



1 MAGGIO - 31 OTTOBRE 2015

COMPILA IL QUESTIONARIO SULLE ABITUDINI ALIMENTARI
www.avisperexpo.it

PARTECIPA AGLI EVENTI

13 MAGGIO
Parco Tecnologico Padano (Lodi)
Laboratori, show cooking e spettacolo
con Oreste Castagna, Greta Pierotti e la Chef Cinisello

14 GIUGNO
Cascina Trulza (Expo Milano 2015)
Giornata Mondiale del donatore
di sangue

29 AGOSTO
Cascina Trulza (Expo Milano 2015)
15^a Conferenza Internazionale IYC
Workshop e concerto di Marco Ligabue

20 SETTEMBRE
Milano
Innovation Running
In collaborazione con Avis Comunale Milano

24 OTTOBRE
Piazza Città di Lombardia
Convegno di chiusura del progetto
Show cooking con Benedetta Parodi

Educare Salute
Vita Sana
Eventi Laboratori
Famiglia

Un grande progetto,
scritto da tutti e
alla portata di tutti



Il progetto "AVIS per EXPO. Nutriamo la Vita", nasce con l'obiettivo di proporre iniziative, attività e prodotti educativi e scientifici per porre al centro l'attenzione nei confronti dell'alimentazione e della salute. Innovativa nel suo genere, questa iniziativa vede la partecipazione attiva della cittadinanza, pre, durante e post evento Expo 2015.

L'obiettivo di AVIS si lega al tema di tutta la manifestazione Expo 2015, "Nutrire il Pianeta, energia per la Vita", incoraggiando la popolazione, soprattutto il volontario, le famiglie, i bambini e i giovani, a perseguire una corretta nutrizione. Oltre alla promozione del dono di sangue e della solidarietà, per AVIS ha una rilevanza primaria la promozione e l'educazione a un'alimentazione sicura e di qualità, per cercare di limitare il più possibile abitudini sbagliate, prevenendo in questo modo alcune gravi malattie della nostra epoca.

Da metà febbraio ad ottobre 2015 è in corso un attento studio osservazionale sul comportamento alimentare della popolazione, attraverso un questionario appositamente realizzato e disponibile online sul sito:

www.avisperexpo.it

Accedendo al sito, potrai restare informato su tutti gli eventi e le manifestazioni organizzate a Lodi presso il Parco Tecnologico Padano, in Cascina Trulza (area Expo) e in alcune location della città di Milano.



GAZEBO TOUR 2015

Tra le missioni di Avis vi è quella di fare attività di promozione e proprio per questo anche in questa prima parte di anno abbiamo partecipato ad alcuni eventi del territorio.

Sabato 16 maggio abbiamo preso parte alla quinta edizione della "Marcia del Cesaris", una marcia podistica di 7 km che si tiene presso l'IIS "A. Cesaris" di Via Cadorna. La marcia è organizzata dal "Gruppo Podistico Casalese" e dall'Associazione Genitori ed Amici del "Cesaris" (A.G.E.A.C.) ed è dedicata alla memoria degli ex-studenti Matteo Biagi, Daniele Ferrari, Marco Zoccolanti, Domenico Reitano e dei collaboratori scolastici Giuseppe Delmiglio e Lucilla Ribolini.

Il **2 giugno** il nostro stand era presente alla manifestazione **Sportiva-mente**. Per tutta la giornata grandi e piccini si sono potuti cimentare in diversi sport quali calcio, pallavolo, equitazione, tiro con l'arco, tennis. L'evento è stato organizzato dalla **Pro-loco di Guardamiglio**, dall'**AVIS Gruppo Guardamiglio** e dal **G.S.O. Guardamiglio** con il patrocinio del **comune di Guardamiglio**.

