

il PELLICANO

di Trieste

Periodico d'informazioni dell'Associazione Donatori Sangue Trieste
Spedizione in a.p. 2 comma 20/c L. 662/96 Filiale di Trieste

numero 58 | luglio 2013

50
ANNIVERSARIO
1963-2013



**Sveglia!
è tempo
di donare**

Fallo prima di
andare al mare...





Il Pellicano di Trieste

numero 58 | luglio 2013

INDICE

Il Presidente	p. 1
Approfondimenti	p. 2
Notizie dall'Associazione	p. 8
Rubriche	p. 14

L'Associazione Donatori Sangue di Trieste compie 50 anni. Il lavoro svolto in mezzo secolo non è quantificabile: l'impegno e le fatiche impiegate per far sì che la comunità locale interiorizzi l'importanza della donazione di sangue e che i donatori siano tutelati al meglio, ha un valore inestimabile e difficilmente misurabile.

Dal 1963, quando esistevano i "datori" di sangue retribuiti, molti passi sono stati fatti in termini legislativi ed etici per arrivare alla donazione come gesto volontario, anonimo e gratuito. La nostra stessa associazione nasce infatti dalla volontà di undici cittadini triestini mossi dal presupposto fondamentale di organizzare, assistere moralmente e materialmente e tutelare i donatori volontari di sangue della Provincia di Trieste. In termini legislativi la figura del "datore di sangue" verrà eliminata nel 1969 all'inizio dell'era delle Leggi Trasfusionali che daranno una veste nuova ai centri trasfusionali da quel momento in poi regolamentati.

Si definisce così la figura del Donatore di sangue: vengono posti i limiti per la donazione dai 18 ai 65 anni, si ritocca il tempo di latenza tra le donazioni fino ad arrivare ai noti 90 giorni di decorrenza per l'uomo e 180 per la donna.

In seguito, sempre più ci si è occupati della tutela della salute del donatore che oggi deve corrispondere a determinati criteri per poter effettuare il prelievo: essere in buona salute, avere un peso corporeo superiore ai 50 kg, e così via.

Durante questi 50 anni, le attività di sensibilizzazione dell'ADS hanno coinvolto scuole, istituti, associazioni sportive, istituzioni, forze dell'ordine e svariate aziende. La costante ricerca di nuovi donatori è stata uno degli obiettivi fondamentali, tuttavia si calcola che solo il 5% della popolazione aderisca alla donazione.

L'Autoemoteca, la sensibilizzazione dei giovani, l'aumento della capacità comunicativa legata alle nuove tecnologie, il coinvolgimento delle associazioni sportive, le partnership con attività che sostengano l'associazione, gli approfondimenti medici, le attività ludiche, il coinvolgimento delle istituzioni e delle fedi religiose, tutto ciò non è stato sufficiente per superare questa soglia. La frustrazione data dalla constatazione statistica è tristemente demoralizzante. Tuttavia, vogliamo ringraziare tutti i nostri associati perché non è mai scontato il loro gesto, non è mai scontato essere donatore e perché proprio loro fanno parte di quel 5% che contribuisce a salvare vite umane.

ADS

Associazione Donatori Sangue – Trieste

via J. Cavalli 2/a
34129 – Trieste

orario segreteria

mattina:

dal lunedì al venerdì 8.00 – 13.00

pomeriggio:

lunedì, mercoledì e venerdì 17.00 – 19.00

info@adstrieste.it

www.adstrieste.it

Ufficio Stampa ADS

annadallarmellina@adstrieste.it

silviaballis@adstrieste.it

Il messaggio di Ennio Furlani Presidente ADS



Dott. Ennio Furlani
Medico Chirurgo. Specialista in Malattie del
Tubo Digerente, del Sangue, del Ricambio.
Specialista in Igiene e Medicina Preventiva.
Laureato in Psicologia (indirizzo generale
e sperimentale). Cavaliere dell'Ordine
"Al Merito della Repubblica Italiana".

L'essenza dell'essere umano ha come presupposto fondamentale quello di non togliere vita ma di darla, sempre. L'Idea di dono, quell'afflato che guida la nostra azione e i nostri sentimenti è di donare vita. Il sangue è vita. Senza sangue l'uomo muore. A tutt'oggi non è possibile ottenere il sangue in laboratorio: il sangue deve essere donato dall'uomo per l'uomo e noi lo doniamo. Ufficialmente sono cinquant'anni che questo principio è formalizzato su documenti che attestano questa nostra funzione, poiché siamo consapevoli che questa Idea è ampiamente divisibile e condivisa a parole, ma scarsamente attuata nei fatti dalla stragrande maggioranza dei nostri simili. Siamo sempre presenti, come il classico "grillo di Pinocchio", a ricordare a tutti che il sangue manca nei nostri Ospedali. Noi continuiamo a sostituirci alle Istituzioni nella ricerca di far quadrare il cerchio rincorrendo l'autosufficienza nella nostra Provincia, in special modo nei mesi estivi. Il Consiglio Direttivo dell'ADS, ispirato e trascinato dall'inesauribile e illuminato Mario Mirasola, ha voluto programmare e gestire anche quest'anno il Concorso per le Scuole di ogni ordine e grado della Provincia, poiché è assodato che sono culturali le motivazioni per iniziare a donare e per proseguire su quel sentiero specifico. Si tratta di un sistema di pensiero che deve coinvolgere i Giovani, cioè il Futuro della comunità. Siamo convinti che i giovani debbano studiare per se stessi perché soltanto con lo studio

si riesce ad approfondire la conoscenza che porta alla padronanza del "sé", quindi alla maggiore conoscenza interiore che inevitabilmente si traduce nella coscienza dei propri mezzi e delle proprie aspirazioni. Quando si raggiunge questa condizione, si riesce ad avere una migliore consapevolezza del mondo che ci circonda, uomini compresi, aiutandoci a comprendere meglio le loro espressioni che altro non sono se non la loro interiorità portata all'esterno. È così che si sviluppa l'"empatia", uno stato che ci fa sentire vicino al prossimo quando sta male condividendo e partecipando al suo disagio, senza necessariamente dover passare attraverso un percorso di malattia per rendersi conto della necessità di aiutare chi ne ha bisogno. L'atto del donare, che comporta un sacrificio personale quasi irrisorio, è banale all'apparenza, non molto significativo nella procedura, semplice e dalle implicazioni quasi ininfluenti, scevre da grossi pericoli, ma può salvare la vita di molte persone! Tuttavia, per essere idonei a sottoporsi al prelievo di sangue, il nostro organismo deve essere nella condizione migliore, per cui non è soltanto necessario non essere ammalati o infettanti, ma implica anche uno stile di vita sano e retto valendo il principio della mens sana in corpore sano. Chi decide di donare assumendosi le sue responsabilità, giovane o meno che sia, dimostra di fatto di essere una persona sensibile, animata da un alto senso etico e civico, integra nella sua completezza, sia nella materia sia nello spirito.

INTERVISTA

Luca Mascaretti

Dal Dipartimento di Medicina Trasfusionale alla Direzione Sanitaria dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria



ADS: Dopo quattro anni di direzione del Dipartimento di Medicina Trasfusionale arriva la nomina a Direttore Sanitario dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria di Trieste, chi ricoprirà ora il suo precedente ruolo?

Luca Mascaretti: Il 6 maggio 2013 ho accolto la proposta del Direttore Generale Dott. Francesco Cobello di assumere l'incarico di Direttore Sanitario dell'Azienda Ospedaliero-Universitaria. Tuttavia, ciò che mi ha permesso di accettare questa nuova funzione è stata la consapevolezza che la direzione sanitaria del Dipartimento Immunotrasfusionale sarebbe andata a una persona molto capace, dotata di grandi competenze sia sul piano tecnico sia organizzativo, la Dott.ssa Monica Barcobello che, avendo seguito tutte le fasi della costruzione del Dipartimento, è di fatto competente a ricoprire questo ruolo.

ADS: Dottore, quali sono i compiti e le funzioni del Direttore Sanitario?

