



Anno 33  
Num. 1  
Febbraio 2024



ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE ODV

notizie

# ASSEMBLEA DI BILANCIO

**VENERDI' 23 FEBBRAIO 2024**

alle ore 23:55 in prima convocazione (con la presenza della maggioranza dei Soci)

**SABATO 24 FEBBRAIO 2024**

alle ore 15:00

in seconda convocazione (qualunque sia il numero dei presenti)

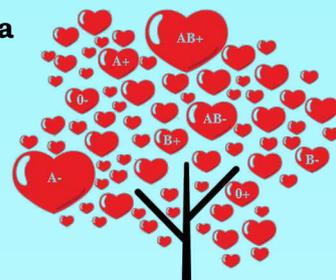
presso la Sede AVIS Provinciale Ferrara, Sala "Silvio Carletti"

C.so Giovecca 165 - 44121 Ferrara

L'Assemblea avrà il seguente

## ORDINE DEL GIORNO:

- 1) Nomina del Segretario dell'Assemblea
- 2) Relazione della Commissione Verifica Poteri
- 3) Nomina del Comitato Elettorale
- 4) Presentazione della Relazione del Consiglio sull'attività svolta e le linee di indirizzo per il futuro
- 5) Presentazioni:
  - del Bilancio Consuntivo 2023
  - della relazione del Collegio dei Revisori dei Conti
  - del Bilancio Preventivo 2024
- 6) Interventi, conclusioni e votazione delle relazioni, del Bilancio Consuntivo 2023 e ratifica del Bilancio Preventivo 2024
- 7) Nomina dei delegati all'Assemblea Provinciale e proposte per la nomina dei delegati all'Assemblea Regionale e Nazionale
- 8) Nomina della Commissione Verifica Poteri per il quadriennio 2024-2027
- 9) Varie ed eventuali



Cordiali saluti.

IL PRESIDENTE

Cav. Sergio Mazzini

Per motivi organizzativi, si prega di dare conferma di partecipazione entro le ore 12.00 di giovedì 22/02/2024 telefonando al n. 0532.209349, o inviando una e-mail a [ferrara.comunale@avis.it](mailto:ferrara.comunale@avis.it)

\*\*\* DELEGA \*\*\*

Io sottoscritto/a \_\_\_\_\_ Socio dell'AVIS Comunale di Ferrara,  
tessera n° \_\_\_\_\_, impossibilitato/a a partecipare alla Assemblea fissata per il giorno **sabato**  
**24 / 02 / 2024**, delego a rappresentarmi il Sig. \_\_\_\_\_

In fede \_\_\_\_\_

In base all'Art. 8 dello Statuto, essendo l'Avis Comunale formata da oltre 500 associati, ogni Socio può essere portatore di massimo **cinque deleghe** di altri Soci.  
(allegare fotocopia documento di identità del Socio delegante)

## ANNO 2024: OBIETTIVO 10.000 DONAZIONI!



A cura di **Sergio Mazzini**, Presidente AVIS Comunale Ferrara ODV

Carissime Donatrici, Carissimi Donatori, il 2023 si è chiuso in maniera molto positiva, sia dal punto di vista delle donazioni sia da quello economico.

I dati parlano chiaro. Nell'anno appena trascorso sono state registrate all'Avis Comunale di Ferrara **9.152 donazioni di cui 8.261 di sangue e 891 di plasma**. Rispetto al 2022 si è verificato un incremento del 3,5%.

Ancora una volta un grazie ai 5.344 Donatori che hanno permesso il raggiungimento di questo importantissimo traguardo. Significativo l'aumento delle **prime donazioni che sono state 749**, un dato in crescita di 241 rispetto al 2022. Il 2023 si è chiuso con incremento complessivo dei Donatori, grazie anche alla crescita costante delle Donatrici che hanno superato per la prima volta nella fascia di età dai 18 ai 25 anni i Donatori. Un aumento motivato dalle tantissime nuove iniziative che abbiamo intrapreso nel corso dell'anno appena trascorso. Prima di tutto è stato fondamentale il rinnovato rapporto con le Scuole Superiori e l'Università di Ferrara. Inoltre, abbiamo cercato di essere presenti in maniera capillare durante le manifestazioni e le celebrazioni in centro con banchetti che hanno richiamato l'attenzione dei cittadini, soprattutto giovani. Altro aspetto importante è il collegamento con le Frazioni del vasto comune ferrarese. In questo senso sono stati rinforzati i legami con le Pro Loco e le Associazioni territoriali, i Circoli e le Parrocchie. Sempre più forte è la sinergia con il Palio di Ferrara e in particolare con le 8 Contrade e la Corte Ducale. Anche in questo caso il mondo del Palio è fondamentale per la crescita delle donazioni cittadine. Molto positivo il rapporto che si è instaurato con l'Amministrazione Comunale, le Forze dell'Ordine, con lo Scouting e il variegato e partecipato mondo dello Sport e la Stampa Cittadina. L'Avis comunque non è solo donazione di sangue e plasma, ma è anche

