

# info ADASCA

Distribuição Gratuita

ASSOCIAÇÃO DE DADORES DE SANGUE DO CONCELHO DE AVEIRO

## JOVEM MARCA A DIFERENÇA! TORNA-TE DADOR DE SANGUE!



### A Força da Solidariedade:

Realizadas 107 brigadas,  
previstos 4580 dadores,  
aprovados 3311,  
não aprovados 708,  
total 4019

*Mafalda Sebastião Santos, 1ª. dádiva de sangue no Posto Fixo da ADASCA.*

### SUMÁRIO:

- ADASCA CONFINADA HÁ 18 ANOS (Pág. 2)
- DITADURA DA MEDIOCRIDADE (Pág. 3)
- "DÁDIVA A DÁDIVA SALVAMOS + VIDAS" ESTE É O LEMA PARA O ANO 2025 (Pág. 4, 5)
- EDUCAÇÃO E VALORES (Pág. 6) • REFLEXÃO (Pág. 7)
- MAPAS DE BRIGADAS PARA 2025 (Pág. 8)

Ficha Técnica do BOLETIM INFOADASCA

ANO V • Nº54 • Edição Mensal  
Fevereiro, 2025

Distribuição Gratuita

DIRECTOR:  
Joaquim M.C. Carlos

CORPO REDACTORIAL:  
Direcção da ADASCA

FOTOGRAFIA:  
Arquivo da ADASCA e Diversos  
Não Registado na ERC

PROPRIEDADE/EDIÇÃO:  
Associação de Dadores de Sangue do  
Concelho de Aveiro (ADASCA)

N.I.P.C.: 513 091 203

SEDE: REDACÇÃO E ADMINISTRAÇÃO:  
Mercado Municipal de Santiago,  
1.º Piso - Loja G, Rua de Ovar  
Telef: 234 095 331  
(Chamada para rede móvel nacional)  
E-mail: geral@adasca.pt  
Site: www.adasca.pt

TIRAGEM:  
1.500 Exemplares

POLÍTICA EDITORIAL:  
Os artigos são da inteira  
responsabilidade dos respectivos  
autores, cabendo ao Director a  
decisão final da publicação dos  
mesmos em conformidade com a Lei  
da Imprensa em vigor, e de acordo  
com o Estatuto Editorial que rege  
este órgão de informação para a  
promoção da dádiva de sangue.

Autoriza-se a transcrição de artigos e  
imagens desde que seja mencionada  
a sua fonte de origem, ou solicitada  
por escrito, caso contrário incorre-se  
na prática de plágio que é punível  
criminalmente.

PAGINAÇÃO/DESIGN:  
OSHDesigner - www.o2wd.com

## ADASCA CONFINADA HÁ 18 ANOS



*\*Joaquim Carlos, Director do InfoADASCA  
(Presidente da Direcção da ADASCA)*

Este tema é delicado, vou procurar ser o mais claro e simples para ser compreendido, tendo em conta que nem todos os leitores lhes assiste o mesmo padrão de conhecimento. Dos diversos dicionários que consultei o da Infopédia Porto Editora, é na minha opinião, o mais elucidativo, sobre o sentido do editorial:

1. diz-se de espaço ou terreno circunscrito por certo(s) limite(s)
2. que está impossibilitado de sair de certo espaço ou de ultrapassar dado(s) limite(s)
3. encerrado;enclausurado
4. figurado que não é abrangente; específico; limitado.

Quando surgiu a ADASCA há 18 anos, nos primeiros dois anos de existência, para nos darmos a conhecer junto das comunidades de cada Junta de Freguesia, achámos por bem desenvolver um conjunto de iniciativas, a começar por rastreios englobando diversas áreas, em conjunto com algumas entidades, incluindo a maior feira de saúde de sempre realizada em Aveiro, no Mercado Manuel Firmino, numa parceria com a Escola Superior de Saúde da Universidade de Aveiro (ESSUA, com a qual ainda hoje mantemos um protocolo), Câmara Municipal, tendo sido convidado o INEM de Coimbra e os Bombeiros Novos de Aveiro, no tempo em que o Dr. Miguel Fernandes era vereador dos Mercados (?), com alguma controvérsia pelo meio. Dados relativos à população das freguesias que constituíam o concelho de Aveiro antes da Reforma Administrativa de 2013: Aradas, Cacia, Eirol, Eixo, Esqueira. Glória, Nariz, Nossa Senhora de Fátima, Oliveirinha, Requeixo, Santa Joana, São Bernardo, São Jacinto, Vera Cruz. Hoje a ADASCA apenas realiza três sessões por ano para a dádiva de sangue em Cacia, a todas as outras sempre está

