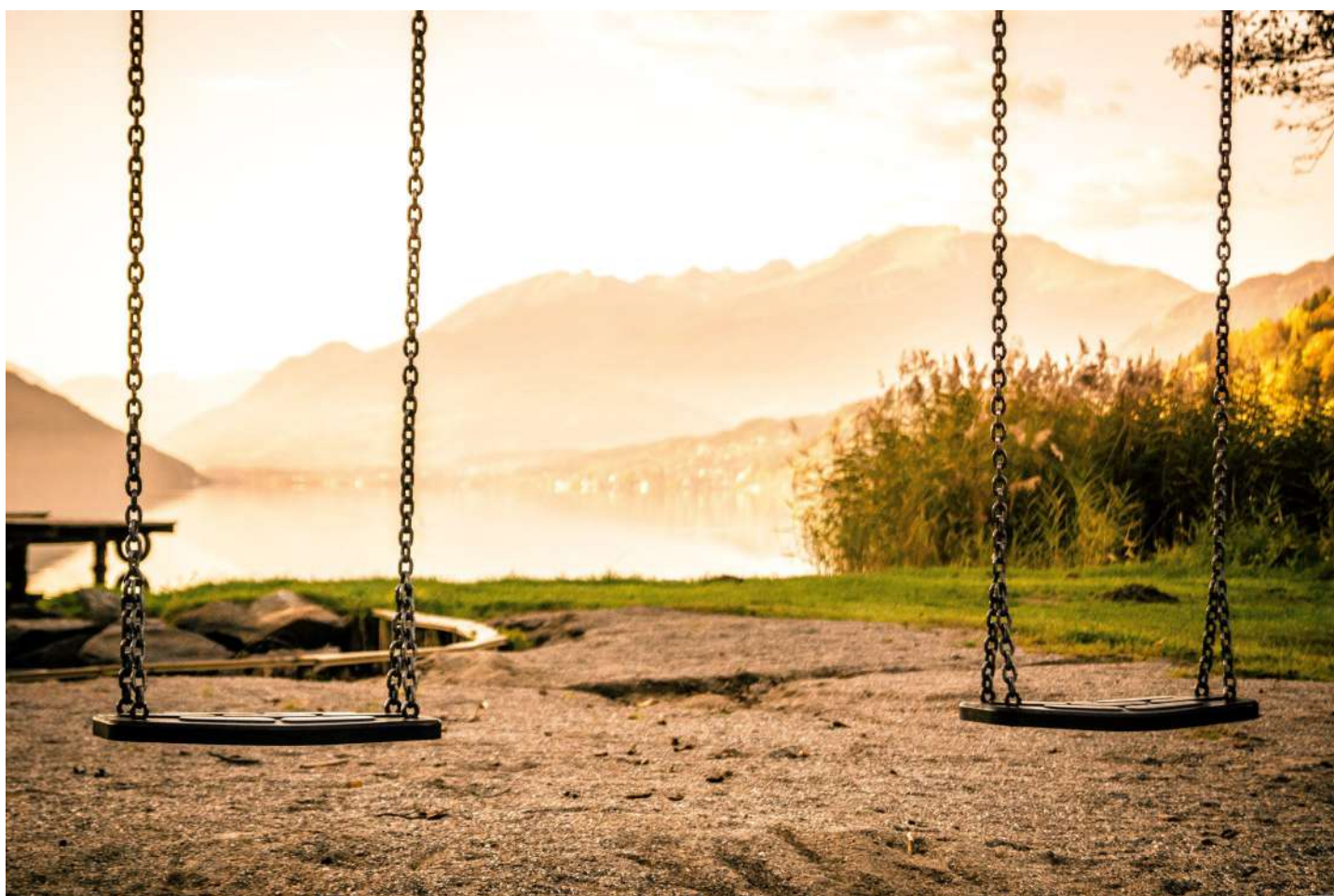




Associazione di donatori di sangue



Settembre 2026 Anno 6 Numero 3



Un posto per te

"Ciò che sei parla così forte che non riesco a sentire ciò che dici." - Ralph Waldo Emerson

Ci sono persone che lasciano un segno senza fare rumore. Non perché abbiano pronunciato discorsi memorabili o compiuto imprese straordinarie, ma perché il loro modo di stare nel mondo racconta, ogni giorno, ciò in cui credono.

