



## CALENDARIO DONAZIONI 2016

**OSPEDALE SAN PAOLO**  
**VIA RUDINI, 8 MILANO - TEL. 02 81844209**

Ogni terza domenica del mese e tutti i giorni  
 dalle ore 8.00 alle ore 11.30

<b>15 Maggio 2016</b>	<b>16 Ottobre 2016</b>
<b>19 Giugno 2016</b>	<b>20 Novembre 2016</b>
<b>17 Luglio 2016</b>	<b>11 Dicembre 2016</b>
<b>18 Settembre 2016</b>	

**Ricordiamo che il plasma si dona comunque SEMPRE  
 dal lunedì al venerdì e non è da considerarsi  
 una sostituzione alla donazione ma un incremento!**

## AVIS NOTIZIE

**Hanno collaborato:** Franco Rossi, Pietro Pisati, Dino Gentile, Antonio Tallone, William Artoni, Elisa Orlandini e la giovane Antonella.

**Stampa:** Digiscan Arti Grafiche Srl

**Tiratura:** 1000 copie, distribuzione gratuita.

AVIS via A. Boito, 7 - 20090 Trezzano s/N (MI) - tel./fax 02 4454689

**avistrezzano@inwind.it - www.avistrezzanosn.com**

### Orari di apertura

Sede: lunedì dalle 10 alle 12 e l'ultimo lunedì del mese dalle 21 alle 23,  
 il mercoledì dalle 16 alle 18 e il venerdì dalle 18 alle 20.

Sede di Cusago: via Libertà, apertura su appuntamento il 2°  
 mercoledì del mese dalle ore 21 alle ore 22.30



Comune di Trezzano sul Naviglio  
 IN COLLABORAZIONE CON  
 AVIS E CIRCOLO Q.TR.1 TREZZANO  
 ORGANIZZA

**DOMENICA 22 MAGGIO 2016**

### 5ª EDIZIONE TREZZANO IN CORSA

MARCIA NON COMPETITIVA Km. 6; 9; 15  
 Partenza ore 9,00 da Via G. di Vittorio, 3

QUOTA ISCRIZIONE €5,00 CON RICONOSCIMENTO PER TUTTI

ISCRIZIONI PRESSO:

- SEDE CIRCOLO Q.TR.1 VIA DI VITTORIO 3, DAL LUN. AL VEN. ORE 16/19 E ORE 21/23
- SEDE AVIS VIA BOITO 7, LUN. ORE 10/12; MER. ORE 16/18; VEN. ORE 18/20
- BAR CENTRO FACCHETTI, DAL LUN. AL VEN. ORE 15/22
- 1. PER I GRUPPI ENTRO IL 15-5-2016
- 2. PER I SINGOLI CON LE MODALITÀ GIÀ ESPRESSE, OPPURE ENTRO LE ORE 8,55 DEL GIORNO DELLA PARTENZA

PROGRAMMA E REGOLAMENTO

- ORE 8.15 RITROVO PER RITIRO NUMERO
- ORE 9,00 PARTENZA
- PREMIAZIONE PER I GRUPPI COMPOSTI DA ALMENO 15 ISCRITTI
- MEDAGLIA RICORDO PER TUTTI I BAMBINI
- DURATA MASSIMA ORE, 2,1/2
- N.B ALL'ATTO DELL'ISCRIZIONE, IL PARTECIPANTE, SOLLEVA GLI ORGANIZZATORI DA OGNI RESPONSABILITÀ RIGUARDANTE: IL PROPRIO STATO DI SALUTE E IDONEITÀ FISICA, DANNI CAUSATI DA IMPERIZIA A PERSONE O COSE, MANCATO RISPETTO DEL CODICE DELLA STRADA, PRIMA DURANTE E DOPO LO SVOLGIMENTO DELLA MANIFESTAZIONE

PER INFORMAZIONI Q.TR.1 - 3471765120; AVIS - 3397651918/3398509461  
 UFFICIO SPORT VIA MANZONI 12 TREZZANO S/N. - TEL 02/48418252/253  
 COORDINATE **P** 45°25'356" N; 9°04'111"

PERCORSO  
 CIRCOLO Q.TR.1 TREZZANO SUL NAVIGLIO  
[WWW.COMUNE.TREZZANO SUL NAVIGLIO](http://WWW.COMUNE.TREZZANO.SUL.NAVIGLIO)