impedida de se deslocar, por decisão do CST de Coimbra, com a exceção da União das Freguesias de Glória e Vera-Cruz, onde está localizada a sua sede. As justificações que foram dadas, e continuam pelo CST de Coimbra nunca nos convenceram, o mesmo já não acontece com uma associação do género da ADASCA de um concelho limítrofe. Esta a razão de ser do editorial: **ADASCA confinada há 18 anos.**

Interesses estranhos defendidos há anos pelo CSTC em prol de outrem, que devem ser averiguados pelo Conselho Directivo do IPST, e colocar um ponto final na promiscuidade que reina neste campo. Esta é uma das razões, que me tem motivado a alertar os dadores de sangue deste concelho: Abram os olhos. Quantos mais dadores a ADASCA tiver no seu Posto Fixo residentes naquelas freguesias onde estamos impedidos de nos deslocarmos, mais a outra associação do concelho limítrofe, consegue nas suas brigadas aos domingos.

Quando me perguntam se não é tudo para o mesmo, eu respondo que sim, mas, não é tudo o mesmo. Se estes impedimentos não se traduzem em promiscuidade, então o que é? Na verdade a ADASCA é única do género existente neste concelho. Vamos exemplificar: O leitor habita numa casa com seis divisões, mas, só pode deslocar-se ao WC, cozinha e quarto de dormir ... a que conclusão chega?

Caros amigos, não existe falta de sangue conforme alguns apelos fazem querer. Existe sim, falta de aproveitamento dos dadores que comparecem nas nossas brigadas, porque nem sempre são todos atendidos. Quem faz o contraditório? O actual modelo do IPST não se tem adaptado à evolução dos tempos, concluo que estagnou.

Estamos atentos a algumas movimentações, que contribuem para a nossa inquietação e instabilidade. As decisões tomadas nos gabinetes nem sempre encaixam com as realidades no terreno. Não somos nós que contribuimos para a redução de dadores, bem pelo contrário. Estamos disponíveis para falarmos sobre este assunto. Não compliquem mais a nossa missão, deixem-nos trabalhar. Quem esconde o quê?

# DITADURA DA MEDIOCRIDADE

A vida mental dos medíocres cifra-se na sensação do imediato — a abastança do dia, a poltrona confortável, os chinelos e a televisão — não vai além disso o seu pequeno paraíso. *Os medíocres impõem às almas de largos horizontes a ditadura da mediocridade.*

A mediocridade é o mal dos que, inteiramente absorvidos pelas delícias da preguiça, pela exclusiva deleitação do que está ao alcance da mão, pelo inteiro confinamento no imediato, fazem da estagnação a condição normal de suas existências. Não olham para trás, pois falta-lhes o senso histórico. Nem olham para frente ou para cima, não analisam nem preveem. Têm preguiça de abstrair, alinhar silogismos, tirar conclusões, arquitetar conjecturas.

A vida mental dos medíocres cifra-se na sensação do imediato — a abastança do dia, a poltrona confortável, os chinelos e a televisão — não vai além disso o seu pequeno paraíso. Paraíso precário, que procuram proteger com toda espécie de seguros: de vida, de saúde, contra o fogo, contra acidentes etc.

Agradam aos medíocres as veleidades da aventura, a despreocupação



ante a iminência do risco, o deslumbramento com miragens. Pelo contrário, fogem aos esforços necessários para atingir os céus da Fé, para os largos horizontes da abstração, para os imensos voos da lógica e da arte, para a grandeza de alma e o heroísmo.

Com os artifícios mediocrizantes do sufrágio universal, os medíocres fizeram tantas leis, tantos regulamentos, instituíram tantas repartições públicas, que tornou-se impossível qualquer fuga das almas superiores para fora dos cubículos dessa mediocridade organizada. Sem mesmo terem a intenção de o fazer, entre-

tanto, os medíocres impõem às almas de largos horizontes a ditadura da mediocridade.

Como todas as ditaduras, também esta só se prolonga quando consegue monopolizar os meios de comunicação social. Consequentemente, cada vez mais as mediocracias vão penetrando nos jornais, revistas, rádio e televisão.

