



Donare

AVIS

Dicembre 2006 - Foglio Informativo a cura dell'AVIS COMUNALE "Angela Sandron"

FOSSALTA DI PORTOGRUARO - E-mail: avis.fossaltaporto@virgilio.it

Donare sangue: un aiuto agli altri, un aiuto a noi

Il proposito mio e dell'Associazione AVIS è quello di far conoscere all'interno della comunità di Fossalta di Portogruaro, perciò vi chiedo, cari lettori, di concedermi pochi ma importanti minuti. Attraverso questo opuscolo ho intenzione di entrare nelle case di coloro che non hanno avuto la possibilità di venire a contatto con noi e, nel contempo, ragguagliare gli Avisini per informarli sulle iniziative portate a termine durante l'anno in corso. La centralità del dono del sangue e la sua importanza a livello pratico diventano realtà grazie al medico Vittorio Fontana nel 1927 a Milano. Mi soffermo su due elementi rilevanti: la componente storico-logistica e quella che riguarda il fondatore. Il periodo tra le guerre mondiali è caratterizzato dalla manifestazione dell'importanza di possedere del sangue, infatti avrebbe potuto garantire una sicurezza di guarigione al malato in un grosso centro del nord Italia come Milano. La professione di Fontana mette in rilievo la vera e concreta necessità di possedere sangue per fini pratici: la sopravvivenza del malato. Gli scopi dell'AVIS delle origini rimangono quelli di oggi: collaborare con donatori aventi un buono stato di salute e andare incontro alla domanda di sangue, lottare contro la sua compravendita offrendolo gratuitamente a chi ne ha bisogno senza alcun tipo di discriminazione e garantire la materia prima per

il funzionamento del sistema trasfusione nazionale. Il dato che deve farci pensare è che dopo ottant'anni di storia, con 1.020.990 soci donatori e 1.776.394 donazioni - ciò si riferisce al 31/12/2005 - l'Italia è ancora costretta ad importare sangue. Tale elemento dovrebbe dare vita ad una riflessione: ognuno di noi ha la possibilità di contribuire senza nessun costo e controindicazione alla vita di coloro che ne hanno necessità. A questo punto devo sfatare il luogo comune che siano solo gli altri ad avere bisogno di sangue in quanto esso è necessario anche nelle piccole occasioni di tutti i giorni che potrebbero coinvolgerci singolarmente: lunghi interventi chirurgici, terremoti, disastri o incidenti stradali. Perciò il sangue costituisce

per molti ammalati un fattore unico ed insostituibile di sopravvivenza. Anche a Fossalta, seppur nel suo piccolo, è stata fondata l'associazione AVIS nel 1980 che oggi comprende 480 donatori attivi. Ora collabora col centro trasfusionale di Portogruaro per la raccolta del sangue, in particolare nei primi 10 mesi dell'anno sono state predisposte 650 sacche, con il record di 81 prelievi nel mese di ottobre. Dal punto di vista numerico, la popolazione fossaltese comprende 6000 abitanti e 4500 dei quali potenzialmente atti alla donazione. Il piccolo sforzo di ognuno può salvare la vita a tanti di "noi". Spero che sempre più persone si interessino alla nostra associazione ed al nostro ambizioso scopo: aiutare il prossimo.



Insieme alla primavera arriva la Pedalata del 1° Maggio

Il 1° maggio 2006 si è svolta l'ottava edizione della "Pedalata per le strade del Nievo", manifestazione sentita dalla popolazione fossaltese e da quelle vicine. Di anno in anno i partecipanti aumentano e fanno sì che la festa diventi sempre più un punto fermo, un evento imperdibile. I 400 presenti, muniti di bici, si sono ritrovati al mattino presso la piazza "Callisto Bornacin" e hanno percorso i circa 22 chilometri formando un lungo serpentine colorato che, passando per alcune delle splendide località della zona (come Alvisopoli,

