

Associazione Volontari Italiani del Sangue

AVIS Informa

Anno 3 - N° 2 - Giugno 2025

Periodico di informazione delle AVIS di: Assisi - Bastia Umbra - Bettona - Cannara



Dona il *sangue*

Dona il *plasma*

Insieme salviamo vite!

14 giugno 2025 GIORNATA MONDIALE
DEL DONATORE DI SANGUE



Direttore Responsabile:
Roldano Boccali

Segreteria di Redazione:
Vincenza Angelini
Emanuele Boccali

Redazione:
Gianmatteo Costa
(Avis Comunale di Assisi)
Roberto Fanini
(Avis Comunale di Bastia)
Gabriele Brizi
(Avis Comunale di Bettona)
Carminè Buro
(Avis Comunale di Cannara)

Hanno collaborato:
Diego Aristei
Alice Bianchi
Giorgio Biarella
Emanuele Boccali
Caterina
Francesco Ciancabilla
CTF Medical
Giuseppe Di Biagio
Federica Roscini

Foto:
Alessandro Bertani
Franco Pastorelli

Grafica ed impaginazione:
Assisi Virtual
di Luca Quacquarelli

AVIS Informa
Periodico di informazione
delle AVIS di:
Assisi
Bastia
Bettona
Cannara

La rivista è stata iscritta
presso il Tribunale di Perugia
al n. 1/23 Reg Stampa
e n. 10499/22 R.V.G.



ASSISI



servizi a pag. 4-13

BASTIA



servizi a pag. 14-17

BETTONA



servizio a pag. 18-19

CANNARA



servizi a pag. 20-23



LA PREVENZIONE È IL PRIMO DONO CHE FACCIAMO A NOI STESSI

Pillole di salute

■ **Lo sai che molti disturbi cardiocircolatori si possono prevenire con semplici controlli periodici?** Pressione alta, colesterolo, glicemia e stress sono "nemici silenziosi" che, se trascurati, possono compromettere la salute del cuore e della circolazione.

■ **Il nostro consiglio:**

Effettua un **check-up cardiovascolare** almeno una volta all'anno, soprattutto se hai superato i 40 anni, conduci una vita sedentaria o hai familiarità con patologie cardiache.

■ **Prevenire è meglio che curare, e farlo in tempo può salvare la vita.**

Prenditi cura di te. La salute è il bene più prezioso.

📍 SANTA MARIA DEGLI ANGELI-Via P. Ulisse Cascianelli 📞 075 90 03 218 🌐 ctfmedical.it 📱

DONARE VIVERE



IL SANGUE E LA SUA STORIA

Il circuito sanguigno era per Harvey il frutto di un puro ragionamento deduttivo. Ora invece senza danneggiare l'organismo del paziente, la circolazione può essere visualizzata in tutti gli organi ed è possibile sorvegliare il funzionamento della pompa cardiaca e di tutti i vasi sanguigni. In effetti la loro alterazione impedisce al sangue di circolare e di adempiere così le sue funzioni, soprattutto l'ossigenazione delle cellule. Le malattie vascolari prodotte da queste alterazioni restano effettivamente il principale fattore di mortalità nel mondo occidentale. Nel 1851 il fisico tedesco Hermann von Helmholtz costruisce il primo oftalmoscopio. Con questo nuovo apparecchio, che è stato poi continuamente perfezionato, è possibile osservare dall'esterno e senza alcun trauma i vasi sanguigni sulla superficie della retina.

L'esame del fondo dell'occhio mette in evidenza segni di indurimento delle arterie (sclerosi), spesso legati a ipertensione arteriosa: si può constatare allora un'accentuazione del riflesso delle arterie, che possono assumere una colorazione simile al rame e un aspetto sinuoso, rigido e possono comprimere le vene che incrociano, dilatandole e provocando emorragie o infiammazioni.

L'osservazione del fondo oculare si è successivamente arricchita di nuove metodologie come l'angiografia. Dopo un'iniezione di fluorescina nelle vene del braccio, arterie e vene dell'occhio diventano fluorescenti e si possono così agevolmente analizzare i diversi tempi della circolazione arteriosa, capillare e venosa. Questa tecnica viene utilizzata soprattutto nei casi di lesioni della retina.

Partendo da una vena o

da un'arteria periferica è possibile introdurre sonde sempre più sottili e flessibili per farle risalire nei vasi sanguigni di qualsiasi organo. In questo modo il flusso della grande circolazione e della circolazione polmonare sono ora misurabili. L'iniezione nella sonda di un prodotto opaco ai raggi X permette di individuare le anomalie vascolari di tutti gli organi: restringimenti (stenosi), dilatazioni (aneurisma) e rotture che provocano emorragie.

L'apparato circolatorio si presenta come una vasta trama di circa 100 chilometri con ramificazioni infinite. Dalle arterie alle arteriole, dai capillari alle venule e alle vene ogni centimetro di tessuto, ogni organo del corpo è irrigato dal flusso sanguigno. L'elasticità delle arterie che ricevono ondate successive corrispondenti alle pulsazioni del cuore, permette loro di diffondere il sangue in tutto



il sistema arterioso. La velocità del sangue nelle arterie decresce con la diminuzione del loro diametro. Nelle vene è due o tre volte più lenta. Il cuore agisce in questo caso come una pompa aspirante, mentre le contrazioni muscolari comprimono le vene e spinge il sangue verso il cuore.

Giuseppe Di Biagio

Continua ...

AVIS

“ Mio marito ed io le abbiamo fatte nascere, ma se possono crescere è grazie a chi, ogni giorno, dona il sangue ”

Loretta è la mamma di Veronica (9 anni) e Ambra (7 anni), entrambe talassemiche

AVIS

“ La leucemia? Prima del trapianto ho ricevuto oltre 300 donazioni: senza il sangue dei donatori non sarei sopravvissuta nell'attesa dell'intervento ”

Angela F. affetta da leucemia mieloide acuta

AVIS Informa ASSISI



AVIS Comunale di Assisi
“FRANCO ARISTEI” ODV
Piazza Chiesa nuova n.9 - 06081 - Assisi (PG)
Cod. Fisc. 94014360542

Organizzazione non lucrativa di utilità Sociale
ai sensi dell'art.10 D.Lgs.4/12/97 n.460.
Iscritta nel Registro Regionale delle Organizzazioni
di Volontariato della Regione Umbria n.136
Iscritta RUNTS - Rep.95048 Regione Umbria n.219
del 11.01.23

Orari segreteria
Martedì - Giovedì - Sabato
dalle ore 16.00 alle ore 19.00

Giovedì - Sabato
dalle ore 9.00 alle ore 12.00

Tel. 075.812025
cell. (solo WhatsApp): 353.4313217
Email: avisassisi@avisumbria.it
www.avisassisi.it

14 Giugno 2025

GIORNATA MONDIALE DEL DONATORE DI SANGUE

Il prossimo **sabato 14 giugno**, Avis Assisi aderirà con entusiasmo alla **Giornata Mondiale del Donatore di Sangue** e lo fa con un invito aperto a tutti: **donatori storici, nuovi volontari, cittadini curiosi o semplicemente desiderosi di fare del bene.**

L'invito è doppio: **donare e condividere.**

La mattina, presso il **Punto di Raccolta di Assisi**, sarà possibile, per chi già donatore, partecipare ad una **giornata di donazione straordinaria.** Un gesto semplice ma dal valore enorme.

Per partecipare è sufficiente prenotarsi al numero:

353 4313217

Ogni donazione è un messaggio: **“Ci sono e mi prendo cura di te, di chi mi circonda e di ciò che mi circonda”.**

La sera, verso le ore 20.30, ci ritroveremo (con chi lo vorrà, previa comunicazione al 353.4313217 entro il giorno 12 giugno) insieme in **Piazza della Chiesa Nuova**, per un momento conviviale presso la nostra sede; sarà l'occasione per conoscersi e magari coinvolgere



qualche amico o familiare nel diventare donatore.

Seguirà una piccola passeggiata tra le bellezze della nostra città per testimoniare con il sorriso il valore mondiale del dono. Sono previste una foto “collettiva” di fronte alla torre del Popolo ed un'altra davanti alla **Basilica Superiore di San Francesco**, un luogo

che, con la sua forza spirituale, racchiude perfettamente lo spirito della giornata: **fraternità, cura, dono, amore verso il prossimo ed il creato.**

Ogni giorno migliaia di persone hanno bisogno di trasfusioni per interventi chirurgici, trattamenti oncologici, traumi gravi, complicazioni durante il parto. E questo bisogno non va mai in vacanza. Donare sangue è un atto d'amore verso chi non conosciamo; significa al contempo far parte di una comunità, sentirsi utili, connessi, partecipi. E farlo insieme, in una giornata di festa e condivisione, rende tutto ancora più speciale. E il 14 giugno sarà l'occasione per ricordarlo insieme, vivendo una giornata simbolica e concreta, per ricordarci che, con un gesto semplice e silenzioso, ogni giorno possiamo contribuire al bene comune.

AVIS Comunale
Assisi
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE ODV

PRENOTA LA TUA DONAZIONE  **353.4313217**



Quando il cuore batte in classe: ad Assisi l'emozione del Premio Franco Aristei

Ci sono giornate che non si dimenticano, non perché segnano un evento straordinario o un primato, ma perché mettono al centro ciò che ci rende umani: il senso del dono, della comunità, dell'essere parte di qualcosa di più grande. È successo il 23 maggio, quando il prestigioso Palazzo di Monte Frumentario ha ospitato l'undicesima edizione del Premio Franco Aristei - Dona con il cuore, donare il sangue è naturale, promosso dall'Avis comunale di Assisi.

