

# il PELLICANO

di Trieste

**Vedi  
rosso?**  
Dona  
Sangue!

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

numero 60 | giugno 2014





# Il Pellicano di Trieste

numero 60 | giugno 2014

## INDICE

Il Presidente	p. 1
Approfondimenti	p. 2
Notizie dall'Associazione	p. 6
Rubriche	p. 10

Da qualche mese il servizio dell'Autoemoteca volto a effettuare prelievi in itinere, è stato sospeso. L'Associazione Donatori Sangue ha deciso di supplire a questa mancanza mettendo a disposizione dei donatori un bus navetta che faccia spola fra posto di lavoro, scuola, istituto e Centro Immunotrasfusionale. Questa modalità consente di andare incontro ai donatori che generalmente non hanno la possibilità di donare all'Ospedale Maggiore e, in passato, ricorrevano all'utilizzo dell'Autoemoteca.

Il servizio di trasporto è disponibile nei giorni di martedì, mercoledì e giovedì dalle ore 8.00 alle ore 11.00.

Il pulmino ospita 8 persone più autista. In sinergia con il Centro Trasfusionale è stato stabilito un numero massimo di 16 persone al giorno, se già donatori, invece il numero viene ridotto a 8 per coloro che si avvicinano per la prima volta alla donazione poiché il tempo che necessita una prima donazione è maggiore.

Nei mesi di febbraio, marzo e aprile, Allianz, Banda Berimbau, Reggimento Piemonte Cavalleria, ASD Pallamano Opicina, Venjulia Rugby Trieste; gli studenti del Max Fabiani, del Nautico, del Petrarca, del Galvani, del Carducci, dello Ziga Zois, del Dante, dell'Oberdan, del Volta dell'Università degli Studi e dell'ESN, hanno reso possibile la realizzazione di questo progetto.

L'ADS coglie l'occasione per ringraziare questi gruppi, associazioni, scuole e aziende e tutti coloro che vorranno collaborare in futuro con noi.

### Ufficio Stampa ADS

annadallarmellina@adstrieste.it  
silviaballis@adstrieste.it

## ADS

### Associazione Donatori Sangue – Trieste

via J. Cavalli 2/a

34129 – Trieste

segreteria +39 040 764920

ufficio stampa +39 040 3721981

### 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 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".**

---

Carissimi Amici,  
 desidero ringraziare tutti per l'impegno costante e continuo nell'attività del dono che ci siamo dati e che stiamo portando avanti in modo encomiabile.

Credo non sia superfluo ricordare a noi stessi che l'impegno di donare sangue totale, plasma e/o piastrine impone che esso venga traslato in ogni nostro atto nei vari momenti della vita. Quanto e ciò che esprimiamo nel dono deve essere presente nei comportamenti che teniamo verso i nostri simili anche fuori del Centro prelievi. Il nostro dono è imposto dalla volontà di donare forza di vivere a chi soffre e così facendo esprimiamo il grandissimo rispetto che nutriamo per la persona, chiunque essa sia, ed in special modo per il malato che, a volte, può venire addirittura spersonalizzato e sopraffatto dalla malattia. Questa condizione porta inevitabilmente ad un abbassamento dell'autostima perchè il male pone l'essere umano in una posizione di inferiorità verso tutto e tutti. Il rispetto della vita che esprimiamo nel dono deve

essere espresso anche nei confronti del prossimo che incontriamo nella nostre attività quotidiane, in ambito scolastico in cui vengono seguiti bambini e giovani fino alla laurea, che noi si coprano cariche dirigenziali oppure meno importanti, meno significative o marginali di supporto, che noi si abbia un ruolo decisionale nel giudicare e sanzionare ufficialmente comportamenti ed azioni di qualsivoglia entità e consistenza, che noi si operi in contesti pubblici o privati e, così dicendo, via via in ogni attività verso l'esterno di noi stessi: il rispetto dell'altro è di fondamentale importanza nell'espletamento dei tutti i nostri compiti e questi nostri comportamenti devono esistere e persistere per rendere migliori i nostri atti, e, tramite essi, noi stessi, tanto da rendere migliore l'ambiente in cui operiamo. Questi comportamenti coinvolgono tutto quello che sta attorno a noi e "contaminando" le persone che ci stanno vicino, le coinvolgono, le fanno pensare che di fronte ad esse non ci sono suppellettili inerti od oggetti inanimati, ma persone. Questa cascata di sentimenti positivi migliora il mondo esterno.

CENTRO TRANSFUSIONALE

# Emergenza estiva



Ricordando che il 14 giugno è la giornata mondiale dei donatori lanciamo un appello: prima di partire per le vacanze ricordatevi di donare!