una fucina di progetti. In particolare, abbiamo posto l'attenzione nel corso del 2023 al centenario dell'Aeronautica Militare con conferenze mirate nelle Contrade. Inoltre, abbiamo sviluppato il progetto "**Città d'Arte e di Cultura**" con l'obiettivo di portare a Ferrara Donatori da altre parti d'Italia a visitare le bellezze della nostra città. Ultimo, ma non ultimo, il progetto "**Giardino dei Donatori**" nell'area verde all'Ospedale Sant'Anna a Cona. Ogni 25 nuovi Donatori verrà piantumato un albero a loro dedicato, in collaborazione con varie realtà territoriali che ha lo scopo anche di rendere più gradevole l'ambiente per i pazienti del Reparto di Riabilitazione, con un apposito percorso terapeutico. Tutto questo è stato reso possibile con il fondamentale apporto dei nostri numerosi Volontari che consentono ogni giorno di accogliere i donatori, seguirli nel ristoro e andare all'interno delle Scuole di ogni ordine e grado. I progetti del 2024 partono con uno Studio commissionato al CDS Cultura per avere un quadro statistico della popolazione ferrarese in riferimento soprattutto al mondo del lavoro. Ricordiamo infatti che l'Avis è nata proprio nelle fabbriche con il contributo di tanti lavoratori e lavoratrici. È in atto un progetto rivolto al mondo Universitario e a quello della Scuola Superiore, dedicare un pomeriggio di donazioni nel nostro Centro di Corso Giovecca per incrementare ulteriormente il numero dei Donatori tra le giovani generazioni, che sono il futuro della nostra Associazione. Vogliamo rinforzare il contatto diretto con la cittadinanza, aumentando i momenti di incontro e scambio di informazioni, con banchetti e iniziative mirate a diffondere sempre di più i valori dell'Avis. Ci aspetta un anno di impegno, ma siamo fiduciosi di realizzare i tanti progetti con la collaborazione di tutti. Vi aspettiamo all'Assemblea. Abbiamo già un obiettivo da realizzare insieme al vostro indispensabile contributo: **raggiungere e superare le 10mila donazioni a Ferrara.**

Ce la faremo!



Ferrara: Via Porta Romana, 80, Ferrara - 44121 (FE)  
Email: ferrara@bancacentroemilia.it  
Telefono: 0532/1858186  
[www.bancacentroemilia.it](http://www.bancacentroemilia.it)

*Grazie di cuore  
per il sostegno*

# IL DIABETE: CHE COS'È E COME SI PUÒ PREVENIRE



**Dott. Marcello Monesi**, Direttore U.O.C. Diabetologia territoriale AUSL di Ferrara

Il **diabete tipo 2** è una malattia cronica che provoca un aumento dei livelli di zucchero (glucosio) nel sangue, a causa di una ridotta efficacia dell'ormone **insulina**. Questa condizione, quando non adeguatamente controllata, può provocare gravi complicazioni a lungo termine, che possono coinvolgere il cuore, i reni, gli occhi e i nervi, solo per citare alcuni degli organi più frequentemente coinvolti. Il diabete è una condizione temibile, largamente diffusa (nella provincia di Ferrara ne è affetto quasi il 9% dell'intera popolazione), ma per fortuna prevenibile, grazie ad alcune semplici misure che riguardano lo stile di vita. In particolare, il sovrappeso e l'obesità sono i principali fattori di rischio per lo sviluppo della malattia; pertanto, per prevenire e controllare il diabete tipo 2 è importante seguire alcune raccomandazioni: **mantenere il peso forma, seguire una dieta varia ed equilibrata, che privilegi il consumo di frutta, verdura, cereali integrali, legumi, pesce, carni magre e latticini a basso contenuto di grassi, evitando al contempo il consumo eccessivo di zuccheri, grassi saturi, sale e alcool**; fondamentale è poi praticare una regolare attività fisica, che ci aiuta a controllare il peso, a migliorare l'azione dell'insulina e a prevenire le malattie cardiovascolari: la "dose" raccomandata è di almeno 30 minuti al giorno per 5 giorni alla settimana, scegliendo un'attività adeguata alla propria età e alla condizione fisica; infine, è indispensabile non fumare e non usare prodotti con nicotina, che possono fortemente minacciare la salute delle nostre arterie. Il diabete si caratterizza come una malattia "subdola", in quanto in una fase iniziale (che può durare anche settimane o mesi) non produce sintomi. Come riconoscere quindi un rischio di sviluppare il diabete?