CIRCOLO Q.TR.1	AVIS	L'ASS. ALLO SPORT	IL SINDACO
A. D'AMBROSIO	FRANCO ROSSI	VALERIO GRASSI	FABIO BOTTERO

## RECAPITI DIRETTIVO/VOLONTARI

	Telefono	Cellulare		Telefono	Cellulare	
<b>01. Franco Rossi</b>	024453180	3397651918	Presidente	<b>09. Marzo Antonio</b>		Consigliere
<b>02. Artoni Lino</b>		3398006316	Vice Pres. vicario	<b>10. Silvia Mandolesi</b>		Consigliere
<b>03. Pisati Pietro</b>	024459077	3398509461	Amministratore	<b>11. Antonella Carnovale</b>	3398697367	Consigliere
<b>04. Panarelli Vincenza</b>	024450284	3382846224	Segretaria	<b>12. Petruzzelli Rosa</b>	3351664395	Volontario
<b>05. Tallone Antonio</b>		3356222418	Consigliere	<b>13. Baldanzi Miria</b>		Volontario
<b>06. Gentile Mario</b>		3392705899	Consigliere	<b>14. Pace Emanuela</b>		Volontario
<b>07. Orlandini Elisa</b>			Consigliere	<b>15. Bertoli Maria</b>		Volontario
<b>08. Faroni Nunzia</b>		3474329782	Consigliere	<b>16. Canevarolo Ambrogio</b>		Volontario

### Le domande più frequenti!

#### DOVE DONARE?

Specificando Donazione Avis  
 Trezzano s/N-Cusago,  
 Presso Ospedale San Paolo,  
 Via Rudini 8, Milano.

**Donazioni domenicali:** ritrovo in sede

#### QUANDO DONARE?

Tutti i giorni dalle 08.00 alle 11.00  
 e ogni terza domenica del mese

#### A DIGIUNO? NO!

Colazione leggera, ma senza latte.  
 A fine prelievo ti verrà offerta la  
 colazione!

#### Hai dubbi o richieste particolari?

#### Vuoi diventare volontario?

Chiama e rispondono per te:

Franco Rossi: 339.7651918

Pisati Pietro: 339.8509461

Tallone Antonio: 335.622418



Grazie a voi  
 posso continuare a dire #nonmiarrendo



**La Fondazione Telethon**

ringrazia

**Avis Comunale di Trezzano Sul Naviglio**

per aver sostenuto

la ricerca sulle malattie genetiche.

*Luca Faroni*  
 Presidente Fondazione Telethon

# AVISNOTIZIE

## Tutto quello che c'è da sapere

### DONARE SANGUE È SICURO E AIUTA A CONTROLLARE LA SALUTE

- ⚡ Il sangue è una fonte di vita rinnovabile. lo si può donare regolarmente senza alcun danno perchè l'organismo lo reintegra molto velocemente. Le procedure della donazione e dell'utilizzo del sangue raccolto sono molto rigorose e sicure, sottoposte a verifiche di qualità. Ad esempio, tutto il materiale impiegato per la donazione (come aghi e sacche per il contenimento del sangue raccolto) è totalmente sterile e viene usato una sola volta.
- ⚡ Con le donazioni periodiche e regolari, il donatore di sangue ha la garanzia di un controllo costante del proprio stato di salute, grazie alle visite mediche e agli accurati esami di laboratorio eseguiti ad ogni prelievo.
- ⚡ I controlli e le procedure di selezione che i professionisti del sistema sangue regionale mantengono sotto costante attenzione, garantiscono la sicurezza del sangue per chi lo riceve.

### COME SI DONA

- ⚡ Donare il sangue è semplice. Chi intende diventare donatore può recarsi, nei centri di raccolta e nei punti di



## LETTERA DEL PRESIDENTE

Amici donatori eccoci di nuovo in pista. Il 2016 è iniziato in modo più che soddisfacente; Donazioni OK e tutto fa prevedere un nuovo ottimo risultato. Il 20 febbraio 2016 Papa Francesco in piazza S. Pietro ha salutato i volontari donatori AVIS celebrando la giornata per il dono del sangue e della solidarietà a conferma di quanto sia indispensabile la nostra azione altruistica. La nostra sede di Cusago sta ottenendo ottimi risultati e già conta 45 donatori attivi. Il 7 febbraio si è svolta la manifestazione per la premiazione dei donatori, il nostro comune, nella persona del sindaco Fabio Bottero ha inteso premiare, con una pergamena, i donatori che hanno superato le 100 donazioni:

CANEVAROLO AMBROGIO / PARTEGGIANI ALDO / VEZZANI MAURIZIO a loro va il nostro ringraziamento.