Teglio Veneto, Suzzolins, Cor dovado, Gruaro, Bagnara, Boldera, Portovecchio e Gorgo) ha ravvivato le strade percorse. A metà mattina c'è stata la pausa di rito, mentre a pranzo la folta comitiva si è diretta verso Fratta per consumare il pasto in allegria. Successivamente il pasto il Presidente dell'AVIS ha premiato con coppe e omaggi i gruppi più numerosi. Ricordiamo che tutto il ricavato è stato devoluto alla Cooperativa Il Gabbiano Jonathan. La pedalata del 1° maggio rappresenta un importante momento che permette alla comunità di fare

del bene agli altri, ma, allo stesso tempo, di ritrovarsi e passare una giornata serena e gioiale in compagnia. Ciò dimostra come sia facile rendersi utili, ciò dà origine anche ad un senso di appagamento, ci fa stare in pace con noi stessi e nel rapporto con gli altri. L'AVIS si propone semplicemente di rendere concreto questo intento attraverso una serie di manifestazioni che sensibilizzano, prima di tutto al dono del sangue, ma anche alla necessità di essere attivi nel sociale in particolare verso coloro che sono in difficoltà.

16/17 settembre: alla scoperta delle bellezze naturali della Croazia

L'usuale appuntamento che l'AVIS di Fossalta di Portogruaro organizza per mostrare, agli avisini e non, i luoghi caratteristici che ci circondano, si è svolto quest'anno a Plitvice. Le aree naturali spesso passano in secondo piano e finiscono per non essere valorizzate sufficientemente, per questo la nostra sezione ha progettato una visita nella vicina Croazia, in particolare ci siamo recati nella piccola cittadina di Rejeka, proseguendo poi verso l'Isola di Krk (la più grande perla nella collana dei circa mille isolotti istriani). Dopo aver visitato la pittoresca località ci siamo recati verso la nostra meta: Plitvice, parco nazionale dal 1949 e nel 1979 è stato iscritto nel Registro Mondiale del Patrimonio Naturale dell'UNESCO. Esso si trova in una stupenda valle boscosa - dove si possono trovare abeti, frassini, pini, ginepri, salici e pioppi - carat-

terizzata dalla presenza di una serie di laghi collegati tra loro da numerose cascate che fanno togliere il fiato alla vista. I 44 partecipanti alla gita hanno potuto godere di due giorni passati spensieratamente tra le bellezze di luoghi indimenticabili in compagnia di un gruppo non di associati, ma di amici. Il direttivo si impegna nel cercare di aumentare gli appuntamenti di incontro tra gli avisini per valorizzare il più possibile la coesione tra le persone che compongono la nostra associazione in modo da generare un forte legame.

Questo tipo di attività mostra come l'AVIS di Fossalta di Portogruaro non ha come unico scopo quello della donazione del sangue (anche se resta il principale) ma anche quello di creare un insieme di persone con cui condividere esperienze ed emozioni.

La Festa del Donatore

L'Evento più sentito dagli avisini

Il primo luglio 2006 si è svolta la 26ª edizione della Festa del Donatore a Fossalta di Portogruaro. La manifestazione ha visto la numerosa partecipazione degli avisini della nostra comunità e dei paesi vicini, quella gradita e tradizionale da parte degli abitanti di Porto Recanati (città a noi gemellata), ma ciò che ci ha fatto più piacere è stato l'aver visto volti nuovi interessati e incuriositi dallo svolgersi della festa. Proprio tale dato dimostra il nostro assiduo impegno nel portare avanti un progetto di conoscenza e informazione

sull'associazione, affinché il numero di addetti ai lavori cresca e si formi un gruppo coeso e compatto di volontari che, oltre a impegnarsi nel sociale, promuova sempre nuove importanti iniziative. Come ogni anno, tutti noi partecipanti all'evento ci siamo riuniti presso la sede dell'AVIS, in seguito ci siamo diretti verso la piazza Risorgimento e, dopo la Santa Messa, abbiamo cenato presso l'oratorio "Circolo Noi". La premiazione è avvenuta in prossimità del recente Monumento ai Donatori dove coloro che hanno ottenuto onorificenze legate al numero di donazioni effettuate sono stati in tutto 54; è stato premiato chi ha fatto 6/8 donazioni attraverso delle benemerenze (cioè degli attestati che incoraggiano il donatore nella sua opera), passando per le medaglie di bronzo, argento e oro, fino ad arrivare a croci e distintivi che segnano l'importante impegno del membro dell'associazione col raggiungimento di 100 donazioni. Con la Santa Messa, pre-

