

Per l'appuntamento contattare la segreteria della propria AVIS Comunale.

Um einen Termin zu vereinbaren kontaktieren Sie das Sekretariat Ihrer zuständigen AVIS.

**AVIS Comunale di Bolzano ODV  
AVIS Bozen EO**

Via del Ronco 3 / Neubruchweg 39100 Bolzano / Bozen  
Tel. 0471 400874 - 0471 930023  
E-mail: bolzano@avis.bz.it - bozen@avis.bz.it

**AVIS Comunale di Merano e Burggraviato ODV  
AVIS Meran und Burggrafnamt EO**

Via Goethe 54 / Goethestraße 54  
39012 Merano / Meran  
Tel. 0473 442903  
Fax 0473 043030  
E-Mail: merano@avis.bz.it  
Pec: merano@pec.avis.bz.it

**AVIS Val Pusteria ODV  
AVIS Pustertal EO**

Andreas Hofer Str. 25 / Via Andreas Hofer 25  
39031 Bruneck / Brunico  
Tel. 0474 554039  
E-Mail: pustertal@avis.bz.it  
Pec: pustertal@pec.avis.bz.it

**AVIS Bressanone ODV  
AVIS Brixen EO**

c/o Ospedale di Bressanone / Krankenhaus Brixen  
Via Dante 51 / Dantestrasse  
39042 Bressanone / Brixen  
Tel. 0472 835599  
E-Mail: brixen@avis.bz.it

**AVIS Comunale di Silandro "Val Venosta" ODV  
AVIS Schlanders "Vinschgau" EO**

c/o Ospedale di Silandro / Krankenhaus Schlanders  
Via Ospedale 3 / Krankenhausstr.  
39028 Silandro / Schlanders  
Tel. 348 3989280  
E-Mail: vinschgau@avis.bz.it

**AVIS Comunale di Vipiteno "Alta Valle Isarco" ODV  
AVIS Sterzing "Wipptal" EO**

c/o Ospedale di Vipiteno / Krankenhaus Sterzing  
Via S. Margherita 24 Margarethen-Straße  
39049 Vipiteno / Sterzing  
Tel. 0472 774396  
E-mail: wipptal@avis.bz.it  
Pec: wipptal@pec.avis.bz.it

Una goccia  
che vale una vita  
Aiutaci a crescere, vieni a donare!



Ein Blutropfen der  
ein Menschenleben  
wert ist

Unterstütze uns! Komm Blut spenden!

## VADEMECUM DEL DONATORE

Il sangue è fonte di vita.

Dona il tuo sangue con generosità, salverai e migliorerai la vita di chi ne ha bisogno.

Donare sangue è semplice!

Convinci i tuoi amici a diventare donatori di sangue.

## COME DIVENTARE DONATORE?

- » **AVERE** un'età compresa tra i 18 e 60 anni. **AVERE** un peso superiore a 50 kg.
- » **AVERE** uno stato di salute buono
- » **AVERE** le pulsazioni 50-100 battiti/min (anche con frequenza inferiore per chi pratica allenamenti sportivi intensi)
- » **AVERE** una pressione arteriosa massima inferiore a 180 mm Hg e minima inferiore a 100 mm Hg
- » **NON APPARTENERE** a categorie a rischio di malattie infettive trasmissibili con il sangue (comportamenti a rischio).
- » **NON AVERE** mai avuto epatite virale B o C, HIV o Sifilide; né avere familiari conviventi portatori di queste malattie
- » **NON AVERE** mai avuto tumori maligni.

Sono previste sospensioni temporanee per chi ha eseguito interventi chirurgici, indagini endoscopiche, ha fatto piercing o tatuaggi e per chi ha viaggiato in zone esotiche o tropicali (consultazione con il medico)

Gli uomini possono essere chiamati alla donazione ogni **3 mesi**, le donne in età fertile ogni **6 mesi**.

Recarsi il giorno convenuto al Centro Trasfusionale dell'Ospedale della Vostra zona a digiuno per effettuare: visita medica, esami di laboratorio ed ECG. Dopo l'idoneità da parte del medico, l'aspirante donatore verrà convocato dall'AVIS per la donazione. Il prelievo del sangue dura tra i 7 e i 15 minuti ed è del tutto innocuo, in quanto effettuato con materiale sterile e monouso. Per legge, il sangue prelevato oscilla tra i 450 ml + /- 10% e chi ha un rapporto di lavoro dipendente ha il diritto all'astensione dal lavoro per l'intera giornata lavorativa ai sensi del D.LSG.10.09.2003, n. 276.

## VADEMECUM DES BLUTSPENDERS

Blut ist die Quelle des Lebens.

Spende Dein Blut mit Großzügigkeit, Du könntest ein Leben retten und die Lebensqualität von kranken Menschen verbessern.

Blutspenden ist einfach!

Überzeuge Deine Freunde Blutspender zu werden.

## WIE WIRD MAN BLUTSPENDER?

- » Alter zwischen **18** und **60** Jahren. Körpergewicht von mindestens **50 kg**.
- » Guter Gesundheitszustand.
- » Puls zwischen **50-100** Schlägen/min (bei Sportlern auch darunter)
- » Der systolische Blutdruck muss unter **180 mm Hg** liegen und der diastolische unter **100 mm Hg**.
- » **Keiner** Risikogruppe für durch Blut übertragbare Erkrankungen anzugehören.
- » **Niemals** an Hepatitis B oder C, HIV oder Syphilis erkrankt zu sein, sowie kein Zusammenleben mit Familienangehörigen, die daran erkrankt sind.
- » **Niemals** bösartige Tumore gehabt haben.

Zeitweilig ausgeschlossen von einer Spende sind jene Personen, die sich chirurgischen Eingriffen oder endoskopischen Untersuchungen unterzogen haben; die sich Piercings oder Tattoos stechen ließen oder exotische und tropische Länder bereist haben (Rücksprache mit dem Arzt).

Männer können alle **3 Monate**, Frauen im fruchtbaren Alter alle **6 Monate** zu einer Blutspende gerufen werden.

Begeben Sie sich am vereinbarten Tag nüchtern ins Transfusionszentrum Ihres Gebietes: es werden eine ärztliche Untersuchung, Laboranalysen und ein EKG durchgeführt. Nach der Eignungsfeststellung vonseiten des Arztes wird der angehende Spender von AVIS zur Spende aufgerufen. Die Blutabnahme dauert zwischen 7 und 15 Minuten und ist völlig harmlos, da mit sterilem Einwegmaterial gearbeitet wird. Gemäß gesetzlicher Grundlage werden 450 ml +/ - 10% Blut entnommen. Wer ein abhängiges Arbeitsverhältnis hat, genießt, gemäß GVD Nr. 276 vom 10.09.2003, einen Sonderurlaub für den gesamten Arbeitstag.