Il 29 febbraio si è svolta l'assemblea annuale,debbo notare una scarsa presenza di donatori, forse non si comprende l'importanza dell'evento unico momento per scambiarsi opinioni, critiche e consigli utili per il direttivo. Alla Trezzano in corsa dello scorso anno hanno partecipato 360 atleti vogliamo giungere a 500? è una giornata gioiosa e salutare da trascorrere insieme. Nelle pagine di questo notiziario ho desiderato, in collaborazione con il nostro vice presidente Artoni, inserire delle riflessioni sull'importanza delle donazioni leggetele attentamente per comprendere quanto importante è il volontariato.

Termino augurando a tutti Voi serenità e bene con le vostre famiglie.  
Franco Rossi



## Auguri a tutte le Mamme

raccolta sangue della propria città dove sarà accolto e accompagnato da un medico per un colloquio, una visita e un prelievo del sangue necessario per eseguire gli esami di laboratorio prescritti per accertare l'idoneità al dono.

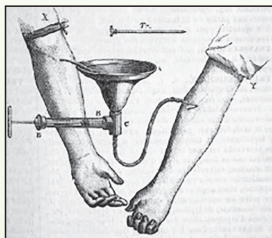
### LA DONAZIONE

- ⚡ È bene non assumere farmaci occasionali (ad esempio un analgesico) il giorno prima della donazione. Le donne che hanno in corso la terapia anti-concezionale non devono sospendere

l'assunzione quotidiana della pillola contraccettiva.

- ⚡ Il mattino della donazione è consigliabile presentarsi a digiuno o dopo aver fatto una colazione leggera con frutta fresca (anche sotto forma di spremuta) the o caffè poco zuccherati, pane non condito.
- ⚡ Prima del prelievo il medico effettuerà una valutazione clinica del donatore (battito cardiaco, pressione arteriosa, emoglobina) e un breve colloquio preliminare alla compilazione e firma del modulo di accettazione e consenso alla donazione.

## LA RACCOLTA DI SANGUE E DI EMOCOMPONENTI: LA STORIA

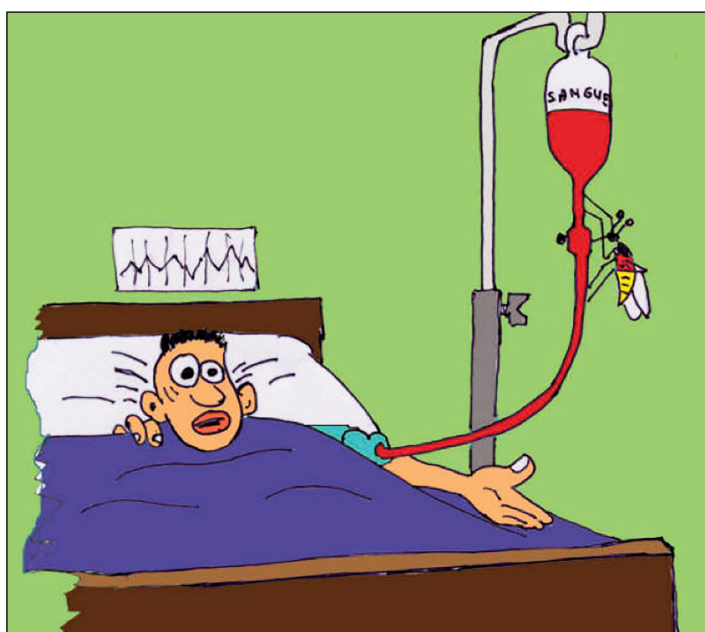


Fin dai primordi della civiltà l'uomo aveva sperimentato come un'emorragia potesse arrecare un danno serio alla salute o anche la morte; si radicò così nella mente di tutti i popoli antichi la convinzione che il sangue fosse la sede della vita. Ritenendo che esso contenesse una forza vitale che agiva con un potere magico, il sangue venne elevato a elemento base di riti magici e pratiche religiose.

Testimonianze archeologiche ci attestano che il sangue veniva offerto agli dei allo scopo di nutrirli della forza vitale che esso conteneva, che quello degli animali sacrificati sull'altare degli dei veniva asperso sui partecipanti al rito per tener lontani i demoni dai loro corpi, che per acquistare o rinnovare la propria forza vitale si beveva o si mangiava la carne sanguinolenta dei sacrifici; talvolta presso certe tribù particolarmente guerriere si facevano sacrifici umani e si beveva il sangue dei nemici uccisi per impossessarsi del loro coraggio o della loro forza.

