



## Per AVIS tempo di assemblee

*Danila Bassetti - Presidente AVIS Comunale Trento*

I primi mesi dell'anno 2019 hanno visto i dirigenti avisini freneticamente impegnati nell'adeguamento dei vari statuti al Codice del Terzo Settore, vista la scadenza del 3 agosto 2019, quale termine ultimo per provvedere a quanto richiesto per essere a tutti gli effetti un ente del Terzo Settore, nella fattispecie una Rete Associativa Nazionale (RAN). Il 12 gennaio 2019 AVIS nazionale ha approvato il suo nuovo Statuto, dando a ruota l'avvio al necessario adeguamento degli statuti delle proprie sedi territoriali. Con il nuo-

vo Statuto approvato AVIS Nazionale è diventata Ente del Terzo settore (ETS) costituito nella forma giuridica di Organizzazione di volontariato (OdV) e di Rete Associativa Nazionale (RAN); nello stesso contesto sono state votate le bozze di Statuti tipo per le AVIS Regionali e/o Equiparate, Provinciali e/o Equiparate e Comunali e di Base. Importanti modifiche riguardano gli articoli 3 (Attività), 4 (Soci), 6 (Costituzione e adesione delle Associazioni locali), 14 (Organo di controllo), mentre un nuovo articolo, il 21, entra nel merito dell'obbligo del bilancio sociale.

Durante i mesi di gennaio e febbraio le AVIS di Base hanno provveduto all'approvazione dei nuovi Statuti nell'ambito delle assemblee ordinarie che prevedevano anche una parte straordinaria specifica. Sabato 9 marzo si è svolta l'Assemblea annuale di AVIS Trento che ha recepito gli adeguamenti del proprio statuto senza particolari problemi o eccezioni ed approvato attività, bilancio consuntivo 2018 e preventivo 2019.

Il 7 aprile si è tenuta a Condino l'assemblea di AVIS del Trentino equiparata Regionale nella sua for-



*Delegazione trentina all'Assemblea nazionale AVIS di Riccione*

ma ordinaria per attività e bilanci e nella forma straordinaria per adeguamento statutario in presenza di notaio, stante la sua configurazione di personalità giuridica. Proprio per questa sua caratteristica, qualsiasi variazione statutaria doveva essere preventivamente valutata dal Commissariato del Governo, che ha eccepito la mancanza di un disposto da parte del Ministero degli Interni bloccante al momento la sua ratifica. Una circolare esplicativa del 13 maggio 2019 da parte del Ministero del Lavoro consentirà a breve l'adeguamento anche a livello regionale. Dal 17 al 19 maggio si è tenuta a Riccione l'annuale Assemblea AVIS nazionale, cui ha partecipato la delegazione trentina con rappresentanti anche di AVIS Comunale Trento: sono state presentate le esigenze e difficoltà dei nostri donatori e dirigenti associativi dovute essenzialmente ad un mancato ricambio generazionale, che rende particolarmente necessaria una massiccia opera di promozione avisina.

### Sommario

Per AVIS è tempo di assemblee	1
AVIS Comunale - TRENTO	2
AVIS di Base - RAVINA - ROMAGNANO	8
AVIS di Base - MATTARELLO	9
AVIS di Base - SARDAGNA	13
AVIS di Base - VILLAZZANO	14

## Patto d'Amicizia fra Trento e Bondeno

Danila Bassetti

Sabato 28 aprile le sezioni comunali di AVIS Trento e Bondeno hanno suggellato un patto di amicizia in occasione della visita nella nostra città di ben centoventi soci avisini e simpatizzanti provenienti dalla cittadina



di Bondeno in provincia di Ferrara. Dopo un'iniziale accoglienza ed una visita guidata nel nostro centro cittadino, in occasione del pranzo con tipico menù trentino, si è svolta la parte ufficiale dell'incontro con



scambio dell'impegno di amicizia da parte dei due presidenti (Mario Sforza per Bondeno e Danila Bassetti per Trento) materializzato in due pergamene e con l'invito a partecipare alle nostre prossime iniziative.