Dipartimento Immunotrasfusionale  
dell'Ospedale Maggiore di Trieste

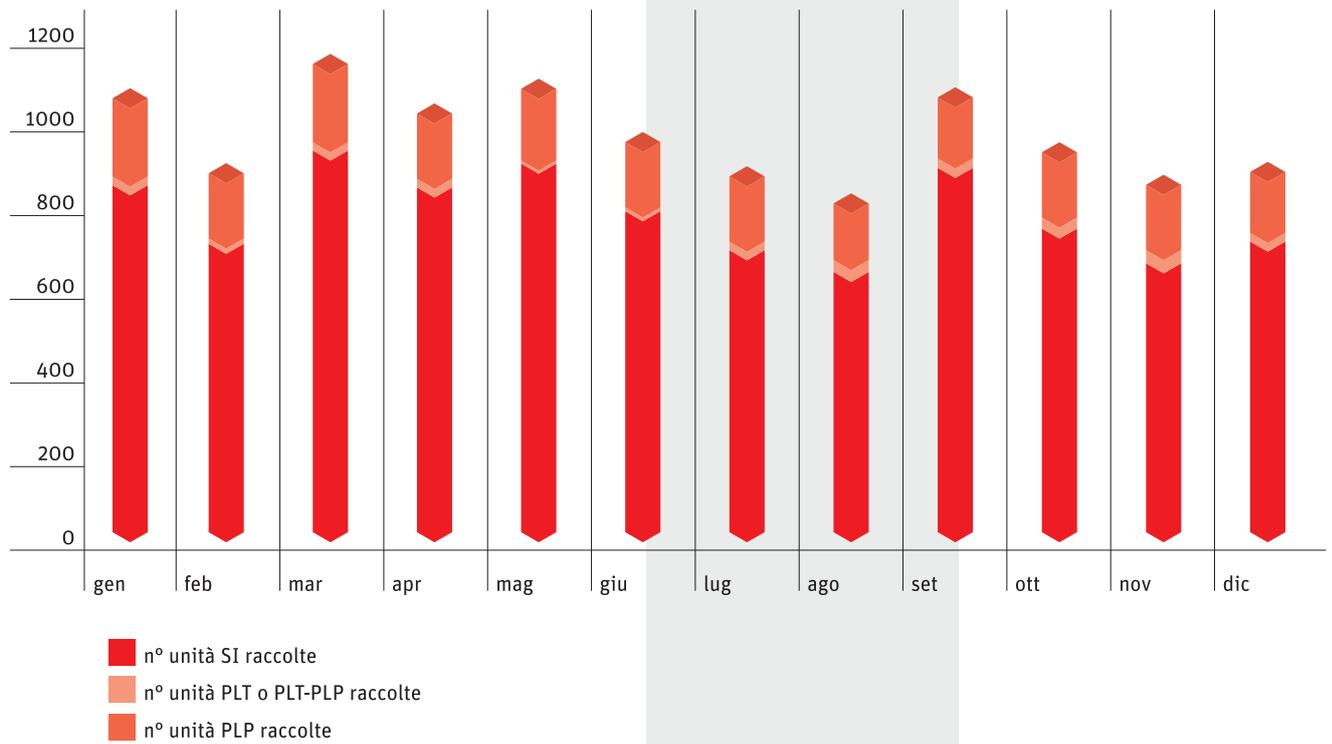
**Arriva l'estate e come ogni anno le scorte di unità di globuli rossi, plasma e piastrine diminuiscono anche nella nostra Regione.**

I mesi estivi rappresentano sempre il periodo più critico dell'anno per far fronte alle necessità trasfusionali.

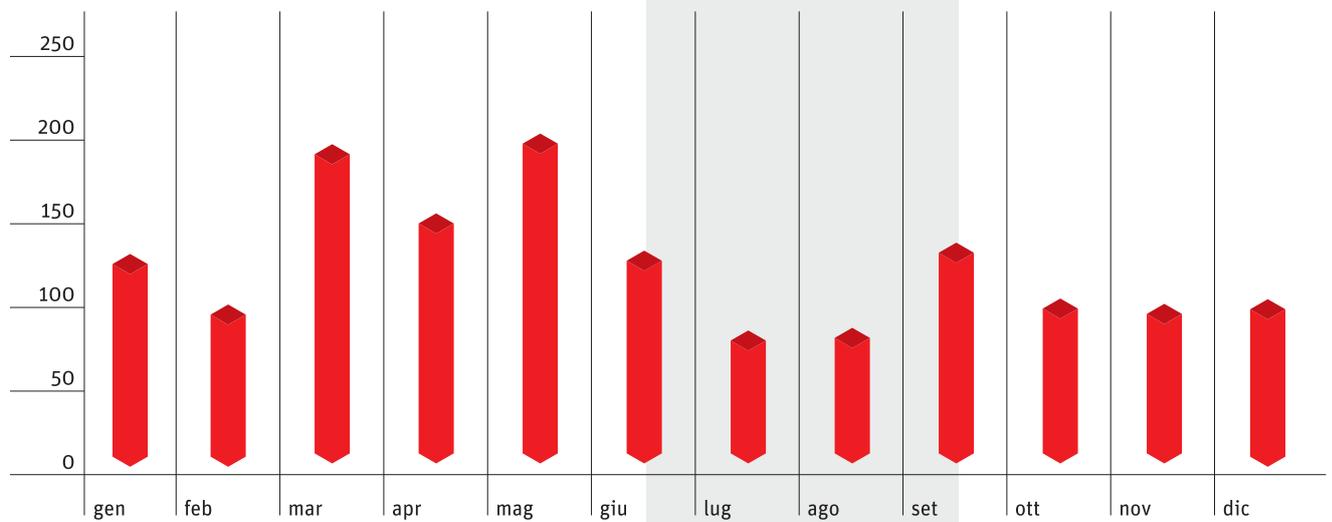
Da un lato, si osserva un calo delle donazioni dovuto al fatto che i donatori si godono le meritate vacanze, mentre dall'altro, la richiesta di emocomponenti non si riduce. Il fabbisogno di unità di sangue, infatti, può addirittura aumentare, visto che l'Ospedale ovviamente non chiude per ferie e purtroppo si può verificare un maggior numero di incidenti stradali, soprattutto tra i giovani.