sieduta dall'amatissimo Don Ugo e resa ancor più lieta dal coro "Le Castellane", è terminata la parte formale della giornata che si è conclusa con una cena impeccabile da ogni punto di vista. In conclusione vorremmo ringraziare tutti coloro che ci hanno permesso di organizzare la nostra annuale festa, in quanto chi ha partecipato, anche marginalmente, ci ha permesso di dare il via ad una manifestazione gradita e sentita. L'unica nota dolente si è verificata venerdì 30 giugno quando si è svolto il consueto concerto "La musica nel sangue", la partecipazione è stata bassa e non siamo riusciti a coinvolgere il numero di giovani che auspicavamo. Tale dato è stato oggetto di riflessione in quanto essi sono il futuro della nostra associazione e ci preme che vengano a conoscenza del mondo del volontariato e della donazione di sangue. Siamo fiduciosi, però, perché stiamo lavorando in modo efficiente e costruttivo in molte direzioni, dunque speriamo di trovare una soluzione adatta.

L'AVIS arriva a scuola

L'associazione AVIS di Fossalta di Portogruaro, ormai da tempo, ha dato il via ad un forte legame con l'Istituto comprensivo Don Agostino Toniatti al fine di informare e sensibilizzare i ragazzi di terza media all'importanza del dono del sangue. Un lavoro di questo tipo mette in rilievo la consapevolezza dell'importanza della pubblicizzazione degli scopi e del nobile compito che la nostra associazione cerca di portare avanti giorno dopo giorno. A tal proposito è indispensabile sottolineare il fatto che i ragazzi di oggi sono i potenziali donatori di domani e che, attraverso un lavoro costruito con l'aiuto dei docenti, essi possano rendersi consapevoli dell'importanza del dono. Ciò non può avvenire solo tra le mura scolastiche, è quindi necessaria un'educazione sociale che parte dalla famiglia. Un ostacolo al raggiungimento del nostro scopo è rappresentato dall'età critica dei ragazzi: il tipo di approccio, il metodo e gli strumenti utilizzati possono influenzare in modo irreversibile l'andamento del progetto. Ciò non deve essere valutato negativamente, al contrario, è un elemento da tenere costantemente sotto controllo per ottenere i risultati auspicati. Ancora più importante è il messaggio che vogliamo inviare ai ragazzi: l'educazione al rispetto della vita propria ed altrui, la disponibilità nel regalare pochi minuti per migliorare l'esistenza a coloro che ne hanno bisogno. L'AVIS vuole farsi promotore di sani e positivi valori che mettono in rilievo la necessità di una educazione alla salute, attuata anche per mezzo del volontariato e, soprattutto, alla scoperta dell'altro come individuo bisognoso di cure. Un percorso così complesso è difficilmente attuabile a scuola in quanto il tempo a disposizione è poco, per questo cerchiamo di informare i ragazzi, ma anche concretizzare le loro conoscenze attraverso la produzione di materiali che possano stimolare la loro creatività e che premiano il loro impegno. A questo punto diventa interessante dare vita ad un progetto che non sia fine a se stesso, ma che diventi un cammino che si concluda con l'ingresso alla nostra associazione col raggiungimento della maggiore età. Durante l'Anno Scolastico 2005/2006 il lavoro ha visto tre momenti: innanzi

