

il PELLICANO

di Trieste

**E tu cosa
aspetti?
Vai a donare!**

10 minuti per
salvare una vita...

numero 62 | novembre 2015 Periodico d'informazioni dell'Associazione Donatori Sangue Trieste
Spedizione in a.p. 2 comma 20/c L. 662/96 Filiale di Trieste





Il Pellicano di Trieste

numero 62 | novembre 2015

INDICE

Il Presidente	p. 1
Approfondimenti	p. 2
Notizie dall'Associazione	p. 4
Rubriche	p. 12
Donatori benemeriti	p. 14

Qualche mese fa, alle porte dell'estate, abbiamo affrontato una grave emergenza sangue che ha colpito la Regione FVG e la provincia di Trieste. I Dottori, Paolo Dolfini e Luca Mascaretti del Dipartimento di Medicina Trasfusionale Giuliano Isontino hanno pubblicato un articolo nel quale si esplicitava come l'invecchiamento della popolazione, l'incremento delle patologie croniche e delle malattie tumorali (fortunatamente in gran parte oggi curabili), nonché l'aumento degli interventi chirurgici (anche in pazienti anziani), sono alcuni tra gli elementi che contribuiscono all'aumento delle richieste di trasfusioni di globuli rossi, plasma e piastrine. Purtroppo, il maggior fabbisogno non è compensato da un analogo incremento delle donazioni di sangue; nel 2014 infatti, è stata rilevata una flessione delle donazioni del 5% circa rispetto al 2013 (20956 nel 2014 vs. 22144 nel 2013), e tale calo è particolarmente pronunciato nei mesi estivi. Detto questo, come si affronta una crisi di tal portata?

Con il supporto del Presidente ADS, Dott. Ennio Furlani, abbiamo immediatamente interessato la Stampa e le emittenti locali che hanno prontamente risposto dedicando spazi appositi per interviste, appelli e annunci. Nello stesso tempo, L'ADS ha contattato telefonicamente e via mail gli associati attivi per invitarli a donare. Non di meno, il risultato ottenuto grazie all'effetto virale scatenato dagli avvisi postati nei social. Gli appelli, infatti, sono stati condivisi e rilanciati attraverso il passaparola che, in momenti delicati come questi, può diventare provvidenziale.

Ma soprattutto, vorremmo sottolineare la meravigliosa bellezza di questa rete di solidarietà che si è creata tra i donatori, i quali, attraverso tutti questi canali d'informazione, hanno proposto uscite con il bus navetta, collaborazioni e aiuti all'informazione capillare, partecipando attivamente. Un grazie immenso a Voi, che avete donato, informato, aiutato e sostenuto!

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



Carissimi Amici Soci ed Amici Simpatizzanti, stiamo vivendo momenti oltremodo difficili e pesanti. Momenti di un'esistenza in cui gran parte dei valori morali nelle singole persone e nelle comunità sono scomparsi ed hanno lasciato il posto ad espressioni, atteggiamenti e comportamenti troppo spesso deteriori.

L'unico Augurio che posso fare a tutti è che si rimanga fermi nei presupposti che ci hanno accompagnato fino ad ora e che si rimanga fedeli agli Ideali che abbiamo nel cuore da sempre.

Dobbiamo continuare a vivere nel nome della Solidarietà e dell'Empatia verso chi soffre e vive o sopravvive con il sangue che noi doniamo.

Un abbraccio fraterno a tutti Voi e Vi giunga il mio Augurio di lieto Futuro assieme ai Vostri Cari.

Il Vostro Ennio

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".



Il Presidente ADS Dott. Ennio Furlani e Lucio Delcaro, Vicepresidente del CdA della Fondazione CRTrieste

Fondazione CRTrieste

Il 10 settembre ha avuto luogo alle ore 11.00 in Piazza Verdi la cerimonia ufficiale di consegna delle chiavi.

Nel mese di maggio 2015 la Fondazione CRTrieste ha donato all'Associazione Donatori Sangue un bus navetta per consentire l'attività di trasporto dei donatori al Centro Immunotrasfusionale dell'Ospedale Maggiore di Trieste.

Bus navetta

Il bus navetta è un servizio nato l'anno scorso nel periodo in cui l'autoemoteca aveva sospeso la sua attività. Il pulmino fa spola fra scuola/luogo di lavoro/associazione sportiva e il Centro Immunotrasfusionale, in modo da prelevare i donatori, attendere la donazione che viene effettuata presso l'Ospedale Maggiore per poi riportarli nella struttura di appartenenza.

Il bus può trasportare fino a 8 persone alla volta, e per una buona gestione delle

donazioni si può arrivare a un massimo di 16 persone in una mattinata. Grazie all'impegno di numerosi istituti, aziende, gruppi e associazioni si lavora in sinergia per raggiungere l'autonomia e sostenere il fabbisogno di richieste di sacche di sangue da parte dei Dipartimenti ospedalieri. Questa forma di collaborazione permette all'ADS di coinvolgere i donatori che, per difficoltà logistiche, sarebbero impossibilitate a raggiungere, in gruppo il Centro Immunotrasfusionale.

L'Autoemoteca in piazza Oberdan

Quando il 26 maggio 1964 si tenne a Trieste la prima seduta del Consiglio regionale del Friuli Venezia Giulia l'ADS stava muovendo i primi passi, fondata proprio il 24 gennaio dello stesso anno da un gruppo di volontari.

E questo percorso oggi rivive attraverso riviste, manifesti, libri, medaglie, distintivi, targhe e altri materiali che ripercorrono le tappe fondamentali dell'Associazione, ricostruite anche attraverso le onorificenze e i riconoscimenti donati agli associati nel corso dell'annuale Giornata a loro dedicata. Il database ADS conta oltre 22mila donatori e questo risultato va ascritto a tutti coloro che lavorano nell'Associazione, quelli di oggi e quelli che in questo mezzo secolo ne hanno fatto parte e l'hanno fatta crescere.

E se Edera ha poi posto l'accento sull'importante servizio fatto alla comunità con dedizione e ha confermato il suo convinto sostegno per quella che ha definito una nobile attività, Zibera ha ricordato i 31 anni ininterrotti di presidenza di Furlani, fatti di impegno, soddisfazioni, solidarietà, ma anche di problemi da superare giorno dopo giorno.

Laura Famulari ha infine voluto evidenziare come i 50 anni dell'ADS vadano letti non solo in termini di attività, ma siano un momento per riflettere su quante vite siano state salvate proprio grazie al dono del sangue.