*\*Por Plínio Corrêa de Oliveira  
ABIM*

*\*\* (Excertos, com ligeiras adaptações, do artigo de Plínio Corrêa de Oliveira na "Folha de S. Paulo" de 20 de junho de 1981).*

*\*\*\*Publicado no Boletim InfoADASCA 11 de Julho 2021*

Um sorriso pela vida

**Dê Sangue**

**matos & filhos Lda.**  
PROJETOS, CONSTRUÇÕES E AVALIAÇÕES

Desde 1995

**29º ANIVERSÁRIO**

ESTRADA DE S. BERNARDO, 87 • VILAR • 3810-175 AVEIRO  
TEL/FAX: 234.342.072 • TLM: 967.018.980  
matosefilhos@gmail.com

# “DÁDIVA A DÁDIVA S ESTE É O LEMA PA

O Diário de Aveiro na sua edição datada do dia 29/12/2024 não só honrou a ADASCA, como a si próprio, com a reportagem que se dignou fazer junto dos dadores de sangue no Posto Fixo desta associação, por sinal a última do ano.



Os resultados falam por si, para os conhecer basta ler o que vem escrito. A ADASCA é sem dúvida uma das maiores associações do género da zona Centro do País. Dúvidas? Os resultados que saíram na referida reportagem, eram os que tínhamos

disponíveis, faltava-nos os oficiais do CST de Coimbra, após serem afectuadas a análises às dádivas de sangue, passando a ser os seguintes:

- Realizadas 107 brigadas, previstos 4580 dadores, aprovados 3311, não aprovados 708, total 4019.

Não invadimos os quintais para colher o fruto do trabalho alheio.

Nunca virámos a cara ao IPST/CST de Coimbra. Mais, sempre estivemos na linha da frente, na defesa dos direitos que a lei consagrada aos dadores. Não somos fingidos, somos duma só palavra. Quem conhece o nosso trabalho ao longo destes 18 anos de existência, sabe que não somos fáceis de “aturar”, somos exigentes, porque sentimos o peso da responsabilidade da confiança que os dadores depositam em nós.

Provavelmente somos demasiado “perfeccionistas” sem ter essa noção. Obrigado a todos/as dadores/as e ao Rui Cunha, jornalista do DA pela reportagem.

Nunca em Aveiro foi realizado tanto trabalho em prol da dádiva de sangue. Se nos deixassem podíamos ir mais além.



# ALVAMOS + VIDAS” PARA O ANO 2025



*e segurança, garantindo a saúde tanto do dador quanto do receptor.”*  
Mensagem da OMS.  
Lembre-se: a dádiva de sangue é um gesto pela defesa da vida!



É urgente renovar o universo de doadores, tendo em conta que os mais “velhos” vão deixando de poder fazer a sua dádiva por razões de idade, saúde ou outros condicionamentos. É urgente que os jovens adiram à dádiva de sangue sem a adesão dos jovens a situação neste Verão vai complicar-se.

*“Ao doar sangue, está ajudando a salvar vidas e proporcionando esperança para aqueles que estão em situações críticas. Uma única dádiva pode beneficiar até quatro pessoas, evidenciando o impacto positivo que cada indivíduo pode ter na sociedade. Além disso, a dádiva de sangue é um acto altruísta que proporciona uma sensação de realização pessoal e fortalece os laços comunitários. É importante realçar que todas as etapas da dádiva de sangue seguem rigorosos protocolos de higiene*



Quem se sentir interessado em acompanhar as nossas actividades pode aceder ao site [www.adasca.pt](http://www.adasca.pt). As brigadas decorrem todas as 4.ªs e 6.ªs feiras entre as 15 e as 19 horas.