Una mattinata densa partecipazione, in cui la scuola ha incontrato il volontariato, i giovani si sono fatti portatori di messaggi profondi e le istituzioni si sono strette in un ideale abbraccio attorno a un tema che riguarda tutti: la donazione del sangue come gesto quotidiano di civiltà e speranza.

Il concorso, dedicato alla memoria di Franco Aristei ha coinvolto le scuole di ogni ordine e grado del comune di Assisi. L'obiettivo: stimolare riflessione e creatività sul tema della donazione, attraverso elaborati scritti, disegni, foto realizzati dai ragazzi con il supporto degli insegnanti.

A dare il benvenuto, le autorità locali e i rappresentanti dell'Avis provinciale e regionale, che hanno evidenziato l'importanza di formare le nuove generazioni a una cultura della solidarietà, radicata nei piccoli gesti quotidiani. Una formazione che inizia tra i banchi di scuola, dove i valori si imparano osservando, sperimentando, raccontando. «Donare il sangue – è stato ricordato – è un atto semplice, ma di enorme valore: può salvare vite, costruire relazioni, dare un senso profondo all'appartenenza a una comunità». A salutare i presenti il presidente dell'Avis di Assisi Gianmatteo Costa il quale ha ribadito con forza che "impegnarsi nel mondo della solidarietà è un dovere". Il sindaco della città serafica Val-

Il concorso ha coinvolto le scuole di ogni ordine e grado del Comune di Assisi.

L'iniziativa ha l'obiettivo di formare le nuove generazioni a una cultura della solidarietà. Chi sono i vincitori dell'edizione 2024



L'opera vincitrice del Premio Franco Aristei

ter Stoppini ha ricordato la sua esperienza di donatore ed ha invitato i giovani a compiere questo gesto. Il delegato regionale Adriano Tofi ha portato i saluti del presidente regionale dell'Avis Enrico Marconi. "La partecipazione a questo concorso – ha sostenuto Marconi – è il segno che le nuove generazioni sono pronte ad accogliere e diffondere i valori della solidarietà, della responsabilità civile e dell'impegno verso altri". Per Cynthia Aristei "la donazione rappresenta la crescita di ogni persona consapevole di salvare vite umane". Costanza Sforza che negli anni passati ha partecipato al concorso ed ora è una donatrice ha ricordato l'importanza di "questo piccolo, grande gesto". Come consuetudine è stato nominato l'ambasciatore dell'Avis di Assisi che ha il compito di portare avanti per quest'anno il messaggio che "donare il sangue è naturale" tra i loro coetanei. Si tratta di Anna Chiara.

La cerimonia di premiazione ha visto salire sul palco studenti emozionati e sorridenti, consapevoli che quel riconoscimento va ben oltre una coppa o un attestato: è un segno di impegno, un simbolo di futuro.

Questi i vincitori dell'edizione 2024:

- Scuola primaria (classi quinte)
- Classe V A della scuola primaria Sant'Antonio – Istituto Comprensivo Assisi 1
- Classe V A della scuola primaria Giovanni XXIII – Istituto Comprensivo Assisi 2
- Scuola secondaria di primo grado (classi terze)
- Classe III A della scuola secondaria Alessi – Istituto Comprensivo Assisi
- Classe III C del Convitto Nazionale

Istituti superiori

- Classe IV D – Liceo Scientifico di Assisi
- Classe IV F – Liceo Scientifico di Assisi

Un trionfo di idee e di entusiasmo, che ha confermato come il linguaggio del dono possa essere parlato con forza anche dai più giovani. Le classi premiate hanno saputo raccontare, ciascuna a suo modo, quanto la solidarietà possa essere naturale se coltivata nel tempo, con l'esempio e con l'educazione.

Il premio non è soltanto un'occasione celebrativa, ma un invito: a donare con il cuore, ogni giorno.

Diego Aristei



RINNOVO CARICHE AVIS ASSISI

Quadriennio 2025-2028



L' Avis Comunale di Assisi tra conferme e nuovi arrivi. All'esito dell'assemblea dei soci del 22 febbraio u.s sono stati eletti, tra diverse confer-

me ed alcune novità, a consiglieri componenti del direttivo Avis Comunale di Assisi:

Baldelli Enio, Baldelli Sergio, Bartolini Giorgio, Costa Gianmatteo, Discepoli Mirella, Esposito Rocco, Falcinelli Anna Rita, Gaudenzi Patrizia, Lombardi Tarcisio, Paggi Massimo, Rosabella Marco, Tofi Adriano, Toppetti Adelio.

Tra questi alla riunione del 6 marzo scorso è stato eletto, e confermato, all'unanimità quale presidente l'Avv. Gianmatteo Costa già al timone nel passato quadriennio.

Tesoriere confermata la D.ssa Patrizia Gaudenzi. Nuovo e giovane segretario, Dott. Marco Rosabella. L'incarico di Addetto contabile e di Bilancio è stato affidato al Dott. Maurizio Marchetti.

L'Avis Assisi ringrazia tutti i membri del Consiglio per la loro disponibilità e il loro impegno a favore della donazione del sangue, un gesto di solidarietà importante per la comunità.

Il nuovo consiglio è pronto e continuerà con passione ma ora serve la collaborazione di tutte/i i soci/e e soprattutto servono nuove donatrici e nuovi donatori.



GLI STUDENTI DELL'ISTITUTO ALBERGHIERO DI ASSISI PROTAGONISTI PER LA DONAZIONE DI SANGUE

29 marzo 2025: un gesto semplice ma unico, un valore inestimabile



Gli studenti dell'Istituto Alberghiero di Assisi si sono uniti ancora una volta per una nobile causa: la donazione di sangue. Sabato 29 marzo infatti questi giovani, futuri professionisti dell'ospitalità e della ristorazione, hanno dimostrato che la solidarietà e il senso di comunità sono ingredienti essenziali della loro formazione, non solo professionale ma anche umana. Ogni volta che si parla di donazione di sangue da parte dei ragazzi delle scuole superiori, si potrebbe essere portati a considerare l'evento come momento di una routine annuale oramai consolidata. Tuttavia, è importante ricordare come ogni singola donazione sia unica, così come unico sia il percorso che porta ogni ragazzo a compiere questo gesto di altruismo. Dietro ogni donazione c'è una storia personale, un primo passo verso la consapevolezza di poter fare la differenza nella vita di qualcun altro. Per molti studenti questo momento rappresenta l'inizio di un cammino che li accompagnerà per tutta

la vita facendoli diventare non solo donatori abituali ma anche ambasciatori di solidarietà e di impegno civile. L'iniziativa, promossa da AVIS Comunale Assisi "Franco Aristei", si inserisce in un progetto più ampio di sensibilizzazione nelle scuole superiori mirato ad educare i giovani sull'importanza della donazione di sangue. Attraverso incontri informativi ed il dialogo diretto con i medici e donatori esperti, gli studenti hanno avuto modo di conoscere il valore di un gesto semplice ma fondamentale: donare una parte di sé per aiutare, incondizionatamente, chi è in difficoltà. «Ogni donazione è unica, non solo perché salva vite, ma perché porta con sé il significato profondo di un atto volontario e consapevole», sottolinea il Presidente di AVIS Comunale Assisi, Avv. Gianmatteo Costa, «siamo orgogliosi che nelle scuole del territorio crescano nuova generazione di donatori, capaci di comprendere l'importanza di prendersi cura degli altri». Ma gli stessi studenti hanno portato in testimonianza i motivi che

li hanno portati a questo primo nobile passo. Per Federico «Donare il sangue è fondamentale perché salva vite, supporta interventi chirurgici, trattamenti per malattie e traumi, e aiuta chi ha bisogno di trasfusioni. È un atto altruistico che garantisce la disponibilità di sangue per chi ne ha necessità»; Gianmarco invece dice che «ho deciso di donare il sangue per stare bene con me stesso e per fare del bene agli altri»; Gabriele vuole diventare un donatore perché «conosco l'importanza che ha avere a disposizione del sangue soprattutto per quanto riguarda gli incidenti stradali con feriti gravi coinvolti... tanti miei amici sono motociclisti, e dato che sono gli utenti della strada più a rischio, mi piacerebbe sentirmi parte di quella schiera di persone che aiutano a salvare vite donando». Anche Jacopo ha partecipato volendo così «aiutare la sanità pubblica». Ognuno di questi ragazzi, con le proprie motivazioni, diventa così partecipe attivamente della comunità. La mattinata del 29 marzo non è stata quindi solo un appuntamento con la solidarietà

ma anche un'occasione per celebrare il valore dell'impegno collettivo ed al contempo l'importanza di una scelta individuale. Ogni singolo studente è stato il protagonista principale di questa giornata speciale, dimostrando che il cuore di Assisi batte forte grazie alla generosità dei suoi giovani. Detto e fatto, risultati idonei agli esami preliminari, hanno poi effettuato la loro prima donazione sabato 10 maggio accompagnati dal Prof. Gabriele Rio. Un ringraziamento sentito da parte dell'AVIS Assisi va pertanto a questi ragazzi, alla sempre mostrata sensibilità dell'istituto Alberghiero di Assisi, alla dirigenza scolastica, al corpo docente, ed in particolare alla Prof. ssa Claudia Apostolico (senza la quale molti cammini non sarebbero mai iniziati). Donare il sangue è giusto, migliora noi e ciò che ci circonda.