Esistono alcune condizioni predisponenti: l'obesità, la presenza di famigliari affetti da diabete, l'età superiore a 45 anni, l'ipertensione, la dislipidemia (ovvero l'eccesso di grassi nel sangue) e, nel sesso femminile, la comparsa di diabete gestazionale in una o più precedenti gravidanze. Chi presenta una o più di queste condizioni dovrebbe effettuare controlli periodici della glicemia, perché una diagnosi precoce permette di iniziare una terapia adeguata e può evitare o ritardare l'insorgenza delle temibili complicanze. La ricerca ci mette a disposizione farmaci altamente protettivi che non solo controllano la glicemia ma sono in grado di conferire un'importante protezione al cuore e ai reni. A tale scopo la donazione di sangue può rivelarsi un formidabile alleato: **donare il sangue è un atto di generosità che può salvare la vita di molte persone che hanno bisogno di**



**trasfusioni**. Prima di ogni donazione si effettuano gli esami del sangue per verificare l'idoneità del donatore: con questi esami è possibile individuare precocemente eventuali alterazioni della glicemia e del metabolismo e quindi intraprendere un efficace percorso di prevenzione e cura: come si suol dire, uomo avvisato... mezzo salvato!



Associazione Diabete Ferrara odv  
Via Mambro 24/B Ferrara  
Telefono 349.7442903  
E-mail: [info@adfeonline.org](mailto:info@adfeonline.org)



## GOLIARDI SI', MA DI GRANDE CUORE!!!



A cura di **Mirko Rimessi**, Responsabile Comunicazione AVIS Comunale Ferrara ODV

Oggi alcuni rappresentanti della goliardia ferrarese, la **AFU de li "4S"**, sono venuti a trovarci per dimostrare come l'Associazione di giovani universitari abbia sì un modo ironicamente vivo di affrontare gli anni universitari ma come il tutto sia all'insegna di un grande impegno civico unito a grandi valori etici.

I goliardi a Ferrara sono parte della storia dell'Ateneo e della Città, contano all'interno dell'Associazione, fondata nel 1945 e che oggi è anche rappresenta all'interno del Consiglio degli Studenti, una settantina di studenti provenienti da ogni parte d'Italia. Si occupano, con la loro caratteristica esuberanza, di promozione di bandi culturali e si attivano per raccogliere fondi. L'ultima "questua" per le attività cittadine ha consentito di acquistare 4 tablet che nei prossimi giorni verranno donati ad ADO. Inoltre, con un progetto iniziato a novembre, ora si occupano anche di promuovere il Dono del Sangue e degli emocomponenti tra i loro coetanei, e lo fanno nel modo migliore, dando l'esempio! L'idea è nata dal "**Duca**" (il **Presidente dell'Associazione**) **Cesare Baldin**, che ha pensato ad un modo nuovo, rispetto alle loro consuete attività, di fare del bene e, da studente di medicina, il collegamento con AVIS è nato quasi spontaneo, trovando terreno fertile grazie ad alcuni membri già donatori e alla rapida aggregazione di un'altra ventina di componenti del gruppo che lo hanno subito seguito. Oggi per sette di loro è stato il momento della prima donazione e per altri cinque quello delle visite preliminari: un successo fin da subito quindi!

Buon esempio quindi, ma anche voglia di farsi promotori: l'iniziativa è già stata presentata agli altri componenti del Consiglio studentesco perché facciano altrettanto all'interno delle sigle da loro Rappresentate e il Gruppo Estense ha già avuto modo di parlare con i colleghi di Bologna, proponendo di replicare anche nella città felsinea.

Un piccolo progetto quindi, ma con una potenziale valenza Nazionale: Baldin, ad esempio, è di Verona e tra gli altri neodonatori troviamo un mantovano e un bergamasco. A salutarli oggi, presso la Sala Prelievi di Corso Giovecca, il **Vice Presidente Vicario di AVIS Provinciale Ferrara Dott. Gabriele Anania**, sicuramente il collegamento più autorevole tra AVIS e UNIFE, essendo di questa Docente. E non solo, perché il ruolo di **Duca della AFU de li "4S"**, alcuni anni prima di Baldin è appartenuto proprio ad Anania!



**SI DONA SOLO PER APPUNTAMENTO**

**Corso Giovecca 165 - 44121 Ferrara - tel. 0532.209349**

**sito: ferrara.avisemiliaromagna.it - e.mail: ferrara.comunale@avis.it**

**dal lunedì al sabato e l'ultima domenica del mese: 7.30 - 11.30**

**lunedì e giovedì pomeriggio: 16.30 - 18.30**

**AVIS** Comunale Ferrara  
ASSOCIAZIONE VOLONTARI ITALIANI SANGUE ODV

**DONA IL TUO 5x1000**

**C. F. 80000730384**

Semplice come Donare Sangue e Plasma!