Forse è questa la forma più autentica della testimonianza.

Pensiamo spesso che il cambiamento dipenda da grandi gesti. In realtà nasce quasi sempre da incontri silenziosi, da esempi che si trasmettono senza essere dichiarati, da una presenza che rende un pò migliore il luogo in cui viviamo. Anche Fidas Milano cresce così. Non soltanto grazie alle donazioni,

ai volontari o alle iniziative che organizziamo, ma grazie alle persone che, con naturalezza, fanno trasparire i valori in cui credono. Persone che accolgono, ascoltano, coinvolgono. Persone che, senza voler convincere nessuno, finiscono per ispirare qualcuno.

Ognuno di noi possiede questa forza, spesso senza rendersene conto.

Trovare il proprio posto nel mondo, forse, non significa cercare un ruolo speciale. Significa accettare di lasciare che una parte di noi incontri gli altri, si lasci cambiare e, nello stesso tempo, cambi qualcosa attorno a sé. Ogni volta che usciamo dalla nostra zona di comfort, ogni volta che scegliamo di dedicare tempo, attenzione o energie a qualcuno,

perdiamo qualcosa della nostra comodità ma guadagniamo qualcosa della nostra umanità.

È un paradosso: crediamo di offrire un dono agli altri e scopriamo, strada facendo, che il primo dono lo abbiamo ricevuto noi.

Per questo, oggi, Fidas Milano ha bisogno di persone che non siano semplicemente disponibili a fare qualcosa. Ha bisogno di persone disposte a essere ciò in cui credono. Perché le associazioni non cambiano il mondo con i loro progetti. Lo cambiano attraverso le persone che li rendono credibili con la propria vita.

Qual è il posto in Fidas Milano che soltanto io posso occupare?

Giuseppe Iosa

Allunga il braccio e fai traboccare la vita

Avete presente il trabocco, quella splendida struttura di legno sospesa nel mare?

La sua bellezza sta nelle sue lunghe braccia protese verso l'orizzonte e nella sua rete, sempre aperta per accogliere ciò che la corrente porta con sé.

Nel suo nome c'è un segreto che noi di FIDAS conosciamo bene: l'atto di "traboccare".

Donare il sangue non è una sottrazione, ma un'eccedenza. Il nostro corpo rigenera continuamente questa linfa vitale; donare significa semplicemente permettere alla nostra solidarietà di traboccare oltre i nostri confini per andare a salvare un'altra persona.

Un trabocco a Rocca
San Giovanni (CH)



Ogni volta lanciamo un ponte invisibile sopra la tempesta di chi sta soffrendo.

Non sappiamo chi riceverà il nostro sangue, ma sappiamo che quella rete di solidarietà gli salverà la vita. Con questi occhi mi accingo a visitare la costa abruzzese dei trabocchi, che da sempre esalta la fantasia dei turisti.

Sarà bello idealizzare le braccia dei trabocchi nelle braccia generose dei nostri donatori.

Giampaolo Corda

Dalla parte di chi riceve una donazione

Riceviamo da una nostra lettrice una toccante testimonianza. Con grande piacere e gratitudine la pubblichiamo.

Vorrei condividere con voi l'esperienza della mia prima trasfusione di sangue, resasi necessaria dopo un'importante anemizzazione a seguito dell'intervento per una protesi al ginocchio.

Quando il medico in fase di prericovero mi aveva avvertita di questa possibilità - dicendo però che probabilmente non sarebbe stato necessario dato che il sangue che si perde durante l'intervento viene raccolto e poi ritrasfuso -

ho dato il consenso per un' eventuale trasfusione eterologa pensando "tanto non servirà".

Invece serviva.

Non sapevo che a volte in seguito ad uno stress notevole il corpo smette di produrre globuli rossi!

Non vi nego che i miei sentimenti iniziali erano misti.

Avrei preferito evitare!

Ma poi pian piano sono stata pervasa da un senso di grande gratitudine e cercavo di immaginarmi i due donatori che con il loro gesto hanno dato a me la possibilità di riacquistare le forze.

