

**PASQUA 2023** - Supplemento al n° 13 de "La Fedeltà" del 29 marzo 2023 - Direttore responsabile: Walter Lamberti - Direzione e Redazione: piazza Vittorio Veneto 12 - 12045 Fossano - Poste Italiane spa, Spedizione in Abbonamento Postale - D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n. 46 Art. 1 comma 1 NO/CN/MP/852/2018 - AVIS Sez. di Fossano - via Roma 94 (sede propria) - Stampa TIPOGRAFIA MONDINO - Fossano - Progetto grafico a cura di Micaela Giorgis - Impaginazione a cura di Micaela Giorgis e Laura Bergese.



## Assemblea annuale 2023

**S**abato 18 febbraio 2023 alle ore 17 nei locali della sede sociale si è svolta, come di consueto, l'assemblea annuale di sezione. Riportiamo in buona parte il contenuto della

### Relazione morale del Presidente

"...Si è appena concluso il secondo anno del nostro secondo mandato. Il mio impegno personale e di gran parte del Consiglio Direttivo e dei numerosi validi collaboratori (non componenti del C.D. ma figure fondamentali per gestire la nostra Associazione) è stato intenso e parecchio impegnativo. Compito peraltro facilitato da alcuni componenti che, come sempre, con la loro capacità ed esperienza ci hanno saputo illuminare ed indirizzare sulle decisioni da prendere. Un grazie particolare lo voglio rivolgere al segretario Franco Sansoldo per tutta l'attività amministrativa svolta, coadiuvato dall'assistenza di Sergio Formento; un grazie anche a Marco Fachino per il servizio tempestivo di comunicazione sui social.

In occasione della festa dell'Epifania 2022 non è mancato il tradizionale appuntamento con le famiglie dei nostri avisini. Per le condizioni imposte dall'emergenza Covid-19, non è stato possibile proporre lo spettacolo con il Mago Budini, ma la Befana è passata direttamente nella nostra sede sociale per distribuire i suoi doni ai bambini.

Anche nel 2022 abbiamo

### ANDAMENTO DELLE DONAZIONI

	2021	2022	+/-	%
Sangue intero	1781	1.737	-44	-2,47
Plasma	522	488	-34	-6,51
<b>Totale donazioni</b>	<b>2.303</b>	<b>2.225</b>	<b>-78</b>	<b>-3,39</b>

### PRIME DONAZIONI e NUOVI SOCI DONATORI

	2021	2022	+/-	%
	101	84	-17	-16,83

provveduto a far pervenire agli studenti del quinto anno una lettera che illustrava l'importanza della donazione sangue, la presenza della nostra associazione e le sue attività. Va quindi un particolare ringraziamento ai Dirigenti Scolastici che hanno permesso e favorito l'inoltro di questo messaggio.

"75 anni di impegno per la vita" è stato lo slogan adottato per festeggiare il 75°+1 anniversario di fondazione della nostra sezione. I festeggiamenti del 2 ottobre sono iniziati con la messa in Cattedrale celebrata dal vescovo mons. Piero Delbosco. Di seguito la sfilata, accompagnata dalla Filarmonica "Arrigo Boito" con la presenza dei labari di parecchie consorelle, la sosta al Monumento ai Caduti e al Monumento dedicato ai Volontari del Sangue con deposizione dei fiori. Presso il castello si è provveduto alla consegna delle benemerenze ai donatori meritevoli con la presenza di autorità cittadine. La giornata si è conclusa con il pranzo sociale a Cussano.

In precedenza l'8 settembre ha contribuito a festeggiare il 75° compleanno la voce di Raffaella Buzzi in uno splendido concerto musicale e canoro. Il 2 dicembre presso la Chiesa del Gonfalone la compagnia teatrale "Gli Instabili" di Trinità ha presentato lo spettacolo "Appena un po' di sangue" con la partecipazione di due importanti testimonianze di chi usufruisce o ha potuto usufruire della donazione sangue.

I gruppi Avis di Genola, Salmour, Sant'Albano Stura e Trinità hanno promosso iniziative finalizzate all'acquisizione di nuovi donatori,

continua a pag. 6



**AVIS FOSSANO** ORGANIZZA **18 MARTEDÌ APRILE** ORE 21:00

*Pace in Canto*

**RAFFAELLA BUZZI**  
IN CONCERTO

**INGRESSO GRATUITO** **TEATRO I PORTICI FOSSANO**  
VIA ROMA 74

**PRENOTAZIONE POSTI** presso sede **AVIS FOSSANO** (via Roma 94), nei giorni di **lunedì e mercoledì** dalle ore 9:00 alle 12:00 ed il **mercoledì** sera dalle ore 20:45 alle ore 22:00. Per informazioni: **sede Avis 0172.634080** (negli orari di prenotazione).

**92003030043**

È il CODICE FISCALE da inserire nella dichiarazione dei redditi per sostenere l'Avis di Fossano

**Scegli di destinare il 5 per mille delle tue imposte all'Avis di Fossano**



**5xmille** volte grazie 

### Gita sociale a Bergamo

È in programma per il mese di giugno una **gita sociale a BERGAMO**, riconosciuta dal Ministero dei Beni Culturali, insieme a Brescia, **Capitale italiana della Cultura 2023**. L'aggiornamento in merito sarà fornito con comunicazione sul nostro sito internet, sulla pagina Facebook, sulla stampa locale e verrà esposto nella bacheca di via Roma, presso il Centro Raccolta Sangue dell'Ospedale e presso la Sede Sociale.