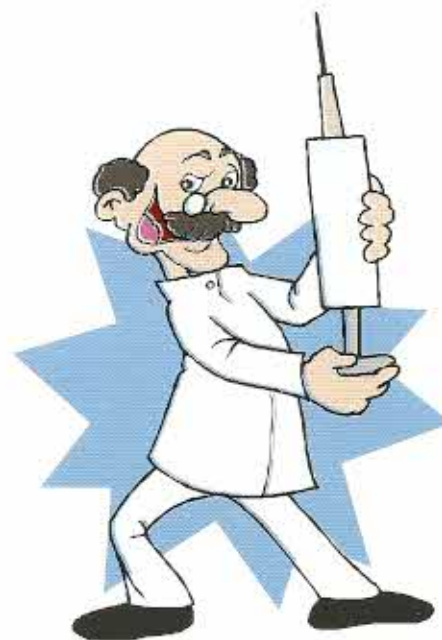
tutto l'incontro col Dottor Bernardo Colavitti, medico del Centro Trasfusionale dell'Ospedale di Portogruaro; egli si è preoccupato di spiegare in modo chiaro e dettagliato la parte biologico-scientifica del dono e ha distribuito un opuscolo riassuntivo dal titolo "l'amico sangue". Successivamente i ragazzi hanno potuto elaborare le conoscenze acquisite con la propria esperienza personale dando vita a delle poesie o semplici frasi che esprimevano il loro pensiero, tale attività è stata diretta e organizzata dal professor Pacchiega. Approfittiamo dell'occasione per ringraziare il Dirigente Scolastico, tutti gli insegnanti che hanno collaborato con noi e i ragazzi per il loro impegno e creatività. Il progetto con la scuola è terminato il 7 giugno quando, presso la

palestra dell'Istituto, c'è stato un ultimo incontro tra il personale docente, il Dirigente Scolastico, la nostra associazione e i ragazzi. Il Presidente, in questa occasione, ha premiato con dei CD musicali coloro che si sono dimostrati più meritevoli e ha consegnato un contributo finanziario al Dirigente Scolastico. Dati i buoni risultati ottenuti, il rapporto tra l'AVIS e l'Istituto va a rafforzarsi nel tempo e quindi la collaborazione si rinnova di anno in anno. L'ingresso della nostra associazione all'interno dell'ambiente scolastico si fa portatore di valori importanti e condivisi, metta in rilievo il concetto di salute e quindi rappresenta un valido contributo alla formazione di un individuo maturo e consapevole delle proprie scelte, soprattutto in funzione agli altri.

Impariamo a conoscerci: gli incontri con gli specialisti

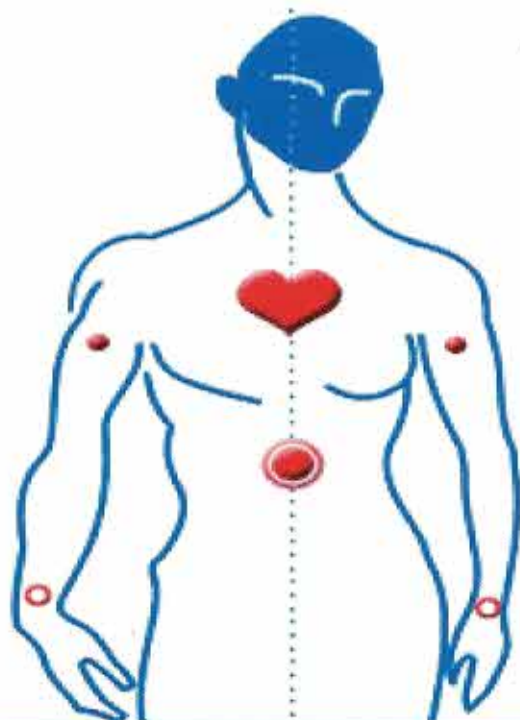
La sezione AVIS si è impegnata, in questi ultimi anni, di promuovere iniziative che permettano a tutti i cittadini di conoscere meglio le malattie e i disturbi più diffusi attraverso incontri con il personale specialistico. Il 28 aprile 2006, presso la sala parrocchiale di Vado di Fossalta di Portogruaro, le Dottorresse Mara Fornasarig e Clelia De Giacomi, entrambe impegnate al Cro di Aviano, hanno delucidato in modo dettagliato la problematica relativa alla prevenzione del cancro al colon rettile e, in particolare, alla presenza di melanomi tra i nervi cutanei. Il secondo incontro, svoltosi il 27 ottobre nella sala parrocchiale di Villanova di Fossalta di Portogruaro, ha affrontato il tema delle patologie legate ai disturbi urinari delle donne e degli uomini. I relatori, ovvero le Dottorresse Francesca Plaino e Anna Tiberio, che fanno parte dell'Équipe operativa nel reparto di Urologia dell'Ospedale di Portogruaro, ma anche il direttore dell'Unità di Urologia, Renzo Zucconelli; hanno argomentato in modo chiaro ed esaustivo le relative problematiche. L'affluenza ai due interventi è stata molto numerosa e partecipata, ciò fa notare che la comunità di Fossalta è interessata ai temi che riguardano la salute e il buon vivere. Gli obiettivi di questi incontri tematici sono svariati e, a nostro parere, molto importanti: innanzi tutto la conoscenza del proprio corpo e dell'ambiente circostante, ciò ci rende