COMITATO DAVIDE PIAMPIANO
TERZA GIORNATA DI DONAZIONE
IN MEMORIA DI DAVIDE PIAMPIANO
 L'energia del ricordo che si trasforma in solidarietà



Con profondo senso di impegno, il Comitato Davide Piampiano, in collaborazione

con l'Avis Comunale di Assisi "Franco Aristei" ODV, ha rinnovato il proprio sostegno alla campagna di sensibilizzazione "La vita è un dono", organizzando la terza edizione della giornata dedicata alla donazione di sangue.

L'iniziativa nasce in ricordo dell'energia di Davide Piampiano, giovane assiate la cui generosità e predisposizione

all'aiuto degli altri continuano a ispirare numerose azioni solidali. Il Comitato, fondato in suo nome, si propone di sostenere concretamente i giovani nel loro percorso di crescita e formazione, promuovendo allo stesso tempo iniziative di solidarietà e partecipazione attiva alla vita comunitaria.

Nel corso della mattinata, ben 20 le donazioni raccolte. Si prevede che nei prossimi giorni altri appartenenti - amici del Comitato - soci - donatori Avis Assisi seguiranno il loro esempio, confermando la forza del messaggio promosso dal Comitato.

Tutti insieme hanno voluto condividere un gesto di altruismo, sottolineando il valore simbolico e umano dell'iniziativa. "Donare è sempre un gesto nobile. Farlo in queste occasioni, con un pensiero rivolto a chi fisicamente non è presente, lo rende ancora più intimo e sentito", hanno dichiarato dal Comitato.

Il Presidente dell'Avis Comunale di Assisi, Avv. Gianmatteo Costa, ha voluto esprimere la propria gratitudine a nome di tutto il consiglio direttivo e dei volontari: "Le parole da sole non bastano a costruire il bene comune. È l'esempio concreto, come quello offerto dal Comitato Davide Piampiano, a dare vera forza al nostro impegno quotidiano".

All'evento ha preso parte anche il Dott. Nicola Buonora, dirigente medico del Presidio Ospedaliero di Assisi, che ha portato i saluti istituzionali della USL, testimoniando la vicinanza ed il sostegno delle autorità sanitarie locali.

L'Avis di Assisi ringrazia sentitamente tutti i partecipanti, i nuovi donatori, i volontari e quanti, anche con un piccolo gesto, contribuiscono a promuovere la cultura della donazione.

Per maggiori informazioni sulle attività del Comitato Davide Piampiano è possibile visitare il sito ufficiale: www.comitatodavidepiampiano.com.

Donare sangue è un atto di responsabilità e di amore verso la comunità. Farlo insieme, nel ricordo di chi ci ha lasciato troppo presto, rende questo gesto ancora più forte e significativo.



AVIS ASSISI: INCONTRO CON I CANDIDATI SINDACO PER PROMUOVERE IL VALORE DELLA DONAZIONE

Un gesto semplice ma dal profondo significato: nei giorni scorsi presso il punto di raccolta sangue dell'ospedale di Assisi, l'AVIS Comunale di Assisi "Franco Aristei" ha accolto i due candidati alla carica di sindaco, Eolo Cicogna e Valter Stoppini, per un momento di dialogo e sensibilizzazione rivolto a tutta la comunità. Entrambi i candidati hanno accolto con immediata disponibilità l'invito dell'associazione. L'iniziativa nasce dalla necessità di richiamare l'attenzione su un tema che riguarda tutti: la donazione di sangue. Nelle ultime settimane infatti, dopo molti mesi, anni, di continuo incremento, a livello comunale si è rilevato un lievissimo calo nelle donazioni rispetto allo stesso periodo dello scorso anno; un piccolo segnale che non può rimanere ignorato. Per questo AVIS Assisi ha voluto coinvolgere i due protagonisti della



prossima tornata elettorale, chiedendo loro di farsi portavoce di un invito alla cittadinanza: il bisogno di sangue non conosce stagioni né schieramenti, serve sempre il contributo di tutti. Donare è un gesto semplice ma essenziale, un atto di responsabilità e di amore verso il prossimo, che va oltre ogni appartenenza politica e che può fare la differenza per persone, famiglie, amici in difficoltà. Un appello trasversale cui nella circostanza viene conferita maggiore incisività grazie a coloro che si candidano a guidare la città nei prossimi anni:

donare è un atto di responsabilità civica e collettiva. Un gesto simbolico, ma anche pratico, che ha voluto ribadire come la salute ed il bene comune debbano essere temi centrali nel dibattito pubblico. AVIS Assisi ringrazia sentitamente Valter Stoppini ed Eolo Cicogna per la loro partecipazione, testimonianza di attenzione verso il bene comune e la coesione sociale, un esempio virtuoso di come la comunità possa ritrovarsi, al di là delle legittime differenze politiche, attorno a valori universali condivisi come il dono gratuito, l'altruismo, la

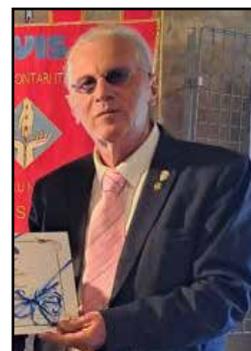
solidarietà, la donazione di sangue. Diventare donatori significa farsi partecipe, prendersi cura, contribuire in prima persona. Per informazioni o per prenotare una donazione basta mandare un messaggio WA al 353.4313217. Donare il sangue è giusto, migliora noi e ciò che ci circonda.

Da Avis Assisi un ringraziamento sincero e sentito va ad entrambi i candidati per la vicinanza che hanno mostrato a questa nostra bella associazione e per quanto vorranno comunque fare in favore della promozione della donazione di sangue.



Complimenti al nostro Adriano Tofi

Avis Assisi si complimenta con il nostro Cav. Adriano Tofi per la nomina a consigliere Avis Regionale Umbria. Tutto il comprensorio (Assisi, Bastia Umbra, Bettona e Cannara) avrà così un valido riferimento nella massima assise avisina regionale. Grazie anche alle altre Avis Comunali che evidentemente lo hanno sostenuto. Sappiamo che saprà lavorare efficacemente. Un abbraccio a lui da tutti noi del direttivo



Il Presidente – Avv. Gianmatteo Costa

Nuovo organigramma Avis Regionale Umbria
<https://www.avisumbria.it/chi-siamo/>

"HO DONATO PER VENT'ANNI, E UN GIORNO QUEL SANGUE MI HA SALVATO LA VITA"

La storia di Maurizio Marchetti, testimone del valore dell'Avis

Cinquantuno anni, un passato da donatore costante e una testimonianza che oggi vale più di mille parole: Maurizio Marchetti, volontario Avis di Assisi, racconta con emozione e lucidità la sua vicenda personale, segnata da un terribile incidente in moto lo scorso novembre.

"Un'auto mi ha investito e mi ha sbalzato a terra, riportando gravi lesioni alla gamba, al bacino e al braccio – racconta –. La situazione era molto critica, ho subito sei interventi chirurgici, tra cui la ricostruzione dell'arteria iliaca che si era spezzata causando una grave emorragia interna. In quel momento, per salvarmi, sono state necessarie sei sacche di sangue".

Un numero non casuale per lui, che in vent'anni ha donato con regolarità. *"Un mese prima dell'incidente avevo fatto una donazione. Ricordo che mentre ero sul lettino del centro raccolta Avis di Assisi, mi sono chiesto se mai un giorno mi sarebbe stato restituito quel sangue che stavo donando. La risposta è arrivata, drammatica e concreta, solo un mese dopo".* Un cerchio che si chiude, un'esperienza che rafforza un messaggio semplice e potente: *"L'Avis è una garanzia per tutti. Davvero. Io ne sono la prova vivente".*



Maurizio Marchetti con la moglie e il figlio

Per almeno un anno, fino al 2026, Maurizio non potrà tornare a donare, ma la promessa è già scolpita nella sua volontà. *"Riprenderò non appena possibile. Continuerò con le mie due donazioni annuali, insieme al mio amico di sempre, Wernher Ferroni. Donare è parte della mia vita".*

Marchetti, con il suo tono diretto e schietto, lancia anche un appello al mondo del lavoro: *"Chiedo ai datori di lavoro di favorire e incoraggiare la donazione di sangue. È un gesto che può salvare vite, e invece*

a volte ci si trova di fronte a ostacoli, atteggiamenti rigidi, se non proprio ostili. Servirebbe più comprensione e spirito civico". Infine, un sentito ringraziamento al sistema sanitario pubblico: *"In questi cinque mesi ho ricevuto cure attente ed efficaci. Dai medici agli infermieri, passando per tutte le strutture che mi hanno ospitato e tuttora mi seguono, posso dire che la sanità pubblica ha fatto la differenza. E non dimentico mai il ruolo insostituibile dell'Avis, che continua a operare con professionalità e passione".*

La storia di Maurizio Marchetti è un inno alla solidarietà, un esempio di come un gesto semplice, come donare il sangue, possa diventare un giorno ciò che ti salva la vita.

