



IL TRAGUARDO

ANCORA DATI IN CRESCITA

Nel 2024 i numeri dell'Afds Pordenone hanno continuato a salire fino a sfiorare le 11 mila donazioni di sangue e plasma; oltre mille i nuovi donatori

DAL CONGRESSO

SEZIONI RIUNITE

Domenica 6 ottobre a Campagna di Maniago si è tenuto il congresso provinciale. La locale sezione Afds ha festeggiato il mezzo secolo di vita

TESTIMONI

DEL DONO

VIVERE GRAZIE AI DONATORI DI SANGUE

LE SFIDE

DEL 2025

L'APPELLO AI DONATORI

Tra gli obiettivi del nuovo anno, sarà fondamentale sensibilizzare sempre più donatori e donatrici a effettuare anche la donazione di plasma e a spendersi in modo attivo all'interno delle sezioni.





Periodico quadrimestrale
di informazione, educazione sanitaria
e cronache di carattere associativo



SOMMARIO **NUMERO 47**

EDITORIALE DEL PRESIDENTE	
Afds Pordenone, sfiorate le 11 mila donazioni	3
IL TRAGUARDO	
Donazioni e donatori, nel 2024 ancora dati in crescita	4
IL CONGRESSO	
L'Afds in festa a Campagna di Maniago	7
Sei le sezioni che si sono distinte nel 2023, premiate al congresso.....	9
MONDO FIDAS E AFDS PROVINCIALE	
Ricambio generazionale, calo demografico e volontariato attivo	10
Parola d'ordine, formazione	12
Papa Francesco riceve i donatori Fidas	14
Autoemoteca al comando Vigili del Fuoco di Pordenone	16
Informatori associativi, servizio prezioso	17
Obiettivo: una nuova sede Afds a Clauzetto e Vito d'Asio	18
Buona la prima per lo spettacolo "Gocciolina! Spazza virus"	19
NOTIZIE DAI CENTRI TRASFUSIONALI	
La donazione di plasma: una sfida per il futuro	20
DALLE SEZIONI	22-31
MEDICINA E SALUTE	
Prevenzione e malattie cardiovascolari	32
Raccomandazioni per un corretto stile di vita	33
D COME DONNA... D COME DONO	
Donatrice il giorno del suo compleanno.....	34
SCUOLE E GIOVANI	
Una app interattiva per raccontare il dono del sangue	35
Punto di incontro in Fiera a Pordenone	36
Coppa Dono 2024-2025, record di società sportive iscritte	37
AFDS GREEN	
L'uomo dalla barba bianca seduto	38
TESTIMONI DEL DONO	
«La mia vita grazie al sangue dei donatori»	39
IL TERRITORIO	
I grandi alberi nelle terre dei donatori	40
ASSOCIAZIONI AMICHE	
Porte Aperte Pordenone e dono del sangue.....	41
DAL CONSIGLIO DIRETTIVO	42
Il programma gestionale GeOn	42
Il Consiglio Direttivo informa... in breve.....	43

Via Udine 1 – 33097 Spilimbergo (Pn)
tel. 0427 51472 – info@afdspn.it - 370 3264339
www.afdspn.it – @afdspordenone – afdspordenone.sedeprovinciale

Orario di segreteria
dal martedì al sabato dalle ore 9.00 alle ore 11.00 previo appuntamento

AFDS PORDENONE, SFIORATE LE 11 MILA DONAZIONI



Mauro Verardo
Presidente
Afds Pordenone

**Nel 2025 la sfida sarà aumentare le donazioni di plasma,
per le quali manca ancora l'autosufficienza. Al via la preparazione
del Congresso nazionale Fidas a Pordenone del 2026**

Anche il 2024 si è rivelato un anno intenso e ricco di attività per la nostra associazione. Le sezioni locali, con l'impegno instancabile dei volontari, hanno continuato a promuovere la cultura della donazione di sangue attraverso manifestazioni ed eventi, collaborando con altre associazioni del territorio e rafforzando il nostro ruolo nella comunità.

Tra le numerose iniziative, vogliamo sottolineare il grande lavoro del Gruppo Scuola interassociativo. Grazie al prezioso contributo della dottoressa Adriana Masotti, **il Gruppo Scuola ha incontrato tutti gli studenti delle classi quinte delle scuole secondarie di secondo grado del Friuli occidentale, organizzando quasi 30 auto-emoteche nei medesimi istituti e alcune giornate di donazione collettiva presso il Centro di Medicina Trasmfusionale di Pordenone.** Un risultato straordinario che testimonia l'importanza di sensibilizzare le nuove generazioni.

Un plauso speciale va anche al nostro **Gruppo Giovani, che ha promosso con successo le giornate di medical check nei centri commerciali di Pordenone e Fiume Veneto, oltre a rinnovare e migliorare l'iniziativa della Coppa Dono.** Grazie a questi sforzi, abbiamo quasi raggiunto il traguardo delle 11.000 donazioni di sangue e plasma, accogliendo al contempo quasi 1.100 nuovi donatori nella nostra famiglia. Un risultato che ci riempie di orgoglio e che conferma il valore del nostro impegno.

Il Congresso nazionale Fidas a Sanremo ci ha regalato due importanti traguardi: Pordenone ospiterà il Congresso

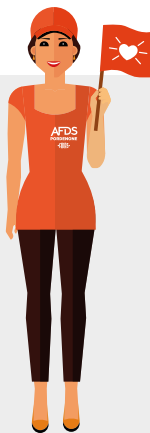
Fidas 2026, un evento per il quale inizieremo subito a lavorare, confidando nella collaborazione di tutti i volontari; inoltre, il nostro ex presidente Ivo Baita è stato eletto consigliere nazionale e nominato vice presidente Fidas, con il ruolo di referente per la zona Nordest. Un riconoscimento che rafforza la nostra rappresentanza a livello nazionale.

Tra le sfide del nuovo anno, sarà fondamentale sensibilizzare sempre più donatori a effettuare anche la donazione di plasma. La richiesta è in costante aumento, dato il crescente utilizzo di farmaci plasmaderivati. Vi invitiamo a leggere l'articolo dedicato alla conferenza sulla donazione di plasma, che trovate in questo numero, per approfondire l'importanza di questa tematica.

Sul fronte del volontariato, continueremo con i Pcto (Percorsi per le Competenze Trasversali e l'Orientamento), sostenendo il progetto Geco della Pedemontana. Inoltre, per la prima volta abbiamo aderito al Servizio Civile Universale, un'opportunità unica per coinvolgere i giovani. Invitiamo tutti voi a promuovere questa iniziativa tra i ragazzi che conoscete, offrendo loro un'esperienza formativa e di grande valore umano.

Grazie di cuore a tutte le donatrici e a tutti i donatori, ai volontari e ai sostenitori che rendono possibili questi straordinari risultati. Insieme, possiamo continuare a fare la differenza nella vita di tante persone. Il 2024 è stato un anno impegnativo, ma anche ricco di soddisfazioni: allo stesso modo, affrontiamo il futuro con l'entusiasmo e la dedizione che ci contraddistinguono.

Grazie a tutti voi per il vostro contributo prezioso!



**UNISCITI A NOI
E FAI LA DIFFERENZA!**



Diventa volontario dell'AFDS di Pordenone: un piccolo gesto che illumina il futuro di chi ha bisogno.

Donare il tuo tempo significa regalare sorrisi e speranza. Contattaci via mail, seguici sui social o visita il nostro sito web. Insieme possiamo fare molto, con il tuo aiuto possiamo fare ancora di più!

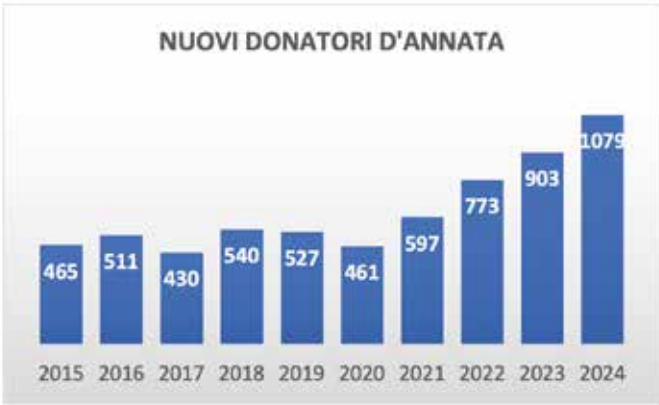


DONAZIONI E DONATORI, NEL 2024 ANCORA DATI IN CRESCITA

L'analisi dei risultati degli ultimi anni di attività promozionale del dono

Se abbiamo chiamato "straordinario" il 2023 in quanto a numero di donazioni, il 2024 non lo è stato certo di meno. Sfogliando questo numero del giornale ci si renderà conto dell'ampio ventaglio di attività promozionali che sono state messe in campo negli ultimi mesi, nei più svariati ambiti sociali. E questo ha prodotto i suoi frutti. Innanzitutto il numero di nuovi donatori che hanno iniziato la loro meritoria attività nel corso dell'anno. Sono ben più di 1000, "arruolati" tra i ragazzi delle ultime classi delle scuole superiori, nei gazebo piazzati dovunque ci fosse afflusso di pubblico, nelle aziende che hanno ospitato le autoemoteche, tra gli aderenti alle società sportive, e anche con il "passaparola". Non dimentichiamoci mai di questo potente strumento di sensibilizzazione, basato sulla testimonianza diretta:

"Se ogni anno ciascun socio porta un nuovo donatore – dicevano i nostri vecchi volontari – ogni anno raddoppiamo il numero". Quindi, cari donatori, diamoci da fare con familiari e amici e facciamoci accompagnare al Centro di Medicina Trasfusionale alla prossima donazione.



Anche il numero di donazioni ha segnato un nuovo record, sfiorando le 11.000. Riportiamo la tabella completa delle donazioni 2024 divise per emocomponente, declinata per sezione e per punto di prelievo, raffrontata al 2023. Come si vede, l'aumento percentuale segna un +5,5%. È interessante notare però che gli ultimi cinque anni hanno visto un aumento medio del +5.8%. Il grafico riporta l'andamento delle donazioni anno per anno.



SEZIONI	Attivi anno 2024	Periodici al 31/12/24	Rapp. don.	Nuovi don. 2024	Sangue intero		Plasmaferesi		Altre aferesi		Totale		Differenza	
					2023	2024	2023	2024	2023	2024	2023	2024	n.	%
Andreis	30	28	1,50	6	23	40	2	2			25	42	17	68,0
Arba	77	89	1,17	4	93	86	22	18			115	104	-11	-9,6
Arzene	111	125	1,75	11	81	85	127	134	1		209	219	10	4,8
Aviano	717	778	1,42	106	711	728	128	163	196	216	1.035	1.107	72	7,0
Aziendale Vivai Rauscedo	79	113	1,11	4	107	97	32	28	5		144	125	-19	-13,2
Brugnera - San Cassiano	406	449	1,57	53	472	492	196	191	24	20	692	703	11	1,6
Budoia - Dardago - S. Lucia	113	112	1,54	19	96	122	22	33	16	17	134	172	38	28,4
Campagna di Maniago	166	185	1,28	14	178	183	40	39	7	14	225	236	11	4,9
Caneva	273	289	1,36	31	270	285	78	83	21	25	369	393	24	6,5
Castelnovo del Friuli	40	41	1,32	6	44	48	6	6			50	54	4	8,0
Cavasso Nuovo	59	74	1,15	16	69	67	17	18	1		87	85	-2	-2,3
Dandolo di Maniago	40	49	1,47	2	44	46	21	26	1		66	72	6	9,1
Domanins	86	100	1,82	7	126	110	67	69		3	193	182	-11	-5,7
Fanna	114	146	1,18	10	137	132	35	33	7	7	179	172	-7	-3,9
Frisanco - Val Colvera	43	52	1,40	7	60	60	10	11	5	2	75	73	-2	-2,7
Lestans	86	103	1,23	10	91	90	41	30	7	7	139	127	-12	-8,6
Maniago	299	321	1,40	60	277	341	86	89	22	18	385	448	63	16,4
Maron	286	293	1,71	39	297	311	184	177	15	14	496	502	6	1,2
Meduno	74	88	1,25	12	93	94	17	16			110	110		
Montereale Valcellina	227	281	1,19	21	245	247	69	60	33	26	347	333	-14	-4,0
Nave	148	171	1,40	25	174	163	77	73	5	3	256	239	-17	-6,6
Pinzano - Valeriano	58	74	1,27	5	67	63	35	31			102	94	-8	-7,8
Polcenigo	74	86	1,17	22	81	89	24	11	4	1	109	101	-8	-7,3
Pordenone	412	365	1,82	183	416	529	93	128	4	6	513	663	150	29,2
S. Giorgio d. Richinvelda	122	146	1,35	9	145	145	57	51		1	202	197	-5	-2,5
S. Martino al Tagliamento	96	114	1,31	7	98	100	51	49			149	149		
S. Odorico	227	245	1,64	34	230	310	58	74	12	17	300	401	101	33,7
Sacile	367	396	1,66	57	507	479	135	174	1	3	643	656	13	2,0
San Lorenzo	20	27	1,59	5	22	18	19	24	1	1	42	43	1	2,4
S. Michele - Ronche - Corn.	122	136	1,29	17	123	136	43	38		1	166	175	9	5,4
San Quirino	326	347	1,54	68	376	389	65	80	73	64	514	533	19	3,7
Sequals - Solimbergo	84	100	1,27	6	107	108	24	19	1		132	127	-5	-3,8
Spilimbergo	646	669	1,50	112	678	751	227	250	1	1	906	1.002	96	10,6
Tamai	315	338	1,56	29	387	363	115	152	10	11	512	526	14	2,7
Travesio	122	136	1,34	20	139	131	42	51	8		189	182	-7	-3,7
Vajont	109	118	1,36	13	95	122	31	26	11	12	137	160	23	16,8
Valtramontina	55	56	1,32	8	55	63	5	11			60	74	14	23,3
Valvasone	97	110	1,79	12	112	114	88	83	2		202	197	-5	-2,5
Vivaro	119	131	1,49	9	147	142	38	45	7	8	192	195	3	1,6
Totale	6.845	7.481	1,47	1.079	7.473	7.879	2.427	2.596	501	498	10.401	10.973	572	5,5
media	176	192	1,42	28	192	202	62	67	13	13	267	281	15	5,2
max	717	778	1,82	183	711	751	227	250	196	216	1.035	1.107	150	68,0
min	20	27	1,11	2	22	18	2	2			25	42	-19	-13,2

Come si può desumere dalla tabella, il 72% delle donazioni sono di sangue intero, il 24% di plasma, e il restante 4%, definito come “altre aferesi”, rappresenta essenzialmente le donazioni di plasma-piastre.

È questa una donazione “di nicchia”, destinata a ricavare un emocomponente molto importante per la cura di gravi malattie – soprattutto oncologiche – e nei trapianti.

Nel nostro Dipartimento trasfusionale viene praticata presso il Cro di Aviano dove, come Afds, garantiamo una buona copertura del fabbisogno.

Chi desidera sottoporsi a questo tipo di donazione – che è come una normale plasmaferesi, solo che dura qualche minuto di più – può mettersi a disposizione direttamente presso la segreteria donatori del Cro.

Riguardo invece agli altri due tipi di donazione, sangue intero e plasmaferesi, la programmazione 2025 ci chiede di modificare un po’ le nostre abitudini. Infatti, anche in conseguenza della minor richiesta di unità di globuli rossi da altre Regioni, è prevista una flessione del fabbisogno di sangue intero. Allo stesso tempo **è necessario incrementare le plasmaferesi, perché la quantità di plasma destinato alla produzione di medicinali è ancora insufficiente a coprire interamente il fabbisogno.** Oltre tutto la riduzione dei prelievi di sangue intero riduce anche la quota di plasma contenuta nelle sacche prelevate. È un invito, quindi, rivolto soprattutto ai donatori che ancora non hanno fatto l’esperienza della plasmaferesi, ad



avvicinarsi a questa metodologia, che è anche meno impegnativa per l’organismo in quanto sottrae solo la parte liquida del sangue. In particolare l’invito è rivolto ai donatori di gruppo B e AB, perché per tali gruppi c’è una minor richiesta di sangue intero.

Chiedere queste cose può sembrare una ingerenza nel gesto volontario dei donatori, in realtà impreziosisce il loro dono, perché il volontariato del donatore di sangue consiste proprio nel dare soccorso all’ammalato donando “cosa serve, quanto serve, come serve”.

Donazioni Afds Pordenone nei vari punti prelievo del Friuli Venezia Giulia

	Sangue intero		Plasmaferesi		Altre aferesi		Totale		Differenza	
	2023	2024	2023	2024	2023	2024	2023	2024	n.	%
Ospedale di Pordenone	989	1.084	629	642			1.618	1.726	108	6,7
Ospedale di Sacile	1.263	1.199	292	327			1.555	1.526	-29	-1,9
Ospedale di Spilimbergo	1.447	1.471	388	444			1.835	1.915	80	4,4
Ospedale San Vito al T.to	340	405	346	362			686	767	81	11,8
CRO di Aviano	2.112	2.113	382	372	487	485	2.981	2.970	-11	-0,4
Autoemoteche	908	1.178	220	257			1.128	1.435	307	27,2
Ospedale di Udine	60	92	38	45	13	7	111	144	33	29,7
Ospedale di San Daniele del Friuli	255	264	99	124			354	388	34	9,6
Ospedale Maggiore di Trieste	23	35	14	19	1	6	38	60	22	57,9
Altri Centri	76	38	19	4			95	42	-53	-55,8
Totale	7.473	7.879	2.427	2.596	501	498	10.401	10.973	572	5,5

L'AFDS IN FESTA A CAMPAGNA DI MANIAGO

La frazione del Comune di Maniago ha ospitato domenica 6 ottobre l'annuale Congresso provinciale Afds di Pordenone

di Mirko Comuzzi
e Antonio Piffaretti



In una splendida giornata di sole, ancor più apprezzata dopo alcuni giorni di pioggia, domenica 6 ottobre 2024 si è svolto l'annuale Congresso provinciale dell'Associazione Friulana Donatori Sangue di Pordenone a Campagna, ridente frazione del comune di Maniago, in concomitanza con il 50° anniversario di fondazione della locale sezione Afds.