LM: Il mio incarico ha una scadenza prevista a marzo 2015, perciò la realizzazione di tutti gli obiettivi diventa impresa ardua. L'Azienda Ospedaliero-Universitaria è una grande organizzazione dove lavorano 3.000 persone tra infermieri, ausiliari, tecnici, amministrativi e dirigenti (medici, biologi, farmacisti etc.). Consta di 800 posti letto e giornalmente, tra ricoveri, accessi in pronto soccorso, esami diagnostici strumentali, esami di laboratorio, trasfusioni di sangue, interventi chirurgici, visite ambulatoriali, eroga circa 3.500 prestazioni. Il Direttore Sanitario, insieme al Direttore Generale, al Direttore Amministrativo, ai medici delle direzioni sanitarie di presidio, alla direzione infermieristica e molte altre figure professionali, deve organizzare la parte

sanitaria di questa complessa "fabbrica della salute". Il compito, di per sé stesso arduo, è reso più difficile da questo periodo storico che, come tutti sanno, è caratterizzato da una importante carenza di risorse. Quindi, se il bisogno di salute e di cure aumenta causa l'invecchiamento della popolazione, a causa di farmaci sempre più sofisticati e costosi, a causa di esami strumentali con contenuto tecnologico crescente; di contro, le risorse intese come finanziamenti regionali e la possibilità di assumere personale sono sempre più limitati. Detto questo, l'Azienda Ospedaliero-Universitaria è dotata di personale molto competente e strutture all'avanguardia che consentiranno di superare il momento difficile che vive il Sistema Sanitario della nostra e di altre Regioni Italiane.

ADS: In questo contesto quanto è importante il ruolo del Centro Trasfusionale?

LM: Come Direttore Sanitario ritengo che l'importanza del Dipartimento di Medicina Trasfusionale in un ospedale grande come il nostro sia davvero fondamentale poiché gli emocomponenti (globuli rossi, plasma e piastrine) devono essere disponibili in quantità adeguate durante tutto l'anno. Confrontando i numeri di donazioni effettuate nei primi 5 mesi del 2012-2013, si osserva un trend preoccupante sulla raccolta di sangue intero (-8,9%), compensata in parte da buoni risultati sulla raccolta di plasma (+9,2%) e piastrine (+9,4%). Per affrontare la difficile situazione economica in cui ci troviamo, è indispensabile che gli operatori sanitari (medici, infermieri, tecnici, ausiliari, amministrativi) cooperino tra loro e laddove possibile, con le associazioni di volontariato; a questo riguardo, la comunità

“Per affrontare la difficile situazione economica in cui ci troviamo, è indispensabile che gli operatori sanitari cooperino tra loro e, laddove possibile, con le associazioni di volontariato; su questo la comunità della medicina trasfusionale ha molto da insegnare.”



della medicina trasfusionale ha molto da insegnare.

ADS: Come si affronta il calo delle donazioni?

LM: È molto importante che il Dipartimento continui a collaborare, come ha sempre fatto, con le Associazioni dei Donatori di Sangue onde garantire numeri di donazioni sufficienti per rispondere adeguatamente alle necessità dei pazienti, anche e soprattutto nei mesi estivi. Voglio ricordare ai donatori di sangue di prendere in considerazione la donazione prima delle vacanze estive (per i fortunati che

hanno possibilità di andare in ferie).

ADS: Obiettivi per il futuro?

LM: Il principale obiettivo che si affronterà nei prossimi mesi sarà il consolidamento del Dipartimento dell'Area Vasta. L'organizzazione dipartimentale consente una serie di vantaggi molto significativi che si attueranno attraverso la programmazione della raccolta del sangue intero, plasma e piastrine in quattro punti fissi (Ospedale Maggiore, IRCCS Burlo Garofolo, Ospedale di Gorizia, Ospedale di Monfalcone)

e in due autoemoteche (di cui una a valenza regionale) tenendo presente che il bacino d'utenza salirà da 220.000 abitanti della provincia di Trieste a 380.000 abitanti dell'Area Vasta Giuliano Isontina. Il personale del Dipartimento verrà a contatto con una casistica maggiore e quindi potrà migliorare le proprie competenze, anche attraverso programmi di formazione unici. Una volta a regime, l'organizzazione dipartimentale consentirà un risparmio di risorse in termini di apparecchiature e di personale, senza ridurre la sicurezza trasfusionale per i pazienti.

IL CONCORSO

I giovani e la solidarietà: Donare in libertà

IV edizione del concorso

Il 23 Maggio 2013 alla presenza di oltre trecento giovani, si sono tenute nel Teatro Miela di Trieste le premiazioni per la quarta edizione del Concorso "I giovani e la solidarietà: Donare in libertà", indetto dall'Associazione Donatori Sangue in collaborazione con l'Ufficio Scolastico Provinciale di Trieste e rivolto a tutte le scuole di ogni ordine e grado.

Gli studenti hanno potuto partecipare singolarmente, come gruppo o classe scegliendo di elaborare una delle quattro tracce proposte, incentrate principalmente sul concetto di anonimato del gesto solidale e sulla capacità del singolo di cambiare le sorti di molti attraverso la libertà di scegliere e, sviluppate dai ragazzi utilizzando come formato il disegno, il testo scritto, il video digitale o il progetto grafico/multimediale. Ad aprire le premiazioni, il Presidente dell'Associazione Donatori Sangue di Trieste, Dott. Ennio Furlani, che ha lanciato un profondo messaggio rivolto ai ragazzi per sensibilizzarli all'importante gesto della donazione di sangue. Hanno fatto seguito gli interventi dell'Assessore alla Protezione Sociale, Laura Famulari, in rappresentanza

del Comune di Trieste, e dell'Assessore alle Politiche Sociali, Giorgio Kosic, in rappresentanza del Comune di Muggia.

I premiati, appartenenti a 20 tra scuole e istituti, hanno sfilato sul palco del Teatro per ricevere i buoni preparati per l'acquisto di libri, accessori computer, cd e dvd musicali; tra poesie e video i ragazzi hanno potuto dare testimonianza della loro capacità creativa e sensibilità sociale.

Grande soddisfazione è stata espressa dal Consiglio Direttivo dell'ADS che, proprio su giovani e giovanissimi vuole continuare l'opera di informazione e formazione, tramite le attività scolastiche e le uscite periodiche con l'Autoemoteca nelle scuole, università e posti di lavoro.



IL VINCITORE DEL CONCORSO

All'amico sconosciuto

Teresa Sfecci

classe VC, I.T. G. Deledda

Posso farlo finalmente,
ormai da una vita
mi passa nella mente,
un regalo speciale voglio fare
è questo: voglio donare.

Colore regale, quello dell'amore
ferroso sapore che emana calore,
prezioso lui è, vita per me,
ma ancor più per te.

È un tesoro custodito
e da tanti ambito,
versarlo è peccato,
troppo sparso è stato.
Ma un tesoro contaminato
non è accettato.

L'ultimo respiro impediamo,
coraggio non sparire.
È a te che noi pensiamo,
coraggio, non morire.

Fallo restare sulla terra superba,
impedisci il cadere della pioggia.
Una perdita apparente
si muta in vittoria quando il dono
felicità e speranza regala
a chi dolore non si aspettava.

Caro amico sconosciuto,
riceverai quello che un tempo era mio:
non chiedere di me,
il segreto è mantenuto,
rimettiti e torna alla tua vita.
Un filo rosso, cristallino, adesso ci lega
anche se ben presto svanirà.

Un altro legame voglio instaurare
ma dovrò aspettare,
a me devo pensare,
stanco, debole è il mio corpo
come tartaruga in letargo.

Chiamatemi, mi desterò dal sogno
quando la neve sarà sciolta.
Servire la vita è il mio bisogno
quindi, silenzio e ascolta.



