

# AMICALE DES DONNEURS DE SANG BENEVOLES

de FRANOIS, SERRE et ses environs

**2022** Nouvelle année, pourquoi ne pas se mobiliser pour :

## LE DON de SANG et de PLASMA

### Pourquoi le don du sang est-il un enjeu si important ?

- C'est un véritable engagement qui sauve des vies, qui vient du cœur.
- C'est un geste vital et nécessaire.
- C'est un geste anonyme et généreux.

### Pourquoi le don de plasma est important ?

Le plasma contient des protéines assurant des fonctions essentielles de l'organisme, en particulier l'albumine, les protéines coagulantes, les immunoglobulines.

### Pourquoi faire appel à de nouveaux donneurs ?

**La demande est croissante et les réserves souvent fragiles.** Le don du sang est plus fort quand il se conjugue à plusieurs. Donner une fois, c'est déjà beaucoup, mais cela ne suffit pas car le sang ne peut être conservé longtemps. **Il est donc capital de rallier de nouveaux volontaires à la fois plus réguliers et plus nombreux.**

### Comment donner son sang ?

#### A partir de quel âge puis-je donner mon sang ?

- de **18 ans à 70 ans**, peser au moins **50 kg**, (ou moins de 60 ans si vous donnez pour la première fois).
- Prenez rendez-vous sur [dondesang.efs.sante.fr/trouver-une-collecte](http://dondesang.efs.sante.fr/trouver-une-collecte) ou via l'application Don de sang.
- Ne pas être à jeun, muni de sa pièce d'identité ou de sa carte de donneur, disponible dès 2 dons sur l'appli.
- **Une femme peut donner son sang 4 fois par an, et un homme 6 fois (nouvelle norme).**

#### Comment le don se déroule-t-il ?

- Accueil par une équipe médicale pour un **entretien médical préalable, obligatoire et confidentiel.**
- Avec un **matériel de prélèvement stérile et à usage unique.**
- **Prélèvement effectué dans des conditions strictes d'hygiène et de confort, en vigueur actuellement.**
- Une collation vous est offerte par une équipe chaleureuse.
- Vous devez **respecter un délai de 8 semaines minimum entre deux dons de sang total.**

#### Comment être sûr que votre sang peut être transfusé ?

Par un geste responsable et sincère, par la franchise de vos réponses lors de l'entretien médical.

#### Où donner son sang ?

Lors des collectes mobiles organisées par notre Amicale et l'E.F.S. pour le don de sang total.

Les **lundi** 10 janvier 2022 - 16h30/20h00 - Salle polyvalente, près de l'église - Pouilley les Vignes  
14 mars - - - Centre Culturel Sportif Loisir - Serre les Sapins  
09 mai - - -  
11 juillet - - -  
07 novembre - - -

Prenez rendez-vous sur le site EFS, donneur sans rdv accueilli selon affluence, primo-donneur accueilli sans rdv.

Ou à l'EFS "Maison du Don", pour le Don de Plasma ou Sang total.