a parte casi particolari, vengono avvertite in misura molto ridotta.

Quindi, anche se è vero che il caldo porta a diminuire il dispendio energetico in quanto riduce la spesa per la termoregolazione, agisce su certe secrezioni ormonali e induce apatia e pigrizia, oltre a provocare talvolta un calo dell'appetito e rendere più faticosa la digestione. Non è necessario, nel periodo estivo, variare di molto l'alimentazione. Naturalmente, l'istinto ci porta a preferire spontaneamente alimenti e piatti più freschi e leggeri (e ricchi di acqua) a scapito di quei piatti abbondanti e ricchi di condimento (fritti, insaccati, primi elaborati) che con il freddo invernale risultano più graditi. Ottima idea scegliere spesso, insieme a frutta e verdura, carni magre e pesce, passati di legumi e minestre tiepi-



Prudenza sulla spiaggia.

de, e molti liquidi, per esempio spremute di agrumi e frullati di frutta, latte.

Quando fa molto caldo, il corpo reagisce producendo sudore che, evaporando, lo raffredda. In media la quantità d'acqua da bere al giorno è compresa tra 1200 ml (6 bicchieri) e 2000 ml (10 bicchieri). Con l'arrivo dell'estate, il fabbisogno di liquidi cresce poichè essi si espellono col sudore.

Sudare fa bene in quanto serve a mantenere la temperatura corporea costante anche quando l'ambiente esterno raggiunge e supera i 40 °C. Bere tanto d'estate significa quindi affrontare il caldo in maniera ottimale, prevenendo colpi di calore causati da disidratazione, crampi, pressione sanguigna bassa, astenia. Un bicchiere d'acqua contiene diversi tipi di ioni e sali che servono a mantenere in salute reni, cuore, sistema nervoso e l'intero organismo. Abbiamo bisogno di bere perchè siamo fatti per il 70% di acqua! Se non amate molto bere acqua, l'estate è un ottimo momento per fare in casa succhi, centrifugati di verdura e frullati, tenendo sotto controllo le quantità di zuccheri e sale. Evitate le bevande gassate sia

per voi che per i vostri bambini: sono eccessivamente ricche di zuccheri (basti pensare che una lattina di Coca Cola arriva a contenere 7 cucchiaini di zucchero) ed il loro uso è correlato a malattie cardio-metaboliche. Infine, se siete sportivi o lavorate all'aperto e sotto il sole, potete concedervi l'uso controllato di integratori in bottiglia, secondo consiglio del medico di famiglia.

Anche d'estate è consigliato fare la doccia con acqua tiepida, ossia nè calda nè fredda. Fare la doccia calda non è indicata soprattutto per i soggetti che soffrono il caldo e soffrono di pressione bassa d'estate. Invece, fare la doccia fredda dà una sensazione di benessere immediata ma che finisce con la doccia stessa: infatti il freddo provoca un'immediata vasocostrizione che verrà compensata da un aumento della frequenza cardiaca che, a doccia finita, si tradurrà in aumento della sudorazione ed aumentata percezione di calore.

Per avere un effetto benefico a livello circolatorio, l'ideale sarebbe alternare gettiti d'acqua calda a gettiti d'acqua fredda: è questo il principio della cosiddetta "ginnastica vascolare".

Estate: allarme zecche

STATE OF THE PARTY OF THE PARTY

Con la bella stagione, in misura superiore all'anno trascorso, sono riapparse le zecche, che costituiscono un vero pericolo per l'uomo in quanto possono causare gravi malattie.

La zecca è un acaro che per il proprio sviluppo ha bisogno di nutrirsi di sangue che si procura prendendolo dagli animali e dall'uomo.

Si trovano principalmente nelle zone boschive, fra le erbe alte, e un po' dappertutto essendosi ambientate facilmente.

La ixodes ricinus, la specie più diffusa dalle nostre parti trasmette numerose malattie fra le quali la boreliosi di Lyme, l'encefalite TBE, l'herlichiosi anaplasmosi e la babebiosi.

Le prime due malattie si sono molto diffuse in Friuli e la manifestazione più evidente è data dalle eruzioni ad anello nella pelle. Se non si cura la malattia di Lyme attacca il sistema sanguigno e quello linfatico, oltre a portare a meningiti, encefaliti, neuropatie periferiche e artrite delle articolazioni.

La TBE si manifesta con febbre e mal di testa come se fosse una influenza e poi degenera in meningite, encefalite e paralisi.

La malattia di Lyme si cura con gli antibiotici, per affrontare la TBE, invece, bisogna essere vaccinati. Per un minimo di prevenzione si consiglia di camminare sempre sui sentieri battuti, evitare di sedersi sull'erba, indossare abiti e calzature idonei e coprenti, utilizzare dei repellenti per insetti.

È opportuno ispezionarsi e ispezionare bambini ed animali domestici, i più esposti ad essere attaccati dalla zecca.



FASCICOLO SANITARIO ELETTRONICO

Anche la regione Friuli Venezia Giulia ha attivato il servizio di Fascicolo Sanitario Elettronico per i suoi assistiti.

Ad oggi, il Fascicolo è già operativo per circa 22 mila assistiti secondo il graduale piano di coinvolgimento dei medici di medicina generale con cui viene stabilito il primo contatto per l'attivazione del FSE.

L'acceso al Fascicolo è reso disponibile sulla piattaforma SESAMO tramite Carta Regionale dei Servizi (CRS) o, in alternativa, tramite credenziali SPID rilasciate da un Identity Provider autorizzato.

Una volta autenticato, il cittadino dovrà fornire il consenso al Fascicolo Sanitario Elettronico attraverso la funzione "Gestione consenso".

Il fascicolo sanitario elettronico (anche per le analisi del dono del sangue) si chiama "sesamo".

La Regione Friuli Venezia Giulia ha dato vita al "Sesamo" (Servizi Salute in mobilità) un portale che contiene due sezioni: una libera per consultare i tempi di attesa del pronto soccorso, gli orari delle farmacie, le guardie mediche, cercare medici e pediatri, le istruzioni sui farmaci, prenotare, pagare il ticket, ricevere i referti etc; una riservata con accesso attraverso apposite credenziali, date dalla tessera sanitaria attivata o dal codice spid (sistema pubblico di identità digitale che permette di accedere al proprio profilo sanitario, ai risultati degli esami di laboratorio, alle vaccinazioni ed altre prestaziooni sanitarie.

Far correre i dati e non le persone è la finalità del sistema. Per cui si consiglia di dotarsi del lettore gratuito fornito dagli uffici pubbliche relazioni della Regione e di far attivare la tessera sanitaria.



TARVISIO DOLCI PENSIERI

Come oramai da tradizione, alla fine della S. Messa per la festività delle Palme, organizzato dalla Sezione AFDS di Tarvisio, sono stati distribuiti fuori dalla Chiesa dei piccoli dolci pensieri a tutti i partecipanti, pensieri con il logo dell'AFDS, quali propaganda per sensibilizzare il gesto della Donazione.





TARVISIO

45° DI FONDAZIONE

Domenica 5 maggio 2019, per festeggiare il 45° Anniversario della fondazione della Sezione AFDS di Tarvisio, il Consiglio Direttivo tarvisiano ha organizzato una gita sociale nei Casoni della Laguna di Marano Lagunare, con il battello "La Rosa dei Venti" di Adriano Zentilin. Il gruppo era accompagnato dal Presidente Federico Marchioro e da tutto il Consiglio Direttivo della Sezione.

Si è navigato sulle acque della laguna di Marano accompagnati da una qualificata spiegazione dell'ambiente da parte del capitano

Adriano. Si è attraversata la Riserva Naturale Regionale sul fiume Stella in prossimità della foce, visitando internamente un tipico casone del villaggio dei pescatori (antichi rifugi per la pesca e la caccia). Durante la sosta nel casone non è mancato lo spazio dedicato al racconto delle tradizioni di questo suggestivo luogo, unitamente a momenti di allegria con la chitarra e la voce di Adriano "da Geremia". La giornata si è conclusa con la tradizionale Torta del Donatore egregiamente confezionata da una pasticceria di Marano.

TARVISIO

CONFERENZA AL BACHMANN

In data 16 maggio 2019, organizzata dalla Sezione AFDS di Tarvisio, si è tenuta una conferenza su:

- Dono del Sangue;
- Trapianto Midollo Osseo;
- Trapianto organi.

La conferenza si è tenuta presso l'Istituto Omnicomprensivo Bachmann di Tarvisio per le classi 5°, una platea di giovani attenti e curiosi. Ha aperto il dibattito il Presidente della Sezione Federico Marchioro, presente con alcuni dei suoi Consiglieri, illustrando agli studenti il significato del Dono, il perchè si consiglia di donare, l'importanza della donazione stessa, e perchè donare significa oltre che guarire una persona si salvaguardia anche la propria salute.

Infine Marchioro ha presentato l'oratrice dott. ssa Cristiana Galizia, responsabile del Centro Trasfusionale dell'Ospedale di Tolmezzo che ha trattato gli argomenti in programma.