>> **Zibera dona sangue**

La donazione di Midollo Osseo

Cellule staminali emopoietiche ai fini di trapianto

La donazione di midollo osseo /cellule staminali emopoietiche ai fini di trapianto
Il midollo osseo è un tessuto dall'aspetto simile al sangue che si trova principalmente all'interno delle ossa piatte (creste iliache, sterno, ecc) e nelle estremità delle ossa lunghe (femore, omero); esso contiene le cellule staminali emopoietiche (CSE) che danno origine a tutte le cellule del sangue (globuli rossi, globuli bianchi e piastrine). Le indicazioni al trapianto di midollo osseo/CSE sono molteplici e spaziano dalle patologie onco-ematologiche ai disturbi congeniti del metabolismo, alla talassemia, all'anemia falciforme, oltre che ad alcune malattie autoimmuni ed a certi tumori solidi. Per una buona parte di queste patologie, il trapianto rappresenta l'unica terapia in grado di guarire il paziente.

La procedura di trapianto prevede la raccolta delle CSE da un individuo sano ed il loro successivo trasferimento, mediante trasfusione, nel paziente, previa distruzione del midollo preesistente con chemioterapia e radioterapia. Le cellule staminali sane, una volta infuse, raggiungono da sole le sedi di propria pertinenza dove, in breve tempo, iniziano a produrre cellule del sangue con le caratteristiche del donatore (vedi Figura), garantendo la guarigione ad una elevata percentuale di pazienti. La raccolta delle cellule staminali dal donatore può avvenire o mediante prelievo del midollo osseo dalle creste iliache in anestesia generale o epidurale, oppure mediante una procedura di aferesi (simile a una piastrinoafèresi ma più lunga e preceduta dalla somministrazione di un farmaco che 'sposta' le cellule staminali dal midollo alla periferia), che preleva le cellule staminali emopoietiche direttamente dal sangue periferico.

Perché il trapianto abbia successo, il donatore deve essere "compatibile" al ricevente per un sistema di geni e proteine chiamato HLA (Human Leukocyte Antigens), altrimenti si instaurano delle complesse reazioni immunitarie che portano al fallimento del trapianto. Tutti i potenziali donatori e i candidati al trapianto di CSE vengono pertanto caratterizzati per questi geni (tipizzazione HLA), allo scopo di garantire un trapianto compatibile. Sebbene il migliore donatore per un paziente sia un fratello HLA identico, solo nel 20% dei casi si trova un donatore in ambito familiare. Nel rimanente 80% dei casi si deve invece ricorrere ad un donatore non consanguineo iscritto a un Registro. Ad oggi, in tutto il mondo, il numero totale degli iscritti ai diversi Registri Nazionali ammonta a 26 milioni e di questi, 350.000 sono gli iscritti al Registro Italiano Donatori di Midollo

Osseo che ha al suo attivo 3168 donazioni (dati aggiornati al 31 dicembre 2014). Può iscriversi al Registro Italiano qualunque persona in buone condizioni di salute, di età compresa tra i 18 ed i 35 anni; il donatore rimane iscritto fino al compimento del 55° anno d'età dopodiché non è più idoneo alla donazione. Chi desiderasse diventare donatore, lo può fare rivolgendosi ai Centri per la donazione di sangue dei Dipartimenti Trasfusionali della Regione. Qui, il potenziale donatore, dopo un colloquio con un medico per tutte le informazioni inerenti la donazione e per la verifica dei criteri di idoneità alla donazione (in gran parte sovrapponibili con i criteri di idoneità alla donazione di sangue), viene sottoposto ad un prelievo di sangue per la tipizzazione HLA.

Qualora il donatore risulti compatibile con un paziente, viene contattato dal Centro Donatori che accerterà nuovamente la sua disponibilità e la sua idoneità ad un'eventuale donazione e, se la richiesta viene confermata, avvierà l'iter che porta alla donazione effettiva. Ulteriori informazioni sulla donazione di midollo osseo possono essere ottenute consultando il sito dell'Associazione Donatori di Midollo Osseo (ADMO, www.admo.it), che è nata con l'obiettivo di informare e sensibilizzare le persone su questo tema.

In conclusione, si invitano tutti coloro che sono in buona salute e di età compresa tra i 18 ed i 35 anni a prendere in considerazione l'iscrizione al Registro Donatori di Midollo Osseo/CSE, poiché questo è un piccolo gesto che può veramente salvare una vita.

Dott. Luca Giovanni Mascaretti
Direttore Dipartimento di Medicina
trasfusionale ed Immunoematologia -
Area Vasta Giuliano Isontina - Azienda
Ospedaliera Universitaria di Trieste -
Ospedale Maggiore



Scuola allievi agenti della **Polizia di Stato** Vincenzo Raiola di Trieste

Un ringraziamento speciale a tutti i donatori della Scuola Allievi Agenti della Polizia di Stato - Caserma Vincenzo Raiola, alla Direzione, al Primo Dirigente, Dott. Giorgio D'Andrea, e in special modo all'Assistente Capo, Assunta BALDINI e all'Agente Scelto Daniele Menilli senza i quali non avremmo potuto concretizzare un tale impegno nelle donazioni.

Piemonte Cavalleria



Gli Amici del Piemonte Cavalleria hanno potuto riprendere l'attività donatoria

Un ringraziamento speciale al Colonnello Alessandro Scano, Comandante del Reggimento Piemonte Cavalleria e al Capitano Domenico Zingaretti che hanno reso possibile tutto questo

<< **Colonnello Alessandro Scano, comandante del reggimento Piemonte Cavalleria**



>> Uscita dell'autoemoteca presso
SISSA – Scuola Internazionale
Superiore di Studi Avanzati



^ Uscita dell'autoemoteca presso
ICGEB – International Centre for Genetic
Engineering and Biotechnology



>> Corpo Pompieri Volontari e Protezione
Civile in autoemoteca a Borgo San Sergio

^ Studenti donano in autoemoteca presso
Università degli Studi di Trieste

∨ Giocatori Venjulia Rugby donano
in autoemoteca a Borgo Grotta



Country Eden Piccoli casari per un giorno

Circa 500 persone hanno partecipato all'iniziativa "piccoli casari per un giorno", organizzata dall'Associazione Donatori Sangue, rivolta soprattutto ai bambini e alle famiglie, ideata con la collaborazione del titolare della Fattoria Didattica Country Eden, Omar Marucelli, e suddivisa in due giornate, la prima il 17 maggio e la seconda il 2 giugno 2015, svoltesi nella bellissima cornice di Rupingrande.

L'iniziativa, a titolo gratuito, ha voluto essere un momento di aggregazione tra i donatori e coloro che simpatizzano per questa nobile causa, una giornata da trascorrere in compagnia dei propri familiari, immersi nella natura. Tra le molteplici attività dell'Associazione, questa, in special modo, è stata dedicata ai più piccoli, protagonisti attivi nell'itinerario scelto appositamente per stimolare le loro conoscenze e beneficiare delle spiegazioni sulla flora e la fauna del loro territorio, imparando ad apprezzare la ricchezza che lo caratterizza.

