





ZEBRE
RUGBY CLUB



ADAS INTERCRAL PARMA
onlus



INTERCRAL
PARMA



C.R.A.L. PROVINCIA DI PARMA



PROVINCIA DI PARMA Comune di Parma ASSOCIAZIONE DONATORI AZIENDALI SANGUE **FIDAS** **FiTeL**

Dona insieme ad Adas Intercral
Corri allo stadio e vinci la partita più importante

Gli iscritti Adas, Fidas, Fitel ed Intercral possono usufruire di uno sconto sui biglietti e gli abbonamenti alle partite delle Zebre Rugby. Agevolazioni particolari per i bambini.

DONARE IL SANGUE IN UN GESTO TANTI BENEFICI

Le malattie del sangue non vanno in vacanza. Leucemie, talassemia, trapianti di fegato e tutte le patologie ematiche in generale, hanno sempre bisogno di un donatore.

COME SI DONA I donatori abituali sanno che è sempre possibile farlo presso tutti i servizi trasfusionali ospedalieri e centri di raccolta associativi. Gli aspiranti donatori devono sottoporsi ad un'accurata visita medica, ad esami diagnostici e strumentali.

I REQUISITI PER DONARE Prima di dare il sangue è importante compilare in maniera assolutamente veritiera ed accurata il **questionario pre-selezione**. Trascurare anche qualche piccolo dettaglio all'apparenza insignificante potrebbe creare danni e non benefici al ricevente. Per donare bisogna avere **un'età compresa tra i 18 e i 65 anni**, buone condizioni fisiche generali e il peso non inferiore ai 50 chilogrammi. Il prelievo non dura più di 10 minuti e consiste nella raccolta di una certa quantità di sangue dal volontario con materiale rigorosamente sterile e monouso. Il personale è costituito da medici e infermieri professionali appositamente formati e disponibili per qualsiasi informazione. I prelievi di sangue si effettuano a intervalli non inferiori ai 90 giorni: gli **uomini** possono donare **fino a quattro volte l'anno**, le **donne** in età fertile **due volte l'anno**. È possibile donare il sangue in diversi modi a secondo delle esigenze del donatore e delle finalità terapeutiche, più precisamente è possibile donare il sangue intero (durata 10 minuti), plasmaferesi (solo plasma durata 40 minuti)

oppure Plasma-Plasmaferesi (donazione di 2 emocomponenti plasma e concentrato piastrinico (solo piastrine) durata 60 minuti).

LA RESPONSABILITÀ Non tutti possono donare. Alcune malattie infettive come l'epatite virale, l'Aids, la sifilide possono essere trasmesse dal donatore al ricevente attraverso il sangue. Poiché il periodo di incubazione di queste malattie è lungo, è meglio autoescludersi se ci sono stati rapporti sessuali a rischio e comportamenti che possono compromettere la propria e l'altrui salute.

UN CHECK-UP ANCHE PER SE STESSI Diventare donatore di sangue è anche un'occasione per tenere sotto controllo se stessi e per scoprire, ai primissimi sintomi, patologie "silenti". Ad ogni donazione, infatti, vengono effettuati: esame emocromocitometrico completo, (controllo transaminasi) con il nuovo decreto non si eseguono più ad ogni donazione ma solo sugli esami annuali, sierodiagnostics per la lue (per la sifilide), HIV test e i test per l'epatite (A) non viene eseguito il test per l'epatite A ma quello per l'epatite C, e B. Non sempre si può donare. Sono causa di **sospensione temporanea**: sindrome influenzale, faringite (mal di gola), gastroenteriti, alcuni tipi di terapia (antibiotici), interventi chirurgici, viaggi in zone tropicali e gravidanza.