Plinio il Vecchio e Aulo Cornelio Celso, storici romani, descrivono l'usanza di scendere nell'arena per bere il sangue dei gladiatori morenti, ritenendo che quel sangue appartenuto a uomini forti e coraggiosi fosse particolarmente benefico e che le qualità di chi lo aveva posseduto si sarebbero trasferite in coloro che lo avessero bevuto. Nelle Sacre scritture il sangue occupa un posto preminente, fino a divenire oggetto di culto o ad assumere un ruolo predominante nei riti propiziatori.

Non sappiamo con certezza se, in epoca remota, sia stata tentata una vera trasfusione uomo - uomo o animale - uomo; è certo però che reperti di origine egizia accennano alla pratica della trasfusione di sangue che era inserita nell'ambito delle cure geriatriche prestate al faraone per impedirne l'invecchiamento. Non sappiamo neppure se la trasfusione di sangue avveniva per endovena o per bocca, ma sappiamo che la medicina egizia aveva raggiunto punte di valenza talmente elevate per quei tempi da consentire ai suoi medici di eseguire con successo operazioni al cervello e pertanto non ci stupiremmo se fosse già conosciuta e praticata anche la trasfusione per via endovenosa. Nel papiro di Erbes e nell'Odissea si indica l'immersione di un soggetto in una vasca colma di sangue quale metodo



*Al ladro !!.....al ladro!!!!.....*

per fortificarlo.

Per quasi 2000 anni in Egitto ed altrove il sangue fu considerato il rimedio principe per curare la lebbra.

Sicuramente i due più grandi esponenti della Scuola Alessandrina Erofilo di Calcedonia ed Erdasistrato di Giulide conoscevano l'uso della trasfusione infatti nelle loro opere compare il termine "trasfondere" ma rimane pur sempre il dubbio che la pratica di allora non corrisponda esattamente a quella che conosciamo noi oggi.

Si è conservata anche la testimonianza di un medico egizio che descrive la terapia a cui sottopose il figlio del re Esar-Addon di Assiria (681-669 a.C.), che succedette a suo padre Sennacherib allorché i suoi fratelli Adrammelec e Sareser lo uccisero.

"Il principe, vostro figlio, sta molto meglio; il re, mio signore, può essere felice. A partire dal 22 gli darò sangue da bere, ne berrà per 3 giorni. Per altri 3 giorni gli darò sangue per uso interno". Resta però un mistero che cosa si intendeva con quel "per uso interno".

Il medico egiziano comunque era perfettamente a conoscenza del fatto che il sangue dovesse essere puro e che in caso di malattia era il sangue a diffonderla nel corpo e quindi andava purificato

Nelle "Metamorfosi- libro VII" di Publio Ovidio Nasone si narra della maga Medea che cede alle preghiere di Giasone e consiglia alle figlie del vecchio Pelia di far scorrere nelle vene dell'anziano il sangue di un giovane (a questo passaggio si deve la nozione di "trattamento Medeano per descrivere le trasfusioni sanguigne).

La leggenda vuole che nel 577 a.C. a Roma Tanaquilla, moglie di Tarquinio Prisco V, in un disperato tentativo di salvare la vita al marito, gli fece dono del proprio sangue.

Nel IV a.C. Ippocrate di Cos prescriveva la somministrazione di sangue nel trattamento del "mal caduco", attuale epilessia anche se non è specificato se per ingestione o per trasfusione.

Passano i secoli, la medicina migliora sul piano etico, molto meno sul piano scientifico.

Fino al Medioevo non si hanno altre notizie in merito alle trasfusioni di sangue. In questo periodo, e la pratica si protrarrà fino al secolo scorso, era frequentissima la metodologia opposta: non l'immissione di sangue nuovo ma il suo prelievo; il ricorso al salasso a scopo terapeutico era considerato un vero toccasana; si riteneva infatti che la fuoriuscita di sangue avrebbe liberato gli umori negativi che avevano provocato la malattia. Alternato alle purghe, il salasso veniva effettuato senza alcun criterio e senza alcuna parvenza di igiene. Il medico praticava una semplice incisione in una vena e lasciava uscire mezzo litro od addirittura un litro di sangue con la speranza di liberare il paziente dalla malattia. Spesso questa pratica veniva ripetuta più volte fino a provocare gravi anemie e rendere i malati più deboli e vulnerabili ad altre malattie. Per esempio c'è chi pensa che George Washington, fondatore e primo presidente degli Stati Uniti d'America sia stato salassato così spesso da morire. La pratica del salasso divenne tanto popolare da affidare l'incarico di praticarla ai barbieri la cui insegna a strisce bianche e rosse è nata proprio dall'antica consuetudine di appendere fuori dalla porta del negozio le bende bagnate del sangue che avevano salassato.