Silvia

•FIDAS•

METTI IN MOTO IL DONO₂₀₂₆

Domenica 13 settembre

Peschiera Borromeo



PASSEGGIATE IN BICI PER PROMUOVERE LA DONAZIONE DEL SANGUE
Ore 14:30 - Ritrovo al Parco della Pace

Ore 15:00 - Partenza



Tappa ristoro Galleria Borromea – con
LiberiBi, presentazione Bike Crossing e
punto riparazioni

Arrivo verso le 17 al “Mangem in strada” - Laboratori,
giochi e attività per piccoli e grandi





**Sacchetta
omaggio per
tutti**



**LA CONSULTA DEL VOLONTARIATO
E LA CICLOFFICINA “LIBERIBÌ”
DI PROGETTO WORKOUT
ORGANIZZANO LA BICICLETTATA
DUE RUOTE PER LA PACE
DOMENICA 13 SETTEMBRE**

- ✓ ore 14:30 - Ritrovo al Parco della Pace
- ✓ ore 15:00 - Partenza
- ✓ Tappa ristoro Galleria Borromea – con LiberiBi, presentazione Bike Crossing e punto riparazioni
- ✓ Arrivo verso le 17 al “Mangem in strada” - Laboratori, giochi e attività per piccoli e grandi

Estrazione
premi a
metà
percorso

CON LA COLLABORAZIONE DI



FARMACIE COMUNALI

Metti in moto il dono

Anche quest'anno, nell'ambito delle iniziative della Fidas Nazionale, organizziamo—insieme alla **Consulta del Volontariato di Peschiera Borromeo** — una biciclettata aperta a tutti.

E' l'appuntamento tradizionale della ripartenza dopo la pausa estiva. Un'occasione per fare rete con le altre associazioni del territorio per sensibilizzare i cittadini sul ruolo delle associazioni di volontariato.

Per noi, ancora una volta l'occasione per ricordare il valore della donazione di sangue: un gesto sicuro, indolore, veloce ma importantissimo per chi ha bisogno di cure e terapie

Volontariando... in azienda!

Quando le passioni ci coinvolgono in modo autentico, il modo di esprimerle nel proprio operare quotidiano diventa intuitivo e istintivo. Così è stato anche per il volontariato d'impresa. Un'idea che ho proposto in occasione di un Laboratorio di formazione FIDAS (FIDAS LAB) che affrontava il tema della diffusione della cultura del dono.

Trascorriamo al lavoro così tanto tempo che includere i colleghi nelle iniziative di volontariato che già caratterizzavano il mio tempo libero, oltre che nel racconto delle stesse, è stato assolutamente spontaneo. Elemento determinante del progetto è stata l'attenzione concreta alla

sinergia che possono offrire quotidianità e volontariato.

Come naturale sia, la massima premura è sempre rivolta alla crescita delle donazioni, ma talvolta si trascura il fatto che senza una continua promozione a cura di generosissimi volontari tale obiettivo, comunque faticoso, non sarebbe raggiungibile. Al tempo stesso si tende a separare quanto si fa per passione nel tempo libero dagli impegni che caratterizzano il nostro vivere quotidiano, sottovalutando la potenza che questa sinergia può esprimere. Ogni giorno attraverso le nostre azioni, anche le più semplici, attraverso le nostre passioni, possiamo contribuire a generare occasioni per parlare di FIDAS,

far conoscere il gesto altruista per eccellenza, donare una piccolissima parte di noi per donare vita!

L'occasione di trasformare l'idea in azione mi è stata offerta da Eni ed Eni Plenitude che sposando il valore della cultura del volontariato, come condivisione della solidarietà, hanno accolto FIDAS con entusiasmo, dapprima con la formula del volontariato individuale, in cui il dipendente sceglie l'associazione da aiutare, e poi con una partnership nazionale, siglata l'8 luglio 2026, che consente a FIDAS di essere presente sui canali formali Eni raggiungendo potenzialmente 20mila persone, che dispongono di 2 giorni all'anno da dedicare al volontariato.

