

INDICE DI DONAZIONE INDICE DI SALUTE

Una sana alimentazione ed un corretto stile di vita. Poche ma importanti regole per mantenersi in buona salute e poter svolgere al meglio la propria attività di donatore. A questo, secondo recenti studi scientifici, dovrebbe accompagnarsi un monitoraggio del proprio stato di salute da svolgersi almeno due volte l'anno, attraverso una visita medica ed una batteria dei principali esami del sangue. L'occasione per i donatori Avis è veramente a portata di ...braccio.

Nelle nostre statistiche associative troviamo spesso un numero chiamato "indice di donazione" che riporta la media di donazioni fatte in un anno da ogni anno singolo associato. L'indice attuale è 1,8 che pur essendo in linea con i dati della raccolta nella Regione Toscana, siamo convinti presenti ampi margini di miglioramento.

Infatti se togliamo dalla media della raccolta complessiva le donazioni di plasma, che sono abitualmente e tecnicamente più ravvicinate tra loro, l'indice risultante si abbassa notevolmente, mettendo a volte in difficoltà la raccolta del sistema trasfusionale e lasciando senza controllo la propria salute anche per lunghi periodi. L'invito è quindi quello di non lasciare tempi troppo lunghi tra una donazione e l'altra, in particolare per coloro che effettuano abitualmente salassi di sangue intero.

Incrementare la frequenza di donazione permette di aumentare il controllo della propria salute, rispondendo al tempo stesso nel migliore dei modi alle crescenti richieste di sangue ed emoderivati.

1927

Margherita Hack
già guardava le stelle



Nasce l'AVIS

Ci sono date che cambiano il futuro degli uomini

Fai parte anche tu di questo cambiamento.
Diventa donatore di sangue.
Ti aspettiamo nella sede AVIS della tua città.



A piccoli passi
abbiamo scritto la nostra storia
Numero Verde 800 261580

AVIS
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE
www.avis.it/toscana

5 PER MILLE

Grazie, grazie di cuore a tutti coloro che hanno scelto di destinare il 5 x 1000 delle proprie imposte all' Avis Provinciale di Prato. In molti ci hanno confermato che la nostra Associazione è ben radicata nel territorio in cui opera, riconoscendoci anche una serietà ed una affidabilità che negli anni abbiamo cercato di mantenere ed accrescere attraverso le nostre iniziative, le campagne ed il lavoro quotidiano di sensibilizzazione ed accoglienza. Essere tra le prime Associazioni di Volontariato scelte nella Provincia è un risultato lusinghiero che ci fa sentire ancora più motivati ed impegnati nel nostro compito. Donatori, volontari, ex donatori o simpatizzanti : a tutti Voi ancora grazie!



In questo numero

- Lega Italiana Fibrosi Cistica pag. 2
- Bilancio Sociale AVIS pag. 2
- Festa AVIS Montemurlo pag. 3
- Volantini Civili pag. 3
- AVIS per Telethon pag. 3
- Nuova sede a Vernio pag. 4
- Segreteria pag. 4

Buone Feste
Buone Feste
Buone Feste

Buon Natale

La generosità
da buoni
frutti

DIVENTA DONATORE. CONDIVIDI. AGISCI. ORA.
DIVENTA DONATORE.

AVIS

www.avis.it/toscana - toscana@avis.it

Numero Verde
800 261580



Con questo numero del nostro giornalino, apriamo una nuova rubrica, dove diamo spazio alle altre Associazioni, per offrire ai nostri soci un ampio panorama del mondo del Volontariato. Iniziamo con gli amici della

LEGA ITALIANA FIBROSI CISTICA ASSOCIAZIONE TOSCANA ONLUS

L'Associazione Toscana Onlus nasce nel 1985, conta attualmente circa 700 soci. La lotta alla fibrosi cistica è lo scopo e la ragione d'essere dell'associazione attraverso il sostegno alla ricerca, con borse di studio e finanziamenti a progetti di ricerca; il sostegno all'assistenza ed alle cure, attraverso contributi alle strutture di cura l'aiuto diretto a famiglie di pazienti con fibrosi cistica che si trovano in situazioni difficoltà, la sensibilizzazione dell'opinione pubblica e degli operatori sanitari, attraverso iniziative divulgative, di informazione e di aggiornamento.



Segreteria : c/o Centro regionale FC, Ospedale Meyer Via L. Giordano, 13 - 50132 Firenze
tel. e fax: 055.5662513 e-mail: segreteria@toscanafc.it per informazioni: info@toscanafc.it

LA PRESENZA DI AVIS NELLA PROVINCIA DI PRATO: FACCIAMO UN BILANCIO?