Quando fu chiaro a tutti che togliere il sangue non aiutava a guarire nessun malato, i medici incominciarono a pensare che forse poteva giovare il contrario, cioè dare altro sangue ai malati.

Nacque così, o meglio, ritornò in auge, dopo secoli di oblio, la teoria della trasfusione.

Nel 1489 Marsilio Ficino nel "De vita sana, longa et coelesti" pubblicato a Firenze raccomanda ai vecchi di "suggere" il sangue dei giovani allo scopo di ringiovanire. Ma anche in questo caso non è chiaro se trattasi di ingestione o trasfusione.

La prima vera trasfusione di sangue documentata è stata praticata nel 1492 all'allora papa Innocenzo VIII.

*(continua)*

## IN GITA CON AVIS TREZZANO...

### VAL D'AOSTA SAPORI E COLORI: IL CASTELLO DI FENIS

È uno dei più famosi manieri medievali della Valle d'Aosta. Noto per la sua architettura scenografica, con la doppia cinta muraria merlata che racchiude l'edificio centrale e le numerose torri, il castello è una delle maggiori attrazioni turistiche della Valle.

Diversamente da altri manieri della regione, quali Verrès e Ussel, costruiti in cima a promontori rocciosi per essere meglio difendibili, il castello di Fénis si trova in un punto del tutto privo di difese naturali. Questo porta a pensare che la sua funzione fosse soprattutto di prestigiosa sede amministrativa della famiglia Challant-Fénis e che anche la doppia cinta muraria servisse soprattutto in funzione ostentativa, per intimidire e stupire la popolazione.

Il castello di Fénis ha pianta pentagonale; gli angoli hanno

torrette circolari, tranne lo spigolo sud-ovest, che presenta una massiccia torre, e quello sud, dove la torre ha pianta quadrata. Il mastio è racchiuso in una doppia cinta di mura con torrette di guardia collegate da un camminamento di ronda. Si accede al maniero passando attraverso una torre quadrata che aveva una saracinesca per sbarrare l'androne in caso di pericolo.

La visita al pianterreno si sviluppa attraverso la sala d'armi, il refettorio per soldati e servitori, la dispensa e la cucina dotata di un grosso camino.

Si prosegue salendo al primo piano, dove si osservano la cappella con l'annessa sala di rappresentanza, la camera domini, la cucina nobile, la sala da pranzo dei signori e la sala di giustizia.



**DOMENICA 11  
SETTEMBRE 2016**

#### INFO E PRENOTAZIONI PRESSO:

Avis via Boito 7 Trezzano sul Naviglio cell 3397651918  
[WWW.AVISTREZZANOSN.COM](http://WWW.AVISTREZZANOSN.COM)

## INVITO AI NUOVI DONATORI: A TE DICIOTTENNE DEL 2016

Il 2016 è per te un anno molto importante perchè ti dà il benvenuto nella maggiore età, offrendoti diritti e nuove responsabilità. Per questo desidero parlarti di un gesto semplice che puoi compiere a favore della collettività: "la donazione del sangue".

Un gesto utile, poiché diventare "donatore" significa occuparsi degli altri facendo aumentare la disponibilità di "emo-componenti" (globuli rossi, plasma e piastrine) che possono consentire a molte vite di essere salvate.

NON SOLO: diventare "donatore" significa anche occuparsi di se stessi, poiché per donare devi e puoi beneficiare di un piccolo ma serissimo "controllo" sulla tua salute.

Ti comunico l'indirizzo della nostra sede di Trezzano sn Via

Boito, 7 per tue ulteriori informazioni, puoi visionare il nostro sito [www.avistrezzanosn.com](http://www.avistrezzanosn.com).

La donazione si effettua presso il centro trasfusionale dell'Ospedale S. Paolo a cui potrai rivolgerti e dove troverai medici preparati e attenti a quelle persone che, grazie al tuo contributo si rendono completamente utili per difendere salute tua e degli altri.

Conto su di te, con un piccolo gesto puoi fare davvero molto.

**Grazie davvero per l'attenzione.**

**Consiglio direttivo AVIS**

Il Presidente *Franco Rossi* (cell. 339 7651918)

## Comunicazione ACCOUNT Facebook



Il Direttivo della sezione Avis donatori di sangue di Trezzano s/N comunica a tutti i donatori e simpatizzanti Avis, utenti del social network Facebook, che l'account ufficiale della sezione è "Avis Trezzano S N". Chiedeteci la nostra amicizia. Saremo ben grati di concederla.

Visitate il nostro sito: [www.avistrezzano.com](http://www.avistrezzano.com)