

Speciale Sport

AVIS

Notiziario ai soci

ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI DEL SANGUE - SEZIONE DI BORGOMANERO

DIRETTORE: ALESSANDRO BACCHETTA - Direzione: via Mons. Cariglio, 5 - 28021 Borgomanero (NO) - Diffusione gratuita - Autorizzazione Tribunale Novara n. 230/1971 PO-STE ITALIANE spa - Spedizione in A.P. - D.L.L. 353/2003 (eConv. in L. 27/02/2004 n. 46 Art. 1 Comma 1) - Aut. DCB/ACB - NAO/Noarona - Stampa: Kartografica TOCE - Anzola (VB)



Ai nostri donatori...
GRAZIE!

SPORT E AVIS

pag. 3

AVIS GIOVANI:
BEACH VOLLEY

pag. 4



AVIS A PIEDI

S.Cristina - S.Croce - Cureggio

AVIS A PEDALI

S.Cristina - Maggiore

AVIS E ALTRI SPORT

Borgomanero e il
Torneo Multidisciplinare

Donazione di sangue: un atto di solidarietà

Il 14 giugno si è celebrata la Giornata Mondiale del Donatore 2018.

Istituita nel 2004 in onore della data di nascita del premio Nobel per la medicina Karl Landsteiner, medico americano di origini austriache, che scoprì i gruppi sanguigni nel 1900, questa iniziativa è diventata un'occasione per sottolineare il grande valore sociale e umano di tale gesto e per ribadire l'importanza di garantire ovunque la disponibilità di donazioni gratuite, periodiche, anonime e associate. "Be there for someone else. Give blood, share life" (in italiano "Sii disponibile per qualcun altro. Dona sangue e condividi la vita"): questo lo slogan scelto dall'Organizzazione Mondiale della Sanità per la Giornata Mondiale del Donatore 2018.

Il tema della campagna di quest'anno è la donazione di sangue come azione di solidarietà. Sottolinea i valori umani fondamentali di altruismo, rispetto, empatia e gentilezza che ne sono alla base e sostengono un sistema di donazioni volontarie e non remunerate. Lo slogan "Esserci per gli altri. Dona il sangue, condividi la vita" vuole attirare l'attenzione sul ruolo che un sistema di donazioni volontarie gioca nell'incoraggiare le persone ad aver cura le une delle altre e a generare legami sociali e una comunità unita. A livello globale sono 112,5 i milioni di donazioni di sangue effettuate ogni anno. Circa la metà di queste donazioni proviene da Paesi ad alto reddito, dove vive solo il 19% della popolazione mondiale. Nelle aree in via di sviluppo, fino al 65% delle trasfusioni di sangue viene somministrato a bambini di età inferiore ai 5 anni. Nelle nazioni ad alto reddito, il 76% di tutte le trasfusioni riguarda cittadini con più di 65 anni di età. Il tasso di donazione ogni mille abitanti è di 32,1 nei Paesi ad alto reddito, 14,9 in quelli a reddito medio-alto, 7,8 a reddito medio-basso e 4,6 nelle nazioni a basso reddito. In oltre 70 Paesi più del 50% del sangue donato proviene da familiari o donatori retribuiti. In Italia continua a calare il numero dei donatori di sangue anche nel 2017. Lo evidenziano i dati raccolti dal Centro Nazionale Sangue e presentati, insieme a una campagna di sensibilizzazione realizzata con il Coordinamento delle Associazioni di volontari del dono del sangue, lo scorso 12 giugno 2018 a Roma. Secondo le cifre presentate i donatori lo scorso anno sono stati poco più di un milione e 680mila, in calo di 8mila unità rispetto al 2016, di cui 304mila nuovi. Il calo continua dal 2012, anno "di picco" con quasi un milione e 740mila donatori registrati. Se si guarda come è composto

- PRESSO SIMT BORGOMANERO -**Domenica 9 settembre:**

SORISO, GARGALLO, BOCA E CAVALLIRIO, GOZZANO, PELLA, SAN MAURIZIO, POGNO.

Domenica 14 ottobre:

BORGOMANERO, GATTICO, FONTANETO, SANTA CROCE, SAN MARCO, VERUNO.

Domenica 11 novembre:

ALPINI, BRIGA NOVARESE, CUREGGIO, SANTA CRISTINA, SANTO STEFANO, BOLZANO NOVARESE, MAGGIORA.

Domenica 9 dicembre:

SORISO, GARGALLO, BOCA E CAVALLIRIO, GOZZANO, PELLA, SAN MAURIZIO, POGNO.

Ogni terzo sabato del mese possibilità di effettuare plasmaferesi su appuntamento

il popolo dei Donatori si vede che il 31% è donna, e la fascia di età in cui sono più numerosi è quella 46-55 anni, il 29% del totale, e quelli tra 36 e 45, il 26%. Il 13% ha tra 18 e 25 anni. Nel 2017 sono state effettuate oltre tre milioni di donazioni (3.006.726 per la precisione), trentamila in meno rispetto all'anno precedente. Attraverso le donazioni in aferesi è stato possibile invece raccogliere quasi 830mila chili di plasma, indispensabile per la produzione di una serie di farmaci salvavita, con un aumento dell'1,8% rispetto al 2016. Grazie al sistema sangue italiano, che si basa totalmente sulla donazione volontaria e non remunerata, sono state effettuate oltre 637mila trasfusioni, per interventi chirurgici o terapie di malattie come la talassemia. Le trasfusioni di globuli rossi sono in leggero calo grazie anche alle tecniche di Patient Blood Management, fortemente supportate dal Ministero della salute, anche con provvedimenti normativi, che permettono di ottimizzare l'utilizzo delle unità di sangue e migliorare i risultati in termini di salute per i cittadini. Dobbiamo cercare di fare di più. Dobbiamo sempre più ringraziare le persone che donano sangue e incoraggiare chi non

ha ancora donato sangue ad iniziare a farlo. Dobbiamo aumentare la consapevolezza che la donazione di sangue è una azione altruistica che dà benefici a tutta la società e che una fornitura adeguata di sangue può essere assicurata solo attraverso donazioni volontarie e non remunerate. Dobbiamo attirare l'attenzione sulla donazione come espressione della partecipazione di una comunità al sistema sanitario, e far capire l'importanza di questa partecipazione nel mantenere disponibilità sufficienti, sicure e sostenibili di sangue. Dobbiamo promuovere i valori della comunità dei donatori per aumentare la solidarietà e la coesione sociale, e per incoraggiare le persone ad aver cura le une delle altre. Dobbiamo far sì che questo atto di solidarietà sia pratica sempre più diffusa. I donatori sono, infatti, sempre meno e la loro età media aumenta. Dobbiamo lavorare insieme, associazioni e istituzioni, con le scuole e con le università, per promuovere la donazione soprattutto tra i giovani, cogliere la loro disponibilità ed essere capaci di andargli incontro.

Franco Cerutti

COMITATO DI REDAZIONE

DIRETTORE Alessandro Bacchetta

COORDINATRICE Marina Guidetti

COLLABORATORI: Fabrizio Bui, Dino Ingaramo, Edy Miglio, Franco Cerutti, Chiara Rubinelli, Elvis Rosset, Sara Bressan, Dennis Cova, Valentina Poletti, Fasola Leonardo, Serena Dall'Ara, copertina realizzata con la collaborazione degli studenti del 1 anno della ACME di Novara sotto l'egida del professor Alfredo Ghidelli.

Forse sarà perché anche lo sport, come l'Avis, ha alla base un buon livello di motivazione e impegno ed è legato strettamente alla salute, ma è allo stesso tempo caratterizzato da un entusiasmo e una leggerezza che si esprimono poi nella voglia di fare semplicemente qualcosa di bello insieme. Sta di fatto che spesso e da anni, il connubio Avis e sport non è mai venuto meno. Anche su queste pagine diamo conto di tutte le iniziative in cui le nostre Avis si mettono in prima linea a livello organizzativo oppure offrono il proprio patrocinio in manifestazioni sportive.

Ecco due importanti eventi sportivi a cui ha partecipato l'Avis negli ultimi mesi.



GIRO D'ITALIA 2018

Anche l'ultimo Giro d'Italia, una delle manifestazioni sportive più seguite dagli italiani, che ha unito quest'anno Gerusalemme e Roma, ha visto la presenza dell'Avis, in modo particolare nelle città o paesi toccati dal Giro. Diverse sedi Avis, in collaborazione con i comitati locali di tappa, hanno infatti organizzato eventi di sensibilizzazione. Tra queste citiamo Roma, Susa, Santa Ninfa, Caltagirone, Gualdo Tadino e Osimo.

L'Avis di San Vito al Tagliamento (PN) ha anticipato il Giro attraverso eventi di promozione in piazza, svolti nei giorni precedenti il passaggio dei corridori. È stata l'occasione per incontrare le tante persone che sempre affollavano il percorso. Le Avis locali hanno distribuito gadget offerti da Avis Nazionale, come è accaduto a Caltagirone, prima sede che è stata raggiunta il 9 maggio.

NUOTO PARALIMPICO

Un importante esordio "sportivo" per l'Avis è stata la partecipazione alla Coppa del mondo di nuoto paraolimpico. Si



tratta della prima volta che un evento così rilevante viene organizzato in Italia.

Si è svolto a Lignano Sabbiadoro (UD), dal 24 al 27 maggio e ha visto la presenza dei volontari delle Avis di Lignano, di Avis e Aido Bibione e i ragazzi del Servizio Civile di Avis regionale Friuli Venezia Giulia. Durante le competizioni del Campionato i volontari si sono impegnati a fondo per dare informazioni sulla donazione del sangue tra il pubblico, allo stand informativo e distribuendo gadget e materiale di sensibilizzazione.

Questa manifestazione sportiva è stata un successo con oltre mille spettatori, 437 atleti totali, metà italiani e metà stranieri provenienti da ben 30 nazioni diverse.

Il nuoto paraolimpico è cresciuto molto negli ultimi anni, portando a casa ottimi risultati a livello internazionale, con una numerosa serie di medaglie vinte all'estero tra Funchal e Città del Messico, per citare solo due esempi. È stata grandissima la soddisfazione di aver potuto gareggiare in Italia a questi livelli e aver ottenuto al Campionato mondiale il primo posto nel medagliere generale.

Per concludere, qualche consiglio su sport e donazione di sangue.

Grazie allo stato di buona salute mantenuto dall'attività fisica costante, associato spesso da una regolare e sana alimentazione, gli sportivi sono senz'altro degli ottimi potenziali donatori di sangue.

È necessario tuttavia distinguere tra attività fisica moderata e agonistica.

Se si praticano sport nel tempo libero, l'eventuale donazione di sangue intero richiede una giornata o due di riposo.

È diversa la questione dell'atleta che pratica sport a livello professionistico o semiprofessionistico, si allena quotidianamente e partecipa a competizioni ufficiali

molto vicine l'una all'altra.

Sotto sforzo e soprattutto nei primi giorni dopo il prelievo, la diminuita capacità di trasporto dell'ossigeno (legato all'emoglobina dei globuli rossi) produce i suoi effetti sull'atleta: si percepisce maggiore fatica e la prestazione può calare significativamente.

Va detto che soggetti sani e giovani sottoposti da anni a sforzi fisici per l'attività atletica praticata, possiedono un organismo abituato allo stress fisico e reso forte proprio da quest'ultimo. Ci sono difatti diversi sportivi nazionali che donano sangue da anni, pur effettuando costante attività sportiva. Nelle 2-3 settimane successive alla donazione, l'atleta professionista dovrebbe evitare nuove gare, monitorare la propria condizione fisica, evitare sforzi eccessivi e non pretendere le stesse performance precedenti la gara.

L'ottima notizia è che non esistono invece controindicazioni per le donazioni di plasma, né per gli sportivi amatoriali né per quelli agonisti. In questo caso si consiglia solo di bere molto nelle 24-48 ore successive al prelievo di plasma.

a cura di Chiara Rubinelli

ATTIVITÀ FISICA E SALUTE

All'attività fisica è perfino dedicata in tutto il mondo una giornata: il 6 aprile si è celebrata la Giornata Mondiale dell'Attività Fisica, che ha avuto come slogan "sii attivo ogni giorno!". È proprio questo l'invito rivolto dagli esperti: muoversi aiuta a mantenersi in salute e a migliorare la qualità della vita. Non serve essere campioni in qualche sport, ma basta svolgere per almeno mezz'ora al giorno attività come giocare, camminare, fare i lavori domestici, ballare, portare a spasso il cane.

La sedentarietà sembra essere diffusa soprattutto tra gli adolescenti italiani: uno studio dell'Istituto Superiore della Sanità riporta che l'85% delle ragazze di 15 anni sarebbero inattive. È importante invece cercare di muoversi per aiutare a prevenire malattie come diabete e cancro e ridurre il rischio di depressione e demenza. L'attività fisica inoltre migliora sonno e umore e contribuisce a favorire la socializzazione e a controllare il peso.

GRUPPO GIOVANI - BEACH VOLLEY EDIZIONE 2018

Con l'avvicinarsi dell'estate e torna puntuale l'appuntamento con il torneo di beach volley promosso dal gruppo giovani dell'Avis Sovracomunale di Borgomanero, giunto oramai alla sua 8^a edizione.

Domenica 17 giugno si è rinnovato il gemellaggio tra l'associazione dei donatori di sangue e la polisportiva Si-sport di Santo Stefano presso il centro sportivo "Casetta" di Borgomanero, dove è andato in scena il torneo 3x3 misto che ancora una volta unisce sport e solidarietà. Nel periodo estivo la carenza di sangue si fa sentire in modo particolare e l'iniziativa promossa da Avis rientra nelle diverse attività di sensibilizzazione rivolte specialmente ai giovani, che per stili di vita e abitudini sono i più lontani dal gesto della donazione di sangue.