Alessia



Marcia del Cesaris 2015



Sportivamente



La consegna delle maglie ad Alejandro ed Emile



A lezione di Avis in sede a Casale

I RAGAZZI DELLO SVE A CASALE

Il 7 Maggio sono atterrati a Milano due nuovi ragazzi per il servizio volontario europeo in Regione Lombardia. Dopo qualche giorno dal loro arrivo in Italia, il francese **Emile** e lo spagnolo **Alejandro** sono venuti a trovarci a Casalpusterlengo. Durante la loro visita, accompagnati dal Segretario Regionale Carniti, hanno potuto osservare il funzionamento di una sede comunale, soffermandosi su tutti gli step che i donatori compiono, dal momento dell'iscrizione a quello della chiamata per la donazione. Il **Servizio Volontario Europeo** è promosso dall'**Unione Europea** e prevede la partenza per un periodo da **2 a 12 mesi** in uno dei 33 paesi aderenti. Lo SVE è una collaborazione tra 3 partner: organizzazione d'invio del proprio paese, organizzazione di accoglienza in un altro paese e il volontario. Non richiede una formazione specifica e/o la conoscenza della lingua del paese ospitante. Le **spese** di viaggio, vitto, alloggio e pocket money **sono a carico dell'Unione Europea** e dell'associazione di accoglienza. **Avis Regionale Lombardia** è accreditata per essere ente d'invio, inoltre ospita da anni ragazzi provenienti da tutta Europa. Nel corso della serata abbiamo consegnato ad Alejandro ed Emile le magliette del Gruppo Giovani dell'Avis di Casalpusterlengo.

Tutte le info su: www.europa.eu/youth/evs_database, www.agenziagiovani.it e www.avislombardia.it.
Alessia

AVIS Casale.news



NEWSLETTER - GIUGNO 2015 - dalla Sede AVIS Comunale di Casalpusterlengo (Lo) - Viale Cappuccini, 85
Tel. 0377 81345 - e mail: casalpusterlengo.comunale@avis.it - Sito Internet: www.aviscasalpusterlengo.org

Editoriale



Care donatrici, cari donatori, questo numero del giornalino è ricco di contenuti e di iniziative, che da sempre hanno contraddistinto la nostra comunale. L'Avis ha ideato e aderito a numerose manifestazioni e differenti progetti, così come indicato dal nostro statuto. In particolare ci hanno visti coinvolti: "Cuore al sicuro", il "Social Day", "Il tempo ritrovato", senza tralasciare tutti gli appuntamenti fissi di Avis Casale. Inoltre, siamo in avviata fase di definizione di un progetto che ci porterà a donare un elettrocardiografo alla Croce Casalese.

Personalmente quello che mi ha più colpito è stata la grande disponibilità dei volontari, sia del direttivo che i collaboratori, i quali con entusiasmo, responsabilità e assiduità, hanno permesso di portare a termine tutte le idee che una volta stese sulla carta devono essere attuate. Altro fiore all'occhiello dei nostri volontari è la capacità di dialogare, confrontandosi con le altre realtà del volontariato per concretizzare i progetti.

Il crescere della nostra associazione passa soprattutto da voi donatori, che con il vostro piccolo gesto siete il motore che ci permette di mantenere una presenza costante ed attiva in ogni importante occasione. Come sempre voglio ringraziare il Direttore Sanitario, il direttivo, i collaboratori, i gruppi di Senna e Guardamiglio, i giovani e il gruppo ciclistico per essere parte attiva in tutto quello a cui i volontari sono sempre pronti "dare la loro disponibilità gratuita".

Il Presidente,
Achille Anelli

GITA A SESTRI LEVANTE (GE) IL 3 OTTOBRE 2015

Ritrovo ore 7:15 in Piazza del Popolo e partenza ore 7:30
Arrivo ore 10:00 ed escursione a Punta Manara con pranzo al sacco

Nel tardo pomeriggio visita della città e, a seguire, cena in un ristorante della zona

Rientro previsto per le 24:00 circa

Per maggiori informazioni e quote di partecipazione vedi allegato

SOCIAL DAY 2015



I ragazzi della Scuola Media Griffini

La storia del **Social Day** nasce in Svezia negli anni sessanta quando gli studenti svedesi organizzarono il primo "Give a day for Dag", una giornata di lavoro solidale a favore del prossimo, in memoria del segretario delle nazioni unite Dag Hammarskjöld morto nel 1962 in un incidente aereo.