Spillette promozionali di Fabio Vettori

# IN Salute e PER la Salute con AVIS

Danila Bassetti

L'Assessorato alla Salute PAT ha recentemente approvato il progetto "IN Salute e PER la Salute con AVIS" presentato da AVIS Comunale Trento nell'ambito del bando "Progetti di attività innovative o sperimentali di promozione della salute e incentivazione di sani stili di vita" per l'anno 2019 come da deliberazione della Giunta provinciale n. 535 del 29 marzo 2018. Il progetto rientra nelle attività di mission allargata promossa da AVIS, che, oltre a proporsi la copertura del fabbisogno provinciale e nazionale di sangue e prodotti emoderivati, incentiva la diffusione di sani stili di vita, atti a garantire, oltre alla salute dei propri associati, qualità e sicurezza del dono del sangue e plasma. L'adozione di buone pratiche comporta anche la riduzione di sospensioni temporanee o permanenti dei donatori di sangue dovute a patologie correlate a fattori comportamentali e pertanto prevenibili con una maggiore consapevolezza degli stessi rischi connessi. La conoscenza di questi ultimi e la messa in atto di misure preventive migliorerebbero lo stato di salute dei nostri concittadini e garantirebbero una continuità donazionale di sangue nei nostri soci. L'iniziativa è rivolta ai soci AVIS e a tutta la popolazione, cogliendo l'occasione anche di raccogliere nuove iscrizioni ad AVIS per un adeguato ricambio generazionale e per la diffusione della cultura del "Dono".

Il progetto è stato ufficialmente presentato presso la Sala Rosa del Palazzo della Regione il 2 maggio, quando un folto pubblico ha ascoltato i dottori Roberto Bonmassari e Fabrizio Guarracini dell'U.O. Cardiologia dell'ospedale Santa Chiara di Trento in merito ai fattori di rischio cardiologico. Nella stessa serata è stata prospettata l'attività fisica di Nordic Walking secondo le iniziative dell'Associazione Camminare-Trentino e di balli di gruppo e biodanza proposti dal MSP Trentino. Ciò al fine di sottolineare l'importanza dell'aggregazione sociale come momento motivazionale e di recupero di valori e tradizioni. AVIS Comunale di Trento ha stipulato con queste due associazioni delle convenzioni per un accesso agevolato dei soci avisini.

Il risultato di tale iniziativa, in ordine all'adeguamento a sani stili di vita, è facilitato dall'utilizzo dell'applicativo "TrentinoSalute+" messo a disposizione dall'Assessorato alla Salute PAT, dove il coach vir-



tuale Salbot monitorerà ogni nostro progresso ed il raggiungimento di obiettivi salutari con accumulo di punti da destinarsi al nostro progetto.

A chi assegnerà minimo 120 punti al progetto di AVIS Comunale di Trento, verrà fatto omaggio di una maglietta appositamente predisposta e delle spillette promozionali opera di Fabio Vettori!

Particolari precisi sono disponibili sul sito [www.aviscomunaletrento.it](http://www.aviscomunaletrento.it)

**Aderisci al nostro progetto: avrai grandi vantaggi per la**

- *la salute tua;*
- *la salute verso gli altri;*
- *la promozione dei valori di AVIS.*



Serata informativa 2 maggio 2019 – Sala Rosa Palazzo Regione

# La 16a Giornata Mondiale del Donatore di Sangue

Danila Bassetti



Con un gazebo a Trento in via Oss Mazzurana, AVIS Comunale Trento ha voluto ricordare a tutta la cittadinanza la ricorrenza della Giornata Mondiale del Donatore di Sangue (World Blood Donor Day), giunta alla sua 16a edizione, da quando nel 2004 l'Organizzazione Mondiale della Sanità la istituì nel giorno genetliaco di Karl Landsteiner, scopritore dei gruppi sanguigni e per tale motivo insignito del premio Nobel nel 1930. Ogni anno viene scelta una nazione ospitante i festeggiamenti ufficiali e quest'anno toccava alla città di Kigali nel Ruanda. Con

grande soddisfazione si è appreso che l'anno prossimo l'insediamento ufficiale della Giornata spetterà all'Italia: sarà sicuramente un'occasione importante per promuovere ulteriormente la cultura del dono, che è una delle nostre eccellenze. Il sistema sangue italiano, che a differenza di altri paesi si basa totalmente sulla donazione volontaria e non remunerata, conta, al momento, oltre 1,7 milioni di donatori, di cui 1,3 periodici e oltre 300mila alla prima donazione. Il numero di donazioni è stato di poco superiore ai 3 milioni con un'incidenza sulla popolazione di circa 50 per ogni mille abitanti: in media, si parla di una donazione di sangue ogni 10 secondi che consente di trasfondere circa di 1.745 pazienti al giorno e di trattare con medicinali plasmaderivati migliaia di persone al giorno.