Dodici le squadre partecipanti che si sono date battaglia sulla sabbia:

La Casetta (Lavis Ruzza, Chiara e Marco Valsecchi), Meglio la lega (Emanuele Palermo, Francesca Cristina, Luca e Giovanni Sacchi), I koalizzati (Daniela Ferrari, Debora Platinetti, Fabio Ravizzotti e Roberto Cerutti), Belli pauri (Diego e Fabio Giordano, Marcella Vicario), Black ice (Simone, Sonia e Sara Zanetta, Federico Cerutti), Cristall Ball (Stefano Iseppato, Alessandra Riganti, Samantah e Linda Coccimiglio), Cugini di campagna (Lele Adami, Anna Marone e Luca Cerutti), The crickets (Paolo Andreini, Marco Gramegna, Laura Mazzucchelli e Caterina Bosetta), Arena blanka (Marco Guidetti, Luca Trevisan, Andrea Lavarini, Cristina Zanetta), Gli emenems (Alessandro Palermo, Michele Rossari, Roberta Fornara), Banana split (Matteo Erbetta, Andrea Becchi e Silvia Fornara) e infine i No rep (Emanuele Bizzotti, Luca Colonna, Martina Ciancaleoni e Marcello Poletti).

Dalle ore 9,30 alle 19 è stato un continuo susseguirsi di incontri. Dopo le fasi a gironi eliminatori, le vincitrici di ogni girone hanno disputato i quarti di finale e le semifinali per accedere allo scontro decisivo.

Al termine della giornata ha trionfato la formazione dei Cugini di campagna per 2-0 (21-18; 21-11) su Meglio la lega.

Terzo posto per i Belli pauri seguiti dai No rep. Premi individuali a Luca Cerutti (miglior giocatore) e Marcella Vicario (miglior giocatrice).

A tutti i partecipanti è stata regalata una maglietta con il logo del gruppo giovani dell'Avis.

Dennis Cova



Cugini di campagna - 1° classificato



Meglio la lega - 2° classificato



Belli pauri - 3° classificato



No rep - 4° classificato



Luca Cerutti - miglior giocatore



Marcella Vicario - miglior giocatrice



AVIS A SCUOLA

Avis Borgomanero anche quest'anno ha organizzato gli incontri con i giovani po-

tenziali donatori diciottenni nelle scuole. Novità sono state le idoneità organizzate direttamente all'interno della scuola, grazie alla disponibilità dei medici e delle infermiere del Simt.

Un primo incontro si è tenuto il 19 aprile con i ragazzi dell'Itis e del don Bosco. Circa una trentina i nuovi potenziali donatori che si sono messi a disposizione per il prossimo.



Gli aspiranti donatori...



... e il tavolo prelievi

PROGETTO BENESSERE ALL'ISTITUTO DON BOSCO

Anche quest'anno si è svolto il progetto benessere ai campi sportivi dell'Istituto Don Bosco, una manifestazione dedicata alla sensibilizzazione degli studenti alla donazione di sangue.

Hanno partecipato alcuni istituti di Borgomanero e dintorni. I partecipanti si sono sfidati in alcune attività multidisciplinari. Alla premiazione, oltre alla rappresentante del consiglio e della giunta comunale, *Segue a pag. 6*



Un momento del gioco



Le squadre maschili



e quelle femminili

BORGOMANERO

PROGETTO BENESSERE ALL'ISTITUTO DON BOSCO

Segue da pag. 5

ha partecipato anche il dottor De Marti-

no, medico della Simt di Borgomanero, che ha evidenziato l'importanza del dono di sangue per far fronte all'emergenza del nostro ospedale. Avis Borgomanero ha sponsorizzato l'evento offrendo le maglie indossate dagli atleti. Un complimento va agli atleti e ai professori che hanno

organizzato l'evento in maniera impeccabile, auspicando che manifestazioni del genere possano essere ripetute affinché i giovani sappiano quanto è doveroso, da parte di chi è in buona salute, offrire il proprio sangue per aiutare chi è in difficoltà.



Le squadre maschili

e quelle femminili

CENA CON DELITTO

Avis Borgomanero in collaborazione con la neonata associazione Pandora

capitanata dal presidente e professore Corrado Maio, con la fondamentale partecipazione di Oplà, la compagnia teatrale, ha organizzato una cena con delitto tema "I vampiri", protagonisti

indiscussi dell'opera messa in scena la sera del 12 maggio. La cena ha contato circa 120 commensali che tra una portata e l'altra si sono impegnati nella ricerca di indizi e che... Segue a pag. 7



La "vittima"



Menù e giovani del Don Bosco



Il dolce è servito...

BORGOMANERO

CENA CON DELITTO

Segue da pag. 6 come veri e propri investigatori, hanno visitato la scena del crimine ed hanno anche "intervistato" i personaggi. Ogni tavolo corrispondeva ad una squadra investigativa; la prima che rispondeva correttamente a tre domande: colpevole, arma del delitto e movente vinceva. I vincitori si sono portati a casa la divisa da avisino: maglietta e cappellino.



I partecipanti

KABEBA

L'Avis di Borgomanero ha partecipato attivamente alla manifestazione KABEBA edizione 2018 come sponsor nella serata di venerdì 6 luglio nell'area feste di Rivano. Presente un gazebo con i volontari che hanno dato informazione a tutti i partecipanti alla festa.

Una festa di e per sportivi e giovani un luogo di fondamentale importanza per la nostra associazione che ha sempre bisogno di sangue.

Sicuramente l'associazione non è passata inosservata con la serata dedicata e ricca di colori, con i palloncini.

Valentina Poletti



Il gazebo Avis



I palloncini colorati



Piccoli donatori cresceranno...



SANTA CRISTINA

AMMAZZAINVERNO

In una soleggiata mattina invernale, domenica 28 gennaio si è svolta a Santa Cristina, la quarta edizione del "Amazzainverno", corsa podistica non competitiva che si svolge su un circuito veloce di circa 7 km. I 533 iscritti hanno sfidato il freddo tra i salì e scendi delle colline cristinesi in un misto di asfalto e sterrato. Il primo a terminare il percorso è stato Andrea Medina, mentre la prima arrivata è stata Federica Cerutti. Andrea Perinato si è classificato come primo avisino mentre Michela Zanetti è stata la prima avisina. Fra i piccoli atleti nati dal 2007 in avanti, il primo a tagliare il traguardo è stato Bruno Squillace. La prima ragazza è stata invece Silvia Signini, seguita da Crystal Medina e Elisa Fiandace. In ultimo, il primo cristinese classificato è stato Luca Medina, mentre la prima cri-



I vincitori con il Presidente dell'Avis Borgomanero Angelo Fioramonti e l'Assessore Chicco Valsesia

stinese è stata Annalisa Diaferia. Il gruppo più numeroso è stata la Cecca. Un plauso come sempre va al personale presente nei punti più pericolosi del percorso, al gruppo Cascinar Mangiando Terra della Croatina per la collaborazio-

ne, la struttura e l'attrezzatura che ha permesso di realizzare un apprezzato ristoro finale, a chi ha aperto e chiuso la corsa in moto (l'apripista) e alla Croce di San Giovanni di Cureggio per l'assistenza medica.

GITA EUROFLORA 2018

Domenica 29 aprile, si è svolta la consueta gita annuale organizzata dal gruppo Avis di Santa Cristina. Destinazione di quest'anno: Euroflora 2018 a Genova. Ad accoglierci una calda giornata di sole dal sapore estivo e una miriade di persone giunte con i pullman da ogni parte d'Italia e non solo. Ogni visitatore ha inventato il proprio percorso di visita seguendo la chiave di lettura che maggiormente lo affascinava: Euroflora - esperienza visiva,

Euroflora - percorso di profumi, Euroflora - esaltazione della natura, Euroflora - danza di fiori e note musicali. 500.000 fiori coloratissimi hanno formato grandi composizioni. Con piacevole stanchezza a fine giornata ci siamo ritrovati sul pullman per il ritorno a casa non senza qualche allegra "disavventura" ma felici e soddisfatti di aver trascorso all'aria aperta e con il profumo del mare questa gita. A conclusione della giornata, il gruppo Avis di Santa Cristina, ha offerto un'apprezzata merenda sulla via del ritorno.



SANTA CRISTINA

PEDALATA BENEFICA & APERITIVO AVISINO

Domenica 3 giugno, al fine di festeggiare la Giornata Mondiale del Donatore di Sangue 2018, in una calda e solare giornata di inizio estate, si è tenuto, come oramai da parecchi anni a questa parte, il consueto aperitivo avisino, con l'obiettivo sia di far conoscere ed avvicinare

le persone che ancora non hanno avuto modo di apprezzare questa bellissima forma di volontariato, sia per ringraziare tutti i donatori che ne fanno o ne ha fatto parte. Nel pomeriggio sempre della stessa giornata, si è svolta la tradizionale pedalata benefica avisina fra le strade asfaltate e sterrate della frazione di Santa Cristina. I 70 partecipanti hanno avuto così la possibilità di passare in alcune strade abitualmente poco frequentate della fra-

zione. L'ottima ed apprezzata merenda finale presso la cantina del museo di Santa Cristina ha contribuito a rendere ancora più festosa l'intera manifestazione. Un grazie sincero all'associazione Terra della Croatina per aver messo a disposizione la struttura Don Luciano Lilla, all'associazione Co.pre.vi, per la collaborazione alla realizzazione del ristoro finale e a tutti quelli che hanno partecipato con entusiasmo alle manifestazioni.



Lo stand dell'aperitivo avisino con il Sindaco di Borgomanero Sergio Bossi



La pedalata

GAMBA D'ORO MEMORIAL MIRKO VALSESIA

In una calda e soleggiata giornata estiva, domenica 8 luglio si è svolta a Santa Cristina, l'ormai consueta corsa podistica non competitiva facente parte del circuito gamba d'oro in memoria di Mirko Valsesia, consigliere del gruppo scomparso prematuramente 11 fa. La corsa si svolge su due circuiti. Un giro lungo di 11,5 km e uno corto di 3 km. I 606 iscritti hanno sfidato l'afa tra i salì e scendi delle colline cristinesi in un misto di asfalto e sterrato. Il primo sia assoluto che avisino a terminare il percorso è stato Andrea Medina, mentre la prima avisina assoluta femminile è stata Michela Zanetti. Matteo Medina, arrivando primo fra i cristinesi avisini si è aggiudicato il trofeo offerto come di consueto dai genitori di Mirko. Il primo cristinese classificato è stato Giordano Valloggia, mentre in ambito femminile, la prima cristinese è stata Annalisa Diaferia. Nelle categorie giovanili, fra i

nati dal 2001 al 2004 il primo classificato è stato Davide Pastore, mentre fra le femmine Simona Uccelli. A seguire, tra i nati dal 2005 al 2008 si sono distinti in ordine d'arrivo, Andrea Bagnati, Simone Abbatecola ed Alessandro Vesco. Nella sezione femminile Silvia Signini, Crystal Medina e Chiara Perico. Fra i piccoli atleti nati dal 2009 in avanti, il primo a tagliare il traguardo è stato Tommaso Marasco, seguito da Omar Aly e Federico Abbatecola. La prima ragazza è stata invece Elisa Fianca, seguita da Alessia Ricca e

Beatrice Poletti. Il gruppo più numeroso è stata la Podistica 2005 di Cressa con 84 iscritti, seguita dalla Cecca Acitour con 83, Castellania Gozzano con 66. Un plauso come sempre va al personale presente nei punti più pericolosi del percorso, al gruppo Cascinar Mangiando Terra della Croatina per la collaborazione, la struttura e l'attrezzatura che ha permesso di realizzare un apprezzato ristoro finale, a chi ha aperto e chiuso la corsa in moto (l'apripista) e alla Croce di San Giovanni di Cureggio per l'assistenza medica.



La premiazione



100 % ITALIANO
ESPORTATO IN TUTTO IL MONDO

Rastelli Rubinetterie S.p.A.