Ricorderò sempre l'emozione del riscontro immenso ottenuto sin dalle prime ore dopo la pubblicazione dell'annuncio sui canali Eni che invitava a partecipare come volontari all'evento Just The Woman I Am (JTWIA 2026) a Torino. La prima telefonata è stata di una collega di Milano, che voleva regalarsi un impegno concreto per i suoi 40 anni. Già aver aderito da altra sede a un evento a Torino mi aveva riempito il cuore di gioia, ma non ho potuto trattenere la commozione quando mi ha detto che prima di partecipare alla giornata avrebbe voluto diventare donatrice... Nelle ore e giorni successivi si sono aggiunti altri colleghi, fino a 10. Sono stati momenti intensi, densi di carico emotivo e di senso di responsabilità.

Volevo tutto fosse perfetto, non per me... per loro, volevo che vivessero un'esperienza che li toccasse davvero nel cuore. Ho preparato meticolosamente la formazione, la modulistica necessaria, la suddivisione in turni e ruoli per ottimizzare al meglio la partecipazione. Il fatto che chi non era donatore abbia intrapreso prima o subito dopo il percorso per diventarlo, è stata la dimostrazione del valore di quanto fatto.

Qualcuno ha anche scoperto in questa occasione di non poter donare, e questo è un altro importantissimo elemento del progetto.

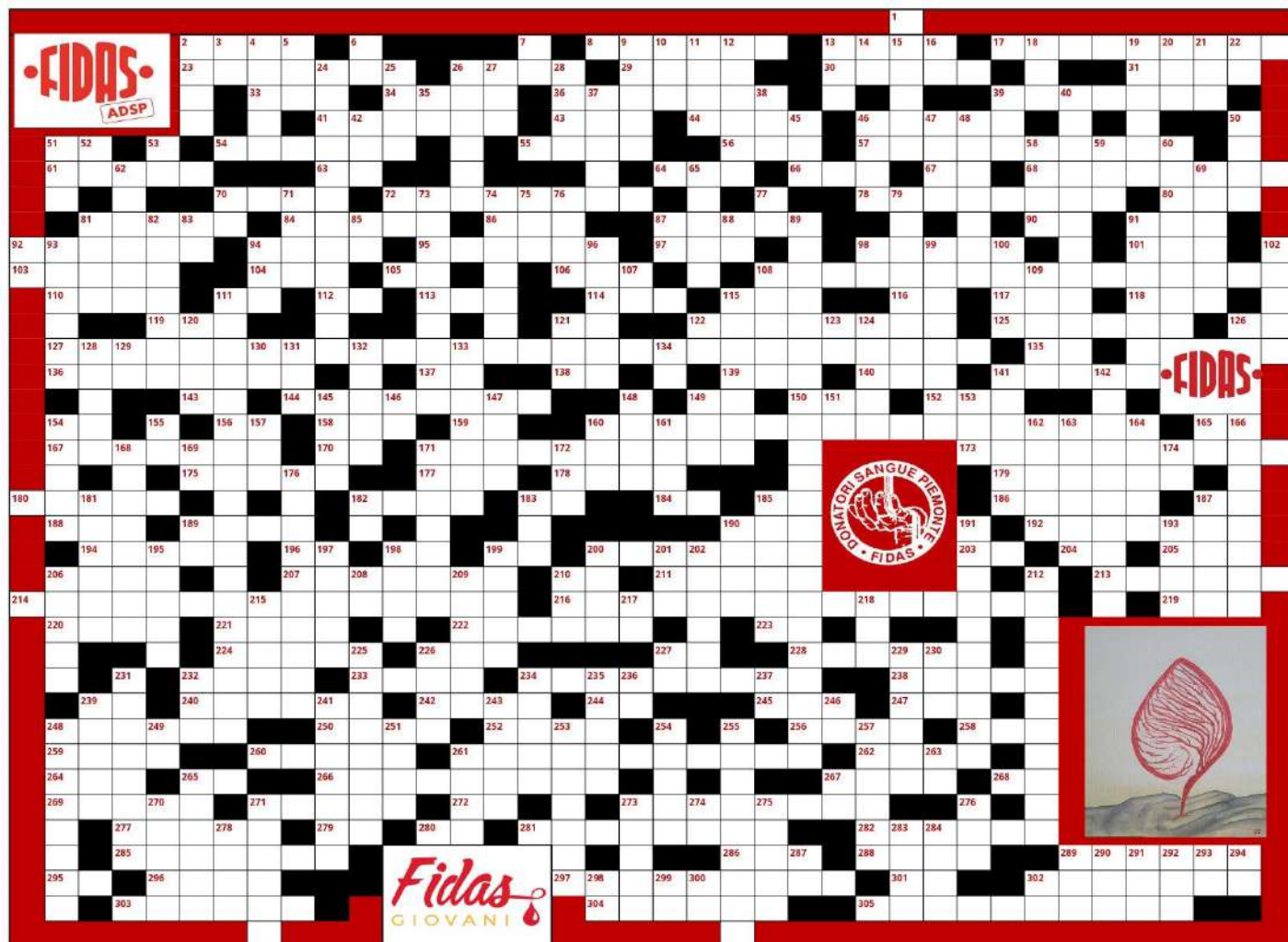
Mi riferisco alla possibilità di avvicinare le persone all'impegno verso la donazione anche da un altro punto di vista, quello dell'essere