Diego Aristei



Riaccendi la vita



Tel. 075 8044336

info@associazioneconnoi.it
connoi@tiscali.it

Via Risorgimento, 2
Santa Maria degli Angeli - ASSISI

www.associazioneconnoi.it

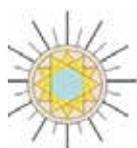


AIDO - Gruppo Comunale di Assisi

Francesco Pampanoni
Presidente 348 3852440
francesco.pampanoni@gmail.com



Piazza Martin Luther King
Santa Maria degli Angeli - ASSISI
www.aido.it



La Zattera
Associazione di Promozione Sociale

"Centro d'incontro
e di socializzazione
per persone affette
da Alzheimer
o da altre forme
di demenza"



LA ZATTERA
Associazione di promozione sociale
Telefono e Whatsapp: 3314757213

Mail:
lazatteraaps@gmail.com
lazatteraaps@gmail.com

Facebook: www.facebook.com/associazionelazattera
Pagina Instagram: [lazattera.assisi](https://www.instagram.com/lazattera.assisi)
Sito Internet: www.lazattera.info



14 GIUGNO 2025

PRENOTA  **353.4313217**



Comunale Assisi

COSA SUCCEDDE IN CITTÀ



Ad Assisi c'è Banksy!

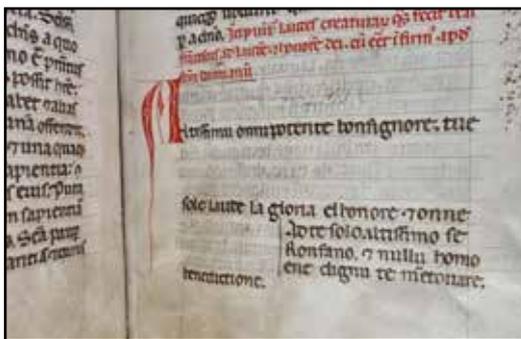
L'arte provocatoria e rivoluzionaria di Banksy per la prima volta ad Assisi, per lanciare al mondo un messaggio di pace e speranza. Oltre cento opere dell'artista icona della street art contemporanea saranno in mostra dal 16 aprile al 2 novembre 2025, nella terra di San Francesco. Un progetto unico, all'interno della suggestiva Rocca Maggiore, fortezza medievale e monumento simbolo che domina la città patrimonio UNESCO.

L'esposizione – promossa dal Comune di Assisi, prodotta da Opera Laboratori e curata da Stefano Antonelli e Gianluca Marziani – s'intitola "Peace on Earth", prendendo spunto dal graffito realizzato da Banksy a Betlemme, su un muro nei pressi della Grotta del Latte.

Laudato Sie: Natura e Scienza

Ad ottocento anni dalla composizione del Cantico di Frate Sole o Cantico delle Creature di San Francesco di Assisi – nel Salone Papale del Sacro Convento di Assisi, riaperto per l'occasione al pubblico – viene esposta dall'11 aprile al 12 ottobre 2025 la mostra "Laudato Sie: Natura e Scienza. L'eredità culturale di frate Francesco". Prendendo le mosse dal più antico manoscritto del Cantico di frate Sole o Cantico delle creature – tra i primi testi poetici in volgare italiano giunti a noi

– la Mostra propone al visitatore un itinerario, accompagnato da una continua narrazione multimediale, attraverso 93 opere del Fondo antico della Biblioteca comunale di Assisi conservate presso la Biblioteca del Sacro Convento.



APPELLO AI LETTORI

Cari lettori/donatori/amici, Siamo entusiasti di invitarvi a partecipare attivamente alla nostra rivista! La vostra voce può essere stimolo per renderla un luogo vibrante di idee, discussioni e scoperte. Vi incoraggiamo a condividere i vostri pensieri e commenti su ogni articolo che leggete. Che si tratti di riflessioni, domande o approfondimenti, ogni contributo può arricchire.

Inoltre, se siete a conoscenza di eventi interessanti, iniziative culturali o notizie che potrebbero interessare ai nostri lettori, non esitate a segnalarli. Vorremo poter essere un luogo in cui si racconta non solo della donazione di sangue ma anche della nostra comunità, nei suoi lati più positivi.

Inviateci le vostre segnalazioni, i vostri pensieri e le vostre idee attraverso la nostra email:

avisassisi@avisumbria.it

(per notizie, idee, consigli su AVIS COMUNALE DI ASSISI)

Saremo pronti ad ascoltarvi per rendere la nostra rivista più coinvolgente e informativa grazie al vostro contributo. Grazie per essere parte della nostra famiglia di lettori!

Cordiali saluti

Il direttore



PROSSIMAMENTE

IN MOTO PER UNO STRACCIO DI PACE

L'appuntamento è fissato per domenica 7 settembre 2025 grazie all'organizzazione di AVIS Motorsport ASD (gruppo sportivo per gli sport motoristici, di stampo AVIS, nato dalla volontà di alcuni volontari di AVIS Comunale Forlì ODV)

Nella foto i nostri amici durante il sopralluogo dei primi di maggio



PROGRAMMA

sabato 06/09

[10:00 - 19:00] Apertura segreteria per accreditamento pre-iscritti e nuove iscrizioni in darsena a Ravenna, presso area attrezzata AVIS Comunale Ravenna e forze di pubblica sicurezza.

Per gli iscritti che lo desiderano, pranzo e cena convenzionati €20 a persona (bevande incluse) presso Ristorante Alchimia.

QUOTE DI ISCRIZIONE

intero..... €40

ridotto..... €25

- bambini (6 - 12 anni)
- motociclisti della sola tratta Sansepolcro - Città di Castello

Tutto compreso:

- colazione a Ravenna
- merenda a Sansepolcro
- pranzo ad Assisi
- merenda a Città di Castello
- aperitivo a Cesena
- T-shirt dell'evento
- straccio della Pace
- gadget speciale

ISCRIVITI PRIMA DI TUTTI E PAGHERAI ANCORA MENO!

Sconto 20% entro il 13/07/2025

domenica 07/09

[06:00] Ritrovo presso Basilica di Sant'Apollinare in Classe per formazione corteo. Apertura segreteria.

[06:00] Apertura colazioni per gli iscritti.

[07:00] Cerimoniale partenza.

[07:30] Partenza per Sansepolcro.

[08:00] Aggregazione motociclisti presso area di servizio Tamoil su E45 km 64.

[08:00] Ritrovo presso Viale Armando Diaz a Sansepolcro. Apertura segreteria.

[09:00] Arrivo corteo proveniente da Ravenna.

[09:30] Cerimoniale.

[10:00] Partenza per Assisi.

[11:15] Arrivo presso Basilica Papale del Sacro Convento ad Assisi.

[12:00] Cerimoniale e benedizione dei caschi.

[13:00] Pranzo presso Pro Loco di Rivortorto.

[15:00] Partenza per Città di Castello.

[16:00] Arrivo a Città di Castello.

[16:30] Cerimoniale.

[17:00] Partenza per Cesena.

[18:30] Arrivo presso La Cantina di Cesena.

[19:00] Cerimoniale e chiusura corteo.

€5 della quota saranno destinati al progetto "Tutti accedono alle cure"

Un progetto dell'Istituto Serafico di Assisi per acquistare attrezzature specifiche destinate alla cura e riabilitazione di bambini e ragazzi con disabilità complesse.

COLLABORATORI E SOSTENITORI





AVIS Comunale di Bastia Umbra ODV
Via Garibaldi, 2 – 06083 – Bastia Umbra (PG)
Cod. Fisc. 94041160543

Organizzazione non lucrativa di utilità Sociale ai sensi dell'art.10 D.Lgs.4/12/97 n.460.

Iscritta nel Registro Regionale delle Organizzazioni di Volontariato della Regione Umbria n. 212

Iscritta RUNTS - Rep.95032 Regione Umbria n.219 del 11.01.23

Orari segreteria

Lunedì - Venerdì:

dalle ore 16.00 alle ore 18.00

Sabato:

dalle ore 9.00 alle ore 11.00

Tel. 075.8000246

cell.: 379.1923493

Email: avisbastia@avisumbria.it

www.avisbastia.it

IL NUOVO CONSIGLIO DELL'AVIS DI BASTIA

Care Amiche ed Amici, questo numero è davvero speciale perché è il primo da Presidente per il secondo mandato e per questo ringrazio tutta la comunità avisina che ha inteso riconfermare la fiducia nella mia persona per un altro tratto di cammino. Il ringraziamento è esteso, in particolare, a tutti i componenti del nuovo Consiglio con i quali condividerò le scelte principali di indirizzo che vogliamo sollecitare nella nostra comunità.

A tal fine abbiamo tenuto il primo Consiglio in data 17 Marzo ed effettuato le nomine di rito dell'Ufficio di Presidenza, come di seguito:

Roberto Fanini – Presidente;
Giorgio Biarella – Vice Presidente;
Francesco Mencarelli – Tesoriere;
Laura Proietti Casagrande – Segretario.

Subito dopo abbiamo ridefinito i Gruppi di Lavoro che sono ben 5 a cominciare da Chiamata AVIS, Comunicazione, Eventi & Manifestazioni, Segreteria e Rapporti con le Associazioni ed in seno all'incontro abbiamo condiviso di confermare il livello di 800 donazioni/anno di sangue e plasma. Questa vo-

Sono stati ridefiniti i gruppi di lavoro, che sono ben 5



Roberto Fanini

lontà è supportata dai dati al 31/05/2025 che si attestano oltre le 330, pertanto in linea con il valore del piano.