Nel corso del 2013, si è riscontrata nella nostra Regione, come in tutta Europa, una preoccupante tendenza al calo delle donazioni e dell'afflusso di nuovi donatori soprattutto nei mesi più caldi dell'anno.

Nel nostro Dipartimento la diminuzione è stata superiore rispetto alle altre strutture trasfusionali del Friuli Venezia Giulia, fatto anche legato alla sospensione dell'attività dell'autoemoteca attiva nella nostra Città. Confidiamo che questa importante modalità di donazione possa riattivarsi quanto prima.



**NUOVI DONATORI 2013**



## IL CONCORSO

# I giovani e la solidarietà: non può e non deve essere soltanto un sogno

## V edizione del concorso

**Era gremita la sala del Miela in occasione delle premiazioni della quinta edizione del Concorso per i giovani e la solidarietà, che hanno avuto luogo il 20 maggio alle ore 17.00.**

“Non può e non deve essere soltanto un sogno” è il titolo scelto dall’Associazione Donatori Sangue che, in collaborazione con l’Ufficio Scolastico Provinciale di Trieste, ha proposto agli studenti di tutte le scuole di ogni ordine e grado di elaborare una delle cinque tracce incentrate sul concetto di altruismo e sulla libertà di scegliere il proprio destino in una logica d’interdipendenza sociale che si ispiri alla solidarietà, sviluppate dai ragazzi utilizzando come formato il disegno, il testo scritto e il video. 24 sono stati gli istituti della nostra Provincia che hanno partecipato alla V edizione del concorso monografico, decretando il successo

di questo appuntamento annuale.

Se si potessero analizzare i sentimenti sottostanti lo sviluppo degli elaborati svolti in questi cinque anni e soprattutto negli ultimi due, si noterebbe la differenza attraverso la quale i ragazzi percepiscono il mondo e la natura umana a seconda del momento sociale. L’anno scorso era sconcertante notare che gli studenti sentivano in cuor loro una forte delusione nei confronti della società unita all’amara consapevolezza di non essere in grado di cambiare il mondo circostante. Quest’anno si percepisce, invece, un sentimento di speranza, il desiderio di influenzare la comunità attraverso le proprie scelte, le buone pratiche, la decisione del singolo in una logica comunitaria e non individualista.

L’ADS persevera nel credere che i giovani rappresentino il futuro e siano capaci

effettivamente di cambiare il senso comune, capaci di modificare la collettività attraverso le loro scelte, creando una catena di azioni positive e una di messaggi volti al miglioramento globale, estranei dai pregiudizi degli “adulti”, di coloro che hanno rinunciato e si sono adattati a un sistema macchinoso di sopravvivenza.

Alla presenza del Prefetto di Trieste, Francesca Adelaide Garufi, dell’Assessore alle Politiche Sociali, Laura Famulari e dell’Assessore provinciale alle Politiche attive del lavoro, Adele Pino, sono stati premiati gli elaborati vincitori divisi per il formato scelto e secondo le categorie di appartenenza al grado scolastico: scuola primaria, scuola secondaria di primo grado e scuola secondaria di secondo grado.