Rendez-vous alle otto e trenta, breve discorso del Presidente ADS, il Dott. Ennio Furlani, che ha evidenziato l'importanza delle donazioni di sangue, sottolineando la fortuna di coloro che lo possono donare perché in buona salute, quindi, partenza! Lo sciame dei gitanti suddivisi tra adulti e bambini ha percorso le intricate viuzze della bella Rupingrande per addentrarsi nel boschetto limitrofo.

L'instancabile Omar Marucelli, durante le soste d'interesse naturalistico, ha spiegato la formazione dei laghetti naturali e la coesistenza di alcune specie legate al biotopo lacustre; quindi, complimentandosi con i bambini e sgridando gli adulti, li ha guidati a una delle tappe fondamentali del tragitto dove si è potuto assistere alla mungitura degli animali da gregge tra i gridolini entusiasti dei bambini che hanno bevuto il latte direttamente alla fonte. Una volta giunti allo stagno di Repen, noto per le colonie di rane, i bambini hanno partecipato al laboratorio del piccolo casaro.

Armati di cannuccia, bicchierino di plastica, si sono cimentati nella professione come piccoli chimici, imparando a trasformare, come per magia, il latte in formaggio e apprendendo le antiche tradizioni di una professione sempre più rara.

Al rientro, adulti e bambini si sono rilassati nella corte dell'ospitale casa carsica, limitrofa alla Piazza, dove sono state allestite tavolate imbandite appositamente

per assaporare il lauto buffet offerto dall'Associazione Donatori Sangue.

Per non far mancare proprio nulla ai piccoli protagonisti dell'iniziativa, l'ADS ha voluto dedicare un ulteriore spazio al divertimento, chiamando per l'occasione l'animatore Ernesto Feletti che li ha intrattenuti con giochi e danze consentendo ai genitori il meritato relax.

Anna Dall'Armellina



Il Gruppo Giovani porta **di corsa** il messaggio della donazione!

È del Gruppo Giovani dell'ADS Trieste l'iniziativa di creare un nuovo binomio fra la donazione del sangue e la corsa, partecipando a eventi sportivi divertenti che con la presenza dei ragazzi dell'Associazione acquisiscono un significato ancora più importante, un messaggio di generosità permeato di leggerezza destinato ai più giovani... un valore aggiunto all'importanza della donazione!

Da qualche anno l'Associazione Donatori Sangue di Trieste può contare sull'aiuto di alcuni ragazzi, la maggior parte universitari, che si occupano di diffondere il messaggio della donazione di sangue tra i più giovani, organizzando stand informativi e di sensibilizzazione nelle scuole triestine e nei diversi Dipartimenti dell'Università degli Studi di Trieste.

Il Gruppo Giovani, impegnato costantemente in questo difficile compito, cerca sempre nuove soluzioni per spiegare a tutti, nel modo più chiaro possibile, che cosa significhi donare e quale importanza rivesta questo semplice gesto.

In questo senso, partecipare a varie corse si è dimostrato essere un efficace metodo di diffusione del messaggio. Già da due anni il Gruppo partecipa, mascherato per l'occasione da Babbo Natale o da abete natalizio, alla Christmas Run, corsa che si svolge nel mese di dicembre e grazie alla quale il gruppo può dire: "Vuoi fare un bel regalo di Natale? Dona sangue!".

La partecipazione alla Bavisela Wind Family è invece una tradizione ormai consolidata, una festa alla quale il gruppo interviene sempre con entusiasmo e con grandi, colorati striscioni - si ricordano - "Semo zovini e semo qua per spudar sangue!"; "Xe più giorni che sacche de sangue"; "Corer fa ben, donar de più!". Nel 2015 inoltre l'ADS Trieste ha ricevuto il premio "Fun" per la partecipazione alla Bavisela come gruppo più numeroso, meritandosi l'agognata coppa in premio!

Da due anni, inoltre, il Gruppo gareggia nella coloratissima corsa di 5 km, The Color Run, che si snoda nel centro storico triestino. Gli scintillanti colori rendono ancora più gioiosi e visibili gli striscioni dei ragazzi, che recitano "Dona sangue, colora la vita".

Il Gruppo Giovani mette davvero tanta passione e tanto impegno nella ricerca di nuovi donatori e nell'informare i giovani, ed ha sempre bisogno di nuove "reclute": se vuoi unirti al gruppo scrivi una mail a gruppegiovani@adstrieste.it oppure chiedi l'amicizia in Facebook all'ADS Trieste-Gruppo Giovani.

Biblioteca regionale 50 anni di storia tra solidarietà e passione

Da sin. Cons. Reg. Rodolfo Ziberna, Pres. ADS Ennio Furlani, Cons. Reg. Emiliano Edera, Ass. Politiche Sociali Laura Famulari durante l'inaugurazione della Mostra "50 anni di storia tra solidarietà e passione".

La rassegna durata circa una settimana, ospitata nella biblioteca Livio Paladin del Consiglio regionale a Trieste ha raccontato l'itinerario storico lungo mezzo secolo dell'Associazione Donatori Sangue.

La mostra è stata inaugurata il 29 settembre 2014 dai consiglieri regionali Emiliano Edera - componente l'Ufficio di presidenza e referente per la struttura - e Rodolfo Ziberna, assieme al Presidente ADS Ennio Furlani e agli assessori alle politiche sociali del Comune di Trieste Laura Famulari e della Provincia Roberta Tarlao.





La solidarietà è un sentimento sociale

Come consuetudine, anche quest'anno, l'ADS reitera l'appuntamento con il Concorso per I giovani e la solidarietà che vedrà gli studenti delle scuole di ogni ordine e grado della provincia di Trieste misurarsi in alcune tra le tematiche più importanti e attuali di questo momento storico, esponendo, attraverso il testo scritto, il video o il disegno, le proprie riflessioni sulla base di una delle tracce stabilite.

Ogni scuola partecipante dovrà inviare la propria adesione entro il 30 gennaio 2016 a mezzo posta (via J. Cavalli 2/A, 34129, Trieste) o tramite e-mail (concorso@adstrieste.it)

Tutti gli elaborati vanno consegnati presso la sede dell'Associazione Donatori di Sangue di Trieste, in via Jacopo Cavalli 2/A, entro e non oltre la data del 9 aprile 2016.