Come le precedenti edizioni, AVIS Trento ha voluto celebrare la Giornata coinvolgendo, oltre alla Lega Pasi-Battisti, anche le altre associazioni del Dono, ADMO e AIDO. Al gazebo erano presenti le studentesse del Liceo Classico "G. Prati" di Trento al termine della loro settimana di alternanza Scuola/Lavoro presso AVIS. Con l'occasione è stata promossa l'iniziativa "IN Salute e PER la Salute con AVIS", finalizzata



alla pratica di sani stili di vita. I passanti sono stati incuriositi anche dalla distribuzione delle spillette promozionali ideate da Fabio Vettori con le famose formichine intente a donare il sangue e ad eseguire attività fisica collettiva in allegria (nordic walking e balli di gruppo).

La Giornata si è conclusa con l'iniziativa "Musica nel sangue" presso il teatro parrocchiale di Mattarello per l'organizzazione delle AVIS di Base di Mattarello e Ravina Romagnano con i Cori Vocinmusica e Camusa Moire diretti rispettivamente da Evelin Boccone e Federico Viola e la presentazione di Diego Tomedi.

Un coro collettivo improvvisato è stato l'arrivederci per la prossima Giornata Mondiale del Donatore di sangue in Italia!

## Volontari cercasi

Avis comunale Trento comunica che presso la Banca del Sangue di Trento è nuovamente disponibile lo spazio dedicato alle attività di accoglienza associativa: si cercano nuovi volontari per ampliare il servizio ed essere così più vicini ai nostri donatori. **Spedite le adesioni a [trento.comunale@avis.it](mailto:trento.comunale@avis.it)** e sarete contattati per una formazione specifica adeguata.

**Donare è bello, sentirsi accolti è piacevole e confortante:** il servizio di accoglienza è pertanto importante per la fidelizzazione del donatore e per la crescita del senso di appartenenza in chi dona e chi accoglie!

### "Musica nel sangue"



## Attività promozionale della Commissione Sport

Danila Bassetti

Anche il primo semestre del 2019 ha visto la Commissione Sport AVIS Comunale Trento, coordinata da Ivano Facchinelli, fortemente impegnata in diverse manifestazioni sportive per la promozione dei



suoi valori fondati sulla solidarietà, sul rispetto di ruoli e persone e sulla diffusione di sani stili di vita, indispensabili per garantire performances ottimali finalizzate anche al conseguimento di successi sportivi. L'occasione è stata propizia per sperimentare la condivisione degli eventi con più sezioni di AVIS, nello spirito di "Rete Associativa Nazionale", che ispira la nuova stesura del nostro Statuto.

Il primo appuntamento si è tenuto il 2 febbraio presso la palestra Navarini di Ravina con lo svolgimento del 23° Torneo AVIS Trento di calcio a 5, con vittoria della squadra allievi US Mattarello.

La 28a edizione del "Memorial Ugo Bortolotti", tradizionale torneo di primavera organizzato in collaborazione con la Virtus Trento, si è svolta presso il campo da calcio "Talamo" il 1 maggio con l'assegnazione anche del premio "Paolo Osti" a Christian Perugini, quale tecnico regionale distintosi in campo

giovanile: la rappresentativa Under 15 del Comitato di Trento si è aggiudicata il Trofeo AVIS, appositamente predisposto come opera di incisione lignea molto apprezzata per stile e significato. La presenza di due giocatori di volley trapiantati di rene ha riportato l'attenzione sull'importanza della cultura del dono e della sua diffusione tra i giovani.

La 65a edizione della Coppa "Carlo Biasior" per la categoria di Calcio Pulcini ha visto il 2 giugno l'affermazione della squadra "Audace" di Caldonazzo: la manifestazione, che si colloca tra le più storiche d'Italia, curata dalla regia del presidente della Virtus Trento, Luciano Franceschini, ha visto la partecipazione di ben dieci squadre che si sono affrontate attraverso due gironi di qualificazione ed una fase finale. Un folto pubblico presente ha accompagnato con entusiasmo l'evento, ripagando sforzi ed energie impegnate per la sua realizzazione.