SCUOLE PRIMARIE DI PRIMO GRADO

Disegni

- 1° classe VA, scuola D. Rossetti
- 2° classe IA, scuola D. D'Aosta
- 3° classe IIA, scuola L. Mauro

SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO

Testo scritto

- 1° Argante Baschiera, classe IIA, scuola D. Alighieri
- 2° Classe IE, scuola G. Corsi
- 3° Lorenzo Vidonis, classe IIE, scuola G. Caprin

Video digitale o progetto grafico/multimediale

- 1° Classe IA scuola G. Caprin
- 2° pari merito
- Matteo Bello IB, scuola G. Caprin
- Classe IIA, scuola G. Corsi

SCUOLE SECONDARIE DI SECONDO GRADO

Testo scritto

- 1° Teresa Sfecci, classe VD, scuola I.T. G. Deledda
- 2° Nikol Fishta, classe IVF, Liceo G. Oberdan
- 3° Jessica Cociancich, classe ID, ISIS Carducci Dante

Video digitale o progetto grafico/multimediale

- 1° Nicoletta Fabro e Pamela Ursic, classe IIG, Liceo F. Petrarca
- 2° Beatrice Mocenigo e Anastasia Gaetano, classe IVC, Liceo G. Galilei
- 3° Leandro Urbani, classe IIB, ITIS A. Volta

PREMIO SPECIALE

Elaborato grafico

Opera Villaggio del Fanciullo II e III anno Addetto alla Computer Grafica

Elaborato artistico/scultura

Luca Grisoni, scuola L. Stock

LA FOBIA DEL SANGUE

Una goccia e svengo

estratto dal settimanale **L'Internazionale**
del 17/23 maggio 2013 N.1000 anno XX;
John Stanford, Stanford Medicine Magazine,
Stati Uniti

La fobia del sangue, come quella per gli aghi e le ferite, è diversa dalle altre. Perché fa perdere i sensi. Ma ci sono delle tecniche per superarla.

Quando vedono il sangue uscire da una ferita, scorrere in una siringa o cadere a terra, le persone con la fobia del sangue reagiscono come tutti i fobici, cioè con l'aumento del ritmo cardiaco e della pressione sanguigna. Ma poi il ritmo cardiaco e la pressione sanguigna scendono all'improvviso, provocando stordimento, sudore, visione tubolare, nausea, svenimento o una combinazione di questi sintomi. Questa è una reazione vasovagale. L'ematofobia è un disturbo psichiatrico frequente. Ma come curarla?

Nel 1991 Öst e alcuni colleghi confrontarono le varie tecniche per curare l'ematofobia:

la tensione applicata –nella quale i partecipanti contraevano i muscoli durante l'esposizione prolungata allo stimolo del sangue– la semplice tensione e la semplice esposizione prolungata. I risultati furono sorprendenti: il 90 per cento dei partecipanti che aveva usato la prima tecnica e l'80 per cento di quelli che avevano usato il secondo sistema mostrò un miglioramento che però si verificò solo nel 40 per cento dei casi tra le persone esposte a lungo allo stimolo del sangue. I risultati, quindi, dimostrarono che la tensione era una componente fondamentale. Öst e il collega Ulf Sterner condussero uno studio nel quale si chiedeva alle persone con la fobia del sangue di contrarre i muscoli in risposta allo stimolo del sangue.

I partecipanti contraevano i muscoli delle braccia, del busto e delle gambe per un

periodo che andava dai 10 ai 15 secondi, fino a quando non sentivano il sangue affluire al viso. Poi lo facevano mentre guardavano delle diapositive e dei filmati in cui appariva il sangue e mentre assistevano a un prelievo. Al termine del trattamento, ai pazienti veniva mostrato un video di mezz'ora di un'operazione al torace: tutti erano in grado di arrivare fino alla fine senza svenire né avere una reazione vasovagale.

Craig Barr Taylor, professore di psichiatria alla facoltà di medicina di Stanford sostiene che “questa terapia può tornare utile anche per la sanità pubblica” e che “le donazioni di sangue sono importanti per la società”.

Questa tecnica ha permesso a molte persone di superare una reazione fisiologica che pensavano essere fuori controllo, ingannando di fatto il proprio cervello fino a sopportare con calma la vista del sangue.

L'EMERGENZA ESTIVA

Progetto MIB

L'idea di Vedran

Nel mese di Aprile, l'Autoemoteca della Associazione Donatori Sangue di Trieste ha fatto tappa al MIB School of Management, per effettuare due tornate di prelievi a studenti e professori.

Il MIB nasce a Trieste nel 1988 come consorzio senza fini di lucro, grazie all'iniziativa di importanti aziende (tra cui Generali, Allianz, Illycaffè, Fincantieri) e del mondo universitario, allo scopo di valorizzare i talenti, sviluppare le competenze, rafforzare la leadership per far crescere persone e imprese... una vera e propria filosofia di vita! Tra le proposte formative di questo istituto troviamo il Master in Business Administration con forte orientamento internazionale, che affronta tutte le principali tematiche dell'economia e della cultura aziendale. Vedran Boškic è uno degli studenti di questo master. Nato a Fiume in Croazia, Vedran ha 32 anni, è laureato in Ingegneria delle Telecomunicazioni presso l'Università di Lubiana e nel suo curriculum compaiono già molte esperienze lavorative ad alto livello, presso svariate aziende che hanno sede in Germania, Israele e Croazia. Negli ultimi tre anni, ha lavorato nello staff tecnico dell'Ospedale Universitario di Fiume dove farà ritorno tra qualche settimana al termine dei suoi studi presso il MIB. Uno dei corsi proposti nel primo semestre del master, Leadership Development, si basa sulle applicazioni della conoscenza del "Sé", in particolare nel mondo del lavoro e più in generale in tutti gli ambiti, così da stimolare la capacità di interpersi a livello multiculturale. Alla classe di Vedran

è stata proposta la realizzazione di un progetto di lavoro chiamato "the gift", il dono.

Spinto dalla volontà di trovare un "regalo" che lasciasse il segno, Vedran ha iniziato una ricerca sulle Associazioni che si occupano della sensibilizzazione al dono del sangue che lo ha portato a contattare l'Azienda Sanitaria e in particolare l'Ospedale Maggiore nella figura del Dott. Paolo Dolfini, referente medico del settore Donatori. Da qui è iniziata la collaborazione che si è concretizzata in un'uscita dell'Unità di Raccolta Mobile ADS nella sede del MIB.

L'idea di Vedran ha origine dal connubio tra la volontà di verificare il proprio stato di salute, grazie ai risultati delle analisi che si effettuano gratuitamente sui donatori,

e il desiderio di salvare delle vite umane. La multiculturalità che caratterizza questa scuola è stata interpretata da Vedran come un messaggio contenuto nel DNA che gli studenti possono trasmettere attraverso il loro sangue per lasciare un dono alla Regione che li ha ospitati. Il sangue diventa, quindi, il minimo comune denominatore che lega gli allievi alla scuola e al territorio che li ospita, come un imbuto capace di convogliare le differenze etniche in un meraviglioso e grande regalo. Il positivo esito di questo progetto ha reso entusiasti studenti e professori che hanno deciso di ripetere l'esperienza tra sei mesi iniziando quindi una collaborazione che, si spera, diventerà in futuro una costante.

Anna Dall'Armellina



AUTOEMOTECA

Andare incontro ai Donatori

I prelievi sul territorio

Le lunghe tempistiche che spesso si verificavano nelle operazioni di prelievo e i disagi subiti dai Donatori a causa della scarsità di parcheggi reperibili intorno al Centro Prelievi del Servizio Immunotrasfusionale, ha aperto la questione sul come risolvere il problema e "andare incontro" ai Donatori. È nata così l'idea dell'Autoemoteca, adibita a prelievi sul territorio, e nel 2000 abbiamo fatto richiesta alla Presidenza della Fondazione Cassa di Risparmio di Trieste di sostenere gli oneri di questo progetto. Un fondamentale aiuto per ottenerla ci è stato dato dal prof. Lucarini che ha perorato la nostra causa, dando al Consiglio Direttivo della Fondazione ampie indicazioni sulle finalità del mezzo e sulle potenzialità del programma.