*\*Joaquim Carlos*

# EDUCAÇÃO E VALORES (IV)

(Continuação da edição no. 52)

Há (dissémo-lo atrás) uma relação intrínseca entre educação e valor, com base insofismável no grande valor que é o próprio homem. Com estes ou aqueles cambiantes, essa é a posição tradicional da História da Pedagogia. Não vamos refaze-la aqui. Sublinhamos, no entanto, que os valores mais acentuados são função das facetas humanas mais evidenciadas em cada fase histórica: "A Reforma explorou dimensões de autonomia e de subjectividade nunca dantes suspeitadas. O barroco da Contra-Reforma exprimiu excessos e dinamismos humanos dificilmente concebidos na ordem clássica. O século XVIII desenvolveu como nunca o racionalismo que está na base da disciplina intelectual europeia. O século XIX pretendeu compensar o racionalismo extremo com a criatividade e a paixão românticas. O século XX finalmente veio pôr em questão, de tudo suspeitar, para que, sob o espírito crítico radical, tudo se voltasse a construir" (P. Cunha, p31). Na sequência desse espírito radical, alguns cultores das próprias Ciências da Educação começaram a pôr entre parêntesis o problema dos valores em educação ou a escamoteá-lo com subterfúgios pouco consistentes. Explanemos, um pouco, este assunto:

a) Pretendendo uma cientificidade paredes-meias com as ciências exactas, alguns especialistas de ciências de educação (ou de outras áreas com elas estreitamente conexas) defenderam que elas devem limitar-se a encarar factos empiricamente observáveis ou até experimentáveis. Nessa linha, compete-lhes descrever os valores de determinada sociedade, mas, de forma nenhuma, pronunciar-se sobre eles: os valores são se promovem nem acrisolam – apenas se constatam. Estamos na sombra de E. Durkheim: "O homem que pretendemos ser, é o do nosso tempo



e do nosso meio".

Esta posição é claramente inaceitável. Com efeito, fenómenos como inadaptação, imaturidade, disfunção, insucesso escolar, selecção, reprodução social, desabrochar da personalidade, etc., encerram intrinsecamente conceitos de valor – que não se podem escamotear.

b) Para obviar a esta posição incómoda, alguns autores de pendor positivista dispõem-se a admitir que a ciência pedagógica possa encarar valores, mas apenas numa perspectiva funcional: "se pretendes tal fim, o meio mais comum éo seguinte".. A avaliação da eficácia dos meios é feita, normalmente, através de questionários e inquéritos que levam à construção de percentagens e médias.

Sem menosprezarmos a validade de tais métodos de pesquisa, diremos que a educação se dirige a pessoas concretas (com sua idiosincrasia) e não a números ou médias: é preciso, pois, ultrapassar o mais comum para chegar às pessoas reais, multiformes. E estas, não o esqueçamos, são valores inquestionáveis.

c) Nem se diga que – tal como as ciências exactas – as da educação se devem ater tão só ao valor da coerência. É que a coerência não passa de um desentranhar orgânico de actos a partir de convicções (coerência vital) ou de conclusões com

base em premissas (coerência científica). E, para que os frutos sejam válidos, também o devem ser as raízes. Numa palavra: nas ciências da educação, há um verdadeiro paradoxo: elas pronunciam-se não apenas sobre o que é (is), mas também sobre o que deve ser (ough). Sem isso, não há facto educativo, sem referências a valores. Na palavra de M. Debesse: "... Todas a educação supõe uma orientação, uma finalidade a qual depende da concepção que se faz do homem, ou se quisermos, de uma filosofia. Ela apoia-se sobre um conjunto de valores que dão a sua valia à conduta humana. Chamaremos domínio dos valores a esta segunda componente da educação, tão real e importante como o domínio do conhecimento científico da criança. Entre estes valores, os valores morais representam um papel pedagógico capital.

Eles não representam apenas – como pretendeu o sociologismo – o produto da sociedade. Correspondem também a aspirações individuais e a um ideal de conduta. Encontramos estes dois elementos no decorrer da evolução moral da criança" (pp.13-14).

\*Autor: Filipe Rocha

\*\*Livro: Educar em Valores, páginas 15/16.

\*\*\* Um conjunto de temas, que consideramos de interesse público.

# A ILUSÃO DO FIM OU A GREVE DOS ACONTECIMENTOS

As coisas podem chegar a um estado de descontrolo maior do que elas próprias, ou seja a uma completude de alteração, em que a sua existência terá menos valor do que uma existência zero, e a uma substituição, que se torna tentação maléfica (...)

*(Jean Baudrillard)*

É no vazio absoluto que tem lugar o acontecimento absoluto. O vazio só deverá, portanto, ser relativo, uma vez que a morte permanece virtual.