Auguro a tutti i donatori di Bastia Umbra di poter confermare anche per questo anno il proprio impegno personale alla donazione che costituisce lo scopo principale del nostro agi-

re quotidiano.

Vi aspettiamo nella nuova Sede per offrirvi un buon caffè e fare due chiacchiere sul valore del dono di sangue in via Giuseppe Garibaldi, 2 – Bastia Umbra (orari di apertura dalle 16:00 alle 18:00 lun. ven. e dalle 09:00 alle 11:00 il sabato) 075.8000246 cell +39 379 192 3493.

Con questo auspicio auguro a tutti un caloroso augurio di buone ferie.

Roberto Fanini

Presidente AVIS Comunale di Bastia Umbra ODV

**“TRA GLI ALTRI
BENEFICI
DONARE LIBERA
L'ANIMA DEL
DONATORE”**

(MAYA ANGELOU)



I TEMI DELLA CONFERENZA ORGANIZZATIVA 2025 DI AVIS

È davvero interessante sapere che la Conferenza Organizzativa 2025 di AVIS si è concentrata su temi così importanti come la leadership femminile e il coinvolgimento dei cittadini di origine straniera. È bello vedere come eventi come questo possano riunire esperti da vari settori, offrendo spunti di riflessione e opportunità di crescita per i partecipanti. La presenza di ex studenti della Scuola AVIS, un programma formativo per giovani dirigenti, dimostra l'impegno dell'associazione nel promuovere nuove generazioni di leader.

Nella prima giornata la tematica affrontata è stata: "Donne protagoniste del Terzo settore che cambia". La rappresentanza femminile nei ruoli apicali di AVIS, che si attesta al 27%, evidenzia un importante squilibrio di genere. Le principali cause di questo fenomeno sono molteplici e complesse. Come sottolinea Gaia Peruzzi, docente di media, genere e diversità alla Facoltà di Scienze politiche, sociologia e comunicazione della Sapienza Università di Roma, il gender gap è un problema cruciale, con disparità salariali e di accesso alle opportunità che continuano a persistere in tutte le sfere sociali. Raccogliendo questo monito, AVIS Nazionale nei mesi scorsi ha lanciato un'indagine coordinata da Andrea Volterani, professore associato di Sociologia culturale all'Università di Roma Tor Vergata. È interessante notare che oltre 400 dirigenti, sia uomini che donne, hanno partecipato a questo studio. Da quanto emerge, molte donne si trovano a dover rinunciare o limitare il loro coinvolgimento nei direttivi associativi a causa dei numerosi impegni quotidiani. Anche se le attività di AVIS sono viste come attraenti per le donne, c'è una chiara esigenza di coinvolgere maggiormente i giovani. Questo potrebbe essere un passo importante per rendere le associazioni più inclusive e dinamiche! Si evidenzia più volte che anche se le iniziative di AVIS sono considerate attraenti per le donne, c'è una urgente necessità di coinvolgere maggiormente i giovani, come evidenziato da Argia Galliano di Prime Minister. Inoltre, gli stereotipi di genere continuano a influenzare la percezione delle donne nei ruoli di leadership. Odile Robotti, esperta di formazione in ambito imprenditoriale ha messo in evidenza l'importanza di accrescere l'autostima e le competenze femminili, mentre Maurizia Iachino, a capo di Azione Contro la Fame Italy, ha sottolineato la necessità di creare ambienti che supportino l'iniziativa femminile. Il divario di genere non si limita al Terzo settore, ma si estende anche alle grandi aziende, dove solo il 17% dei manager è donna. Questo squilibrio è aggravato dalla difficoltà delle donne di gestire il proprio tempo libero, come evidenziato da Alice Simonetti,



componente dell'Esecutivo di AVIS Nazionale, e Rita Malavolta, Presidente nazionale di ADMO, Associazione Donatori di Midollo Osseo, che suggeriscono l'implementazione di strumenti di "welfare associativo" per facilitare la conciliazione tra vita privata, lavoro e impegno civico.

Infine, Vanessa Pallucchi, portavoce del Forum del Terzo Settore, ha proposto un capovolgimento, affermando che le posizioni di responsabilità dovrebbero essere ristrutturate per riconoscere e valorizzare le dinamiche che guidano le donne, come lo spirito cooperativo. È chiaro che per promuovere una reale parità è fondamentale affrontare queste sfide in modo sistematico e inclusivo. Nella giornata conclusiva l'argomento è stato "L'impegno di AVIS per un donazione senza confini". È davvero interessante il lavoro che AVIS sta facendo per sensibilizzare le persone di origine straniera riguardo alla donazione. Come sottolineano gli esperti, è fondamentale avvicinarsi alle loro realtà e culture senza pregiudizi. È sorprendente scoprire che l'immigrazione non è in aumento come si potrebbe pensare, ma è stazionaria e coinvolge anche molte persone qualificate e giovani. Inoltre, i dati mostrano che molti di questi cittadini sono già attivi nel volontariato e nelle iniziative di solidarietà, il che dimostra quanto siano disposti a contribuire alla comunità. È bello vedere come la solidarietà venga vista come un simbolo di identità collettiva e come sia importante coinvolgere attivamente le persone di origine straniera nelle iniziative, non solo per loro, ma per tutta la comunità.

Il lavoro del CONNGI (Coordinamento nazionale delle nuove generazioni italiane) è un ottimo esempio di come i giovani di origine straniera possano rivendicare il loro posto in Italia e contribuire attivamente. La sensazione di appartenenza è davvero cruciale per stimolare l'impegno civico.

La mia personale esperienza in questi due intensi giorni è stata coronata da un'accoglienza positiva e reciproca da parte di tutti i partecipanti e tengo a sottolineare la perfetta organizzazione dell'evento da parte di AVIS Nazionale.

Giorgio Biarella

Giugno 2025



PRANZO SOLIDALE AIDO DI BASTIA UMBRA PER PROMUOVERE LA CULTURA DELLA DONAZIONE

Domenica scorsa, nella nostra amata città, si è tenuto un pranzo solidale promosso dalla sezione locale dell'Associazione Italiana Donatori Organi (AIDO), che ha visto la partecipazione di circa 60 persone. L'evento si è svolto presso il ristorante "Fratelli Bovini", offrendo un'occasione conviviale per riflettere su un tema fondamentale: la donazione di organi, tessuti e cellule.

In un clima di accoglienza e condivisione, i partecipanti hanno potuto gustare un ottimo pranzo accompagnato da momenti di condivisione e convivialità che permettono di fare conoscenza e di instaurare



un legame profondo tra coloro che, attraverso la loro scelta, hanno deciso di farsi portavoce dell'importanza della donazione di organi come gesto di generosità che possa cambiare e salvare la vita di molte persone. Antonella Rutili, presidente della sezione AIDO di Bastia Umbra, ha accolto e ringraziato con estremo calore e affet-



to tutti i presenti e i volontari coinvolti nell'organizzazione. Il ricavato sarà interamente destinato a future attività di informazione e sensibilizzazione sul territorio, con particolare attenzione ai giovani e alle scuole. Un evento semplice ma significativo, capace di unire la buona tavola alla consapevolezza civile.

24° CROSS COUNTRY "MEMORIAL DOMENICO FAUSTI"



Come ogni anno, il Raduno Podistico Campestre per giovani e giovanissimi "Memorial Domenico Fausti", tenutosi presso l'Area Verde del Villaggio XXV Aprile di Bastia rappresenta una manifestazione del popolo e per il popolo bastiolo; l'esempio di quanto sia importante il coinvolgimento dei giovani nella comunità attraverso lo sport. La presenza di tantissime famiglie con i loro piccoli corridori ha rappresentato l'importanza della manifestazione nel trasmettere i valori dell'aggregazione, del "ritrovarsi" insieme e della socialità. Quella corsa che per tanti appassionati rappresenta un gesto sportivo e di divertimento, per tante altre persone bisognose rappresenta una corsa contro il tempo per la propria

La manifestazione, svoltasi presso l'area verde del Villaggio XXV Aprile, ha visto anche la presenza dell'AIDO di Bastia

stessa vita. Per questo nei principi che appartengono da sempre al mondo dello sport, la nostra stessa AVIS si rispecchia. Perché donare ed essere un volontario significa anche questo; impiegare un po' del proprio tempo per gli altri e fare del "Dono" un simbolo di amore e unione per tutti i membri della nostra comunità e simbolo di lotta contro il tempo nel salvare ogni giorno quante più vite possibile. In questa missione l'Avis di Bastia è da sempre affiancata dalla nostra amata AIDO che anche quest'anno ha partecipato all'evento del Raduno Podistico ed è sempre presente nel territorio per promuovere l'importanza della Donazione di Organi e per diffondere un messaggio di speranza.