**Auguri di Buona Pasqua**  
a tutti gli avisini e famigliari da parte del Direttivo

**AVIS** #ROSSOSANGUE #GIALLOPLASMA

## RICCARDO BONAVITA una dedizione costante, generosa ed appassionata all'Avis

*In più occasioni abbiamo colto la commozione di Riccardo, soprattutto quando erano in gioco sentimenti forti. A testimonianza di questo delicatissimo aspetto del suo temperamento, riportiamo la dichiarazione scritta che rilasciò dopo aver ricevuto l'Oscar della Generosità e che dimostra con quanto amore per la vita abbia esercitato il volontariato e con quanta tenerezza abbia coltivato gli affetti familiari.*

**P**oco prima che andasse in stampa l'edizione natalizia del nostro giornalino è mancato Riccardo Bonavita, Presidente Onorario della nostra sezione. Lo abbiamo salutato al suo funerale con sentimenti di affetto e di gratitudine ed ora lo ricordiamo con alcuni richiami al suo profilo di grande sostenitore dell'Avis fossanese.

Riccardo è stato innanzitutto un amico per i donatori non solo dell'Avis, ma anche dell'Admo e dell'Aido, e non solo per i fossanesi, ma anche per tante sezioni consorelle dell'Avis provinciale e regionale. Gli va dato atto di aver rappresentato per Fossano la "memoria storica" della nostra Sezione, di cui ha seguito il percorso fin dalla sua costituzione, quando, nel lontano 1946, grazie all'appello della carismatica Maddalena Baravalle, si fece strada il primo gruppo di volontari del sangue. Iscritto alla sezione nel 1958 con la tessera n. 70, fu donatore fino al 1985 con benemerita "medaglia d'oro". Ricoprì l'incarico di segretario amministratore dal 1972 al 2001 con straordinario spirito di servizio e passione, vivendo il suo legame con i donatori fossanesi con l'affetto e la partecipazione di un rapporto familiare.

Nel 1976, nella triste circostanza del terremoto in Friuli del 6 maggio, insieme ai compagni di sezione e ad altre associazioni fossanesi, fu promotore di un'iniziativa di soccorso ai paesi devastati: furono inviate 3 roulotte nella cittadina di Osoppo, dove in seguito, nei lavori di ricostruzione del centro abitato, fu intitolata una strada proprio alla sezione Avis di Fossano.

Dal 1973 al 2001 fu componente del Consiglio Direttivo dell'Avis provinciale Cuneo e dal 1978 al 2004 componente del Consiglio regionale Avis Piemonte, partecipando anche a convegni nazionali, da cui portò sempre in Sezione contributi di crescita e di arricchimento. Non va dimenticata, a livello cittadino, la sua apertura alla collaborazione con le sezioni Aido e Admo, a favore delle quali si adoperò per offrire spazio nei locali della sede avisina.

Anche dopo aver consegnato la "fiaccola" a nuovi dirigenti ha continuato a seguire la vita della nostra sezione con affetto ed attenzione.

Nel 2018 il nostro Consiglio Direttivo, all'unanimità, gli ha conferito la carica di Presidente Onorario



28 giugno 1981 - A Riccardo Bonavita attribuzione dell'Oscar della Generosità da parte del Consiglio provinciale Avis



**C**ari amici, stamane, nel ricevere l'Oscar della Generosità, nel corso della nostra bella celebrazione del XXXV di fondazione della Sezione Avis di Fossano, avrei voluto prendere la parola per dire qualcosa.

Innanzitutto per ringraziare il presidente e tutto l'Esecutivo provinciale per la proposta di assegnazione del riconoscimento e altresì ringraziare il presidente dottor Viglietta ed il Direttivo della sezione di Fossano per le testimonianze di affetto datami in questa occasione.

Le parole con le quali il carissimo amico M.o Rocca ha voluto accompagnare la consegna dell'Oscar mi hanno commosso e non ho più avuto la forza di parlare. Ora, a festa terminata, scrivo queste poche frasi che dicono i sentimenti che stamane avrei voluto esprimervi al teatro Astra.

Avrei anche voluto dire che l'Oscar che mi veniva consegnato, io lo vedevo e sentivo, come se assegnato a tutta la sezione... perché se non ci fosse stato il Direttivo... i donatori... certe cose non si potevano fare, e quanto di bene ho potuto realizzare nell'Avis è merito di tante persone che, sempre, mi hanno aiutato e capito.

Per questo motivo, inoltre, avrei voluto dedicare l'Oscar a mia moglie e a mia figlia, per ricordare in loro tutte le famiglie dei dirigenti dell'Avis. Da tempo, quando presenzio a manifestazioni avisine, sento che spesso si fanno elogi ai dirigenti o si assegnano loro riconoscimenti od onorificenze, mai ho sentito ringraziare le famiglie di questi dirigenti. E pensare che il tempo che destiniamo all'Avis lo «rubiamo» al nostro tempo libero, ma sempre lo «rubiamo» alla nostra famiglia. Per questo vorrei dedicare l'Oscar a mia moglie e mia figlia, ringraziandole per la pazienza e la disponibilità... alle mie assenze serali e, con loro, avrei voluto ricordare tutte le mogli, i figli, i familiari dei nostri dirigenti che sono nell'ombra, ma sempre ci sono vicini. Avrei voluto dire tutte queste cose per dire semplicemente il mio grazie a tutti: la commozione del momento me lo ha impedito. Lo laccio questa sera, con queste righe, con tutta la mia riconoscenza.