Presenti alla conferenza, oltre a rappresentanti dell'ADMO di Udine, che hanno offerto la propria collaborazione, anche tre testimonianze da pazienti trapiantati che possono continuare a sorridere alla vita.

Gradita anche la presenza del Presidente della Sezione AFDS di Enemonzo.

Per l'ottima riuscita della conferenza la Sezione tarvisiana dei Donatori di Sangue ringrazia la Direzione Didattica del Bachmann e i professori coinvolti per la loro fattiva collaborazione.





ZONA 2 Carnia **Occidentale**

ENEMONZO PRIMA DONAZIONE

Stefania Angeli alla sua prima donazione, il 21 marzo, a 18 anni appena compiuti.

Proviene da una famiglia di donatori iscritti tutti alla sezione di Enemonzo.





CERCIVENTO

Prima donazione di Chiara Roveretto classe 2000, 3ª generazione di donatori dopo nonno Berto e papà Mauro. Complimenti a tutta la famiglia da tutta la sezione di Cercivento.



PAULARO

AFDS Paularo ha vinto il secondo torneo di calcetto femminile e ha ricevuto anche il premio del miglior portiere! Beh che dire sono state delle vere guerriere! Hanno dimostrato sintonia, grinta, lealtà, sportività ed altruismo. Un grazie a tutte le partecipanti e ai Mister Giacomo e Fabio. Congratulazioni alla donatrice Silvia che il giorno della sua laurea ha voluto festeggiare con la squadra. La prossima tappa sarà il torneo Nazionale a Riccione.



TOLMEZZO

Sabato 30 marzo 2019 presso l'Hotel Carnia di Staz. Carnia - Venzone, si è tenuta l'annuale "Festa del Dono", della sezione Aziendale "Automotive Lighting Tolmezzo". Nel tardo pomeriggio si è iniziato con l'assemblea dei soci in cui sono stati evidenziati i progressi conseguiti nel mandato 2015 - 2019 con ben 34 nuovi donatori in 4 anni. Gli iscritti sono rimasti stabili a 155 con gli attivi a 90; stabili pure le donazioni. Tante le attività svolte in collaborazione con le altre sezioni AFDS della zona, mirate alla propaganda del dono del sangue. Da sottolineare pure l'attiva collaborazione con l'ADO (Associazione Donatori Organi) e l'ADMO (Associazione Donatori Midollo Osseo) sempre di Tolmezzo. La serata ha visto numerosi donatori presenti unitamente alle famiglie. Gradita presenza anche quella dei rappresentanti delle sezioni dei comuni della Conca Tolmezzina e molto apprezzata pure la partecipazione del nostro Presidente Provinciale, Roberto Flora. Non sono ovviamente mancate le premiazioni dei benemeriti tenutesi durante la cena che è stata allietata, come sempre, da buona musica. Durante la manifestazione, alla presenza del rappresentante di zona, Arno Pittino, si sono pure tenute le votazioni per il rinnovo del Consiglio Direttivo con mandato 2019 - 2022. Assieme al Presidente Leandro Longo, confermato al suo quarto mandato, è stato eletto il nuovo Consiglio Direttivo Sezionale composto da Paola Cedulini vice Presidente, Valero Piazza rappresentante dei donatori, Erica Cimenti segretaria; Consiglieri: Loredana Tassotti, Maria Grazia Sartor, Claudio Moroldo, Loretta Ebner, Manuela Tomat, Marina De Crignis e Gian Luca Pittino. Revisori dei conti: Fabio Leone, Alessia Colman e Daniele Francescatto.



RAGOGNA 45° DI FONDAZIONE

Il 2018 è stato l'anno in cui la sezione ha festeggiato il 45° di fondazione, ma nonostante la continua propaganda del dono è stato un anno con un calo nelle donazioni. I nuovi iscritti sono: Alba Natolino, Luca Marcuzzi, Mattia Genero, Marco Coletti, Angelo Turi, Elena Leonarduzzi, Filippo Battaino, Michele Santonastasio, Alice D'Affarra, Francesca Colautto, Lorenzo Perterlunga, Sasha Olivo e Maria Cinzia Brovedani. Un grazie di cuore.

Dalle votazioni fatte a febbraio per il rinnovo del direttivo risultano eletti: Presidente Guglielmo De Monte, Vice Presidente Elena Buttazzoni, Rappresentante dei donatori Luca Marcuzzi, consiglieri: Alessandro Agostinis, Claudia De Monte, Lorenzo Collini, Marco Gotti, Dante Ornella, Quinto Zambano. Il direttivo uscente augura al neo direttivo (nella foto) un buon lavoro per il bene della grande sezione di Ragogna. Nati: Alessio Ranalli, Luna Simonitto,

Pietro Urtamonti Deceduti: Enzo Martinis, Elio Concil Il presidente Cav. Dante Ornella





GERVASUTTA

Il 16 febbraio 2019 la sezione di Gervasutta ha vissuto un momento significativo con l'ingresso del nuovo parroco alla parrocchia del Cristo, don Maurizio Michelutti. La sezione ha avuto modo così di esprimere il suo ringraziamento per la concessione di una sede presso l'oratorio parrocchiale. Questa appare un'ottima occasione per collaborare con la parrocchia ed avvicinare tutti coloro che la frequentano.





ZONA 8 Udine est

UOEI 130° DONAZIONE

La sua prima donazione porta la data del 16 aprile 1993 e la 130^a il 31 dicembre 2018.

Classe 1954, una media di 5 donazioni l'anno e il 2019 per lui è un anno di festeggiamenti; 65 anni, la pensione e 45 anni di vita sportiva.

Oltre che donare sangue, ha praticato molto sport dall'atletica alle gare su strada agli sci, alla bicicletta.

Ha corso 250 maratone i 100 Km e le ultra maratone in lungo e in largo per l'Europa, attraversando anche il ponte che collega la Danimarca con la Svezia; ha vestito la maglia della Naziona-le Master di atletica ben 10 volte conquistando, 4 medaglie di bronzo, cambiando negli anni diverse società, per la corsa su strada GMU UOEI Udine; per lo sci il club 3 comuni e il gruppo alpi-



ni di Udine e per il ciclismo il pedale Opitergino. È arrivato a fare anche 100 gare in un anno, conservando a fine gara tutti i pettorali.

Molti coloro che gli hanno chiesto negli anni come riuscisse a correre e nello stesso tempo a donare? La sua risposta è stata sempre la stessa; approfittava dei momenti in cui non aveva gare impegnative.

È per questo che ringraziamo, l'atleta e il donatore Vittorio Bosco. È stato ed è un esempio di volontà e altruismo per i nostri giovani.

Gli Amici del Consiglio Direttivo



ZONA 9 Professionali

3° GUASTATORI

Si è svolta il 26 maggio 2019 la consueta annuale Festa del Dono presso il campo di calcio di Colloredo di Prato. L'evento è iniziato alle ore 10.00 con la Partita dell'amicizia in cui la Sezione 3° Reggimento Genio Guastatori ha affrontato la sezione gemellata AFDS di Campoformido. È stata una bellissima partita e le squadre non si sono risparmiate, lottando fino alla fine sempre con rispetto l'uno per gli altri. Dopo la premiazione si è dato inizio alla grigliata con la partecipazione di tutti i presenti. Si sottolinea la grande affluenza, con 140 partecipanti all'evento. Successivamente c'è stata la premiazione della migliore torta offerta dalle gentili signore presenti all'evento. Il Presidente si complimenta con tutti gli organizzatori per la stupenda giornata e ringrazia la Sezione gemellata AFDS di Campoformido.







ITC ZANON 48° COMPLEANNO

200 ragazzi. 200 palloncini. Il coro "Zanon Amico". Autorità scolastiche, mediche e civili. Di cosa stiamo parlando? Della manifestazione organizzata dalla Sezione "AFDS Zanon-Deganutti" di Udine per festeggiare il suo 48esimo compleanno, prima tra le studentesche d'Italia. L'occasione è stata dettata dalla presenza del camper della Fidas nazionale in tour per il 60esimo di fondazione della associazione che raggruppa migliaia di donatori in Italia, al motto di "Metti in circolo l'energia". Molte persone si sono ritrovate sabato mattina in piazzale Cavedalis per festeggiare questa sezione studentesca e i giovani donatori che, nel prossimo futuro, sono tenuti a dimostrare che l'altruismo e la solidarietà resistono ancora e sono sempre più presenti. I ragazzi della sezione hanno disegnato sul piazzale una goccia, simbolo associativo, dove gli studenti si sono posizionati, muniti di palloncini rossi, per una foto che rimarrà nella storia dell'associazione (e non solo). Questo a dimostrazione del fatto che, nel contesto attuale dove tutto si basa sull'avere, gli studenti sono maggiormente portati a riscoprire i valori di un tempo e a donare "qualcosa di proprio" per finalità di pubblico interesse. Lustro a questo momento di aggregazione è stato inoltre attribuito dalle autorità presenti: Il sindaco di Udine prof. Piero Fontanini, il rappresentante dell'ufficio scolastico regionale prof. Emanuele Bertoni, il presidente dell'Afds Roberto Flora assieme a quello della Fidas Regionale Tiziano Chiarandini. E non sono voluti mancare nemmeno il dott. Vincenzo De Angelis direttore del Trasfusionale di Udine e ovviamente la dirigente dello Zanon dott.ssa Annamaria Pertoldi. Nei loro interventi hanno sottolineato quanto il futuro del nostro Paese sia nelle mani di guesti ragazzi. E stata una giornata memorabile, dove i protagonisti sono stati principalmente i giovani rappresentanti delle sezioni studentesche provinciali assieme ai loro labari. Il buffet finale ha permesso di rivivere in allegria quell'associazionismo che, da un po' di anni, soffre di carenza di persone disposte a sacrificare qualche giorno per "donare" ma anche per tenere vive le sezioni e i direttivi, che nonostante tutto riescono ad avvicinare ancora persone di età diverse per un bene comune. La giornata si può riassumere con un messaggio semplice ma quanto mai chiaro, di llaria, ragazza carismatica che da qualche tempo fa parte della sezione Zanon-Deganutti: "Donare sangue non è solo saltare scuola, ma soprattutto aiutare il prossimo".