I NOSTRI RIONI PER UNA CULTURA DEL DONO



Rione Portella - Cena sotto l'Arco de Portella



Rione Moncioveta - Assemblea Straordinaria

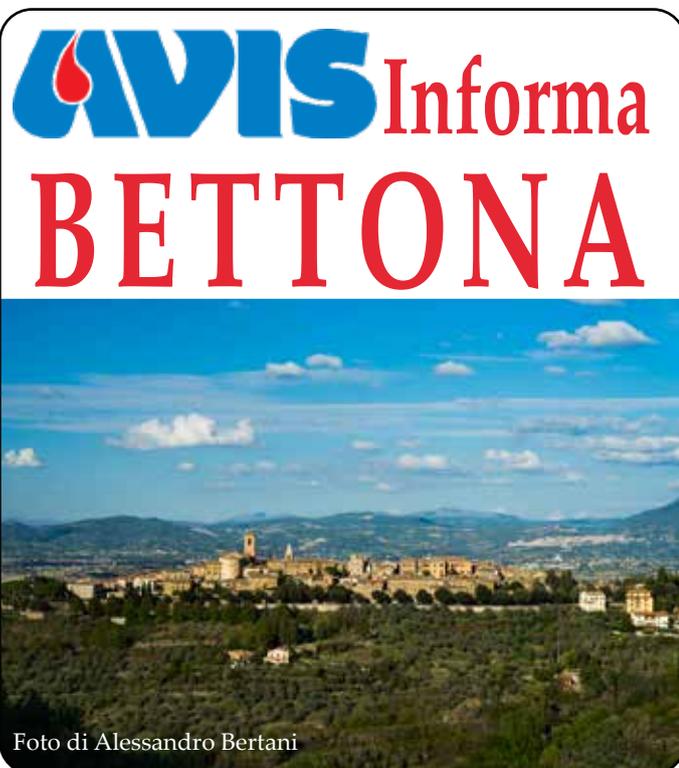
La cultura del Dono necessita della promozione attiva sul territorio per poter assolvere alla sua missione in maniera efficace. Per questo la nostra amata AVIS Comunale di Bastia Umbra prossimamente inizierà una significativa collaborazione con i quattro rioni del Palio di San Michele, (Moncioveta, Portella, San Rocco e Sant' Angelo) con l'obiettivo di promuovere congiuntamente valori fondamentali come la solidarietà, il senso di comunità e l'impegno civico. Questa sinergia, che prenderà forma nelle future manifestazioni cittadine, intende rafforzare il legame tra tradizione e responsabilità sociale, coinvolgendo attivamente la cittadinanza e i giovani in iniziative condivise che valorizzino sia l'importanza della donazione del sangue che l'identità culturale del nostro territorio. Per fare ciò siamo lieti di mettere a disposizione un piccolo spazio, in questo numero di giugno, per informare i nostri lettori Avisini e non delle bellissime manifestazioni e attività che avranno luogo prossimamente a cura dei nostri Rioni.



Rione San Rocco - Campus estivo



Rione Sant'Angelo - Prossimi Eventi



AVIS Comunale di Bettona ODV
 Piazza Ugo Balducci, 9
 c/o Palazzo delle Associazioni
 06084 - BETTONA (PG)
 Cod. Fisc. 94106240545

Organizzazione non lucrativa di utilità Sociale ai sensi dell'art. 10 D. Lgs. 460 del 4/12/1997.
 Iscritta nel Registro Regionale delle Organizzazioni di Volontariato della Regione Umbria al n. 634
 Iscritta RUNTS - Rep.95041 il 11.01.23

Orari segreteria
Giovedì:
 dalle ore 20.30 alle 21.30

Tel. 075.987003
cell. (anche WhatsApp): 347 249 2234
Email: avisbettona@avisumbria.it

DONA SANGUE PRIMA DELLE VACANZE

Si chiude il primo quadrimestre con un aumento di donazioni rispetto allo stesso periodo dello scorso anno. Ovvero le donazioni (sangue e plasma) sono state 26 contro quelle del 2024 di sole 14 donazioni. Questo dato è dovuto anche al notevole aiuto di nuovi donatori (3) e ex-donatori (2) che hanno ripreso a donare dopo due anni.

Ma questo a livello della nostra regione non basta in quanto stanno iniziando le carenze di scorte delle sacche di sangue, per ora quelle del gruppo negativo e difatti la nostra sede ha prontamente risposto, chiamando e scrivendo ai

nostri donatori sollecitandoli a donare.

Pertanto l'appello ora con l'estate alle porte di cercare di effettuare soprattutto e possibilmente una donazione di plasma per coloro del gruppo positivo e di donare sangue per coloro del gruppo negativo, mandando una semplice richiesta di disponibilità a donare mediante sms o whatsapp al numero 347.2492234 di Avis Bettona e provvederemo insieme ad effettuare la prenotazione tra i vari centri di raccolta vicini a noi tra Ospedale Perugia, Assisi e Foligno. DONA SANGUE prima di partire per le vacanze!

ABBIAMO A CUORE LA SALUTE DEL DONATORE

Dai primi di maggio l'Azienda Ospedaliera di Perugia ha avviato un progetto per la colazione post donazione: **ABBIAMO A CUORE LA SALUTE DEL DONATORE**. I donatori di sangue svolgono un ruolo cruciale per la salute pubblica, ma spesso non sono pienamente consapevoli dell'importanza di un'alimentazione adeguata prima e dopo la donazione.

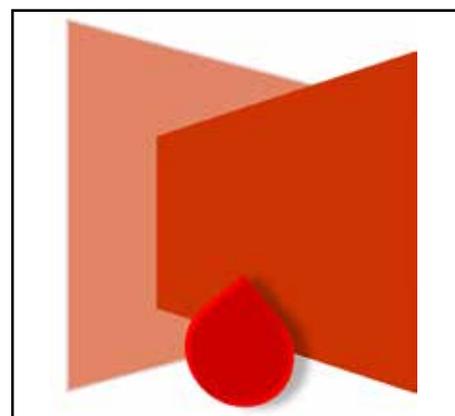
Una corretta alimentazione è molto importante per essere un buon donatore e per vivere in serenità la propria donazione di sangue. Il nostro corpo in-

fatti durante la donazione subisce un'importante fuoriuscita di liquidi a cui il nostro corpo potrebbe reagire: la corretta alimentazione può quindi aiutare il nostro corpo a meglio gestire la donazione.

Obiettivi:

- Adeguare le proposte alimentari pre e post donazioni alle Linee Guida per una Sana Alimentazione (CREA 2018)
- Promuovere una corretta alimentazione al fine di incoraggiare uno stile di vita sano e consapevole al fine di migliorare la salute a lungo termine.

Pertanto al momento della pre-



notazione presso il SIT PERUGIA il donatore comunicherà la propria scelta della bag che più desidera ed eventualmente senza glutine.





Ospedale di S. Maria della Misericordia di Perugia



NCD

S. S. DI NUTRIZIONE CLINICA E DIETETICA

Responsabile Medico Simone Pampanelli

IFO di Coordinamento - Dietista Laura Cerquiglini

PROGETTO: ABBIAMO A CUORE LA SALUTE DEL DONATORE

I donatori di sangue svolgono un ruolo cruciale per la salute pubblica, ma spesso non sono pienamente consapevoli dell'importanza di un'alimentazione adeguata prima e dopo la donazione.

Una corretta alimentazione è molto importante per essere un buon donatore e per vivere in serenità la propria donazione di sangue. Il nostro corpo infatti durante la donazione subisce un'importante fuoriuscita di liquidi a cui il nostro corpo potrebbe reagire: la corretta alimentazione può quindi aiutare il nostro corpo a meglio gestire la donazione.

Obiettivi:

- Adeguare le proposte alimentari pre e post donazioni alle Linee Guida per una Sana Alimentazione (CREA 2018)
- Promuovere una corretta alimentazione al fine di incoraggiare uno stile di vita sano e consapevole al fine di migliorare la salute a lungo termine

Azioni:

- **Inserire nell'applicativo utilizzato per la prenotazione del giorno di donazione:**
 - o Se la BAG dovrà essere priva di glutine
 - o La scelta della tipologia di BAG 1, 2, 3 o 4
- Trasmettere il numero di BAG e la tipologia al servizio di ristorazione entro le 15.00 del giorno precedente

	Post- donazione
BAG 1:	Panino con carne bianca con verdura di stagione Yogurt Frutta fresca Budino ½ litro di acqua
BAG 2:	Panino con formaggio con verdura di stagione Yogurt Frutta fresca Budino ½ litro di acqua
BAG 3:	Panino con frittata con verdure di stagione Yogurt Frutta fresca Budino ½ litro di acqua
BAG 4:	Panino con prosciutto crudo con verdure di stagione Yogurt Frutta fresca Budino ½ litro di acqua

*In caso di scelta del privo di glutine verranno confezionati con prodotti idonei

Dietiste Tel. 0755784313/4312, Medici Tel. 0755784489, Servizio Ristorazione Tel. 0755782477
servizio.nutrizione@ospedale.perugia.it

Equipe

Medici *Simone Pampanelli, Giampiero Conte*

Dietiste *Laura Cerquiglini, Gessica Cicci, Chiara Panfilì, Sonia Pallotta, Chiara Perrone, Alissa Satriano*

Ospedale S.Maria della Misericordia – S. Andrea delle Fratte, 06156 Perugia
Tel. 075 5781 – www.ospedale.perugia.it

AVIS Informa CANNARA



AVIS Comunale Cannara ODV
Sez. "Lucio Pasqualoni"
Piazza S. Francesco, n°10,
06033 CANNARA (PG)
Cod. Fisc. 91008360546

Iscritta al Registro Regionale delle Organizzazioni di Volontariato della Regione Umbria con il numero 209.
Iscritta nel Registro Unico Nazionale del Terzo Settore, RUNTS, con il numero di Repertorio 95038 del 16 gennaio 2023.