Avis Provinciale di Prato e le 6 sezioni comunali che ne fanno parte hanno avviato quest'anno un percorso per la realizzazione del proprio bilancio sociale. Il percorso di formazione e di accompagnamento è finanziato dal CESVOT e curato da Le Reti di Kilim, attuale consulente di Avis Toscana.

Il bilancio sociale, contrariamente a quello che potrebbe far pensare il nome, non è un bilancio contabile, che solo pochi "illuminati" riescono a comprendere, ma è piuttosto un documento che cerca di spiegare, con parole semplici e l'aiuto di immagini e grafici, il ruolo di una organizzazione nel proprio contesto territoriale e la ricchezza sociale che riesce a produrre. Il bilancio sociale di Avis nella provincia di Prato sarà il frutto di un processo partecipato che sta coinvolgendo i membri dei direttivi di tutte le sezioni comunali e dovrà avere la capacità di raccontare correttamente le attività associative e i risultati raggiunti. Le Avis di Carmignano, di Montemurlo, di Poggio a Caiano, di Prato, di Vaiano e di Vernio – insieme al Provinciale – si aggiungono alle Avis comunali di Pisa, Borgo San Lorenzo, Gavorrano e Sarteano che produrranno grazie al percorso CESVOT il proprio bilancio sociale. Allargando gli orizzonti, sabato 17 novembre è stato presentato il terzo bilancio sociale di Avis Toscana riferito al 2006. È stata l'occasione per scambiare esperienze non solo all'interno del mondo AVIS – erano infatti presenti anche il vicepresidente di AVIS Nazionale e il vicepresidente di Avis Veneto – ma anche con altre associazioni quali ANPAS (Associazione Nazionale delle Pubbliche Assistenze) e UISP Toscana (Unione Italiana Sport per Tutti) che hanno di recente realizzato rispettivamente il loro I° e II° bilancio sociale. All'evento ha partecipato anche l'Assessore al Diritto alla Salute della Regione Toscana che ha espresso l'invito a fare del bilancio sociale uno strumento sul quale basare lo sviluppo dell'associazione e la capacità di rispondere in modo sempre più efficace ai bisogni dei cittadini.



LA FIBROSI CISTICA

La fibrosi cistica (o mucoviscidosi) è una malattia genetica, il cui difetto di base consiste nella produzione di una proteina alterata chiamata CFTR. Questa proteina provoca una anomalia nelle secrezioni esocrine dell'organismo, con il risultato di una anormale produzione delle stesse, che sono dense e viscosi. La presenza di queste secrezioni anormali determina un danno progressivo degli organi coinvolti, i più interessati sono i polmoni e l'apparato gastroenterico. In Italia circa un bambino su 2000 nati è colpito da questa affezione. Dal punto di vista clinico, la fibrosi cistica è una malattia cronica evolutiva: ciò significa che la persona che ne è affetta ha la malattia per tutta la vita. Ad oggi non esiste una cura e la vita media è intorno ai 33 anni.

Grazie ai progressi della ricerca questa si sta allungando e oggi quasi il 50% dei pazienti raggiunge l'età adulta. Di fatto oggi non esista una cura. Il trapianto di polmone può aiutare ad allungare la vita del malato. La CF è una di quelle malattie che potrà trarre, un giorno, giovamento dalle terapie geniche. Nel 2003, ricercatori americani sulle cellule staminali hanno dimostrato che il sangue – e il midollo – derivati da trapianti di cellule staminali umane si risolvono in una spontanea rigenerazione del tessuto polmonare danneggiato. Questa scoperta, col tempo, potrà avere un enorme impatto sulla cura di molte devastanti malattie epatiche, ed anche la fibrosi cistica.

CALENDARI 2008

Oltre a quegli tradizionali, sono disponibili in sede i calendari formato carta di credito 2008. **Quando vieni a donare, prendine qualcuno ed usalo come mezzo di sensibilizzazione alla donazione per parenti ed amici. Farai un omaggio ai tuoi conoscenti e ci aiuterai a crescere**

Membro		www.avis.prato.it	
AVIS		800-261580	
INTERVALLI MINIMI TRA DUE DONAZIONI			
Sangue o multipla	Sangue o multipla	90 gg. uomini	180 gg. donne
Sangue o multipla	Plasmaferesi	30 giorni	
Plasmaferesi	Sangue o multipla	14 giorni	
Plasmaferesi	Plasmaferesi	14 giorni	

N.B.: Salvo diversa indicazione del medico trasfusionista.
Per assunzione di farmaci, vaccini, piercing, tatuaggi, endoscopia e interventi chirurgici, ci sono dei periodi di sospensione dalla donazione: per qualsiasi dubbio o informazione telefona allo 0574 23793.