Se volete aggiungere alcune statistiche, nel 2018 tutte le 15 sezioni studentesche hanno effettuato 2500 donazioni, iscrivendo 625 nuovi donatori alla afds.

Nello stesso anno la sezione Zanon-Deganutti ha effettuato 471 donazioni di sangue con 86 nuovi donatori a fronte dei 638 iscritti dei quali 529 attivi per donazioni.





CIVIDALE SESSANTA PER DUE

La Sezione di Cividale del Friuli e la FIDAS regionale risultano accomunate da una ricorrenza: nel 2019 entrambe contano 60 anni dalla loro istituzione. Questa "sintonia numerica" ha portato una delegazione FIDAS a fare sosta anche a Cividale, dopo l'incontro mattutino con le Sezioni studentesche udinesi.

Nella piazza del Duomo, che si apre nel cuore della storica cittadina, sono confluite le rappresentanze delle Sezioni di Zona con i labari che hanno attorniato in scenografica cornice vermiglia l'automezzo FIDAS. All'incontro sono intervenuti il Presidente AFDS Flora, il Presidente FIDAS regionale Tiziano Chiarandini – convinto promotore dell'incontro –, il Rappresentante di Zona Michele Moret e la vicesindaco Daniela Bernardi.

I giovani rappresentanti della FIDAS hanno raccolto tra i presenti interviste e testimonianze filmate, che confluiranno in un video in preparazione e sono state scattate fotografie con i rappresentanti dei sodalizi negli angoli più suggestivi della città longobarda, per le sue peculiarità riconosciuta Patrimonio dell'Umanità dall'Unesco.

Questo meeting di felice esito ha dato l'avvio alle iniziative che la Sezione cividalese – il cui Consiglio direttivo è stato recentemente rinnovato, con l'elezione a Presidente di Lorenzo Paussa – proporrà nel corso dell'anno per sot-

PREMARIACCO

PRIMA DONAZIONE

Il 24 marzo si è svolta la perioda donazione domenicale presso il centro trasfusionale di Cividale organizzata stavolta dalla sezione di Premariacco che ha visto un buon numero di Donatori e ha salutato la prima donazione di Luca Costantini nipote del nostro storico donatore e alfiere Daniele Conchione".



tolineare il raggiungimento di questa importante tappa nel suo lungo cammino associativo, iniziato nel 1959.

Nella foto i labari della Zona "Valli del Natisone" si specchiano nelle acque del fiume che caratterizza questo territorio, sotto il ponte di Cividale, la cui Sezione quest'anno festeggerà i 60 anni di attività.





CASTIONS DONAZIONE COLLETTIVA

Nel giorno del ricordo del tragico terremoto del '76, il reparto trasfusionale dell'ospedale di Udine ha accolto una donazione di sangue di gruppo. I protagonisti sono stati gli atleti della squadra di amatori dell'ASD MORSAN, che gioca nella Lega Calcio Friuli Collinare.

Ad alcuni componenti già donatori se ne sono aggiunti ben 5 nuovi. Iniziative del genere hanno l'importanza di mantenere alta l'attenzione sul dono del sangue in un momento in cui ce n'è la necessità e soprattutto di portare ad una maggior sensibilizzazione collettiva nei



confronti del dono. Per la realizzazione della splendida giornata si ringraziano il Presidente ASD Morsan, Alessandro Favotto con tutta la squadra ed il Vice Sindaco Ivan Petrucco. Con l'auspicio che questa iniziativa, così solidale, sia d'esempio e che diventi un appuntamento ricorrente, porgiamo i nostri più sentiti ringraziamenti.

Il direttivo Sez. AFDS Castions di Strada

MORTEGLIANO

Sport e salute: "donare è uno sport salutare". Questo l'argomento della serata sanitaria organizzata dalla Sezione dei Donatori di Sangue di Mortegliano, che si è tenuta nella Sala della Gioventù di Lavariano venerdì 19 ottobre u.s. Erano presenti i rappresentanti del Consiglio Provinciale, i medici di Medicina Generale del comune dott. Beltrame, dott.ssa Ciroi e dott.ssa Melon ed il campione del mondo di ciclismo paralimpico Michele Pittacolo, oltre ad un numeroso pubblico di donatori e non. Presenti anche diversi giovani, essendo l'argomento interessante per i praticanti delle diverse discipline sportive. Dopo il saluto di benvenuto della presidente Barbieri, il dott. Beltrame, supportato dai dati forniti dall'Organizzazione Mondiale della Sanità, ha evidenziato quanto sia importante l'attività fisica in generale, in particolar modo per le persone anziane. Dai dati di studio di questo settore risulta infatti che con una mezz'ora al giorno di attività fisica si può ridurre in maniera significativa l'uso di farmaci. La dott.ssa Ciroi ha poi spiegato quali sono le nuove direttive che re-

golano tutte le varie possibilità per la donazione di sangue, in quanto ci si è dovuti adeguare agli altri paesi europei. Ma questa serata è stata impreziosita dalla presenza di un donatore particolare: il friulanissimo pluricampione paralimpico di ciclismo Michele Pittacolo, che ha vinto più volte il titolo iridato e quello italiano, ed è l'attuale detentore del "Trofeo nazionale AVIS". Presentato come meglio non si poteva da Renato Bulfon, che di ciclismo vive, Michele ha stregato i presenti con la sua umanità e semplicità, il suo coraggio e ottimismo. Ha raccontato la sua vita piena di rinunce, di disavventure, di delusioni e di successi. Ma durante guesto suo cammino non ha mai dimenticato di essere un donatore di sangue, e ogni volta che può si è reca al Centro Trasfusionale per fare la sua donazione. È stata una serata intensa, diversa, che ricorderemo, non solo per i contenuti di umanità e di solidarietà, ma anche per l'informazione e l'aggiornamento, utilissimi per coloro che andranno a donare il sangue, che noi auspichiamo siano sempre più numerosi.



MORTEGLIANO

ASSEMBLEA

Venerdì 15 marzo u.s. si è tenuta a Lavariano, nella Sala della "Casa della Gioventù", l'annuale assemblea della Sezione AFDS di Mortegliano, sezione che comprende anche i donatori delle frazioni di Lavariano e Chiasiellis e che viene ospitata a rotazione nelle tre località del Comune. All'assemblea di questo importante appuntamento, che è la sintesi del lavoro di tutto l'anno, hanno partecipato numerosi donatori e quest'anno impreziosita anche dalla partecipazione del Presidente Provinciale Roberto Flora, del suo Vice Nino Mossenta, della Consigliera provinciale e rappresentante di zona Rita Di Benedetto, nonché dell'assessore Comunale Angelo Tomasin.

La Presidente Lara Barbieri, dopo aver doverosamente ricordato i donatori che sono venuti a mancare con un minuto di raccoglimento, ha ripercorso nella sua relazione morale, le tappe dell'anno appena passato illustrando il lavoro svolto. Lavoro che ha visto la nostra sezione impegnata come sempre non solo nel promuovere il "dono del sangue" in primis, con le molte donazioni personali e quelle di gruppo, ma anche partecipe di molte altre attività che sono il tessuto della vita sociale delle nostre comunità, come la presenza nelle scuole, la serata sanitaria, la partecipazione e collaborazione con le altre realtà associative del comune, nel promuovere feste e altre manifestazioni di vario genere. Alla fine della sua relazione la Presidente Barbieri ha assicurato che il lavoro del suo direttivo continuerà con impegno e perseveranza così da poter raggiungere risultati sempre più positivi.

In conclusione di serata sia il Presidente Flora che il Vice Mossenta che la Consigliera Di Benedetto hanno espresso il loro compiacimento per il lavoro svolto dal direttivo ed hanno stimolato i presenti a non inorgoglirsi sui risultati ottenuti ma a perseverare per poter fare sempre di più perché lo scopo del nostro impegno è quello di essere di aiuto al prossimo e non c'e altro fine più importante è nobile di questo.