Orari segreteria
Dal Lunedì al Venerdì
dalle ore 9.00 alle 12.00
dalle ore 16.00 alle 19.00
Sabato:
dalle ore 9.00 alle 12.00

Tel. 0742.720130
Email: aviscannara@avisumbria.it

GITA SOCIALE 2025

Come ogni anno è giunto il momento della Gita Sociale, organizzata dalla proavis Cannara, per i Soci Avis Cannara, i familiari e per i collaboratori della "Festa della Cipolla".

Molte le novità apportate.

Organizzata per le date dal 1° al 4 maggio 2025, è stata contattata un'agenzia turistica veneta suggerita da alcuni amici. Due le proposte pervenute:

- 1 - Mini Tour del Veneto**
- 2 - Tour alla scoperta delle Langhe**

La scelta è caduta sul Veneto, in quanto offriva la possibilità a tutti i partecipanti di visi-

tare luoghi caratteristici, sia di rilassarsi alle Terme di Abano, grazie ai pomeriggi liberi, sia di conoscere le città ospitanti.

Questa formula ha riscosso molto successo.

Padova e Vicenza, illustrate da Guide preparate, hanno offerto ai nostri occhi le loro bellezze più eclatanti, illuminate da uno splendido sole. I pomeriggi liberi alle Terme sono state ore di vero relax per alcuni, per altri momenti di socializzazione, di condivisione e di chiacchierate, nonché di passeggiate per le vie di Abano.

Nell'ultima giornata della gita, abbiamo visitato una "chicca

del Veneto": Montagnana, una città murata, che meglio di tutte le città venete conserva la sua cinta medievale. Essa abbraccia tutto il centro storico per quasi due chilometri.

Per finire un momento conviviale, all'interno delle mura, per suggellare ancora di più il rapporto che lega i componenti della nostra associazione. Come tutte le nostre gite, questi quattro giorni hanno raccolto la soddisfazione di tutti i partecipanti e, a tutti, hanno permesso di rilassarsi secondo le proprie esigenze.

Caterina



FESTA DELLA VERNACCIA 2025

Un'altra edizione della Festa della Vernaccia si è appena conclusa.

Buona l'affluenza degli avventori, in linea con gli anni passati. Il menù invece migliora ogni anno con piatti sempre più ricercati; i Gnocchetti alla Vernaccia con ragù bianco, i Fusilloni al Pesto di pistacchi e tartufo estivo e poi ancora il Pulled Pork con cipolla alla Vernaccia hanno accompagnato i grandi classici come la Pizza con cipolla e la Parmigiana di cipolle.

Il clima primaverile e l'ambiente meno caotico della sorella maggiore (Festa della Cipolla) donano alla Festa della Vernaccia un clima familiare molto apprezzato sia dagli avventori che dai volontari; ed è proprio

Bilancio positivo per la Festa della Vernaccia, che è stata anche l'occasione per organizzare varie iniziative



a questi ultimi che va il ringraziamento più grande.

Ma la Festa della Vernaccia è stata anche l'occasione per or-

ganizzare tante iniziative nella sua accogliente cornice. Una tra tutte la Verticale di Vernaccia Amatoriale, alla quale hanno partecipato ben 12 produttori locali e, novità di quest'anno, la Verticale di Pizze di Pasqua, la tradizionale torta al formaggio che a Cannara tutti chiamano pizza e che tanto bene si sposa col nettare cannarese.

La miglior Vernaccia Amatoriale è risultata quella del signor Giuliano Trabalza di Cannara, mentre il Primo Premio per la miglior Pizza di Pasqua se l'è aggiudicato la signora Monica Tracoli di Spello.

Un grazie a tutti i partecipanti che si sono messi in gioco e complimenti vivissimi ai vincitori!

PREMIO AVIS VERNACCIA 2025

Nella mattina del 14 maggio, presso la Scuola Primaria dell'Istituto Comprensivo Bevagna Cannara, si è tenuta la premiazione del "Premio Avis Vernaccia 2025" anno scolastico 2024-2025. Le classi partecipanti, 1° A e 1° B, hanno presentato i loro elaborati consistenti in un cartellone con tanti "chicchi" d'uva, per la 1° A, ognuno rappresentante un momento particolare della produzione della Vernaccia, vino passito della tradizione pasquale cannarese. Tanti "chicchi", a formare un grande grappolo d'uva e un tralcio verde con una filastrocca:



*Nel vigneto sotto il sole
C'è un gran via vai di persone
Con le forbici in una mano
Taglian l'uva piano, piano
Grappoli dorati belli e tondi
Fin nei tini scendon profondi
Si pestano con gioia ed allegria
La Vernaccia nasce così per magia!
Dopo il tempo e la pazienza
Ecco il vino, che esperienza!
Nel bicchiere brilla e danza
Porta festa e tanta speranza!*

Dal canto loro, le alunne e gli alunni della 1° B, hanno proposto una damigiana di Vernaccia con, "all'interno", la rappresentazione delle fatiche del contadino: dalla coltura delle uve più adatte, alla raccolta, la spremitura e, infine, la degustazione della Vernaccia. Sul tappo della damigiana la seguente filastrocca:

*Dall'uva nasce un gran tesoro
Rosso intenso, come l'oro
Nel bicchiere brilla e danza
Con profumi di sostanza
Scende morbida, profumata
Ogni goccia è delicata
Sa di festa e tradizione
Di Cannara è la passione!*

I responsabili Avis Cannara presenti all'evento, dopo aver illustrato le caratteristiche e la missione dell'Associazione, caratterizzata dal dono del sangue volontario, gratuito e anonimo, e dalla promozione della solidarietà, si sono complimentati con alunne ed alunni per la loro fervida immaginazione e fantasiosa creatività.

Quindi, ringraziandole per l'impegno ed il risultato raggiunto, hanno consegnato alle insegnanti di entrambe le classi 1° A e 1° B il premio ex-aequo "Avis Vernaccia 2025", consistente in un buono spesa per materiale didattico di complessivi 300 € per l'anno scolastico 2025-2026.

FONDO DI GRATITUDINE

In occasione del compleanno di Eleonora Spalloni, una dei responsabili de "La Semente" di Spello, associazione dei genitori di bambini autistici, con la quale Avis Cannara collabora da anni, ci si è trovati a festeggiare il bene generativo che diventa dono.

Durante il suo compleanno, Eleonora ha promosso una raccolta fondi a scopo benefico a favore del "Fondo di Gratitudine", che avrà "vita perpetua". Un fondo che ha contribuito a fondare, filantropico, a sostegno di minori con fragilità di salute e/o con difficoltà socio-economiche.

È stata una serata molto partecipata ed Eleonora ha sottolineato che tutto ciò: "... è l'eredità che vuole lasciare. Una maniera di esprimere gratitudine verso la Vita che, nonostante le complessità insite in essa, le regala da anni, nelle forme e nelle modalità più diverse, una bellezza infinita".

Caterina



SOSTEGNO ALL'ASSOCIAZIONE NORA

Il 16 maggio, presso il Salone dello stand Avis "al Cortile Antico", si è tenuto un evento conviviale a sostegno di NOi per la Radioterapia Oncologica di Perugia.

Alla cena, graditissima da parte di tutti i pervenuti e che ha visto la presenza di oltre 120 partecipanti, è stato raccolto un cospicuo contributo, pari a diverse migliaia di euro, da impiegare nel Reparto di Radioterapia Oncologica di Perugia. Riportiamo i ringraziamenti del responsabile dell'Associazione e la risposta del Presidente della proavis Cannara:

"Buongiorno Mirko, sono Enzo Graziani, ieri sera sono dovuto partire e non sono riuscito a salutarti di persona. Volevo comunque ringraziarti molto per ieri sera, siete stati veramente fantastici!!!"

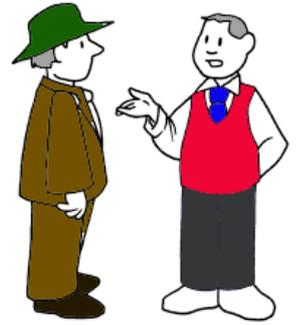
Speriamo di poter ricambiare in qualche modo la vostra vicinanza.

Un saluto anche a tutti i tuoi dell'Associazione e complimenti davvero!!!"

"Buongiorno Enzo, ti ho cercato anch'io ieri sera, sarà per la prossima. Ricevo e prontamente inoltro i tuoi complimenti alla squadra dei volontari Avis, io ho fatto ben poco. Per noi è un vero piacere ed un onore poter sostenere Associazioni come NORA. Un saluto, Mirko."



IL PAESANO E L'AVISINO



L'anagrafe

Paesano – Àvise! Buongiorno!

Avisino – Buongiorno a te, oggi sei scintillante!

P – Come sarebbe scintillante?

A – Scintillante, che scintilli, che sprizzi scintille da tutti i pori ...

P – E dove ce l'ho tutti?

A – Che cosa?

P – I pori ...

A – Hai sempre voglia di scherzare.

P – Io sono serissimo, altroché!

A – E bèh, dovevo immaginarlo.

P – Insomma, come va la baracca?

A – Bene, nel nostro piccolo bene. Da inizio anno, siamo nella media con le donazioni del 2024, anzi abbiamo registrato qualche donazione in più. Ci sono dei problemi, naturalmente, ma per ora non ci lamentiamo.

P – Problemi in che senso?

A – Nel senso che, in alcuni Sit, mancano medici ed infermieri e, questo, non permette il regolare accesso dei donatori ai diversi tipi di donazione.

P – Ad esempio?