Un donatore libera l'altro.		Sezione di Prato - Tel. 0574 23793	
Genotipo	Febbraio	Marzo	Aprile
1	10 22 28	10 16 22 28	7 14 20 26
2	10 22 28	10 16 22 28	8 15 21 27
3	10 22 28	10 16 22 28	9 16 22 28
4	10 22 28	10 16 22 28	10 17 23
5	10 22 28	10 16 22 28	11 18 24
6	10 22 28	10 16 22 28	12 19 25
7	10 22 28	10 16 22 28	13 20 26
8	10 22 28	10 16 22 28	14 21 27
9	10 22 28	10 16 22 28	15 22 28
10	10 22 28	10 16 22 28	16 23 29
11	10 22 28	10 16 22 28	17 24 30
12	10 22 28	10 16 22 28	18 25 31
13	10 22 28	10 16 22 28	19 26 31
14	10 22 28	10 16 22 28	20 27 31
15	10 22 28	10 16 22 28	21 28 31
16	10 22 28	10 16 22 28	22 29 31
17	10 22 28	10 16 22 28	23 30 31
18	10 22 28	10 16 22 28	24 31 31
19	10 22 28	10 16 22 28	25 31 31
20	10 22 28	10 16 22 28	26 31 31
21	10 22 28	10 16 22 28	27 31 31
22	10 22 28	10 16 22 28	28 31 31
23	10 22 28	10 16 22 28	29 31 31
24	10 22 28	10 16 22 28	30 31 31
25	10 22 28	10 16 22 28	31 31 31

AVIS MONTEMURLO LA PREMIAZIONE DEI SOCI BENEMERITI

Sono tanti i soci benemeriti che sono stati premiati domenica 14 ottobre, alla Sala Polivalente "Cristiano Banti", a Montemurlo. Infatti sono stati ben 108 soci, uomini e donne di tutte le età, ai quali è stato riconosciuto il loro prezioso contributo dato in questi anni, per promuovere attivamente la donazione del sangue e tutelare il diritto alla salute dei cittadini, ma anche per la diffusione della cultura e della solidarietà intese come valori fondanti del vivere civile.

Si tratta di persone normalissime che periodicamente compiono il semplice ma importante gesto di "rimbocarsi" le maniche e porgere il braccio. Molti altri possono farlo ed il nostro caloroso invito va a tutti i soci, affinché sensibilizzino amici e conoscenti, perché anche loro diventino donatori.

Sono stati distribuiti i diversi distintivi (rame,



argento, argento dorato, oro, smeraldo, rubino), secondo la quantità di donazioni e l'anzianità di iscrizione all'associazione.

Senza voler sminuire l'importanza del sostegno di tutti i premiati, sono in ogni caso da sottolineare i due distintivi RUBINO, distribuiti al Presidente della Sezione, Giancarlo Casaioli, e ad Angelo Anticaglia, ed il distintivo SMERALDO, assegnato a Gerardo Cinelli.

Alla premiazione erano presenti il presidente AVIS provinciale, Luciano Innocenti, ed il sindaco di Montemurlo, Ivano Menchetti, che ha portato il saluto dell'Amministrazione Comunale, riconoscendo l'importanza del lavoro dell'AVIS e dei suoi soci.

Durante la manifestazione è stato presentato a tutti i partecipanti, le caratteristiche principali del progetto di redazione del bilancio sociale AVIS a livello provinciale, da parte di Maurizio Catalano, curatore del progetto stesso.



AVIS & TELETHON

Anche quest'anno l'AVIS è partner istituzionale di Telethon, per promuovere la raccolta fondi per finanziare la lotta contro le malattie genetiche, sviluppare negli italiani la cultura della donazione e fare comunicazione sulla ricerca genetica e sull'importanza della raccolta di sangue.

La Sezione di Vernio raccoglierà le oblazioni presso il **gazebo AVIS** l'8 e il 9 Dicembre a Mercatale.

La Sezione di Vaiano organizzerà all'inizio del prossimo anno un **pranzo di raccolta fondi**, presso la Sartoria dell'AUSER.