A Casalpusterlengo e nel Lodigiano la proposta è arrivata da **Fratelli Dell'Uomo**, una organizzazione che si propone la diffusione di una cultura di pace e di solidarietà. La referente che si è relazionata con la scuola e le organizzazioni aderenti è **Arianna Galuppi**, operatrice efficiente e capace di coinvolgere tutte le parti, soprattutto i ragazzi, in un movimento che ha prodotto effetti davvero sorprendenti. Il progetto consisteva nell'ideazione e nella progettazione da parte dei ragazzi di lavori e attività di servizio al territorio tramite le organizzazioni coinvolte. Gli studenti hanno così potuto verificare come l'impegno, gratuito e volontario, e l'attenzione ai bisogni della società e delle singole persone possano ricevere risposte positive. Gli enti e le organizzazioni di Casalpusterlengo coinvolte sono: Comune di Casalpusterlengo, Associazione Disabili Insieme, Azienda Speciale dei Servizi, Centro Cultura, Donne in Circolo, FIAB, Istituto Comprensivo Statale, Oratorio S.Bartolomeo e Rivivi Parchi.

La proposta di Avis è stata accolta sia dagli organizzatori che da insegnanti e ragazzi con un entusiasmo che ci ha contagiati e davvero appagati. La nostra Comunale ha commissionato ai ragazzi la realizzazione di strumenti operativi atti a promuovere la cultura della solidarietà e del Dono ai bambini della scuola dell'infanzia. Le proposte operative sono state davvero adeguate: disegni, filmati, poesie, racconti, favole. Tutti questi lavori hanno rivelato la grande potenzialità creativa che i nostri ragazzi esprimono, supportati da una formazione adeguata e grazie alla sensibilità collegiale, ma anche personale, dei docenti. Per la nostra Avis ha seguito il progetto **Emilia Bignami**, nuova referente per le attività nelle scuole con la competenza di chi da sempre appartiene all'ambiente scolastico.

Il contratto stipulato con i ragazzi prevedeva la retribuzioni di 1.000 Euro che ovviamente i ragazzi non hanno riscosso, ma volontariamente devoluto all'organizzazione **Fratelli Dell'Uomo ONLUS** che li ha prontamente destinati ai progetti di sostegno in cui è impegnata. Ancora più valore ha assunto questo impegno economico espresso da Avis, perché non frutto di una partita di bilancio dell'Associazione, ma semplicemente il contributo personale dei venticinque volontari e collaboratori della sede Avis di Casalpusterlengo che hanno rinunciato alla cena sociale di fine 2014 per devolvere all'iniziativa la somma corrispondente.

La cerimonia conclusiva delle attività si è svolta con semplicità, ma ovviamente con molta animazione nel salone auditorium della scuola Media con la partecipazione della Dirigente Scolastica **Pasqualina Lucini Paoni** e i responsabili di alcuni Enti ed Organizzazioni coinvolte. Noi abbiamo consegnato formalmente un mega assegno che i ragazzi conserveranno a scuola e alcuni di loro hanno, con molta commozione e coinvolgimento, espresso alcune considerazioni. Abbiamo ricevuto dalla professoressa **Antonella Curioni** una targhetta dedicata alla nostra Associazione. Questa azione ha rappresentato il momento più commovente. L'evidente partecipazione emotiva della docente ha provocato in noi commozione rappresentativa di un coinvolgimento davvero consapevole.

Da ripetere.

Miro



La consegna dell'assegno simbolico

PROGETTO "CUORE SICURO"

Cinque defibrillatori in dotazione alle scuole di Casalpusterlengo - Il dono dell'Avis

Il progetto, attivato dal Comune di Casalpusterlengo, risponde alle indicazioni delle normative di Legge (L.191/2009) e relativi Decreti attuativi che definiscono i protocolli e modalità sul tema e prevede la dotazione di altri apparecchi oltre i cinque donati dalla nostra sede. Coinvolti nel progetto, oltre alla nostra Associazione, la Croce Casalese e l'Azienda Speciale dei Servizi.