Accompagnati dalla Banda Filarmonica di Maniago, alla presenza di ben quattordici sindaci di comuni dove è presente l'Afds e di circa quaranta labari sezionali, tra cui alcuni provenienti da fuori provincia e regione, i partecipanti si sono incolonnati per un breve corteo, lungo le vie del paese, grazioso pianoro circondato da splendide montagne, alcune anche con le cime innevate.

Dopo una sosta davanti al monumento ai caduti, con la deposizione della corona d'alloro, i congressisti hanno partecipato alla messa: nell'omelia, il celebrante, don Alex Didonè, prendendo spunto dalla lettura delle sacre scritture

“La locale sezione ha festeggiato il mezzo secolo di vita”

che la liturgia proponeva in quella domenica, ha sottolineato che il mondo non è fatto solo di egoismi ma, al contrario, devono prevalere altri valori come l'amore, quello che deve essere presente nelle famiglie, nei luoghi di lavoro, nelle relazioni di amicizia, valore applicabile anche agli stessi donatori.

Simpatica la battuta che don Alex ha fatto: “vuoi vedere che anche Gesù che ha donato il proprio sangue per gli altri, anche lui era tesserato come donatore, ma probabilmente di una sezione estera”. Quando don Alex ha enunciato questa “ipotesi” mi sono dato questa risposta: speriamo di sì, altrimenti vuoi vedere che l'intraprendente presidente provinciale Mauro Verardo, per arrivare a tesserarlo, mi apre una sezione Afds anche a Nazaret.

Al termine della celebrazione i partecipanti si sono ritrovati sotto il tendone allestito in piazza Europa, dove si è tenuta la cerimonia con gli interventi delle autorità, che si sono alternati tra una premiazione e l'altra dei donatori benemeriti.



A sinistra Umberto Scarabello, sindaco di Maniago, con Silvano Roman presidente Afdi Campagna

Sono intervenuti il presidente della sezione di Campagna, Silvano Roman, il sindaco di Maniago Umberto Scarabello, il presidente provinciale Avis di Pordenone Flavio Iseppi, il coordinatore del Gruppo Giovani Afdi Pordenone Mattia Toffoli, da poco nominato, il presidente provinciale Mauro Verardo, il dottor Andrea Bontadini dell'Azienda sanitaria Friuli Occidentale, il consigliere regionale Carlo Bolzonello e Ivo Baita, da poco eletto vicepresidente nazionale della Federazione Italiana Associazioni

Donatori di Sangue con il ruolo di referente per la zona Nordest. **Tutti hanno ringraziato i donatori per la loro preziosa attività, evidenziando nel contempo l'importanza dell'attività delle sezioni,** che organizzano, oltre alle Giornate del Donatore, anche serate mediche dedicate alle "istruzioni" per un buono stile di vita e il Gruppo Scuola il quale, in sinergia con l'Avis provinciale, è presente negli Istituti scolastici per divulgare il valore della donazioni di sangue alle nuove generazioni.

Il presidente Mauro Verardo, nella sua relazione, ha evidenziato, con viva soddisfazione, che nel 2023 ci sono state oltre 10.400 donazioni, un trend in costante progresso da sette anni, e circa 1.000 nuovi donatori: sono risultati ottenuti, come ha ricordato, grazie all'attività nelle scuole e alla presenza dell'associazione nelle tante manifestazioni di piazza o fiere che si svolgono nei nostri paesi e nelle nostre città. Verardo non ha mancato di citare alcune "note dolenti", come la **difficoltà di coinvolgere nuovi volontari in queste iniziative e, soprattutto, di invogliare nuovi donatori a entrare a far parte degli**



organismi associativi, cosa da non prendere sotto gamba visto che nel 2026 ci saranno le elezioni per il rinnovo del Consiglio provinciale e di quelli delle sezioni dove venti degli attuali presidenti sono alla scadenza del loro terzo mandato e quindi non più rieleggibili per questa carica. Il presidente ha annunciato che nel 2026 l'Afdi di Pordenone ospiterà il Congresso nazionale della Fidas, evento che dovrà vedere tutta l'associazione impegnata per la buona riuscita della manifestazione.

Il dottor Andrea Bontadini anche in questa occasione ha sottolineato come il Friuli Venezia Giulia, riguardo il donare sangue, sia una tra le regioni più virtuose d'Italia. Ha ricordato che **il nostro Paese ha da tempo raggiunto l'autosufficienza per il sangue intero, ma deve sempre più migliorare sul fronte del plasma.** Per questi ottimi risultati ha ringraziato le associazioni di volontariato presenti nel territorio pordenonese e regionale.

Il consigliere regionale e presidente della terza commissione permanente Carlo Bolzonello, a fronte dell'attuale carenza di medici, ha posto l'accento sull'**importanza di rivedere le funzioni e le responsabilità in questo specifico settore sanitario, evitando di creare delle divisioni che non portano a risolvere il problema.**

Il consigliere nazionale Fidas Ivo Baita, dopo aver evidenziato che nel Nordest c'è un tasso di donazione tra i più alti d'Italia, con 70 donazioni per ogni 1.000 abitanti, ha anche precisato che le 10.000 donazioni raggiunte lo scorso anno dall'Afdi di Pordenone, rappresentano un successo prestigioso nel panorama delle federate e un buon biglietto da visita per la nostra associazione in vista del Congresso nazionale del 2026.

Il Congresso non poteva non concludersi con il tradizionale pranzo, durante il quale, in allegria e amicizia, si ritrova ogni anno la famiglia Afdi di Pordenone.

Arrivederci al prossimo anno

Mandi mandì



SERVONO UN CAMBIAMENTO E MAI PIÙ DIVISIONI

Carlo Bolzonello

Presidente terza Commissione regionale permanente

«Per creare benessere non ci devono più essere divisioni, ci deve essere una multidisciplinarietà, non solamente da parte dei professionisti del settore sanità: oggi si crea benessere se c'è un sistema che ci crede, se i giovani ci credono, se tutti andiamo nella medesima direzione. Significa fare prevenzione, pensare a ciò che può succedere dopo e avere il coraggio di fare delle scelte. Questa legislazione è obbligata a questo, non possiamo più demandare, già da ora dobbiamo cominciare a vedere un cambiamento».

Sono le parole del consigliere regionale e presiede della terza Commissione permanente, Carlo Bolzonello. In occasione del Congresso, ha parlato in una terra che, 37 anni fa, ha visto gli esordi della sua carriera da professionista della sanità. La sua attività è nata nell'allora Usl 10, maniaghese e spilimberghese, in una comunità, ha ricordato il consigliere «che ha accolto in un colloquio continuo noi giovani sanitari così desiderosi di cogliere la sfida del fare stare bene le persone, una comunità abituata a parlarsi e a confrontarsi». Ha poi aggiunto: «Oggi la società è completamente cambiata. All'epoca si facevano i concorsi e tanti medici erano disoccupati; anche noi sanitari partecipavamo anche in 150 ad un concorso per pochi posti; oggi siamo senza medici, oppure ne abbiamo ma mancano le specializzazioni: perché non siamo stati attrattivi, perché negli anni non abbiamo avuto il coraggio, l'intero sistema non lo ha avuto, di fare dei cambiamenti. Se oggi corriamo dietro alla pancia della gente, ai facili slogan della politica, pensando che cambiare l'Italia sia una cosa semplice è una follia. Voi dell'Afdi lo avete dimostrato: ci vogliono cinquant'anni per creare un sistema e tante persone che ci credono e lavorano insieme, senza divisioni».

SEI LE SEZIONI CHE SI SONO DISTINTE NEL 2023, PREMIATE AL CONGRESSO



Durante il Congresso sono stati consegnati i riconoscimenti a 685 donatori benemeriti. Sono state premiate anche le sezioni Afdi che si sono distinte a vario titolo nel 2023: la sezione Afdi di Pordenone, l'Afdi Campagna, l'Afdi Domanins, l'Afdi Maron, l'Afdi Sacile e l'Afdi Tamai. Il primo riconoscimento è stato assegnato alla sezione **Afdi Pordenone** per il più elevato rapporto tra i nuovi donatori iscritti nel corso del 2022 e il numero di donatori effettivi rilevato al 31 dicembre. Per donatori effettivi si intendono i soci donatori della sezione che non sono a riposo definitivo per raggiunto limite di età o per altri motivi.

Il secondo riconoscimento, chiamato "fidelizzazione donatori", è andato alla **sezione di Campagna**, che ha presentato il più elevato rapporto tra i donatori periodici e il numero di donatori effettivi. Le norme trasfusionali considerano periodici i donatori che hanno fatto almeno una donazione nell'ultimo biennio.

L'**Afdi Domanins** ha ritirato il terzo riconoscimento per avere avuto il rapporto più elevato tra il numero dei giovani donatori della sezione, coloro che non hanno ancora compiuto i 30 anni di età, e il numero totale di donatori effettivi. La sezione che nel 2023 ha vantato il più elevato rapporto tra le donazioni effettuate e il numero di donatori effettivi è stata, invece, l'**Afdi Maron**, mentre l'**Afdi Sacile** ha registrato il miglior rapporto tra le donazioni attese secondo gli obiettivi regionali e il numero di donazioni effettuate.

Infine la sezione più attiva ed efficace nel proporre iniziative promozionali è stata l'**Afdi Tamai**, che ha portato a casa anche il riconoscimento per il maggior numero di punti nelle precedenti categorie.

RICAMBIO GENERAZIONALE, CALO DEMOGRAFICO E VOLONTARIATO ATTIVO

Sono i tre punti centrali dell'incontro interregionale di Fidas Nordest tenutosi a Vicenza

L'anno scorso il tema proposto dal consiglio nazionale per tutti e tre gli interregionali Fidas – Nordest, Nordovest e Centrosud e isole – era unico: "La Fidas che cresce e le sfide del futuro: confronto attivo sul territorio". L'incontro interregionale Fidas Nordest, in particolare, si è tenuto il 28 settembre a Vicenza. Al sottoscritto, in qualità di vicepresidente nazionale Nordest, è spettato il compito di moderatore.

È stato un compito molto facile, innanzitutto per il supporto che ho ricevuto da tutto il consiglio di Fidas Vicenza che ha egregiamente gestito l'accreditamento di tutte le federate Fidas del Veneto e del Friuli Venezia Giulia. Grazie di cuore a Chiara Peron per la sua precisa presentazione e a Mariano Morbin presidente di Fidas Vicenza, il quale insieme al suo consiglio ha organizzato l'incontro del Nordest a Vicenza.

Quasi tutte le federate di Veneto e Friuli erano presenti con numerosi rappresentanti, la delegazione di Afds Pordenone era rappresentata da tutto il consiglio, dal coordinatore Fidas del Friuli Venezia Giulia Paolo Anselmi e dai giovani. Fidas nazionale era presente col presidente Giovanni Musso e altri sei consiglieri.

Ha dato inizio all'interregionale il presidente Musso che, dopo i saluti istituzionali alle autorità e alle federate presenti, ha dichiarato che **Fidas, con le ottanta federate che la compongono, contribuisce al 20% del fabbisogno nazionale di sangue ed emoderivati.**

Nel 2024 Fidas è cresciuta tantissimo in tutta Italia e la sua visibilità comincia a dare buoni risultati perché sempre più siamo tenuti in considerazione come esempio da imitare.

La crescita di tutte le federate del Nordest è stata di qualità, per quanto riguarda le donazioni di sangue e plasma. Abbiamo raggiunto la totale autosufficienza per il sangue, significativo è il fatto che solo il Friuli aiuta il Lazio e la Sardegna con 8.000 sacche di sangue all'anno, praticamente tutte le donazioni di sangue intero dell'Afids Pordenone. Siamo consapevoli e ne abbiamo la certezza che le sfide del futuro sono molto gravose e non si possono più ignorare e tanto meno non possiamo fingere di non essere in



Il presidente Fidas nazionale Giovanni Musso

apprensione. Su questo argomento, che rispecchia il tema proposto, ovvero le sfide del futuro, tutte le federate del Nordest concordano nel dire che **il bisogno primario ed essenziale al quale non possiamo rinunciare è rappresentato dal ricambio generazionale nelle varie federate**, un problema che deve essere risolto con i prossimi rinnovi dei consigli in scadenza.

L'altra situazione, non meno preoccupante della prima, è l'**invecchiamento e il calo demografico della popolazione**, su questo tema tutte le federate si impegnano a fare una propaganda ancora più incisiva specialmente nei confronti dei giovani, a contattare le varie comunità di immigrati presenti nel territorio e infine a gestire la chiamata alla donazione, cercando di aumentare la frequenza. Considerato che la media per ogni donatore attivo è di 1,3 donazioni a testa, se aumentiamo questa frequenza anche di poco, le donazioni verrebbero ad avere un balzo significativo in positivo.

Altro argomento sul quale parecchie federate hanno dichiarato di essere in difficoltà è che **mancano i volontari attivi per proseguire la nostra "missione"**: i donatori vanno a donare quando viene loro richiesto, si rifiutano

Ivo Baita
Vicepresidente
Fidas Nordest



tuttavia di impegnarsi nella gestione della federata a livello provinciale, ma anche nelle singole sezioni che la compongono.

Nei saluti delle varie autorità, tra le quali vi era anche l'assessore alla sanità della regione Veneto, Manuela Lanzarin, è stato ribadito e riconosciuto che le nostre associazioni sono ormai un partner insostituibile e fondamentale per la sanità regionale e nazionale.

L'intervento del dottor Vincenzo De Angelis, direttore del Centro Nazionale Sangue, si è sviluppato attorno a due

punti in particolare. Il primo ha riguardato la **necessità di incrementare le donazioni di plasma**, sebbene il Veneto e il Friuli siano oltre la media nazionale, poiché l'Italia deve ancora importare il 30% dei derivati dalla lavorazione del plasma con costi esorbitanti per la sanità.

Il secondo punto è che la comunità europea ha sottoscritto un documento chiamato SoHO che specifica che le donazioni sono equiparate ad un farmaco con tutte le sue normative specifiche, ecco perché chiediamo ai nostri donatori un corretto stile di vita e di compilare il questionario nel modo più corretto possibile.

Sono poi state esposte delle problematiche legate alle singole federate, l'impegno di Fidas e dei consiglieri nazionali di zona è di collaborare con le federate per risolvere le loro esigenze.

L'interregionale si è concluso con la promessa di Fidas nazionale di ascoltare le esigenze e le necessità di tutte le federate per fare in modo che nella regione di appartenenza ci sia una unica programmazione e un solo portavoce dei bisogni delle singole federate.

L'anagramma di Fidas è "Sfida" e tutte le federate sono pronte ad accettare le sfide del futuro. Per noi oggi è già domani.

Chi volesse conoscere meglio la realtà Fidas può consultare il sito www.fidas.it

SERVIZIO CIVILE UNIVERSALE CON AFDS PORDENONE ODV

L'AFDS Pordenone OdV cerca 3 volontari per le sue sedi di Spilimbergo, Pordenone e Sacile!

Invia la tua candidatura entro le ore 14.00 del 18 febbraio 2025!
Ulteriori informazioni: sclgoilserviziocivile.gov.it

Cosa offre questa esperienza?

- Crescita personale e professionale
- Sviluppo di competenze relazionali, tecnologiche, organizzative e promozionali
- Un anno ricco di incontri e collaborazione con altri volontari

Dettagli principali:

- Durata: 12 mesi
- Impegno: 25 ore/settimana
- Compenso mensile: 507,30 €
- Requisiti: Età tra 18 e 28 anni

Come candidarsi:

1. Visita domandaonline.serviziocivile.it
2. Inserisci i seguenti codici:
 - Codice Progetto: PTCU0006024012088NXTX
 - Codici Sede:
 - Spilimbergo: 221798
 - Pordenone: 221800
 - Sacile: 221801

Segnala questa opportunità a chi potrebbe essere interessato!



PAROLA D'ORDINE, FORMAZIONE

Quattro, come da tradizione, i laboratori proposti nell'ambito del Congresso nazionale Fidas



Il corso di formazione Fidas 2024, tenutosi nelle giornate del Congresso nazionale Fidas che si è svolto a Roma tra il 29 novembre e il 1° dicembre, rappresenta da sempre uno dei momenti più importanti della vita associativa della federazione. Lo spirito dei laboratori è basato su un'intensa collaborazione tra i formatori e i partecipanti, l'obiettivo è approfondire i vari aspetti del volontariato e della promozione del dono del sangue. Al percorso formativo hanno partecipato i rappresentanti dell'Afds Pordenone presenti al Congresso oltre a Ivo Baita, vicepresidente Fidas per il Nordest e al presidente provinciale Afds, Mauro Verardo, Mattia Toffoli, coordinatore del Gruppo Giovani provinciale Afds Pordenone, assieme ai due vicecoordinatori, Simone Col e Andrea Paron, e Sofia Cecon anche lei giovane donatrice.