Inoltre, come negli anni passati continuerà la collaborazione con la Banca Nazionale del Lavoro: il nostro **Gruppo Ciclistico AVIS Verag** parteciperà, il 15 Dicembre, come società organizzatrice insieme a BNL, al **"9° Raduno Cicloturistico della Solidarietà" - 5° Memorial "Aldo Gambacorti"**. Il Trofeo "A. Gambacorti", in ricordo del nostro socio e consigliere, fondatore del Gruppo ciclistico AVIS Verag, verrà assegnato alla Società con il maggior numero di iscritti.

Infine verrà attivato il nostro **punto di propaganda Avis** all'interno di BNL, nei giorni 14 e 15 Dicembre in collaborazione con il **Gruppo donatori AVIS BNL**.

Io sto con Telethon

Faccio parte dell'Associazione Volontari Italiani Sangue. Anche quest'anno, insieme all'AVIS, voglio dare il mio contributo alla sfida di Telethon contro le malattie genetiche. È bello far parte di una grande squadra e battersi per una importante missione. Puoi farlo anche tu. Unisciti a noi...

www.telethon.it

DUE NUOVE RECLUTE PER L'AVIS

I volontari del servizio civile si raccontano per noi

Dal primo di ottobre sono entrati in forza all'AVIS i due nuovi volontari del servizio civile: Vittoria e Gianluca. Dovrete sopportarli per un anno intero ma non vi preoccupate, non sarete gli unici, viene infatti riproposto quest'anno un progetto che con i precedenti volontari ha avuto molta fortuna "Il Dono Nello Zaino". Vittoria e Gianluca dovranno infatti girovagare per le scuole della nostra città (soprattutto nelle ultime classi delle superiori) per promuovere il dono del sangue ed un corretto stile di vita attraverso incontri con le classi, visite al centro trasfusionale e punti informativi periodici. Sarà uno scambio di esperienze tra coetanei, senza intermediari, con lo scopo di stimolare nei ragazzi senso civico e solidale. Ma vediamo di conoscere un po' meglio i protagonisti di quest'avventura con una simpatica intervista doppia...



Nome?

Vittoria
Gianluca

Età?

Vittoria - 19
Gianluca - 21

Hobbies?

Vittoria - Musica rock, viaggiare, moto, scout e piante carnivore!
Gianluca - Cinema, musica e purtroppo il calcio...

Studi?

Vittoria - Non ancora, ma ricomincerò presto!
Gianluca - Sì, giornalismo a Firenze

Perché proprio l'AVIS?

Vittoria - Per superare la fobia degli aghi, e ci sto riuscendo!
Gianluca - Perché non poteva essere altrimenti, in famiglia sono tutti donatori...

Quale pensi che sia il messaggio più importante da trasmettere ai ragazzi?

Vittoria - Che il sangue non si fabbrica, si dona
Gianluca - Che si può essere donatori responsabili e divertirsi allo stesso tempo

Cosa ti aspetti da questo servizio civile?

Vittoria - Una consapevolezza maggiore sul significato di cittadinanza attiva e responsabile
Gianluca - Di fare una nuova esperienza lavorativa e di conoscere molte persone

Manda un saluto ai lettori.

Vittoria - Hasta luego
Gianluca - Bye Bye

SEGRETERIA



- ◆ **sms e e.mail - la "nuova frontiera" della chiamata dei donatori**
Stiamo iniziando ad effettuare le nostre chiamate per la donazione di sangue e plasma anche a mezzo sms sui cellulari e posta elettronica. Aiutateci a raggiungerci meglio ! Per favore comunicate i vostri recapiti cellulari e e.mail e le eventuali variazioni alla segreteria. Grazie !!
- ◆ **www.avis.prato.it: avete visitato il nostro sito ???**
lo abbiamo rinnovato e stiamo cercando di renderlo sempre più aggiornato e interessante, grazie per i vostri consigli e suggerimenti
- ◆ Per ottimizzare la gestione della raccolta di plasma e multicomponent vi preghiamo di voler comunicare immediatamente alla segreteria gli eventuali impedimenti e variazioni sugli appuntamenti presi per la donazione.
- ◆ Si ricorda l'importanza delle dichiarazioni per l'idoneità alla donazione e dell'identificazione dei donatori: per un maggior controllo sulla salute del donatore è importantissimo cogliere l'occasione della visita medica per chiarire col medico trasfusionista qualsiasi dubbio sul proprio stato di salute.
A questo proposito, per un puntuale aggiornamento della cartella sanitaria e per una migliore valutazione da parte del personale medico, si pregano i donatori di portare, in occasione della donazione, i risultati delle eventuali analisi fatte esternamente al Centro trasfusionale.
- ◆ Si ricorda che, in occasione della donazione, è possibile accedere, dalle ore 08,00 alle ore 10,30, al parcheggio interno, gratuito, dell'Ospedale, dietro presentazione del tesserino AVIS, si raccomanda di parcheggiare negli appositi spazi per evitare di incorrere nella rimozione forzata.
- ◆ Per poterci dedicare con una migliore attenzione ai donatori, preghiamo tutti i soci, nei limiti del possibile, di effettuare le chiamate telefoniche alla segreteria, dalle ore 10,00 in poi, cioè fuori dall'orario di donazione.
- ◆ **AVIS news** è uno strumento di informazione della Sezione Provinciale, un foglio notizie mensile disponibile presso la sede di via Sant'Orsola ed inviato a chi ne fa richiesta per posta elettronica. Se vuoi ricevere le news mensili via posta elettronica, invia una mail con "AVIS NEWS SI" a: prato.provinciale@avis.it