La motivazione sanitaria, alla base di tutto il progetto, deriva dalla consapevolezza che la fibrillazione ventricolare è spesso causa di decessi e che la defibrillazione precoce rappresenta il sistema più efficace per garantire le maggiori percentuali di sopravvivenza. La nostra adesione convinta e molto motivata ha ovviamente origini da precisi riferimenti alle normative statutarie. Inoltre la sede Avis di Casalpusterlengo ha attivato, da tempo, azioni significative nel campo della prevenzione cardiocerebrovascolare proponendo una serie di iniziative volte alla diffusione e promozione dei corretti stili di vita, di sane abitudini alimentari e di informazioni di prevenzione medico-sanitaria. Ricordiamo la partecipazione al grande progetto di prevenzione attivato da Regione Lombardia tramite le ASL che ci ha coinvolti come categoria di cittadini potenzialmente "in salute". In quel caso la compilazione di quasi tremila schede aveva appurato la corrispondenza al concetto di donatore = persona sana, salvo alcune eccezioni che avevano attivato i nostri direttori sanitari in azioni di interventi correttivi sulle abitudini di vita di alcune decine di donatori.

Descriviamo anche le iniziative di convegni pubblici con trattamenti di temi a livello scientifico educativo come il Seminario "Carlo Carelli", ecco alcuni titoli:

- L'ipertensione arteriosa, impariamo a conoscerla e a curarla
- Fegato e cuore
- Alimentare la salute
- Take Care, più sani, più liberi, più belli
- Va...dove ti porta il cuore

A tutta la descritta serie di azioni orientate a contribuire alla divulgazione delle tematiche di prevenzione medico-sanitaria si devono aggiungere le iniziative di sostegno economico che ci hanno visti protagonisti di una prima dotazione di un defibrillatore per un'ambulanza della Croce Casalese.

Ora abbiamo all'ordine del giorno la valutazione di una proposta di dotazione per una ambulanza dedicata al 118 della nostra Croce Casalese di un moderno apparecchio per l'effettuazione dell'ECG collegato on line con la centrale operativa per favorire la lettura immediata del tracciato. Anche in questo caso la deliberazione del nostro Consiglio Direttivo è risultata favorevole e unanime. Sono in corso le ultime valutazioni tecnico economiche. Il progetto "Cuore Sicuro" si avvia alla conclusione: i cinque apparecchi sono arrivati, collaudati, dotati degli strumenti opzionali completi e a disposizione del Comune. La fase progettuale ora prevede che la Croce Casalese attivi un corso di formazione per gli operatori già identificati o da identificare da parte del Comune e delle scuole. Successivamente gli apparecchi saranno installati nei luoghi indicati e finalmente operativi.

Miro



FRA IL FARE E L'ESSERE: IDEE E PROGETTI PER IL TEMPO RITROVATO

Nel 2014 l'Amministrazione Comunale ha aderito al progetto Regionale "Fra il fare e l'essere: idee per il tempo ritrovato", avente come ente capofila l'Asl di Lodi. La nostra Comunale ha aderito alla costituzione di una alleanza locale con altre realtà presenti sul territorio (**Cooperativa Emmanuele, Associazione di Volontariato tuttINSIEME, Cooperativa Sociale Il Mosaico, Cooperativa Sociale Koinè e ASD Nippon Judo**). Il progetto, della durata di due anni, si è posto come obiettivo quello di fare proposte alle lavoratrici e ai lavoratori del territorio, al fine di favorire il difficile equilibrio tra la vita personale e la vita professionale. Il progetto, in parte sovvenzionato dalla Regione Lombardia, si è articolato nelle seguenti proposte:

• **Pre e post scuola:** dedicato ai frequentanti la scuola primaria: dalle ore 7,45 alle ore 8,30 i bambini possono raggiungere la scuola dove saranno accolti dagli educatori. Nel pomeriggio, al termine delle lezioni, dalle ore 16,15 alle ore 18,15 i bambini potranno usufruire di uno spazio presso la scuola aspettando il rientro dei genitori. In questo spazio si alterneranno momenti di gioco, di studio, di creatività e interventi laboratoriali condotti da personale esperto. Il gruppo è gestito dagli educatori della Cooperativa Sociale Il Mosaico con il supporto di volontari appartenenti alle associazioni locali.