Il dottor Piccini, Presidente della Fondazione, ci ha consegnato l'Autoemoteca il 9 dicembre 2001 in occasione della nostra Giornata ed il 5 marzo 2002 il mezzo è uscito per la prima volta a Trieste, presentato alla cittadinanza in Piazza dell'Unità d'Italia. Per gentile concessione della Giunta e del Consiglio comunali, molto sensibili a queste tematiche, e in special modo del Sindaco Dipiazza, illustre promotore e portavoce di questa iniziativa, ci è stato concesso di sostare dinanzi al Municipio di Trieste.

Alla presenza del primario Vincenzo De Angelis è avvenuta la presentazione ufficiale dell'Autoemoteca, così tutti hanno potuto ammirarne le funzionalità, essendo essa provvista di tre lettini da prelievo e della strumentazione idonea ad una specifica struttura, alla quale si richiede di essere sempre attiva e efficiente sul territorio. Il primo banco di prova per la nuova Autoemoteca è avvenuto presso la Parrocchia del Carmelo che ci ha gentilmente ospitato mettendo a disposizione anche i suoi locali in cui si sono raccolti i Donatori in attesa del prelievo. Eravamo sul posto alle 9 di una mattina nuvolosa e verso le 11.30 una pioggerella insistente ci ha fatto pensare che, se non fossimo stati ospitati dai meravigliosi Frati Carmelitani, saremmo dovuti rimanere all'addiaccio sotto la pioggia insistente e

perseverante. È in queste circostanze che al dottor Ennio Furlani è balenata l'idea dell'utilità di un mezzo di supporto in cui ospitare i Donatori prima e dopo il prelievo. Il Presidente mise a parte di questa nuova esigenza la ditta Godina, diretta dal dottor Sergio, nostro socio, affinché cercasse di far breccia nel Direttivo del Rotary di Trieste per ottenere un finanziamento utile all'acquisto di un camper che fungesse da seconda struttura ricettiva per i Donatori. Il Rotary di Trieste, assieme al dottor Sergio Godina e al Rotary di Venezia-Mestre ci misero nella condizione di acquistare un camper, che tutt'ora vive, quale supporto all'Autoemoteca.

Le uscite dei prossimi mesi

Luglio

19 Borgo Grotta Gigante

20 Borgo Grotta Gigante

Settembre

12 Allianz



AUTOEMOTECA

L'Autoemoteca alla Majenca



Il 4 maggio 2013 l'Autoemoteca dell'Associazione Donatori Sangue di Trieste si è recata a Dolina, San Dorligo della Valle, per effettuare una tornata di prelievi.

Si ripete così per il terzo anno la piacevole collaborazione tra ADS, Comune di San Dorligo della Valle e Majenca. Nel 2011, grazie al Sindaco Fulvia Premolin e al Vicesindaco Antonio Ghersinich, fu proposta l'idea di invitare a donare i ragazzi che si occupavano dell'organizzazione della Majenca durante l'uscita dell'Autoemoteca ADS nei giorni precedenti la popolare Sagra del paese. In quell'occasione il mezzo adibito ai prelievi sostò presso il Circolo Giovanile di San Dorligo della Valle e inaugurò il primo appuntamento di quella che sarebbe divenuta una gradita consuetudine negli anni. La tornata di prelievi del 4 maggio 2013 si è rivelata un banco di prova per i giovani di Dolina che si sono assunti la responsabilità – in primis nella figura di Monika Zeriali –

di prendere il “testimone” nell'organizzazione di questo evento. La volontà di scegliere come data per le donazioni di sangue la settimana precedente la Majenca è prova di quanto possa essere amata e sentita questa festività che trae la sua origine da un'antica tradizione locale, un rito inneggiante la primavera e la gioventù che ha nell'innalzamento e nell'abbattimento dell'albero di Maggio, il Maj, il suo momento culminante. Compito e privilegio di organizzare questa grande festa è proprio dei ragazzi, i quali già al termine dell'inverno, si riuniscono per la prima fantovska (assemblea giovanile) per eleggere il nuovo 'župan' (sindaco) e formare il comitato organizzativo. Monika ha 31 anni e dal compimento del suo 14esimo anno d'età, momento che segna l'ingresso dei giovani nella comunità sociale, fa parte del comitato: «Durante le riunioni, a ciascuno vengono conferiti compiti specifici a seconda dell'età e dell'esperienza. L'assegnazione di compiti e doveri costituisce per i più giovani una

vera e propria possibilità di confrontarsi con la realtà del lavoro e contemporaneamente con persone di tutte le età, aggiungendo al divertimento proprio della festa un valore educativo e di compartecipazione sociale.» In questa logica i ruoli di maggiore impegno sono riservati ai 'parterji', ragazzi attorno ai diciott'anni, e alle 'parterce', ragazze sedicenni, che la domenica della Majenca aprono le danze sotto al Maj. È per loro un vero e proprio rito di passaggio che segna l'ingresso nella vita sociale della comunità. La Majenca è una festa saldamente radicata nei cuori degli abitanti di Dolina, una tradizione che porta con sé sentimenti di appartenenza alla propria identità nazionale. In questo contesto si colloca la volontà di inserire un valore aggiunto alla festività creando nuove occasioni per stimolare la componente etica e di sensibilizzazione sociale come, per esempio, la collaborazione con L'UNICEF grazie all'albero dei diritti dei bambini e quella della donazione di sangue.

GRUPPO GIOVANI

Sentirsi giovani donando

Un gruppo di ragazzi, tutti sotto i 30 anni, ha unito le proprie forze per sensibilizzare e promuovere la donazione di sangue, soprattutto tra gli studenti universitari, cercando di far capire loro l'importanza fondamentale di un gesto così piccolo ma con un impatto concreto così grande.

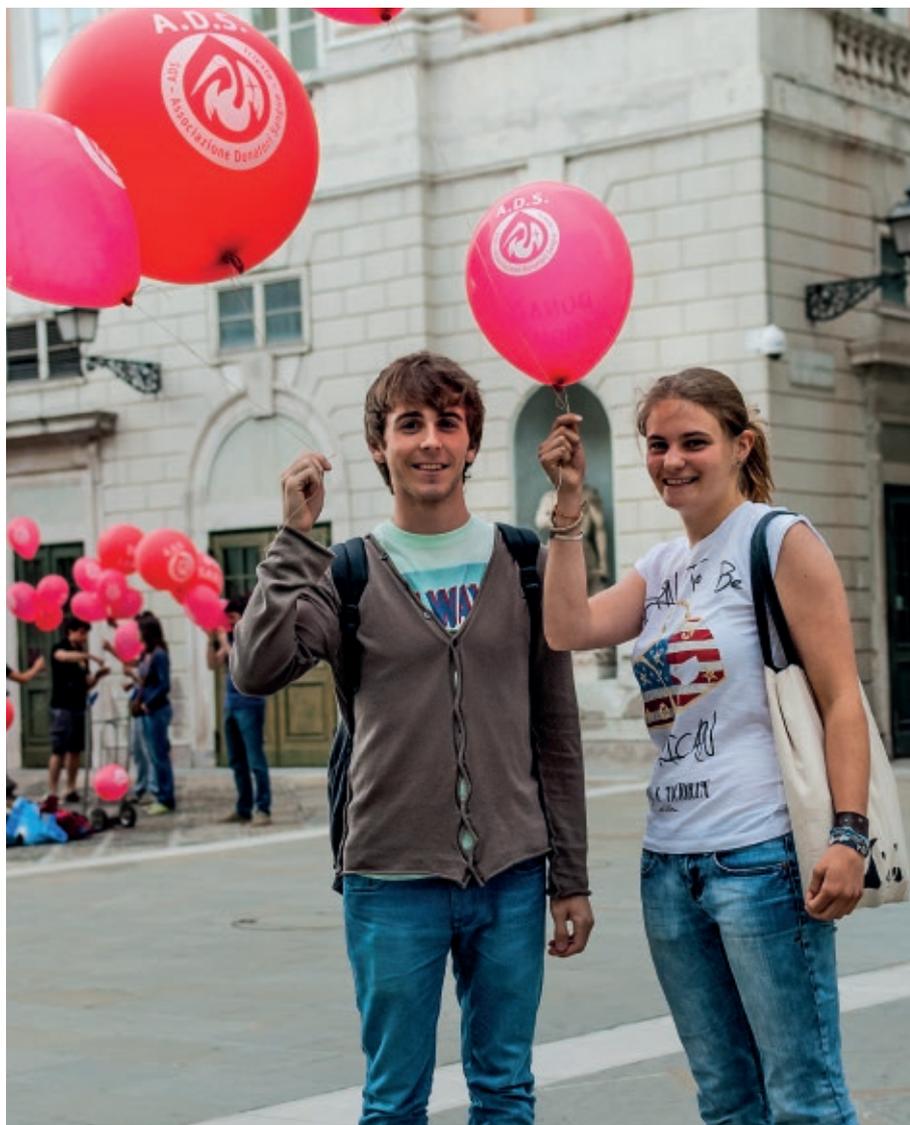
«Noi, del gruppo giovani, vediamo la sensibilizzazione alla donazione come un obiettivo sociale fondamentale e abbiamo la responsabilità per primi di donare senza dover aspettare il buon esempio dei “più grandi”. Generazioni prima di noi lo hanno fatto, e sarebbe del tutto naturale che noi continuassimo sulla stessa strada. Vogliamo ricordare agli studenti universitari, e non solo, che dalla loro donazione dipendono la salute e le vite di molte persone. Vogliamo avere un impatto capace di rendere la donazione un atto costante nel tempo.

