



BATTONS LE RECORD DE DONNS CET ÉTÉ !

Avec les Jeux Olympiques, cet été est placé sous le signe du sport. **Le don de sang et le sport partagent les mêmes valeurs** : solidarité, générosité, dépassement de soi... **Le même esprit d'équipe et la même envie de vaincre coulent dans nos veines !**

C'est pourquoi, **l'EFS Grand Est organise son Marathon du don** et vous invite, vous aussi, à battre des records tout en sauvant des vies. **Un seul objectif : battre le record de dons cet été !**

Parlez-en autour de vous, donnez votre sang avec votre entourage. **La maladie ne connaît pas de pause...** Les patients comptent sur vous également en été.

À vos marques, prêts, donnez !

DON DE SANG



Jeudi 29 août 2024
De 16h00 à 19h30
Salle des Fêtes
Prenez RDV sur : dondesang.efs.sante.fr

Collecte organisée en partenariat avec l'amicale pour le don de sang bénévole locale.

Pour donner votre sang, vous devez :

- Être âgé(e) de 18 à 70 ans
- Peser au moins 50 kg
- Être reconnu(e) apte au don lors de l'entretien préalable au don
- Être muni(e) d'une pièce d'identité avec photo
- Manger avant et bien vous hydrater tout au long du parcours.

➤ Avant de vous déplacer, faites le test en ligne : [Qui peut donner ?](#)

Les étapes du don de sang :

- Accueil et inscription
- Questionnaire et entretien préalable au don
- Le don (10 min)
- Pause A+ (20 min - collation)

De l'accueil à la pause A+, prévoyez entre 45 min et 1h. **Prenez 1h pour sauver 3 vies !**

CASSANDRA, de donneuse à receveuse

« Je m'appelle Cassandra et j'ai 22 ans. Pendant 4 ans, j'ai donné mon sang : c'était important pour moi de venir en aide aux gens qui en auraient besoin.

Cette année, j'ai subi une intervention chirurgicale qui m'a conduite à faire une hémorragie massive. J'ai dû être transfusée.

Aujourd'hui, je voudrais dire à toutes les personnes qui hésitent encore de foncer !

On ne sait pas de quoi demain est fait, peut-être qu'un jour un proche ou vous-même aurez besoin de ce don. »



PARTAGEZ VOTRE POUVOIR,
DONNEZ VOTRE SANG !

RENDEZ-VOUS
SUR NOTRE SITE