**SCUOLE PRIMARIE DI PRIMO GRADO****Disegni**

1° classe IIA, scuola D. D'Aosta

2° classe I, scuola F. Milcinski

3° classe IIA, scuola, V. Longo

**SCUOLE SECONDARIE DI PRIMO GRADO****Testo scritto**

1° Daniele Pintori, classe IIB, scuola N. Sauro

2° Argante Baschiera, classe IIIA, scuola D. Alighieri

3° Ambra Rossi, classe IIE, scuola G. Corsi

**Video digitale o progetto grafico/multimediale**

1° Matteo Marinelli, classe IID, scuola L. Stock

2° Maddalena Celli, Cristina Suban, Giulia Vascotto, Francesca Picco, classe IID, scuola L. Stock

3° Classe IIIA, scuola G. Corsi

**SCUOLE SECONDARIE DI SECONDO GRADO****Testo scritto**

1° Luca Cargnelutti, classe VB, IT Nautico

2° Amanda Dionis, classe IH, Liceo G. Oberdan

3° Francesca Galvani, classe II, IPS L. Galvani

**Video digitale o progetto grafico/multimediale**

1° classe I/II/III computer-grafica, CFP Opera Villaggio del Fanciullo

2° Leandro Urbani, classe IIIC, ITS A. Volta

**3° pari merito**

– Désirée De Monte, classe VB, IT M. Fabiani

– Debora Fragiacomò, Francesca Galvani, Adriana Radillo, Serena Visentin, IPS L. Galvani

**PREMIO SPECIALE****Testo scritto**

Nikol Fishta, classe VF, Liceo G. Oberdan

**Disegni**

Scuola dell'infanzia di Via Kandler

**Elaborato artistico/scultura**

Cardone Selene, Spagnoli Stella, classe IIIG, scuola L. Stock

**PRIMO CLASSIFICATO  
SCUOLA SECONDARIA DI I GRADO**

# Non può e non deve essere soltanto un sogno

**Daniele Pintori**

classe IIB, Scuola secondaria di I grado N. Sauro

Una mattina, mi preparavo per andare a lavorare. Ma come? Vi chiederete voi, a lavorare?

Esatto, a lavorare. A me, come a tutti, appena nato mi hanno inserito in testa un microchip. Questa diavoleria ha dentro tutte le informazioni che mi servono: storia, geografia, inglese...quindi non esistono più le scuole. Si resta a casa fino al compimento del decimo anno, poi si va subito a lavorare. Io sono un poliziotto, però senza armi e manette, perché non servono, dato che nessuno è disoccupato, non esistono ladri né delinquenti. Infatti, la sera, non si chiudono nemmeno le porte perché a Muggia, essendo un piccolo paesino, ci conosciamo tutti, ma c'è lo stesso molto da fare, come, ad esempio, aiutare le persone in difficoltà.

Non c'è tanto inquinamento perché tutti vanno in giro in bicicletta, la macchina si usa solo per fare viaggi lunghi. È meraviglioso andare in bici, perché l'aria è pulita, ci sono grandi spazi verdi per passeggiare e fare sport.

Io trascorro il mio tempo libero praticando molti sport; il mio preferito è il canottaggio perché il mare è molto pulito, ricco di pesci e delfini e c'è una grande spiaggia di sabbia.

Gli abitanti di Muggia sono gentili e spensierati, infatti quando si va a fare una passeggiata s'incontra sempre qualcuno con cui chiacchierare. D'inverno nevica sempre e, visto che i paesaggi montani sono incantevoli, tutti vanno a sciare.

Dopo aver trascorso una giornata piacevole, ma anche molto laboriosa, è finalmente ora di andare a dormire; torno a casa e mi infilo sotto le coperte. Ci metto poco ad addormentarmi perché l'aria è fresca e profumata... chiudo gli occhi e comincio a sentire un forte odore di caffè, e mia mamma che urla: «Daniii alzati, è ora di andare a scuola! ».

Mi alzo di colpo. A scuola? Ma come? E la mia città perfetta? Questo non può e non deve essere soltanto un sogno!

GRUPPO GIOVANI

# Associazione Donatori Sangue, Gruppo Giovani



**ATTENZIONE: il contenuto di questo articolo è altamente divertente!!! Se ne sconsiglia la lettura a persone troppo scorbutiche o lamentose!!!**

Innanzitutto le presentazioni. Salve, siamo il Gruppo Giovani dell'Associazione Donatori Sangue di Trieste e siamo un fantastico drappello di persone comprese tra i 18 e i 28 anni. Come VOLONTARI, ognuno dedica parte del suo tempo libero nella misura delle proprie possibilità cercando di dare il proprio contributo nelle attività che più gli sono consone a seconda della diversa personalità. C'è chi si occupa di organizzare eventi, chi della promozione del dono tra i giovani. Alcuni perseguono gli studenti universitari perché si decidano a venire a donare in Centro Trasfusionale, altri promuovono le attività attraverso i social. Fotografia, incontri e dialoghi con i "capi", sono le testimonianze del nostro contributo alla diffusione di questo messaggio. Riunirci è per noi anche un'occasione di divertimento: il tempo per un aperitivo lo troviamo tutti ;)

## Obiettivi?

Ciò che vorremmo fare: divertirci assieme trasmettendo il forte messaggio della donazione, soprattutto ai giovani. Ciò che facciamo: ci divertiamo assieme trasmettendo il forte messaggio della



donazione, soprattutto ai giovani. Ebbene sì, facciamo esattamente ciò che ci piace!! E, la cosa più bella è che abbiamo tutti conosciuto persone fantastiche all'interno di questa équipe, quindi, non è più un semplice gruppo di volontariato, ma una piccola famiglia che collabora assieme per raggiungere uno scopo ben preciso: sostenere l'importanza di un gesto che in poco tempo e con il minimo sforzo può salvare molte vite.