23° Torneo AVIS Trento calcio a 5



8a edizione Memorial "Ugo Bortolotti" e premio "Paolo Osti"



65a edizione Coppa "Carlo Biasior"

## Collaborare è utile, e bello

Alberto Coser

Primavera di intensa attività per AVIS di Base Ravina e Romagnano. Anche quest'anno ha dato la disponibilità al Circolo "Le Fontane" nell'organizzazione di "Romagnano in festa", con la convinzione che per promuovere il dono del sangue, sia necessario essere presenza attiva nei territori, tra le associazioni e i gruppi, in modo da condividere e mettere in pratica le fatiche e le gioie del volontariato. Il nostro compito all'interno della festa è stato quello di dare una mano concreta nei vari momenti ma, soprattutto, nell'organizzazione di un pomeriggio spensierato di alcune "tombole" dove le persone vincendo ai vari ambo, terna e cinquina, ecc. potessero ricevere premi firmati AVIS, premi acquistati all'AVIS Service e ben riconoscibili che rimarranno come nostro ricordo per parecchio tempo.

Altra attività è la tradizionale Festa degli Alberi per le due scuole primarie di Ravina e Romagnano. Il nostro ruolo è stato quello di far trascorrere un paio d'ore del pomeriggio giocando nella natura con i duecentocinquanta bambini che, stimolati in modo ludico, ma contemporaneamente molto istruttivo nei dodici punto gioco predisposti: il tema della giornata era proprio la festa degli alberi quindi l'argomento riguardava l'ambiente, il bosco e la natura e pur non pubblicizzando direttamente il dono del sangue ci siamo fatti ben riconoscere, sperando di aver trasmesso la nostra voglia di dare e fare per gli altri.

Altro intervento è la nostra collaborazione (sempre più forte) con AVIS di Base Mattarello in due iniziative: la 1a "CamminAVIS" (sulla quale riferiamo nelle pagine successive) e il concerto di fine stagione dal

titolo "Con la musica nel sangue" tenutosi a Mattarello nel teatro oratorio dove si sono esibiti due cori del territorio: Vocinmusica di Ravina e il Camusa Moire di Trento.

Come Direttivo ringraziamo tutte le persone, i gruppi e le associazioni con le quali abbiamo collaborato, sempre più consapevoli che abbiamo bisogno di unità per riuscire a trasmettere più forte e significativo il nostro messaggio di vita.



# Successo per la 1a CamminAVIS

Giorgio Corradini



## Il programma

Questo il programma della 1<sup>a</sup> CamminAVIS: ritrovo alle 8.00 presso il centro civico San Vigilio; partenza alle 9.00 lungo il percorso (in salita) Mattarello (198 slm), Màs del Cuco, Sentiero SAT 446, Forte Fornàs (756 slm, dislivello 558 m); (in discesa) Forte Fornàs, Valsorda, Dos del Pin, Maso Martinelle e Forte di Mezzo (358 slm, dislivello 398 m). Mete del circuito sono le due opere austroungariche che facevano parte del sistema di sbarramento a difesa di Trento: la prima edificata sulle pendici della Vigolana tra il 1878 e il 1880; la seconda costruita fra il 1879-1880, che faceva parte del sistema fortificato di Mattarello, e la cui area è stata oggetto di un significativo intervento di riqualificazione sia degli spazi esterni che della vecchia "casamatta".

Domenica 26 maggio la sezione AVIS di Base di Mattarello ha organizzato la 1<sup>a</sup> CamminAVIS, camminata a passo libero su un percorso di circa undici chilometri, dalla Corte del Centro Civico San Vigilio al Forte Fornàs sulla Vigolana, per proseguire verso Valsorda, scendere al Dos del Pin e concludersi al Forte di Mezzo.

Intitolata alla memoria di Renato Cagol (1932-2018), che nel 1971 è stato tra i soci fondatori dell'AVIS di Base di Mattarello, e organizzata in collaborazione con AVIS Comunale di Aldeno-Cimone-Garniga, AVIS di Base Ravina-Romagnano, Associazione "Mamme Insieme" e Associazione "A.R.T.I.C.I.-Le Ali della Coccinella", la camminata ha visto la partecipazione di un gran numero di volontari, sia alla partenza per la consegna della t-shirt





tecnica, dell'acqua e della frutta, sia nei punti critici del percorso, ben segnalato, sia nei punti di ristoro al Forte Fornàs e presso la casamatta al Forte di Mezzo, dove è stato offerto il gustoso pranzo preparato con maestria dalle amiche AVIS del sobborgo.