testimone del fatto che se anche non si può donare (perché la tutela del donatore è fondamentale e nessuno dona se non ne è dichiarata l'idoneità da un medico), ciascuno di noi, nel nostro operare quotidiano, attraverso le proprie passioni e impegnandosi nel volontariato può contribuire a diffondere la cultura del dono, e quindi a salvare vite proprio come un donatore. Durante questo primo evento i volontari hanno portato in piazza il CRUCIFIDAS... non mi sembrava vero vedere che tante persone si mettersero in fila pazientemente per giocare con noi, per indovinare definizioni a tema, lasciare i propri contatti e vincere qualche gadget (fra cui una copia del CRUCIFIDAS da completare

comodamente a casa). Il CRUCIFIDAS (che ho redatto ormai da qualche anno, e che, richiestissimo, sta facendo il giro delle Federate d'Italia...) è stato il primo esempio di come le nostre passioni possano diventare strumenti molto efficaci per diffondere i valori autentici in cui crediamo. In particolare il CRUCIFIDAS è nato dalla consapevolezza che accrescere il numero dei donatori può passare solo attraverso l'informazione e la formazione, e se questa è divertente e veicolata attraverso un passatempo può essere più efficace per vincere la quotidiana sfida della sensibilizzazione al dono.

Grazie per questo spazio, davvero di cuore.

Elisa Casassa — Fidas Torino



Cruciverba redatto da Elisa Casassa - Gruppo Fidas ADSP Bagnolo Piemonte

Mercoledì 9 settembre presso il Centro Commerciale di Peschiera Borromeo, sarà esposto il CRUCIFIDAS in formato 140X100 centimetri. Tutti potranno contribuire a trovare le definizioni. Ne regaleremo anche copie in A4 per chi volesse terminarlo a casa

Una corsa per tutti

Domenica 27 settembre al Fiordaliso di Rozzano, la più grande corsa/camminata non competitiva dedicata alle donne, aperta anche ai loro accompagnatori. Sarà una mattinata dedicata allo sport, alla prevenzione, alla ricerca e alla voglia di stare insieme. Valori che sentiamo molto vicini alla nostra associazione e al significato della donazione di sangue. Parteciperemo **come Team Fidas Milano**. Per iscriversi insieme a noi è sufficiente iscriversi utilizzando il **link qui sotto**

https://gestioneiscrizioni.eventiwow.it/inscripcion/rozzano-strawoman-per-fidas-milano-odv/inscripcion_datos/



STRAWOMAN®

HUMANITAS  FIORDALISO



16^a
EDIZIONE

ROZZANO (MI) • 27 settembre 2026

Una giornata di festa tra sport e divertimento!