ZONA 14 Risorgive



ZONA 15 Litoranea Orientale

LONCA PASSARIANO RIVOLTO

Sabato 16 marzo ho provato per la prima volta la grande emozione del dono di sangue. Non nascondo l'iniziale tensione e paura che in seguito si sono trasformate in felicità e orgoglio: da tempo sentivo di doverlo fare, sentivo sarebbe stato qualcosa di cui essere fiera. Così ho deciso di seguire i passi del papà, che da poco ha superato le 100 donazioni. Nonostante alcune difficoltà durante il prelievo, grazie alle infermiere pazienti e disponibili, ho potuto vivere senza ansia o preoccupazione l'esperienza della prima donazione che rimarrà per me uno dei ricordi più forti ed emozionanti.

Elisa Roiatti



AQUILEIA



Il giorno 10 marzo 2019 è venuto a mancare all'affetto dei familiari ed a quanti lo hanno conosciuto, Mario Moras, dal 1981 al 1993 presidente della sezione AFDS di Aquileia. È stato donatore ed ha trasmesso l'importanza della donazione di sangue ai figli, ai nipoti ed a tante altre persone, ed è sempre stato una persona attiva nella sezione di Aquileia. Un ringraziamento a Mario dal direttivo della sezione di Aquileia.



PALMANOVA VISCO

60° DI FONDAZIONE

Quest'anno la Sezione Palmanova-Visco festeggia 60 anni dalla fondazione e ha deciso di farlo organizzando un momento di incontro in ogni comunità che compongono la Sezione. Domenica 5 maggio primo appuntamento a Visco dove

è stato inaugurato il monumento a ricordo dei donatori di sangue e, grazie all'amministrazione comunale, l'intitolazione della piazzetta in cui è collocato il monumento "Piazzetta a tutti i donatori di sangue".

PALMANOVA VISCO

PRIMA DONAZIONE

I presidente di sezione Angelo Comelli e il consigliere Alberto Morandini hanno accompagnato alla 1° donazione al trasfusionale di Palmanova il Parroco di Visco e Crauglio Don Giorgio Longo. Erano presenti la Dottoressa Caterina Battaglia e le infermiere Elena Pascut e Annamaria Corsa. Che sia di buon auspicio per la sezione e sia uno stimolo per i futuri giovani donatori.

Non è mai troppo tardi per diventare donatore di sangue!

Martedì 19 febbraio prima donazione di Don Giorgio Longo, Parroco di Visco e Crauglio, da sempre presente e sostenitore delle iniziative dell'AFDS Palmanova - Visco. Appuntamento quindi col Presidente di Sezione Angelo Comelli e il Consigliere Alberto Morandini al Centro Trasfusionale di Palmanova. Siamo orgogliosi di Don Giorgio e del buon esempio che dà a tutta la Comunità. Grazie!



Nella foto: al Centro Trasfusionale di Palmanova il Presidente Angelo Comelli e la dott. ssa Caterina Battaglia al fianco del neo donatore Don Giorgio Longo.

PALMANOVA VISCO

Durante la serata del 1º Memorial di Silvano Simeon atleta Vischese del lancio del disco, svoltasi a Visco presso il Museo sul Confine, erano presenti i seguenti atleti: la campionessa italiana lancio del disco Giada Andreutti la 1º a dx., il campione U18 italiano nel lancio del disco Enrico Andreutti il 2º sx e l'atleta italiano di Bob a 4 Mattia Variola il 2º dx. Sono tutti atleti giovani della nostra regione Friuli Venezia Giulia che fanno parte della squadra di Atletica Italiana, proiettati alle prossime gare internazionali

e alle olimpiadi di Tokio nel 2020. Gli atleti si sono prestati ad effettuare la foto presso la nostra sede sez. AFDS Palmanova-Visco, situata presso il Museo sul Confine a Visco. Questo sia un invito a tutte le persone sane ad effettuare il dono del sangue, rivolto ai giovani e meno giovani. Il presidente della sezione AFDS Palmanova-Visco Angelo Comelli e tutto il direttivo, ringrazia gli atleti giovani della nazionale d'atletica italiana per la loro disponibilità e sia di sprone l'invito della Sez. AFDS "Corri a Donare".

PALMANOVA VISCO

Per la maratona Cividale-Aquileia la sezione si è mobilitata offrendo assistenza alla corsa.





ZONA 16 Litoranea Occidentale

RONCHIS

Prima donazione di Stefano Valvason assieme al papà Valentino (55 donazioni).



MARANO LAGUNARE



Nelle giornate di venerdì 12 aprile 2019 ore 20.30 e domenica 14 aprile 2019 alle ore 11.00 si sono svolte con un buon interesse e un buon numero di partecipanti due conferenze a tema sulla socialità e il dono. Nella foto il presidente Lian con i relatori.

CARLINO

TORNEO TERZA EDIZIONE

Quest'anno, domenica 10 marzo, il torneo "Dai un calcio all'indifferenza secondo memorial a Massimo Zanutta" è arrivato alla terza edizione. L'iniziativa, portata avanti dai donatori di sangue AFDS della sezione di Carlino, in collaborazione con i ragazzi del Servizio Civile Solidale, con il patrocinio del Comune di Carlino, si pone come obiettivo primario quello di sensibilizzare i ragazzi verso tematiche come la solidarietà e il volontariato ed uno secondario sul come un momento "sano" di competizione porti valori importanti come il "fair play" e possa essere evidenziato e valorizzato al meglio.

Le squadre, Dark Squod, La Muzzanese, Tods Fc, Spassa Team, Janco Botton Og, aldilà del risultato hanno infatti potuto decidere quale realtà aiutare con il budget da loro stessi messo a disposizione.

La scelta è stata quella di devolvere il denaro all'associazione ADMO (donatori midollo osseo) e ADO (associazione donatori organi) del Friuli Venezia Giulia. A premiare le squadre il Presidente AFDS Provinciale Roberto Flora, la moglie di Massimo Zanutta e il papà di Massimo Lidio. La squadra che si è guadagnata il primo posto è la "Spassa Team", mentre al secondo posto troviamo la "Jinco Botton OG'". Altre preziose coppe sono state vinte in occasione del torneo: le hanno meritate Erik Bressan e Alessio De Marchi a pari merito per il titolo di capo cannoniere, Kelly Fredrick come miglior giocatore, Fabian Falcomer premio al



miglior portiere, mentre il giocatore più giovane premiato è stato Minel Bajrovic. I premi più importanti, proprio come prova di lealtà e rispetto, sono stati assegnati sotto il nome di miglior squadra fair player, alla Muzzanese e al fair player giocatore Gabriel Criver. Un grande ringraziamento va alla Misericordia Bassa Friulana per il servizio di pronto soccorso, all'arbitro Paolo, a tutte le aziende di Carlino amici e sostenitori dei donatori di sangue ed a tutti i ragazzi che hanno partecipato al torneo.



POCENIA PRIMA DONAZIONE

Il giorno 4 maggio 2019 presso il Centro Trasfusionale di Latisana, la sezione AFDS Pocenia ha effettuato una donazione di gruppo. Tra le 12 donazioni effettuate, due nuovi donatori: Angelica Gallo e Luca Gallo da donatori studenti, sono diventati donatori di Sezione. Grazie ragazzi e ben arrivati a far parte di questa grande famiglia!



II FIDAS tour in Friuli



Fondata nel 1958 tra gli altri dal "nostro" Giovanni Faleschini assieme alle federate di Vicenza e Torino, da 60 anni la FIDAS tutela la donazione di sangue in Italia. Per celebrare questo anniversario e promuovere sul territorio italiano la donazione di sangue, si è deciso di organizzare un tour. Anzi, un FIDAS Tour. Quattro volontari a bordo di un camper, partiti da Torino lo scorso 25 marzo hanno girato tutto lo stivale portando in giro il motto "Metti in Circolo l'Energia", per poi raggiungere Matera esattamente il giorno prima dell'apertura del Congresso Nazionale FIDAS. Qui in Friuli sono state organizzate ben quattro tappe del tour, di cui la metà organizzate dall'AFDS. La prima tappa è stata organizzata il 30 maggio 2019 dalla sezione AFDS Zanon Deganutti, prima sezione studentesca d'Italia, che quest'anno compie 48 anni.

La sezione ha voluto celebrare questo anniversario con i ragazzi delle classi quinte dei due istituti riuniti per la realizzazione di una goccia di sangue gigante sul piazzale di fronte all'Istituto Zanon.

Agli studenti è stato inoltre fornito un palloncino ad elio rosso che dall'alto dava proprio l'effetto di una goccia di sangue. Dopo i vari discorsi istituzionali, i palloncini sono stati liberati in aria e grazie a un drone sono state fatte una serie di fotografie suggestive come quelle che vedete pubblicate in queste pagine.

La seconda tappa, nettamente più raccolta rispetto alla tappa mattutina, ha avuto luogo nel tardo pomeriggio a Cividale dove la sezione locale ha riunito i labari delle sezioni delle





Valli del Natisone in modo da formare una goccia davanti alla chiesa di San Martino.