28 giugno 1981

**Riccardo Bonavita**



11 gennaio 1975 - Nel corso dell'assemblea annuale fossanese

della Sezione in occasione del suo 90° compleanno, che, per felice coincidenza, cadeva proprio nell'anno delle celebrazioni del 90° anniversario dell'Avis nazionale.

L'anno successivo Riccardo è stato insignito della Croce al Merito della Fiods (Federazione Internazionale dei Donatori di Sangue): l'onorificenza gli è stata assegnata nella Sala Rossa del Comune da parte del Presidente provinciale e regionale Avis Giorgio Groppo, a onore di tutta la città.

Dobbiamo riconoscere, però, che, al di là dei ruoli e delle benemerite,



Novembre 1983- Riccardo, insieme a una delegazione del Direttivo Avis, consegna la Croce d'Oro ad Antonio Rivoira (Tista), ospite della casa di riposo Avagnina



29 maggio 2011 - Riccardo riceve una targa al merito in occasione della festa per il 65° anniversario Avis Fossano



Torino, 22 aprile 2018  
Premiazione in occasione dei festeggiamenti per il 90° dell'Avis nazionale



27 febbraio 1999- Assemblea annuale a Cussanio



15 ottobre 2018 - Conferimento carica di Presidente Onorario della Sezione



In occasione del 55° anniversario della Sezione Riccardo Bonavita e Felice Mascarello consegnano un contributo di 2.600 euro all'Associazione Missionaria di Capo Verde di Padre Ottavio Fasano



Sala Rossa del Comune di Fossano, 12 luglio 2019  
Conferimento della Croce al Merito della Fiods

*hanno fatto storia il modo in cui Riccardo ha assunto i vari incarichi, il carisma con cui ha praticato il volontariato, la militanza con cui ha vissuto lo spirito associativo, qualità che lo hanno portato anche a dissentire, a volte, dalle norme statutarie, ma sempre in modo costruttivo. Basta leggere i verbali delle assemblee ed i documenti conservati in sede per dedurre il suo temperamento generoso e battagliero. Abbiamo imparato a conoscerlo senz'altro da questa documentazione, oltre che dalle testimonianze di chi è stato giovane con lui o ha condiviso con lui alcuni mandati, ma soprattutto abbiamo colto la sua vera anima dai racconti di episodi del passato con cui egli stesso amava intrattenere gli amici.*

*Di questo esempio di impegno, di passione e di apertura alla solidarietà gli saremo sempre grati.*

**Anna Maria per tutti**

*A distanza di pochi mesi dalla sua morte è deceduta la moglie Maddalena, fedelissima compagna nella condivisione di alti valori. Come li abbiamo visti sempre insieme nella vita, così li pensiamo insieme nella Luce dell'eternità.*

*Alla figlia Laura, al genero Michele, revisore dei conti nel nostro Direttivo, ai nipoti ed a tutti i famigliari, tra cui molti donatori, le nostre affettuose condoglianze.*




**AVIS** Atletica Fossano '75
 
**AVIS** Atletica Fossano '75

Come da tradizione, l'Avis Atletica Fossano '75 non si ferma mai, regalando ai suoi atleti la possibilità di partecipare a innumerevoli manifestazioni in provincia, regione e oltre i confini piemontesi. Gli atleti, dal canto loro, non mancano di dare grandi soddisfazioni ottenendo risultati e piazzamenti di tutto rispetto.

Gli stradisti hanno partecipato nella stagione invernale che sta per concludersi, nel mese di novembre, alla Milano Half Marathon, gara di 21,097 km, alla Mezza Maratona di Savona dove Renato Chiaramello ha ottenuto la vittoria di categoria, alla Maratona di Firenze. A dicembre è stata la volta della Maratona e Mezza Maratona di Sanremo, della 10 km di Spotorno, della Maratona di Pisa. A gennaio, a Modena c'è stata la partecipazione all'edizione 2023 della Classica della Madonnina, mentre il 5 febbraio il gruppo Open Run ha effettuato la prima trasferta stagionale in Liguria. Due le gare in programma che si sono svolte sullo stesso tracciato tra Santa Margherita Ligure e Portofino: 10 km e mezza maratona. Due podi per gli atleti dell'Avis Atletica Fossano 75 nella prima prova del trofeo regionale di cross, svoltosi domenica 8 gennaio a Venaria e giunto alla 12ª edizione. Per la categoria allieve, 2° posto per Cecilia Bianco e Caterina Settembrini. Le altre gare che hanno visto la partecipazione degli atleti fossanesi sono state: Cross della Colletta a Torino; il 5 febbraio a Borgaretto dove si sono svolti i campionati regionali di staffette di cross, con la presenza di sei squadre fossanesi, soprattutto a livello giovanile, che hanno dimostrato un buon grado di preparazione; il "cross del Bersaglio" di sabato 11 febbraio, valido come campionato regionale masters;



la 2ª edizione del Granda Cross di Cuneo. Al 1° cross di Castellar di Saluzzo valevole come 2ª prova del cds di cross regionale e prova unica del campionato regionale individuale assoluto, la squadra allieve Atletica Fossano '75 si è qualificata al 3° posto staccando il pass per i campionati italiani.