Ciò che facciamo, come Gruppo Giovani, lo facciamo nella convinzione e speranza che ogni nostro gesto, ogni nostro sforzo, potrà contribuire a salvare delle vite.

Viviamo in una società che sempre meno si cura della comunità, che sempre meno si rivolge al prossimo, che sempre meno trasmette valori che contano davvero.»

L'appello è molto chiaro e si rivolge a tutti quei ragazzi che abbiano l'interesse di portare il loro contributo.

Il gruppo giovani attende nuove leve che li aiutino in questa campagna di sensibilizzazione: **chiunque sia interessato a collaborare** può contattarli alla mail gruppogiovani@adstrieste.it o attraverso il profilo Facebook ADS Trieste – Gruppo Giovani.



GRUPPO GIOVANI

Flash Bloody

Il flash mob a Trieste

Per sensibilizzare la città di Trieste al dono del sangue, sabato 8 giugno 2013 alle ore 18.30 in Piazza della Borsa, l'Associazione Donatori Sangue in collaborazione con l'Associazione Iazadi hanno divertito e fatto riflettere attraverso un simpatico "Flash Bloddy".

Il Gruppo Giovani dell'Associazione Donatori Sangue di Trieste con la preziosa collaborazione dell'Associazione Iazadi hanno dato vita a un divertente esempio di questo singolare fenomeno mediatico.

Sabato alle 18.30 tutti i partecipanti – che erano stati contattati tramite passaparola via Internet– si sono riuniti in Piazza della Borsa a Trieste. Tutto ha avuto inizio con la consegna del primo palloncino rosso "dona sangue" a uno dei ragazzi appartenente al Gruppo Giovani ADS poi moltiplicatosi in un passaggio continuo tra le persone partecipanti. Il messaggio è chiaro: la donazione è un gesto altruistico basato sulla solidarietà e sullo scambio reciproco. Alla fine i palloncini sono stati liberati in cielo in un trionfo di colore e allegria che ha coinvolto tutti gli astanti.

Il Flash bloody, o più in generale flash mob, nasce come un raduno organizzato via Internet (email, social network) o telefonia cellulare che ha l'obiettivo di mettere in pratica un'azione insolita. Questo e altri eventi si inseriscono nel calendario "a sorpresa" che L'Associazione Donatori Sangue di Trieste ha in serbo per festeggiare il suo 50esimo compleanno.



INIZIATIVE

Due passi in Carso

L'Associazione Donatori Sangue di Trieste quest'anno ha cercato di coinvolgere i suoi associati nella scelta delle attività a loro dedicate. Per tale ragione è stato fornito un questionario ai donatori nel quale si potevano segnare le preferenze circa le attività proposte.

Tra le varie possibilità, le passeggiate in Carso sono state le più "gettonate" e perciò l'ADS ha proposto una breve escursione tra le bellezze naturalistiche e artistiche di Prosecco-Santa Croce allo scopo di sensibilizzare alla donazione di sangue. L'incontro, fissato per il 25 aprile alle ore 9.15, ha luogo davanti al monumento ai partigiani caduti, all'entrata di Prosecco. Il gruppo è numeroso e di tutte le età.

Tra le stradine che si dipartono dalla piazzetta, prendiamo il sentiero del Club Alpino Italiano che entra decisamente nel folto del bosco salendo ripidamente verso la cima del costone carsico. Il panorama si amplia, tra pietraie suggestive, fino a che giungiamo sull'immensa terrazza naturale del costone dove ci fermiamo, essendo giunti a un grandioso punto d'osservazione: la vedetta Slataper, posta sulla cima del Monte San Primo, luogo ideale per una sosta. Ne approfittiamo per riposare e scattare qualche foto ricordo, quindi ripartiamo verso Prosecco attraversando il bosco di pini su un comodo sterrato in leggero saliscendi. Giunti al punto d'arrivo ci attende il camper dell'Associazione dove possiamo rifocillarci grazie allo spuntino che ci viene offerto dal direttivo dell'ADS. L'evento è stato realizzato grazie alla disponibilità del CAI-SAG di Trieste e soprattutto grazie all'esperienza del nostro accompagnatore, il Sig. Mario Bello, che nelle settimane precedenti ha messo a punto un percorso adattandolo alle esigenze dei partecipanti.

INIZIATIVE

'Xé più giorni che sacche di sangue'

Il nostro gruppo alla Bavisela



Grazie alla bellissima esperienza della Bavisela 2012 che ha visto l'ADS come gruppo più numeroso con ben 250 partecipanti, l'Associazione ha pensato di reiterare nuovamente questo divertente appuntamento.

Anche quest'anno l'Associazione Donatori Sangue di Trieste ha partecipato con il gruppo "ADS donatori sangue" alla Bavisela Family – walk of life telethon 2013, la nota maratona non competitiva, dedicata alle famiglie, che si corre annualmente nel mese di maggio. Chi ha partecipato a questa edizione della maratona può ritenersi ancor più orgoglioso poiché per ogni quota di partecipazione, un euro è stato devoluto alla Fondazione Telethon a sostegno della ricerca scientifica sulle malattie genetiche rare. Walk of Life, appunto, una grande manifestazione di raccolta fondi caratterizzata da una serie di corse solidali sull'intero territorio nazionale. Alla partenza della corsa, soffia un allegro vento mentre i nostri associati ADS si riuniscono nei pressi del parcheggio delle corriere, accanto al parco di Miramare.

Tutti indossano le magliette "dona sangue" e il nostro Gruppo Giovani è "armato" dei consueti striscioni di sensibilizzazione. Scattiamo qualche foto ricordo, tutti con le mani sù, tutti con le mani giù. La nostra nuova mascotte indossa, anche lei, la maglietta dell'Associazione. Si chiama Haku, un simpatico cane adottato nel canile di Opicina da una nostra donatrice. Alla partenza il nostro Gruppo Giovani inizia a correre reggendo un grande lenzuolo con la scritta "xé più giorni che sacche de sangue", mentre la maggior parte del gruppo si gode la passeggiata a bordo mare e, tra una chiacchiera e l'altra, accompagnati dalla musica delle Band Live lungo la strada, in un paio d'ore giungiamo all'arrivo. Questo avvenimento si inserisce nel calendario di incontri ludici volti a sensibilizzare la comunità. Per tale ragione invitiamo, chi ancora non l'avesse fatto, a visitare il sito www.adstrieste.it e a compilare i campi che danno accesso alla ricezione delle nostre e-mail, iscrivendosi alla newsletter. Nel sito troverete le foto di questa e dell'edizione precedente della Bavisela 2013.