Si è quindi avuto modo anche di scattare alcune foto sul greto del fiume Natisone con il ponte del diavolo sullo sfondo prima della ripartenza del camper della FIDAS verso Sacile, dove il giorno dopo si sarebbe tenuta la quarta tappa del FIDAS Tour in Friuli-Venezia Giulia.

Alessandro Flora

AFDS ALLO STADIO

Il 30 Marzo, l'AFDS è stata ospite dell'Udinese Calcio per la partita Udinese-Genoa nell'ambito dell'iniziativa "Corri a Tifare con Noi!".

Prima della partita, una rappresentativa, formata dal presidente AFDS Flora, il presidente FIDAS regionale Tiziano Chiarandini e il presidente dello Zanon Deganutti Carlo Pavan, è stata intervistata per propagandare la donazione di sangue in regione.

Erano inoltre anche presenti due "goccioline" della sezione di Bertiolo Virco Sterpo. La presenza dell'AFDS ha inoltre portato anche bene in quanto l'Udinese ha anche vinto 2-0. Appuntamento quindi sicuramente al prossimo anno per questa iniziativa.

Lo sport fa bene al cervello

Lo sport fa bene al cervello. Donare il sangue fa bene alla mente e al cuore.

La droga brucia il cervello e danneggia il cuore.

Il presidente Claudio Bardini ha voluto promuovere il valore educativo della prevenzione e stimolare i giovani cestisti, tecnici e genitori a 'educarsi ed educare attraverso la pallacanestro'. Perchè 'promuovere lo sport significa promuovere la vita'.

Il tutto è stato organizzato grazie alla collaborazione tra FIP udinese, AFDS Associazione Friulana Donatori di Sangue e MIUR.

T-SHIRT SPORT-VITA

In ricordo della manifestazione i giocatori delle squadre finaliste saranno omaggiati di una "t-shirt" riportante i seguenti messaggi: "Lo sport fa bene al cervello", "Donare il sangue fa bene alla mente e al cuore", "La droga brucia il cervello e danneggia il cuore". Il professor Claudio Bardini, nel suo ruolo anche di referente regionale scolastico per l'educazione alla salute. vuole così promuovere il valore educativo della prevenzione e stimolare i giovani cestisti ad "educarsi ed educare attraverso la pallacanestro", perché "promuovere lo sport significa promuovere la vita". Quest'ultima iniziativa è stata organizzata grazie alla collaborazione tra Fip udinese, Associazione friulana donatori sangue (Afds) e Miur ufficio Educazione motoria, fisica e sportiva (Emfs) di Udine.

CINQUE PER MILLE ALL'AFDS

Ritorna il tempo della dichiarazione dei redditi. L'Associazione Friulana Donatori di sangue di Udine per seguire i progetti dei giovani e dell'educazione sanitaria ti chiede di donare il 5 per mille scrivendo nell'apposito spazio sulla dichiarazione

AFDS UDINE

codice fiscale **80009140304**



No alla droga Si alla vita!

Perché la scelta di questo argomento? Perché è un argomento attuale che sempre più interessa i giovani con tutte le problematiche correlate, essendo diventato un problema di emergenza nazionale. La droga è una sostanza di origine vegetale, o sintetizzata chimicamente, capace di provocare modificazioni più o meno temporanee e dannose sull'equilibrio psico-fisico di chi le assume.

QUALITIPI DI DROGHE?

Le possiamo dividere in droghe legali: fumo ed alcol (che non tratteremo) ed illegali: a) "pesanti":cocaina ed eroina. b) "leggere": hashish, marijuana e droghe "furbe" da discoteca, perché dall'apparenza innocua, sono prodotti sintetici, derivati dalla canapa. In base agli effetti che provocano distinguiamo: 1) droghe "su" (o stimolanti): cocaina, anfetamina, caffeina e farmaci anti-depressivi; 2) droghe "giù" (o deprimenti): oppiacei, barbiturici e tranquillanti, che hanno effetti calmanti e rilassanti; 3) droghe "del viaggio" (allucinogene): marijuana, hashish e LSD, che causano una visione distorta della realtà; 4) droghe sintetiche: inventate nel recente passato

in laboratorio, tipo ecstasy, che uniscono gli effetti eccitanti e quelli allucinogeni, e sono molto tossiche.

Cercherò di spiegare in sintesi e chiaramente alcune droghe tra le più conosciute:

1) Marijuana: si ricava dalle infiorescenze e dalle foglie di canapa indiana o "cannabis", originaria dall'oriente, coltivata dall'uomo circa 5000 anno addietro. Fumata pura o miscelata al tabacco.

La canapa contiene più di 400 composti, tra i quali si distinguono i cannabinoidi, tra questi citiamo: **THC** (**tetraidrocannabinolo**), il più conosciuto ed importante, è una sostanza psicoattiva, che stimola il rilascio di dopamina (ormone dell'euforia), che si trova nel cervello, dalle molteplici funzioni, agisce modulando l'umore, il ritmo sonno-veglia, l'attenzione, la memoria e tante altre funzioni.

I vantaggi del **THC** sulla salute: 1) combatte il dolore cronico; 2) ha effetto anti-nausea ed anti-vomito nei pazienti in chemioterapia; 3) migliora l'appetito e i disturbi d'ansia. Gli svantaggi dell'utilizzo cronico sono: 1) rischio di bronchite cronica e di tumori, soprattutto ai polmoni, rispetto alla popolazione normale; 2) incidenza

maggiore rispetto alla popolazione normale di schizofrenia e psicosi, perché il THC agisce a livello cerebrale e danneggia a lungo andare le cellule nervose. Con il termine cannabis legale light (canapa legale) si intende quella tipologia di cannabis la cui produzione e commercializzazione in Italia è legale secondo la legge italiana 242 approvata nel 2016, a patto che il contenuto di THC sia non superiore allo 0,2%. Se la percentuale di THC della cannabis light è tra 0,2% e 0,6%, colui che la coltiva non ha alcuna sanzione, mentre se la percentuale supera lo 0,6% le autorità giudiziarie possono sequestrare o distruggere la coltivazione di canapa. La cannabis medica viene utilizzata solo a scopo farmaceutico, coltivata e prodotta da centri specializzati, mediante tecniche di clonazione in serre appositamente indoor.

Hashish: origina dalla cannabis. Anch'essa può essere fumata, mischiata al comune tabacco, ma può presentarsi sotto forma di olio, ottenuto distillando le foglie o la resina della cannabis. Gli effetti sono simili a quelli della marijuana. 2) Cocaina: estratta dalle foglie di coca, conosciuta ed usata dagli indigeni del centro e sud America da millenni, masticata per alleviare il senso della fame e della fatica, la cocaina fu scoperta solo nel 1860, ottenuta dalla raffinazione delle foglie. Il suo aspetto è quello di una polvere bianca simile allo zucchero, che può essere inalata (lo "sniffing" è il metodo più diffuso), ma anche fumata o iniettata con effetto più intenso ma più breve. Gli effetti vanno dall'euforia con minore sensibilità al dolore



ed alla fatica, alle allucinazioni ed all'inappetenza. Alcuni tra i più gravi effetti collaterali sono: aumento della pressione del sangue fino a causare emorragia cerebrale, insufficienza respiratoria, tachicardia, pupille dilatate e crisi epilettiche. La dose letale è di circa 1-1,2 grammi. Il **Crack** si produce aggiungendo alla cocaina bicarbonato di sodio. Fumato insieme a tabacco o a marijuana.

- 3) Oppio: ottenuto dal "papaver somniferum", coltivato originariamente nel bacino del Mediterraneo; l'oppio è il lattice essiccato, estratto dalle capsule dei semi del papaver somniferum, tra gli alcaloidi (sostanze organiche vegetali) contenuti nel lattice ci sono: a) **la morfina** (circa 8-14%), b) la narcotina (2-8%) e c) la papaverina (0,7-3%); si presenta in polvere o in forma solida. Può essere preso per bocca oppure fumato (più raramente per via rettale sotto forma di supposta). Può dare euforia o una stato di rilassamento e serenità
- 4) Morfina: derivato dell'oppio, può essere sotto polvere bianca o liquido incolore, ha vari utilizzi in medicina, maggiormente usato come antidolorifico; in una forma intermedia di trasformazione è un potente stupefacente che, assunto per bocca, per via intramuscolare o endovenosa causa euforia e annullamento della percezione del dolore.
- 5) Eroina: scientificamente "diacetilmorfina", derivata dalla morfina ma molto più potente. È polvere granulare bianca o marrone, solubile in acqua e quindi iniettabile, anche se può essere fumata o inalata. Può provocare euforia o depressione, riduce la paura e il dolore, determina un rallentamento della respirazione e della frequenza cardiaca.
- 6) **LSD**: detto acido lisergico, sintetizzato nel 1938 è un prodotto di sintesi, si presenta sotto forma di pillola o di un

francobollo (è diffuso anche sciolto nelle zollette di zucchero). È l'allucinogeno per eccellenza, solitamente assunto per bocca (sotto forma di cartoncini imbevuti di una soluzione della sostanza), di norma i primi effetti si notano dopo 30-60', consistono in alterazione della coscienza, euforia, sensazione di intensa beatitudine, perdita di consapevolezza e lucidità. Non esistono casi di morte documentati per azione tossica diretta, però sono riportati diversi casi di gravi complicazioni, quali coma ed aumento della temperatura corporea, legati all'assunzione di dosi molto elevate della sostanza.