Per la specialità marcia, sabato 21 gennaio, ad Alessandria, si è disputato il trofeo invernale valido come prima prova dell'anno. Sui 5000m, presenti il Master Gian Maria Gerbaldo e la Master Giuseppina Comba. Domenica 29 gennaio, a Milazzo (Sicilia), si sono disputati i campionati italiani master di 20km. Ai nastri di partenza tre atleti: Giuseppina Comba, che ha conquistato il titolo in 2h18', Paolo Fissore, giunto quarto con il tempo di 2h13" e Gianmaria Gerbaldo.

Il gruppo fitwalking ha partecipato

to, domenica 22 gennaio, alla 20ª edizione della "Fitwalking del cuore" a Saluzzo, manifestazione a scopo benefico. Il gruppo, con l'acquisto di 32 pettorali, ha contribuito al finanziamento dell'associazione Diapsi che si occupa di persone con disturbi psichici.

La stagione indoor su pista ai Campionati italiani indoor junior promesse ad Ancona, in programma il 4 e 5 febbraio, ha visto buone prove da parte dei portacolori dell'Atletica Fossano Lorenzo Mellano e Giovanni Rinaldi. Buone prove dei cadetti sui 60m e 60 ostacoli ai Campionati Regionali svoltisi a Bra sabato 11 febbraio. Nel week end del 18 e 19 febbraio il PalaIndoor di Ancona ha ospitato i Campionati italiani assoluti 2023. Il portacolori dell'Avis Atletica Fossano '75 Crf Andrea Cerrato ha centrato il secondo gradino del podio nelle prove multiple dell'atletica in sala, l'eptathlon indoor, quattro anni dopo il titolo all'aperto categoria juniores.

Il 7 gennaio la società ha festeggiato l'attività dell'anno 2022 presso la "Sala Brut e Bon" premiando gli atleti vincitori di titoli italiani, regionali e provinciali ed i tecnici che, come sempre, si dedicano con passione alla preparazione atletica e umana dei ragazzi.

Chiara Tortone



## TriVivisport



## Società Pescatori Avis Fossano

Domenica 12 marzo ha preso il via la stagione di pesca alla trota torrente della Società Pescatori Avis di Fossano. Quaranta soci di cui 8 pierini si sono presentati alla via della manifestazione che si è svolta in bealera a Sant'Albano Stura presso la cava di Napoli. Un enorme successo dopo due anni di incertezza causa Covid. Prima dell'inizio del raduno è stato ricordato Piero Mecchia, presidente onorario della società prematuramente mancato in settimana.

Il coordinatore del gruppo



Sabato sera 11 marzo è ufficialmente iniziata la stagione sportiva della società TriVivisport di Fossano. Durante la cena sociale sono state presentate le novità 2023. Con orgoglio è stato presentato il nuovo body gara sponsorizzato dal main sponsor Ballario Trasporti insieme a tutti gli altri che contribuiscono alla riuscita del progetto: Crf, Avis, Ottica Maestrelli, Tipolitografia Mondino, Cerrato sport, Soa servizi. Durante la serata sono stati premiati gli atleti che hanno ben figurato nel 2022 a livello sportivo: Vincenzo Maione, Giuseppe Garbarino, Alessandro Prato, Cristina Eula, Pia Tealdi, Silvia Costamagna. Gli appuntamenti già in agenda quest'anno saranno i Triathlon sprint di Andora, Piasco e Sommariva Perno, mentre l'11 giugno la compagine fossanese, denominata "l'onda blu", parteciperà in massa al Triathlon olimpico e al medio di Cagnes-sur-mer in terra francese. Per informazioni ed iscrizioni contattare la piscina di Fossano.

Il coordinatore del gruppo

## La Befana Avisina è tornata a portare i suoi doni insieme al Mago Budinì

Dopo due anni di stop forzato, venerdì 6 gennaio è stato possibile ripristinare il tradizionale appuntamento con la Befana Avisina nei locali della Bocciofila Autonomi. Tanti, tantissimi i figli dei donatori avisini presenti, insieme ad altri bambini della città, che il Mago Budinì ha saputo intrattenere ed incantare con una vivacissima alternanza di giochi di prestigio e di comicità.

All'animazione calorosamente partecipata ed applaudita è seguita per tutti i bambini presenti (circa 250) la distribuzione della classica calza della befana ricca di dolci ed anche di un giocattolo per i 150 figli dei donatori che avevano versato in precedenza un'offerta al fondo di solidarietà della nostra associazione. Un incontro sempre molto divertente, che favorisce la socialità tra i donatori. Non è mancato nulla perché i bambini potessero trascorrere una bellissima giornata di festa.



Fotografie di **Alessandrini Fossano**

## “Appena un po’ di sangue” atto unico di Ernesto Zucco

*La compagnia “Gli Instabili” di Trinità ha portato a teatro il messaggio della donazione di sangue*

Fiore all'occhiello a conclusione dei festeggiamenti per il 75° di fondazione dell'Avis fossanese è stato lo spettacolo teatrale “Appena un po’ di sangue” portato in scena venerdì 2 dicembre da “Gli Instabili” di Trinità nei locali della Chiesa del Gonfalone.