28045 Inverio (NO) ITALY - tel. 0322 259691 fax 0322 254761

info@rastelli.it - www.rastelli.it

SCUOLA DI FORMAZIONE: L'AVIS TRA RIORDINO DEL TERZO SETTORE, AGGIORNAMENTO NORMATIVO E SFIDE PER IL PROSSIMO FUTURO

DUE GIORNI DI FORMAZIONE PER AFFRONTARE I CAMBIAMENTI

Il confronto con il cambiamento è stato al centro delle due giornate di lavoro, confronto e dibattito promosse dall'Avis Piemonte lo scorso 7 e 8 luglio, presso il complesso monumentale del santuario di Oropa (Biella). A prendervi parte un'ottantina tra volontari e dirigenti avisini provenienti da tutto il Piemonte a cui si è aggiunta anche una delegazione dalla Valle d'Aosta. Un unico fil rouge, il cambiamento, declinato in vari argomenti a partire dall'intervento di Rosa Chianese, responsabile del centro di coordinamento e compensazione della regione Piemonte, che ha fatto il punto sulla situazione regionale degli accreditamenti, programmazione della raccolta e lavorazione del sangue alla luce del nuovo quadro normativo. "La rete trasfusionale del Piemonte – ha spiegato Chianese – è estremamente vasta dato che conta su 408 punti di raccolta accreditati, a cui si aggiungono 14 autoemoteche. Se da un lato questa rete consente di massimizzare la raccolta, dall'altro merita una riflessione sulla possibilità di tenuta e di efficientamento che permetta di non perdere i donatori ed i vantaggi acquisiti. È un invito a fare sistema se vogliamo governare al meglio il processo il adeguamento delle rete trasfusionale". A seguire, sono state illustrate le principali novità introdotte dal nuovo

regolamento europeo sulla protezione dei dati con gli interventi di Adalberto Biasiotti, presidente Avis comunale di Modena, nonché esperto in materia di privacy e Alberto Cirio, parlamentare europeo. L'intervento di Biasiotti è stato improntato su casi concreti, proprio per dare ai presenti la possibilità di comprendere al meglio l'impatto che il regolamento ha sulla realtà associativa. Un argomento che non ha mancato di suscitare polemiche e perplessità, alle quali Cirio ha ribattuto che "Se l'Europa, con tutte le cose che ha da fare, si è messa a regolamentare la tutela dei nostri dati è perché doveva mettere un freno alla commercializzazione degli stessi. Non si parla solo di vendita di dati come nome, cognome e indirizzo, ma orientamento sessuale, religioso, malattie e via dicendo". Dalla GDPR si è passati alla riforma del terzo settore e alle sue implicazioni pratiche in ambito associativo, illustrate dapprima da Alessandro Lombardi (Direttore generale dell'ufficio terzo settore presso il Ministero del Lavoro), poi da Giorgio Dulio (commercista e tesoriere di Avis Nazionale) con un focus sugli aspetti contabili e fiscali della riforma. In tema di bilancio, Dulio ha messo in guardia i presenti affermando che "Sebbene sia sufficiente presentare un rendiconto di cassa per un ammontare di entrate non superiore ai 220 mila euro, il mio invito è di predisporre ugualmente un bilancio tecnico comprensivo di stato patrimoniale e conto economico dal quale possano risultare eventuali crediti o debiti che garantiranno alla vostra associazione

la giusta trasparenza e informazione sia verso i soci che verso l'esterno".

Dennis Cova, vicecoordinatore della Consulta giovani, ha spiegato come in pochi anni sia cambiata la comunicazione sui social network, fatta sempre meno di parole e più di immagini. Nel suo intervento ha fornito una serie di consigli pratici su come aprire un blog, un social network e creare una grafica accattivante senza spendere soldi e troppo tempo. La prima giornata di formazione si è conclusa con una tavola rotonda sul tema del futuro dell'associazione a cui hanno partecipato i presidenti delle Avis regionali del Piemonte, Veneto e Valle d'Aosta. È seguito un partecipato dibattito che ha posto in evidenza la necessità di un maggior dialogo tra le Avis per favorire la messa in circolo di buone pratiche e competenze che l'associazione esprime. La domenica mattina si è svolta, come di consueto, all'insegna di piccoli gruppi di lavoro, all'interno dei quali sono stati approfonditi alcuni dei temi affrontati in precedenza. Successivamente, la mattinata è proseguita con la ripresa in plenaria dei contributi dei gruppi di lavoro, conclusasi con un divertente quiz a squadre, in cui i partecipanti si sono misurati sulle loro competenze in materia di codice del terzo settore. Il senso di queste due giornate si può riassumere nel concetto di condivisione. Con questa convinzione i cambiamenti rappresentano più un'opportunità che una sfida.

*Dennis Cova,
vicecoordinatore Consulta giovani AVIS*



Foto di gruppo dei partecipanti



Uno dei gruppi di lavoro

SANTA CROCE

39° TAPASCIADA SANTA CROCE

È giunta quest'anno alla trentanovesima edizione la Tapasciada di Santa Croce che ha avuto luogo, venerdì 22 giugno, nell'omonima frazione di Borgomanero, valida come ventinovesima tappa della Gamba d'Oro 2018. Non solo un evento di sport ma un'occasione di promozione dell'Avis per educare al dono del sangue e ricordare che il sangue per essere disponibile deve essere donato. Il percorso, collaudatissimo, ha visto, per i suoi 613 partecipanti, un primo chilometro tra le stradine del centro abitato, poi si è impennato nel secondo, portando i podisti in vetta al colle di Vergano, dal quale si può godere una splendida vista panoramica su tutta la città di Borgomanero. Terzo chilometro "in altura" con un continuo alternarsi di leggerissimi saliscendi prima di una lunga e velocissima discesa rettilinea che riportava alla quota di partenza. Un breve tratto sterrato ha condotto all'interno del cortile di un noto ortofrutta borgomanerese che, come tradizione, ha allestito un punto di ristoro volante offrendo ai podisti in transito una succosa pesca che in molti hanno immediatamente gustato. L'ultimo tratto ha infine ricondotto al punto di partenza, nel cortile dell'oratorio, dopo 5,6 chilometri di una gara più corta di altre, ma "tutta da tirare".

Ordine di arrivo giro lungo 5,6 km

Uomini

- 1° Claudio Guglielmetti
- 2° Federico Poletti
- 3° Marco Bellucco
- 4° Davide Amenta
- 5° Marco Frattini

Donne

- 1° Giulia Guglielmetti
- 2° Giada Licandro
- 3° Federica Cerutti
- 4° Gabriella Gallo
- 5° Sonia Colle

Oltre ai premi Gamba d'Oro e a sorteggio, come di consueto anche premi a sorteggio per gli atleti avisini.

Gruppi partecipanti, nell'ordine di graduatoria: La Cecca, Podistica Cressa 2005, Castellania, G.S. Paruzzaro, Podistica Arona, GP76, Lupi Suno, F.Ili Fratini, Amatori Sport, Gravellona VCO, Amici Natura Novara, Malgascitt, Folgor, Santa Croce e Sport & Sportivi.

Si ringraziano gli sponsor: Hotel Sirio,

Officina Milano, Armando Cerutti, Creola Mangimi, Palzola, Mail Boxes Etc, Officine Vicario, Hotel Tre Stelle, Avis Borgomanero. Ringraziamo Don Moroso, parroco della Comunità Santa Croce, per la disponibilità dei locali e il comitato festeggiamenti dell'Oratorio per l'organizzazione.



La partenza



L'arrivo



La premiazione di un piccolo concorrente

PROGETTO "CRESCERE CON LA MUSICA"

A chiusura del progetto di formazione scolastica con la scuola G. Fanciulli giunto all'ottava edizione ed a conclusione dell'anno scolastico 2017/2018, venerdì 25 maggio, presso i locali dell'oratorio di S. Croce, si è tenuto il saggio di fine anno della scuola primaria e infanzia.

I più piccoli si sono esibiti all'inizio con dei balli e canti. A seguire, esibizione dei ragazzi che hanno presentato alcuni brani, utilizzando le tastiere e altri strumenti musicali, diretti e coordinati dal professore Alessandro De Bei che con pazienza e dedizione è riuscito ad ottenere ottimi



Il saggio

risultati. A fine spettacolo un rinfresco di pizze, torte e bibite gradito da grandi e piccini.

Si ringrazia Don Moroso per la disponibilità dei locali e tutti coloro che si sono attivati per l'organizzazione della serata.

"GITA" AL SIMT

Il Gruppo Avis Santa Croce e la scuola elementare G. Fanciulli hanno organizzato, come ormai di consuetudine, la visita al SIMT per gli alunni della 5^a classe per divulgare la conoscenza del dono del sangue anche tra i più piccoli. Mercoledì 18 aprile, accompagnati da Walter Bucci e Giovanni Carbone, i ragazzi hanno raggiunto i locali del SIMT, felici di poter trascorrere alcune ore fuori da scuola e saltare così le lezioni. Ad accoglierli il Dott. Daniel De Martino che, dopo aver spiegato la composizione del sangue e il percorso che il donatore fa quando si presenta per il prelievo, ha risposto alle domande dei più curiosi.

A conclusione è stata offerta la merenda, che è stata dai ragazzi molto apprezzata. Prima di fare ritorno, a piedi, a Santa Croce, dove li attendevano i genitori, i ragazzi hanno anche ritirato la maglietta offerta da Avis Borgomanero ed un questionario da compilare in classe con l'insegnante.

Nella speranza di poterli ritrovare, una volta raggiunta la maggiore età, al SIMT come donatori, ci siamo salutati con i docenti accompagnatori dandoci appuntamento al prossimo anno.



Gli alunni con il dr. De Martino

SAN MARCO

APERITIVO SAN MARCHINO

Il 25 aprile 2018, in occasione della festa patronale di San Marco, l'Avis

era presente. Infatti, anche quest'anno, il Gruppo AVIS San Marco si è impegnato a preparare un generoso aperitivo che è stato servito al rientro della processione.

La partecipazione è stata, anche questa volta, molto numerosa e di questo ringraziamo i san marchini, il tempo elemente e tutto il nostro gruppo.



La staff organizzatori



L'aperitivo



L'aperitivo

Unisciti al gruppo... DONA ANCHE TU!

AVIS PROVINCIALE NOVARA
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE

AVIS

www.avis.it

tuttiadonremmofar@avis.it

INFO

NOVARA 0321 628353
segreteria@avisnovara.it

ARONA 0322 44152
avis.arona@virgilio.it

BORGOMANERO
0322 848387
avisborgomanero@intercom.it

SAN MARCO

MERENDA AL LAGHETTO

Il 28 maggio 2018, sotto un cielo azzurro e un sole estivo, abbiamo offerto una merenda, per tutti i nostri giovani, al laghetto di San Marco. Pizze e salamelle

a volontà e bisogna dire che i ragazzi non ci hanno delusi. Qui è doveroso un sincero ringraziamento a Giovanni Tondo, nostro consigliere nonché professore al Liceo scientifico di Borgomanero. Il suo passa parola tra i suoi

alunni ha fatto sì che anche quest'anno la merenda è stata un successo. Grazie anche all'associazione Delle Canne Amiche, che ci ospita e ci sfama già da diversi anni. Speriamo di rifarlo il prossimo anno... *Viviano*



Lo staff



I pizzaioli



Immagini dalla festa



RAFFINERIA METALLI NON FERROSI

VEZZOLA METALLI S.P.A.

Via Degli Ontani, 27 / A

28021 Borgomanero (NO)

Tel. 0322 845765

Fax. 0322 868301

E-mail: info@vezzolametalli.it

MANGIAR BENE PER DONARE MEGLIO: PROFUMI E SAPORI DELL'ORTO

Sabato 19 maggio, presso l'Oratorio di San Luigi a Gattico, si è svolto il terzo appuntamento del progetto "Mangiar bene per donare meglio".

Questo progetto è nato per portare l'ascoltatore a riflettere sul mangiare quotidiano: spesso piccole abitudini sbagliate posso far insorgere patologie che fanno sospendere il donatore per valori nel sangue fuori dai parametri.

Durante la prima cena la D.ssa Jessica Cecconi, nutrizionista, ha illustrato le proprietà benefiche delle spezie e dei semi, nella seconda ci si è addentrati nel mondo dei cereali e dei legumi, con la terza serata, invece, è stato approfondito il tema dei profumi e sapori dell'orto ovvero come utilizzare ortaggi e aromi per piatti gustosi e sani.

La D.ssa Cecconi ha accompagnato le varie portate con le sue spiegazioni su proprietà e consigli per ogni profumo dell'orto, di cui si parlerà più diffusamente in seguito.

Salutando i commensali, ci si è dato appuntamento al prossimo autunno per un nuovo ciclo di incontri per imparare a nutrirsi bene per donare meglio.

Un sentito ringraziamento a tutti coloro che hanno permesso l'ottima riuscita della serata, sia prima che durante che dopo.

Con la bella stagione, tra la verdura, fanno capolino le tenere foglioline delle piante aromatiche. Tantissime sfumature di verde per altrettanti profumi ed odori, che rendono i vostri piatti briosi e interessanti per il palato.

Ma sapete quali sono gli abbinamenti migliori per esaltare al meglio il gusto naturale dei cibi? Le erbe aromatiche, come le spezie, dovrebbero essere sempre presenti nella nostra casa: in dispensa nella variante secca, in giardino o balcone sotto forma di piantine delle diverse varietà in modo tale da garantirci in ogni momento e nella giusta stagione delle foglie fresche.

Piante come basilico, rosmarino, prezzemolo, menta, ecc. oltre ad essere buone ci offrono un vantaggio non indifferente, quello di aromatizzare le pietanze in maniera del tutto naturale. In questo modo potremmo magari anche riuscire ad evitare un uso eccessivo di sale, condimento decisamente meno salutare.



Il Presidente Avis Sovracomunale Cerutti e il Presidente Avis Gattico Bacchetta



La d.ssa Jessica Cecconi



Lo staff

Scopriamo adesso i profumi e sapori scelti dai nostri cuochi e come li hanno abbinati. Ecco il menù della serata:

**Flan di asparagi con
lacrime di fonduta**

Il prezzemolo fresco ha proprietà diuretiche e digestive, inoltre favorisce la peristalsi intestinale; se utilizzato in grandi quantità può essere tossico, quindi meglio non abusarne, soprattutto in gravidanza.



Nutrirsi bene per donare meglio

Ciclo di incontri con gustose cene per condividere insieme alla nutrizionista Dott.ssa Jessica Cecconi il piacere di stare a tavola con consapevolezza

<https://nutrizionistacecconi.it/>



MANGIAR BENE PER DONARE MEGLIO: PROFUMI E SAPORI DELL'ORTO

Falda di peperone al pesto di capperi e pomodori secchi

Il **basilico** è un ottimo digestivo e rinfrescante. Ricco di minerali e nutrienti tra cui la vitamina C, K e il rame. Questa pianta presenta notevoli effetti antinfiammatori. L'**aglio** è una pianta erbacea e non un'erba aromatica ma è spesso utilizzato come insaporitore. Rafforza il sistema immunitario e agisce come potente battericida su tutto l'organismo. Risulta essere regolatore della pressione arteriosa, del tasso di colesterolo e dei trigliceridi.