8) Ecstasy: è la metilendiossimetamfetamina, scoperta agli inizi degli anni 70, molto diffusa tra i giovani, si situa farmacologicamente tra i composti allucinogeni ed i composti stimolanti, provoca sensazione di benessere e disinibizione. Si assume per bocca sotto forma di compresse, spesso in concomitanza con altre droghe, quali LSD, cocaina ed alcol.

QUALI LE CONSEGUENZE?

Il pericolo dell'uso di droghe è la dipendenza che può essere: 1) di tipo fisico, ovvero il bisogno di assumere dosaggi sempre maggiori; 2) di tipo psichico, ovvero si ha un pensiero fisso per procurarsi la dose ad ogni costo; il termine "craving" si riferisce al desiderio impellente di procurarsi la droga causato dalla componente psicologica.

Le droghe "pesanti" danno dipendenza sia fisica, sia psichica. Il loro uso conduce al meccanismo della tolleranza, ovvero l'organismo si abitua alla presenza di tali sostanze e, pertanto, l'individuo è costretto ad assumere dosi sempre più elevate di droga per ottenere gli effetti desiderati e non andare incontro alla sindrome da astinenza, caratterizzata da: pupille dilatate,



rinorrea (naso che gocciola), ansia, irritabilità, sudorazione intensa, mancanza di appetito, tremori muscolari con crampi, nausea, vomito, diarrea e dolori addominali. L'overdose da oppiacei (eroina, morfina) provoca perdita di coscienza, pupille a spillo, colorito bluastro della cute e respiro rallentato fino alla morte per asfissia. La dose letale minima di eroina è di 200 mg., sebbene può aumentare in maniera sensibile in caso di tolleranza. L'antidoto farmacologico è il naloxone per via endovenosa, che elimina in maniera repentina l'effetto dell'eroina e degli altri oppiacei.

Le droghe "leggere" danno solitamente solo dipendenza psicologica. Non ci sono evidenze di morte da overdose per l'utilizzo di queste sostanze.

PERCHÉ PERSONE SEMPRE PIÙ GIOVANI SI AVVICINANO ALLA DROGA?

- 1) disagio familiare e sociale?
- 2) bisogno di libertà?
- 3) evasione dalla routine quotidiana?
- 4) curiosità giovanile? A voi le risposte.

Ricordo infine che esistono delle evidenze tra tossicodipendenza da qualsiasi sostanza e genetica. Concludo, da medico e padre, ricordando che non esistono soluzioni semplici ed effimere, come le droghe ti propongono,... "imparerai a tue spese che nel lungo tragitto della vita incontrerai ogni giorno un milione di maschere e pochissimi volti".

Quirino Messina

Salviamo le api e salviamo la salute umana



Le api sono in declino, minacciate da pesticidi, perdita di habitat, monocolture, parassiti, malattie e cambiamenti climatici.

Se le api muoiono, a farne le spese sono l'ambiente, il nostro cibo e l'agricoltura. Le api, infatti, non producono solo miele: dalla loro opera di impollinazione dipende un terzo degli alimenti che consumiamo abitualmente come mele, fragole, pomodori e mandorle – e la produttività del 75% delle nostre principali colture agricole.

L'attuale sistema di agricoltura industriale basato sulla dipendenza dai pesticidi chimici, come i neonicotinoidi, non è più sostenibile!

Come tutti gli organismi viventi, le api sono suscettibili alle sostanze chimiche presenti nell'ambiente.

Alcuni di esse sono i tanto famosi fitosanitari o pesticidi, utilizzati per proteggere i raccolti da organismi a loro dannosi. Di essi vengono contati ben 450 principi attivi, a cui corrispondono 5000 prodotti commerciali.

La diffusione delle monocolture e l'utilizzo indiscriminato di erbicidi hanno determinato la scomparsa di molte delle piante mellifere utili per le api.

Le monocolture, come ad esempio i cereali, sono scarse di polline e di nettare e la scomparsa delle piante spontanee, come il trifoglio bianco, ha sottratto alle api una fonte sicura di nutrimento.

RIFLESSIONI SUL DONO

Il quotidiano "Il Sole 24 ore" commentando l'attualità ha fatto una riflessione sul significato del dono del sangue con un passaggio interessante: "La logica del dono, quando il dono è genuino, funziona sulla base di motivazioni intrinseche che ci spingono ad una certa azione perché la riteniamo giusta e nell'azione stessa troviamo la sua ricompensa, magari nell'amicizia rinsaldata o anche nella reciprocità per un dono a nostra volta ricevuto. Diversamente da quelle intrinseche, le motivazioni estrinseche ci spingono ad un certo comportamento nella speranza di ottenerne un beneficio. Faccio questo perché così ottengo quest'altro. Le motivazioni sono questioni delicate, fragili, che spesso gestiamo in maniera grossolana e senza troppe cautele. E infatti, spesso, nel cercare di incentivare certi comportamenti facendo leva sulle motivazioni estrinseche, distruggiamo le motivazioni intrinseche. Così quanto il vostro amico si offre di pagarvi il regalo che gli avete appena fatto non vi motiva a fargliene un altro l'anno successivo, anzi, vi scoraggia facendovi sentire offesi. Questo fenomeno si chiama "spiazzamento motivazionale" (motivational crowding-out) e spiega, tra le altre cose, perché l'Organizzazione Mondiale della Sanità, consideri negativamente l'uso di incentivi economici in cambio della donazione del sangue ... questo approccio mette in evidenza una grande distanza ed una grave incomprensione delle logiche di un mondo fondamentale per la vita della nazione. Qualcuno lo chiama terzo settore, altri società civile, altri ancora il terzo pilastro. Si tratta di quell'area che ricomprende persone, organizzazioni, attività che non hanno né l'autorità statale, né il lucro del mercato, come movente principale. Che si muovono spinte volontariamente dalla logica del dono e della reciprocità. Che rendono le nostre comunità più civili e vivibili, accoglienti e inclusive. Perché migliorando la vita degli ultimi si migliora la vita di tutti".

Leonardo Da Vinci e la circolazione sanguigna

Ricorre quest'anno il cinquecentesimo anniversario della morte di Leonardo da Vinci, senza dubbio il più celebrato genio dell'umanità. Anche in Friuli v'è un fitto programma di celebrazioni perché nell'anno 1500 ebbe a venire da queste parti per studiare, per conto della Signoria veneziana, ma anche probabilmente di altri committenti, quali rimedi strategici potessero venir messi in atto contro i Turchi che l'anno prima avevano devastato l'intera pianura giungendo sin quasi in vista di Venezia.

Di questo passaggio rimangono poche testimonianze riassunte più che altro in alcuni fogli del cosiddetto Codice Atlantico conservato presso la biblioteca ambrosiana di Milano. Oltre ad interessarsi di mille discipline, eccellendo in tutte le discipline grazie alle sue capacità di osservazione, Leonardo si incuriosì anche alla circolazione sanguigna, iniziando il metodo scientifico moderno aiutandosi con le nozioni di meccanica ed idraulica. Nei suoi disegni ha descritto i dettagli sulla distribuzione dei vasi nonché sulle valvole cardiache con una totale precisione. Il cuore con i movimenti di sistole e diastole viene descritto ora allungato ora accorciato: " il core è un vaso fatto di denso muscolo, vivificato e nutrito dall'arteria e vena come sono gli altri muscoli". "Tutte arterie e vene nascono dal core" - scrive nel trattato "de figura umana"considerando l'ossigenazione del sangue che avviene nei polmoni (nello alitare). Scopre anche l'ateriosclerosi: " le arterie per lo ingrossare delle lor tonache, restringono il transito del sangue... la morte degli



uomini vecchi è causata dalle vene che addensano tanto nelle pareti che diventano chiuse e non lasciano alcun passaggio al sangue che le nutre".

Leonardo da Vinci è senza dubbio l'artista che ha determinato e segnato la storia dell'intelligenza e della creatività dell'uomo, sviluppando la sua curiosità a tal punto da spingersi, senza freni, verso orizzonti impensati per la sua epoca.

Ogni sua parola e suo concetto, racchiude un grande significato che ne spiega il senso e il peso specifico, abbinando nel suo ragionamento, i principi della logica e delle emozioni, creando un connubio di grande potenza espressiva.