Iscriviti online www.strawoman.com

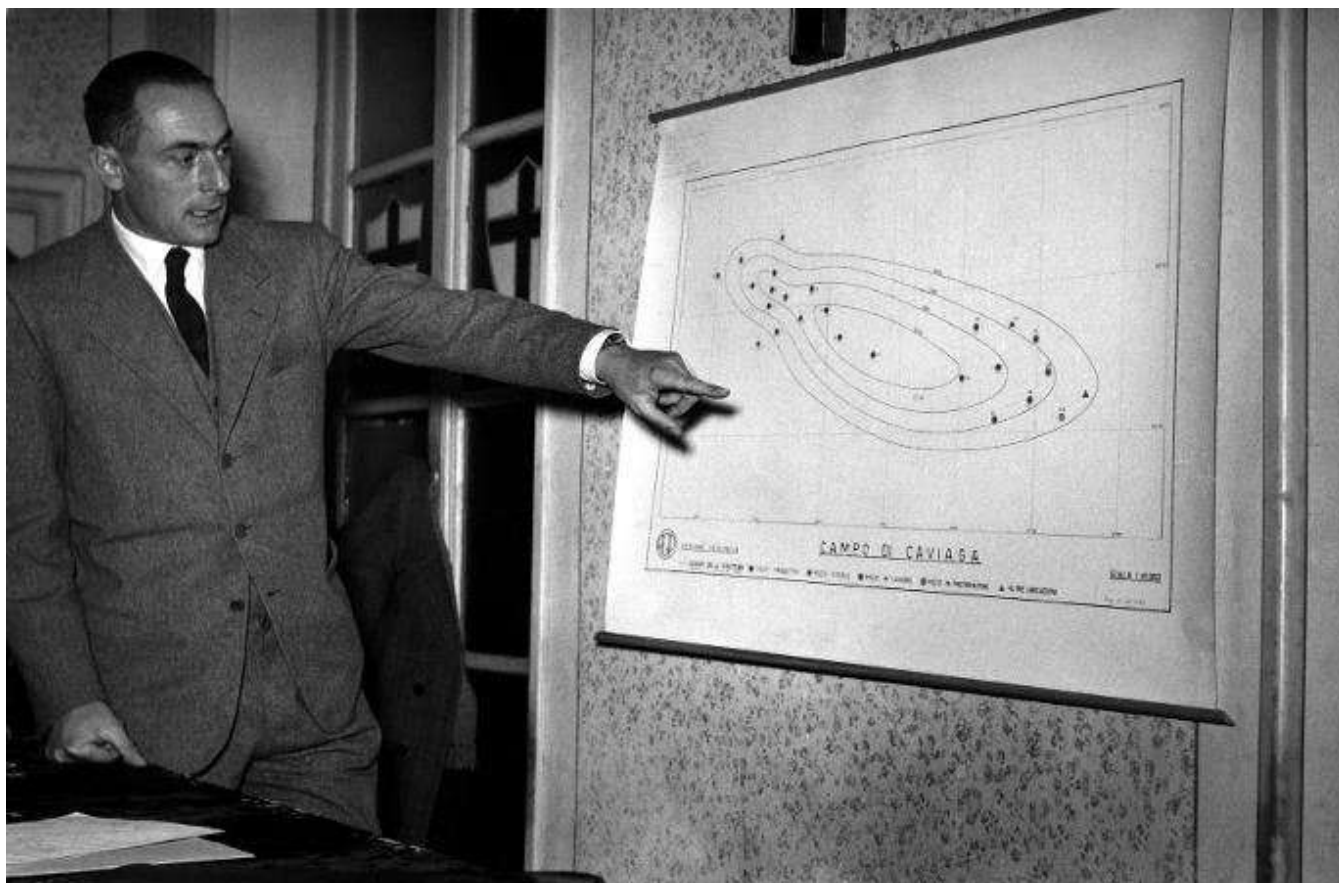


Mattei - ENI: una storia di solidarietà

In questi giorni abbiamo firmato un accordo tra FIDAS Milano e ENI che favorisce nuove collaborazioni tra il mondo delle imprese e il Terzo Settore. Nello stringere la mano a questa grande realtà, il nostro pensiero è andato inevitabilmente alle radici della sua storia e alla figura del suo fondatore, Enrico Mattei. Mattei vedeva l'ENI non come una semplice azienda petrolifera, ma come uno strumento di dignità e solidarietà civile in Italia e verso i Paesi del Terzo Mondo. C'è un episodio poco noto, ma di una bellezza commovente che racconta bene questo spirito. Decenni fa, tra le macerie della storia di Varsavia, un uomo di

di nome Boreslaw Szenicer e suo padre Pinkus trascorrevano le proprie giornate nel cimitero ebraico adiacente al ghetto. Il loro era un compito sacro e immenso: cercare tra i registri e tra i resti di migliaia di anime uccise nella Shoah per ridare un nome e una dignità a chi l'aveva perduta. Per anni lo fecero a mano, faticosamente, su vecchi fogli ingialliti. Poi, con l'apertura dei confini nell'Europa dell'Est, arrivò un aiuto inaspettato: una donazione di strumenti informatici e computer promossa proprio da ENI.