*(Macedonio Fernandez)*

## PATAFÍSICA DO ANO 2000

Uma ideia desagradável: a de que, para além de um determinado ponto do tempo, a história deixa de ser real. Sem de tal se aperceber, todo o género humano teria repentinamente abandonado a realidade. Tudo o que acontecesse posteriormente não seria verdade, mas

não poderíamos dar por isso. A nossa tarefa e o nosso dever consistiriam agora em descobrir esse ponto e, enquanto não o tivéssemos encontrado, teríamos de nos obstinar na destruição actual.

*(Elias Canetti)*

## PERSONALIDADE MORAL

Existe alguma coisa de nossa consciência, de nossa personalidade moral, de nossa inteligência, de nosso eu que sobreviva à decomposição do nosso invólucro material?

*(León Denis)*

A coragem consiste não em arriscar sem medo, mas em estar decidido quanto a uma causa justa.

*(Plutarco).*

"Quem tudo suporta em silêncio - calúnia, agressões, injúrias - conquista uma autoridade moral que faz calarem os opositores e transforma aversão em admiração."

*(Chico Xavier)*



**GESTOS SIMPLES QUE SALVAM VIDAS**

**COLHEITA DE SANGUE E INSCRIÇÃO PARA MEDULA ÓSSEA EM CACIA**

**23 de Fevereiro 2023 (Domingo)**

**09h00-12h30**

**Salão da Junta de Freguesia de CACIA**

Inf.: geral@adasca.pt | Site: www.adasca.pt | Tlm.: 964 470 432







**Litoral Centro**  
Comunicação e Imagem  
Formação sem Fronteiras



# ADASCA

Rua de Ovar | Mercado Municipal de Santiago, Loja G - 1º. Piso  
Contactos: 964 470 432 (Sede); 234 095 331 (Sede)

## Mapa das Brigadas com datas e horários para 2025

Quartas-feiras e Sextas-feiras: 15h00 - 19h00 Sábados: 9h00 - 13h00

23 de Fevereiro, 29 de Junho e 26 de Outubro (Domingos)

9h00 - 13h00 | Salão da Junta Freguesia de Cacia.

### FEVEREIRO

Dias 5, 12, 19 e 26 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 7, 14, 21 e 28 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### ABRIL

Dias 2, 9, 16, 23 e 30 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 4, 11 e 18 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)  
**Dia 26 de Abril (Sábado) das 9h00 às 13h00**

### JUNHO

Dias 4, 11, 18, 25 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 6, 13, 20 e 27 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### AGOSTO

Dias 6, 13 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 1, 8, 15 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### OUTUBRO

Dias 1, 8, 15, 22 e 29 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 3, 10, 17 e 31 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)  
**Dia 25 (Sábado) das 9h00 às 13h00**

### DEZEMBRO

Dias 3, 10, 17 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 5, 12, 19 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### MARÇO

Dias 5, 12, 19, 26 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 7, 14, 21 e 28 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### MAIO

Dias 7, 14, 21 e 28 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 2, 9, 16, 23 e 30 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### JULHO

Dias 2, 9, 16, 23 e 30 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 4, 11, 18 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)  
**Dia 26 de Julho (Sábado) das 9h00 às 13h00**

### SETEMBRO

Dias 3, 10, 17 e 24 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 5, 12, 19 e 26 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

### NOVEMBRO

Dias 5, 12, 19 e 26 das 15h00 às 19h00 (4ª.s feiras)  
Dias 7, 14, 21 e 28 das 15h00 às 19h00 (6ª.s feiras)

**DAR SANGUE É  
SALVAR VIDAS**

### Dúvidas sobre...

- A dádiva de sangue

- Como se inscrever para dador de medula óssea
- Se determinado medicamento pode impedir a dádiva
- Entre outros exemplos relacionado com a condição de dador(a).

Pode enviar um e-mail para [omedicorespondecoimbra@ipst.min-saude.pt](mailto:omedicorespondecoimbra@ipst.min-saude.pt)  
na certeza que em breve vai ter uma resposta.

## Requisitos para a dádiva de sangue

O apelo aos dadores não regulares, para que façam as suas dádivas, permitirá que os doentes não tenham que esperar pelo seu tratamento ou pelo adiamento, e o ISPT esteja tranquilo, assim como os hospitais.

### Quem pode doar sangue

Podem doar sangue todas as pessoas com bom estado de saúde, com hábitos de vida saudáveis, peso igual ou superior a 50 kg e idade compreendida entre os 18 e os 65 anos. Para uma primeira dádiva, o limite de idade é 60 anos. A dádiva de sangue é benévola e não remunerada. A doação de sangue pode ser feita de quatro em quatro meses pelas mulheres e de três em três meses pelos homens.