GIOVANI IN FORMAZIONE

Mattia Toffoli, coordinatore Gruppo Giovani Afds Pordenone

Assieme a me, anche altri componenti del Gruppo Giovani Afds Pordenone hanno avuto la possibilità di partecipare ai FidasLab a Roma, un'importante opportunità per tutti noi. Simone Col ha partecipato al laboratorio su: **"Amministrare un ente del Terzo Settore"** che aveva l'obiettivo di formare i volontari che si occupano della gestione amministrativa di un ente per far fronte ai numerosi adempimenti previsti dall'iscrizione al Runt. Questo laboratorio è stato articolato in tre fasi: la prima prevedeva una breve esposizione della riforma del Terzo Settore, quindi del Runt e della relativa normativa. Nella seconda fase la docente Valentina Fabiano, commercialista specializzata in enti di Terzo Settore, ha proseguito esponendo gli adempimenti cui è tenuto un Ets e in particolare un Odv con la proiezione di slide. Nella terza fase sono state quindi riepilogate le scadenze dei vari adempimenti attraverso una tabella riassuntiva.

«Il Lab4 mi ha dato una possibilità che non immaginavo – commenta Simone – nel mio ruolo di vice coordinatore giovani provinciale, carica che ricopro da meno di un anno, sinora ho avuto solo il compito di indire per via elettronica le riunioni e dare una mano a Mattia a redigere i verbali. Questa esperienza formativa mi ha fatto capire molto della realtà Fidas e di quanto lavoro c'è dietro a un'associazione come la nostra».

L'altro laboratorio al quale abbiamo partecipato io, Sofia e Andrea era stato intitolato: **"Comunicare relazione ed empatia: la comunicazione come opportunità di benessere individuale e sociale"**. Questo corso ha avuto la finalità di esplorare i meccanismi della comunicazione per capire quali dinamiche sono efficaci e quali invece generano negatività, facendoci lavorare direttamente su noi stessi. A guidarci è stata la professionista Laura Conforti, psicologa, coach, formatrice, la quale ci ha fatto lavora-

re in gruppi utilizzando giochi di ruolo ed esercizi pratici per sperimentare i contenuti che venivano proposti. «Personalmente io tendo ad avere un carattere schivo, talvolta timido – commenta Sofia – ma questo corso, dopo una iniziale difficoltà di adattarmi alle sfide proposte e grazie al clima cordiale e l'unità di gruppo, mi ha permesso di esprimere le mie doti». Più perplesso invece è stato Andrea, che avrebbe preferito maggiormente un approfondimento sulle problematiche legate alla comunicazione. Nel complesso tutti e tre siamo rientrati da Roma notevolmente arricchiti. Oggi abbiamo ancora più chiaro quanto sia complessa la gestione economica di un ente del Terzo Settore, ma soprattutto che non basta prepararsi un discorso per comunicare quello che vogliamo. Per far arrivare il nostro messaggio i dettagli a cui dobbiamo prestare attenzione sono molteplici e la formazione in tal senso ci aiuta a considerarli.

re in gruppi utilizzando giochi di ruolo ed esercizi pratici per sperimentare i contenuti che venivano proposti.

«Personalmente io tendo ad avere un carattere schivo, talvolta timido – commenta Sofia – ma questo corso, dopo una iniziale difficoltà di adattarmi alle sfide proposte e grazie al clima cordiale e l'unità di gruppo, mi ha permesso di esprimere le mie doti».

Più perplesso invece è stato Andrea, che avrebbe preferito maggiormente un approfondimento sulle problematiche legate alla comunicazione. Nel complesso tutti e tre siamo rientrati da Roma notevolmente arricchiti.

Oggi abbiamo ancora più chiaro quanto sia complessa la gestione economica di un ente del Terzo Settore, ma soprattutto che non basta prepararsi un discorso per comunicare quello che vogliamo.

Per far arrivare il nostro messaggio i dettagli a cui dobbiamo prestare attenzione sono molteplici e la formazione in tal senso ci aiuta a considerarli.

GENERAZIONI A CONFRONTO: IL VOLONTARIATO TRA VECCHIE E NUOVE GENERAZIONI

Mauro Verardo

A questo laboratorio condotto da Cristina Cortesi filosofa, psicologa, formatrice e coach hanno partecipato 17 volontari di cui 8 donne, di età compresa tra i 20 e 70 anni e appartenenti a 15 federate. Come accade in ogni corso, sono stati creati dei gruppi di lavoro, in questo caso quattro, composti da persone che si incontravano per la prima volta.

All'inizio sono stati evidenziati i pregiudizi e gli stereotipi che impediscono il dialogo tra generazioni. Ad esempio, spesso si ritiene che i giovani siano inesperti, siano disinteressati, pensino solamente al telefonino, mentre che gli anziani siano incapaci con i social, siano ancorati al passato, senza progetti per il futuro. Tutto questo comporta la discriminazione degli individui in base all'età, mentre in realtà dobbiamo vedere i giovani e gli anziani come persone che hanno il proprio carattere, hanno vissuto esperienze diverse dalle nostre, maturato capacità relazionali e molto altro ancora.

Quindi quando incontriamo un potenziale volontario prima di pensare, giudicare e agire dobbiamo metterci in ascolto, interessarci della persona per instaurare un rapporto di collaborazione alla pari con l'obiettivo di raggiungere la reciproca soddisfazione. Ogni gruppo di lavoro, grazie al contributo di tutti i propri partecipanti, ha presentato la propria lista di azioni per un volontariato intergenerazionale. Domenica 1 dicembre, nella giornata conclusiva, sono stati presentati gli elaborati a tutti i volontari dei corsi Fidas Lab.

CAMBIARE PER CRESCERE

Ivo Baita

"Cambiare per crescere: l'ottica e la competenza del cambiamento per stare al passo con un mondo ogni giorno diverso" era il titolo del laboratorio che ho scelto di seguire.

La dottoressa Melissa Parrinello, psicologa e formatrice, ha saputo coinvolgere tutti i partecipanti ed ha creato da subito un gruppo omogeneo e coeso. Abbiamo sperimentato qual è il modo migliore ed efficace per vivere e gestire un cambiamento di qualsiasi tipo, per saper stare al passo con tempi in costante evoluzione; soprattutto abbiamo compreso che bisogna saper superare i blocchi e le credenze che ciascuno ha per potersi adeguare ad un mondo che si trasforma continuamente.

Il motto del nostro corso è stato: **"Voglio conservare le conoscenze acquisite e usarle per migliorare il mio futuro e quello degli altri."** Sono stati individuati tre temi basilari.

Il primo è il **saper ascoltare e poi condividere** qualsiasi scelta o attività all'interno di un gruppo che deve essere ben coordinato e specifico per il compito da svolgere.

Il secondo tema è che in un lavoro di gruppo bisogna **saper delegare e dare a tutti i componenti del gruppo ruoli e mansioni**, facendo in modo che nessuno si senta escluso o peggio ancora inutile. Il terzo tema è il lasciar fare, non si deve mai imporre la propria scelta, ma deve essere condivisa e soprattutto bisogna lasciare che sia l'intero gruppo a decidere per fare una unica scelta condivisa e approvata da tutti i componenti. Abbiamo poi analizzato **come interessare i giovani e tutte quelle persone che si offrono per dare la loro collaborazione all'associazione**. Il saper



ascoltare e mettere assieme le idee dei giovani con quelle degli adulti è il sistema migliore per gestire il cambiamento e rivedere il proprio modo di pensare per creare una società migliore. Tutto questo si può ottenere se, oltre a coinvolgere i giovani, si appoggiano anche i loro progetti, dando loro valore e supportandoli con il nostro bagaglio di conoscenze acquisite negli anni.

Solo in questo modo il ricambio generazionale si creerà senza preconcetti, dando continuità alle nostre associazioni senza mettere dei paletti o limiti.

Impariamo ad essere più sensibili e ad accettare qualsiasi persona voglia mettersi in gioco: non dobbiamo mai dirle che il ruolo che le interessa è già occupato da un'altra persona, ma ringraziamola perché con il suo supporto proprio quel ruolo sarà meno oneroso per entrambi.

I cambiamenti devono assolutamente partire da noi stessi, dobbiamo sempre saperci mettere in discussione e saper condividere con il gruppo qualsiasi scelta. In questo modo sapremo stare al passo con un mondo in continua trasformazione.

PAPA FRANCESCO RICEVE I DONATORI FIDAS

C'era anche una delegazione di 54 donatori dell'Afds Pordenone in sala Paolo VI in Vaticano per l'udienza con il Santo Padre



Il gruppo dei donatori e dei familiari delle 39 sezioni dell'Afds Pordenone in gita, durante una tappa a Viterbo (foto in alto) e all'uscita dall'udienza con il Papa (foto in basso)

Il 9 novembre il Santo Padre Francesco ha ricevuto in udienza i membri della Federazione Italiana Associazioni Donatori di Sangue (Fidas) in occasione del 65° anniversario di fondazione. Il Santo Padre ha accolto circa 4000 donatori di sangue provenienti da tutta Italia.

Tra questi, presente nell'aula Paolo VI in Vaticano, c'era anche una comitiva di 54 donatori delle 39 sezioni dell'Afds Pordenone e loro familiari. Nel gruppo anche due giovani donatori della Fidas Gorizia.

A guidarlo c'erano il presidente provinciale Mauro Verardo, assieme alla vicepresidente Laura Perissinotti, e alcuni presidenti di sezione. Alla due giorni romana ha partecipato anche il direttore del Centro di Medicina Trasfusionale di Pordenone, Andrea Bontadini. Ivo Baita, vicepresidente Fidas ha rappresentato l'area Nordest e la Federazione assieme al presidente Giovanni Musso e all'intero consiglio direttivo.

«Per tutti noi donatori – riferisce Perissinotti – è stata una grande emozione ascoltare di persona le parole del Papa, il suo accostare il gesto della donazione del sangue al braccio di Cristo allungato e inchiodato alla croce per donare la vita all'umanità: un'esortazione forte e indimenticabile a continuare a donare tutti uniti un po' di noi per salvare la vita delle persone».

A pagina seguente pubblichiamo il discorso che il Papa ha rivolto ai presenti, nel corso dell'incontro.

**“Il dono dà gioia,
ti rende più felice il dare
che il prendere.
Voi gratuitamente date
agli altri una parte
importante di voi stessi”**



Cari fratelli e sorelle, benvenuti!

Saluto il presidente e tutti voi. Sono lieto di incontrarvi in occasione del 65° anniversario di fondazione della *Federazione Italiana Associazioni Donatori di Sangue* (Fidas), animata dall'impegno silenzioso di migliaia di donatori in tutto il Paese. Vorrei fermarmi con voi a riflettere per un momento su tre aspetti della vostra attività: la *gioia* – perché so che voi siete gioiosi –, la *testimonianza* e la *solidarietà*.

Primo: la gioia. Gioia e positività sono caratteristiche frequenti negli ambienti del volontariato e più in generale tra le persone impegnate per il bene degli altri. Lo si sente anche qui, tra voi, e non è un caso. Donare con amore, infatti, porta gioia. Gesù stesso lo ha detto: «Si è più beati nel dare che nel ricevere» (At 20,35). Il motivo è che noi «siamo stati fatti [...] per donare amore, per fare dell'amore l'ispirazione di ogni nostra attività» (Benedetto XVI, *Saluto ai giovani nella Cattedrale di Westminster*, 18 settembre 2010). Il dono dà gioia, perché in esso tutta la nostra vita cambia e fiorisce, entrando nella dinamica luminosa del Vangelo, in cui ogni cosa trova il suo senso e la sua pienezza nella carità. Il dono dà gioia, ti rende più felice questo gesto [dare] che questo gesto [prendere]. Questo gesto [dare] ci fa felici. Voi gratuitamente date agli altri una parte importante di voi stessi, il vostro sangue, e certamente conoscete la felicità che viene dalla condivisione.

Secondo: la testimonianza. In un mondo, sappiamo, inquinato dall'individualismo, che spesso vede nell'altro più un nemico da combattere che un fratello da incontrare, il vostro gesto disinteressato e anonimo è un segno che vince l'indifferenza e la solitudine, supera i confini e abbatte le barriere. Il donatore non sa a chi andrà il suo sangue, né chi riceve una trasfusione sa in genere chi è il suo benefattore. E il sangue stesso, nelle sue funzioni vitali, è un simbolo eloquente: non guarda al colore della pelle, né all'appartenenza etnica o religiosa di chi lo riceve, ma entra umilmente là dove può, cercando di raggiungere, correndo nelle vene, ogni parte dell'organismo, per portarvi energia. Così agisce l'amore. Ed è significativo, in proposito, il gesto di stendere il braccio, che si fa nel momento del prelievo. Somiglia tanto a quello compiuto da Gesù nella Passione, quando volontariamente ha disteso il suo corpo sulla croce. È un gesto che parla di Dio, e ci ricorda che «la missione evangelizzatrice della Chiesa passa attraverso la carità» (cfr S. Giovanni Paolo II, *Omelia per la Beatificazione di Madre Teresa di Calcutta*, 19 ottobre 2003).

Infine, la solidarietà. Chi segue il sangue arriva al cuore, fisicamente, ma anche spiritualmente: arriva cioè al «centro unificatore [...] della persona» (Lett. enc. *Dilexit* nos, 55), dove si incontrano «la valorizzazione di sé e l'apertura agli altri» (ivi 18), al luogo per eccellenza della riconciliazione e dell'unità. E in proposito vorrei invitarvi a vivere la donazione del sangue, oltre che come un atto di generosità umana, anche come un cammino di crescita spirituale sulla via della solidarietà che unisce in Cristo, come un dono al Signore della Misericordia, che si identifica con chi soffre (S. Giovanni Paolo II, *Discorso ai partecipanti alla marcia della solidarietà organizzata dai Dirigenti dell'Associazione Volontari Italiani del Sangue e Donatori di Organi*, 2 agosto 1984). Seguire il sangue per giungere al cuore – non dimenticatevi questo –, cioè per abbracciare sempre più ogni uomo e donna che incontrate, tutti, in una sola carità.

Carissimi, grazie per quello che fate! Benedico voi e le vostre famiglie, i donatori e tutti coloro che collaborano con la vostra Federazione. Vi ricordo nella preghiera e, vi raccomando, anche voi non dimenticatevi di pregare per me. Grazie.

AUTOEMOTECA AL COMANDO VIGILI DEL FUOCO DI PORDENONE

Prima donazione collettiva di sangue in autoemoteca al comando Vigili del Fuoco di Pordenone, iniziativa interforze promossa dall'Ipa in collaborazione con l'Afds Pordenone



Donatori e organizzatori della donazione collettiva in autoemoteca

Su iniziativa del comitato di Pordenone dell'Ipa, l'Associazione Internazionale di Polizia che riunisce il personale delle forze di polizia in quiescenza e in servizio, lunedì 9 dicembre 2024 nella sede del comando provinciale dei vigili del fuoco di Pordenone è entrata per la prima volta l'autoemoteca regionale. A portarla è stata l'Associazione Friulana Donatori di Sangue (Afd) provinciale di Pordenone, rafforzando in questo modo una collaborazione con Ipa avviata nel 2022.

Dopo le donazioni collettive organizzate insieme in Questura, di cui la prima nel 2022, e nella sede della Guardia di Finanza nel 2023, l'anno scorso è stata la volta dei vigili del fuoco. **Le donazioni di sangue e plasma raccolte sono state 28: hanno donato agenti della polizia di Stato, vigili**

dei fuoco, agenti della polizia locale del comando intercomunale di Pordenone e Cordenons, carabinieri e loro famigliari.

Importante è stato il carattere di collaborazione tra forze dell'ordine anche sul campo della solidarietà. Lo ha rimarcato il comandante provinciale dei vigili del fuoco, Giorgio Basile: «Come negli interventi di soccorso ed emergenza vi è una stretta collaborazione tra le varie forze presenti sul territorio, allo stesso modo tale supporto si estende anche in iniziative di solidarietà. In entrambi i casi vi è uno sforzo comune e congiunto per assicurare il bene della comunità per la quale operiamo». Il 17 e il 20 dicembre, inoltre, si è tenuta una donazione collettiva al Centro di Medicina Trasfusionale di Pordenone esclusiva per i vigili del fuoco.

L'Ipa riunisce insieme l'Associazione nazionale Polizia di Stato (Anps), l'Associazione nazionale Carabinieri (Anc), l'Associazione nazionale Polizia Penitenziaria (Anppe) di cui era presente il presidente Lorenzo Bisceglie, l'Associazione nazionale Vigili del Fuoco (Anvvf) e l'Associazione nazionale Finanziari (Anfi). Era presente anche il presidente della delegazione regionale dell'Ipa, Elvio Polini.

«Dal 2022 – ha spiegato il presidente del comitato di Pordenone dell'Ipa, Ezio Ros – con queste iniziative **diamo concretezza al nostro desiderio di renderci utili, non solamente in strada e nel nostro servizio al cittadino, ma anche con un gesto gratuito com'è il dono del sangue**».

Mauro Verardo, presidente provinciale Afd, ha parlato di un «contributo entusiasta arrivato da parte di persone che tutti i giorni sono già a servizio della popolazione e che hanno così dimostrato ulteriormente la loro sensibilità. Sono per noi dei preziosi testimonial del dono e della sua importanza».

Per l'Afd Pordenone l'ultima donazione collettiva con autoemoteca si è poi tenuta sabato 14 dicembre a Spilimbergo. Nel 2024 sono state una novantina le autoemoteche portate sul territorio del Friuli occidentale dall'associazione, di cui 28 in collaborazione con Avis nell'ambito del gruppo scuola che opera nelle scuole di secondo grado.