L'atto unico, scritto con profonda sensibilità da Ernesto Zucco sulla base di un'intuizione condivisa con Elio Gatti, donatore emerito trinitese, è incentrato sul tema del forte sentimento di solidarietà che spinge il donatore a porgere il suo braccio a chi ha bisogno di sangue e, nello stesso tempo, coglie la percezione da parte del ricevente dell'infinita bontà di chi, anonimo, si è prestato a contribuire al recupero delle sue forze. Si crea così un ideale rapporto donatore-paziente in cui il sogno si confonde con la realtà.

La serata è stata arricchita dalla testimonianza di Andrea Tetto, presidente dell'associazione AMAMI (Associazione Malati di Anemia Mediterranea), talassemico, che ha sottolineato quanto la donazione di sangue sia sinonimo di speranza: “Perché tutti i malati hanno bisogno di una speranza”. Altrettanto toccante è stata l'esperienza raccontata da Antonio

Gazzera, cardiotrapiantato, che serba profonda gratitudine non solo per la famiglia di chi gli ha donato il cuore e gli ha reso possibile la continuità della vita, ma anche per i donatori di sangue, perché servono dalle 10 alle 20 sacche durante un intervento di trapianto.

Bella serata, dunque, all'insegna della speranza e della solidarietà. Denso di profonda umanità il testo, bravissimi gli attori. Nobile il messaggio che lo stesso Ernesto Zucco ha lasciato rivolgendolo al pubblico: “Questo spettacolo non vuole essere lo spot dell'Avis, ma un ringraziamento per chi dona senza attendere nulla in cambio. Appena un po’ di sangue è il titolo di questo spettacolo ed è anche una frase che potrebbero pronunciare i nostri donatori”.



## Il colesterolo: se lo conosci non lo eviti

Una volta all'anno al donatore periodico di sangue vengono eseguiti alcuni esami tra i quali uno è spesso fonte di timore e di preoccupazione per tutte le età ed in particolare quella adulta. Si tratta del "famigerato" colesterolo.

Ma che cos'è il colesterolo? Conosciamolo meglio.

Il colesterolo è una sostanza che è prodotta per la maggior parte dal corpo stesso ed in particolare dal fegato. Solamente una piccola quota del valore misurato corrisponde al suo apporto con gli alimenti. Le persone, anche giovani, con alti livelli di colesterolo hanno spesso una predisposizione di natura genetica alla maggior produzione epatica del colesterolo. Vi è inoltre una lieve variabilità stagionale dei suoi livelli, che risultano più alti nei mesi invernali e più bassi nei mesi estivi.

Il fatto che sia il corpo stesso ad occuparsi primariamente della sua produzione fa capire che si tratta di una sostanza indispensabile al buon funzionamento dell'organismo stesso. Il colesterolo, infatti, è parte integrante della membrana di ogni cellula del nostro corpo (circa 100.000 miliardi per

capirci!) alla quale dona stabilità, serve per la produzione di molti ormoni tra i quali quelli sessuali, la vitamina D ed i sali biliari utili ai processi digestivi.

Se il colesterolo ha così tante ed importanti funzioni nel corpo umano, da dove trae origine il timore reverenziale nei suoi confronti?

Il dosaggio del colesterolo nel sangue, oltre al suo valore totale, può essere suddiviso nelle sue due componenti denominate colesterolo "cattivo" o LDL "e buono" o HDL. Semplificando possiamo dire che il primo è il colesterolo che, in partenza dal fegato, viene distribuito a tutte le cellule del corpo, mentre il secondo è una sorta di "spazzino" che ha il compito di riportare al fegato la quota in eccesso non utilizzata.

Quale dei due valori è meritevole di attenzione? Sicuramente bisogna considerare un valore totale di colesterolo eccessivamente alto il quale è spesso legato ad una aumentata quota di quello "cattivo". La cattiva reputazione di quest'ultimo è dovuta al fatto che può con maggiore facilità depositarsi nelle pareti delle arterie riducendo il flusso di

### I consigli del medico



sangue agli organi interessati (cuore, arterie degli arti e del collo etc.) Tutto ciò è favorito da un'alterazione della composizione della molecola del colesterolo LDL dovuta a stili di vita poco salutari, come il consumo eccessivo di alcolici, il fumo, un'alimentazione ricca di zuccheri e grassi, la sedentarietà e/o la mancanza di attività fisica regolare.

In conclusione il colesterolo non va visto come un acerrimo nemico da temere o da evitare a tutti i costi soprattutto a tavola, ma come un compagno di vita di cui abbiamo bisogno, che però è bene non fare eccessivamente "arrabbiare" conducendo uno stile di vita sano e povero di eccessi, il quale si addice, tra l'altro, alla figura del donatore di sangue.

**dott. Gianluca Toselli**  
direttore sanitario della Sezione

## L'Acaja Basket ha dedicato un'altra giornata alla donazione di sangue



Continuano le iniziative dell'Acaja Basket in collaborazione con la nostra associazione. Nella giornata di venerdì 27 gennaio si è tenuta una seconda giornata di donazione di sangue da parte della società cestistica fossanese presso il Centro Raccolta Sangue dell'ospedale cittadino. Mentre per la precedente esperienza erano stati coinvolti allenatori e giocatori,

in questa seconda occasione si è reso disponibile alla donazione un gruppo di genitori degli atleti stessi: alcuni sono già donatori, altri si sono avvicinati al mondo della donazione di sangue per la prima volta. Ringraziamo l'Acaja Basket per questa importante iniziativa, sperando che anche altre società sportive seguano il suo esempio incentivando la donazione di

sangue e di plasma fra i propri tesserati e fra i propri sostenitori. Siamo sempre più convinti che donazione di sangue ed attività sportiva sono in stretta relazione, perché, come dice il nostro presidente, "Chi fa sport, a tutti i livelli e di tutti i tipi, avendo una buona condizione di salute, è il candidato ideale per la donazione di sangue".