### Cuidados a ter na dádiva de sangue

#### Antes:

Deverá hidratar-se com líquidos como água ou chá no dia anterior e no próprio dia;  
Deverá evitar grandes períodos de exposição solar;  
Deverá tomar o pequeno almoço se der sangue no período da manhã;  
Se der sangue após o almoço deverá aguardar 2:30 horas para completar a digestão.

#### Após:

Deverá continuar a hidratação;  
Deverá evitar grande períodos de exposição solar;  
Deverá evitar exercícios físicos.  
Se o leitor preenche este requisitos, sinta-se desde já convidado a comparecer no Posto Fixo da ADASCA.

Convidamos a aceder ao site [www.adasca.pt](http://www.adasca.pt)

Apoio:

## LITORAL CENTRO

## COMUNICAÇÃO E IMAGEM

Informação sem Fronteiras

[www.litoralcentro-comunicacaoeimagem.pt](http://www.litoralcentro-comunicacaoeimagem.pt)



Instituto Português do Sangue e da Transplantação, IP



Especialidades em Churrasco  
CHURRASQUEIRA - SNACK - BAR

# O Gavião



**ALMOÇOS-JANTARES-PETISCOS-TAKE-AWAY**

Rua da Sofia - FORÇA | 3800 - 189 AVEIRO **234 313 552** (Chamada para rede móvel nacional)



Reparações e Comércio Automóvel  
Serviços Electrónicos Auto  
Serviços Mecatrónicos, Lubrificantes Yacco  
Montagem, Manutenção  
e Reparação de Ar Condicionado Auto



Estrada 109 • Apt.800 • AVEIRO

Tif.: 234 315 603  
(Chamada para rede móvel nacional)



## DELICREME PASTELARIA E CAFE LDA

- cafetaria
- pastelaria
- padaria
- pizzaria
- bolos de aniversário
- bolos de sobremesa
- pastelaria fina



(Chamada para rede móvel nacional)  
Tel: 234 048 186

Av. Fernando Augusto Oliveira  
3800-540 Cacia

## SHD DESIGNER

- Design Web
- Gráfico
- Multimédia
- Motion Design

www.o2wd.com | info@o2wd.com

  
**matos & filhos**, Lda.  
PROJETOS, CONSTRUÇÕES E AVALIAÇÕES



**29º ANIVERSÁRIO**

ESTRADA DE S. BERNARDO, 87 • VILAR • 3810-175 AVEIRO  
TEL/FAX: 234.342.072 • TLM: 967.018.980

[matosefilhos@gmail.com](mailto:matosefilhos@gmail.com)

(Chamada para rede móvel nacional)



CONSUMÍVEIS INFORMÁTICOS

Toner's  
Tinteiros  
Rolos Térmicos (normais)  
Papel fotocópia  
Etiquetas

**José Santos**

Tlms. 964 443 450  
913 530 570

Rua Santos Mártires, 2 A  
3810-179 Aveiro

Tel. 234 423 540  
Fax. 234 420 134  
(Chamada para rede móvel nacional)

**DAR SANGUE**  
UM ATO DE CIDADANIA PARTICIPATIVA



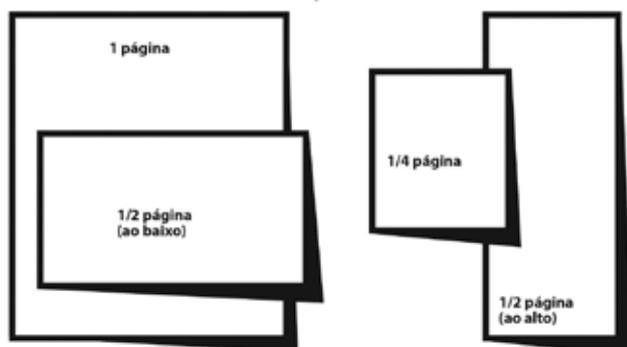
**Visite-nos**

Posto Fixo da ADASCA  
[www.adasca.pt](http://www.adasca.pt)

Telef: 234 095 331 / 964 470 432 (Chamada para rede móvel nacional)  
[geral@adasca.pt](mailto:geral@adasca.pt)

**anuncie no infoADASCA**

o que quiser  
onde quiser  
como quiser



No InfoADASCA é assim.