INFORMATORI ASSOCIATIVI, SERVIZIO PREZIOSO

Il punto sull'attività del 2024 e gli obiettivi per il nuovo anno del gruppo di volontari Afd-Avis impegnato nei centri di medicina trasfusionale



Giovedì 26 novembre al ristorante Stella di San Quirino si è riunito il gruppo degli informatori associativi Afd e Avis, coadiuvato dai coordinatori Laura Perissinotti e Francesco Donno. L'occasione è servita per il riepilogo dell'attività svolta durante l'anno 2024 e per un breve aggiornamento sul ruolo che spetta ai volontari presso i centri trasfusionali.

È stato ribadito dai presidenti provinciali di Afd, Mauro Verardo, e Avis, Flavio Iseppi, **l'importante ruolo svolto dagli informatori associativi che coprono ogni anno oltre 1.050 giornate di servizio, coinvolgendo oltre 60 volontari, attività riconosciuta da tutti i medici, gli infermieri, il personale tecnico-amministrativo, i donatori periodici e in particolare i nuovi donatori.**

Questo servizio, autorizzato e operativo da oltre tredici anni, a partire da quest'anno è oggetto di convenzione con l'Azienda Sanitaria del Friuli Occidentale (Asfo), definendo contrattualmente le modalità del servizio, i rimborsi spese e le coperture assicurative.

Il dottor Andrea Bontadini, direttore del Dipartimento di Medicina Trasfusionale di Pordenone ha sottolineato l'importante ruolo degli informatori associativi presso i centri trasfusionali di Pordenone, Aviano, Sacile, San Vito al Tagliamento e Spilimbergo. Ha, quindi, evidenziato l'anda-

mento delle donazioni nell'ambito dell'area vasta del Pordenonese, della regione Friuli Venezia Giulia e a livello nazionale: ovunque i dati sono positivi, anche se per quanto riguarda la raccolta di plasma l'autosufficienza nazionale è lontana.

Bontadini ha poi illustrato i vantaggi dell'utilizzo delle frigoemoteche presso l'ospedale di San Vito al Tagliamento e al Cro di Aviano, anticipando che presto verranno messe a disposizione anche presso l'ospedale Santa Maria degli Angeli di Pordenone.

Infine ha riepilogato le attività svolte nel 2024 e per il 2025 ha proposto un incontro formativo sulla donazione di plasma in videoconferenza per febbraio-marzo, la possibilità di potenziare i posti per la donazione di plasma e l'accesso di nuovi donatori anche il sabato. Al termine è seguita la cena alla presenza di tutti i medici del reparto trasfusionale ai quali è stato consegnato un presente di ringraziamento per la collaborazione e la professionalità.

“Condivisione di esperienze e proposte per il nuovo anno”

I medici dei centri trasfusionali e i coordinatori del gruppo informatori associativi



OBIETTIVO: UNA NUOVA SEDE AFDS A CLAUZETTO E VITO D'ASIO

A novembre c'è stato un incontro di sensibilizzazione. Quest'anno la prima donazione collettiva in autoemoteca per avvicinare nuovi donatori



Domenica 24 novembre l'Afds Pordenone, con il patrocinio dei Comuni di Clauzetto e Vito d'Asio, ha organizzato nella sala riunioni degli uffici municipali di Clauzetto l'incontro "Il dono che salva la vita". È stata una prima volta, determinata dalla volontà di informare, promuovere e sensibilizzare le comunità di Clauzetto e Vito d'Asio sull'importanza della donazione, in un territorio che al momento manca ancora di una propria sezione associativa, ma che esprime già un buon numero di donatori. Questi ultimi fanno riferimento alle vicine sezioni Afds Castelnovo del Friuli,

Afds Pinzano al Tagliamento e Afds Travesio. Buona è stata la partecipazione del pubblico all'incontro informativo, al quale erano presenti anche i due primi cittadini, il sindaco Giuliano Cescutti per il Comune di Clauzetto e il sindaco Marzo Ziani di Vito d'Asio. Al termine dell'incontro, il corteo dei labari delle sezioni Afds ha sfilato assieme ai sindaci, ai presidenti delle sezioni e al presidente provinciale Afds Pordenone, Mauro Verardo, sino al santuario del Preziosissimo Sangue di Gesù che custodisce la sacra reliquia. Qui, il parroco, don Italo Gerometta, ha celebrato la messa

per i donatori di sangue, rimarcando nella sua omelia la loro generosità e il loro dono periodico, responsabile, anonimo, volontario e gratuito.

L'impegno preso dall'Afds Pordenone con le due comunità per il 2025 è ora quello di organizzare per loro la prima donazione collettiva nell'autoemoteca regionale, che raggiungerà il comune di Clauzetto nei pressi della sede municipale, per dare la possibilità ai donatori e potenziali nuovi donatori di effettuare una donazione di sangue o plasma direttamente sul proprio territorio di residenza.

BUONA LA PRIMA PER LO SPETTACOLO "GOCCIOLINA! SPAZZA VIRUS"

Il 10 gennaio, al Concordia di Pordenone, è andata in scena l'opera de "I Commedianti per Scherzo"

Si intitola "Gocciolina! Spazza virus" l'opera teatrale andata in scena per la prima volta il 10 gennaio, all'auditorium concordia di Pordenone, e ispirata al soggetto del fumetto "Corri, Gocciolina!" edito nel 2023 dall'Afds provinciale Pordenone sul tema della donazione del sangue. A prendere in prestito la sua protagonista "Gocciolina", diventata oramai la mascotte dei donatori Afds, è stato il gruppo teatrale amatoriale "I Commedianti per scherzo" di San Cassiano di Livenza, che l'ha fatta diventare parte di una nuova e avvincente storia scritta dalla medesima compagnia e rappresentata sul palco sotto la regia di Franco Segato, direttore artistico e presidente della Fita, la Federazione Italiana Amatori Teatro.



Nuovi personaggi le fanno compagnia, come Gocciolo, Gocciolina la spazzina, Piastrina, Virus.

Un'opera originale in cui hanno recitato insieme attori e burattini e che con l'Afds Pordenone condivide il medesimo obiettivo di parlare dell'importanza della donazione del sangue, per promuoverla. In apertura di serata ha portato i saluti dell'amministrazione comunale di Pordenone l'assessore alle Politiche sociali, Guglielmina Cucci, riconoscendo il ruolo fondamentale dei donatori di sangue.

Franco Segato ha spiegato che l'opera è la prima esperienza per la compagnia dell'uso dei burattini, mettendo a frutto quanto appreso nell'ambito di un corso di formazione al quale alcuni componenti della compagnia medesima hanno partecipato.

Lo spettacolo ha riscosso l'applauso del pubblico, tra il quale erano seduti numerosi bambini, ed è pronto per essere ripetuto in altre sedi, dove poter esportare, soprattutto tra i giovani, il messaggio dell'utilità del dono.

La compagnia di teatro amatoriale "I Commedianti per Scherzo" fa parte dell'Associazione "Festa del Vino" ed è iscritta alla Federazione Italiana Teatro Amatori.

La serata ha avuto il patrocinio del Comune di Pordenone.

VALLI DA VIVERE

CASTELNOVO DEL FRIULI
CLAUZETTO
PINZANO AL TAGLIAMENTO
TRAVESIO
VITO D'ASIO

Inquadra i QR Code e scopri le bellezze naturali, artistiche, storiche e archeologiche di questi luoghi suggestivi, destinazione ideale per gli amanti del turismo lento, per chi è alla ricerca di autenticità.



CULTURA E ARTE



PERCORSI D'ACQUA



PRODOTTI TIPICI



PIETRE E CASTELLI



SPORT E TEMPO LIBERO



dott. Andrea Bontadini
Direttore del Dipartimento di
Medicina Trasfusionale
di Pordenone

LA DONAZIONE DI PLASMA: UNA SFIDA PER IL FUTURO

Il tema è stato trattato in convegno tenutosi ad ottobre
nel palazzo della Regione di Udine

I Friuli Venezia Giulia è una delle regioni italiane più virtuose nella donazione di sangue grazie ad una presenza capillare sul territorio delle associazioni che con la loro attività di sensibilizzazione stimolano e consolidano il sentimento di solidarietà e altruismo di tanti donatori che si avvicinano puntualmente alla donazione. Negli ultimi anni le associazioni e i donatori hanno compreso l'importanza della donazione del plasma e il loro contributo si concretizza con 24 kg di questo emocomponente per 1000 abitanti inviati alla produzione di farmaci salvavita. Questo traguardo dei 24 kg contro una media nazionale che non arriva a 16 kg pone la regione Friuli Venezia Giulia come la più virtuosa a livello nazionale, permettendo di contribuire a pieno titolo ai programmi di autosufficienza nazionale e garantendo nel contempo ai propri cittadini l'autosufficienza di farmaci derivati dal plasma.

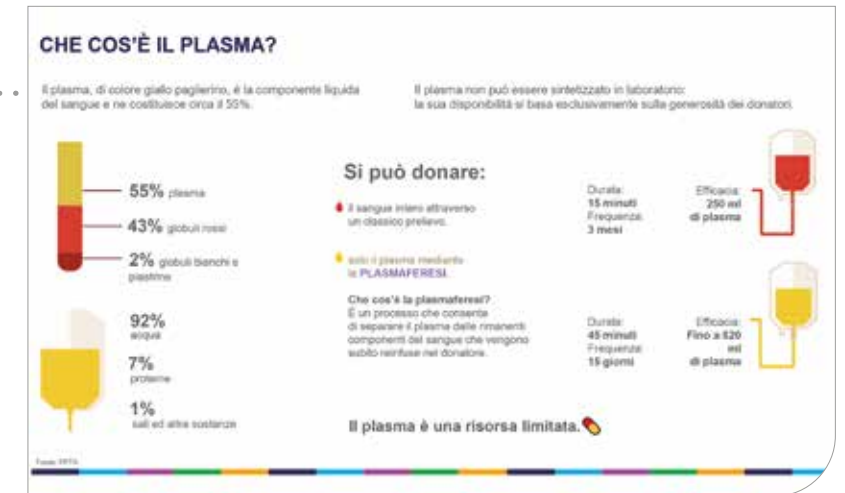
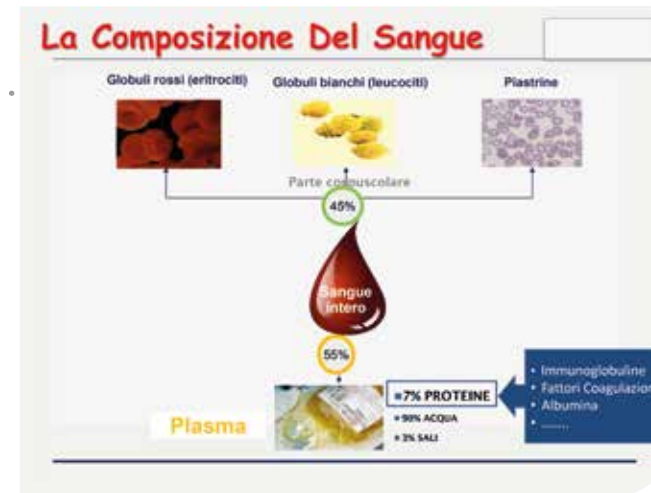
Per consolidare la donazione di plasma e la stretta sinergia tra la Regione, le aziende sanitarie e le associazioni, il 19 ottobre scorso si è svolto un convegno nell'auditorium del palazzo della Regione di Udine dal titolo "La donazione del plasma. Una sfida per il futuro", con l'obiettivo di approfondire un tema così importante e confrontarsi per raggiungere l'autosufficienza dei farmaci plasmaderivati. L'evento è stato organizzato dal Coordinamento Regionale Sangue sotto l'egida della Regione Friuli Venezia Giulia ed è stato patrocinato dalle aziende sanitarie regionali e dalla Società Italiana di immunoematologia e medicina trasfusionale. La mattinata si è aperta con il direttore centrale salute della Regione dottoressa Gianna Zamaro che ha riassunto gli ottimi risultati ottenuti dalla nostra regione grazie all'importante contributo delle associazioni e dei donatori; ha poi moderato il dottor Vincenzo De Angelis, direttore del Centro Nazionale Sangue che ha rappresentato la situazione italiana e la strada da percorrere per arrivare anche all'autosufficienza del plasma oltre a quelle dei globuli rossi che sono garantiti in tutte le regioni. De An-

gelis ha sottolineato l'importanza della rete nazionale per gestire lo scambio tra le Regioni dei plasmaderivati e per utilizzare al meglio le disponibilità nazionali con un risparmio economico consistente per il Servizio Sanitario Nazionale.

La giornata è poi proseguita con tre comunicazioni che hanno toccato con la dottoressa Monica Marconi di Trieste la donazione di plasma a livello europeo, dandoci uno spaccato di come viene affrontata nelle altre nazioni da un punto di vista culturale e sociale, ma anche clinico sia per i parametri di idoneità che di tollerabilità. La dottoressa Silvia Da Ros di Viterbo ha presentato l'esperienza del modello di raccolta della donazione di plasma sull'autodemoteca con una gestione infermieristica e con il medico a distanza per via telematica, aprendo quindi a nuovi orizzonti organizzativi. La dottoressa Giovanna Salvoni dalla Regione Marche ha invece portato l'esperienza del Dipartimento Unico regionale che ha l'obiettivo di gestire il network della Medicina Trasfusionale ad elevata capacità produttiva e assistenziale con un miglioramento dell'efficienza e della qualità delle prestazioni.

I lavori sono proseguiti con la relazione della dottoressa Laura Mattioni direttore della Farmacia Arcs che ha rappresentato la situazione degli emoderivati in Friuli Venezia Giulia e i rapporti che intercorrono con il Coordinamento della Regione Veneto per l'invio mensile dei plasmaderivati a compensazione del plasma raccolto dalle donazioni regionali. È stato sottolineato come l'aumento delle aree di utilizzo delle immunoglobuline abbia condotto ad uno stretto monitoraggio dei consumi sulla base delle indicazioni fornite dal "Documento di indirizzo sull'uso delle immunoglobuline in condizioni di carenza" rilasciato del Centro Nazionale Sangue e dalle società scientifiche.

La mia relazione sul progetto delle frigoemoteche a controllo remoto in Asfo, per una moderna gestione dei globuli rossi concentrati ha terminato la mattinata. **L'introduzione di queste frigoemoteche nel presidio ospedaliero di San Vito al Tagliamento e all'Irccs Cro ha permesso un miglioramento dell'autonomia tra-**



sfusione delle due realtà con un risparmio di tempo nell'assegnazione che si è tradotto in un attento e appropriato uso del sangue dettato dalla clinica e non dai tempi di attesa. Il progetto si completerà con una terza frigoemoteca a controllo remoto nel nuovo ospedale di Pordenone che è stata sistemata vicino alle sale operatorie e ai reparti di terapia intensiva, ma potrà essere utilizzata anche da tutti i reparti di degenza.

Dopo la pausa lunch, il pomeriggio è iniziato con la relazione del dottore Giovanni Barillari che ha portato l'auditorium nel vivo dell'utilizzo clinico degli emoderivati. Per ognuno di loro è stato approfondito il meccanismo d'azione nelle patologie, permettendo di chiudere il percorso iniziato dalla donazione di plasma che, attraversando il processo produttivo, è arrivato alla somministrazione del farmaco plasmaderivato nella vena del paziente.

Prima della tavola rotonda con le associazioni, le relazioni congressuali si sono chiuse con l'intervento della dottoressa Giustina De Silvestro del Coordinamento della Regione Veneto che ha portato i risultati raggiunti dal Nuovo Accordo Interregionale Plasma (Naip) al quale partecipiamo per la produzione dei farmaci plasmaderivati.

È stato sottolineato che la nostra Regione è quella più virtuosa a livello italiano e questo ci ha permesso di diventare autosufficienti per un buon numero di plasmaderivati a garanzia di poter soddisfare tutte le richieste per i pazienti regionali.

La tavola rotonda moderata dal vice direttore del Messaggero Veneto Paolo Mosanghini e con la partecipazione dell'assessore Riccardo Riccardi e dei presidenti associativi ha concluso i lavori congressuali. L'assessore, dopo i ringraziamenti, ha evidenziato come sia **importante che l'esperienza del dono del sangue, e del volontariato in generale, non vada a esaurirsi nel tempo, resistendo alla crisi demografica e ai mutamenti della società rispetto all'epoca dei padri fondatori di queste associazioni.** Inoltre, la collaborazione instaurata tra il sistema del volontariato e quello professionale è una buona pratica di cui non si può fare a meno in questo

momento di grossa difficoltà per il comparto sanitario a livello nazionale.

La situazione è stata poi analizzata dal presidente della Fidas regionale, Paolo Anselmi, dal vicepresidente Nordest Fidas nazionale, Ivo Baita, da Roberto Flora dell'Afids Udine, da Feliciano Medeot della Fidas isontina, da Lisa Pivetta, presidente regionale di Avis, da Mauro Verardo di Afids Pordenone e da Giorgio Morocutti dell'Acsd Carnia. I presidenti hanno convenuto sulla necessità che la donazione di plasma dovrà essere potenziata sulle linee di indirizzo della programmazione regionale e, le attività di propaganda, saranno da sostenere in particolare tra i giovani e nelle scuole dove si trova un terreno fertile per trasmettere i principi della solidarietà.

Il lavoro capillare delle associazioni ci garantisce un futuro della donazione con un 30% dei nuovi donatori che hanno un'età compresa tra i 18 e i 20 anni.