Vi chiederete cosa facciamo concretamente... Beh, un po' di tutto: attività di volantinaggio, gare di corsa, eventi di sensibilizzazione, banchetti informativi, partecipazioni a riunioni regionali e molto altro. L'anno scorso siamo riusciti ad organizzare un Flashmob in Piazza della Borsa e, se vogliamo fare i modesti, siamo stati "super bravi"! Non solo l'evento ha avuto una grande partecipazione di giovani e famiglie, ma abbiamo raccolto le adesioni di altri vampiri (come ci piace definirli) che ora fanno parte di questo fantaaastico gruppo.

Tra le nostre iniziative di sensibilizzazione, un'esperienza indimenticabile è stata la partecipazione alla gara di orienteering,

chiamata "Caccia al cinghiale". Abbiamo corso come pazzi e ci siamo divertiti un mondo, soprattutto perché, indossando le maglie ADS con la scritta "dona sangue" e, accompagnati dall'inseparabile mascotte di gomma piuma, Bloody, abbiamo attirato l'attenzione di molti partecipanti creando una vera e propria moda Bloody Selfie, scatti fotografici in compagnia della nostra mascotte. Bloody ha fatto più conquiste dei ragazzi!

Dopo la sensibilizzazione in Università, la partecipazione alla Bavisela 2014, ora ci apprestiamo a regalare sorprese durante la corsa più divertente dell'estate, la Color Run... e qui sì che ne vedrete di tutti i colori!

Insomma, questi siamo noi! Se volete dare una mano per promuovere, in modo fresco e divertente, la donazione di sangue, questo è il gruppo che fa per voi!!

**Contattate l'ADS, oppure cercateci su Facebook: [www.facebook.com/groups/368778346486855/](https://www.facebook.com/groups/368778346486855/)**

**Ciaoooo :)**

**Tea Isler**

## INIZIATIVE

# Tutti in gita: fattoria didattica Country Eden

**160 presenze tra bambini e adulti, una festa in famiglia all'aria aperta nella bella cornice di Rupingrande.**

Il 25 aprile con la collaborazione del titolare della Fattoria Didattica Country Eden, Omar Marucelli, L'Associazione Donatori Sangue organizza una gita rivolta soprattutto ai bambini e alle famiglie, un laboratorio didattico itinerante dove, attraverso un preciso tragitto, si possono raggiungere delle mete di interesse naturalistico.

Il biotopo del lago, risuonante del gracidio delle rane che saltellano impaurite alla vista della moltitudine incuriosita che le osserva, è la nostra prima tappa. Il laghetto viene utilizzato come risorsa di abbeveramento per la fauna selvatica e presto si popola di pecore che ne attingono l'acqua.

Il percorso si snoda nel bosco e i bambini

hanno la possibilità di montare uno tra i cinque cavalli a disposizione per il battesimo in sella, una bellissima occasione per avvicinare grandi e piccini al mondo equestre e alla bellezza del rapporto di fiducia che si crea, attraverso la monta, tra cavallo e cavaliere.

I piccoli amazzoni ne sono entusiasti e qualcuno è recalcitrante nel cedere al suo compagno il turno. Sono ben 65 i bambini che si avvalgono di questa possibilità e la professionalità del team che ci accompagna rende tutto piacevole e giocoso consentendoci di proseguire il tour verso la cava di Petrovizza dove ci intratteniamo in una piacevole digressione sugli uccelli nidificatori.

Spunta a sorpresa il gregge di pecore che abbiamo precedentemente incontrato alla tappa del laghetto capitanato da uno

splendido Border Collie. Veniamo invitati a formare un lungo cordone di persone che stringendosi in un cerchio attorno alle pecore, offre la possibilità ai bambini di coccolare gli agnellini in tutta sicurezza.

Ne approfittiamo per scattare qualche fotografia, quindi ci rimettiamo in marcia. Concludiamo il tragitto tornando nell'agriturismo prospiciente la piazza dove ci accolgono il Presidente ADS Ennio Furlani e 25 tavole imbandite di panini, pizzette e bibite rinfrescanti. Buon appetito!

A fine pasto ci accomiatiamo con la rilassante sensazione di essere stati piuttosto fortunati per l'incantevole giornata e, nel lasciare la bella località, ci sentiamo allegri e soddisfatti per aver trascorso una giornata immersi nella natura, in compagnia dei nostri bambini.