Concorso sulla solidarietà e la creatività giovanile

Stralci tratti dall'ultimo concorso ADS "La solidarietà è un sentimento sociale" Giunti alla sesta edizione del Concorso sulla solidarietà e la creatività giovanile, rivolto a tutte le scuole di ogni ordine e grado della nostra Provincia, abbiamo deciso di citare qualche frase tratta dagli elaborati

« Il problema d'interpretare il presente è che non fai mai in tempo a rettificarlo che quello è già scappato via ed è diventato passato »

« [...] è strano che la gente si accorga di quanto abbia bisogno di certe cose solo quando esse vengono loro a mancare »

« L'uomo dovrebbe ricorrere alla propria facoltà di pensiero e alla propria coscienza invece di agire senza riflettere sulle cause e sulle conseguenze che determinate azioni comportano »

« La dimensione del dare è andata perduta, surrogata da quella del ricevere, del possedere: l'egocentrismo di cui la nostra società è baluardo non lascia più spazio alla condivisione dei problemi, all'aiuto solidale »

« [...] la guerra nasce da questo, dalla maestria che i "potenti" hanno nel persuadere gente comune e spingere questi verso una guerra che a loro non porterà niente, se non tremendi ricordi e un'anima corrotta dalla malvagità di azioni insensate »

« Non c'è nulla di eroico nell'uccidere, anzi è la dimostrazione di un carattere ingenuo che si lascia influenzare piuttosto che scegliere un atteggiamento solidale [...] è ben più difficile mettere a primo posto i bisogni dell'altro invece dei propri »

« Il mondo infatti è composto da un insieme di singoli individui e quegli individui siamo proprio noi che in base alle nostre scelte lo cambiamo ogni giorno un pò »

« [...] non lamentiamoci di quanto male le cose ci vadano, ma diamo del nostro meglio e comportiamoci come già il Mahatma Gandhi ci invitava a fare, dicendo "Sii tu il cambiamento che vuoi vedere nel mondo" [...] »

« [...] il sentimento di solidarietà che accomuna l'intera specie umana non muore mai all'interno dei cuori, può sembrare spento, ma in realtà si tratta di un tizzone sempre acceso, pronto a tornare vivo e fiammeggiante »

« Ho solo sedici anni, ma quello che vedo nel mondo vero mi sconvolge [...] invece di assecondare la paura, girare la testa e fare gli indifferenti alla vista della realtà, bisogna guardarla negli occhi, tenderle la mano e dirle -Accetto la sfida- »

« [...] perché è la solidarietà, sostenere gli altri come noi stessi che garantisce la vita, mentre la guerra no: distrugge anche l'essere umano. »

« Noi ragazzi siamo il futuro. Ma nessuno l'ha capito. Tutti impegnati a raggiungere un numero preciso di "mi piace" sui social network. Spero che tutti quegli sguardi, ora rivolti a un cellulare, un giorno saranno rivolti verso il cielo [...] Armare il nostro animo dovrebbe essere nel nostro sangue, nel nostro cuore fino dalla nascita [...] con tutti gli orizzonti che abbiamo aperto grazie alle nuove tecnologie. È cambiato tutto ma non è cambiato nulla »

ENIGMISTICA

CruciPuzzle

MISCELLANEA (6): (si accende in Chiesa)

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

- | | | | | | |
|--------------------------|------------|--------------------------|----------|--------------------------|------------|
| <input type="checkbox"/> | ALCE | <input type="checkbox"/> | EPIFANIA | <input type="checkbox"/> | RITO |
| <input type="checkbox"/> | AUGURI | <input type="checkbox"/> | INVERNO | <input type="checkbox"/> | SANTI |
| <input type="checkbox"/> | AVVENTO | <input type="checkbox"/> | MAGI | <input type="checkbox"/> | TRADIZIONE |
| <input type="checkbox"/> | CALENDARIO | <input type="checkbox"/> | NEVE | <input type="checkbox"/> | VATE |
| <input type="checkbox"/> | CANTI | <input type="checkbox"/> | NOCCIOLE | <input type="checkbox"/> | VESPRI |
| <input type="checkbox"/> | CAPODANNO | <input type="checkbox"/> | PASTORE | | |
| <input type="checkbox"/> | DONI | <input type="checkbox"/> | PRESEPE | | |

AFORISMO

Ci sono solo due giorni all'anno in cui non puoi fare niente: uno si chiama ieri, l'altro si chiama domani, perciò oggi è il giorno giusto per amare, credere, fare e, principalmente, vivere.

Dalai Lama

LA RICETTA DI UN AMICO

Zuppa vegana

20 minuti



ingredienti (per 4 persone):

150 gr di grano saraceno
300 gr di zucca bollita
6 foglie di cavolo nero
1 carota
1 cipolla
Rosmarino
2 litri di acqua

preparazione:

Lavate il grano saraceno in acqua corrente e riponetelo in una pentola con l'acqua e tutte le altre verdure tagliate a piacere. Portate ad ebollizione l'acqua e cuocete per 15 minuti. Regolate di sale. Potete servire questa zuppa con crostini all'aglio..

NB: Il grano saraceno ha numerose qualità nutritive, che si riflettono anche sul benessere dell'organismo. Non contiene glutine. Un'alimentazione ricca di grano saraceno è collegata a un ridotto rischio di sviluppare colesterolo cattivo e pressione alta.



Chutney di mele

ingredienti (per 8 persone):

Mele 1 kg
Cipolle dorate 250 g
Aceto di vino 500 ml
Zucchero di canna 350 g
Zenzero fresco, qb

preparazione:

Sbucciate la radice di zenzero e grattugiatene 2 cm. Lavate le mele, sbucciatele ed eliminate il torsolo. Tagliatele a cubetti e tenetele da parte. Sbucciate le cipolle, tagliatele a metà e poi a piccoli pezzi. In una casseruola versate l'aceto e lo zucchero e mescolate per far sciogliere completamente lo zucchero. Unite le mele, le cipolle, lo zenzero. Portate la casseruola sul fuoco e fate bollire a fuoco lento. Continuate la cottura mescolando frequentemente per 2 ore o fino a quando otterrete una consistenza morbida.

NB: Il chutney di mele è la salsa ideale per accompagnare la carne di maiale.

DA SAPERE

Il Museo delle Curiosità nella Repubblica di San Marino.



“Esiste? Eh sì, il Museo delle Curiosità è una collezione di fatti, oggetti, notizie e personaggi del tutto insoliti, strani, rari e veri raccolti per stimolare e divertire”

All'interno dell'esposizione permanente realizzata su una superficie di 600 m² si possono ammirare un centinaio di oggetti esposti, con eccentricità e stranezze, come una trappola per pulci del XIX sec, l'orologio a naso, le unghie più lunghe del mondo, l'uomo più grasso del mondo 639 kg, la donna più bassa del mondo 59 cm.

CURIOSITÀ

Le proprietà terapeutiche del limone

Il frutto del Limone ha innumerevoli proprietà e caratteristiche terapeutiche e curative. Rinfrescante, disintossicante, e calmante, è utilizzato per alleviare i dolori reumatici ed è un buon equilibratore contro la pressione alta.

Millenaria la sua storia come impiego in medicina e vastissimo l'utilizzo in termini delle molteplici proprietà. Oltre ad essere noto come ottimo antisettico e battericida, il limone, rappresenta un importante aiuto per coloro che mancano delle sufficienti difese immunitarie poiché è in grado di “aumentare” la produzione dei globuli bianchi.