• **Le nostre botteghe:** dedicato ai frequentanti la scuola primaria ed attivo nei giorni non coperti dal calendario scolastico. Nel corso dell'anno scolastico le proposte sono state: **"La bottega degli Elfi"** per il periodo natalizio, **"La bottega di Arlecchino"** per il periodo di carnevale, **"La bottega del Coniglio"** per il periodo Pasquale. Anche in questo caso la fascia oraria è molto ampia, dal mattino al tardo pomeriggio. Questa proposta rappresenta per i genitori l'opportunità di avere certezze sui luoghi frequentati dai figli, la sicurezza di un ambiente adatto e minori tensioni legate alla ricerca di soluzioni extra-familiari. Allo stesso tempo dà ai bambini la possibilità di relazionarsi con coetanei, offre supporto ai compiti, propone attività con laboratori di creatività e naturalmente il gioco. La gestione è stata affidata alla Coop. Emmanuele, in alcune occasioni anche supportati da volontari.

• **Pre e post nido:** attivo rispettivamente dalle ore 7,15 alle ore 8,15 e dalle 16 alle 18,00. Risponde ai bisogni delle famiglie che necessitano di una estensione del servizio. Anche per il Nido è stata organizzata l'apertura per le vacanze di carnevale, con la proposta "Carnevale al Nido". La gestione è stata affidata alla Cooperativa Koinè. Tutte le proposte vengono offerte alle famiglie con un contributo a loro carico. La prossima proposta sarà il centro estivo per la scuola dell'infanzia, per le scuole pri-

Luisa



Tempo ritrovato

marie e secondarie. Avis ha voluto aderire all'Accordo per la valorizzazione delle politiche territoriali di conciliazione famiglia-lavoro, con un contributo economico a sostegno delle attività proposte. Inoltre alcuni volontari prossimamente presenteranno i lavori che la nostra Comunale ha commissionato ai ragazzi del Social Day; disegni, filmati, poesie, racconti, favole per promuovere la cultura della solidarietà e del Dono ai bambini della scuola dell'infanzia.

INTERVISTA ALLA PRESIDENTE PROVINCIALE

1. Quando è iniziato il tuo percorso in Avis? Chi o cosa ti ha spinto ad avvicinarti alla nostra associazione?

Il mio percorso in Avis è iniziato circa 12 anni fa iniziando ad iscrivermi come donatrice presso la mia Sede Comunale di Codogno e poi come volontaria, ricoprendo la carica di segretario, delegata anche come consigliere in Avis Provinciale. Non saprei dire cosa mi ha spinto esattamente, ero una ragazza che si era appena laureata, voleva divertirsi con gli amici e faceva i primi passi nel mondo del lavoro. Ma sentivo che mi mancava qualcosa per essere totalmente appagata, mi mancava un'attività di solidarietà e amore verso gli altri che fosse anche per me un'opportunità di crescita personale.

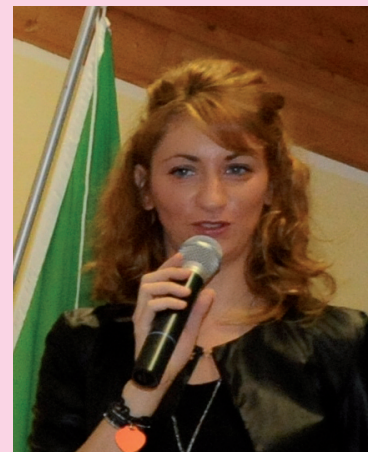
Così mi sono iscritta prima come donatrice (la scelta più bella che potessi fare!) e successivamente dando anche la mia disponibilità ad entrare a far parte dell'associazione nel mio comune di residenza. Ringrazierò sempre la mia sede per avermi dato questa opportunità grazie alla quale oggi ricopro una carica davvero importante che per me rappresenta un onore e che spero di continuare al meglio.

2. Oltre ad essere donatrice, da diversi anni sei impegnata anche attivamente per l'associazione. Qual è stato il tuo percorso in Avis che ti ha portata a ricoprire ora questo importante ruolo?