## ASSEMBLEA ANNUALE 2023 continua dalla prima pagina

come manifestazioni sportive, culturali, incontri nelle Scuole Medie. In particolare il gruppo di Trinità ha festeggiato il 45° di fondazione e per l'occasione ha provveduto a destinare una nuova area più visibile per la collocazione del monumento dedicato ai donatori di sangue. Il gruppo di Genola ha inaugurato in centro paese la piazza dedicata ai donatori di sangue.

Questo per quanto riguarda la vita associativa, ma è indubbio che la nostra missione è quella di avvicinare e sensibilizzare nuovi donatori al fine di mantenere costante il flusso delle donazioni.

In merito il dott. Toselli vi relazionerà nel dettaglio, ma anticipo che il 2022 ha registrato una leggera flessione nelle donazioni seppur molto più bassa rispetto alla media negativa nazionale. Sempre importante il numero di nuovi donatori.

La situazione finanziaria è adeguata a supportare i costi fissi di gestione e le necessarie risorse a sostegno delle iniziative promozionali ed associative oltre a quelle straordinarie (opere di ristrutturazione alloggio di proprietà Avis). Il segretario Franco Sansoldo che sostituisce il tesoriere Massimo

Operti, impossibilitato a partecipare all'assemblea, vi relazionerà in dettaglio sui dati contabili.

Ringrazio il personale medico ed infermieristico del Centro Raccolta di Fossano per la collaborazione e per la competenza il dott. Carlo Di Marco, che continua nella funzione di medico prelevatore in modo gratuito e volontario pur essendo, come noto, in pensione, i volontari incaricati Avis che con la loro fondamentale presenza svolgono un prezioso lavoro di assistenza ai donatori.

Tutto è stato possibile grazie alla disponibilità, alla continuità

ed all'impegno dei componenti del Direttivo. Un infinito grazie a voi donatrici e donatori per la vostra generosità e per il vero spirito di volontariato gratuito che avete dimostrato. La vostra generosità e lo spirito altruistico di aiuto solidale ai malati ripagano ampiamente il nostro impegno profuso anche in questo anno non facile per tutti.

Con la speranza che si torni presto alla piena normalità porgo un cordiale saluto ed un affettuoso augurio di ogni bene.

Grazie a tutti.

**Elio Reynaudo**

## Brevi da Fossano

### ► Nascite

Partecipiamo alla gioia di tutta la famiglia per la nascita di **Diletta**, figlia di Simone Bossolasco, nipote di Caterina Becchio (nonna), di Daniela e Massimo Operti (zii), tutti donatori, e pronipote di Piero Becchio, tenace componente del nostro Consiglio Direttivo. Felicitazioni vivissime al donatore Samuele Capraro per la nascita del figlio **Davide**. Un affettuoso pensiero di vicinanza a tutta la famiglia, in particolare alla nonna Maria Bertola, donatrice emerita.

### ► Lutti

Sono mancati all'affetto dei loro cari: **Maria Alocco ved. Panero**, donatrice distintivo d'oro con rubino. **Giacomo Bogetti**, donatore distintivo d'argento dorato, papà del donatore Giancarlo. **Ettore Botta**, suocero del donatore Marco Bergese. **Angela Cometto in Bernardi**, donatrice distintivo d'argento dorato. **Bernardo Cravero**, donatore distintivo d'argento. **Dino Odaglia**, suocero del donatore Alessandro Daniele. **Michele Olivero**, donatore distintivo d'oro, fratello di Elisabetta Olivero, suocero di Pietro Barbero e nonno di Marco Panero, tutti donatori. **Francesco Rocca**, fratello del donatore emerito Antonio e cognato della donatrice Anna Maria Origlia, oltre che zio di Simone e Luca Rocca, entrambi donatori. *Agli avisini ed ai loro famigliari giungano le più sentite condoglianze da tutti gli amici della sezione.*

### ► Offerte

Sono pervenute in sede, a favore delle attività promozionali della sezione, le seguenti offerte: Giuseppe Uberto euro 50 in memoria della moglie Ornella; le famiglie Bonavita e Armando euro 500 in memoria di Riccardo Bonavita.

*Il Consiglio Direttivo, a nome di tutta la sezione, ringrazia per i generosi gesti di solidarietà.*

### ERRATA CORRIGE

A rettifica di quanto pubblicato nell'edizione precedente del giornalino, precisiamo che la somma di euro 120 in memoria di Margherita Tortone ved. Mellano è stata offerta dalle sorelle e dai fratelli della defunta. Ci scusiamo per l'errore e ringraziamo la famiglia per la sua generosità nei confronti della nostra associazione.

## Brevi da GENOLA

### ► Nascite

Felicitazioni al bisnonno Bartolo e al nonno Mario per la nascita della piccola **Bianca Bossio**. Partecipiamo alla gioia di tutta la famiglia, in particolare del nonno donatore Sergio Testa, per la nascita di **Nico**.