Vol au vent alla spuma di caprino ed erba cipollina

L'**erba cipollina** stimola l'appetito e la produzione di succhi gastrici. Le vengono attribuite proprietà depurative e antisettiche. Questa pianta è ricca di vitamine e minerali, in particolare di vitamina C.



Pizza di melanzana alla napoletana

I fiori dell'**origano** contengono oli essenziali che favoriscono la digestione e aiutano in caso di meteorismo. Inoltre liberano le vie respiratorie in caso di raffreddore e tosse.

Risotto al Nebbiolo con radicchio e taleggio

La **cipolla**, pur non essendo un'erba aromatica, stimola la digestione e il metabolismo, agisce inoltre sull'organismo con svariati effetti: antibiotico, diuretico, depurativo, ipoglicemizzante e normalizza la flora intestinale.

Conchiglie sauté alla julienne di ortaggi

Lonza di maiale in crosta con cestino di pomodori duchessa e insalata variegata
Il **rosmarino** è una pianta ricchissima di oli essenziali con proprietà antiossidanti. In



fitoterapia viene utilizzato come depurativo del fegato. Risulta essere molto efficace nei casi di meteorismo e nei disturbi intestinali in generale.

Facciamo ora una breve carrellata delle erbe aromatiche che non abbiamo incontrato nelle diverse portate:



L'**alloro** stimola sia l'appetito che la digestione. Sia le foglie che le bacche sono indicate per eliminare il catarro bronchiale in caso di tosse.



La **maggiorana** è molto ricca di vitamina C. Nell'antica Grecia veniva utilizzata per curare i dolori muscolari e articolari. La scienza oggi gli attribuisce un potente effetto calmante sullo stomaco ed è un ottimo stimolatore del sistema immunitario.



Il **timo** ha notevoli proprietà antisettiche; è un potente digestivo, efficace contro le infezioni delle vie urinarie e contro le infiammazioni dell'apparato respiratorio.

L'**aneto** ha proprietà molteplici: è un antispasmodico, quindi utile in caso di colite; è un rimedio naturale contro l'alitosi; le sue proprietà diuretiche e depurative lo rendono un ottimo alleato contro la cellulite.

La **menta**: se ne conoscono più 600 varietà,



è rinfrescante e aiuta la digestione; il mentolo ha proprietà analgesiche e antiemetiche, la menta può quindi essere utilizzata per combattere nausea e vomito.

Dott.ssa Jessica Cecconi



... e dai nostri cuochi la ricetta

FLAN DI ASPARAGI CON LACRIMA DI FONDATA

(ricetta per 6 persone)

Ingredienti per i flan: 300 gr. asparagi verdi
20 gr. burro
150 ml. panna liquida
n.2 uova intere
100 gr. formaggio grattugiato
Sale, pepe, noce moscata
Ingredienti per la fonduta: 250 ml. latte intero
100 gr. fontina Aosta
50 gr. burro
n. 2 cucchiaini da minestrina di farina bianca 00
Pepe nero q.b.

Lavare gli asparagi ed eliminare la parte dura del gambo, lessare in una casseruola appena coperti d'acqua leggermente salata per 10 minuti. Scolare e fare intiepidire, tagliare a tocchetti e versare in un mixer, frullare bene, aggiungerla panna, il formaggio grattugiato, le uova intere, sale pepe e noce moscata. Amalgamare bene il composto, versare negli stampini precedentemente imburrati e cosparsi di pangrattato, cuocere in forno preriscaldato a 180° per 15 minuti a bagnomaria.

Sciogliere il burro in un pentolino a fuoco basso, aggiungere la farina stemperando bene con una frusta, appena si è formata una crema bianca, aggiungere il latte a filo sempre stemperando. Appena la besciamella inizia ad addensarsi, togliere dal fuoco, aggiungere la fontina (a dadini o meglio se macinata, si scioglie prima). Sciogliere bene rimettendo un attimo sul fornello e sempre rimestando, quando la salsa è liscia terminare togliendo il pentolino dal fornello ed aggiungendo un tuorlo d'uovo amalgamandolo bene. Sformare i flan ancora caldi, napparli con la fonduta e servire. Volendo è possibile decorare il piatto con alcune punte d'asparagi cotte precedentemente e tenute in disparte. Buon appetito!

Alfio Pontiroli

L'AVIS ALL'ARONAIRSHOW DEL LAGO MAGGIORE

Una piccola delegazione di volontari della Sovracomunale di Borgomanero era presente sotto i gazebo di Avis provinciale Novara, allestiti sul lungolago di Arona, in occasione della manifestazione aerea che ha visto impegnate nell'ultimo fine settimana di giugno, fra gli altri, le "Frecce Tricolori", la pattuglia acrobatica nazionale e orgoglio delle forze armate che ha richiamato sulle rive del lago Maggiore migliaia di persone. Sabato 30 giugno e domenica 1 luglio hanno stupito ancora una volta con le loro acrobazie, incroci e coreografie emozionanti fra lago e cielo. Ad un certo punto, il solista delle Frecce ha spento il motore nel momento di massima ascesa e iniziato la sua caduta vorticoso verso il lago per poi, tra gli ap-

plausi della gente, riprendere i comandi e ripartire.

È stato un successo per tutti, anche per Avis che ha fermato tantissime persone attraverso la distribuzione di gadget e materiale informativo. Ai gazebo hanno partecipato, oltre ai volontari agognini, Arona, Oleggio e del gruppo giovani anche il presidente Avis provinciale Gianfranco Borsotti e la servizio civilista Serena Dall'Ara che sta per concludere il suo anno di volontariato presso l'Avis Sovracomunale di Borgomanero. È stata un'occasione importante per ricordare a tutti la fondamentale importanza della donazione periodica di sangue.

Dennis Cova



Lo stand Avis con alcuni dei volontari impegnati.



Due momenti dell'esibizione delle Frecce

SANTO STEFANO E VERGANO

"Pullman al completo, anche quest'anno," dice la capogruppo, Mariangela Gasparotto

Domenica 10 giugno si è svolta la consueta gita del Gruppo AVIS di Vergano - Santo Stefano con meta Rapallo.

60 partecipanti alla visita del posto, alla scoperta di Rapallo vecchia, del chiosco della musica, del castello e della spettacolare vista regalata dalla salita in funivia, con panorama su Portofino e Santa Margherita Ligure.

Una giornata intensa e divertente all'insegna dell'amicizia avisina.

Valentina Poletti



I partecipanti alla gita

CUREGGIO

AVIS A SCUOLA

Il giorno 25 maggio, con la gentile collaborazione della Dott.ssa Serena Manini, il presidente dell'Avis Comunale di Cureggio Franco Bertinotti e il tesoriere Renzo Gattoni hanno incontrato gli alunni della classe 5ª elementare della scuola Marta Magistrini di Cureggio. Un ringraziamento alla maestra Roberta Veggioni che ci ha fatto trovare una classe attenta e interessata. La Dott.ssa Manini, ha spiegato ai ragazzi l'importanza del dono, la composizione del sangue e le sue caratteristiche, le necessità di emoderivati e le modalità con cui avviene la verifica dell'idoneità alla donazione e la successiva raccolta.



La Dott.ssa Manini riceve un omaggio floreale da Renzo Gattoni.

IL DONO DEL SANGUE ED UNA CAMMINATA ATTRAVERSO I COLORI

Una corsa tutta speciale attraverso Cureggio e Marzalesco nel pomeriggio di sabato 30 giugno: la "Walking Through the Color", una camminata attraverso i colori. L'ha organizzata la locale sezione Avis, in particolare il gruppo dei più giovani. Settanta i partecipanti e nessun agonismo, ma tanta polvere colorata "sparata" contro i partecipanti, che hanno terminato con il volto policromatico. Al termine, musiche con Sos - Students Outside School. Fra i presenti Franco Bertinotti e Franco Cerutti, presidenti rispettivamente dell'Avis di Cureggio e dell'Avis Sovracomunale di Borgomanero. Non ci sono stati vincitori, ma ha vinto il messaggio del dono del sangue fra i giovani.



I partecipanti



CUREGGIO E MAGGIORA

L'ESTATE RAGAZZI 2018 DI CUREGGIO E MAGGIORA CON MAGLIETTE AVIS

Sono stati 160 i partecipanti all'Estate ragazzi di Cureggio. Erano seguiti da altri 30 animatori, coordinati da Ilaria Barcellini dell'associazione Pandora, che ha sede a Cavallirio. Vi erano cureggesi e maggioresi e ragazzi di altre località. Tutti indossavano le magliette donate dalle sezioni Avis di Cureggio e di Maggiore. L'Estate Ragazzi si è svolta da lunedì 11 giugno ed è continuata fino a venerdì 6 luglio.



L'Estate Ragazzi

MAGGIORA

GARÀ MOUNTAIN BIKE 2018

Il 1° Maggio 2018 a Maggiora si è disputata la dodicesima gara di mountain bike, gara valida come prova campionato Mar-

cello Bello e poi gara non competitiva aperta agli alpini e simpatizzanti Avis. Il percorso si è snodato su strade quasi interamente sterrate per una lunghezza di circa 20 km con partenza e arrivo presso la pista dell'autocross in località Pragiareolo. L'Avis Maggiora ha collaborato all'alle-

stimento del rinfresco tenutosi al termine della manifestazione. Durante la premiazione, la nostra consigliera Noemi Oberti ha consegnato un cesto alimentare a Isacco Colombo di Legnano, primo avisino arrivato al traguardo.



Il primo avisino arrivato al traguardo



I collaboratori di Avis Maggiora che hanno servito al rinfresco dopo gara.

INCONTRO CON I DICIOTTENNI

In collaborazione con il Comune di Maggiora, giovedì 31 maggio 2018 presso la biblioteca comunale, si è tenuto l'incontro con i diciottenni per la consegna della Costituzione italiana. Il relatore Paolo Cattaneo, presidente dell'Istituto Storico della Resistenza di Novara, ha parlato della storia, dei principi fondamentali della nostra costituzione e del rilevante ruolo che essa ricopre per tutti noi cittadini italiani. A seguire, il presidente dell'AVIS comunale di Maggiora, Diego Antonioli, ha illustrato



I partecipanti all'incontro per i neo-diciottenni

ai neo diciottenni il percorso per diventare donatori e spiegato l'importanza del gesto altruistico che il dono del sangue ricopre. All'appuntamento si è presentata la mag-

gioranza dei neo diciottenni maggioresi che con grande gioia hanno assistito all'incontro.

GIORNATA MONDIALE DEL DONATORE

Il 24 giugno 2018 una bella mattinata di sole ha accompagnato l'aperitivo offerto dall'AVIS comunale di Maggiora. Vogliamo ringraziare chi ha voluto condividere con noi questa ricorrenza importante, anche se non sono stati in tanti ad arrivare in "Casa Finazzi" dove, grazie alla disponibilità di Don Salvatore Gentile, è stato allestito il rinfresco.



L'aperitivo

MAGGIORA

PALIO DEI RIONI 2018

Quest'anno era la trentatreesima edizione del palio dei rioni a Maggiore e la manifestazione, come negli ultimi anni, era in concomitanza con una delle gare del palio



Premiazione spingitore con più donazioni

nazionale. Per quanto riguarda quest'ultima, Maggiore ha vinto la gara in casa seguita da Vittorio Veneto e Avio, mentre per il palio di Maggiore, il rione vincitore è stato la "Cavaiasca". All'interno di questa manifestazione, Avis Maggiore mette in palio il trofeo per la prima squadra femminile che si classifica e quest'anno

è andato alla squadra della "Cavaiasca", mentre il secondo trofeo che viene dato è allo spingitore delle squadre maschili con più donazioni. E' con piacere che abbiamo premiato il nostro segretario Leonardo Fasola. Vogliamo ringraziare il Magistrato del palio che riserva spazio e visibilità durante tutta la manifestazione.



Squadra femminile prima classificata

PALIO NAZIONALE DELLE BOTTI 2018

Per la tappa di Maggiore del palio nazionale delle botti, ci è stato chiesto dal Magistrato del palio che organizza questo evento, di sponsorizzare una squadra, ed è con entusiasmo che abbiamo accettato l'invito e così la squadra di Sizzano, maschile e femminile, ha corso con le nostre maglie. Per noi una occasione in più per poter parlare della nostra associazione.



La squadra sponsorizzata da Avis Maggiore

SERVIZIO CIVILE

"Vieni con noi": aspettando il bando, ecco la nuova campagna Avis per il Servizio Civile

Non c'è ancora la data ufficiale per l'uscita del bando 2018 di Servizio civile nazionale (SCN), ma le sedi Avis si stanno già mobilitando per far conoscere a quante più ragazze e ragazzi tra i 18 e i 28 anni questa bellissima opportunità lanciando la campagna "Vieni con noi, diventa volontario di Servizio civile". Tre sono gli hashtag di riferimento:

#VieniConNoi #Vdivolontario #ScnAvis

Per maggiori informazioni sul servizio civile e sul prossimo bando è possibile visitare la sezione apposita del sito <https://www.avis.it/unisciti-a-noi/servizio-civile/>, contattare l'ufficio di servizio civile di sede Nazionale (02-70006786, int. 4 email: serviziocivile@avis.it), iscriversi alla newsletter di Avis Nazionale oppure seguire i canali social (fb, twitter e ig) di Avis Nazionale



IL DIRETTORE INCONTRA GLI STUDENTI DELL'ACCADEMIA DI BELLE ARTI EUROPEA DEI MEDIA DI NOVARA

Il 26 marzo il direttore responsabile del notiziario dell'Avis dott. Alessandro Bacchetta ha incontrato gli studenti del primo anno del corso di graphic design della Accademia di belle arti Europea dei media di Novara. L'invito dell'istituzione universitaria novarese su sollecitazione del professor Alfredo Ghidelli voleva offrire alle "matricole" del corso un confronto con una esperienza diretta nella impaginazione di un periodico.