consapevoli ai pericoli che possiamo trovare e le eventuali strategie per evitarli. Un altro elemento da non trascurare è la necessità di comunicazione tra la struttura sanitaria e il singolo cittadino: tale rapporto deve essere rafforzato in quanto ci dovrebbe essere una maggiore fiducia reciproca per evitare situazioni limite e la solitudine che spesso esse possono causare. Fare parte dell'AVIS significa essere maggiormente coscienti dei rischi dell'ambiente esterno, aiutare gli altri e se stessi, ma soprattutto mantenere la salute psicofisica, valore sempre più cercato nella società moderna ma, in realtà, così vicino a noi.



Chi può Donare?

«Chi dona instaura un patto di fiducia con il ricevente, chiunque esso sarà»



Condizioni di base per il donatore

Età: tra i 18 e i 60 anni è possibile donare, ma è possibile continuare fino ai 65 anni, salvo deroghe stabilite da medico.

Peso: Maggiore di 50 Kg

Pulsazioni: devono essere comprese tra 50-100 battiti/min (anche con frequenza inferiore per chi pratica attività sportive)

Pressione arteriosa:

- tra 110 e 180 mm di mercurio (Sistolica o MASSIMA)
- tra 60 e 100 mm di mercurio (Diastolica o MINIMA)

Stato di salute: Buono

Stile di vita: Nessun comportamento a rischio

AUTOESCLUSIONE

Non è possibile donare nel caso in cui ci sia:

- **assunzione di droghe;**
- **alcolismo;**
- **rapporti sessuali ad alto rischio di trasmissione di malattie infettive (es. occasionali, promiscui, ...);**
- **epatite o ittero;**
- **malattie veneree;**
- **positività per il test della sifilide (TPHA o VDRL);**
- **positività al test AIDS (anti-HIV 1);**
- **positività al test dell'epatite B (HBsAg);**
- **positività al test dell'epatite C (anti-HCV);**
- **rapporti sessuali con persone nelle condizioni incluse nell'elenco.**

L'intervallo minimo tra una donazione di sangue intero e l'altra è di 90 giorni. La frequenza annua delle donazioni non deve essere superiore a 4 per gli uomini e 2 per le donne.

Per chi volesse iscriversi alla nostra Associazione può rivolgersi al Servizio Trasfusionale di Portogruaro (presso l'Ospedale Civile secondo piano), in particolare l'équipe è formata dai medici R. Berti, A. Passoni, B. Collaviti; mentre gli infermieri professionali sono: C. Anese, L. Battistel, D. Miorin, S. Drigo e la segretaria L. Perosa.

**La nostra sede a Fossalta di Portogruaro
in Via I. Nievo È APERTA
il Martedì dalle ore 15.00 alle ore 17.30 e
il sabato dalle ore 10.00 alle ore 12.00**

Auguri di Buone Feste