È stata una giornata importante e ricca di confronti per sostenere la donazione di plasma come donazione complementare a quella del sangue. Con uno sforzo congiunto tra Istituzioni, associazioni e rete trasfusionale si è arrivati a garantire su tutto il territorio nazionale la trasfusione dei globuli rossi grazie alle donazioni.

Mantenendo gli obiettivi per il sangue, oggi ci poniamo davanti alla grande sfida di rendere il nostro paese indipendente anche per i farmaci emoderivati grazie alla donazione di plasma.

E anche in questo caso, la Regione Friuli Venezia Giulia sarà un modello di organizzazione e altruismo da imitare, con un'importante presenza del volontariato sul territorio e tanti donatori che non smetteremo mai di ringraziare.

Le slide di presentazione degli interventi dei relatori sono disponibili al link

https://bit.ly/Convegno_donazione_plasma

PRESENTI AGLI EVENTI E TRA LA GENTE

Le attività svolte nel 2024 per la promozione del dono

AVIANO



Attraverso attività e laboratori rivolti ai più giovani, abbiamo seminato nei cuori delle nuove generazioni, ragazzi e giovani animatori, il valore del dono. Due giornate che hanno coinvolto i più piccoli con il filmato "Viaggio alla scoperta del sangue" e i più grandi con il fumetto "Corri, Gocciolina!" presentato dagli autori Matteo Corazza e Milena Bidinost.

È stato bello vedere come il messaggio di solidarietà possa essere accolto anche dai più piccoli con entusiasmo e curiosità. Il **1° agosto**, terminato il Grest, abbiamo accompagnato gli animatori alla donazione presso l'autoemoteca regionale che era stata approntata in Piazza Duomo. Domenica **13 ottobre**, abbiamo partecipato con i nostri volontari alla manifestazione **"Aviano Corre in Rosa"** dedicata alle donne. L'energia che si respirava è stata davvero contagiosa e ci ha ricordato quanto sia importante prendersi cura di sé stessi e degli altri.

L'evento ha visto la partecipazione di oltre 4.000 persone unite da un medesimo obiettivo: raccogliere fondi per la ricerca e la cura da devolvere all'Unità di senologia del Cro di Aviano. Ai rappresentanti del Centro è stato consegnato un assegno di 34.121 euro.

L'ottimo risultato e la grande partecipazione hanno rafforzato ancor di più il nostro impegno nel sociale e ci hanno permesso di contattare molti giovani potenziali donatori raccogliendo parecchie "promesse di donazione". Oltre agli eventi, vogliamo però sottolineare **quanto sia prezioso il contatto umano e quotidiano fra la gente.**

È negli incontri al centro prelievi, nelle chiacchierate con i nuovi donatori e negli inviti al dono personali che si esprime la vera forza della nostra sezione. A chi dona regolarmente e a chi sta pensando di farlo, rivolgiamo un invito sentito: continuate a donare, parlatene con amici e familiari, coinvolgete chi vi sta accanto.

Ogni goccia di sangue è un dono di vita, e ogni donazione può fare la differenza per chi è in difficoltà. Donare sangue non è solo un atto medico, ma un gesto di amore e responsabilità verso il prossimo.

Grazie a tutti voi donatori per il vostro impegno e senso civico. Insieme a voi continuiamo a costruire un futuro di speranza e solidarietà.

Iniziando il nuovo anno, desideriamo condividere con voi un resoconto delle iniziative che hanno reso il 2024 un anno speciale per la nostra sezione. Ogni evento, ogni sorriso e ogni momento di incontro ci ha ricordato quanto sia preziosa la generosità dei donatori di sangue. Un momento significativo è stata la nostra presenza a Gais alla **"Corsa dei Colli" Fiasp** svoltasi il **19 febbraio**.

In questo evento, che rafforza salute e benessere, non solo fisico ma anche morale, abbiamo allestito l'igloo Afdi per portare un messaggio importante qual è il dono del Sangue. In tale occasione in molti hanno manifestato il desiderio di far parte della nostra associazione, rendendoci ancor più consapevoli che uniti possiamo davvero superare ogni ostacolo scegliendo di aiutare chi ne ha bisogno. Il **12 maggio, nella frazione di Marsure**, in una bellissima giornata soleggiata, si è svolta la tradizionale **Festa del Donatore**.

È stata un'occasione per ringraziare tutti i donatori che, con il loro gesto, salvano vite ogni giorno. Abbiamo vissuto momenti di convivialità con la musica e lo spettacolo dei Danzerini di Aviano, il momento di preghiera con la messa accompagnata dalla corale La Betulla, le premiazioni dei moltissimi donatori benemeriti; a concludere un semplice rinfresco, occasione per una bicchierata e uno scambio di parole, che ci ha fatto sentire forte il senso di appartenenza alla nostra comunità solidale.

Durante l'estate abbiamo partecipato al **Grest presso la parrocchia di Aviano**.

21ª GIORNATA DELL'AMBIENTE NEL COMUNE DI BRUGNERA

BRUGNERA

Promotrici le sezioni Afdi di Brugnera San Cassiano, Tamai e Maron per sensibilizzare a uno stile di vita sostenibile

Domenica 20 ottobre le tre sezioni Afdi del comune di Brugnera Brugnera-San Cassiano, Tamai e Maron hanno organizzato la 21ª edizione della **Giornata dell'Ambiente con il contributo e il patrocinio del Comune**. L'evento si è svolto nelle aree verdi pubbliche delle frazioni e nelle principali strade comunali e ha coinvolto soprattutto gli alunni delle scuole primarie, le loro famiglie e amici, che si sono impegnati nella calda domenica di autunno a raccogliere i rifiuti dispersi nel territorio e nella loro differenziazione.

Questa manifestazione lancia infatti dei messaggi importanti e sempre attuali: **cercare di stimolare e sensibilizzare i giovani nell'adozione uno stile di vita sostenibile, con un occhio sempre attento al paesaggio che ci circonda.** Lo scopo è proprio questo: educare al rispetto dell'ambiente e con le varie associazioni del territorio promuovere delle buone pratiche coinvolgendo le famiglie e i più piccoli. Queste tematiche non sono nuove per l'Associazione Friulana Donatori Sangue, che da



sempre sostiene le iniziative sociali, educative e informative per la diffusione della cultura del dono. I presidenti delle sezioni Afdi del comune, Graziano Montagner, Igor Moras e Orlando Polesello ringraziano innanzitutto le insegnanti e la dirigente Maria Rita Esposito dell'Istituto comprensivo di Brugnera e Prata di Pordenone per l'annuale collaborazione, il sindaco Renzo Dolfi e gli assessori intervenuti, la Protezione civile, i Comitati dei genitori, i nonni vigili, l'Azione Cattolica Ragazzi di

Brugnera e Tamai, la Proloco Brugnera in Festa, la Proloco Maron, la Polisportiva Tamai e l'associazione Festa del Vino di San Cassiano, per il loro supporto e partecipazione all'iniziativa. **Nell'occasione è stata fatta attività di propaganda e informazione con una decina di nuovi iscritti all'Afdi.** La tradizionale pastasciutta e un brindisi in piazza hanno concluso la manifestazione con l'arrivederci alla prossima edizione.



LA VITA È UN GIOCO DI SQUADRA



FESTA DEL DONATORE

MARON DI BRUGNERA

Confermata la collaborazione con l'associazione Festeggiamenti Maron, il Comitato genitori attivi e il Gruppo marciatori di Maron, la promozione nelle aziende, le serate mediche e la partecipazione alla Coppa Dono



Tamara Ciol e Michele Putigliano con il sindaco Renzo Dolfi

La sezione Afds di Maron domenica 13 ottobre ha festeggiato la 42ª Festa del donatore di sangue. Le varie consorelle Afds e Fidas Treviso presenti hanno partecipato alla messa, animata dal coro parrocchiale, dai ragazzi dell'Azione Cattolica e celebra-

ta dal nostro compaesano don Paolo Pivetta, con saluto iniziale del parroco don Andrea Dezzan. Si sono poi tenuti i saluti di circostanza del sindaco di Brugnera, Renzo Dolfi, del coordinatore della Protezione civile di Brugnera, Fabio Stefani, del presidente provinciale Afds Pordenone, Mauro Verardo, del consigliere e vice presidente Fidas nazionale Ivo Baita e del presidente della sezione, Orlando Polesello. Un saluto è arrivato anche dal dottor Andrea Bontadini, direttore del Dipartimento di Medicina Trasmisibile di Pordenone. Gli interventi hanno ribadito l'importanza del dono, la necessità della continua sensibilizzazione, il bisogno di operare e collaborare fra associazioni del territorio, il coinvolgimento dei giovani e l'importanza dei volontari.

Il vice presidente, Federico Santin, ha illustrato i dati più importanti che hanno caratterizzato la nostra sezione nel 2023, partecipando a varie iniziative promosse in collaborazione con le realtà della nostra frazione in par-

ticolare l'associazione Festeggiamenti Maron, il Comitato genitori attivi e il Gruppo marciatori di Maron. Costantemente impegnati nella programmazione delle donazioni, nel 2023 si contano 498 donazioni e 46 nuovi donatori. **Da menzionare le numerose attività straordinarie, come la promozione svolta all'interno di alcune aziende, durante le manifestazioni paesane, le serate mediche informative tenute dai medici e la Coppa Dono edizione 2023-2024.**

Sono stati ricordati e premiati i numerosi donatori e donatrici della nostra associazione che hanno raggiunto il riconoscimento nell'anno 2023 e conferito un riconoscimento alla sezione per il miglior indice di rotazione donatori attivi e donazioni effettuate.

Al termine, come di consueto, in piazza mercato è stato preparato dall'associazione Festeggiamenti Maron un gustoso rinfresco in chiusura di questa bella e tradizionale giornata del donatore.



Silvia, Natascia, Luca e Olivo a Telethon

DONATORI ALLA 26ª STAFFETTA TELETHON DI UDINE

Che emozione aver partecipato alla 26ª edizione della staffetta Telethon Udine 24x1 ora come Afds Pordenone in collaborazione con il Gruppo Marciatori Maron e con il contributo ormai consolidato di Arcom srl di Brugnera.

Ventiquattro ore continue di corsa, dalle 15 di sabato 30 novembre alla stessa ora di domenica primo dicembre, tra 22mila partecipanti e 870 squadre, che hanno corso e camminato con entusiasmo per le vie del centro di Udine per sostenere la ricerca medica sulle malattie genetiche rare. Auspichiamo che il prossimo anno possiamo iscrivere come Afds Pordenone altre squadre.

UN DONATORE DALLE MILLE RISORSE E DALLE 100 DONAZIONI

Mauro Copat sperimenta continuamente la vita. Da ultimo ha scritto lo spettacolo "Legami Sonori" che ha condiviso con il pubblico della castagnata Afds Maron



Mauro Copat è un donatore iscritto alla sezione di Maron, che ha fatto proprio un consiglio ricevuto un giorno da un amico.

L'amico gli disse: "Se fai una sola cosa, vivi un'unica esistenza, ma se ti dedichi a molte cose, ne vivrai infinite". Questo pensiero ispira costantemente il suo desiderio di sperimentare e di cimentarsi in attività diverse, sempre con la famiglia al centro: la moglie Romina e i figli sono il pilastro della sua vita.

Così, Mauro decide di iniziare a suonare la fisarmonica e scrive uno spettacolo intitolato "Legami Sonori" per dare vita ai ricordi che abbiamo con i nostri nonni. Con un occhio sempre rivolto verso il futuro, ha voluto creare un meraviglioso ponte di scambi e di crescita tra loro e le future generazioni. Mauro si è esibito a Maron, in occasione della castagnata della Afds, do-

ve ha condiviso alcuni brani del suo spettacolo con compaesani e amici, emozionandosi, complice anche il fatto che la settimana precedente aveva raggiunto il traguardo delle 100 donazioni.

Inoltre, Mauro sta diventando guida escursionistica, con laboratori per famiglie e bambini nel format "Mauro libera tutti: evasioni nella natura".

Gli chiediamo: come spiegheresti ai tuoi bambini l'importanza di un gesto come quello del dono del sangue?

E Mauro prende in prestito una frase dal film d'animazione "Klaus - I segreti del Natale": «Un vero atto di bontà ne ispira sempre un altro», dice.

Questo rispecchia il valore del dono, ed è originale vedere come nel film siano i bimbi stessi a far diventare migliori i grandi.



Da sinistra Alessio Colussi Mas, Orlando Polesello e Mauro Copat

PREMIO

VOLONTARIO

SOCIALE AFDS

Severino Martinel
premiato 2024



L'Amministrazione comunale di Brugnera, attraverso l'assessorato allo Sport e alle Politiche giovanili, ha organizzato il giorno 12 gennaio 2025, la XXV edizione della Festa dello Sport e del Volontariato Sociale, presso il Salone della Festa del Vino di San Cassiano.

Le sezione Afds di Brugnera - San Cassiano, Tamai e Maron hanno segnalato come Volontario Sociale 2024 Severino Martinel, che nel corso della cerimonia ha ricevuto un riconoscimento per l'impegno e la passione nel donare le proprie competenze al servizio della comunità da oltre 50 anni.

Volontarietà, solidarietà e gratuità hanno caratterizzato Severino, fondatore e presidente per 21 anni della sezione Afds Maron, ora presidente onorario, attivo collaboratore e informatore associativo Afds. È stato anche volontario nella Protezione Civile e consigliere alla Via di Natale.



25ª Festa dello Sport
Comune di Brugnera 12 Gen. 2025



“I PROMESSI DONATORI”

MEDUNO

Il testo, scritto dagli alunni e pubblicato dall'Afids Meduno, è stato una delle attività di promozione del dono della sezione, assieme ad una mostra e alla Festa del donatore



Ogni anno la Fidas indice il concorso “A scuola di dono” rivolto alle scuole. Nella categoria “scuola primaria” la giuria ha menzionato il lavoro prodotto dalla classe 4^a (anno scolastico 2023-2024) della scuola primaria “Alessandro Manzoni” di Meduno: “I promessi donatori” storia visualizzabile al seguente link https://bit.ly/Promessi_donatori.

La sezione Afids di Meduno, colpita dalla bella idea avuta dagli alunni della nostra scuola, ha deciso di stampare un libretto con il loro lavoro. Approfittando dei festeggiamenti della “Madona di Midun” di fine settembre la sezione ha allestito, nella sala di Banca 360 FVG, una mostra dei lavori del fumettista Matteo Corazza e della sceneggiatrice Milena Bidinost, riguardanti il fumetto “Corri, Gocciolina!”, lavoro che ha ispirato gli scolari di Meduno. La mostra ha riservato uno spazio anche ai giovani artisti per i disegni da loro prodotti.

Le scolaresche – tutti gli studenti della scuola media e della scuola elementare che sono più di 170 – sono andate in visita all'esposizione accompagnate dai rispettivi insegnanti ed hanno approfittato per chiedere informazioni sul dono del sangue. Tutto ciò è stato possibile grazie al sostegno di Banca 360 FVG, alla collaborazione del Circolo Culturale Tiziana Marsiglio e al patrocinio del Comune di Meduno.

Domenica 27 ottobre, una bella e colorata giornata autunnale, ci ha visto partecipare della Festa del donatore. Dopo la cerimonia di deposizione di un cesto di fiori presso il monumento ai caduti, in corteo siamo andati in chiesa dove abbiamo pregato per i donatori che non ci sono più. Al termine della messa alla presenza del sindaco di Meduno, Marina Crovatto, e del presidente provinciale Afids, Mauro Verardo, si sono tenuti i discorsi di rito e la presentazione della nostra associazione.

L'Afids Meduno conta attualmente 98 donatori attivi con 11 nuovi donatori; le donazioni della nostra sezione, al 31 dicembre 2023, sono state 111 e proprio con riferimento a questa data abbiamo consegnato le onorificenze maturate dai nostri donatori che sono state: sette diplomi di benemerita, tre distintivi di bronzo, due distintivi d'argento, un distintivo d'oro per 50 donazioni a Stefano Cassan e il pellicano d'oro per 65 donazioni a Gabriella Campardo. Il nostro plauso e la nostra riconoscenza a tutti i donatori che con il loro dono salvano vite.



COLLABORAZIONI VINCENTI PER LA PROMOZIONE DEL SANGUE

SAN QUIRINO

Parla la presidente Laura Perissinotti: «Il 2024 è stato un anno importante per la sezione e per me, che ho raggiunto il traguardo delle 100 donazioni»



Al centro, Laura Perissinotti

Essere donatore vuol dire prendersi cura del prossimo. Questo comporta il dovere tenere quotidianamente un certo stile di vita per rimanere in salute. Prima di tutto bisogna seguire un'alimentazione regolare e controllata, poi almeno po' di esercizio fisico non fa male, soprattutto se è costante, e serve anche una buona dose di fortuna per non prendersi dei malanni.

Da 28 anni faccio parte dell'Afids di San Quirino, sezione che presiedo da... anni, e questo è il mio stile di vita, come quello dei miei soci donatori. Insieme al direttivo inoltre, con impegno e dedizione, porto avanti la sezione promuovendo diversi eventi e incontri con altre realtà territoriali. Tutto questo, però, non mi bastava, volevo raggiungere un mio personale traguardo, molto ambito, ovvero arrivare alle 100 donazioni. L'ho raggiunto lo scorso mese di settembre e ne sono molto felice.

Quanto alla sezione di San Quirino non è stata mai ferma l'anno scorso, soprattutto nella seconda metà del 2024: ha partecipato a vari eventi del territorio, facendo promozione del dono del sangue alle sagre paesane, ospitando l'autoemoteca in piazza Roma, partecipando agli incontri organizzati dall'amministrazione comunale, quali la Festa delle associazioni e la Giornata del volontariato. La

sezione ha anche organizzato la “Luciolata” a favore del Cro di Aviano, in collaborazione con altri sodalizi del territorio.