### ► Lutti

Condoglianze a tutta la famiglia per la scomparsa di **Tomaso Cravero (Gino)**, donatore con distintivo d'argento dorato, che fu tra i soci fondatori del nostro gruppo. Tutto il gruppo si stringe attorno ai numerosi e storici donatori della famiglia Tosco per la scomparsa della nonna, zia e mamma **Maria Giordano**. Condoglianze inoltre: al nipote donatore Manuel Disdero per la scomparsa della nonna **Margherita Garnero**, al donatore Luca per la morte del papà **Domenico Fogliarino**, alla donatrice Barbara per l'improvvisa scomparsa del papà **Giuseppe Mondino**, alla famiglia per la morte del donatore emerito **Giuseppe Bellino**, a tutti i suoi cari per la scomparsa del donatore **Giuglielmo Vaira**.

## Brevi da SANT'ALBANO

### ► Nascite

Un caloroso benvenuto ad **Alessandro**, figlio del donatore Stefano Cagliero e congratulazioni a tutta la famiglia!

**Il Direttivo invita gli avisini santalbanesi a non prendere impegni per domenica 10/09/2023 poiché si festeggerà il 65° anniversario di fondazione. Vi aspettiamo numerosi!**

### Incontro di amicizia

Sabato 3 dicembre 2022 l'Avis di Sant'Albano ha organizzato, dopo lo stop forzato per il Covid, l'incontro annuale con gli amici donatori. Abbiamo voluto sperimentare un'idea diversa dalla solita cena, per arrivare anche a chi preferiva un evento meno impegnativo. Noi organizzatori siamo stati molto soddisfatti, non ci aspettavamo un così alto numero di adesioni e ci è sembrato che anche i partecipanti ne siano rimasti entusiasti. Abbiamo voluto coinvolgere più realtà locali sia per il cibo che per l'omaggio ai donatori presenti. Ci ha fatto anche molto piacere sostenere l'Oratorio che ci ha ospitati nei propri locali.



Alessia

## Brevi da TRINITÀ

### Da "Gli Instabili" di Trinità un omaggio ai donatori Avis per la ricorrenza del 45° di fondazione

Venerdì 10 febbraio 2023 presso il Teatro Garavagno la compagnia teatrale "Gli Instabili" ha voluto onorare il gruppo trinitese con la replica dello spettacolo "Appena un po' di sangue" già rappresentato a Fossano a dicembre 2022. Presenti anche il presidente della sezione Avis Fossano, il vice presidente ed alcuni componenti del Direttivo. Molto efficace l'interpretazione offerta dagli attori nel comunicare il messaggio avisino di solidarietà e di speranza.

### ► Lutti

È mancata **Caterina Curti ved. Cavallero** (detta Rosa), donatrice medaglia d'oro. Ospite del soggiorno anziani, a novembre 2022 accompagnata dal figlio Gimmi aveva ancora partecipato alla cerimonia per i festeggiamenti dei 45 anni del Gruppo. Calorose condoglianze ai famigliari da tutta la famiglia avisina. Condoglianze avisine alla donatrice e preziosa collaboratrice Daniela Bosio per la perdita del papà **Giuseppe Bosio**.

### ► Offerte

Gimmi Cavallero ha offerto euro 100 in memoria della mamma Caterina Curti (Rosa). Il gruppo avisino ringrazia il suo gesto di generosità.

**Il gruppo trinitese ringrazia l'impresa edile Massimo Scotto per la generosa collaborazione prestata nella ricollocazione del cippo Avis.**

**A corredo dello spettacolo anche due toccanti testimonianze di "fruttor di trasfusoni". Luigi Rovere, originario di Trinità, ha voluto testimoniare quanto sia stato importante fruire di copiose trasfusoni in un particolare momento della sua vita. Andrea Tetto, presidente della Associazione Malati Anemia Mediterranea Italiana, non potendo essere presente ha inviato una testimonianza scritta che alla lettura ha fatto accapponare la pelle al pubblico in sala e che dimostra quanto donare il sangue sia un impegno per la vita. Volentieri la pubblichiamo.**

*Carissimi amici,*

*mi chiamo Andrea e sono il Presidente dell'Associazione AMAMI, ovvero l'acronimo di Associazione Malati Anemia Mediterranea Italiana e con grande rammarico non posso essere con voi questa sera, ma con gioia scrivo queste poche righe per portare la voce dei pazienti che vivono grazie alle donazioni di sangue, plasma e piastrine. Ho potuto già vedere lo spettacolo teatrale "Appena un po' di sangue" che vedrete questa sera e vi invito davvero a riflettere sull'importanza delle donazioni, che per tante persone rappresentano la VITA.*