L'alta concentrazione di vitamina C propria del limone rende questo frutto importante per la tutela della salute. Consigliato a coloro che soffrono di anemia, è un buon stimolatore gastro-epatico-pancreatico. Questo frutto migliora la digestione e favorisce il transito intestinale e contribuisce a dissolvere i calcoli biliari e i calcoli renali grazie all'acido citrico. Contrasta i radicali liberi, e dunque l'invecchiamento cellulare dell'organismo. Alcuni recenti studi hanno evidenziato che il limone, potrebbe contrastare

Targhe conferite fino al 2013

1986

Bruck Odette
Sevieri Maria Luisa
Ragazzoni Piergiorgio

1987

Baldasseroni Giorgio †
Beccù Aldo
Cattonar Mario †
Damiani Michele †
Devit Arturo †
Fonda Nicolò
Petrarulo Umberto
Santi Renato †

1988

Proietti Marcello
Ragazzoni Gian
Domenico

1989

Gergolet Tullio
Pietrini Luciano
Ruzzier Giovanni

1990

Luggeri Mario †
Ponis Sergio †
Stibilj Aldo †

1991

Facchini Elio
Maranzana Giorgio
Starc Marjan
Valentini Giovanni
Venier Giorgio
Vrc Giorgio †

1992

Rossi Ferdinando

1993

Ferluga Cej Livia
Balestra Ferruccio
Nardo Bruno

1994

Clagnan Aldo †
De Mola Franco †
Medeotti Claudio

1995

Mattiello Gino
Molignoni Ottavio
Tomelj Paolo

1996

Depiera Ernesto
Di Bella Michele
Orlando Marcellino
Sardo Egidio
Stefenato Luciano Natale
Werk Fulvio †

1997

Bressanin M. Grazia †
Rose Cimarosti Laura
Franco Stefano
Steiner Livio
Vodopivec Lodovico

1998

Bucci Fabio
Cebroni Sergio
Cernecca Dario
Cima Fabio
Forza Ennio †
Licen Giovanni
Miolli Francesco
Sabatini Sergio
Salomone Enzo
Simnovec Claudio

1999

Canazza Giorgio
Cioccolanti Ezio
Criscione Emanuele
Gjoghi Sergio †
Schillan Claudio
Soldano Michele
Vascotto Stelio
Zorzenon Adriano

2000

Moroni Ghersina Lia
Beltrani Giorgio
Bradac Adriano
Bruni Francesco
Ceppa Angelo †
Giunta Ruggero
Kolaric Mario
Kraus Raoul
Mazucchi Fabio
Padovan Giorgio
Paoletti Luciano
Pelizzaro Sergio
Salvinelli Italo
Scarpato Domenico
Serravallo Ervino
Specogna Sergio
Villas Antonio

2001

Bernazza Mauro
Mattioli Lino
Metlika Silvestro
Pacorini Mario
Podgornik Luciano
Ruzzier Giorgio
Vigini Gino

2002

Prendivoi Gorella Gianna
Savaldi Verani Ada
Benericetti Adriano
Bernardi Roberto
Bernè Roberto
Cafagna Carlo
Furlan Vladimir
Iarini Silvano
Indelicato Dario
Pontini Giancarlo
Trapasso Francesco
Verona Celio
Vuga Mariano

2003

Braccio Anna Maria
Babici Roberto
Bissaldi Pierluigi
Bresciani Lorenzo
Businelli Sergio
Cattaruzza Giorgio
Finotto Bruno
Ganis Guido
Garrappa Elio
Novacco Mario
Ostrouska Luciano
Parenzan Fulvio
Skrem Dario
Zoch Dario

2004

Flego Alba
Millock Nadia
Anici Ettore
Cosciani Fabio
Di Bari Danny
Fabbro Elio
Filipaz Mauro
Karlicek Marino
Novic Alberto
Pisani Fabio
Pitacco Dennis
Spena Claudio
Ulcigrai Bruno

2005

Marassi Federica
Musizza Daniela
Babich Zvedan
Barcaricchio Mauro
Ferrarese Diego
Majcan Vittorio
Marsetti Enrico
Mauro Ferruccio
Moggioli Davide
Olenich Tullio
Panigas Gianfranco
Poldrugovaz Roberto
Rugliano Roberto
Sorini Adriano
Sterpin Claudio
Stuparich Ettore
Visintin Maurizio
Zok Rolando
Zolle Luca
Zorzut Livio

2006

Degrassi Bianca Lucia
Mosetti Michela
Nemarich Annamaria
Pizzamei Laila
Roiaz Loredana
Bandi Ljubimiro
Buligatto Roberto
Cadenaro Flavio
Cecchi Mario
Cernaz Ivan
Crivellari Attilio
Doz Alessandro
Fabiani Diego
Filingeri Pietro
Gianolla Fabrizio
Miccoli Roberto
Nedoh Stefano
Orlando Fabrizio
Ronchini Gianfranco
Rutigliano Orlando
Sgarbul Francesco
Slama Roberto
Vrabec Graziano

2007

Bacci Mariarosa †
Turecek Cherri Dionella
Casonato Lino
D'Ambrosi Uliano
Dobranovich Leonardo
Frezza Federico
Groppazzi Sergio

Jurevini Boris
Kalik Maurizio
Meola Maurizio
Sbisà Christian
Sossi Giorgio
Tomat Edoardo
Toniutti Alberto
Zanzottera Roberto

2008

Altin Falciano Flavia
Antenori Donatella
Bertok Luciana
Besednjak Maria
Alessio Giuliano
Chicco Fulvio
Crevatin Roberto
Dendi Giorgio
Depangher Giovanni
Ferlora Paolo
Ferluga Maurizio
Giadrossi Guido
Grison Luciano
Lonzari Marino
Metlika Tullio
Palusa Flavio
Parovel Mirian
Petrucci Luciano
Rampini Sergio
Salaris Gianni
Sbisà Guido
Sinico Giulio
Stolfa Fabio
Turchetto Paolo
Ursich Oscar
Vecchia Silvano

2009

Ranchi Cristiana
Boldrini Marino
Carli Boris
Cauzer Lucio
Corrente Fulvio
Donda Edoardo
Edomi Sergio
Franco Enrico
Giuressi Bruno
Giurgioich Giovanni
Lutman Alberto
Madonia Franco
Piredda Antonio
Poropat Fulvio
Tamaro Renato

Benemerenze per gli anni 2014–2015

2010

Cirilli Flegar Luisa
Jevremovic B. Borika
Aversa Guido
Bugliano Renato
Carnelli Franco
Doerfler Massimiliano
Fabian Renato
Ficiur Fabrizio
Filippon Bruno
Fornasaro Luciano
Gulin Fabio
Maier Mario
Miazzi Claudio
Micich Roberto
Pitacco Sergio
Ruzzier Fabrizio
Serschen Stefano
Spina Diego
Stoka Dario
Turk Marco