Il mio percorso associativo è partito, come già anticipato, dalla mia sede comunale ma si è poi consolidato in Avis Provinciale soprattutto grazie ad una persona che mi ha saputo accogliere, coinvolgere e condurre sulla strada del dono, Casimiro Carniti. Allora era lui Presidente Provinciale e con grande carisma ed entusiasmo è riuscito a farmi amare davvero questa associazione e i valori che si porta dentro. Da quel momento il mio impegno si è concentrato in Avis Provinciale in qualità di Referente della Formazione. Ho avuto poi modo di frequentare corsi e attività varie anche a livello regionale traendone arricchimento ed esperienza grazie al confronto con le altre realtà. Infine, da marzo 2014 sono diventata Presidente Provinciale, un ruolo veramente importante che, sono sincera, all'inizio un po' mi spaventava. Credo che nessuno, in fondo in fondo, sia mai completamente pronto per una presidenza, qualsiasi essa sia. C'è sempre un po' di timore iniziale, di fiducia in se stessi che vacilla...ma è necessario superare queste paure velocemente. Grazie al supporto di chi mi aveva votata e di chi avevo vicino ho preso coraggio e ho cercato di operare al meglio, nel rispetto ed in rappresentanza di tutti i donatori lodigiani. Ho visitato, in occasione delle varie feste locali, tutte le sedi del territorio (compresi i gruppi) e ho avuto modo di constatare quanta dedizione e quanto amore esistono ancora. Sia i nostri volontari che i nostri donatori dimostrano che sono ancora vivi, eccome, quei principi e valori di solidarietà che spesso crediamo perduti o dimenticati.

3. Presentaci la tua squadra di lavoro.

La squadra che compone l'Esecutivo di Avis Provinciale è caratterizzata da un gruppo compatto di persone che hanno a cuore l'Avis. In prima linea con me ad affrontare e condividere quotidianamente l'impegno associativo c'è il Vice Presidente Vicario Pierluigi Ferrari, già Presidente della Sede Comunale di Borghetto Lodigiano. Il Vice Presidente è Achille Anelli, Presidente della Sede Comunale di Casalpusterlengo. Il Direttore Sanitario è il Dott. Gian Antonio Ongis al quale va tutta la mia stima e un grazie infinito per la pas-



CHIARA ZANARDI
Presidente Avis Provinciale di Lodi

uniformare tutta la provincia lodigiana all'utilizzo di un unico software associativo, all'avanguardia e con grandi potenzialità future. Si sta concludendo, infatti, l'installazione in tutte le sedi di Avisnet, software di gestione dei donatori in grado di dialogare direttamente con i sistemi dell'Azienda Ospedaliera, consentendo uno scambio di dati sicuro ed efficace. Inoltre l'obiettivo finale riguarda una maggiore capacità di programmazione delle donazioni con un calendario condiviso che possa agevolare ogni singola sede nella gestione degli accessi alla donazione, sia di sangue intero che di plasma. Anche per i donatori ci saranno novità importanti, a breve sarà disponibile un'App da poter scaricare in modo da poter accedere direttamente ai servizi dell'associazione. Gli altri obiettivi riguardano ovviamente gli scopi a cui il nostro statuto ci riporta ovvero la promozione del dono, e in particolare del dono del sangue, l'educazione alla salute e i legami con le altre associazioni del territorio. In quest'ottica vorremmo rendere più attiva la collaborazione con AIDO e ADMO veicolando, attraverso attività promozionali, convegni e seminari, la cultura del dono che è la base comune delle nostre associazioni.

5. Per garantire un efficiente e corretto funzionamento di una sede si rende necessaria la disponibilità e la collaborazione di più persone. Quali iniziative pensate di mettere in campo per favorire l'ingresso di nuovi collaboratori e/o per formare in modo adeguato vecchi e nuovi volontari?

Le risorse per un'associazione come la nostra non bastano mai. Siamo sempre disponibili ad accogliere chi si vuole impegnare come volontario perché davvero potenzialmente si potrebbe fare tanto ma spesso non si riesce a raggiungere il 100%. Credo che la vera ricetta sia metterci passione ed esprimere in ogni iniziativa amicizia ed amore per il prossimo. Questo da fare sia all'interno dell'associazione stessa, coltivando e instaurando un clima sereno di collaborazione, sia verso l'esterno dove avvicinarsi all'Avis, oltre che come donatore anche come volontario, possa essere visto come un modello socialmente positivo. Vogliamo comunque essere vicini ai giovani e lo facciamo anche attraverso gli strumenti di comunicazione multimediale, sia attraverso il nostro sito che abbiamo aggiornato in questo primo anno di mandato www.avisprovincialelodi.it, sia attraverso la nostra pagina Facebook "Avis Provinciale Lodi".

