

## **POLO LICEALE M. GUERRISI – V. GERACE**



Codice Meccanografico **RCIS039007**  
Domicilio Fiscale C.da Casciari C.F: 91039600803  
LICEO CLASSICO - RCPC03901E Tel 0966439113  
LICEO SCIENTIFICO - RCPS03901N Tel 0966439110  
LICEO ARTISTICO - RCSL03901E Tel 0966660212  
Email: [rcis039007@istruzione.it](mailto:rcis039007@istruzione.it) - PEC: [rcis039007@pec.istruzione.it](mailto:rcis039007@pec.istruzione.it)



**Ai Docenti del Polo Guerrisi-Gerace  
Al Personale Scolastico  
Agli studenti impegnati con la donazione  
Sito web d'Istituto**

### **CIRCOLARE N. 52**

**Oggetto: Donazione sangue AVIS – 29/30 ottobre 2024**

**Martedì 29 e mercoledì 30 ottobre** il polo liceale Guerrisi-Gerace ospiterà l'autoemoteca dell'AVIS di Cittanova e come ogni anno le adesioni dei docenti e degli alunni sono state numerose.

A partire dalle 08:15 avranno inizio i prelievi, gli alunni verranno chiamati in base all'orario stabilito dalla seguente circolare.

Gli studenti del liceo scientifico faranno riferimento alla **Prof.ssa Maura Sicari** mentre gli studenti del liceo classico e del liceo artistico faranno riferimento alla **Prof.ssa Antonella Ladolcetta**.

Gli studenti del liceo artistico e del liceo classico saranno accompagnati dai loro docenti 15 minuti prima dell'orario stabilito, per la compilazione del questionario di valutazione.

Si ricorda a tutti i docenti che gli alunni impegnati con la donazione sono giustificati dalle attività scolastiche.

Di seguito la suddivisione degli alunni.

<b>Giorno donazione</b>	<b>Ora donazione</b>	<b>Classe</b>	<b>Alunni</b>
29 ottobre	08:15	5° B	Illiano Fabrizia Nicolosi Giulia Sciocchetti Loris Raso Domenico Gurnari Bruno Spanò Rosario
29 ottobre	08:30	5° L	Giuliano Rosario Raffa Veronica
29 ottobre	08:45	5° C	Martino Luigi

			Martino Andrea Zenone Pasquale Calopresti Alex Mammoliti Sofia Tripodi Matteo Taverma Alessandro
29 ottobre	09:00	5°A (Liceo Classico)	Cannatà Lorenzo Luddeni Giorgia Ventrice Hilary Restuccia Chiara Tripodi Martina Cambrea Giulia Garreffa Oriana D'Elia Gianmarco
29 ottobre	09:00	5°B (Liceo Classico)	Macrì Giada
29 ottobre	09:00		Prof. Calogero Girolamo

30 ottobre	08:15	5° E	Bovalino Danilo Scarfò Giuseppe Borgese Rocco Rattab Marwa Luccisano Sara Ruggiero Sofia El Madini Sara
30 ottobre	08:30	5°A	Barbalace Francesco Carlino Girolamo Antonio Olivero Vincenzo Pavia Emanuele Trimarchi Davide Pangallo Giuseppe Danubio Antonio Alfredo Luccisano Caterina
30 ottobre	08:45	5° I	Benedetta Bresciani Corica Giuseppe Simone Mauro Deraco Dario Politanò Antonio
30 ottobre	09:00	4°L	Nazlani Aymen

30 ottobre	09:00	5°A / 5° B (Liceo Artistico)	Luccisano Girolamo Miglioresi Giuseppe. De Caria Alessandra Pia Alessi Maria
30 ottobre	09:00		Prof. Condello Antonio

A seguito della donazione e solo dopo aver fatto colazione e aver ricevuto l'autorizzazione del personale medico, gli studenti potranno rientrare nelle rispettive classi. Gli studenti del liceo artistico e del liceo classico verranno riaccompagnati presso i loro plessi.

\*\*\*\*\*

#### **Chi può donare:**

- Soggetti di età compresa tra i 18 e i 60 anni (proroga dopo i 60 anni su richiesta e valutazione medica);
- Un peso corporeo non inferiore a 50kg;
- Stile di vita sano e attivo;
- Assenza di patologie e/o uso di farmaci;

#### **Cosa fare prima della donazione:**

- La sera prima consumare una cena leggera, evitare latticini, uova, carne rossa e alimenti troppo elaborati, scegliere invece verdure e ortaggi, carne bianca e carboidrati complessi;
- La mattina della donazione è possibile fare una piccola colazione purchè passino circa 3h prima del prelievo. Assolutamente no latte e/o yogurt o altre forme di latticini e formaggi, meglio te/tisane, biscotti secchi, fette biscottate, frutta;
- Si consiglia nelle 24h precedenti la donazione di non eccedere con il caffè e le sostanze che possano alterare l'equilibrio dell'organismo;
- Si consiglia di non svolgere attività fisica eccessiva il giorno prima e il giorno stesso della donazione;
- Bere molti liquidi e idratarsi il più possibile;
- Si consiglia un riposo notturno di almeno 8h consecutive;

#### **Cosa fare dopo la donazione:**

- Verrà offerta la colazione post donazione per reintegrare i liquidi e le sostanze perse con il prelievo. Durante la giornata il volontario potrà assumere qualsiasi tipologia di alimento evitando magari l'eccesso di grassi;
- Evitare l'alcol per almeno le 24h successive la donazione;
- E' sconsigliato fumare subito dopo la donazione per evitare i rischi di compensazione cardiovascolare, che possono portare a svenimenti e cali pressori;
- Si consiglia una giornata di riposo evitando sforzi eccessivi, sport e hobby particolarmente impegnativi;



*Il Dirigente Scolastico  
Dott.ssa Clelia Bruzzi*

Firma autografa sostituita a mezzo stampa  
ai sensi dell'art.3, c.2 D.Lgs 39/93