2011

Marinelli Patrizia
Nasini Eva Sonia
Agosta Angelo
Ambroset Maurizio
Candotti Giovanni
Caporali Giorgio
Cozzolino Luigi
Filippi Roberto
Godina Marino
Ierman Marino
Pasquinelli Argante
Pellizzari Roberto
Pentassuglia Domenico
Potleca Mauro
Puccioni Roberto
Pugliese Claudio
Quadrelli Guido
Ribezzo Giancarlo
Simonetti Paolo
Trento Francesco

2012

Senizza Nadia
Svara Gabriella
Alaimo Silvio
Amodeo Giorgio
Angiolini Paolo
Battistella Sergio
Degrassi Davide
Gioppo Renato
Giurco Fulvio
Masè Nerio

Menegon Marcello
Millo Roberto
Muggia Gabriele
Pinter Fabrizio
Sbisà Furio
Sustersich Marino
Tamaro Giancarlo
Tomadin Ottavio
Ugo Luciano
Violin Dario
Zulich Bruno

2013

Stipancich Loretta
Carecci Pasquale
Cecchini Adriano
Codia Paolo
Corigliano Lorenzo
Genzo Luciano
Goia Mauro
Gollinucci Roberto
Gregori Franco
Haipel Edi
Mestroni Doriano
Pulgher Fabrizio
Rusi Renzo
Tamburlini Tullio
Verdecchia Carlo
Vovk Rodolfo

2014

Busato Rossana
D'Orso Laila
Loprete Sabrina
Pertovt Illiria
Salvador Bernazza
Manuela
Benericetti Giuliano
Degrassi Franco
Divis Massimo
Favero Romano
Galvi Lorenzo
Moratto Alessio
Parlato Ferdinando
Parovel Gianni
Richter Andrea
Rosso Paolo
Sancin Alessandro

Targa

donne (80 donazioni)

D'Andrea Giuliana
Zucca Giusto Clara

Targa

uomini (100 donazioni)

Arban Alessandro
Arena Bruno
Benevol Paolo
Cernich Andrea
Edera Marino
Fronza Alfonso
Hribar Sergio
Hrovatin Ivo
Lando Gianluca
Latin Roberto
Maranzina Aldo
Nordio Diego
Tomasi Maurizio
Varnerin Fabrizio
Zafnik Andrea
Zangrando Massimo

Stella dorata

uomini (90 donazioni)

Armocida Adriano
Borin Fulvio
Cernich Andrea
Cossutti Alessandro
Cuppo Gian Paolo
Curci Matteo
Dagri Marco
Dana Maurizio
Decimani Nereo
Franzelli Fabrizio
Lizzul Paolo
Malalan Dejan
Manzini Riccardo
Marini Andrea
Musizza Franco
Pentassuglia Vito
Persich Manuel
Savi Natalino
Semenic Roberto
Sussich Matteo
Tisma Walter
Zornada Fulvio

Distintivo dorato

donne (56 donazioni)

Baldacci Valentina
Bortuzzo Elena
Macuz Sabrina
Sabadin Claudia

Distintivo dorato

uomini (70 donazioni)

Agnolin Claudio
Bezin Edmiro
Braico Massimiliano
Brizzi Giorgio
Cerasari Maurizio
Chermaz Pierpaolo
Clemente Maurizio
Corazza Mario
Cosina Roberto
Crevatin Franco
Deste Fabio
Di Russo Davide
Germani Franco
Gorella Alessandro
Greblo Giorgio
Larice Gianpaolo
Malavenda Fabio
Marchione Massimiliano
Masseni Stefano
Pecchiar Franco
Purinani Roberto
Saule Mauro
Sichart Fabiano
Sintich Claudio
Sponza Roberto
Tomsig Riccardo
Tron Guido
Vespasiano Mario
Zanconati Fabrizio

Medaglia dorata

donne (40 donazioni)

Borzani Elisabetta
Busatto Elena
Calabro' Flavia
Cardullo Giovanna
Cassani Carmen
Corsini Donatella
Giussani Alessandra

Gombac Laura
Pacor Manuela
Pauletic Elisabetta
Prezzi Patrizia
Pristavec Cristina
Schiavuzzi Fulvia
Tercon Miriam
Trincanato Laura

Medaglia dorata

uomini (50 donazioni)

Alabiso Alessandro
Beltramini Gianfranco
Bertocchi Alberto
Bertocchi Paolo
Canu Gianluca
Cernettich Sergio
Cook Roberto
Cusatelli Maurizio
D'Aliesio Marco
Dapretto Alessio
Della Santa Roberto
Favento Gianpaolo
Fornasaro Alberto
German Lorenzo
Giambri Walter
Giannini Mario
Marchi Luca
Marsi Paolo
Masala Giuseppe
Mazzaraco Paolo
Metton Dario
Moretti Giovanni
Negrisin Roberto
Pace Fabrizio
Pertosi Aldo
Petronio Giorgio
Pezzolato Paolo
Piccolo Girolamo
Pierobon Giorgio
Pinto Antonio
Pizziga Alessandro
Plazzi Edoardo
Polese Mauro
Prade Davide
Prelz Fabrizio
Rismondo Tullio
Rota Marino
Rukavina Gabriele
Sabadin Marco
Scatizzi Pasquale

Schillani Roberto
Semec Federico
Susic Boris
Strippoli Marco
Tirota Massimo
Trento Franco
Vascotto Stefano
Wabitsch Marco
West Stelio Peter
Zanolla Massimiliano
Zuliani Fabio

Medaglia d'argento
donne (28 donazioni)

Bolognino Valentina
Botteghelli Anna
Cecchini Patrizia
Cechet Alessandra
Colombo Angela
De Cristini Chiara
De Panzera Brunilde
Divo Monica
Kocjancic Annamaria
Maita' Maria Gabriella
Marcuzzi Maria Rosa
Martellani Ferraro Monica
Misculini Silvia
Pertegato Ester
Petronio Loredana
Rimari Paola
Robelli Elena
Sancin Laura
Scatton Raffaella
Staropoli Elena
Vatta Alessia
Venier Cecilia

Medaglia d'argento
uomini (35 donazioni)

Alberti Diego
Amodio Italo
Andreassich Adriano
Balbo Giovanni
Bencich Roberto
Bettio Francesco
Bortolucci Roberto
Bozza Walter
Broili Fabio

Cappiello Pietro
Carbonaio Davide
Carpani Stefano
Cazzola Enrico
Cecchini Dario
Centrone Matteo
Chiatti Andrea
Cimador Enrico
Cirillo Alessandro
Cobau Massimo
Cola Vincenzo
Corrente Christian
Covelli Piero
Crismani Giorgio
Damiani Flavio
De Giuseppe Gerardo
De Maria Angelo
Di Cerbo Raffaele
Di Donato Fausto
Doglia Walter
D'Onofrio Lucio
Farneti Hugo Daniel
Gasperutti Giancarlo
Giacca Paolo
Giacomello Mauro
Giove Gianpaolo
Granduzzi Roberto
Gurian Maurizio
Irmì Lorenzo
Jurman Matteo
Kaiser Gianfranco
La Corte Ciro Francesco
La Terra Maggiore David
Lavagnini Maurizio
Lizzul Nicola
Lombardi Cristiano
Lovrich Massimo
Macchioro Paolo
Manuelli Fulvio
Marfan Massimiliano
Marincich Stefano
Marinelli Pasquale
Martinelli Fabrizio
Mastromarino Gianfranco
Medeot Alessandro
Monaco Roberto
Mozina Mario
Muzzicato Sebastiano
Oberdank Alessandro
Ostrouska Sergio
Pavan Stefano
Pizzul Cesare