Sono passati 500 anni dalla sua morte e ancora oggi il suo fascino rimane avvolto nel profondo del suo animo, nei suoi scritti e nei suoi progetti. Riteneva infatti che la "ragione" e l'argomentazione del ragionamento fossero "il centro delle cose" e che l'uomo dovesse essere in grado di produrre sempre argomentazioni certe e credibili solo attraverso il ragionamento e non attraverso dicerie o supposizioni. Per tutta la sua vita è stato

Per tutta la sua vita è stato un indagatore dell'ignoto che ha ricercato instancabilmente quelle risposte alle domande che muovono il mondo e non si è fermato a questo: ha ricercato le spiegazioni alle risposte che nella maggior parte dei casi, sembravano impossibili. La sua sete di curiosità è sempre stata dettata da uno stimolo infinito che lo ha portato a cavalcare continuamente nei meandri della mente umana, percorrendo strade ancora buie e impervie che solo lui era certo, avrebbero portato l'umanità intera all'illuminazione della coscienza e dell'intelligenza.

Leonardo da Vinci è stato davvero un uomo semplice, ma non semplicistico.

La sua unicità è stata dovuta alla semplificazione del suo pensiero, a tratti quasi elementare, che gli ha consentito di "osservare" oltre che a "vedere" le cose.

Il mondo per Leonardo non era complesso da capire, ma complesso diventava solo se lo si affrontava con un "pensiero difficile", con un approccio sbagliato, con pregiudizio o con stupidità: nulla di tutto guesto serviva al suo pensiero, ma solo semplicità di visione. Noi siamo abituati nel nostro secolo a cercare le risposte alle domande ed è cosa buona, ma per Leonardo era solo tempo perso, in quanto, secondo il suo pensiero, le risposte alle domande non portavano a sapere le cose, ma solo a conoscerle.

Secondo lui ogni uomo aveva il compito divino di ricercare le spiegazioni alle risposte, e non lasciare il senso alle risposte delle stesse domande: ogni risposta quindi, doveva prevedere almeno tante spiegazioni quante sono le capacità di ragionamento di chi le affrontava!

Maggior qualità della vita per l'anziano donatore

Essere donatore di sangue è solitamente sinonimo di un'e-tà che, soprattutto oggi, possiamo considerare come giovane, poichè le valutazioni di quella che noi consideriamo "vecchiaia" secondo gli scienziati sono molto più avanti dei sessantasette anni d'età in cui, per legge, non si può più donare.

Eppure il dono del sangue ha un suo legame anche con l'anzianità come del resto con tutte le età delle persone e non solo perchè un terzo dei nostri iscritti, grazie alle loro benemerenze, hanno ampiamente superato il limite della donazione attiva. Infatti le principali finalità dell'Associazione Friulana Donatori di sangue è, oltre alla promozione del dono volontario, gratuito, anonimo, periodico ed associato, sono la educazione sanitaria, la prevenzione delle malattie, il coltivare un corretto stile di vita. Ciò perchè essere in buona salute è la prerogativa principale del donatore.

Di questa condotta di vita il donatore ne beneficia anche quando diventa anziano poiché i vantaggi della buona salute si proiettano per il resto della sua vita. Le statistiche ci dicono che l'aver donato con regolarità permette di superare le note difficoltà dell'avanzare dell'età anagrafica, mantenendo buoni standard di esistenza.

L'aspettativa di vita è più lunga poiché si sono tenute costantemente sotto controllo l'ipertensione, la glicemia, si è seguita una alimentazione corretta, si sono evitati i comportamenti a rischio.

Il donatore sano è anche un anziano più a lungo sano. Il rischio di morte si abbassa del 64% negli anziani che hanno uno stile di vita corretto indipendentemente dal loro corredo genetico. Uno stile di vita sano può quindi controbilanciare, almeno in parte, il rischio determinato da alcune varianti genetiche, responsabili di una maggiore mortalità negli anziani.

L'Associazione Friulana Donatori di sangue però opera anche positivamente nell'assegnare ai suoi anziani aderenti una attività sociale e culturale che si incentra nella animazione delle sezioni e sulla promozione del dono. Non pochi sono addirittura i Presidenti di sezione che offrono all'Associazione il loro tempo libero disponibile assai più di coloro che sono impegnati nell'attività lavorativa.

Gli aderenti anziani all'AFDS evitano anche un'altra grave malattia che è l'isolamento sociale e quindi promuovono in se stessi una mente giovane che opera nel volontariato senza temere la vecchiaia e con un vivo interesse a conoscere di più, pensando sempre positivo. L'attività associativa

ringiovanisce poiché si continuano a coltivare le amicizie, i valori, gli stimoli di una vita intera nel contatto con la società, senza esserne emarginati. Questo accanto alla buona salute significa mediamente una qualità di vita migliore di chi non si sente più utile.

Di questo ruolo più che positivo della componente anziana della Associazione Friulana Donatori di sangue ne beneficiano anche coloro che non ne fanno parte. Infatti l'operato di questi nostri aderenti porta alla donazione delle più giovani generazioni, il cui frutto, in particolare il plasma e le sue componenti, si rivelano spesso un toccasana per le malattie specifiche degli anziani.

Educare gli anziani a un corretto stile di vita, attivo e dinamico.

Favorire una cultura che li consapevolizzi della necessità di prendersi cura del proprio corpo continuando un corretto stile di vita e un volontariato attivo è il nostro modo di coinvolgere i "padri" che hanno fatto grande questa nostra associazione.



Bando di concorso locandina AFDS

L'Associazione Friulana Donatori di sangue di Udine ai fini di rinnovare l'immagine promozionale del dono del sangue attraverso la realizzazione di una locandina per interno ed esterno della misura di cm 35x50 ovvero di cm 29,7 x 42 indice un concorso riservato ai propri iscritti di età inferiore a 28 anni compiuti

Caratteristica della locandina da realizzarsi: inedita ed originale senza utilizzo di materiali già realizzati né prelevati dalla rete, incentrata sul dono del sangue e plasma, contenente un motto invitante al dono. Tecniche ammesse: illustrazione, grafica, fotografia. Modalità di consegna: Gli elaborati dovranno pervenire alla segreteria dell'Associazione Friulana Donatori di sangue piazzale S. Maria della Misericordia 15 -Udine (1 piano padiglione di ingresso dell'Ospedale Civile entro e non oltre le ore 12.00 del 30 giugno 2019.

In busta chiusa, anonima, contrassegnata da un motto contenente file in formato di stampa JPG (300dpi) o PDF (qualità tipografica) su supporto digitale; una copia cartacea in formato A4 o A3; breve relazione illustrativa. Busta chiusa con all'interno i dati del concorrente e una dichiarazione di rinuncia ai diritti di utilizzo e di proprietà del materiale fornito, busta all'esterno contrassegnata dal motto che appare sulla busta principale OPPURE via mail a segreteria@afdsud. it contenente file in formato di stampa JPG (300dpi) o PDF (qualità tipografica) su supporto digitale.

Copia dell'elaborato in formato pdf; file con breve relazione illustrativa, dati del concorrente e una dichiarazione di rinuncia ai diritti di utilizzo e di proprietà del materiale fornito. Il tutto verrà reso anonimo dalla segreteria che contrassegnerà con un numero il materiale pervenuto. AVVERTENZE: I lavori verranno esaminati nella prima metà di luglio dalla commissione propaganda dell'AFDS che stilerà una classifica dei lavori pervenuti e ne darà informazione ai partecipanti. Al primo classificato verrà assegnato un premio del controvalore di 100 euro consistente in un buono libro o in un buono teatro o in un buono sport oltre la realizzazione della locandina. I lavori dei classificati nelle posizioni inferiori potranno essere utilizzati in pubblicazioni, calendari ed altre forme di valorizzazione pubblica.

RIFLESSIONI SUL DONO

Attraverso il dono si può contribuire a generare quei beni sociali che il nostro sistema di vita produce con fatica, ma di cui tutti sentiamo chiaramente il bisogno; è possibile costruire relazioni autentiche e rompere quell'isolamento che è la vera causa della insicurezza che ormai domina incontrastata nella nostra società; si può riscoprire il piacere di essere cittadini contribuendo alla definizione e realizzazione del bene comune; ci si può offrire quelle gratificazioni che solo il dono è in grado di regalarci permettendoci di vivere quelle emozioni autentiche senza le quali la nostra esistenza si riduce a ben misera cosa e soprattutto affermare la nostra umanità.

Il dono è, infatti, ciò che rende umano l'umano, in quanto atto libero per antonomasia, esso ci consente di manifestare i nostri valori e ideali più veri e più puri.

Esso permette di valorizzare il proprio patrimonio relazionale, migliora sensibilmente le capacità di comunicazione.

Bernardino Casadei

UNA PALLINA PER SEZIONE

La Commissione propaganda dell'AFDS in previsione del Natale 2019 propone venga realizzato un albero di Natale associativo da collocarsi nell'atrio d'ingresso dell'Ospedale di Udine e sia decorato con delle "palline" realizzate da ciascuna sezione (totale 201). Ciascuna sezione è chiamata a sensibilizzare non solo i propri iscritti, ma anche le scolaresche o altri sodalizi del proprio territorio al fine di predisporre la propria

"pallina" in modo originale e identificativo della sezione stessa. I materiali sono a libera scelta di ciascuna sezione, mentre le dimensioni dovrebbero possibilmente contenersi fra i 10 e i 15 centimetri. Le opere realizzate dovranno essere consegnate tassativamente in segreteria entro e non oltre venerdì 29 novembre 2019 al fine di permettere l'allestimento dell'albero che sarà in esposizione dall' 8 dicembre al 15 gennaio.