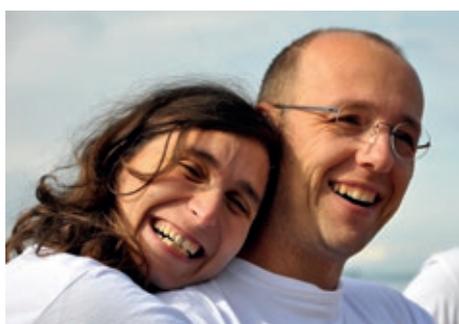
**Anna Dall'Armellina**



## INIZIATIVE

# Bavisela 2014

## con il gruppo donatori sangue



**182 sono stati gli associati che hanno partecipato con il gruppo Donatori Sangue alla Bavisela Family, la corsa non competitiva che ha avuto luogo il 4 maggio a Trieste, con il tradizionale percorso da Miramare a piazza Unità d'Italia.**

Una grande novità ha sorpreso positivamente tutte le associazioni: il progetto Bavisela Charity, grazie al quale sono stati messi a disposizione di associazioni, fondazioni ed enti attivi nel mondo del volontariato e della promozione sociale 5mila pettorali a un costo agevolato di soli 7 euro (meno della metà del prezzo stabilito per le iscrizioni alla Family 2014).

Ogni sodalizio ha avuto così la possibilità di esercitare un'importante azione di fundraising, contattando direttamente i propri partecipanti e raccogliendo le adesioni a tariffa charity personalizzata. Attraverso il Centro Servizi Volontariato del Friuli Venezia Giulia l'ADS ha avuto la possibilità di ottenere visibilità attraverso la pubblicazione del proprio logo sul sito [www.bavisela.it](http://www.bavisela.it) e nella pagina Facebook della Bavisela che conta circa 20.000 utenti, inoltre l'ADS comparirà in un video promozionale realizzato da professionisti del settore.

Il CSV-FVG, diventato parte attiva nella manifestazione, attraverso l'acquisizione di un significativo numero di pettorali, ha distribuito ben 100 di questi alla nostra associazione.

Anche quest'anno l'occasione di unire salute e dono del sangue ci ha reso orgogliosi, le nostre maglie contraddistinte da un grande cuore rosso hanno spiccato nella folla: si può ben dire che i donatori hanno "una marcia in più". Ricordiamo che tutti gli scatti dell'evento sono visibili nel sito [www.adstrieste.it](http://www.adstrieste.it) e in facebook profilo Donatori Sangue Trieste. Al prossimo anno, Donatori!

INIZIATIVE

# Arriva il bus navetta!



- 1 I.T. per Geometri Max Fabiani
- 2 Venjulia Rugby Football Club
- 3 Liceo Classico F. Petrarca
- 4 Liceo Scientifico G. Oberdan
- 5 I.P.S. Galvani
- 6 A.S.D. Pallamano Opicina
- 7 I.S.I.S. G. Carducci - D. Alighieri
- 8 I.T. Commerciale Ziga Zois
- 9 Liceo Classico D. Alighieri
- 10 Banda Berimbau
- 11 Protezione Civile Trieste-Muggia
- 12 I.S.I.S. Nautico Trieste
- 13 I.S.I.S. G. Carducci - D. Alighieri
- 14 M.I.B. School of Management
- 15 Allianz S.p.A.

## ENIGMISTICA

## CruciPuzzle

MISCELLANEA (4): (narrazione sacrale)

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

- |                                    |                                    |                                    |
|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> ALLEANZA  | <input type="checkbox"/> EMERGENZA | <input type="checkbox"/> NATURA    |
| <input type="checkbox"/> APPENNINI | <input type="checkbox"/> EROE      | <input type="checkbox"/> PATOLOGIA |
| <input type="checkbox"/> ARGENTO   | <input type="checkbox"/> ESEMPIO   | <input type="checkbox"/> RANA      |
| <input type="checkbox"/> CAVALIERE | <input type="checkbox"/> GITA      | <input type="checkbox"/> REGINA    |
| <input type="checkbox"/> COMUNIONE | <input type="checkbox"/> GONNA     | <input type="checkbox"/> ZANZARA   |
| <input type="checkbox"/> CREATO    | <input type="checkbox"/> MENTA     |                                    |

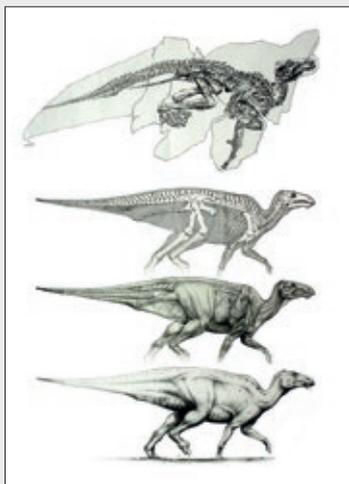
## LAURA: ospite speciale a Duino Aurisina

## Chi è Laura?

**Età:** settantacinque milioni di anni.**Provenienza:** Montana, Nord America.

Stiamo parlando di 11,2 metri di scheletro di dinosauro. Ci sono volute 5.760 ore di lavoro per comporlo, estraendone le ossa dalla matrice e restaurando i pezzi mancanti.