Il direttore in primo luogo ha illustrato l'evoluzione dei quotidiani nell'impostazione della prima pagina. In particolare ha consegnato e commentato con gli studenti alcuni quotidiani del secondo dopoguerra che si componevano di 6 pagine. L'articolo di spalla, di fondo, le manchette nonché sulle definizioni che caratteriz-

zano ancora oggi l'impaginazione. Per agevolare gli studenti si è provveduto a distribuire una piccola dispensa sull'argomento. Questa prima parte dell'intervento si è chiusa con una analisi degli attuali quotidiani. Gli studenti si sono dimostrati animati da una grande curiosità e hanno formulato sull'argomento numerose domande.

Esaurita questa parte l'incontro è entrato nel vivo: si è parlato del Notiziario dell'Avis con gli studenti, impegnati dal numero di dicembre dello scorso anno a fornire delle soluzioni nella realizzazione della prima pagina. L'iniziativa avviata in sordina ha avuto effetti insperati: la redazione si è trovata in serio imbarazzo nel selezionare la pagina definitiva per la straordinaria creatività che hanno esibito

gli studenti nei loro elaborati.

Il direttore infine ha voluto sottolineare le difficoltà che una associazione deve affrontare nell'attrezzarsi con un proprio mezzo di comunicazione. In particolare le follie delle norme che disciplinano l'attività dell'informazione che obbligano una Associazione come l'Avis ad una serie complessa ed inutile di adempimenti. L'augurio della redazione è questa interessante collaborazione avviata con l'Accademia possa proseguire nel tempo ed esprime la più viva e sincera gratitudine al professor Alfredo Ghidelli, per avere permesso con la sua contagiosa passione la realizzazione di questa interessante sinergia tra la università ed il mondo del terzo settore.

Alessandro Bacchetta



Il Direttore Alessandro Bacchetta



Gli studenti dell'Accademia



Momenti della lezione

SORISO

CAMMINATA AL MONTE TRE CROCI

Domenica 27 maggio l'AVIS comunale di Soriso ha organizzato una camminata al Monte Tre Croci, nella zona più a nord del Parco del Monte Fenara. La giornata splendida ha favorito la partecipazione di circa 30-35 persone. In cima al monte sono state fatte foto al bellissimo paesaggio che comprende un panora-

ma mozzafiato del Lago d'Orta. E' stato organizzato anche un piccolo rinfresco per i partecipanti. Al ritorno il gruppo è passato dalla chiesa della Madonna della Gelata, facendo così un giro ad anello. I partecipanti si sono divertiti e hanno chiesto all'AVIS di organizzare presto un'altra bella camminata.



Il Lago d'Orta visto dal Monte Tre Croci



Il gruppo sotto la croce



Il rinfresco

PROGETTO ALTERNANZA SCUOLA LAVORO

L'Alternanza scuola-lavoro è una modalità didattica innovativa, che attraverso l'esperienza pratica aiuta a consolidare le conoscenze acquisite a scuola e testare sul campo le attitudini degli studenti, ad arricchire la formazione e a orientarne il percorso di studio e, in futuro di lavoro, grazie a progetti in linea con il loro piano di studi.

L'Alternanza scuola-lavoro, obbligatoria per tutti gli studenti degli ultimi tre anni delle scuole superiori, è una delle innovazioni più significative della legge 107 del 2015 (La Buona Scuola) in linea con il principio della scuola aperta.

Un cambiamento culturale per la costruzione di una via italiana al sistema duale, che riprende buone prassi europee, coniugandole con le specificità del tessuto produttivo ed il contesto socio-culturale italiano.

Anche Avis Sovracomunale Borgomanero ha voluto mettersi in gioco, sottoscrivendo una convenzione con il Collegio



Don Bosco di Borgomanero e accogliendo una studentessa: Federica Bresolin di Gargallo. Le abbiamo chiesto di presentarsi e di raccontarci come ha vissuto questa esperienza.

Ciao, sono Federica, ho 17 anni e ho frequentato la classe 3^a del Liceo delle Scienze Umane. Per il mio percorso di alternanza scuola-lavoro quest'anno ho scelto l'associazione Avis Sovracomunale di Borgomanero, grazie anche alla loro accoglienza e disponibilità. Ero già a conoscenza del lavoro svolto da questa associazione ma sono stata molto contenta di aver preso parte a questo percorso perché ho avuto modo di conoscere meglio l'attività, come ad esempio i progetti di comunicazione per la sensibilizzazione alla donazione di sangue e di plasma, l'accoglienza ai donatori al centro trasfusionale, l'attività di segreteria e gli appuntamenti dei donatori. Ma soprattutto ho capito l'importanza di una donazione e ho portato la mia famiglia a provare l'indoneità perché possano diventare donatori effettivi su cui poter contare! Ringrazio tutta l'Associazione per avermi dato questa possibilità e avermi seguito in queste tre settimane.



CENA AVIS

Sabato 19 Maggio ha fatto tappa a Gattico nel salone dell'oratorio San Luigi uno degli appuntamenti organizzati da Avis Sovracomunale Borgomanero "Nutrirsi bene per donare meglio" di cui si parla più diffusamente a pag.16-17 di questo Notiziario.

Un grazie a Don Roberto per averci ospitato e dato la possibilità di utilizzare la cucina e il salone dell'oratorio, al cuoco Alfio Pontiroli per la sua preziosa collaborazione e a tutti per la partecipazione e la collaborazione.



Lo staff gatticese

APERITIVO IN PIAZZA

Domenica 10 giugno 2018 Avis Gattico ha festeggiato la "Giornata mondiale del Donatore di Sangue" organizzando un aperitivo in piazza municipio a Gattico. Un grazie a tutti i gatticesi che sono venuti a trovarci e a festeggiare con noi la giornata.



L'aperitivo in piazza

FESTA DEL DONATORE 45° ANNIVERSARIO

Domenica 17 giugno 2018 Avis Gattico ha festeggiato il 45° anniversario di fondazione con la Festa del Donatore. Il ritrovo presso la sede di via Leonardi per un aperitivo di benvenuto ha dato l'avvio alla giornata alla quale hanno partecipato 15 labari in rappresentanza delle Avis della zona, presenti anche il presidente Avis provinciale Gianfranco Borsotti, il presidente Avis Sovracomunale Franco Cerutti e il Sindaco Andrea Zonca. A seguire ci si è recati in corteo presso la Chiesa di Gattico per la celebrazione della S. Messa celebrata da Don Roberto Castelletta. Durante la messa il presidente Gianpiero Bacchetta ha voluto ringra-



I labari

ziare tutti i partecipanti, in particolare il coro Pietro Generali per i canti, e offrire a Don Roberto la nomina a Cappellano della sezione, incarico che era rimasto vacante dopo la scomparsa di Don Ugo. Dopo la messa, ci si è recati in corteo a rendere omaggio al monumento del Donatore. Infine, il pranzo presso il Ristorante Roma di Gattico e la premiazione dei donatori benemeriti.

45 premiati con distintivo n. 1 rame:

Luca Armiraglio, Francesca Bacchetta, Ilaria Caron, Katuscia Colazzo, Nicoletta Colomba, Claudio Colombo, Sara Di Salvo, Vincenzo Fiandaca, Patrizia Gaboli, Michele Gasparetto, Massimo Genero, Dario Godio, Lorenzo Lippi, Ivan Manni, Riccardo Marucco, Federica Marzola, Samuele Medina, Emanuele Najo, Oio-li Chiara, Eleonora Omarini, Tommaso Paparazzo, Paolo Pastori, Silvia Piola, Cristina Reale, Luca Domenico Righetto, Elisa Riva, Ruben Salvi, Romina Segantini, Emanuele Simonotti, Davide Sorrenti, Monica Tagini, Simona Targa, Federica Travaini, Fabrizio Turchetto, Khrystyna Vakalyuk, Hamos Vesco, Davide Vezzoli, Fabrizio Vigotti, Ludovica Vitale, Malika Yousfi, Fabio Zanetta, Mirangela Zanetta, Franco Zonca, Jacopo Zoppis e Matteo Zotti;

36 premiati con distintivo n. 2 argento:

Alessandro Andreazza, Linda Bortolozzo, Marco Botticelli, Giuliano Caron, Sara Di Salvo, Giorgio Farioli, Vincenzo Fiandaca, Mauro Fontaneto, Patrizia Gaboli, Massimo Genero, Dario Godio, Roberto Godio, Lorenzo Lippi, Antonella Manfredi, Carmelo Mazzei, Eleonora Omarini, Maria Elena Omarini, Paolo Pastori, Matteo Pavan, Cristina Reale, Enrica Riva, Luca Riva, Cinzia Simonotti, Monica Tagini, Giuseppe Tartaglia, Albino Travaglini, Federica Travaini, Fabrizio Turchetto, Khrystyna Vakalyuk, Lyudmyla Vakalyuk, Hamos Vesco, Carlo Vitale, Fabio Zanetta, Franco Zonca, Simone Zonca, Federico Zoppis;

21 premiati con distintivo n. 3 argento dorato:

Marco Armiraglio, Marco Bagai-

ni, Mauro Bagaini, Maura Emilia Barattini, Valentina Brotto, Luciana Duregon, Marco Fornasiero, Sandro Gallo, Salvatore Incognito, Michele Mingolla, Serena Molinari, Fabiano Nobili, Maria Pia Parisi, Verdiana Pastori, Andrea Poletti, Mattia Rista, Valentina Riva, Gian Carlo Visconti, Sara Visconti, Chiara Zonca e Laura Zonca;

12 premiati con distintivo n. 4 oro:

Gabriele Paolo Maria Bacchetta, Sergio Dominique Caimi, Filomena Calabrese, Luigi Di Stasi, Andrea Fornara, Andrea Gattoni, Luciano Roberto Marsilio, Osvaldo Nobili, Carlo Omarini, Pantaleo

Renna, Franco Zonca e Marco Zonca;

5 premiati con distintivo n. 5 oro con rubino:

Vincenzo Cannazzaro, Alberto Prinetti, Paolo Riva, Fulvio Travaini e Alessandro Valvano.

Grazie a tutti i partecipanti, a Don Roberto, ai presidenti Avis provinciale e Avis Sovracomunale, alle Autorità e a tutti coloro che ci hanno donato premi per il sorteggio. Un grazie particolare alle Officine Minuterie Meccaniche Giuseppe Bacchetta di Gattico per l'importante e prezioso sostegno economico.



Le premiazioni dei soci benemeriti

TECNOLOGIA, ARCHITETTURA E DONAZIONE DI SANGUE: UNA RELAZIONE POSSIBILE ANZI AUSPICABILE

Qual è la differenza tra un donatore di sangue e un designer? Solo 15 giorni. Ebbene sì, poco più di due settimane separano, in questo gioco di specchi tra acronimi, due giornate universalmente celebrate: il World Blood Donor Day, la cui ricorrenza è il 14 giugno, e il World Industrial Design Day, che si è festeggiato il 29 giugno.

Ogni anno, il 14 giugno, i Paesi di tutto il mondo festeggiano la Giornata mondiale del donatore di sangue. L'evento serve a ringraziare il popolo internazionale dei donatori di sangue e ad accrescere la consapevolezza della necessità di sangue e di emoderivati sicuri. La trasfusione di sangue è una componente essenziale delle cure sanitarie di emergenza. Le emergenze aumentano la domanda di trasfusioni e rendono la consegna ematica impegnativa e complessa. Ciò richiede un servizio ben organizzato, garantito solo grazie a comunità dotate di architetture e prodotti altamente performanti.

La donazione di sangue può, anzi sempre più dovrebbe, interagire con tecnologia, architettura e design. Partiamo dalla paura per eccellenza. La tripanofobia, la fobia dell'ago, che allontana milioni di possibili donatori dal compiere il gesto. Due progetti potrebbero cambiare radicalmente l'approccio al prelievo, entrambi focalizzati sullo sviluppo di ausili in grado di perfezionare l'inserimento dell'ago. Il primo è un detector a raggi infrarossi per visualizzare la posizione delle vene, usato per la prima volta a livello mondiale dalla Croce rossa australiana. In pratica il dispositivo riduce l'errore dell'operatore inesperto nella ricerca del punto migliore in cui prelevare. Il secondo è una mini stazione robotica capace di

identificare e tracciare la vena, verificare il target di inserzione e allineare l'ago per poi procedere con il prelievo finale. Il tutto utilizzando medical imaging, computer vision e machine learning.

La donazione di sangue è anche un momento che necessita di ambienti progettati per offrire esperienze di accoglienza che riducano lo stress del potenziale donatore. Un bellissimo esempio ci viene dal centro regionale sangue di Racibórz in Polonia, un centro multifunzionale dotato di sale di accoglienza, preparazione e raccolta, depositi e laboratori avanzati per lo stoccaggio, il controllo e la lavorazione degli emocomponenti. Di notevole impatto l'uso di pannellature curve e planari realizzate in diverse tonalità di rosso, simbolo delle variazioni cromatiche offerte dal sangue a seconda se scorra nelle arterie o nelle vene. Molto interes-



Il tempio internazionale del donatore di sangue di Pianezze di Valdobbiadene (TV)

Architettura come arte e tecnica del progettare e realizzare trova interazioni anche con la celebrazione del Donatore. L'Italia pullula di monumenti dedicati al Donatore: alcuni da ricordare, altri da dimenticare in termini di disegno, fattura, collocazione urbana o condizioni di abbandono. Un'opera dovrebbe essere in grado di condizionare non solo la qualità espressiva della città, ma la stessa vita sociale. L'uomo si è sempre riconosciuto nei suoi monumenti, e tale riconoscimento supera il semplice dato storico-architettonico per diventare funzione della collettività che si appropria del suo significato.