Alla prima CamminAVIS si sono iscritte duecentoventi persone che hanno avuto il piacere di indossare la maglietta bianca con il logo AVIS stampigliato e hanno creato un bel colpo d'occhio durante l'intera manifestazione, che concretamente ha tradotto in pratica le caratteristiche dell'ideale sforzo consigliato anche da Marco Patton (partecipante alla camminata e protagonista della serata informativa tenutasi a Mattarello venerdì 24 maggio), effettuando cioè uno sforzo in salita e un impegno in discesa per far sì che questo movimento risulti efficace al benessere generale della persona. Decisamente confortante la presenza di ragazzi che,

numerosi, hanno camminato assieme al gruppo, con il pensiero che il loro avvicinarsi ad AVIS con questa modalità li porti, più avanti, ad esprimere in concreto il loro gesto come donatori. Corale la soddisfazione per il fatto che in un maggio fresco e piovoso il sole ci abbia regalato una giornata meravigliosa, nella quale tutto si è svolto secondo programma e senza problemi.

Il presidente Livio Avi ringrazia le istituzioni e i volontari che hanno assicurato con il loro sostegno e la loro collaborazione il pieno successo di questa prima edizione della CamminAVIS: la Circoscrizione e il CoPAG di Mattarello, il direttivo AVIS del sobborgo, Ruggero Tamanini, ideatore del percorso, Paola Barducci, accompagnatore di territorio in Trentino, i Carabinieri della Stazione di Mattarello e il Corpo dei Vigili del Fuoco volontari di Mattarello. Arrivederci alle prossime edizioni della CamminAVIS.





*Nelle foto di Marco Perini© alcune immagini della giornata: la partenza dal San Vigilio, i camminatori lungo via Guido Poli (pag. 9) e in prossimità del Maso Martinelle (sopra); il punto ristoro, sosta e foto di gruppo presso il Forte Fornàs; il momento conviviale al Forte di Mezzo allietato dalle musiche del gruppo dei The Mesh-Ap; gli organizzatori (pag. 10).*

## Camminare è la miglior medicina!

*Giorgio Corradini*

Invitato dall'AVIS di Base di Mattarello e dall'associazione "Mamme Insieme", Marco Patton, noto maratoneta e naturopata, nella serata di venerdì 24 maggio ha parlato dei grandi benefici del camminare in montagna per stimolare la circolazione cardiocircolatoria e quella del sistema linfatico attivando le difese immunitarie e lo scambio energetico e salutare degli ioni sul nostro corpo respirando i profumi della natura. L'OMS nel 1946 aveva definito la salute come «uno stato di completo benessere fisico, psichico e sociale e non semplicemente l'assenza di malattia e infermità». Ippocrate (460-370 a.C.), considerato il padre della medicina, sosteneva che tutte le parti del corpo, che hanno tutte una specifica funzione, se usate con continuità e moderazione si sviluppano e invecchiano lentamente; il loro non uso comporta una predisposizione a malattie e precoce invecchiamento: «Se si riuscisse a dare a ciascuno la giusta dose di nutrimento e il giusto sforzo fisico – diceva – avremmo il benessere». La moderna ricerca medico-scientifica conferma l'importanza dell'attività fisica: muovendoci e camminando, diamo una spinta al sangue e al sistema linfatico che è collegato al sistema immunitario, e apportiamo benefici all'apparato muscolare e scheletrico; camminando all'aperto, nei boschi e nei prati, percorrendo un sentiero in montagna riceviamo la luce del sole e creiamo positive relazioni sensoriali con il verde e l'azzurro dell'ambiente che coinvolgono vista ed udito intervenendo sul metabolismo e potenziando il nostro benessere. E per concludere ecco alcune regole semplici ma importanti: ciascuno deve trovare il giusto passo, idratarsi e bagnarsi polsi e fronte. Muoversi in montagna è un modo di camminare vivificante, perché ci consente di gustare momenti di riflessione che ci permettono di recuperare il rapporto che abbiamo con noi stessi mettendo ordine nelle nostre idee.

