



SAI
CHE

AVIS MILANO HA DELLE
NUOVE CONVENZIONI
PER I DONATORI



< Nuove convenzioni sanitarie per i donatori di AVIS MILANO

AVIS Milano ha siglato nuove convenzioni sanitarie per i propri donatori, per poterli agevolare in caso di necessità.

Una attraverso il circuito **Hacademy** in tre strutture:
Poliambulatorio Fondazione ATM (Via Carlo Farini, 9 Milano) per visite mediche specialistiche - www.ambulatoriofondazioneatm.it
Centro Medico Barona - www.cmbodontoiatria.it e i
Centri CDD - www.clinicadeldente.com di Milano e Pioltello per cure odontoiatriche.

E' stata inoltre rinnovata la convenzione con il **Gruppo MultiMedica**.

Obiettivo: ampliare, facilitare e migliorare economicamente il servizio dei donatori di **AVIS Milano**, quale ringraziamento del loro impegno a favore donazione periodica



<L'appello di Giulia a Fedez...

Dalla sede di AVIS Milano chiede a Fedez di diffondere l'invito a donare. Il rapper ha accolto la richiesta della nostra donatrice promuovendo la donazione di sangue tra i più giovani....

[...]



< L'autunno del sistema immunitario... "

E' arrivato, anche se con buon ritardo, l'autunno e, come ogni cambio di stagione, il nostro sistema immunitario è messo a dura prova! Cosa fare dal punto di vista nutrizionale?

[...]



< Nuove convenzioni sanitarie per i donatori di AVIS Milano...

AVIS Milano ha siglato nuove convenzioni sanitarie per i propri donatori, per poterli agevolare in caso di necessità.

[...]

GRAZIE DI ESSERE STATO QUI!

5x1000 buoni motivi per sostenere AVIS Milano >



>Donate il 5x1000 all'AVIS di Milano. Grazie al vostro contributo saremo in grado di sostenere ed ampliare i servizi gratuiti di prevenzione e diagnosi precoce offerti ai donatori e alle loro famiglie.

Programma di Sviluppo:

- screening del livello di vitamina D
- controllo dei tronchi sovraortici
- disturbi respiratori nel sonno

Codice fiscale 03126200157



< L'appello di Giulia a Fedez: “Aiutaci a diffondere l'invito a donare!”



Giulia, donatrice ha lanciato un appello a Fedez dalla sede di **AVIS Milano**:
“Fede, aiutaci a diffondere l'invito alla donazione di sangue perché è veramente una cosa importante: Facciamolo insieme!”

E **Fedez**, dopo il suo ricovero di 8 giorni in ospedale durante i quali ha subito trasfusioni di sangue, ha accolto l'appello della nostra donatrice promuovendo la donazione di sangue tra più i giovani.

Guarda il video di Giulia e Fedez nei social di AVIS Milano.

Aiutaci anche tu! Condividi l'appello di Giulia e Fedez, rilanciando sui social l'invito a diventare donatori!



< L'autunno del sistema immunitario...

E' arrivato, anche se con buon ritardo, l'autunno e, come ogni cambio di stagione, il nostro sistema immunitario è messo a dura prova! Cosa fare dal punto di vista nutrizionale? Ovviamente possiamo aiutare il nostro organismo a rimanere in salute con alcuni semplici accorgimenti:

1. Bere tanta acqua (anche se fa meno caldo): aiutiamoci con tè e tisane calde!
2. Mangiare regolarmente fibre (cereali integrali, legumi verdure): aiutare il nostro intestino ad essere regolare è fondamentale per il sistema immunitario.
3. Assumere più vitamine possibili attraverso frutta di stagione e verdure crude!
4. Non abbandonare mai l'attività fisica regolare!
5. Limitare gli alcolici alle occasioni!
6. Aumentare gli omega 3. Un suggerimento? Condire con olio e.v.o. a crudo e fare spuntini a base di frutta secca!

Dott.ssa Gloria Romeo, Nutrizionista di

AVIS Milano