I reperti sono stati trasportati nel 2010 al laboratorio triestino Zoic, lo stesso che a fine anni '90 eseguì il delicatissimo recupero di Antonio dalla lente fossilifera del Villaggio del Pescatore. Fino al 5 maggio Laura è stata la star del Villaggio, attirando moltissimi visitatori.



[Soluzione CruciPuzzle: "Mito"]

## LA RICETTA DI UN AMICO

## “Sopa de guati neri de Masin”



Un vecchio pescatore, certo Masin, ci ha insegnato a preparare questa squisitezza con un pesce che più umile non si può, ma che per trovarlo bisogna essere buoni amici di un pescivendolo che a sua volta sappia dove cercarlo. Si tratta del “Guato” o Ghiozzo comune, oggi scartato dai pescatori e forse anche dai loro gatti. Ma, se volete presentare ai vostri ospiti un piatto prelibato e sorprenderli quando, dopo il primo entusiastico assaggio, chiederanno quali sono gli ingredienti, vi propongo la “sopa de guati neri”.

**ingredienti:**

pesce guato  
olio  
1 spicchio d' aglio  
mezza cipolla  
prezzemolo q.b.  
vino bianco/sherry q.b.  
1 chicchiamo di aceto  
1 tazza di acqua/fumetto  
1 cucchiaino di pomodoro concentrato  
sale e pepe q.b.

**preparazione:**

Levate le interiora dei guati (se siete buoni clienti il pescivendolo ve li pulirà), infarinateli interi con tutte le teste e le pinne e frigeteli. Asciugateli bene con carta da cucina e metteteli da parte.

In un altro tegame scottate in poco olio dell'aglio, del prezzemolo e, se volete, mezza cipolla. L'aglio non deve diventare giallo.

Versatevi i guati e frigeteli ancora un po' finché non si formerà una crosticina sul fondo.

Aggiungete un po' di buon vino bianco o sherry secco e un cucchiaino di aceto.

Sfumate, quindi aggiungete una tazza di fumetto o acqua e un cucchiaino di concentrato di pomodoro diluito.

Salate, pepate e cucinate piano. Pronto il sugo, passate tutto, teste e code con il “Moulin Legumes” fino a ottenere una crema da spalmare sui crostini o versate su una buona polenta guarnita con foglioline di prezzemolo.

## DA LEGGERE

## Poesie

**Ennio Furlani vorrebbe proporvi dei suoi pensieri: uno per chi dona, come tutti noi, uno che esprime il sentimento che avviluppa chi soffre e che, a volte, sopravvive con il sangue ed i suoi derivati che noi doniamo ed infine ciò che si può “sentire” quando ci si avvicina al Mondo dei Defunti.**

**Questi suoi “pensieri”, inseriti in svariati gruppi presentati, sono stati premiati in più di un Concorso in vari Siti della nostra Penisola e ad essi sono state date motivazioni specifiche per esplicitare i Premi.**

**Le poesie di questa pagina sono estratte dalla raccolta completa delle poesie di Ennio Furlani**

## L'ultima ora

Chi mi darà la forza,  
il coraggio immane  
di attendere la morte  
senza tremare?

Chi mi annuncerà  
il ferale momento  
accarezzandomi il capo  
per concedermi un istante di serenità?

Ultima ora,  
sogno del malato sfinito nella sofferenza,  
incubo di chi vive e viene rubato  
alla forza della vita,  
scagliato nel nulla della morte  
come ammasso inerte  
di ciò che vale poco,  
o nulla...

...materia.

## L'uomo muore

(Ai donatori di sangue)

Ogni giorno,  
ogni ora,  
l'uomo muore.  
Ogni giorno,  
ogni ora,  
l'uomo implora.

Risponde  
il sole  
con il suo calore,  
la sua luce  
che vince la desolazione,  
che illumina le tenebre...,  
...la morte.

Risponde la vita.  
Risponde chi dona vita  
per sconfiggere il destino.

Risponde l'Uomo.

## Odore di bosso

Croci piantate nel fango  
per dare un nome alla terra.  
Viali segnati nel tempo  
per dolori perenni.  
Cipressi ondeggianti  
nel vuoto infinito  
mossi dal gelido alito dei Morti.  
Bosso adagiato  
tra sentieri di ghiaia  
umidi per lacrime roventi  
senza nome.

Odore lugubre  
come rintocchi  
di campane a martello.

Occhiaie lontane,  
lacrimose,  
amare per lamenti.

Labbra rotte  
per carne lacerata  
da pianti taglienti  
per morsi strozzati.

Vago sentire  
in membra stanche  
di ricordi sbiaditi,  
lontani dall'essenza della vita,  
dimenticati dall'uomo,  
forse,  
...da Dio...  
...mai?

## INFORMAZIONI

**INPS****I diritti del donatore**

Al lavoratore dipendente che cede il proprio sangue gratuitamente viene concessa una giornata di riposo che viene indennizzata.