In tale senso i monumenti non sono semplici emblemi della città e della sua vita, ma diventano qualcosa che va oltre il simbolo, interagendo costantemente con il quotidiano fino a giungere a qualificare lo stesso spazio urbano.

Il monumento è l'habitat della memoria. Ed il concetto di monumento come parte integrante e non isolata dal contesto che lo contiene, fa assumere all'opera un ruolo propositivo e progettuale di continuità fra passato e futuro nella costruzione della città.

I monumenti devono quindi rappresentare la qualità possibile, la serietà professionale, l'impegno civile verso la città e la collettività.



Centro regionale sangue di Racibórz, Polonia

santi anche i progetti del Blood Center di Christchurch in Nuova Zelanda, 3.850 mq di puro comfort per i donatori, e il Dana-Farber Cancer Institute - Kraft Family Blood Donor Center di Boston. La peculiarità di quest'ultimo sta nell'aver opposto in un grande open space le postazioni dei donatori a quelle dei pazienti, enfatizzando il legame fisico e solidale che si genera nel momento in cui parte del sangue di una persona inizia a scorrere altrove restituendo nuove possibilità di vita. Il design sta contribuendo a superare la logica prettamente funzionale, iniettando estro e umanità anche in oggetti che vanno dalla semplice palla antistress alla più attrezzata poltrona o autoemoteca.



Il Vein Detector della Croce Rossa Australiana

FESTA DEL DONATORE

Domenica 8 Luglio si è svolta la festa del Donatore della Sezione AVIS comunale di Pella in occasione del suo 55° anno di fondazione. Tutta la Sezione è stata felice di organizzare questa lieta ricorrenza che ha visto la partecipazione dell'intera comunità locale. La festa ha avuto inizio al mattino col ritrovo presso la sede di via Zanotti 26, poi, con la presenza delle bandiere, dei labari e della banda si è svolta la sfilata sul lungo lago ed attraverso le vie del paese fino ad arrivare alla chiesa di S. Albino per la S. Messa celebrata da Don Giuseppe Ottina, la celebrazione è stata a ricordo di tutti gli avisini andati avanti. Prima della funzione si è reso omaggio benedicendo il monumento prospiciente la chiesa in piazza Ravedoni. Terminata la parte religiosa c'è stato un attimo gioiiale in piazza con un aperitivo aperto a tutta la comunità. In molti hanno poi proseguito i festeggiamenti presso il Circolo Operaio Pellesse a Pella, dove ha avuto luogo il pranzo con la relativa consegna delle varie benemeritenze, ben 19 premiazioni. Ecco l'elenco dei premiati: distintivo n. 1 - rame: Sara Marlene Cartella, Maria Pellegrino e Serena Tedesco; distintivo n. 2 - argento: Sara Marlene Cartella, Francesco Pellegrino, Giuseppina Pellegrino, Veronica Porta e Mauro Sacco; distintivo n. 3 - argento dorato: Alessandro Danieli, Corrado Gioira, Giuseppina Pellegrino, Nicolò Poletti, Salvatore Reale, Mauro Soldi e Nicola Vescio; distintivo n. 4 - oro: Laura Cristina e Sabrina Nicolazzi; distintivo n. 5 - oro con rubino: Fabio Dotti e Franco Poletti.

Graditi ospiti dell'intero evento sono stati gli alfieri al quale va uno speciale ringraziamento per l'immane presenza. Presente alla funzione religiosa anche il Presidente dell'Avis Sovracomunale Franco Cerutti. L'intera sezione comunale AVIS di Pella ringrazia ancora tutti i partecipanti, gli alfieri, gli avisini della sezione, gli amici, i simpatizzanti ed i futuri donatori, l'amministrazione comunale, le associazioni locali (in particolare Alpini e Carabinieri in congedo) e tutti coloro che hanno contribuito al buon esito della manifestazione.



I Labari



La sfilata



L'omaggio al monumento

A SCUOLA DI AVIS

ISTITUTO COMPRENSIVO G. PASCOLI

Mercoledì 11 aprile 2018 la Presidente di Avis Gozzano Marina Guidetti accompagnata dal dott. Maurizio Canal si è recata presso l'Istituto Comprensivo G. Pascoli di Gozzano per parlare di Avis, volontariato e donazione di sangue agli alunni delle classi quinte della scuola primaria e delle classi seconde della scuola secondaria.

ria di I grado. Sempre molto coinvolgente l'intervento del dott. Canal che, con un effetto sorprendente, dimostra sul posto come si effettua un prelievo di sangue e come si svolge il processo della coagulazione del sangue. Molto interessati e preparati sull'argomento dalle loro insegnanti, i ragazzi, al termine della "lezione", hanno rivolto al medico le più varie domande. Avis ha voluto ringraziare tutti offrendo ai partecipanti piccoli gadget avisini.

Dalla giornata, è scaturito un piccolo "concorso artistico" che ha visto gli alunni della scuola primaria realizzare disegni

a tema Avis. Tutti i ragazzi hanno partecipato con entusiasmo e realizzato buoni lavori e i consiglieri della sezione hanno avuto l'ingrato compito di scegliere i due migliori.

Sono stati scelti i disegni di Moustafa Diop (5A) e Stella Godi (5B).

Sabato 19 maggio, giornata di pioggia torrenziale, a Briga Novarese, al Centro Polivalente, durante la festa dell'Istituto ed alla presenza della direttrice didattica prof. Emanuela Melone i vincitori sono stati premiati con una medaglia d'argento che recava inciso il loro nome ed il gruppo sanguigno.



Lezione di Avis alla scuola primaria...



... e alla secondaria



Il momento della premiazione

*INFINITE GOCCE
PER UNA VITA
DONA ANCHE TU !!!*



Il lavoro di Stella



Il lavoro di Moustafa

LICEO GOZZANO ULTIMA PUNTATA DELL'ANNO SCOLASTICO 2017/18

Il 23 ed il 29 maggio si è concluso (per

l'anno scolastico 2017/18) l'accompagnamento al dono dei ragazzi del Liceo Galilei di Gozzano con la donazione degli ultimi 10 nuovi donatori. Doverosi i ringraziamenti: al Liceo Galilei, soprattutto al prof. Danilo Bellosta ed alla Vice-Presidente Bruna Giop, per l'aiuto

fornito, ai medici ed infermieri del SIMT di Borgomanero per la collaborazione ed agli studenti che hanno prontamente risposto ai nostri appelli con maturità e vero spirito avisino.

Marina Guidetti



I Liceali alla prima donazione.

TORNEO "MARIO PEGORARO"

Il 9 e 10 giugno presso il Palazzetto dello Sport di Gozzano avrebbe dovuto disputarsi la dodicesima edizione del Torneo intersezionale di calcio a cinque "Mario Pegoraro". Avrebbe, condizionale appunto, perché quest'anno il torneo non c'è stato... Solamente quattro squadre hanno aderito al nostro invito: Gozzano Oratorio, Maggiore, Santa Cristina e Gruppo

Alpini, troppo poche per mettere in moto la macchina organizzatrice della manifestazione, troppo poche perché i partecipanti potessero divertirsi. Una sconfitta per noi organizzatori ma, a mio parere, una sconfitta per tutti perché il "Torneo" è stato per undici anni un momento più unico che raro durante il quale i donatori (e non solo...) delle varie Avis della zona avevano modo di incontrarsi, creare rapporti agonistici e contemporaneamente amichevoli con altri membri di quella grande "famiglia avisina" di cui tutti fac-

ciamo parte. Ma, come dicevano i nostri vecchi, non si piange sul latte versato... quest'anno è andata così... ma Avis Gozzano non demorde, non si lascia abbattere e stiamo già pensando a cosa modificare per riproporre "Il Pegoraro", come lo chiamiamo noi, l'anno prossimo, sperando di potere riavere tutti gli amici delle Avis come concorrenti. Chiunque abbia suggerimenti si faccia avanti, per noi sarà un aiuto prezioso.

Il Presidente Marina Guidetti

AVIS NAZIONALE

Gianpietro Briola è dal giugno scorso il nuovo presidente di Avis Nazionale. 55 anni, di Orzinuovi (Bs), è dirigente medico presso l'ASST Garda e ha una lunga esperienza di volontariato avisino: dato che è stato vicepresidente vicario di Avis Nazionale e presidente di Avis provinciale Brescia. E' stato anche presidente del Centro servizi volontariato di Brescia e componente del direttivo del Centro Nazionale Sangue. "Ringrazio il Consiglio Nazionale - ha dichiarato - per la fiducia e il presidente uscente, Alberto Argentoni, per il lavoro svolto. Mi metto al servizio di AVIS, dei suoi volontari e dei suoi donatori con passione. Dobbia-



mo essere orgogliosi dei nostri 91 anni di storia ed essere pronti ad affrontare tutte le sfide che ci attendono, dal nostro ruolo nel sistema trasfusionale al completamento della riforma del terzo settore". Che impegni si sente di prendere per i primi 100 giorni? "La prima cosa è la ricostruzione dell'unitarietà associativa,

che non vuol dire necessariamente andare tutti d'accordo, ma capire insieme quali sono i problemi in gioco. La seconda cosa, che è anche un'occasione per ripensare l'Associazione, è la riscrittura dello Statuto ai sensi della riforma del terzo settore. Il terzo tema è il mantenimento dell'autosufficienza, soprattutto in fatto di raccolta di plasma, per garantire sempre ai nostri malati terapie salvavita indispensabili. Altro tema forte è la carenza estiva, legata anche a situazioni come il West Nile Virus, dove c'è bisogno che le Regioni mettano gratuitamente a disposizione i test Nat per i donatori."

Fonte: Avis Nazionale

SAN MAURIZIO D'OPAGLIO



Remigio Allegri

REBEL-OT 2018

Altra giornata di allegria sabato 9 giugno al Rebel-ot dove l'Avis di San Maurizio d'Opaglio ha partecipato con un suo stand e la compagnia della scuola di ballo country SDDS. A grande richiesta, è stato riproposto #noicimettiamolafaccia e alcuni temerari del consiglio direttivo si sono offerti volontari per beccarsi piatti di panna in faccia, non solo dai bambini. L'iniziativa ha coinvolto anche i dancers di country, infatti un paio di loro si sono proposti, con successo, per prendersi anche loro un po' di panna in faccia. Così alla fine tutti sono rimasti "impiestrati e contenti".

Elvis Rosset



#ballanocountryecimettonolafaccia

LUTTO

Ad ogni festa o ricorrenza dell'Avis a cui partecipava immancabilmente finiva con il tirare fuori la sua tessera di donatore e farti vedere quanti anni erano passati. Ti ricordava che, quando era lui sindaco a San Maurizio d'Opaglio, aveva contribuito alla nascita della nostra sezione e che era stato uno dei primi donatori di quella che poi sarebbe diventata la Sovracomunale. Remigio era così, orgoglioso di far parte dell'Avis, e lo capivi dagli occhi e dalla

voce tremolante che gli veniva ogni volta che parlava della storia della nostra associazione. Purtroppo ora non c'è più, un altro pezzo di Noi se ne è andato, non prima però di averci fatto dono della sua preziosa tessera di donatore Avis, proprio nella ricorrenza del 50° di fondazione dell'Avis di San Maurizio d'Opaglio. Faremo tesoro di quella sua tessera, sarà un ulteriore stimolo a continuare nel cammino iniziato da persone come Remigio, il Cav. Grossini (al Pruina), Alberto Pagni, la nostra nonna Cleme e tutti quelli che hanno contribuito alla nascita e crescita dell'Avis di San Maurizio d'Opaglio.



Avisini al Rebel-ot



Lo stand e i dancers di country



#noicimettiamo la faccia

EROI QUOTIDIANI

Un caldo sabato di metà giugno, alcune persone in tranquilla attesa di poter donare il sangue, tra di loro un'unica donna: ecco individuato l'eroe quotidiano di questo numero!

Hodre Loana, così si chiama.

Rumena, 47 anni, da 25 in Italia per amore, ha sposato un italiano dal quale ha avuto due figlie Sabrina, 21 anni, e Beatrice, 11 anni. Lavora in un ristorante e, tra lavoro e casa, non le avanza molto tempo per gli hobby, piuttosto preferisce passare il po' di tempo che riesce a ritagliarsi con le amiche.

Abita a Varallo Pombia, dove nel 2016 si è avvicinata all'Avis e dove ha già fatto 4 donazioni.

Come mai oggi è qui a Borgomanero?

"Mi hanno parlato della possibilità di donare il plasma - dice - ma si può fare solo in Ospedale. Io volevo donare di più di 2 volte all'anno perciò eccomi qui."



"Ho già fatto le prove di idoneità e oggi dovrei fare la mia prima donazione in plasma-aferesi."

Come si è avvicinata all'Avis?

"In Romania non donavo, non ci avevo

mai pensato, forse anche perché ero molto giovane: sono venuta via dal mio paese a 24 anni - risponde - Qui in Italia, invece, si sente parlare spesso di Avis e di donazione di sangue. Io sentivo la volontà di donare da parecchio tempo ma non sapevo come fare."

Poi, finalmente, un giorno che c'era la raccolta a Varallo Pombia, ho trovato il coraggio e mi sono presentata."