Pocecco Paolo
Pressello Massimiliano
Rampini Matteo
Resta Simone
Rossetti Bruno
Rossetti Michele
Rosso Claudio
Schina Claudio
Sega Sebastian
Selenati Rodolfo
Silvari Paolo
Skarlovaj Roberto
Skergat Roberto
Slobic Denis
Sorini Luca
Susmel Giampaolo
Sustersich Mauro
Toscan Erich
Trebian Michele
Troiano Fulvio
Trombetta Roberto
Visintin Christian
Zecchin Alberto
Ziani Livio

Medaglia di bronzo
donne (16 donazioni)

Amodeo Alessandra
Barnaba Claudia
Basile Francesca
Basso Alessandra
Blazina Tamara
Bonelli Maria
Brezzi Elisabetta
Cecotti Manuela
Contardo Amelia
Contento Rita
D'Uva Paola
Ferrari Giada
Fragiacomo Silvia
Galasso Francesca
Giacomini Luana
Gianni Serena
Groppi Daria
Hrast Giulia
Husel Kristel
Jurisevic Elisa
Laghi Tamara
Lanza Maria Nunzia
Legovic Anna

Liso Maria Rosaria
Luglio Giuliana
Oretti Jenny
Oshevatyuk Elena
Pagnini Iliaria
Pennino Silvia
Pertichino Alessandra
Pipan Alessia
Pison Elisa
Pizzi Novella
Poles Paola
Predonzani Marina
Saletnik Marina
Schmid Maria Cristina
Schuster Martina
Sirotti Laura
Soranzo Rosella
Starc Sara
Ulcigrai Lorena
Vidali Marina
Viola Elena
Visentin Maria Antonia
Zubyk Nadiya

Medaglia di bronzo
uomini (20 donazioni)

Aiello Giovanni
Alessi Fabio
Barbon Stefano
Benericetti Alberto
Benzan Paolo
Bernobich Piero
Bettoso Andrea
Biagini Ugo
Bianchi Stefano
Biteznik Jan
Bolognino Alessio
Bradamante Alessandro
Briscak Roberto
Briscek David
Busan Christian
Buttara Roberto
Carrer Gabriele
Castiglione Mauro
Castriotta Michele
Cej Danijel
Cimolino Carlo
Conti Carlo
Cosani Andrea
Cossi Paolo

Costa Fabrizio
Crevatin Piero
D'Aquino Andre'
De Pasquale Cristiano
Degrassi Renato
Delpiano Matteo
Donadona Mario
Fabris Davide
Favretto Walter
Filippi Alessandro
Fracella Marcello
Fuliani Davide
Furlani Roberto
Gambini Paolo
Garofalo Davide
Giorgini Simone
Godeas Pierluigi
Grassi Massimo
Gregorutti Mirko Davide
Icardi Alessandro
Ierman Marino
Indelicato Denis
Kocijancic Igor
Kostnapfel Andrej
Lenardi Andrea
Loser Nicola
Lotto Andrea
Luchini Riccardo
Marasa' Claudio
Marchi Daniel
Marculi Massimiliano
Marson Piero
Mastrangelo Andrea
Medvet Eric
Merlato Marco
Miele Giovanni
Milazzo Paolo Maria
Milkovitsch Eddi
Millevoi Luca
Millo Marco
Muha Daniele
Nuzzo Nicola
Oberti Di Valnera
Giovanni
Orlando Angelo
Palermo Antonino
Perini Samuele
Pestel Marino
Petrini Giampaolo
Pillinini Danilo
Poletto Alessandro
Racman Rado

Radanich Pertic Adriano
 Razza Stefano
 Rella Cristian
 Renzi Alberto
 Righi Massimo
 Russo Antonio
 Santi Devan
 Scalchi Romano
 Scura Nicola
 Seppi Marco
 Sestan Piero
 Severi Massimiliano
 Simeon Davide
 Simonic Riccardo
 Slama David
 Snidersich Pier Paolo
 Sodomaco Andrea
 Spataro Antonino
 Storti Andrea
 Sushmel Enrico
 Suzzi Gianni
 Tarlao Fabrizio
 Trombetta Dario
 Turitto Livio
 Vegliach Daniele
 Weiss Andrea
 Wijemanna Liyanage
 Roshan Saman Kumara
 Zampiron Guido
 Zanello Sebastiano
 Zanini Andrea
 Zinutti Roberto
 Zuttioni Paolo
 Diploma

Diploma donne
 uomini (8 donazioni)

Agostini Federica
 Aiello Graziella
 Apollonio Francesca
 Barillaro Sara
 Baronio Silvia
 Benci Elisabetta
 Benevol Tiziana
 Bernazza Barbara
 Bonicioli Alice
 Bruni Michela
 Cappellini Vesna
 Casonato Sila Marinella
 Catalano Marta

Cattaruzza Pino Silvia
 Cergol Lisa
 Cipolat Erica
 Crevatin Sara
 Da Canal Francesca
 Dagostini Federica
 De Dona' Laura
 De Giorgi Federica
 De Pol Melina Argia
 Delben Elisa
 Demarchi Giulia
 Di Jasio Maria
 Doz Roberta
 Fedele Valentina
 Fiermonte Francesca
 Filippi Romina
 Folchini Alessia
 Garboni Lorella
 Gazzin Silvia
 Gellici Ariella
 Gelsomino Pamina
 Gerebizza Alessia
 Insinga Liboria
 Kozina Serena
 Labadini Giulia
 Ledovich Marisa
 Lonza Rossana
 Mandarano Patrizia
 Manduca Rosa
 Marcucci Lorenza
 Mariani Patrizia
 Marzinotto Stefania
 Miani Federica
 Millo Valentina
 Nelli Jessica
 Nocella Anna
 Padovan Laila
 Palmisano Rosanna
 Pasquinelli Giada
 Pellizzari Caterina
 Pison Elisa
 Policastro Francesca
 Polito Lillian
 Prelazzi Alessandra
 Radoslavo Giuliana
 Rebula Betty
 Riosa Franca
 Russi Michela
 Russignan Francesca
 Russo Krizia
 Sacsida Nicole
 Sandri Caterina