**COSA SPETTA**

In caso di donazione di sangue, al lavoratore spetta la giornata di riposo normalmente retribuita purché il prelievo sia:

- effettuato presso Centri autorizzati dal Ministero della Sanità (Centro di raccolta fisso o mobile, Centro trasfusionale o Centro di produzione di emoderivati)
- effettuato un prelievo minimo di 250 grammi

**A CHI SPETTA**

La giornata di riposo retribuita spetta:

- a tutti i lavoratori dipendenti con qualsiasi qualifica, assicurati presso l'Inps, indipendentemente dal settore lavorativo

Non spetta:

- ai lavoratori autonomi
- ai lavoratori che versano contributi nella gestione separata

**LA DOMANDA**

In caso di donazione di sangue, il lavoratore verrà retribuito regolarmente dal datore di lavoro.

Sarà il datore di lavoro a chiedere il rimborso, alla sede Inps di competenza, di quanto anticipato al lavoratore.

Possono richiedere il rimborso solo:

- i datori di lavoro non tenuti alla denuncia contributiva
- gli artigiani che occupano solo apprendisti

Alla domanda devono essere allegati, per ciascun donatore:

- la dichiarazione del donatore
- il certificato medico

La domanda di rimborso deve essere inoltrata alla Sede Inps di competenza entro la fine del mese successivo a quello in cui il lavoratore ha donato il sangue.

**QUANTO SPETTA**

La retribuzione spettante al donatore è quella corrispondente alle ore non lavorate comprese nella giornata di riposo.

Il lavoratore può non avere titolo ad alcuna retribuzione (es. donazione effettuata di sabato in caso di settimana corta) oppure può avere diritto ad una retribuzione inferiore a quella giornaliera (es. lavoratore che si assenta per la donazione prima del termine dell'orario di lavoro).

**INPS**

Istituto Nazionale  
Previdenza Sociale



## IL MEDICO RISPONDE

**CELIACHIA E DONAZIONE****I celiaci possono donare sangue?**

Il Ministero della Salute ha finalmente recepito le numerose istanze riportate dal Comitato Scientifico Nazionale AIC al Presidente della Società Italiana d'Immunoematologia e Medicina Trasfusionale. Con Decreto 3 Marzo 2005, pubblicato nella G.U. 85 del 13 Aprile, è stata, infatti, definitivamente sancita la possibilità, per i celiaci che desiderino farlo, di donare il sangue.

Si precisa che la nostra autoemoteca è fornita di alimenti senza glutine.

-

**VIAGGI ALL'ESTERO****Si può donare quando si ha viaggiato fuori dall'Italia?**

Poiché a livello mondiale ci sono molte endemie-epidemie, si consiglia di contattare la sede ADS al numero 040.764920, per acquisire informazioni utili che variano al variare del paese visitato e dei periodi in cui si è effettuato il viaggio.

-

**PESO CORPOREO E SANGUE PRELEVATO****Perché bisogna pesare più di 50 kg per donare?**

Il quantitativo di sangue prelevato ad ogni donazione è di 450 ml. La quantità massima prelevabile di sangue non deve superare il 13% del volume ematico della persona. Quindi, un soggetto di peso inferiore a 50 Kg potrebbe avere danni dalla sottrazione del quantitativo sopra riportato. Prelievi di minore entità non sono accettabili perché non ci garantiscono unità trasfusionali terapeuticamente efficaci.

**Dott. Ennio Furlani**

# 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  
segreteria  
+39 040 764920  
ufficio stampa  
+39 040 3721981

**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 60  
giugno 2014

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: 2.000 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**

SCELTA PER LA DESTINAZIONE DEL CINQUE PER MILLE DELL'IRPEF (in caso di scelta FIRMARE in UNO degli spazi sottostanti)

Scegliere di destinare il 5 per mille dell'importo dell'IRPEF (o dell'importo dell'IRPEF sostituito) a favore di una delle seguenti organizzazioni di cui è iscritto il contribuente (art. 10, comma 1, lett. a) del D.Lgs. n. 460 del 1997)		Scegliere di destinare il 5 per mille dell'IRPEF a favore di una delle seguenti organizzazioni di cui è iscritto il contribuente (art. 10, comma 1, lett. a) del D.Lgs. n. 460 del 1997)	
Nome: <b>Mario Rossi</b>		Cognome: <b>Mario Rossi</b>	
Codice fiscale del beneficiario prescelto: <b>80020890325</b>		Codice fiscale del contribuente prescelto: _____	
Indirizzo dell'organizzazione: _____		Indirizzo dell'organizzazione prescelta: _____	
Codice fiscale del beneficiario prescelto: _____		Codice fiscale del contribuente prescelto: _____	
Indirizzo dell'organizzazione prescelta: _____		Indirizzo dell'organizzazione prescelta: _____	
Codice fiscale del beneficiario prescelto: _____		Codice fiscale del contribuente prescelto: _____	

## 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.