INIZIATIVE

Bimbibici 2013 a Muggia

ViaggiareSlow e ADS

ViaggiareSlow è un'Associazione la cui filosofia si riassume in queste tre accezioni: senza fretta, senza stress, senza ansia della meta. Tre concetti che definiscono un nuovo modo di vivere il viaggio, basato sulla qualità piuttosto che sulla quantità. ViaggiareSlow si propone di divulgare, promuovere e offrire attività ricreative mirate alla scoperta del territorio attraverso tracciati minori, da percorrere prevalentemente in bicicletta, per far conoscere e valorizzare l'incredibile patrimonio culturale del nostro territorio.

Domenica 12 maggio 2013 si è svolta a Muggia la cicloescursione "Bimbibici 2013" organizzata dal Comune di Muggia con ViaggiareSlow, Ulisse FIAB e l'Associazione Donatori Sanguine di Trieste. "Bimbibici" è una manifestazione nazionale promossa dalla Federazione Italiana Amici della Bicicletta volta a promuovere la mobilità sostenibile diffondendo l'uso della bicicletta tra i giovani, un'allegria pedalata in sicurezza lungo le vie cittadine e nel territorio urbano che si svolge ogni anno nel mese di maggio ed è rivolta principalmente a bambini e ragazzi, ma è aperta anche a tutti gli altri cittadini. Nonostante il tempaccio, qualche goccia di pioggia all'avvio e il fresco vento da nord, gli iscritti alla partenza organizzata presso il Piazzale Caliterna a Muggia sono stati circa



300. Il serpentone colorato di piccoli e grandi ciclisti si è snodato tra il Mandracchio, la galleria e il centro della cittadina per raggiungere il nuovo tratto ciclopedonale alla foce del rio Ospio. In seguito, il gruppo ha percorso il tratto ciclabile "Carso-Kras" che conduce al biotopo naturale dei Laghetti delle Noghère dove si è svolta la cerimonia di inaugurazione della pista ciclabile. Questo tratto, insieme allo strategico troncone della "Parenzana", che da Rabuiese conduce all'avvicina Slovenia e poi in Croazia, è stato completato recentemente e dà finalmente la possibilità di poter fruire

di una rete ciclabile nel Comune di Muggia evidenziando le potenzialità turistiche del tracciato.

Al rientro i visi stanchi ma felici dei bimbi hanno illuminato la domenica, fra i raggi di sole che nel frattempo si sono fatti largo tra le dense nubi.

L'organizzazione ringrazia tutti i volontari di ViaggiareSlow e FIAB per il supporto e per l'assistenza meccanica fornita. Un ringraziamento particolare all'Associazione Donatori Sanguine per il preziosissimo aiuto dato per la riuscita dell'evento.



ENIGMISTICA

CruciPuzzle

MISCELLANEA (4): (distesa d'acqua)

E	T	N	A	R	O	T	S	I	R
P	S	A	B	B	I	A	A	C	O
I	P	E	L	O	S	I	A	A	U
S	I	L	L	A	B	N	O	R	L
C	A	M	P	E	G	G	I	A	O
I	G	I	T	A	R	O	P	I	T
N	G	G	T	E	E	I	A	B	T
A	E	N	B	S	N	O	L	I	E
S	O	L	U	T	O	D	L	O	O
M	A	M	O	I	G	G	A	I	V

- ALBERGO
- BALLI
- CAMPEGGI
- CARAIBI
- GITA
- ISOLE
- LAGO

- MONTAGNA
- MUSEO
- OSTIA
- PALLA
- PISCINA
- RISTORANTE
- ROULOTTE

- SABBIA
- SPIAGGE
- TENDA
- VIAGGIO
- VOLI

L'INCONTRO

Le pietre sulle quali
posavo i miei piedi scalzi,
urlavano in silenzio,
scolpendoli in ali...
Alla porta il ginepro
mi tolse il berretto
dal capo,
ammonendomi
dove mi trovavo...
Non sapevo di averlo in testa,
lo ringraziai...

Alzai lo sguardo,
Lei era lì, mi aspettava...
Un attimo ed ero dinanzi a Lei...
Chiudendo gli occhi,
cominciò la danza dell'anima...
Poi, si unì il corpo,
dando così inizio
alla danza Divina...

Sergio Kraljič
Medjugorie, 19 gennaio 2013

LA RICETTA DI UN AMICO

Fagioli
messicani

Mia madre ha lasciato a mia moglie Nini la seguente ricetta che non si trova nella cucina messicana ma è un classico di quella nostrana che vale la pena di gustare.

ingredienti:

- 500 g. di fagioli Reali
- 1 rametto di rosmarino
- 1 spicchio d'aglio
- 1 foglia di alloro
- 1/2 cipolla
- 30 g. di prosciutto crudo
- 3 o 4 pomodori pelati
- 250 g. di cotenne magre di maiale

preparazione:

Lessare mezzo chilo di fagioli "Reali" o "Stregoni" fino a metà cottura con un rametto di rosmarino, uno spicchio d'aglio intero e una foglia di alloro. A parte, soffriggere mezza cipolla in poco olio assieme ai pezzettini di prosciutto crudo misto (30 g.) oppure pancetta magra o resti di piedino. Aggiungere 3 o 4 pomodori pelati a pezzetti, stufare e mescolarvi i fagioli. A parte, cucinare 250 g. di cotenne magre di maiale. A metà cottura tagliarle a quadretti e metterle nella pentola dei fagioli con un bel po' del loro brodo. Aggiungere sale quanto basta (meglio se verso la fine), peperoncino e portare a cottura completa.

P.S. Questo stufato di fagioli va a nozze con la carne alla griglia o alla piastra che noi spesso facciamo marinare per qualche ora in un bagno di salsa di soia, vino rosso, cipolla affettata, aglio, grani di pepe, senape, alloro e rosmarino. Se si vuol così cucinare il maiale si può aggiungere un cucchiaino di miele, ben sciolto nella marinata. Spennellare generosamente durante la cottura.

Il vostro Diego

DA SAPERE

El Vecio Brontolon

Gavè osservà che da sessanta anni a 'sta parte i detersivi xe sempre "Nuovi" e lava "Ancora più bianco"? Questo sì che xe progresso!

Una volta se vergognava de aver le braghe straponte. Adesso se le compera zà strazzade in boutique. Speto de veder in vetrina le prime scarpe frugade, magari con la "Griffe", o gome americane zà mastigade.

No xe maieta o toco de strazza che no gabi scritto "Princeton" o "Cape Horn", o "Alcatraz" ma vien tuto de Canton. Ala gente però ghe piasì far finta de esser stadi in quei posti o addirittura de esser parte del "Royal Polo Team".

Me fa de pianzer 'sti muli col cavaloto dele braghe sui ginoci e la cadenela. I me disi che le mutande che ovviamente se vedi in alto devi esser de una certa marca, o no val.

Una volta se se meteva la brillantina per tegnir i cavei a posto. Ogi i se meti el gel per far zuffoleti imbigolai che devi sembrar spetinati.

La barba devi sembrar de quatro giorni perché el vero omo "impegnà" no gà sempre tempo de farsela ma el va ogni settimana a farse depilar, torace, ascelle eccetera...

Tuti xe in crisi meno quei che fa tatuagi. Me piaseria esser vivo de qua trenta anni per veder a Barcola tute 'ste babe piene de rughe, no solo dela pelle ma anche de tutte quelle farfalle che xe tornade "rughe" de conseguenza.

I telefonini fa ormai de tuto e de più, e le società telefoniche fa de tuto perché no te 'rivi a capir cosa che i te ofri se te se abboni con lori. Concorrenza? Ma no stemo parlar monade! Comunque se no te gà el cellulare no te existi e parlemo de crisi con un milion e dozentomila SMS al giorno solo in Italia? Che tristezza tuti 'sti poveri fioi che se consuma i pollici con la testa bassa gnanca che i sgranassi un rosario in cesa e invezze i fa zogheti che al confronto, Apocalypse Now sembra Bambi.

Anche i orologi gà quadranti come cruscoti de 747, ma chi gà mai strucà anche solo el boton del tachimetro? Impermeabile garantito fino a 100 metri, perché te capiterà spesso de andar in dorada a veder che ora xe fora del Punta Salvore.

Poderìa andar avanti, ma xe meio che taso. Son vecio e no gò savudo mantegnir el passo coi tempi, come dir che no gò capido niente dela vita.