Fu un atto di profonda empatia umana che permise di digitalizzare la memoria e riannodare i fili di migliaia di famiglie nel mondo.



Enrico Matti in una foto dall'Archivio Storico di ENI

Oggi, a distanza di anni, ci piace ritrovare quello stesso filo rosso che continua a animare un'azienda con la quale siamo orgogliosi di collaborare. E' grazie a gesti come il vostro se la catena della solidarietà non si spezza mai.

Giampaolo Corda

Insieme é meglio



INSIEME
per una causa
**CHE SCORRE
NEL CUORE.**

Radio Active 20068 e Fidas Donatori di Sangue uniscono le forze per promuovere la cultura della **donazione** e il valore della **solidarietà**.



**DONARE
È SEMPLICE**
Un piccolo gesto
che può salvare
una vita.



**UNITI
PER IL BENE
COMUNE**
Insieme per una
comunità più sana
e solidale.



**LA RADIO
DELLE
PASSIONI**
Informiamo,
sensibilizziamo,
coinvolgiamo.

*Ogni goccia
è vita.*
GRAZIE A TE!



radioactive20068.it

ASCOLTACI, SEGUICI, CONDIVIDI. *Insieme possiamo fare la differenza.*



Ci trovi anche sul Webradio

www.radioactive20068.it

Curiosità, notizie, leggerezza dal mondo della
donazione di sangue



24ore
del **donatore**

XVIII edizione

Manifestazione nazionale di nuoto a staffetta
info e iscrizioni:
fidasverona.it
24ore@fidasverona.it
346 8780965

Terme di Giunone
Caldiero (VR)
29-30 agosto 2026



Anche la nostra donatrice **Sofia**, quest'anno ha partecipato alla 24 ore del donatore, una staffetta tra nuotatori volontari presso la piscina olimpionica delle Terme di Caldiero a Verona, dove decine di donatori e simpatizzanti si sono alternati ciascuno in una staffetta di 15 minuti per ricordare che il bisogno di sangue non si ferma mai.

Un grazie di cuore a Sofia che, per quanto ci risulta, è la prima donatrice di Fidas Milano a partecipare a questa iniziativa.

Un grazie anche agli amici di Fidas Verona.

Bracciate di dono!

A scuola di dono

Anche quest'anno, con le premiazioni nei diversi istituti scolastici coinvolti, abbiamo portato a termine il progetto "Un mare di gocce", che da oltre 22 anni vede impegnati i volontari di Fidas Milano nelle scuole di Peschiera Borromeo, Paullo, Tribiano e Rozzano.

Una presenza costruita nel tempo insieme ai docenti, con l'obiettivo di far conoscere ai più giovani il valore della donazione di sangue e, ancora prima, il significato del dono gratuito e della solidarietà concreta. Un percorso che spesso diventa anche un'occasione per coinvolgere e avvicinare le famiglie e i giovani genitori.

Non tutti questi ragazzi diventeranno futuri donatori di sangue. Eppure il valore del progetto resta intatto, perché “Un mare di gocce” nasce anzitutto per trasmettere qualcosa che va oltre la donazione stessa: il senso del volontariato, dell’impegno gratuito, dell’attenzione verso le fragilità e della consapevolezza che viviamo gli uni accanto agli altri, non da soli.

Noi siamo convinti della bontà del nostro lavoro, specialmente rivolto a bambini che potranno avere la possibilità di essere formati verso quei valori fondamentali che faranno loro degli adulti di qualità.

Chi poteva mai immaginare che, dopo così tanti anni, questo progetto potesse essere ancora



attuale?