I cent'anni di Giorgio Zardi

Cade quest'anno il centesimo anniversario della nascita di Giorgio Zardi che fu il primo direttore di questo periodico. Giornalista, uomo politico e di cultura Zardi ha fatto di un semplice foglio un trimestrale gradito e prestigioso.

Giorgio Zardi nasce a San Daniele del Friuli il 18 maggio 1919, da Giovanni Battista e Lavinia Urtovic. Gli Zardi sono originari della provincia di Mantova e la presenza in Friuli si deve al nonno Giorgio, sottufficiale dei Carabinieri, giunto a Udine a seguito della terza Guerra d'Indipendenza (1866). Gli Urtovic sono invece originari di Cividale.

Giorgio compie studi superiori a Udine e si diploma prima all'Istituto Stringher, poi al Percoto, conseguendo il diploma di maestro elementare (1942). Vive a Udine, ospite dell'Istituto «Francesco Tomadini», con il quale e in particolare il direttore mons. Isidoro Donato, conserverà un fortissimo legame. Negli anni Sessanta, sarà a lungo presidente dell'associazione ex-allievi.

Negli anni Trenta, frequenta assiduamente lo zio materno, mons. Paolino Urtovic, cappellano e poi parroco di San Giorgio Maggiore a Udine. È don Paolino a forgiare la coscienza morale e civile di Giorgio Zardi. Parroco di una delle parrocchie più disagiate della città, don Paolino da prova di zelo pastorale, abnegazione personale. Giorgio Zardi è testimone e «allievo» di questa scuola di vita cristiana, fino alla morte improvvisa dello zio, nel settembre 1944, a Udine.

Intanto, terminati gli studi, viene chiamato alle armi e l'8 settembre 1943 lo coglie allievo ufficiale a L'Aquila. Rien-



tra fortunosamente a Udine e rapidamente, con l'incoraggiamento dello zio, entra in contatto con i primi gruppi informali di resistenza cattolica È l'esperienza della Resistenza sul confine orientale d'Italia a rafforzare in lui l'amore della patria, la vocazione all'impegno civile e politico Direttore del « Nuovo Friuli ». Si impegna in politica facendosi eleggere consigliere comunale di San Daniele del Friuli di cui sarà sindaco, dal 1952 al 1964. Saranno gli anni della ricostruzione, condotti all'insegna della ripresa economica, del miglioramento delle condizioni di vita e anche della promozione della cittadina quale sede di incontri, convegni, manifestazioni regionali e interregionali che contribuiscono a rendere celebre in Italia e all'estero la «Siena del Friuli».

Da sempre scrittore finissimo, formatosi sulle pagine di "Fiamma Giovanile", della "Vita Cattolica" di mons. Tonello e poi del "Nuovo Friuli", nel 1946 entra quale giornalista nel nuovo "Messaggero Veneto". Dopo una breve parentesi all'Ente Friulano di Economia Montana, entra nel 1958 a "L'Avvenire d'Italia", quotidiano cattolico di Bologna che l'Arcivescovo Giuseppe Zaffonato intende



promuovere anche nella diocesi di Udine. Per 11 anni sarà capo della redazione friulana, fino alla chiusura dell'"Avvenire d'Italia" (a cui succede nel dicembre 1968, con la simultanea chiusura dell'altro quotidiano cattolico del nord, "L'Italia" di Milano, "Avvenire"), per poi concludere (1979) la sua carriera alla redazione udinese del «Gazzettino» di Venezia. Attivo membro e sostenitore dell'Associazione Friulana della Stampa, Attivo nell'Azione Cattolica diocesana, fu presidente degli Uomini di Azione Cattolica dopo aver diretto, nell'immediato dopoguerra, il ricostituito Centro Turistico Giovanile (CTG).

All'esperienza di sindaco di San Daniele segue quella di consigliere provinciale (anche assessore) per un decennio. Complessivamente, dedicherà venticinque anni della sua vita (1950-1975) al servizio della cosa pubblica, restando particolarmente legato a San Daniele dove conserva l'abitazione degli antenati e in cui farà frequenti soggiorni.

Si spegne nella propria casa di Udine il 9 dicembre 2007. Giorgio Zardi fu padre affettuosissimo e marito tenerissimo, che spese generosamente i talenti di cui il Padre celeste lo aveva dotato grazie al sostegno e alla tenerezza di cui la moglie Solidea Sgoifo seppe costantemente circondarlo. Ai figli e a quanti lo ebbero mentore in politica e nella professione di giornalista, lasciò in eredità nè beni nè scritti ma una coscienza integra, una vita onesta, un nome specchiato. Fu fatto Grand'Ufficiale al merito della Repubblica italiana e Commendatore dell'Ordine di San Gregorio Magno.

La "Fraie de Vierte" des Dolomitis furlanis



For di Sore al à dât acet domenie ai 19 di Mai ae tradizionâl "Fraie de Vierte", la fieste di primevere de Societât Filologjiche Furlane. A dispiet dal brut timp, tanci socis e amîs dal Sodalizi si son cjatâts pe manifestazion che e à sierât la VI edizion de "Setemane de culture furlane".

La zornade si è vierte cu la celebrazion de Messe inte Glesie di Sante Marie Assunte di Cele, compagnade de Corâl Schola Cantorum. La cunvigne si è tignude inte "Cjasa dai Fornès": dopo dai salûts dai sorestants, Giandomenico Zanderigo Rosolo, de Magnifiche Comunitât dal Cjadovri, al à fevelât di "Gnocis e patrimonis jenfri Cjargne e Cjadovri intai secui XIV-XV".

A son stâts ancje presentâts il numar speciâl de riviste Sot la Nape dedicât a For di Sore e il volum Cultura in Friuli V che al met adun i ats de "Setemane de culture furlane" dal an passât.

Federico Vicario, president de Filologiiche, al à sierât i intervents ricuardant il grant impegn de Societât pe organizazion de "Setemane" intun an impegnatif tant che il 2019, che al finirà cu lis celebrazions, in sierade, pal centenari di fondazion dal Istitût.

Si è lâts indenant cu lis premiazions dai arlêfs des scuelis superiôrs vincidôrs dal concors Lenghis, che a àn voltât tesci leteraris dal latin e des lenghis modernis (inglês, todesc e spagnûl) in furlan.

A conclusion dai lavôrs a son stâts consegnâts i atestâts dai cors pratics di lenghe furlane, che si son tignûts in 25 localitâts dal Friûl cu la partecipazion di passe 500 personis.

Filologjiche



Societât 1 Società **Filologica** Furlane 1919 \$\frac{1919 \$\frac{1}{2} 2019}{2019} Friulana

Societât Filologjiche Furlane "Graziadio Isaia Ascoli" Vie Manin, 18 - 33100 Udin tel. 0432 501598 fax 0432 511766 info@filologicafriulana.it www.filologicafriulana.it

AFDS DI FOR DI SORE

O publichìn culì un struc dal contribût di Giuliana Camilli su la sezion AFDS di For di Sore, gjavât dal «Sot la Nape» n. 2/2019 e voltât par furlan.

La sezion AFDS di For di Sore e fo inaugurade ai 8 di Zenâr dal 1967, in presince dal president provinciâl Ennio Faleschini. In gracie di cualchi do-



natôr atîf za tai prins agns '50, però, e veve ricevût la medaie d'arint pe sô ativitât za al Congrès provinciâl di Udin dal 1966. Tal 1972 e à ricevût la medaie d'aur. La nassite de sezion si dêf ai dotôrs Carlo Bendini (miedi di famee a For di Sore) e Luigi Tinelli (a For di Sot). I prins iscrits a jerin 19 su un totâl di 1804 residents. Vuê, ancje se la popolazion si è scuasi smiezade (921 residents ai 31 di Dicembar 2018), il numar dai donatôrs al è cressût: a son 207 (116 atîfs e 65 aderents). Tal 2014 si à vût il record di donazions, fintremai 173. Intai ultins agns la sezion di For di Sore e à cirût di meti dongje ae sô ativitât primarie – la promozion dal don dal sanc e la divulgazion sul teritori di informazions sanitaris – la organizazion di iniziativis tant che mostris, concierts, garis sportivis e v.i. L'obietîf al è chel di rinfuarça la presince sul teritori, coinvolzi i donatôrs e rindiju part de vite e de incressite dal paîs.

DOMENICA 15 SETTEMBRE 2019

CONGRESSO PROVINCIALE



PROGRAMMA DI MASSIMA

ore 8.00 Raduno in via Guglielmo Delser

ore 9.00 S. Messa

ore 11.00
Interventi delle Autorità e consegna benemerenze
presso il Palazzetto dello Sport "Azzurri d'Italia"

Al termine un brindisi per tutti i congressisti

VI ASPETTIAMO!