Il mio mandato scadrà nel 2026, e dovrò passare il testimone, e sarà rinnovato il consiglio direttivo, pertanto mi attendo che i soci della sezione comincino già da ora a farsi avanti per aiutarci come

volontari attivi a garantire un futuro alla sezione.

“Attività in sinergia con Comune e associazioni”



PERCHÉ DONARE

Un piccolo gesto di generosità dal grande valore umano.

- ✓ Contribuisci a salvare la vita di molte persone
- ✓ Il sangue non viene fabbricato artificialmente
- ✓ Ti permette di controllare la tua salute
- ✓ Richiede poco tempo e non fa male alla tua salute
- ✓ Diversamente alcuni importanti medicinali non esisterebbero

LA CARICA DELLE 1001 DONAZIONI

Importante traguardo raggiunto dalla sezione

L'Afdis Spilimbergo ha chiuso il 2024 con un risultato straordinario che ha superato ogni aspettativa: ben 1001 donazioni. Un traguardo storico che testimonia la generosità e la sensibilità della comunità. Un gesto d'amore che fa la differenza, in quanto dietro questi numeri si cela un grande atto di altruismo: 749 donazioni di sangue, 252 di plasma e 112 nuovi donatori che si sono uniti alla grande famiglia Afdis. Questi i dati di un gesto semplice, ma dall'impatto straordinario, che ha permesso di salvare numerose vite e di garantire assistenza a tanti pazienti. Il presidente dell'Afdis Spilimbergo, Claudio Tonus, esprimendo grande

soddisfazione per risultato raggiunto e ringraziando tutti i donatori per il lavoro di squadra e per la dedizione dimostrata, si augura di mantenere alto il livello di donazioni, continuando ad essere come sezione un punto di riferimento per la comunità di Spilimbergo. Invita, inoltre, con l'occasione i cittadini a seguire l'esempio dei donatori e a diventare parte di questa grande famiglia. Donare sangue è un gesto semplice, sicuro e alla portata di tutti, che può salvare vite; donare sangue è donare vita. Un gesto che fa la differenza, ispirato dal motto: "Non so per chi... ma so perché".

SPILIMBERGO



COME UNA FAVOLA DI NATALE

I donatori di sangue hanno portato i loro doni ai bambini delle scuole dell'infanzia di Spilimbergo, Tauriano e Barbeano



C'era una volta, in un lontano paese chiamato Friuli, un'associazione di gnomi molto speciali. Questi gnomi, con i loro cuori rossi come rubini, si dedicavano a un compito importantissimo: raccogliere le gocce di generosità delle persone e trasformarle in magia.

Erano gli gnomi dell'Associazione Friulana Donatori di Sangue della sezione di Spilimbergo. Ogni anno, poco prima di Natale, questi gnomi si preparavano per un compito davvero speciale: aiutare Babbo Natale a portare gioia ai bambini.

Nell'anno 2024, in particolare, decisero di recarsi nelle **scuole dell'infanzia di Spilimbergo, Tauriano e Barbeano, tre piccoli villaggi dove risiedevano tanti bambini buoni**. Babbo Natale, con la sua slitta trainata da renne luminose, ed elfi generosi arrivò carico di pacchetti da donare.

Ma i regali più preziosi non erano i giocattoli, bensì i sorrisi dei bambini. Ogni sorriso era come una stella che brillava nel cielo, illuminando il cuore degli gnomi e di Babbo Natale. E ogni pacco di caramelle era un piccolo gesto di generosità, nato dalle gocce di sangue donate dai cittadini del Friuli.

"Ogni goccia di sangue donato è come una stella che illumina il cielo della vita di qualcuno", disse uno degli gnomi, con gli occhi scintillanti. E così, quella notte, la magia del Natale si diffuse in tutto il Friuli, grazie al cuore generoso dei donatori di sangue e all'impegno degli gnomi dell'associazione. Anche un piccolo gesto, come donare il sangue, può creare una grande magia.

E la magia del Natale è proprio questa: la capacità di far sentire speciali le persone, di donare gioia e di unire le comunità.

DONATORI TRA I DIPENDENTI DELLA LAMITEX



Una giornata voluta dall'azienda e organizzata in collaborazione con la sezione Afdis di Spilimbergo.

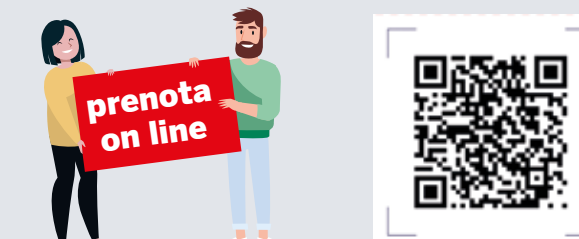
Spilimbergo 8 novembre. La sede dell'azienda Lamitex, che crea laminati decorativi e che si trova nella zona industriale nord, diventa per un giorno il cuore pulsante di un gesto di grande solidarietà, fortemente voluto dall'azienda e reso possibile dai suoi dipendenti. In quella data l'Afdis Spilimbergo ha organizzato una giornata di donazione di sangue interna all'azienda medesima.

L'iniziativa ha riscosso un grande successo, superando le aspettative, e ha visto partecipare 22 dipendenti: tra questi, ben 12 si avvicinavano per la prima volta alla donazione di sangue. «La buona riuscita di questa iniziativa – commenta il presidente Afdis, Claudio Tonus – ci fa ben sperare in quello che è l'obiettivo della sezione, ovvero di raggiungere le mille donazioni, pari a circa il 10% del totale provinciale Afdis. Siamo sulla buona strada e per questo un ringraziamento speciale va a tutti i donatori, che con il loro gesto hanno voluto testimoniare la propria solidarietà attraverso un gesto semplice, ma di enorme importanza, quale è la donazione di sangue.

Questi risultati sono la dimostrazione che la comunità di Spilimbergo è unita e pronta a fare la sua parte, con la consapevolezza di contribuire ogni volta a salvare una vita o a migliorare la salute».

Vuoi donare? Utilizza la modalità informatica di prenotazione creata dalla Regione Friuli Venezia Giulia per agevolare i donatori.

www.sesamo.sanita.fvg.it
www.portaledonatore.sanita.fvg.it



UTILIZZO PORTALE DEL DONATORE





NEL 2025 IL CONGRESSO PROVINCIALE A TAMAI

Intanto sono state oltre 520 le donazioni registrate dalla sezione nel 2024 e oltre 30 i nuovi donatori iscritti



È sempre una lieta occasione di ritrovo e condivisione l'appuntamento fisso dell'8 dicembre per i donatori della sezione di Tamai che partecipano molto volentieri all'annuale Festa del donatore giunta nel 2024 alla sua 59ª edizione. Donatori, autorità e rappresentanti delle sezioni consorelle si sono intrattenuti al pranzo presso il salone parrocchiale adiacente alla chiesa, al termine della celebrazione della messa.

Oltre 520 le donazioni effettuate nell'anno 2024 dalla nostra sezione e oltre 30 i nuovi donatori iscritti.

Questi dati mostrano come la sezione sia attiva e in crescita, continuando a rappresentare un punto di riferimento in parrocchia e nella comunità, come sottolineato anche dal parroco don Andrea Dazzan durante la messa, anche grazie alle numerose attività organizzate e promosse dal consiglio direttivo, spesso

in collaborazione con le altre associazioni del paese.

Se il 2024 è stato un anno ricco di eventi e iniziative che hanno visto la partecipazione attiva della sezione di Tamai, non di meno lo sarà il 2025, anno in cui la sezione festeggerà il suo 60° anniversario di fondazione.

Tra le numerose attività programmate per il 2025, per le quali direttivo e collaboratori si stanno impegnando per una buona pianificazione e organizzazione, **un'attenzione particolare viene posta all'organizzazione del prossimo Congresso provinciale AfdS Pordenone**, che la sezione di Tamai avrà il piacere e l'onore di ospitare, con molta energia ed entusiasmo da parte del direttivo e dell'intera comunità di Tamai.

Intanto, anche questa volta si è fatto sentire lo spirito di solidarietà e generosità dei partecipanti al pranzo dello scorso 8 dicembre che, grazie all'acquisto delle stelle di Natale messe a disposizione dal direttivo della sezione, hanno contribuito a sostenere la Via di Natale di Aviano, dimostrando ancora una volta come sia **sempre forte e presente il senso di solidarietà e attenzione verso il prossimo.**



TAMAI

VITA DI SEZIONE

Dalla sensibilizzazione dei giovani, alla Festa del donatore, sino alla partecipazione alla Festa della Pitina



La nostra sezione il 7 luglio 2024 è stata presente ad un incontro con gli allievi del campo-scuola degli alpini, che si è tenuto in località Matan. La vice presidente provinciale dell'AfdS, Laura Perissinotto, ha parlato dell'importanza del dono del sangue e dei suoi derivati, facendo presente ai ragazzi che la donazione è un atto volontario, anonimo, gratuito e soprattutto responsabile.

Domenica 4 agosto in occasione della Festa del Donatore, i donatori della Valtramontina si sono ritrovati nel piazzale antistante la Pro Loco di Tramonti di Sopra. In corteo si sono recati presso la chiesa per assistere alla messa in ricordo dei donatori defunti. Erano presenti il sindaco di Tramonti di Sopra, Patrizia Del Zotto, il sindaco di Tramonti di Sotto, Giampaolo Bidoli, il presidente dell'AfdS provinciale, Mauro Verardo, la presidente della sezione di Meduno, Sandra Viel e il nostro presidente Giuseppe Rugo.

Anche quest'anno è salita in Valtramontina l'autoemoteca: sono state raccolte ben 28 donazioni, tra cui cinque di nuovi giovani donatori.

Alcuni donatori provenivano da altre sezioni e per questo si ringraziano le vicine sezioni consorelle.

Un ringraziamento va anche al presidente Verardo, al



VALTRAMONTINA



personale dell'autoemoteca, alla signora Sandra Viel per il loro supporto e la disponibilità e alla Pro Loco di Tramonti di Sopra per il gustoso rinfresco.

Il 9 novembre, in occasione del 65° della Fondazione Fidas di Pordenone, Lucia, la nostra rappresentante dei donatori, ha partecipato con l'associazione AfdS all'udienza speciale del Papa in Vaticano. Ecco al sua testimonianza: «È stata un'esperienza significativa, entusiasmante, molto commovente e carica di emozioni. Il Pontefice ha sottolineato il valore del dono come atto di generosità e solidarietà che supera ogni confine e abbatte tutte le barriere portando gioia e positività. Ha poi impartito la benedizione e ha chiesto di condividerla con i donatori che non hanno potuto presenziare».

Nei giorni 16 e 17 novembre abbiamo anche partecipato alla "Festa della Pitina" a Tramonti di Sopra: è stato allestito un gazebo per promuovere la donazione di sangue e di plasma e sono state raccolte dieci promesse di donazione.





dott. Quirino Messina
Medico internista, Specialista
in cardiologia ed ematologia
clinica e di laboratorio e
presidente AfdS Sacile

PREVENZIONE E MALATTIE CARDIOVASCOLARI

Dieta equilibrata, esercizio e zero fumo: i pilastri di uno stile di vita per un cuore sano e lontano dai rischi

L'Organizzazione Mondiale della Sanità (Oms) definisce il concetto di prevenzione come: "il dare alle persone i giusti mezzi per diventare più padroni della propria salute e per poterla migliorare". La prevenzione diventa sempre più sinonimo di salute e la cultura della salute si deve promuovere attraverso percorsi preventivi.

Sono tre i tipi di prevenzione accessibili a tutti: primaria, per evitare per quanto possibile l'insorgere della malattia; secondaria, per la diagnosi precoce di una malattia già in corso; terziaria, per ridurre la probabilità di recidive.

Le malattie cardiovascolari sono la principale causa di morte in tutto il mondo perciò è fondamentale seguire una corretta politica di prevenzione.

Ad oggi sono 18 milioni le persone che muoiono all'anno nel mondo a causa di una malattia cardiovascolare, 230mila in Italia (circa il 31% delle cause di morte).

Le malattie cardiovascolari più frequenti sono l'**infarto miocardico** e l'**ictus cerebrale** (ischemico o emorragico). Sono causate da molteplici fattori di rischio (età, sesso, pressione arteriosa, abitudine al fumo di sigaretta, diabete, ipercolesterolemia), che aumentano la probabilità di insorgenza della malattia.

È possibile infine ridurre sensibilmente il rischio di avere un infarto miocardico o/e un ictus cerebrale attraverso la correzione dei fattori di rischio.



I fattori di rischio si dividono in: **non modificabili** e **modificabili**.

Non modificabili:

- 1) età: il rischio aumenta progressivamente con l'avanzare dell'età;
- 2) sesso: gli uomini sono più a rischio delle donne, nella donna il rischio aumenta sensibilmente dopo la menopausa;
- 3) familiarità: parenti con eventi cardiovascolari in età giovanile (meno di 55 anni negli uomini e di 65 nelle donne).

Modificabili:

- 1) sedentarietà: la sedentarietà rappresenta un fattore di rischio molto importante, spesso legato all'obesità o al diabete;
- 2) fumo: la nicotina accelera il battito cardiaco; il monossido di carbonio diminuisce la quantità di ossigeno presente nel sangue e favorisce lo svilup-

po dell'aterosclerosi; i fumatori hanno un rischio cardiovascolare quattro volte maggiore dei non fumatori;

- 3) pressione arteriosa: una pressione arteriosa elevata costringe il cuore a un superlavoro, favorendo la formazione di aterosclerosi;
- 4) colesterolo totale: il colesterolo è un grasso presente nel sangue che viene in gran parte prodotto dall'organismo, mentre in minima parte viene introdotto con la dieta, necessario al corretto funzionamento dell'organismo: partecipa infatti alla sintesi di: alcuni ormoni (delle ghiandole surrenali: aldosterone, cortisolo e delle gonadi: testosterone, estradiolo, ecc.); della vitamina D ed è un costituente delle membrane delle cellule; nell'organismo, può trovarsi in quantità eccessive nel sangue; maggiore è la sua quantità, più alto è il rischio che si depositi nelle pareti delle arterie;

5) HDL-colesterolo: detto anche spazzino delle arterie, è un tipo di lipoproteina che ha la funzione di trasportare le molecole di colesterolo presenti nel sangue; è noto anche come "**colesterolo buono**" in quanto preleva il colesterolo in eccesso dal sangue e dalle pareti arteriose per portarlo al fegato dove verrà eliminato; minore è la sua quantità, maggiore è il rischio cardiovascolare;

6) diabete: il diabete, se non correttamente controllato, favorisce l'insorgenza dell'aterosclerosi, incrementando sensibilmente il rischio cardiovascolare.

Importante anche LDL-colesterolo, che è una lipoproteina a bassa densità, comunemente chiamate anche "**colesterolo cattivo**", trasporta il colesterolo dal fegato (fabbrica del colesterolo) al resto del corpo tramite il flusso sanguigno, rilasciandolo nei tessuti e nelle pareti dei vasi; maggiore è la sua quantità, maggiore è il rischio cardiovascolare.

La malattia cardiovascolare è direttamente proporzionale alla percentuale del rischio cardiovascolare, che dipende dall'entità dei fattori di rischio.

Un corretto stile di vita riduce il rischio cardiovascolare.

Alimentazione sana, attività fisica e buone abitudini possono proteggere il cuore e prevenire le malattie cardiovascolari: semplici regole da seguire ogni giorno.

RACCOMANDAZIONI

PER UN CORRETTO STILE DI VITA

"Un uomo saggio dovrebbe considerare la salute come la più grande delle gioie umane, e imparare come, col suo stesso pensiero, trarre beneficio dalle sue malattie."

Ippocrate

Attività fisica quotidiana

L'esercizio fisico migliora la circolazione del sangue e abbassa la pressione arteriosa, si consiglia di camminare almeno 30' al giorno all'aria aperta, a passo veloce.

L'Organizzazione Mondiale della Salute e le altre organizzazioni scientifiche del settore sanitario ribadiscono l'importanza dell'attività fisica quotidiana.

Smettere di fumare

Il fumo, dopo l'età, è il fattore più importante dell'aumento del rischio cardiovascolare, oltre che un fattore di rischio per alcuni tumori. Pochi anni dopo aver smesso di fumare, il rischio cardiovascolare si riduce in modo rilevante. È dannoso sia il fumo attivo, sia quello passivo.

Seguire una sana alimentazione

Un'alimentazione variata e bilanciata prevede un regolare consumo di carboidrati e di proteine (carni bianche e pesce da consumare almeno due volte alla settimana), un limitato consumo di grassi di origine animale (carni rosse, burro, formaggi, latte intero e uova), povera di sodio (contenuto nel sale da cucina) e ricca di fibre (verdura, frutta, legumi).

Controllare il peso

Il peso è strettamente collegato al tipo di alimentazione e all'attività fisica svolta: il peso forma deriva dal giusto equilibrio tra le calorie introdotte e quelle consumate con l'attività fisica.

Educarsi alla cultura della prevenzione

Significa imparare a prendersi cura di sé sin dalla giovane età, facendo della prevenzione il proprio progetto di vita.