Você só tem que escolher o espaço para o seu anúncio ficar mais sugestivo. Ao alto, deitado, em meia página, página inteira, página e meia - todas as variantes que você quiser.

E o InfoADASCA faz o resto.

No InfoADASCA pode fazer com que cada leitor seja um consumidor do seu produto.

Onde o anúncio faz parte duma leitura diferente!

Mais informações através do 964 470 432 + 234 095 331

E-mail: [geral@adasca.pt](mailto:geral@adasca.pt) (Chamada para rede móvel nacional)

  
**limpaveiro**  
prestação especializada de limpezas  
limitada

Yes We Can!®

Rua da Arrochela 27 - A, 3810-052 Aveiro

Tel.: 234 382 932

(Chamada para rede móvel nacional)  
[geral@limpaveiro.pt](mailto:geral@limpaveiro.pt) | [www.limpaveiro.pt](http://www.limpaveiro.pt)

**Quiosque da Urbanização**

**Jornais,  
Revistas  
Livros**

**Local: Av. Fernando Augusto de Oliveira 6A,  
3800-540 Cacia  
(Junto à Pastelaria Delicreme)**



# CAMPANHA PARA ANGARIAÇÃO DE FUNDOS 2025

A Associação de Dadores de Sangue do Concelho de Aveiro (ADASCA), pede ao leitor desta mensagem um pouco de atenção para as observações que formula e às quais no seu íntimo responderá:

## Que prefere o leitor neste ano de 2025?

Dar o seu donativo ao acaso, sem nenhuma garantia de que será realmente profícuo, ou doá-lo a uma associação que pelos seus objectivos humanitários, **vem há 18 anos** despertando a opinião pública para a máxima importância da dádiva de sangue, que acarreta diariamente despesas difíceis de superar?

## O que prefere o leitor?

Ser constantemente assediado com pedidos de toda a ordem e praticar uma "caridade dispersa", ou fortalecer uma associação como a ADASCA, com bases sólidas na promoção da dádiva de sangue?

Se o leitor meditou bem nestas observações e se quer prestar a sua valiosíssima colaboração (por muito humilde que seja) para a concretização dos nossos objectivos, porque não nos dá o prazer da sua colaboração?

## Finalmente, Amigos, então o que fazer?

Se todas as pessoas que tiverem a oportunidade de ler esta mensagem, **se pudessem contribuir com um donativo no valor de 5€ (valor de um maço de tabaco)**, seria um bom início para levarmos a efeito algumas iniciativas já a partir de Janeiro do ano novo.

Naturalmente que nem todos podem colaborar, mas, acreditamos na generosidade das pessoas de boa vontade, como ainda em todas aquelas que já nos conhecem e que de alguma forma têm acompanhado as nossas actividades durante os **18 de anos de existência**. Acreditamos que cada leitor irá fazer o seu melhor, segundo as suas possibilidades.

O nosso antecipado OBRIGADO pela atenção dispensada, com votos sinceros de **Próspero Ano 2025 para todos**.

*SIM, ESTOU INTERESSADO EM COLABORAR COM O MEU DONATIVO*

*Desejando colaborar numa causa tão humana como a que a ADASCA está a desenvolver em prol da comunidade doente, o meu donativo será de*

€ \_\_\_\_\_

Nome/Empresa \_\_\_\_\_

Morada \_\_\_\_\_

Código Postal \_\_\_\_\_ Telefone \_\_\_\_\_

E-mail \_\_\_\_\_ NIF \_\_\_\_\_

Por favor, recorte e envie para a Associação de Dadores de Sangue do Concelho de Aveiro, Mercado Municipal de Santiago, 1.º Piso, Loja G, Rua de Ovar, 3810-166 Aveiro, ou por transferência bancária, cheque nominativo ou débito directo.

\* NIB da ADASCA: 0036 0189 9910 0051 8213.5

Montepio Geral, Balcão: Aveiro – Eucalipto, Rua de Anadia, n.º 10, Empreendimento Vila Jovem.

NOTA: - Procedemos à emissão de recibos dos valores recebidos, desde que nos sejam fornecidos os elementos necessários para o efeito.

Informações através do Telef: 234 095 331 (Sede) | Site: [www.adasca.pt](http://www.adasca.pt) | E-mail: [geral@adasca.pt](mailto:geral@adasca.pt)  
P'la Direcção da ADASCA