Noi ci crediamo e in questi quattro anni di mandato speriamo di fare del nostro meglio per creare le condizioni ottimali per fare crescere anche in futuro la nostra Avis Provinciale.

LA PRIMA VOLTA CHE DONI - L'emozione della prima donazione -

Lo scorso anno, alcuni volontari AVIS hanno portato la loro testimonianza agli adolescenti della casa del giovane. Anch'io pur non essendo più adolescente da tempo, ho partecipato a quell'incontro che fu per me "galeotto". Mi era parso brutto parlare poi ai ragazzi di donazione senza provare il vero significato della parola donare. Devo essere onesto, da quell'incontro al giorno della mia iscrizione all'associazione, è passato un po' di tempo. L'idea di "farmi togliere del sangue" non mi entusiasmava particolarmente. Poi con la mente sono tornato a quel bellissimo incontro, per la testa continuava a martellarmi la parola "donazione". Dare gratuitamente ad altri. Da lì mi sono ritornate in mente le parole del Vangelo di Matteo dove dice "gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date", allora come non avrei potuto dare qualcosa di me a chi ne aveva bisogno? Preso coraggio, mi sono iscritto; iscrizione comunicata in tempo reale a tutti gli amici sui social network e... tantissime persone, alcune delle quali nemmeno le conoscevo, mi hanno dato il benvenuto. Quale sorpresa era stato il vedere quante persone con le quali dividevo quotidianamente le mie passioni o il mio lavoro facevano parte di questa associazione, e io lo ignoravo. Dopo le visite di routine, finalmente è arrivato il fatidico giorno della prima donazione. Ero agitato? Sì!!! Alle 7.30 mi sono presentato all'ambulatorio AVIS. Primo della lista!!! Nel frattempo arrivarono altre persone, chi con un libro, chi con il tablet, persone normalissime pronte ad un gesto tanto semplice quanto importante come quello della donazione del sangue. Seduti in attesa della chiamata si chiacchiera del più e del meno, come fossimo amici da tempo, ma con alcuni di loro era la prima volta che ci si vedeva. La sensazione che mi ha colpito subito è stata quella del sentirsi parte di una grossa famiglia. Finalmente vengo chiamato per la donazione. Sono accolto da infermiere bravissime e molto comprensive dello stato d'animo in cui mi trovavo. Io inge-

nuamente mi ero già fatto un film su quello che sarebbe successo, ovvero il mio svenimento post donazione. Anche qui sono stato tranquillizzato da queste "sante donne" che mi hanno spiegato passo per passo tutto quello che sarebbe successo e come avrei dovuto comportarmi. Dopo pochi minuti, una decina circa, la mia donazione era giunta al termine. La sensazione che si prova al termine della donazione è incredibile. Hai dentro di te una gran gioia, ti rendi conto di quanto grande sia il bene che fai a te e agli altri con un semplice gesto chiamato DONAZIONE. Per la cronaca non sono svenuto, e il panino con il salame mangiato subito dopo è veramente eccezionale.

Simone

COLTIVIAMO LA GIUSTIZIA AL CESARIS

Sabato 6 giugno sono state consegnate all'IIS Cesaris di Casalpusterlengo le borse di studio agli studenti meritevoli ed anche quest'anno Avis ne ha finanziate 4 per il progetto "Coltiviamo la giustizia". I quattro studenti vincitori parteciperanno ad un campo estivo di 10 giorni nella provincia di Palermo nelle cooperative sui beni confiscati alle mafie proposto dall'associazione Libera.

Alessia



**Banca
Centropadana
Credito Cooperativo**

Sede:
GUARDAMIGLIO - Piazza IV Novembre, 11
Tel. 03774191 / 0377 451165

Filiale di
CASALPUSTERLENGO
Piazza F. Cabrini, 1
Tel. 0377911058 - Telefax 0377911118

Filiale di
ZORLESCO - Via IV Novembre, 7
Tel. 0377 89517 - Telefax 0377 89534