Steme ben
Il vostro Diego



CURIOSITÀ

Perché si dice avere sale in zucca

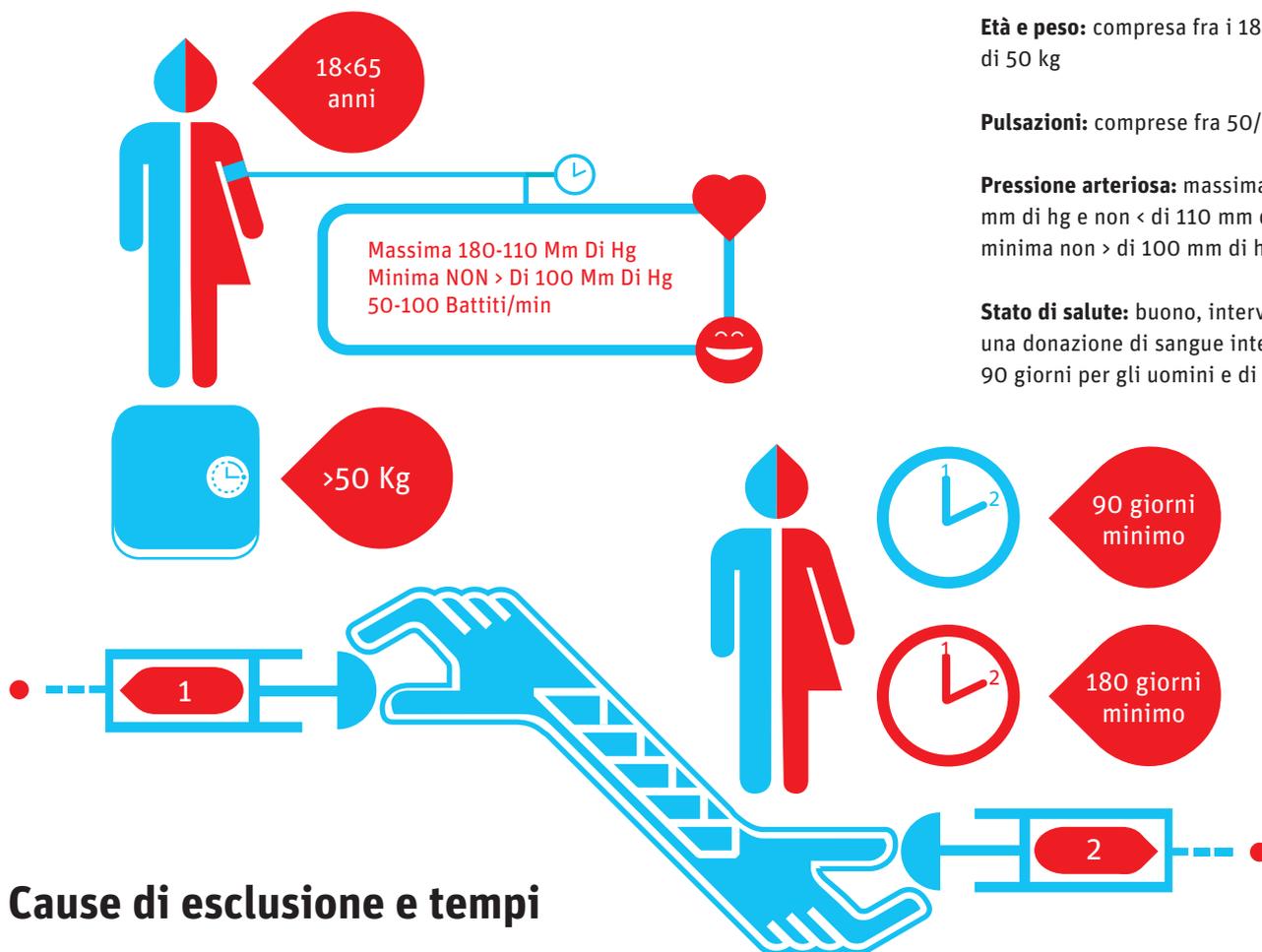


Le Cucurbitacee come zucca, zucchine, angurie, meloni e affini sono frutti notoriamente zeppi d'acqua in cui è difficile trovare traccia di Cloruro di Sodio, ovvero NaCl, il comune sale da cucina.

Pertanto chi dimostra di possedere "sale in zucca", pur in mezzo a tanta acqua, si può considerare intelligente. Di riflesso, una persona molto idiota viene definita citrullo poiché secondo l'Ordine Botanico di Linneo, l'anguria, formata al 95% cento di acqua, è detta Citrullus vulgaris. Citrullo, quindi, è chi ha la testa ricolma d'acqua.

DONAZIONE

Condizioni di base per donare



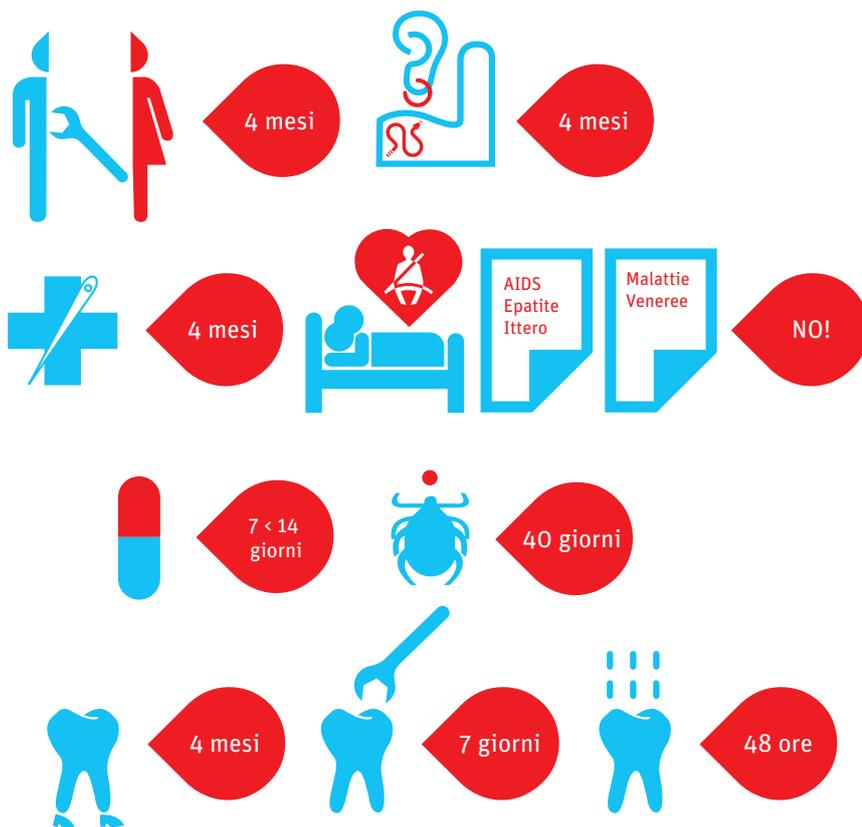
Età e peso: compresa fra i 18 e i 65 anni, più di 50 kg

Pulsazioni: comprese fra 50/100 battiti/min

Pressione arteriosa: massima non > di 180 mm di hg e non < di 110 mm di hg minima non > di 100 mm di hg

Stato di salute: buono, intervallo minimo tra una donazione di sangue intero e l'altra è di 90 giorni per gli uomini e di 180 per le donne

Cause di esclusione e tempi



Interventi chirurgici

endoscopie e artroscopie: 4 mesi
ambulatoriali: 7 giorni

Tatuaggi e piercing: 4 mesi

Agopuntura: 4 mesi

Rapporti sessuali a rischio di trasmissione di malattie infettive (rapporto non protetto o con persone sconosciute):

4 mesi dall'ultima situazione a rischio.