Ed è stata prontamente accettata e da allora dona sangue due volte l'anno, puntuale. *"A Varallo Pombia mi trovo molto bene - continua - resterò con la mia Avis comunale per la donazione di sangue ma verrò qui a Borgomanero a donare il plasma tra una donazione e l'altra. Mi dispiace solo di aver lasciato passare tanti anni prima di trovare il coraggio di farmi avanti e venire a donare."*

Marina Guidetti

BRIGA NOVARESE

VISITA ALLE SCUOLE PRIMARIE

Come ormai tradizione, lunedì 16 aprile una rappresentanza del Consiglio Avis di Briga Novarese composta da Livio Costagliola e Remo Zanellato, accompagnati dal dottor Lorenzo Cucchi, ha visitato le classi quinte della locale Scuola Primaria. Argomento della lezione è stato "l'importanza del dono del sangue" come

gesto di aiuto e solidarietà verso il prossimo e come buona azione verso se stessi, per i controlli clinici a cui si è sottoposti. L'interesse che gli scolari hanno dimostrato durante l'incontro, con le pertinenti domande poste, è stato poi riportato anche sui disegni da loro realizzati.

Grazie al loro impegno, mercoledì 6 giugno, durante la festa di fine anno scolastico, hanno ricevuto un piccolo riconoscimento.

APERITIVO IN PIAZZA

La calda e soleggiata mattinata di domenica 17 giugno ha contribuito a rendere ancor più piacevole il consueto "Aperitivo in Piazza" organizzato dall'Avis Comunale di Briga Novarese, per festeggiare la Giornata Mondiale del Donatore di Sangue. È stata una simpatica occasione per ricordare la presenza dell'Avis nel mondo del volontariato e l'importanza del suo operato nel contesto sociale.



Foto di gruppo



Aperitivo in Piazza

IL FERRO NELL' ORGANISMO

Il ferro è un nutriente essenziale per il benessere del nostro organismo poiché è un minerale necessario per la produzione dell'emoglobina, una proteina presente nei globuli rossi che serve a trasportare l'ossigeno in tutto il corpo. Il ferro, inoltre, interviene nella costruzione della mioglobina, proteina che si lega all'ossigeno presente nelle fibre muscolari, ed entra a far parte di vari enzimi che svolgono ruoli fondamentali in numerose reazioni metaboliche.



Il ferro presente nell'organismo deriva dall'alimentazione che, se varia e bilanciata, consente di mantenere l'equilibrio tra le perdite quotidiane di tale minerale (attraverso la sudorazione, l'urina, le feci, la desquamazione delle cellule intestinali, la mestruazione e l'allattamento nelle donne, la pratica di sport di durata, ecc.) e la sua introduzione con il cibo.

Il ferro introdotto con la dieta è trasportato all'interno dell'organismo da una proteina, la transferrina, ed è accumulato nel fegato sotto forma di ferritina, una proteina di deposito. Quando una persona ha una mancanza di ferro, il corpo utilizza in maniera automatica le riserve mantenendo così, finché esse non si esauriscono, livelli normali del minerale nel sangue. Per controllare se c'è una carenza di ferro è, quindi, necessario misurare sia il contenuto di ferro che di ferritina.

Il corpo umano ha bisogno di circa 10-12 milligrammi (mg) di ferro al giorno, valore che, in determinate condizioni, può aumentare fino a 20 mg. In particolare, possono essere a rischio di carenza di ferro nel sangue (anemia sideropenica) le donne in età fertile, gli sportivi e le persone colpite da disturbi intestinali da malassorbimento o da intolleranze alimentari.

ANEMIA

(mancanza di FERRO)

NORMALE



ANEMIA



I disturbi (sintomi) dell'anemia da carenza di ferro (sideropenica) sono molteplici: alcuni hanno caratteristiche comuni a tutte le forme di anemia; altri sono tipici della carenza di ferro.

Poiché il ferro è un componente essenziale non solo dell'emoglobina, ma anche di un gran numero di sostanze che favoriscono e aumentano la velocità delle reazioni chimiche (enzimi) e sono coinvolte in altri processi metabolici, bassi livelli di ferro possono provocare una riduzione del metabolismo energetico in generale. La gravità dei disturbi causati dall'anemia dipende da diversi fattori: i livelli di ferro circolante nel sangue, la quantità contenuta nelle riserve dell'organismo, l'età della persona, la contemporanea presenza di altre malattie, la velocità con cui si sviluppa l'anemia e la sua eventuale permanenza nel tempo (cronicizzazione). Una delle maggiori difficoltà nell'individuare l'anemia in fase iniziale dipende dalla lentezza con cui si sviluppa e dal conseguente, graduale, adattamento dell'organismo. È possibile, pertanto, scoprire delle forme di anemia che non causano disturbi (asintomatiche) in occasione di analisi di laboratorio eseguite per altri motivi. Altre forme, invece, provocano fastidi evidenti. I più comuni sono:

- *mal di testa (cefalea) ed emicranie frequenti e prolungate,
- *colorito pallido della pelle e delle mucose,
- *affaticamento e spossatezza (astenia) anche a riposo,
- *difficoltà respiratorie anche in assenza di esercizio fisico (dispnea).

Se sono presenti uno o più dei disturbi (sintomi) sopraindicati è consigliabile consultare il medico curante che effettuerà una visita generale e, se lo riterrà necessario, prescriverà alcuni semplici esami del sangue.

Per una prevenzione del problema, però, gioca un ruolo fondamentale l'alimentazione. Negli alimenti, il ferro è presente in due forme con diversa importanza dal punto di vista nutrizionale:

- *ferro eme, più facilmente assimilabile, presente nelle carni (fegato, manzo, prosciutto, bresaola, pesci, molluschi e crostacei) legato a proteine, le emoproteine;

- *ferro non-eme, di origine vegetale (cavoli di Bruxelles, spinaci, cacao, mandorle, fichi secchi) in forma inorganica.

La differenza tra questi due tipi di ferro è nel diverso meccanismo con cui viene assimilato: il ferro eme è assorbito da siti altamente specifici presenti nella mucosa intestinale e non è influenzato dalla presenza di sostanze che ne diminuiscono (inibitori) o aumenta-

no (promotori) l'assimilazione; per il ferro non-eme non ci sono meccanismi specifici, l'assorbimento è variabile ed è influenzato dalla presenza di inibitori o promotori.



Gli alimenti di origine animale che contengono una maggior quantità di ferro in forma eme, quindi più facilmente assimilabile, sono:

- *fegato e le frattaglie
- *carne, in particolare quella di tacchino
- *pesce
- *tuorlo d'uovo.

Gli alimenti di origine vegetale più ricchi di ferro non-eme sono:

- *legumi
- *funghi secchi
- *frutta secca (ad es. le albicocche secche)
- *cereali integrali (ad es. il riso)
- *farina di soia
- *verdure a foglia verde scuro (ad es. il crescione e il cavolo riccio).



Solo una parte del ferro introdotto con il cibo è assimilato dall'organismo; conoscere i fattori e gli alimenti che ne favoriscono l'assorbimento, quindi, è fondamentale per evitare che si verifichi una carenza.

Associazioni di sostanze nutritive che favoriscono l'assorbimento

Studi recenti, condotti su individui che seguono una dieta vegetariana o vegana hanno evidenziato come la carenza di ferro non sia così diffusa come ci si potrebbe aspettare in persone che non mangiano cibi con ferro facilmente assimilabile. Questo dipende dal fatto che i vegetali hanno un buon contenuto di ferro e anche di vitamina C (acido ascorbico), spesso presente in buona quantità al

loro interno (soprattutto in broccoli e cavolo cappuccio), che aumenta l'assorbimento del ferro non-eme da parte dell'organismo. Un ruolo positivo, in tal senso, è svolto dalla combinazione di alcuni alimenti fra loro per esempio agrumi, kiwi e pomodori, ricchi di vitamina C, e molti vegetali che contengono acido citrico.

Associazioni nutrizionali che ostacolano l'assorbimento

Tutti i cibi che contengono buone quantità di calcio (latte e latticini) e di tannini (caffè, tè) se assunti assieme ai cibi ricchi di ferro non-eme, ne riducono l'assorbimento poiché formano con esso dei complessi insolubili che inibiscono l'assimilazione del ferro stesso. Inoltre, la presenza di fitati (sostanze che inibiscono l'assorbimento di nutrienti) in alimenti di origine vegetale contenenti ferro, come legumi e cereali integrali, può ostacolare ulteriormente l'assorbimento. Per ridurre la presenza dei fitati nei cereali e nei legumi è sufficiente cuocerli dopo averli lasciati a bagno in acqua tiepida con mezzo limone per diverse ore; per diminuire i tannini del tè basterebbe ridurre il tempo di infusione e aggiungere succo di limone; per i tannini del caffè sarebbe sufficiente berlo lontano dai pasti; per ridurre gli effetti del calcio, sarebbe utile non eccedere nel consumo di latticini durante i pasti.

Qualora l'introduzione di ferro con la dieta non sia sufficiente a coprire il fabbisogno giornaliero si può fare ricorso ad alimenti fortificati, vale a dire integrati con ferro come, ad esempio, alcuni tipi di cereali per la colazione; in molti casi con una singola porzione si può raggiungere la dose di ferro giornaliera consigliata.

In caso di carenza accertata con esami clinici specifici, possono essere utilizzati degli integratori di ferro consultando prima il proprio medico per avere indicazioni sulle dosi. Un loro consumo eccessivo, infatti, può essere dannoso.



Patient Blood Management, l'Italia esempio per l'Europa

Gestire con oculatezza la risorsa sangue, con un'attenzione particolare verso il paziente in tutte le fasi pre e post operatorie. È questo il senso del cosiddetto "Patient Blood Management" (PBM), per il quale l'Italia è stata premiata al "Global Symposium Patient Blood Management" che si è recentemente tenuto a Francoforte.

"L'Italia è il primo paese in cui il PBM è supportato ufficialmente dal Ministero della Salute - spiega Kai Zacharowski dell'ospedale universitario di Francoforte, organizzatore del convegno a cui hanno partecipato oltre 200 esperti da tutta Europa - e potrebbe fare da esempio per gli altri paesi".

Cosa c'entra questo con il ferro? Secondo alcuni studi, affrontare da anemici un intervento di chirurgia maggiore può aumentare il rischio di mortalità dal 3% al 10%. Il problema, secondo alcune stime, può riguardare dal 5 al 20% della popolazione italiana, mentre a livello globale un articolo recentemente pubblicato da Lancet ha stimato che nel 2016 l'anemia da carenza di ferro era al quarto posto tra le patologie per anni vissuti con disabilità in 195 paesi.

Il PBM consiste in una serie di tecniche farmacologiche e non farmacologiche da adottare prima, durante e dopo l'intervento per evitare che il paziente arrivi anemico in sala operatoria. In Italia su questo tema sono state avviate diverse iniziative coordinate dal Centro Nazionale Sangue, per mandato del Decreto Ministeriale del 2 novembre 2015. Fra queste la campagna "Only One" con una pagina web dedicata e del materiale informativo tra cui un video sulla "giusta trasfusione". Sono state inoltre pubblicate le linee guida regolatorie sul PBM per tutti gli ospedali del SSN, e messi a punto degli indicatori per verificarne applicazione. *"La corretta gestione del paziente alla vigilia di un intervento chirurgico è un momento cruciale - spiega Giancarlo Liumbruno, Direttore del Centro Nazionale Sangue, che ha ritirato il premio a Francoforte e illustrato il sistema italiano durante una sessione del simposio - . Sappiamo che il mancato trat-*

tamento dell'anemia pre-operatoria equivale all'erogazione di prestazioni sanitarie sub-ottimali, con un aumento del rischio di complicanze anche gravi".

Le tecniche farmacologiche e non farmacologiche previste dal PBM, però, non si limitano a seguire il paziente prima dell'intervento ma sono previste anche una serie di tecniche da adottare durante e dopo l'intervento secondo tre "pilastri": ottimizzare la capacità di produrre globuli rossi; ridurre al minimo il sanguinamento; ottimizzare la tolleranza verso l'anemia agendo sulla capacità dell'organismo di tollerarla.

Se ben applicato, il PBM oltre a evitare le complicanze, può ridurre i tempi di degenza e ridurre sensibilmente la necessità di ricorrere alle terapie trasfusionali.