Migliaia i bambini con i loro genitori lo conoscono ed oggi quei bambini, ora adulti, possono essere dei nostri donatori. Quel seme piantato tanti anni fa è germogliato dando frutti preziosi.

Tanti sono stati gli attestati di stima avuti, motivi che ci hanno incoraggiato e permesso di proseguire in tutti questi anni. Tanti bambini sono diventati donatori al compimento dei 18 anni, giovani laureandi che hanno preso spunti dal progetto per la preparazione della loro tesi,



ma la cosa che più ci ha fatto piacere è stato l'incontro di una giovane insegnante che partecipò in quinta elementare al "Mare di gocce" e adesso è stata referente al progetto di quest'anno. La sua bellissima testimonianza è stata da noi accolta e inviata al concorso nazionale Fidas, dove è stata premiata col primo premio.

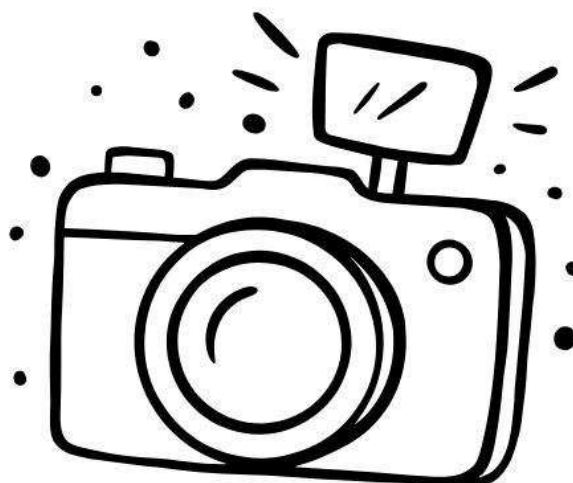
Questa è la conferma che il lavoro paga sempre. Questo seme è cresciuto ed ha portato frutti e vorrei tanto sperare che tra non molto si possano ancora ripetere episodi di questo genere.

Sorge spontanea, però, una riflessione. Quei pionieri di tanti anni fa sono ormai tutti con i capelli bianchi. Quanto potrà ancora durare il “Mare di gocce” se non avremo dei ricambi immediati? Il tempo stringe, pensiamoci. Abbiamo costruito qualcosa di utile per la nostra comunità; cerchiamo di non disperderla perché per costruire ci vuole tanto tempo, per disfare, un attimo.

Al link sotto, lo scorso numero della Newsletter e a pagina 6 la testimonianza della referente del Mare di gocce

Clicca [QUI](#)

Salvatore Di Tucci



CIAK DON-AZIONE

Scatta una foto della tua donazione

DIVENTA UN NOSTRO
TESTIMONIAL

Inviacela con un tuo piccolo
commento e
noi la pubblicheremo



375 5352333



Settembre è il mese dei nuovi inizi

Si torna al lavoro, si riprendono le attività, ci si iscrive in palestra, a un corso, si riempie di nuovo l'agenda di appuntamenti e impegni.

Ma c'è un appuntamento che spesso dimentichiamo di programmare: quello con la solidarietà. Se è trascorso il tempo necessario dalla tua ultima donazione, perché non ricominciare proprio da qui?

Settembre è anche il mese in cui gli ospedali riprendono pienamente tutte le loro attività.

Tra le cose da mettere in agenda dopo l'estate, **metti anche una donazione.**

*SETTEMBRE
INIZIA CON
L'ATTIVITÀ
GIUSTA...
UNA DONAZIONE
DI SANGUE?*





Mercoledì 9 settembre dalle 10 alle 16

Ci troverai al Centro Commerciale di Peschiera Borromeo, lungo la Paullese, con un banchetto informativo.

Passa a trovarci



0286460424



<https://www.fidas-milano.it/>



FIDAS Milano



fidasmilano



milano59@fidas-milano.it



YouTube Fidas Milano Donatori Sangue



Via Andrea Costa, 1 Milano

FIDAS Milano ODV

“La Newsletter”

Pubblicazione non periodica

Hanno collaborato:

Donatori, amici e sostenitori a cui va il nostro grazie

Grafica, impaginazione e coordinamento della redazione:

Giuseppe Iosa

Giornale chiuso il: 01/09/2026