DONATRICE IL GIORNO DEL SUO COMPLEANNO

Annamaria Poggioli
AfdS Maniago

Laura Morandin, studentessa del Marchesini di Sacile, ha compiuto 18 anni il 12 dicembre e ha donato per la prima volta



Incredibile! Proprio il giorno del suo ingresso nella maggiore età, Laura Morandin, studentessa dell'Istituto "Marchesini" di Sacile, indirizzo turistico, ha donato il sangue. È una trepidazione che conosco molto bene questa, che trapela dagli sguardi e dal comportamento di tutti gli studenti che scelgono di entrare nella meravigliosa comunità dei donatori di sangue, a maggior ragione se sono alla prima esperienza.

Erano all'incirca le ore undici del 12 dicembre 2024 quando Laura è stata chiamata ad entrare nell'autoemoteca parcheggiata nel prato della scuola: era il suo turno. Devo ammettere che l'atmosfera nella cosiddetta area d'aspetto, uno spazio accanto alla palestra, luminoso, accogliente, faceva trasparire entusiasmo e anche allegria; i dialoghi degli studenti, intercalati da battute e programmi per le ultime interrogazioni prima di Natale, sono sempre piacevoli da ascoltare, soprattutto per me che ho passato una vita in mezzo a loro. La presenza,

poi, dei volontari dell'AfdS, sempre gradevole e attenta ai bisogni di tutti, scaldava gli animi. Le compagne di Laura si erano strette attorno a lei per festeggiarla in questo duplice compleanno, complice quella candelina che lei, sorpresa e felice, soffiò dopo la donazione, tra i nostri applausi. E allora le posi la prima domanda a caldo:

Quali tra queste sensazioni ha prevalso in te, il timore, l'apprensione, l'agitazione?

Molta agitazione, in realtà, ma non tanto per la paura del fatidico ago, quanto piuttosto per il timore che il mio sangue possa eventualmente creare qualche problema in chi lo riceve. Sono una persona molto altruista, e sono vista così anche dalle mie compagne. A scuola, a proposito del dono del sangue, ho fatto mio questo messaggio: donare il sangue è un atto bello, un bel gesto, se consideri che oggi sei in buona salute, ma domani non sai cosa ti potrà succedere: una trasfusione può rappresentare una possibilità di salvezza. E dunque mi sento di condividere questa straordinaria possibilità e di estenderla a tante altre persone.

Laura, hai qualche esempio in famiglia che ti ha motivato a fare questa scelta?

Certo, nella mia famiglia quasi tutti donano il sangue e ciò rappresenta uno stile di vita, un valore tra i più nobili. Anche nella mia classe c'è un riscontro positivo. Pensi che ben sei su quattordici alunni hanno fatto questa scelta importante e così ci sia-

mo incoraggiati a vicenda; e poi, a convincermi, è stato l'incontro pro-pedeutico tenuto dai responsabili dell'associazione, coinvolti e supportati da dirigente e docenti: insomma, un bel progetto che è giusto che la scuola porti avanti.

E dunque, pensi di proseguire in questo percorso?

Suppongo proprio di sì. La sensazione positiva che ho provato dopo quei sei minuti, il tempo preciso della mia donazione, mi ha talmente appagato al punto da farmi sentire forte, psicologicamente e fisicamente, ma soprattutto utile alla collettività: ritengo che il dono del proprio sangue sia un atto concreto e tangibile di cittadinanza attiva e responsabile, anzi, direi che si configura come un dovere civico che tutti e tutte, nelle condizioni giuste, dovrebbero vivere come tale.

Oggi hai soffiato la candelina con un doppio significato, il tuo compleanno e il battesimo del dono.

Con amiche e amici dividerò questo gesto anche per persuadere altri ad affrontarlo con coraggio ed entusiasmo. È importante fare del bene nella vita. Credo fortemente che se fai del bene, prima o poi la vita ti ripagherà.

Sono d'accordo, Laura, complimenti per quanto hai detto, per il gesto nobile che oggi hai compiuto e ancora auguri per questo straordinario compleanno che sono convinta rimarrà tra i tuoi ricordi più belli. Ad maiora, carissima!



UNA APP INTERATTIVA PER RACCONTARE IL DONO DEL SANGUE

Successo per la nuova modalità di incontri realizzati dal Gruppo Scuola interassociativo negli istituti superiori



Il Gruppo Scuola interassociativo AfdS, Avis e Admo, composto da una decina di volontari, a settembre dello scorso anno, insieme alla dottoressa Adriana Masotti, si è incontrato per studiare e realizzare una nuova modalità di presentazione della donazione di sangue e midollo osseo negli incontri delle classi quinte delle scuole primarie di secondo grado della provincia di Pordenone.

Siamo partiti dall'idea del Gruppo Giovani AfdS Udine di utilizzare l'app "mentimeter" per realizzare delle presentazioni interattive, che gli studenti possono seguire con il cellulare, rispondendo in tempo reale alle domande poste.

Un grande aiuto nella realizzazione della presentazione dal punto di vista grafico e di caricamento nella piattaforma ci è stato fornito dal

giovane Davide Scotti, volontario dell'Admo. Questa nuova soluzione, che viene presentata sotto forma di gioco, è risultata sicuramente più leggera e incentrata sugli aspetti più importanti della donazione, sui sani e corretti stili di vita e su come comportarsi prima e dopo la donazione.

Il riscontro è stato molto positivo, a seconda dell'Istituto, le adesioni sono state tra il 25 e il 75% maggiori rispetto allo scorso anno, inoltre in alcuni incontri le adesioni sono state raccolte on line tramite la compilazione di un modulo Google rispetto al solito cartaceo.

Sono stati effettuati oltre 30 incontri nei 15 istituti presenti in provincia di Pordenone sono stati incontrati oltre 2.000 ragazzi e raccolte oltre 1.000 adesioni alla prima donazione e oltre 350 alla donazione di midollo osseo.

Siamo orgogliosi di questo risultato che ci vedrà impegnati fino a fine maggio con l'organizzazione di oltre trenta autoemoteche e sicuramente di qualche giornata di donazione collettiva al Centro di medicina trasfusionale per soddisfare tutte le richieste di donazione.



Seguici sui social
per scoprire tutte le iniziative





PUNTO DI INCONTRO IN FIERA A PORDENONE

Per il Gruppo Scuola interassociativo è oramai un appuntamento fisso la manifestazione di orientamento a studio e lavoro per giovani studenti



Volontari Afds, Avis, Aido e Admo in fiera

Anche nel 2024 le associazioni che fanno parte del Gruppo Scuola interassociativo Afds, Avis, Aido e Admo sono state presenti, il 6 e 7 novembre, alla manifestazione "Punto di Incontro" organizzata in Fiera a Pordenone. All'evento hanno partecipato quasi diecimila studenti del quarto e quinto anno delle scuole secondarie di secondo grado provenienti da tutta la regione Friuli Venezia Giulia e dal Veneto orientale. Si è trattato di un importante appuntamento per i giovani, durante il quale hanno potuto conoscere e approfondire le molteplici opportunità di studio e di lavoro grazie alla presenza di numerose Università e di aziende locali e nazionali. Hanno avuto anche la possibilità di conoscere alcune associazioni di volontariato, tra cui quelle del do-

no del sangue Afds e Avis presenti con i loro stand all'interno dei padiglioni.

Nel nostro stand, in particolare, si sono alternati una ventina di volontari compresi anche quelli della Fidas di Cordinano, inoltre **per l'occasione è stata organizzata la donazione collettiva di alcuni volontari sulla nuova autoemoteca regionale** così i ragazzi hanno potuto vedere l'unità mobile di raccolta da vicino, conoscere il percorso donativo e scoprire quanto è semplice e veloce donare il sangue. Infatti, nei gazebo allestiti vicino all'autoemoteca altri volontari Afds e Avis hanno dato ulteriori informazioni e alcuni ragazzi hanno avuto la possibilità di donare.

Sempre all'esterno era presente anche il gazebo dell'Admo, nel quale quasi una cinquantina di ragazzi hanno potuto aderire alla donazione di midollo osseo con il semplice gesto di lasciare un campione di saliva in una provetta.

Sono state due giornate impegnative dal punto di vista organizzativo e ringraziamo pubblicamente il presidente della Fiera di Pordenone, Renato Pujatti, che è sempre disponibile a concedere spazio alle associazioni del dono.

Grazie anche alla fattiva e pronta collaborazione di tutto il personale, a tutti i volontari che hanno partecipato per sensibilizzare e promuovere la donazione di sangue, **raccogliendo circa 200 adesioni alla prima donazione a dimostrazione che i giovani sono disponibili.**

Prossimo appuntamento il 12 e 13 novembre sempre con la presenza dell'autoemoteca e la possibilità per i giovani di prenotare per tempo la propria donazione.

"CORRI, GOCCIOLINA!"

AL VICENZA COMIX

Sabato 28 e domenica 29 settembre, gli autori del fumetto "Corri, Gocciolina!", Milena Bidinost (sceneggiatura) e Matteo Corazza (disegni), sono stati ospiti nello stand di Fidas Vicenza alla mostra mercato "Vicenza Comix" rivolta interamente al fantastico mondo dei fumetti, cosplay, giochi, videogiochi, retrogames, cardgames, ospiti, eventi e concerti. È stata un'occasione in più, alla quale ha partecipato anche il presidente provinciale dell'Afds Pordenone, Mauro Verardo, per parlare di dono del sangue ad un pubblico eterogeneo. Fidas Vicenza ha riprodotto per la propria associazione il fumetto "Corri, Gocciolina" e lo sta distribuendo tra i propri donatori.



COPPA DONO 2024-2025, RECORD DI SOCIETÀ SPORTIVE ISCRITTE

16 le squadre che partecipano alla sfida a suon di donazioni promossa dal Gruppo Giovani Afds

L'anno scorso è partita nel migliore dei modi la quarta edizione della Coppa Dono 2024-2025. Il concorso, organizzato dal Gruppo Giovani provinciale dell'Afds Pordenone, ha fatto il record di iscritti, con ben 16 società sportive che hanno raccolto l'invito a partecipare. Si conferma così un **punto di riferimento nella promozione della cultura del dono nella Destra Tagliamento.**

Le società che sino al 30 giugno di quest'anno si sfideranno a suon di donazioni di sangue sono: Ac Valvasone, Dance Academy, Asd Scacchistica pordenonese, Asd Usvas - Valvasone Arzene SM, Asd Afds Amatori Calcio Brugnera, CrossFit Pordenone, Tennis Club Brugnera, Asd Polisportiva Serdranese San Giacomo, Asd Valeriano Pinzano, Asd Blade Runners Maniago, Asd Artistica Brugnera 2004, Polisportiva Tamai, Asd Polisportiva Tamai, sezione judo Libertas, Volley Tamai, Asd Furie Rosse e Aua Maniago.



Atleti dell'Asd Blade Runners Maniago e Asd Scacchistica pordenonese

Il loro obiettivo in questi mesi sarà **portare a donare quanti più atleti e simpatizzanti possibile così da raggiungere il punteggio più alto e vincere il concorso. L'Afds mette in palio premi in danaro per le tre società che conquisteranno il podio.** Particolare soddisfazione la esprimiamo come Gruppo Giovani Afds. Non eravamo sicuri del successo di questa edizione, in occasione della quale abbiamo apportato significativi cambiamenti al regolamento in modo da rendere questo concorso più gestibile per noi e soprattutto più stimolante per chi partecipa.

Da quest'anno le diverse tipologie di donazione (sangue intero, plasma...) avranno un peso diverso a livello di punteggio. **Vogliamo in questo modo anche promuovere la donazione di plasma tra i giovani, essendo l'auto-sufficienza in quest'ambito un obiettivo regionale.** Un altro cambiamento radicale rispetto alla precedente edi-

zione è stato quello di mandare in pensione il modulo Excel che ogni società doveva compilare.

Al suo posto è stato inserito un modulo Google alla sezione Coppa dono del sito www.afdspn.it attraverso il quale i donatori possono scegliere in meno di un minuto chi tra le 16 società vogliono sostenere, andando a donare. Due cambiamenti significativi, quindi, introdotti non senza qualche perplessità, ma che stanno già portando notevoli risultati: primo fra tutti, come detto, l'aumento delle società che si sono iscritte, quindi anche il numero dei donatori stessi. **In soli due mesi si sono già iscritti quasi 300 donatori, praticamente cinque al giorno!**

Un risultato che noi come Gruppo non avremmo potuto immaginare. Non ci resta quindi che ringraziare le società iscritte, alle quali auguriamo una buona partecipazione.



L'UOMO DALLA BARBA BIANCA SEDUTO

«Cerca di vivere una vita altruista e sensibile. Come il donatore, semplice non per sé stesso, ma per le intere comunità»

di Dani Pagnucco

L'anziano scese solitario dal monte e il suo era un cammino lento, ma sicuro. Conosceva bene il tragitto, fatto migliaia e migliaia di volte, un po' come la sua vita, il suo corpo. Nel percorso trovava sempre motivi di approfondimento della sua esistenza, scopriva paragoni spesso calzanti tra i giorni che scorrevano e l'ambiente in cui viveva. Questo, nella sua zona, era fortunatamente ancora sano, ma scricchiolava davanti alle nuove tendenze e all'incuria che la modernità, la sete di denaro e potere, la mancanza di rispetto e la grande opulenza portavano il nuovo a limitare, se non eliminare il passato.

Aveva cambiato stile di vita allorché si accorse, per una banalità, che l'esistenza doveva essere diversa da quella vissuta. Si rammaricava come, erede materiale di generazioni e generazioni, non avesse recepito e applicato le basilari nozioni dell'uomo sulla terra, ossia che le persone devono essere a servizio di chi ci sostiene, ci alleva, ci dà la vita e ci dà protezione.

Non si riusciva a stabilire l'età dell'uomo perché la barba bianca era ancora soffice e candida e non copriva i denti bianchi che non erano consunti, né dal fumo, né dal tempo.

Parlava con calma, serenamente e con proprietà di linguaggio come se avesse maturato interiormente tutti i concetti del rispetto.

Si sedette su un tronco tagliato longitudinalmente posto all'entrata del paese, una sorta di panca, sostegno di tante chiacchierate che lì si facevano, per scambiare desideri, emozioni, sentimenti, dolcezze e speranze, insomma la parola.

Prima di parlare sembrava attingere le parole dall'animo, dal suo intimo dove sicuramente giacevano informazioni, concetti, notizie, esperienze, studi e osservazioni.

I concetti uscivano con la sua voce e pareva fosse un ammonimento tanto semplice quanto efficace. Così disse: «Cerca di vivere una vita altruista e sensibile. Un po' come il donatore, essere semplice non per sé stesso, ma per le intere comunità.

Il corpo dell'uomo è come l'ambiente che ci circonda, entrambi devono anelare alla salute e possibilmente alla completezza.

I piedi sono le radici degli alberi; le gambe il loro breve prolungamento; il busto assomiglia al tronco; le braccia e le mani sono i rami e le foglie e la testa chioma della bellezza; il cuore sono gli



anelli che crescono meravigliandosi le cose che accadono e infine le vene dove circolano sangue e linfa.

Tutto ordinato, pulito, preservato: corpo e ambiente, un tutt'uno necessario per una vita, per una società e per un territorio dove si deve vivere nell'armonia del ben stare senza sciupare o sopraffare».

IL DONO

LA RACCOLTA

Sfogliala e scarica tutti i numeri precedenti del nostro periodico!

Lo trovi sul sito www.afdspn.it alla sezione **il dono**. Condividi con altre persone la nostra storia e il nostro impegno. Fai girare il link così che il dono diventi "virale"!



«LA MIA VITA GRAZIE AL SANGUE DEI DONATORI»

Paola, 32 anni, sin da bambina è affetta da anemia aplastica e non può stare senza trasfusioni

Paola Zanzico è una giovane donna di 32 anni che sin da bambina convive con l'anemia aplastica, una patologia rara che al mondo colpisce dalle 5 alle 10 persone su un milione. A garantirle la salute e una vita pressoché normale è il sangue dei donatori, che Paola riceve attraverso trasfusioni periodiche senza le quali non riuscirebbe a sopravvivere.

Aveva quattro anni e mezzo quando cominciarono i primi sintomi e ci vollero mesi per identificare la patologia che li causava. **Le conseguenze dell'anemia aplastica per Paola non sono poche: stanchezza, fiato corto, mal di testa e una serie di complicanze che hanno inciso anche sulla sua possibilità di diventare madre.** Nonostante ciò, ha un bellissimo sorriso, una voce squillante, solare, e si racconta volentieri. Spiega: «L'anemia aplastica è una

parte di me che ho accettato e senza la quale forse non sarei la persona che sono diventata.

È un piacere e un dovere raccontare la mia storia perché ai medici, ai sanitari e ai tecnici che mi hanno seguita e che mi stanno seguendo devo molto; ai donatori di sangue devo tutto».