SEDE AVIS VERNIO

Dopo 33 anni di vita, l'AVIS di Vernio ha finalmente una sede propria

Nell'anno 1974 si costituisce la Sezione A.V.I.S. di Vernio. Fu fortemente voluta da alcuni cittadini che furono il Dott. Zanni Ubaldo il Cav. Pucci Ugo e il Dott. Marchi Romeo che una sera a cena al Ristorante Le Maschere hanno dato vita alla Sezione Di Vernio e Cantagallo. Allora con pochi donatori ma nel corso degli anni sono sempre aumentati e ora conta circa 180 donatori.

In tutti questi anni la Sezione AVIS non ha mai avuto una sede propria in cui trovarsi, forse perché le cose andavano bene anche così.

Per quelle poche volte che il consiglio a quei tempi si riuniva, le riunioni venivano fatte in casa del Presidente in carica al momento.

Poi si presentò l'occasione di avere l'uso di un piccolo locale nella Sede della C.R.I. Ma ultimamente questa ha avuto bisogno di riappropriarsi del locale a suo tempo assegnatoci, per lavori di ristrutturazione.

Abbiamo quindi interpellato le Ferrovie che hanno dato in gestione i locali della Stazione, che erano una volta adibiti a sale d'attesa e altro, al Comune per affidarle alle associazioni locali.

E' così che la nostra l'AVIS a ottenuto una stanza in cogestione col gruppo Trecking. Per noi è stata una grande conquista, che si è concretizzata con l'inaugurazione tenutasi il 27/10/2008 con la presenza di autorità dell'AVIS, Civili, Militari, Ecclesiastiche, donatori e simpatizzanti.

Nelle foto alcuni momenti della inaugurazione, preceduta dalla presentazione del progetto di redazione del nostro bilancio sociale AVIS a livello Provinciale.



HAI DIFFICOLTA' A DONARE DURANTE LA SETTIMANA?

RICORDATI DELL'APERTURA

DOMENICALE E DELLE GIORNATE DI RACCOLTA

Vi ricordiamo il calendario delle prossime aperture domenicali del Centro Trasfusionale e delle uscite di raccolta esterne fino al maggio del 2008, salvo variazioni che verranno tempestivamente comunicate a mezzo stampa:

- 20.01.08 PRATO Apertura del Centro Trasfusionale di via Sant'Orsola
- 27.01.08 VERNIO Presso il Distretto dell'Azienda USL 4 Via del Bisenzio 50
- 17.02.08 PRATO Apertura del Centro Trasfusionale di via Sant'Orsola
- 09.03.08 MONTEMURLO Presso la Croce d'Oro Via Bicchieraia 6
- 16.03.08 VAIANO Presso il Distretto dell'Azienda USL 4 Via Valbisenzio
- 16.03.08 PRATO Apertura del Centro Trasfusionale di via Sant'Orsola
- 30.03.08 COMEANA Presso la Pubblica Assistenza "L'Avvenire" Piazza Cesare Battisti 12
- 20.04.08 POGGIO A CAIANO Presso il Distretto dell'Az. USL 4 Via Cioppi 33/a
- 20.04.08 PRATO Apertura del Centro Trasfusionale di via Sant'Orsola
- 11.05.08 VERNIO Presso il Distretto dell'Azienda USL 4 Via del Bisenzio 50
- 18.05.08 PRATO Apertura del Centro Trasfusionale di via Sant'Orsola

CONTATTATECI ! CONTATTATECI ! CONTATTATECI ! CONTATTATECI !

AVIS via Sant'Orsola 19/a 59100 Prato - tel. 0574 23793 - fax 0574 611039
e.mail: prato.provinciale@avis.it - prato.comunale@avis.it - <http://www.avis.prato.it>