Epatite (B o C) o ittero, malattie veneree, positività per il test dell'aids:
non si può donare

Assunzione di

farmaci antinfiammatori: 7 giorni
cortisone e antibiotici: 14 giorni

Puntura di zecca: 40 giorni

Interventi odontoiatrici di

impianti: 4 mesi
estrazione: 7 giorni
igiene: 48 ore

Le “ditte amiche” dell’Associazione Donatori Sangue

Godina

via Carducci 10,
34133 – Trieste
tel. +39 040 370444
www.godina.it

BMTrasporti di Bianchi Massimiliano

Trasporti edili e di ogni
genere, traslochi
via Dei Vigneti 14,
34146 – Trieste
tel. +39 349 4241911

MIMA Sport

via Ponziana 2/1, via Udine 45/a,
34100 – Trieste
tel. +39 040 768689

Ki-point

Via del Molino a Vento 74,
34137 – Trieste
tel. +39 040 3720869
ki154@kipoint.net
www.kipoint.it

Gioielleria Montecarlo

via Ghega 19/a,
34100 – Trieste
tel. +39 040 3478295
e.gioiellimontecarlo@libero.it
www.gioielleriamontecarlo.it

DEA Calzature

via San Sebastiano 6,
34100 – Trieste
tel. +39 040 303660

BIASI Articoli Elettrici

Piazza Dalmazia 1,
34133 – Trieste
tel. +39 040 369572

Garden Center Sas

via Flavia di Stramare 133/a,
34015 – Muggia, Trieste
tel. +39 040 231501

Desco S.r.l

Alimentazione e Servizi
via dei Caduti della R.A.M.B. 5
34015 – Muggia (Z. Ind.)
tel. +39 040 6761111

Ristorantino Ainoa La cucina delle 4 stagioni – Pizzeria senza glutine

via Domenico Rossetti 75
34141 – Trieste
tel. +39 040 2601283
info@ainoa.it
www.ainoa.it

Azienda dei Conti Contucci, del Vino Nobile

Via del Teatro 1,
53045 – Montepulciano, Siena
tel. +39 0578 757006
info@contucci.it
www.contucci.it

UVEC viaggi

via Giusto Muratti 4,
34100 – Trieste
tel. +39 040 661333
info@uvec.it
www.uvec.it

Rigutti Abbigliamento uomo

via Mazzini 43,
34122 – Trieste
tel. +39 040 631283
riguttiabbigliamento@libero.it
www.rigutti.it

Erboristeria ‘Bottega delle Spezie’ di Manuela Zippo

via Combi 7/1,
34100 – Trieste
tel. +39 040 303555
info@bottegedellespezie.it
www.bottegedellespezie.it

Albergo La Cappuccina

Loc. La Cappuccina 46/a,
53037 – San Gimignano, Siena
tel. +39 0577 941077
info@lacappuccina.com
www.lacappuccina.com

L’Associazione Donatori di Sangue da anni cerca di sensibilizzare la popolazione della provincia di Trieste alla donazione di sangue. Ad oggi il nostro territorio non si è reso ancora autonomo ed è per questo che stiamo cercando di coinvolgere tutti i cittadini a dare il loro contributo secondo le proprie possibilità. Diventare “ditta amica”, in pratica, significa aiutarci a promuovere la sensibilizzazione al dono del sangue.

Julia viaggi

via San Lazzaro 6,
34122 – Trieste
referente:
Rita Zweiner in Romano
tel. +39 040 367886
rita.romano@juliaviaggi.it
www.juliaviaggi.it

Gioielleria Sergio Plisco

Corso Italia
34121 – Trieste
tel. +39 040 631176

Stolfo mobili

via Valle 39,
33045 – Nimis, Udine
tel. +39 0432 790108
info@stolfomobili.it
www.stolfomobili.it

Casa del Materasso

via Carducci 22,
34125 – Trieste
tel. +39 040 382099
info@casadelmaterassotrieste.it
www.casadelmaterassotrieste.it

Calzature Fernando

via del Coroneo 7,
34133 – Trieste
tel. +39 040 370434

Oreficeria Viola

via Conti 9/4,
34141 – Trieste
tel. +39 040 660850

Pizzeria Mama

Località Puglie di Domio 161a,
34018 – San Dorligo
della Valle, Trieste
tel. +39 040 828669
info@pizzeriaristorantemama.com
www.pizzeriaristorantemama.com

Az. Agr. San Quirico – Chianti, Vernaccia ed Olio biologici

Loc. Pancole 39,
53037 – San Gimignano, Siena
tel. +39 0577 955007
az.agr.sanquirico@libero.it

Qi Negozio – Murrisoft

via xxx Ottobre 9,
34121 – Trieste
tel. +39 040 369441
manuela.perna@murrisoft.it
www.murrisoft.it

Brain Music – Future Store S.n.c. di Cacciatore & I. De Laurentis

via Giulia 64/c
34100 – Trieste
tel. +39 040 351280
brain@brainrecords.it
www.brainrecords.it

Messidoro

Chiosco chiavi e serrature
Piazza Garibaldi 1,
tel. +39 040 772258

Autocarrozzeria ARA di Riccardo Pellizzer

Sales 84, Sgonico
tel. +39 040 229190

Autofficina G&G di M. Gripari

Zona artigianale Dolina,
S. Dorligo 507/2,
34018 – Trieste
tel. +39 040 228169

Libreria Lovat

viale XX Settembre 20,
34100 – Trieste
tel. +39 040 637399
trieste@librierielovat.com
www.librierielovat.com

A.C. impianti

Via dei Baseggio 75,
34136 – Trieste
tel. +39 347 5219337
adriano7127@libero.it

GS di Godeas Dario

Via dei Vigneti 22/3,
Trieste – 34146
tel. +39 348 7668695
dario.godeas@fastwebnet.it



ADS
Associazione Donatori
Sangue – Trieste
via J. Cavalli 2/a
34129 – Trieste

orario segreteria
mattina:
dal lunedì al venerdì
8.00 – 13.00
pomeriggio:
lunedì, mercoledì e
venerdì 17.00 – 19.00

info@adstrieste.it
www.adstrieste.it

Il Pellicano di Trieste
numero 58
luglio 2013

direttore responsabile
Mario Mirasola
–
redazione
Anna Dall'Armellina
Silvia Ballis
–
progetto grafico
Matteo Bartoli
–
stampa
Stella Arti Grafiche s.r.l.

amministrazione
e pubblicità
Associazione Donatori
Sangue – Trieste
via J. Cavalli 2/a
34129 – Trieste
–
distribuzione gratuita
autorizzazione
del Tribunale di Trieste
n°429 del 2/4/1973
tiratura: 5.000 copie

SOSTIENI L'ASSOCIAZIONE

Il tuo 5 per mille a sostegno dell'Associazione Donatori Sangue

Il contribuente può destinare la quota del 5 per mille della sua imposta sul reddito delle persone fisiche (Irpef), firmando in uno dei cinque appositi riquadri che figurano sui modelli di dichiarazione (Modello Unico PF, Modello 730, ovvero apposita scheda allegata al CUD per tutti coloro che sono dispensati dall'obbligo di presentare la dichiarazione). Oltre alla firma, il contribuente può indicare il codice fiscale del singolo soggetto cui intende destinare direttamente la quota del '5 per mille'.
Attenzione: la scelta di destinazione del '5 per mille' e quella dell' '8 per mille' (L. 222/1985) non sono in alcun modo alternative fra loro.

Le attività che possono essere sostenute sono quelle del volontariato, della ricerca scientifica, sanitaria e universitaria e delle attività sociali attivate dal Comune di residenza del contribuente. Il concetto è abbastanza rivoluzionario poiché il 5 per mille permette al cittadino di indirizzare una quota dell'imposta dovuta allo Stato trasferendo quote di potere e di responsabilità dallo Stato ai cittadini stessi e alle loro organizzazioni.

Per sostenere l'ADS:

codice fiscale
80020890325

Il '5 per mille' è una grande opportunità per sostenere l'operato dell'Associazione Donatori Sangue.

Grazie di cuore per il tuo contributo.

DONAZIONI

Dona il tuo 5x1000 all'ADS – Associazione Donatori Sangue:
codice fiscale 80020890325 / IBAN IT 36 I 02008 02210 000040290099

Un sentito ringraziamento a tutti coloro che ci hanno ricordato facendo un'elargizione in favore della nostra Associazione.