Eccesso di ferro

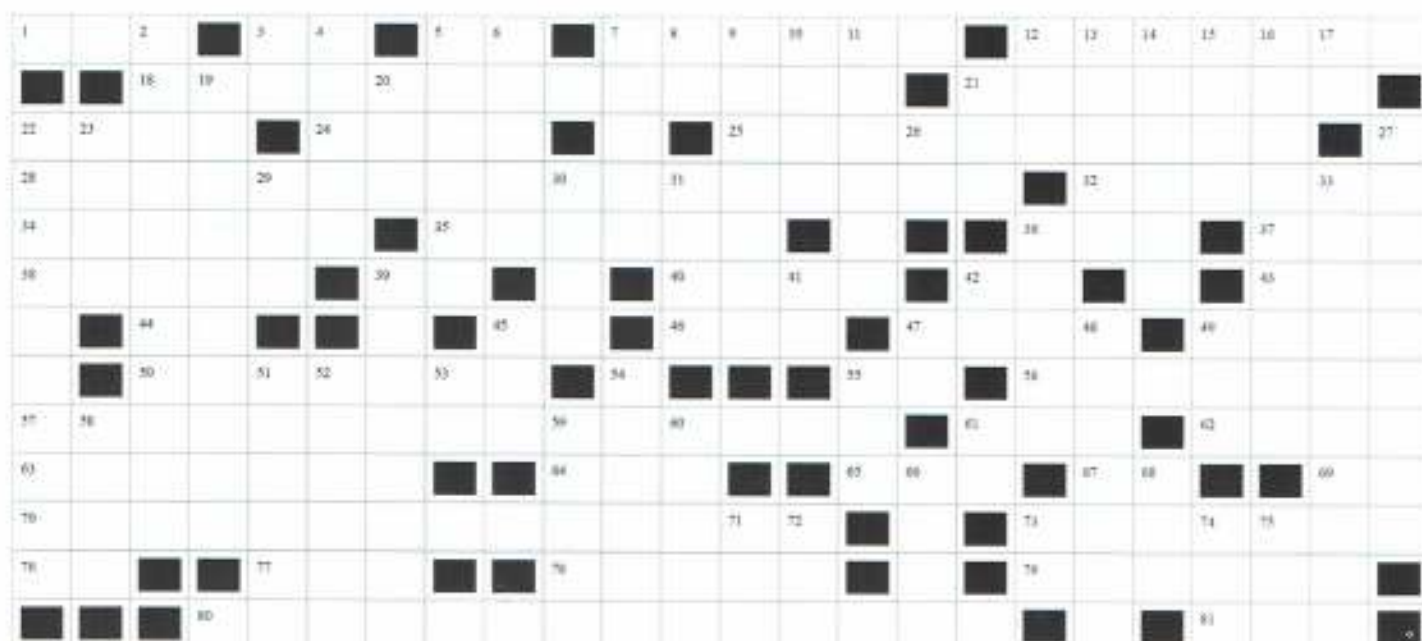
Fino a qui abbiamo trattato il problema della carenza di ferro ma anche un eccesso di ferro può determinare danni a tessuti ed organi (cuore, fegato e pancreas) e portare ad una situazione patologica nota come emocromatosi. Tale patologia può essere dovuta ad una non corretta alimentazione, alla conseguenza di malattie come alcuni tipi di anemia, la talassemia, l'epatopatia alcolica, oppure più frequentemente ad una malattia ereditaria, caratterizzata dal difetto di un gene (HFE), responsabile della regolazione dell'assorbimento del ferro assunto con gli alimenti.

La malattia dà segno di sé solo negli stati avanzati e i sintomi sono aspecifici. Il ferro svolge la sua azione tossica lentamente e in modo subdolo. Ecco che allora assume particolare importanza la prevenzione attraverso gli esami del sangue che consistono nel dosaggio della sideremia, transferrina, calcolo della percentuale di saturazione della transferrina e ferritina senza dimenticare che la prevenzione passa anche attraverso una dieta sana che comprende sia frutta e verdura, che cereali integrali, limitando il consumo di carne (soprattutto carne rossa).

Marina Guidetti

Fonti: Ministero della Salute e Avis SOS

CRUCIVERBA



ORIZZONTALI: 1. Si occupa di salute a livello mondiale (sigla) 3. Francesco, comico (iniz.) 5. Domenico, nuotatore (iniz.) 7. Nome di sovrani egizi 12. Anche se li inverte, il risultato non cambia 18. E' goloso di porcellini 21. La rossa italiana 22. Fiume di Firenze 24. Possono essere strapazzate 25. I vagiti dei bimbi 28. Disciplina sportiva 32. Può essere animale o vegetale 34. Può essere dolce 35. Proveniente dal bacino del più grande fiume egiziano 36. Scarto, divario 37. Emittente televisiva statunitense 38. In provincia di Catanzaro 39. Il maggiore fiume italiano 40. Prefisso che sta per cento 42. Pisa 43. Cittadina vietnamita 44. Modena 45. Nota 46. Ha cantato il gigante e la bambina 47. Uno dei profeti minori della Bibbia 49. La usano i poeti 50. Interrompe le relazioni tra Stati 55. Premio Nobel per la letteratura 56. Oriana Fallaci ci ambientò Niente e così sia 57. Assomiglia alla neutralità 61. Rete telematica 62. Il nome della Minnelli 63. Città della Repubblica Ceca 64. Abbreviazione di radiante 65. Lega professionistica americana di basket 67. Vie senza inizio 69. Romanzo di Stephen King 70. Movimento letterario italiano del Novecento 73. Re dei Feaci 76. ... fu siccome immobile 77. Ente Regionale Teatrale 78. In provincia di Varese 79. Può fare la fortuna di una campagna 80. I donatori avisini secondo una rubrica 81. Estate francese

VERTICALI: 2. Emozione 3. Ferrara 4. Lo chiede chi ha sbagliato 5. Derivante da Dio 6. Popolazione mitologica dell'Odissea 7. Non fronte 8. Preposizione articolata 9. Punito per un'infrazione 10. Posta elettronica non desiderata 11. Azionato dal vento 12. Cappello senza tesa 13. Canta Controvento 14. Stroppia 15. Rifugi di animali 16. Pendono dai lobi 17. Prefisso iterativo 19. Film con Will Smith 20. Il dog che si mangia 21. Con Di Bruno indica una famosa famiglia piemontese 22. Tragedia di Seneca 23. Il nome della Levi Montalcini 26. Luisa, Cantante e attrice (iniz.) 27. Molto caro 29. Sono simili ai DIN 30. Non bassa 31. Lo segue la pratica 33. Sepoltura in terra 36. Quinto pianeta del sistema solare 39. Che possono esprimersi con la voce 41. Trento 42. Pubblico Ministero 45. Nebbia britannica 47. Aosta 48. C'era quella Cumana 49. Emittente radiofonica 51. Mr., film diretto da Jodie Foster 52. Corrado che ha scritto Gente in Aspromonte 53. Gigi a metà 54. Vi si arenò l'Arca 55. Sostenitore 58. Ottimi con la poenta 59. Figlia di Zeus 60. Saluti strazianti 61. Le vere iniziali di Walter Chiari 66. Mister interpretato da Rowan Atkinson 68. Risponde sempre 71. Sigla internazionale dell'India 72. Africa Orientale Italiana 73. Associazione Sportiva 74. Prima dell'IVA 75. King Cole

Soluzioni numero precedente:

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

teckna
minuteria metallica

Sede Operativa Via delle Cave, 20
28010 Alzo di Pella (NO) Italia

Sede Legale Via Carale di MAsera, 17
28845 Domodossola (VB) Italia

Tel 0322 969185 Fax 0322 969253
email: tecknasrl@virgilio.it



DECESSI

BORGOMANERO

Il 01 maggio 2018, a Borgomanero, all'età di 72 anni, è deceduto **FRANCESCO RIVA**, donatore dell'Avis di Borgomanero premiato con la medaglia d'argento per le 40 donazioni effettuate. Condolganze al figlio Matteo Riva, donatore dell'Avis di Borgomanero.

FONTANETO D'AGOGNA

Il 25 aprile 2018, a Fontaneto d'Agogna, all'età di 83 anni, è deceduto **OSVALDO PLATINI**. Condolganze alla moglie Rosa Temporelli e al figlio Graziano Platini, entrambi donatori dell'Avis di Fontaneto d'Agogna.

GATTICO

Il 16 maggio 2018, a Gattico, è deceduta **LUIGIA TARTAGLIA**. Condolganze ai figli Barbara, Carlo e Dario Godio, tutti donatori dell'Avis di Gattico.

L'11 maggio 2018, a Berzonno, è deceduto **ANGELO VESCO**. Condolganze al figlio Giancarlo Vesco, donatore dell'Avis di Gattico.

GOZZANO

Il 20 aprile 2018, all'Ospedale di Borgomanero, è deceduto **CARLO**

CROLA. Condolganze al figlio Claudio Andrea Crola, donatore dell'Avis di Gozzano.

Il 14 giugno 2018, all'età di 44 anni, è deceduto **ROBERTO LIGATO (BOBO)**. Condolganze al fratello Patrizio, alla cognata Maria Assunta e alle nipoti Soraya e Veronica, tutti donatori dell'Avis di Gozzano.

MAGGIORA

Il 25 giugno 2018, a Maggiora, all'età di 80 anni, è deceduto **CARLO ZANETTA**. Le più sentite condolganze a tutta la famiglia ed in particolare al figlio Fabrizio, donatore dell'Avis di Maggiora.

SANTA CRISTINA

Il 18 marzo 2018 è mancata **LUCIANA MORA** vedova Mora. Sentite condolganze alla figlia Valeria ed al genero Alain Barberi, ex capogruppo del Gruppo Avis di Santa Cristina.

Il 03 maggio 2018 è mancato dopo una lunga malattia **SANDRO MEDINA**. Sentite condolganze a tutta la sua famiglia, ricordando il fratello Renzo, i nipoti Teresio, Marco, Paolo ed Alessia, tutti donatori e medaglie d'oro del

Gruppo Avis di Santa Cristina.

Il 1° maggio 2018, a Dormelletto, all'età di 93 anni, è deceduto **BRUNO BROVELLI**. Lascia la figlia Sandra Brovelli con il marito Felice Giacometti, ex presidente e donatore del Gruppo Avis di Santa Cristina. Condolganze anche al nipote Luca Giacometti, anche lui donatore attivo del Gruppo Avis Santa Cristina, con Stefania Zanetta e le piccole Zoe ed Olivia

SANTO STEFANO-VERGANO

Il 12 aprile 2018, a Mercurago, all'età di 78 anni, è deceduta **MARIA GABRIELLA FLORA**. Condolganze alla figlia Grazia Lo Grasso e al genero Rocco Fracassini, entrambi donatori del Gruppo Avis di Santo Stefano-Vergano.

SORISO

Il 7 luglio 2018, all'età di 79 anni, è deceduto **ALESSIO PINATO**, da sempre impegnato per il sociale, sindacalista alla Bemberg e fondatore del Centro Anziani di Gozzano. Condolganze alle figlie Monica e Fiorenza Pinato, donatrici dell'Avis di Soriso, e al genero Massimo Lancellotti, donatore e presidente dell'Avis di Soriso.

MATRIMONI

Il 27 aprile 2018, a Carciano di Stresa, si sono uniti in matrimonio **GIUSEPPE SMARRELLI**, donatore dell'Avis di Gozzano, e **SIMONA BETTI**.

Il 26 maggio 2018, presso il Comune di Borgomanero, il Presidente del Consiglio Comunale Luigi Laterza ha unito in matrimonio **ANGELO SCALERCIO** e **RENATA MARIA CERUTTI**, entrambi donatori del Gruppo Avis di Santo Stefano-Vergano. Congratulazioni anche alla figlia Silvia Nespoli, donatrice, ed alle famiglie Cerutti, Fornara ed Ariati che contano molti donatori avisini.

NATI

DAVIDE, nato a Borgomanero il 22 febbraio 2018, figlio di Andrea e Cristina Mazza. Congratulazioni alla zia, Alice Barcellini, donatrice del Gruppo Avis di Santa Cristina.

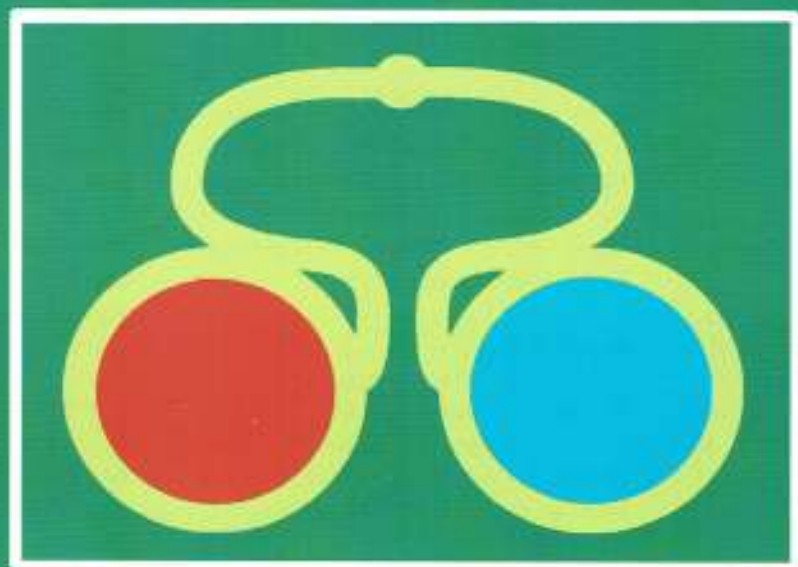
COMPLEANNO

FRANCO GUALEA, ex donatore e attuale benefattore dell'Avis di Pella, ha compiuto 100 anni. E' infatti nato a Pella (allora Castelli Cusani) il 13 maggio 1918. Per festeggiare degnamente questo compleanno speciale, ha riunito parenti ed amici il 20 maggio a Pella. Tanti auguri da tutta la famiglia avisina.

LAUREE

CHIARA OIOLI si è laureata il 23 marzo 2018 all'Università degli studi Bicocca di Milano alla sezione Dipartimento di Sociologia e Ricerca Sociale con la tesi di Sostegno all'inclusione attiva "Analisi e valutazione degli effetti in vista dell'introduzione del reddito di inclusione". Relatore il prof. David Benassi. Congratulazioni alla neo laureata e al padre Luigi Oioli, consigliere dell'Avis di Gattico.

FABIANO NOBILI il 16 aprile 2018 ha conseguito la Laurea Magistrale in Scienze Infermieristiche e Ostetriche presso l'Università del Piemonte Orientale "Amedeo Avogadro" con la votazione di 102/110. Congratulazioni al neo laureato e al padre Osvaldo Nobili, consigliere dell'Avis di Gattico.



OTTICA BACCHETTA

**MONTATURE
E LENTI A CONTATTO**

Corso Roma, 24
BORGOMANERO (NO)
Tel. 0322. 84.53.68