## Conosciamo gli effetti dell'elettrosmog? E cosa ci spalmiamo sulla pelle?

Giorgio Corradini



Serata quanto mai interessante e partecipata quella che venerdì 22 marzo ha visto protagonista Teresa Fabbri che ha parlato sulla lettura delle etichette e la conoscenza degli ingredienti dei cosmetici che spalmiamo sul nostro corpo. Dopo essersi soffermata sull'anatomia e fisiologia della pelle ed averne elencato le sue importanti funzioni la relatrice ha spiegato come sia importante fare attenzione alla scelta dei cosmetici che usiamo partendo dall'INCI (*International Nomenclature of Cosmetic Ingredients*), cioè dalla lettura dell'etichetta che ci dice cosa il prodotto contiene. Non è un'operazione semplice visto che: le sostanze chimiche sintetiche così come i derivati vegetali che abbiano subito una trasformazione chimica vengono indicati generalmente in inglese; i derivati vegetali, quelli originali, che hanno solo l'estrazione, hanno un nome botanico in latino; i coloranti hanno codici che iniziano per CI seguiti da un numero; profumi ed aromi hanno una dicitura generica (*fragrance* o *parfume*). Ricordiamoci poi che il cosmetico ha una chimica molto complessa e contiene sostanze di base come tensioattivi (azione pulente), emulsionanti (azione

fluidificante), lipidi (azione idratante), umettante (azione umidificante), coloranti (per renderlo più bello), antiossidanti (per evitarne il degrado), antimicotici e conservanti (per evitare la proliferazione batterica o funghi) ed infine componenti profumati. Dobbiamo quindi avere molta cura nella scelta dei prodotti che portiamo a contatto della nostra pelle, – ha insistito la relatrice – per evitare problemi, dai più banali a quelli importanti! Quindi le regole di base per scegliere un cosmetico possono essere queste: che sia ricco di oli vegetali come agenti emulsionanti; privo di conservanti parabenici ma ricco di antiossidanti; contenga fragranze prive di allergeni; in etichetta non compaiano sigle come SLES-SLS (tensioattivi); sia privo di coloranti; sia un prodotto testato al nichel e a basso impatto ambientale; non sia testato su animali (e abbia un prezzo accessibile).

Venerdì 8 febbraio Justina Claudatus, medico di medicina ambientale, ci ha parlato degli effetti dell'elettrosmog sulle persone. Ha esordito parlando dei sintomi diversificati e delle patologie di gravità variabile non sempre adeguatamente valutate e trattate che le onde manifestano negli elettrosensibili (le persone sensibili ai computer, ai cellulari, alle correnti elettriche) soggetti ad astenia, cefalee, ipertensione, nervosismo, insonnia; nei fibromialgici, che avvertono dolori muscolari; nei i soggetti che manifestano la MCS (Sindrome Chimica Multipla), una manifestazione infiammatoria tossica somigliante a un'allergia, ma che può interferire nella qualità della vita di tutti i giorni con effetti anche invalidanti di tipo allergico come difficoltà respiratoria, nausea, emicrania, dermatite da contatto, vertigini, ipersensibilità agli odori e manifestazioni talvolta anche gravi a livello neurologico, come sdoppiamento della personalità e amnesia. Sempre più numerosi studi scientifici dimostrano la pericolosità dell'esposizione

continua a questi campi elettromagnetici, per cui per difendere la nostra salute dobbiamo almeno cercare di limitare questi campi, per esempio, spegnendo le WI-FI quando non servono, e stando più lontani dai computer, cercando di non utilizzare apparecchiature almeno la notte, quindi dormendo in stanze dove non ci siano telefoni Cordless, radiosvegli, cellulari vicini, TV o altri apparecchi elettrici in stato di stand-by. La relatrice ha ricordato che ci sono apparecchiature che bloccano queste onde, esistono vernici e pitture adatte, ci sono stoffe che assorbono le onde. Ha suscitato un'ampia discussione l'avvento della rete di nuova generazione 5G, ovvero dell'era dei dispositivi sempre connessi, traguardo e business delle grandi compagnie di telecomunicazioni, della copertura capillare con i ripetitori e con segnali che viaggeranno a frequenze molto più alte e più penetranti. Sugli effetti che questa nuova tecnologia avrà sulla nostra salute non sembra ci siano ancora studi adeguati.