A – Nel mese di marzo, abbiamo prenotato quattro donazioni di plasma. Quando, dal Sit in questione, abbiamo ricevuto il tabulato delle donazioni effettive, soltanto una donazione di plasma era stata compiuta.

P – E le altre tre?

A – Le altre le hanno riconvertite in sangue intero.

P – Li hanno fatti donare, ma non il plasma.

A – Esatto.

P – E si è saputo come mai?

A – Non ancora. Non siamo riusciti a parlare con i medici del Sit per saperne di più.

P – Ma tu, che pensi?

A – O avevano un bisogno urgente di sangue intero ...

P – Oppure?

A – Oppure, nelle ore e nei giorni prenotati, non era presente il personale in grado di usare il separatore per il plasma.

P – Addirittura! Hai voglia a invitare la gente a donare il plasma se poi ...

A – Sì, sarebbe davvero grave. Mancano medici e infermieri ed è già capitato che, se non c'è chi sappia utilizzare il separatore, si è dovuta sostituire la donazione di plasma con quella di sangue intero.

P – Ah, non è la prima volta ...

A – No, però, ad essere sinceri, potrebbe darsi un'altra circostanza, cioè che, al momento degli esami preliminari e della visita medica che ne segue, il donatore di plasma non aveva i requisiti necessari alla donazione. Perciò gli è stato suggerito di donare il sangue.

P – Non te voi fa' manca' niente, èh?

A – La questione è che, l'eventualità che tre donatori su quattro non siano idonei per il plasma, può apparire esagerata.

P – Ma, alla fine, è un problema che si può risolvere, no?

A – Sì certo, con l'assunzione di medici ed infermieri e la costituzione di un dipartimento sanitario dedicato alla donazione del sangue e alla trasfusione. Ma, di fatto, la sanità pubblica è sempre più in difficoltà. Al contrario, viene incentivata, sempre di più, quella privata.

P – E la donazione del sangue e del plasma è sanità pubblica.

A – Bravo! Oggi si parla di decine, centinaia di miliardi per gli armamenti a discapito evidente del sostegno alla sanità pubblica, alla scuola, le università. Del sostegno alle categorie più fragili, dei servizi pubblici in generale.

P – Scusa Àvise, ma non è che stamo a fa' politica?

A – Mi sembra proprio di no, stiamo parlando del quotidiano, di ciò che è. Se togli i soldi alla sanità se ne scontano le conseguenze.

P – Fino ad arriva' alle donazioni di plasma mancate.

A – È così. Fortunatamente il personale sanitario presente, medici ed infermieri, riescono a fare miracoli. Ci sono persone che fanno due, tre turni di fila, che si fanno in quattro, anche in cinque per la cura delle persone malate. Lo sa bene chi vive e lavora quotidianamente nella sanità.

A – E, quindi, la soluzione è assunzione del personale sanitario ...

A – E acquisto di Separatori Cellulari per i maggiori Centri di Raccolta del sangue e plasma. E, naturalmente, la formazione degli addetti che li dovranno usare.

P – E tutti i problemi sarebbero risolti!

A – No, purtroppo non tutti.

P – Ce ne so' altri?

A – Ce ne sono altri e non sono semplici, tanto per cambiare.

P – Cioè?

A – La popolazione è sempre più anziana e i nuovi nati, anno per anno, si riducono.

P – Più anziani e meno figli, uguale: meno donatori!

A – Ecco, hai centrato il problema.

P – È sì, l'anagrafe è un problema grosso ...

A – L'anagrafe?

P – L'anagrafe certo, dove vai a segnà' i nuovi nati. È che, una volta, le cose importanti della vita erano tre: un lavoro, la cinquecento e la ragazza.

A – Nell'ordine ...

P – Sì, nell'ordine: un lavoro, la cinquecento e la ragazza. Ammò so' tutti attaccati al telefonino. Maschi e femmine èh, dalla mattina alla sera. Ce vanno pure a letto. E, se vai a letto col telefonino ...

A – Se vai a letto col telefonino?

P – Oggi ce poi fa' tutto col cellulare, a momenti pure il caffè, ma i figli no, quelli nun ce li fai. A voja a digità!

LINEE GUIDA SULL'ACCOGLIENZA

Il sostegno all'esperienza di donazione

Scopo primario dell'accoglienza è il miglioramento dell'esperienza di donazione. Per realizzarlo è necessario porre al centro il donatore attraverso la valorizzazione della sua motivazione e facilitando lo svolgimento delle fasi precedenti e successive alla donazione. Il sostegno prestato dall'addetto all'accoglienza si esplica attraverso l'ascolto e la conoscenza dei bisogni e delle paure del donatore, con l'obiettivo di chiarire le sue incertezze e favorire la periodicità del suo gesto. L'addetto all'accoglienza NON fornisce indicazioni di tipo medico, ma rimanda al personale competente per tali chiarimenti.

Gestione del malessere e delle reazioni avverse

L'addetto che svolge attività di accoglienza alla donazione allerta il personale sanitario in caso di malessere del donatore. Se necessario rassicura gli altri donatori sull'accaduto e si premura di ri-motivare

il donatore colpito dal malessere dopo la fine dell'evento critico.

Monitoraggio della soddisfazione e delle problematiche

Gli addetti all'accoglienza raccolgono le osservazioni e le indicazioni dai donatori relativamente alla loro esperienza al punto di raccolta; in particolare, gli incaricati annotano eventuali problematiche emerse durante la giornata di donazione o segnalate direttamente dai donatori. Al termine del percorso di donazione individuale, è opportuno verificare due parametri fondamentali:

il livello di soddisfazione del donatore; eventuali problematiche o lamentele emerse.

Le procedure adottate per il monitoraggio e le informazioni raccolte dovrebbero essere condivise e analizzate periodicamente dal gruppo di coordinamento dell'accoglienza, coinvolgendo anche il gruppo di chiamata e la sede AVIS.

LINEE GUIDA SULLA CHIAMATA E CONVOCAZIONE

Modalità di comunicazione nella convocazione

Il gruppo di convocazione predispone modalità comunicative, relazioni e mezzi di chiamata differenti a seconda del destinatario. Nel caso di nuovi donatori, donatori sospesi temporaneamente o inattivi è preferibile il contatto diretto e/o telefonico. Per i donatori periodici è possibile utilizzare mezzi digitali e/o automatizzati di comunicazione, anche se, per realizzare appieno gli obiettivi di chiamata - convocazione, il contatto diretto, che consente una comunicazione bidirezionale con il donatore, è sempre preferibile.

Procedura e fasi della convocazione

L'attività di convocazione del gruppo di convocazione viene svolta in base alle seguenti procedure:

- contatto con il donatore, tenendo conto delle informazioni presenti nei database associativi e sulla sua disponibilità alla donazione;
- informazione e preselezione del donatore, nel rispetto della privacy ed in base ai requisiti di idoneità alla donazione, per evitare la convocazione di donatori palesemente non idonei;
- prenotazione del donatore, con comunicazione del luogo, data, ora della donazione e avvertenza su documenti da portare e sulle condizioni da rispettare;
- aggiornamento della piattaforma o database gestionali in base all'esito della convocazione.

Pianificazione del promemoria per il donatore prima della donazione.

Successivamente alla donazione, il gruppo di convocazione accerta l'avvenuta donazione. Inoltre, in coordinamento con il team di acco-

glienza, vengono svolte le seguenti attività:

- verifica del grado di soddisfazione del donatore;
- rapporto su eventuali criticità o lamentele da parte del donatore;
- monitoraggio del servizio e dei risultati della chiamata - convocazione.

Il team di convocazione riferisce all'AVIS territoriale di riferimento le informazioni raccolte.

Promemoria dell'appuntamento di prenotazione

Per ridurre il numero di persone che, pur avendo prenotato, non si presentano per la donazione, è opportuno introdurre una procedura di promemoria degli appuntamenti prenotati.

Per essere efficace, il promemoria deve arrivare al donatore 1 o, al massimo, 2 giorni prima della donazione. Questo promemoria può essere fatto tramite telefonata, ma è più efficiente l'utilizzo di strumenti digitali o di messaggistica telefonica.

Fine terza parte



AVIS: PERCHE NO?



(Se vuoi, puoi compilare il modulo ed inviarlo, via email o via whatsapp, alla Avis di riferimento per il tuo territorio)

Una x nella casella interessata

	Saresti disposto a diventare volontario Avis dedicando un po' del tuo tempo?
	1 ORA/SETTIMANA
	2/5 ORE SETTIMANA
	PIU' DI 5 ORE/SETTIMANA
	QUANDO SERVE A RICHIESTA

COMPETENZE E ATTITUDINI DA METTERE A DISPOSIZIONE

	INFORMATICA
	LINGUE STRANIERE (INDICA QUALE)
	ANIMAZIONE LUDICA
	ANIMAZIONE SPORTIVA (INDICA QUALE)
	AMMINISTRAZIONE
	ATTIVITA' DI DIVULGAZIONE E PROMOZIONE AVIS
	ORGANIZZAZIONE DI EVENTI
	STAMPA E PROPAGANDA
	ASSISTENZA Presso il CENTRO RACCOLTA SANGUE (Ospedale di Assisi)

Indica nello spazio sottostante altre tue attitudini e competenze che vorresti mettere a disposizione dell'Avis

<hr/> <hr/> <hr/> <hr/> <hr/>

Indica qui di seguito i tuoi dati e sarai ricontattato

COGNOME	NOME	TELEFONO	EMAIL

FIRMA