Per ulteriori informazioni:

ADAS INTERCRAL PARMA - V.le Caprera, 13a - 43125 Parma - Tel. 0521 969637
E mail: adas@intercralparma.it - Skype: www.intercralparma.it

DESTINA IL TUO SXMILLE: C.F. 92134630349

CALENDARIO STAGIONE 2018/19 ZEBRE RUGBY CLUB



Giorno	Data	Ora locale	Città	Competizione	Partita		
Ven	17-Aug-18	19.00	Grenoble (FRA)	Amichevole	FC Grenoble v Zebre RC		
Ven	24-Aug-18	20.30	Treviso	Amichevole	Benetton v Zebre RC		
Sab	01-Sep-18	20.35	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Kings		
Sab	08-Sep-18	17.15	Galway (IRE)	GUINNESS PRO14	Connacht v Zebre RC		
Sab	15-Sep-18	20.35	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Cardiff Blues		
Sab	22-Sep-18	17.15	Newport (WAL)	GUINNESS PRO14	Dragons v Zebre RC		
Sab	29-Sep-18	16.00	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Ospreys		
Ven	05-Oct-18	19.35	Glasgow (SCO)	GUINNESS PRO14	Warriors v Zebre RC		
Sab	13-Oct-18			Challenge Cup			
Sab	20-Oct-18			Challenge Cup			
Ven	26-Oct-18	20.00	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Edinburgh		
Dom	04-Nov-18	14.45	Cardiff (WAL)	GUINNESS PRO14	Cardiff Blues v Zebre RC		
Sab	10-Nov-18					03/11/2018 h 21	Irlanda v Italia
Sab	17-Nov-18					10/11/2018 h 15	Italia v Georgia
Sab	17-Nov-18					18/11/2018 h 15	Italia vs Australia
Dom	25-Nov-18	16.30	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Munster	24/11/2018 h 15	Italia v Nuova Zelanda
Ven	30-Nov-18	19.35	Swansea (WAL)	GUINNESS PRO14	Ospreys v Zebre RC		
Sab	08-Dec-18			Challenge Cup			
Sab	15-Dec-18			Challenge Cup			
Sab	22-Dec-18		Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Benetton		
Sab	29-Dec-18		Treviso	GUINNESS PRO14	Benetton v Zebre RC		
Dom	06-Jan-19	14.00	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Cheetahs		
Sab	12-Jan-19			Challenge Cup			
Sab	19-Jan-19			Challenge Cup			
Sab	26-Jan-19	15.00	Bloemfontain (RSA)	GUINNESS PRO14	Cheetahs v Zebre RC		
Sab	02-Feb-19					Sab 02-Feb-2018 15.15	Scozia v Italia
Sab	09-Feb-19					Sab 09-Feb-2018 17.45	Italia v Galles
Sab	16-Feb-19	16.00	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Leinster		
Sab	23-Feb-19	19.35	Belfast (N.IRE)	GUINNESS PRO14	Ulster v Zebre RC	Dom 24-Feb-2018 16	Italia v Irlanda
Sab	02-Mar-19	18.15	Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Warriors		
Sab	09-Mar-19					Sab 09-Mar-2018 17.45	Inghilterra v Italia
Sab	16-Mar-19					Sab 16-Mar-2018 13.30	Italia v Francia
Sab	23-Mar-19		Cork/Limerick (IRE)	GUINNESS PRO14	Munster v Zebre RC		
Sab	30-Mar-19			Quarti Challenge Cup			
Sab	06-Apr-19		Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Connacht		
Sab	13-Apr-19		Llanelli (WAL)	GUINNESS PRO14	Scarlets vs Zebre RC		
Sab	20-Apr-19			Semifinali Challenge Cup			
Sab	27-Apr-19		Parma	GUINNESS PRO14	Zebre RC v Benetton		
Sab	04-May-19			Quarti GUINNESS PRO14			
Ven	10-May-19		Newcastle (ENG)	Finale Challenge Cup			
Sab	18-May-19			Semifinale GUINNESS PRO14			
Sab	25-May-19			Finale GUINNESS PRO14			

Data/orario non ufficializzato