# Festa e benemerenze con “Inno al Donatore”

Tiziano Berti

*Ospiti e soci premiati alla Festa del Donatore di Sardegna*



Domenica 24 febbraio 2019 l'AVIS di Base di Sardegna ha organizzato la Festa del Donatore”, annuale appuntamento celebrativo che vuole testimoniare i valori della solidarietà e della gratuità del dono del sangue. La giornata è iniziata con la celebrazione della Messa per ricordare i Soci scomparsi. Durante l'omelia il parroco don Severino Vareschi ha ringraziato i donatori per la preziosa opera svolta in favore della comunità, ribadendo l'alto valore del dono in una società molto spesso sorda al richiamo dei bisogni del prossimo e invitando i giovani a diventare loro stessi donatori per dare una testimonianza tangibile di gratuito altruismo e di umana solidarietà. Al termine della celebrazione eucaristica il Coro parrocchiale ha intonato le note dell' “Inno al Donatore”, un brano inedito che ha suscitato curiosità e forte emozione. La presidente di AVIS Comunale di Trento Danila Bassetti, presente alla cerimonia, ha chiesto espressamente la presenza del Coro in occasione della Festa del Donatore di Trento di fine anno. Soci e simpatizzanti si sono poi ritrovati nei locali della parrocchia dove il Direttivo aveva predisposto un ricco rinfresco a contorno delle premiazioni per i traguardi raggiunti dai nostri iscritti. Il presidente Berti, dopo i ringraziamenti e le presentazioni di rito, ha sottolineato come sia fondamentale la presenza

dell'AVIS nella nostra società, chiamata a svolgere un compito molto importante sotto il profilo sanitario garantendo a tutti indistintamente e gratuitamente il sangue necessario a ridare la vita. La presidente Bassetti, nel ribadire come il sangue ed il plasma siano ancora i presidi sanitari considerati attualmente insostituibili, ha voluto rivolgere un pressante invito ai giovani affinché si avvicinino alla nostra associazione nel doppio ruolo: come donatori e proponendosi a ricoprire cariche elettive, per garantire il naturale e necessario ricambio generazionale.

La distribuzione dei diplomi e delle benemerenze a visto premiati i seguenti soci:

Benemeranza in Rame (per aver raggiunto il traguardo delle sei-otto donazioni e tre anni di iscrizione all'AVIS) Anna Berloff, Letizia Depedri, Daniela Forero Ostos ed Enrico Lott;

Benemeranza in Argento (dodici-sedici donazioni e cinque anni di iscrizione) Raffaella Arcuti, Michael Berti, Sonia Trentini;

Benemeranza in Argento dorato (ventiquattro donazioni e dieci anni di iscrizione) Mirko Demozzi;

Benemeranza in Oro (quaranta donazioni e venti anni di iscrizione) Matteo Depedri.

Nel ringraziare tutti i partecipanti e la presidente Bassetti, il Direttivo rivolge un cordiale saluto a tutti i lettori del giornalino dando appuntamento alla prossima iniziativa.

# AVIS c'è, sta in mezzo alla gente ed è per tutti!

Maria Paola Villi

• Giornata densa ed importante il 12 maggio per AVIS di Base di Villazzano: puntualissimi e con grande senso dell'amicizia sono arrivati gli avisini di Altivole e di Volpago del Montello in provincia di Treviso, gemellati da molti anni con la nostra sezione. Calorosamente accolti dal Direttivo e ristorati dopo il lungo viaggio, hanno subito potuto assaporare la sensibilità dimostrata ad AVIS dalle associazioni e dalle autorità della circoscrizione. A questo primo momento conviviale ha fatto seguito la partecipazione alla Messa, e poi via tutti verso Levico per il pranzo, durante il quale non sono mancati momenti di divertimento fra la cinquantina di persone presenti. Il ritrovarsi tra amici ha offerto anche un'opportunità di confronto con le sezioni gemellate sull'organizzazione di alcuni servizi,

ad esempio, sull'accoglienza dei donatori presenti al centro trasfusionale. Durante la festa sono state anche consegnate cinque benemerenze, e, a pomeriggio inoltrato ci si è salutati con l'impegno di rinnovare l'appuntamento il prossimo anno.