Sanzin Morena
 Sarnataro Erica
 Savi Francesco
 Scagnetti Alessandra
 Sergi Sergas Agnese
 Staffieri Foscarina
 Stolfa Federica
 Tagliapietra Karin
 Tavcar Patrizia
 Tellini Erica
 Terpin Raffaella
 Toniutti Giulia
 Vardabasso Angie
 Varone Roberta Laura
 Vesnaver Elsa
 Vinkovic Goranka
 Vitali Giulia
 Volpin Chiara
 Zacchigna Paola
 Zupancic Jana
 Zupancich Anna

Diploma uomini
 uomini (10 donazioni)

Ameruoso Daniele
 Azzara Gaetano
 Bacer Marco
 Barazutti Marco
 Barbariol Cristiano
 Barnaba Matteo
 Baron Francesco
 Bartolomei Fabio
 Barut Denis
 Bassanese Maurizio
 Beltramello Andrea
 Bernetti Sergio
 Bertola Serge
 Bianchi Stefano
 Bidussi Massimo
 Borgobello Erik
 Boschi Andrea
 Bratina Raffaele
 Brezar Edoardo
 Bubola Fabio
 Buttazoni Marco
 Cacciottoli Dario
 Campagna Pietro
 Campanella Dennis
 Canalaz Sebastiano
 Cardi Davide

Carnelli Gabriel
 Castelletti Alessandro
 Ceballos Chacon
 Jhon Leonardo
 Cenacchi Riccardo
 Cepar Massimo
 Cetrone Giuseppe
 Chert Lorenzo
 Ciuch Roberto
 Cociani Alessandro
 Colamartino Francesco
 Coletta Giovanni
 Colovini Fabio
 Colucci Pierluigi
 Comuzzi Gianfranco
 Cortellino Luigi Bjorn
 Cossutta Andrea
 Cossutti Andrea
 Cucchi Daniele
 Dallape' Claudio
 D'Ascenzo Guido
 De Pace Paolo
 Debernardi Marco
 Delak Lorenzo
 Demarchi Denis
 Dequal Martin
 Di Gennaro Valerio
 Di Gioia Antonio
 Giancarlo
 Dini Denis
 Doljak Denis
 Dragovic Radimiro
 Faggioli Roberto
 Favretto Diego
 Ferrara Riccardo
 Fior Manuel
 Fogar Livio
 Fon Paolo
 Forte Fabio
 Forte Fabio
 Franco Angelo Pio
 Franza Giorgio
 Furlan Giulio
 Furlan Mauro
 Gandusio Jacopo
 Garzia Stefano
 Gavinelli Raffaele
 Germani Gabriele
 Germani Stefano
 Gerola Enrico
 Giannella Massimiliano
 Giordano Cristian

Giotti Alessandro
 Giovanazzi Dario
 Giurini Walter
 Grilli Tullio
 Hervatin Christian
 Ianesich Giovanni
 Ianza Luca
 Ilic Radisa
 Littei Denis
 Luzzi Paolo
 Lorenzon Lorenzo
 Loschiavo Luca
 Lubini Francesco
 Macchiavelli Matteo
 Mantovan Franco
 Mariuz Daniele
 Marsi Massimo
 Marton Stefano
 Alessandro
 Mastromarino Simone
 Matonte Giampiero
 Mederos Gabriel Ivan
 Michelazzi Federico
 Micich Dino
 Mocchi Fabrizio
 Moratto Fabrizio
 Nacini Alberto
 Neri Matteo
 Paoletti Mauro
 Paoli Giulio
 Paoli Roland
 Pardi Giancarlo
 Pastore Antonio
 Pecchi Marco
 Pedarra Alessio
 Peressin Massimo
 Perrucci Marco
 Pinamonti Michele
 Pipan Davide
 Piscanc Massimiliano
 Pischianz Andrej
 Piselli Luciano
 Porta Giuseppe
 Pribaz Walter
 Prodan Franco
 Radomirovic Milutin
 Rama Dorian
 Ramani Nicola
 Razem Paolo
 Rodda Francesco
 Rossi Matteo
 Ruggiero Paride

Prima donazione dei maggiorenni

2014/2015

Grimaldi Claudia •
 Mis Chiara •
 Murabito Martina •
 Pecile Rebecca •
 Pitacco Martina •
 Sberna Valentina •
 Canazza Matteo •
 Carecci Alessio •
 Morgese Andrea •
 Neri Nathan •
 Orlando Gabriele •
 Sodomaco Giacomo •
 Tritta Federico •
 Valenzin Giovanni •

Cabrelli Giulia
 Cannone Chiara
 Deponte Elisabeth
 Grbac Angela
 Lamallari Mirjeta
 Milic Katarina
 Shasivari Giorgia
 Spadaro Martina
 Stefancic Katja
 Viviani Irene
 Zanetti Sofia
 Carli Diego
 Crevatin Ashik
 Ferretti Andrea
 Gerometta Marco
 Grbac Stefano
 Petrina Massimiliano
 Somnavilla Omar
 Valencic Jas

•

Sono indicate con
 un puntino rosso le
 donazioni avvenute
 nel giorno del 18°
 compleanno

Russo Giovanni
 Russo Lorenzo
 Sabadin Marco
 Sabadin Michele
 Sancin Christian
 Savadori Franco
 Scaramuzza Davide
 Scarpa Massimo
 Schillaci Stefano
 Scrigner Luca
 Seguglia Giacomo
 Silli Stefano
 Smeragliuolo Mauro
 Soggia Andrea
 Soso Vladimir
 Starc Ryan
 Stewart Robert
 Stifanich Dimitri
 Storchi Danilo
 Strain Frey
 Strano Simone
 Tevarotto Carlo Alberto
 Tomasini Lucio
 Toscano Paolo
 Turchetto Marco
 Udoni Nazareno
 Vale' Stefano
 Varvaro Mattia
 Vidali Luca
 Vittori Stefano
 Vujanovic Dobrica
 Zandonà Luigi
 Zaninello Alessandro
 Ziani Sergio

A tutti i nostri Defunti:
 siete sempre
 nei nostri cuori.

Le “ditte amiche” dell’Associazione Donatori Sangue

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

Tato e Tata

via del Ghirlandaio 6,
34138 – Trieste
tel. +39 040 948344

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@bottegadellespezie.it
www.bottegadellespezie.it

Albergo La Cappuccina

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

Julia viaggi

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

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.

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. Grippari
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

Border Line di Rossoni Rosalba

viale XX Settembre 18 1b
34125 – Trieste
tel. +39 040 370740
info@borderlineshop.com
www.info@borderlineshop.com



FIDAS

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 61
novembre 2014

direttore responsabile
Mario Mirasola
–
redazione
Anna Dall’Armellina
Silvia Ballis

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

APPUNTAMENTO

Domenica 15 novembre 2015
alle ore 10.00, si terrà la
52° Giornata del Donatore
di Sangue presso la Sala Saturnia
della Stazione Marittima di Trieste.
Alle ore 12.00, a fine cerimonia,
seguirà il tradizionale buffet.

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.