Nell'anemia aplastica, il midollo osseo produce un numero insufficiente di cellule del sangue. Il midollo di Paola, in particolare, non produce globuli rossi e per lei le due sacche di sangue che riceve ogni dieci giorni al Centro di Medicina Trasfusionale dell'ospedale Santa Maria Maggiore di Pordenone sono come l'acqua e l'aria che respira, un elemento vitale. Rarità nella rarità, la sua

anemia aplastica non può essere curata né con il trapianto di cellule staminali, né con il trapianto di midollo osseo, che sono al momento le uniche due cure esistenti. La cartella clinica di Paola è andata in tutti i maggiori ospedali di Italia e anche all'estero. **Un'odissea che ha trovato pace nel 2018, quando la giovane ha incontrato l'uomo della sua vita, che ha poi sposato un anno fa e con cui vive a Brugnera.**

«La mia famiglia non mi ha mai fatto vivere sotto una campana di vetro – racconta – ho imparato però a conoscere i miei limiti, faccio tutto, ma devo cercare di non stancarmi e quando arriva il mal di testa e la spossatezza significa che è arrivato il momento della trasfusione di sangue. Con i miei genitori non abbiamo lasciato nulla di intentato. Ora però l'obiettivo non è più la guarigione, non è combattere contro i mulini a vento, ma vivere la mia quotidianità, fare il meglio che posso con quello che ho. L'ho imparato da quando ho conosciuto mio marito Omar: lui mi ha fatto guardare la mia condizione da un altro punto di vista e mi rende ogni giorno una donna felice. Mi ha fatto anche conoscere l'Afd, essendo stato lui un donatore di sangue finché ha potuto». Nelle parole di Paola c'è anche molta gratitudine. **«Sono fortunata – dice – perché vivo nella parte virtuosa del mondo e dell'Italia, in un Friuli Venezia Giulia in cui il sangue non è mai mancato, a Pordenone mi viene dato il migliore e il più fresco di cui ho bisogno».**

“Ho imparato a fare quello che posso con quello che ho e sono felice”



L'elenco dei ringraziamenti è lungo: alla Pediatria, con l'ex primario Leopoldo Peratoner e con l'attuale primario Roberto Dall'Amico; all'Oncologia pediatrica, con la dottoressa Monia Minetto; al reparto di Ematologia con le dottoresse Anna Ermacora e Simonetta Prosdocimo che la seguono attualmente, quindi «alla splendida famiglia» del Centro di Medicina Trasfusionale del dottore Andrea Bontadini e al dottore Andrea Bordugo, uno dei medici che più le è stato vicino e che ora lavora a Udine.

La testimonianza di Paola è accorata e abbraccia simbolicamente anche tutti i donatori di sangue. **«I donatori – osserva – compiono un gesto volontario e gratuito che nessun laboratorio al mondo può riprodurre; a loro va il mio grazie più grande perché consentono a persone come me di vivere, restare in salute e godere ogni giorno della possibilità di essere felici».**

I GRANDI ALBERI NELLE TERRE DEI DONATORI

Viaggio alla scoperta degli alberi centenari
nei comuni in cui l'Afds ha le proprie sezioni

di Adriana Cesselli

I nostri "nonni", senza studi scientifici, avevano una profonda conoscenza degli alberi e del loro utilizzo. Sapevano che l'olmo è adatto per fare scale, il carpino i pavimenti, il nocce i mobili...Vicino alle case venivano piantati gli alberi da frutto e lungo i fossi quelli adatti all'economia familiare e, raggiunta la misura adatta, li tagliavano.

Ora, non più piantati, sono rari quelli che nelle campagne possono diventare longevi. (Foto 1)

Un albero a destra e uno a sinistra determinavano l'ingresso, come un cancello aperto verso le proprietà terriere. In via Valler ad Azzano Decimo due secolari pioppi, erano l'accesso alle tenute dei conti Porcia. Purtroppo, una trentina di anni fa, dopo un violento fortuale, sono stati abbattuti.

Nei parchi delle case padronali (Foto 2) nelle ville e nelle case patrizie (Foto3-4) nei castelli (Foto 5) gli alberi potevano diventare grandi. I proprietari facevano il possibile per avere piante diverse da quelle dei contadini, di solito le facevano arrivare direttamente da luoghi lontani. Erano uno status symbol come adesso possono essere uno yacht o una fuoriserie potente e costosa. Con demolizioni e riordini fondiari moltissimi alberi secolari rimangono solo citati in mappe storiche. Solo dove le proprietà erano e sono ancora di persone sensibili possiamo ammirare grandi alberi, alcuni definiti dall'amministrazione forestale "monumenti verdi".

Come ogni essere l'albero ha le proprie peculiarità. Due piante della stessa specie e messe a dimora nello stesso luogo crescendo si differenziano. L'albero si spinge verso l'alto a cercare la luce, spesso trascura il portamento a favore di quell'obiettivo. L'albero è un individuo che nasce, cresce e muore e la sua vita dovrebbe continuare con



Foto 1 - Arzene, Vallate
Platanus orientalis
Centenario, circonferenza alla base oltre 300 cm



Foto 2 - Maniago, Parco Eurohotel
Calocedrus decurrens
Circa 200 anni, circonferenza 550 cm, altezza 23 m



Foto 3 - Comune di Aviano, Villa Policreti
Sophora japonica, piantata nel 1898 per la nascita di M. Luisa Policreti, diametro del tronco 180 cm, altezza 8 m



Foto 4 - Comune di Brugnera, Villa Varda
Magnolia grandiflora
Oltre 150 anni, circonferenza circa 300 cm, altezza 26 m



Foto 5 - Valvasone, Parco privato del castello
Ginkgo biloba
Ultracentenario, circonferenza circa 320 cm, altezza 24 m



Foto 6 - Arba, piazza Il nuovo Bagolaro
(Foto Pro Loco Arba)

una nuova pianta proprio come gli umani con i figli. Con un pizzico di nostalgia è doveroso ricordare che un tempo al centro della piazza nei nostri paesi presso un grande albero i capifamiglia pattuivano le importanti decisioni comunitarie. Significativo è l'esempio di Arba, nella piazza dopo la morte di quello secolare è stato piantato un nuovo *crupisignâr*. (Foto 6)

Riporto un pensiero di Primo Levi: "Le piante non sono stupide, ma rubano l'energia al sole, il carbonio all'aria, i sali alla terra e vivono senza scannarsi a vicenda come facciamo noi".

PORTE APERTE PORDENONE E DONO DEL SANGUE

Integrazione e solidarietà i comuni denominatori



Chi vive in Italia è italiano, senza distinzioni di etnia, di nascita e di arrivo nel nostro Paese; allo stesso modo anche il sangue non merita pregiudizi, perché ha la medesima importanza e preziosa utilità indipendentemente da chi lo ha donato. È questa la visione che ha spinto negli ultimi tre anni l'Afds Pordenone a stringere e portare avanti con convinzione la collaborazione con il comitato spontaneo organizzatore della festa "Porte Aperte Pordenone", un insieme di cittadini e associazioni del territorio che promuovono l'integrazione tra italiani "autoctoni" e italiani "acquisiti". Dal 2019 – con una sola pausa tra il 2020 e il 2021 a causa delle restrizioni dovute alla pandemia da Covid-19 – i festeggiamenti si tengono in prossimità del 17 marzo, giornata nazionale dell'Unità di Italia, e mettono insieme in un caleidoscopio di popoli, colori, costumi e tradizioni tutti i residenti in città. Ad ogni edizione sono centinaia le persone che vi partecipano nell'arco di una giornata. "Porte Aperte Pordenone", giunta l'anno scorso alla terza edizione, è molto più di una semplice manifestazione.

È un ponte che collega culture, tradizioni e storie diverse, che crea un ambien-

te speciale in cui ognuno può esprimere l'orgoglio per le proprie radici e contemporaneamente la gioia di far parte di una comunità inclusiva e accogliente.

Ventuno i Paesi partecipanti all'edizione del 2024, che si è tenuta sabato 9 marzo nella sala della comunità dell'oratorio della parrocchia di Rorai Grande: Austria, Bangladesh, Bosnia, Burkina Faso, Cuba, Ecuador, Filippine, Gambia, Ghana, Iran, Israele, Macedonia, Marocco, Niger, Nigeria, Pakistan, Palestina, Perù, Romania, Senegal, Sri Lanka. Molto soddisfatti gli organizzatori. Attorno all'Associazione Romeni di Pordenone Aps, capofila dell'evento, hanno partecipato in varie forme Acli provinciali di Pordenone Aps, Afds Associazione Friulana Donatori di Sangue Pordenone, Agesci Gruppo Valvasone, Assiscout Pordenone, associazione Diapalante, Canto Sconfinato, Commissione Diocesana Migrantes, Fiab Pordenone, Il Mondo Tuareg Odv, La Biblioteca di Sara, La Chiesa di Gesù Cristo dei Santi degli Ultimi Giorni, Matilda, mi racconti una storia?, Movimento dei Focolari, Nuovi Vicini, Organizzazione per i diritti umani e la tolleranza Ets, la parrocchia di San Lorenzo Martire.

Ideatore della manifestazione è Antonio Pavanello, la regista è la figlia Giulia. "L'abbiamo chiamata "Porte Aperte Pordenone" – dice Antonio – per richiamare lo stemma della nostra città, che è proprio una porta aperta. Fin dall'inizio abbiamo voluto che il dono del sangue fosse un gesto centrale all'evento, per il fortissimo significato simbolico che ha".

Per tale motivo con l'avvicinarsi della festa il comitato organizza ogni anno una donazione collettiva al Centro di medicina trasfusionale di Pordenone, riuscendo a portare una decina di donatori, tra vecchi e nuovi soci, molti dei quali sono appartenenti a nazionalità diverse da quella italiana, in un gesto di solidarietà che oltrepassa ogni confine nazionale.

Lo scorso anno la donazione è avvenuta attraverso autoemoteca.

Aggiunge Pavanello: «Crediamo che favorire la partecipazione dei nuovi italiani alla donazione del sangue dia una spinta formidabile all'integrazione. In questi anni la collaborazione tra Porte Aperte Pordenone e l'Afds è stata importantissima, fondamentale. Contiamo che continui ancora molto a lungo».



IL PROGRAMMA GESTIONALE GEON



Le occupazioni di base della nostra associazione sono la promozione – tesa ad avvicinare le persone alla donazione del sangue – e la fidelizzazione e chiamata dei donatori, al fine di garantire regolarmente ai nostri ammalati un supporto trasfusionale adeguato. Per agevolare queste attività sono necessari anche una buona organizzazione associativa e strumenti gestionali efficaci. Già dal 2013 la nostra associazione utilizza Metodo GeOn, un programma gestionale costruito *ad hoc*, fornito in licenza d'uso dalla Ditta Multysoft di Porcia, da diversi anni attiva sul mercato con i gestionali Metodo e Metodo Condomini.

Al momento della sua implementazione, GeOn ha ereditato le già consistenti banche dati venutesi a creare con i precedenti gestionali, più pionieristici e artigianali, attivati fin dagli anni '80, quando l'informatica non era proprio il "pane quotidiano", perlomeno per le associazioni come la nostra.

GeOn ci permette di raccogliere, gestire, utilizzare una grossa quantità di dati, che facilitano il rapporto con i donatori e la chiamata alla donazione. Tutto questo naturalmente nel più rigoroso rispetto della normativa sulla privacy, adottata metodicamente dall'associazione in tutte le fasi di trattamento dei dati.

In questi 12 anni di servizio, GeOn, grazie l'opera attenta e collaborativa dei programmatori Multysoft, si è ulteriormente sviluppato, accompagnando la crescita dell'associazione e l'evoluzione del sistema trasfusionale. A fianco del modulo base, orientato alle anagrafiche dei donatori e alla loro attività donativa, si sono ag-

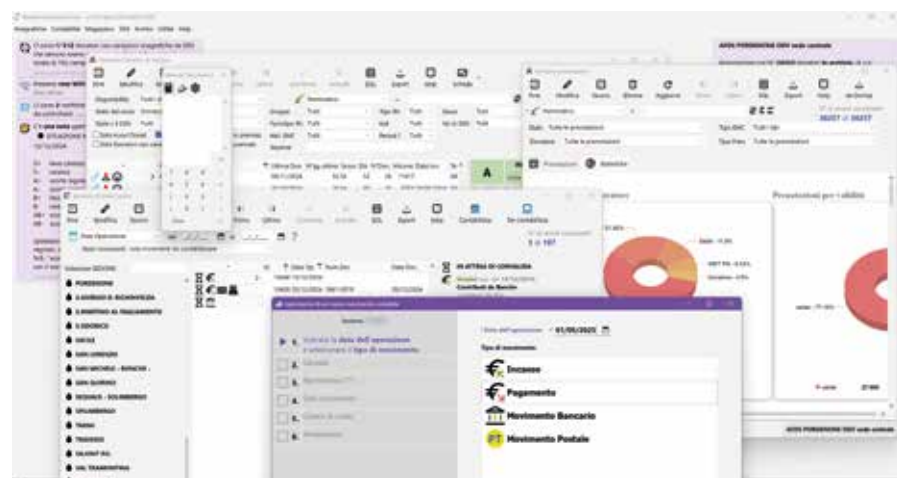
giunte delle funzioni "contabili", una sorta di "prima nota" che agevola le Sezioni nella loro gestione economica, la quale deve rispondere a normative sempre più incalzanti, nonché una funzione "magazzino" per una oculata gestione dei gadget e materiali impiegati nelle attività promozionali.

Con l'avvento della prenotazione generalizzata delle donazioni, adottata negli anni scorsi dai nostri centri di raccolta e divenuta preziosa in epoca Covid, è stato necessario implementare anche la gestione di queste informazioni, in modo che i volontari addetti alle chiamate potessero disporre del quadro completo dei dati necessari per operare efficientemente.

Da ultima, un'implementazione che ha ulteriormente facilitato e reso più sicura l'acquisizione dei dati. Ci sono voluti tempo, impegno e pazienza, perché non è sempre stato facile interloquire con i tecnici di Insiel e GPI, gli operatori che gestiscono il sistema

informatico trasfusionale regionale, ma alla fine i programmatori sono riusciti ad interfacciare i due sistemi. Grazie a ciò l'acquisizione dei dati e l'aggiornamento di GeOn avviene ora in modo automatico, con interventi manuali solo per la soluzione di casi particolari. Recentissima innovazione, realizzata grazie agli ultimi sviluppi del sistema, è l'invio automatico di una email di "ricordo" ai donatori con una prenotazione attiva, alcuni giorni prima della data fissata per la donazione.

Ci auguriamo che questo accorgimento possa essere apprezzato dai nostri donatori e contribuisca a rendere più efficiente il sistema, limitando ulteriormente i "buchi" che anche involontariamente si creano nello svolgimento della raccolta del sangue ed emocomponenti.



IL CONSIGLIO DIRETTIVO INFORMA... IN BREVE



Seduta del 9 settembre 2024

Il consiglio prende in esame l'ordine del giorno dell'imminente assemblea Fidas regionale, che prevede l'approvazione del rendiconto annuale e la revisione dello statuto federativo regionale, precisando il proprio punto di vista sugli argomenti e nominando la delegazione che parteciperà all'adunanza. La seduta prosegue definendo gli aspetti organizzativi del congresso annuale, che si terrà a Campagna di Maniago e l'approvazione del regolamento del concorso "Coppa Dono".

Seduta del 21 ottobre 2024

Riunione congiunta con la consulta dei rappresentanti di zona. Viene esaminato e approvato il programma di un'iniziativa tesa a promuovere l'associazione nelle comunità di Clauzetto e Vito d'Asio. Si procede quindi ad una disamina preliminare dell'organizzazione del congresso nazionale Fidas 2026, e alla nomina di un comitato organizzatore ad hoc. Segue una riflessione sull'opportunità di ricercare nuovi volontari, anche in vista del prossimo rinnovo generale dei consigli direttivi del 2026.

Seduta del 18 novembre 2024

Il consiglio prende in esame l'esito del servizio di distribuzione dell'ultimo numero de Il Dono, affidato parzialmente, in forma sperimentale, ad un operatore privato, deliberando di proseguire per i prossimi numeri con Poste Italiane, in considerazione delle condizioni particolarmente favorevoli riservate al non profit. Segue la valutazione di un preventivo per una gita in Puglia in occasione del congresso nazionale Fidas 2025 e di una proposta economica per il rifacimento di tutti i labari associativi.

Seduta dell'11 dicembre 2024

Il consiglio valuta alcuni preventivi per la pubblicazione di messaggi augurali di fine anno sui giornali locali. Prosegue definendo la delegazione AfdS Pordenone che parteciperà al congresso Fidas Nazionale di Lecce. Esamina quindi della modulistica online finalizzata ad un sondaggio per la ricerca di nuovi volontari e la comunicazione delle iniziative promozionali delle sezioni. Prosegue con l'approvazione del programma delle attività 2025 e la valutazione del progetto provvisorio di chiusura del bilancio 2024 e l'approvazione del contributo ordinario alle sezioni per l'anno 2024.

Seduta del 16 dicembre 2024

Riunione congiunta con la consulta dei rappresentanti di zona. In apertura i rappresentanti di zona relazionano sugli incontri avuti con le rispettive sezioni, anche nella prospettiva del prossimo rinnovo degli organi. Di seguito è stata esaminata la nuova programmazione regionale della raccolta di sangue e plasma 2025, valutando i riflessi che essa potrà avere sull'attività di AfdS Pordenone. Infine è stata presentata una nuova funzionalità del gestionale associativo, che prevede l'invio automatico di promemoria per le donazioni programmate.

L'AGENDA IN PILLOLE

@ AFDS Pordenone – Sede Provinciale

www.afdspn.it



14-16 marzo: partecipazione del Gruppo Giovani AfdS al Meeting nazionale Giovani Fidas a Napoli

12 aprile: assemblea annuale AfdS Pordenone a Maniago

25-27 aprile: partecipazione al 63° Congresso nazionale e 42ª Giornata nazionale del Donatore Fidas a Lecce

19 luglio: premiazione a Pordenone del concorso "Coppa Dono"

3 agosto: "Metti in moto il dono" a Spilimbergo e dintorni: raduno motociclistico orientato alla promozione del dono del sangue



Quello che facciamo
è solo una goccia nell'oceano,
ma l'oceano senza quella goccia
sarebbe più piccolo.

Madre Teresa di Calcutta

AFDS
PORDENONE

•FIDAS•

WWW.AFDSPN.IT | INFO@AFDSPN.IT