• Sì, dal 24 al 26 maggio scorsi con il nostro gazebo collaudato dal vento e dalla pioggia c'eravamo anche noi alla festa che ogni anno viene riproposta in paese. A dir il vero, non sono state molte le persone che si sono avvicinate per chiedere informazioni sulla nostra Associazione, purtroppo *mala tempora currunt...*, ed il volontariato deve fare i conti anche con l'indifferenza o la chiusura verso gli altri. Però per noi è importante anche il solo esserci, dimostrare che esistiamo, e che si può uscire da se stessi per andare incontro ai bisogni di chi nemmeno conosciamo. È dunque importante seminare, arriverà anche il tempo del raccolto. È stato comunque bello vedere tanti bambini agitare fra la gente i palloncini colorati targati AVIS, è come ricordare a tutti che AVIS c'è sempre, sta in mezzo alle persone, ed è per tutti!



*Pagina a fianco: durante la Festa di Primavera, Giulia ritira la sua prima benemerenza;  
in questa pagina: Nina Somadossi, ex presidente della sezione di Villazzano  
con l'ex presidente AVIS di Altivole e Volpago;  
i gagliardetti di Altivole e Volpago raggiungono la chiesa di Villazzano;  
a pranzo in compagnia presso un ristorante di Levico.*





AVIS COMUNALE TRENTO - VIA SIGHELE 7 - TRENTO  
tel. 0461 916173 - info@aviscomunaletrento.it  
www.aviscomunaletrento.it



# IN salute e PER la salute con AVIS

Progetto Avis Trento approvato dall'Assessorato alla salute e politiche sociali PAT

Il Progetto **"IN salute e PER la salute con AVIS"** si prefigge l'obiettivo di promuovere sani stili di vita inerenti all'alimentazione e all'attività fisica. Un valido contributo è offerto dall'applicativo **"Trentino salute+"** messo a disposizione dall'Assessorato alla salute della provincia Autonoma di Trento: un coach

virtuale di nome **Salbot** guida verso comportamenti corretti per il raggiungimento di obiettivi salutari.

Per rendere più piacevole l'attività fisica, AVIS propone dei momenti ricreativi da praticarsi con gioia e divertimento in compagnia come il nordic walking ed i balli di gruppo.

Consulta sul sito [www.aviscomunaletrento.it](http://www.aviscomunaletrento.it) modalità ed iniziative del nostro progetto condiviso con

- Assessorato alla salute della Provincia Autonoma di Trento [www.trentinosalute.net/Notizie/Trentino-Salute-l-App-che-incentiva-i-sani-stili-di-vita](http://www.trentinosalute.net/Notizie/Trentino-Salute-l-App-che-incentiva-i-sani-stili-di-vita)
- ADS Camminare in Trentino Nordic Walking [www.nwcamminaretrentino.com](http://www.nwcamminaretrentino.com)
- MSP Trentino corsi di ballo - [giusidance@yahoo.it](mailto:giusidance@yahoo.it)



**SCARICA L'APP TRENTINOSALUTE+  
SEGUI IL COACH SALBOT,  
RAGGIUNGI GLI OBIETTIVI DI SANI STILI DI VITA, ASSEGNA  
I PUNTI ACCUMULATI AL PROGETTO AVIS TRENTO  
ED AVRAI GRANDI VANTAGGI PER LA SALUTE TUA,  
SALUTE VERSO GLI ALTRI, PROMOZIONE DEI VALORI DI AVIS.**



## AVIS TRENTO

Registrazione Tribunale di Trento N. 694 del 1990 - Notiziario d'informazione trimestrale - Periodico distribuito gratuitamente ai soci

**AVIS Comunale - Trento:** 38122 Trento, Via Sighele 7 - Tel. 0461.916173 - info@aviscomunaletrento.it

**Direttore responsabile:** Marco Bridi

**Comitato editoriale:** Marco Bridi (coordinatore) - Danila Bassetti - Lorenzo Bettega - Ilaria Cainelli  
Giorgio Corradini - Alberto Coser - Carla Marotta - Patrizia Suligoj - Maria Paola Villi

**Grafica e stampa:** Grafiche Dalpiaz srl - Trento - Il notiziario è stato chiuso in tipografia il 21 giugno 2019