*Desidero soprattutto ringraziare a nome mio e dei tanti pazienti affetti da anemia mediterranea, malattia genetica, ereditaria e considerata tra le malattie rare, conosciuta con il nome di Beta Talassemia. Questa malattia accompagna i nostri pazienti fin dai primi mesi di vita e per via del difetto genetico, i nostri globuli rossi nascono molto piccoli, deformati e con la mancanza all'interno di una proteina fondamentale che si chiama Emoglobina. L'Emoglobina serve a trasportare l'ossigeno in tutte le nostre cellule e tessuti, oltre che a dare forza ed energia, proprio ciò che manca a noi talassemici. Per poter correggere quel difetto di mancanza di Emoglobina dobbiamo immettere l'Emoglobina sana, forte, dei donatori di sangue fin da quando nasciamo e per tutta la durata della nostra esistenza. Se non lo facessimo, dovremmo rassegnarci purtroppo a non sopravvivere. Pertanto siamo costretti fin da bambini a fare tante, periodiche e continuative trasfusoni di sangue (globuli rossi) per poter vivere una vita dignitosa e quasi normale. Per aiutarvi a comprendere perché tutti noi talassemici siamo legati da un filo rosso a tutti coloro che donano il sangue, pensate che un adulto ha bisogno in media dalle 30 alle 50 sacche di sangue ogni anno per sopravvivere. Sono circa 3 sacche ogni mese, e normalmente ci si reca in ospedale in media ogni 15 gg. per fare una o più sacche di globuli rossi. Ecco perché sono a ringraziarvi e perché continuerò a ringraziare finché ne avrò la possibilità e finché le mie forze ed energie me lo permetteranno. Il dono del sangue è un meraviglioso gesto di altruismo, volontario, anonimo, gratuito, periodico, che permette a tante persone di continuare a vivere. Il vostro è un grande gesto di responsabilità, come amo definirlo, che vi deve rendere consapevoli e orgogliosi perché, con un semplice atto che dura pochi minuti, avete regalato speranza e forza di vivere, che per un malato sono la cosa più importante a cui aggrapparsi. Il vostro dono è il gesto più bello che un essere umano rivolge ad un altro che soffre, e mi piace immaginare la donazione di sangue, plasma o piastrine, come se in quell'istante ognuno di voi stesse porgendo la mano ad un ammalato. Con quei pochi minuti state regalando ad un paziente un compleanno in più, un'avventura in più, un progetto in più, una giornata di sole in più. Di questo siate davvero felici, perché voi donatori fate e farete sempre la differenza per noi pazienti.*

*Un GRAZIE di cuore perché donando il sangue avete donato un pezzettino di voi stessi a delle persone a voi sconosciute, e avete, goccia dopo goccia, salvato delle VITE umane, magari quella di un paziente in attesa di trapianto di cuore, rene, fegato, magari quella di una persona con leucemia che attende un trapianto di midollo osseo, magari quella di un bimbo con la talassemia, magari quella di un giovane per un grave incidente stradale o di una giovane mamma in occasione di un parto per la nascita di un figlio.*

*Per chi invece non ha mai pensato di donare, rivolgo il mio invito a provare, senza timori e pensando che quei pochi minuti per voi, hanno un valore infinito per qualcuno. Solo quando vi alzerete dalla poltrona, dopo la vostra donazione, in quel preciso istante vi sentirete orgogliosi e soprattutto "felici", perché saprete di aver aiutato qualcuno in difficoltà. Non esitate, perché qualcuno in ospedale sta aspettando la vostra donazione. Spero di poter essere presto tra voi in una prossima occasione, per poter ringraziare tutti coloro che donano la VITA.*

*Con affetto*

Andrea



Pagina Facebook  
"Avis Fossano"  
Cercateci e unitevi a noi!



dal sangue,  
la vita



## I nuovi amici avisini della nostra sezione

[www.avisfossano.it](http://www.avisfossano.it)  
[avis.fossano@libero.it](mailto:avis.fossano@libero.it)  
[www.avisfossano.it](http://www.avisfossano.it)



**BERAVALLE**  
Anna



**BERNARDI**  
Umberto



**BONGIOVANNI**  
Davide



**BOSIO**  
Silvia



**AIRALDI**  
Mirko



**ALESSO**  
Marco



**CAVALLERO**  
Morena



**CHIARAMELLO**  
Anna



**BRUNO**  
Giacomo



**FIORESI**  
Andrea



**GERMINIASI**  
Paolo



**GUZZO**  
Gloria



**LA MANTIA**  
Flavio



**MANNU**  
Giorgio



**MARENGO**  
Alessandra



**LOMBARDO**  
Alessandro



**MOLINERI**  
Matteo



**MONDINO**  
Miriam Teresa



**PANETTO**  
Roberta



**RIBET**  
Alessia



**SANMORI**  
Cristian



**SINGH**  
Jatinder

**ORARIO SEDE AVIS:** La sede di Fossano, in Via Roma 94, è aperta secondo il seguente orario: lunedì dalle ore 9 alle ore 12, mercoledì dalle ore 9 alle ore 12 e dalle 20,45 alle 22

Associazione Volontari Italiani del Sangue SEZIONE di FOSSANO Via Roma 94;  
12045 Fossano (Cn), Tel. 0172.634080

### AVVISO IMPORTANTE

Ricordiamo ai donatori che nel piano di razionalizzazione delle operazioni di prelievo da parte dell'Asl è confermata anche per l'anno in corso la riduzione del numero delle domeniche destinate alla raccolta di sangue. **Per l'anno 2023 non si effettueranno donazioni nelle prime domeniche di MAGGIO, AGOSTO e NOVEMBRE presso il Centro Raccolta dell'Ospedale di Fossano.** I donatori potranno comunque accedere (su prenotazione) al Centro Trasfusionale presso l'Ospedale di Savigliano la seconda domenica di ogni mese.



## FONDAZIONE CASSA DI RISPARMIO DI FOSSANO

*Persegue scopi di utilità sociale e di promozione dello sviluppo economico, orientando la propria attività prevalentemente nei settori dell'arte, dell'istruzione, della sanità, dello sport, dell'assistenza alle categorie sociali deboli e dello sviluppo del territorio*

