

Un peu de temps? Un don de sang!



OÙ DONNER SON SANG?

Dans les centres de transfusion sanguine à Epalinges, Berne, Bienne, Berthoud, Langenthal et Thoun ou lors des collectes mobiles organisées près de chez vous.

Je souhaite devenir donneuse/donneur de sang!
Je souhaite recevoir une convocation pour le don de sang.

J'ai des questions concernant le don de sang.
Merci de me contacter.

J'ai donné mon sang pour la dernière fois (année/lieu)

Lieu de collecte souhaité

Mme M

Nom/Prénom

Nom de jeune fille

Adresse

NPA/Localité

Date de naissance

Portable

Téléphone privé

Téléphone prof.

E-Mail

Nicht frankieren
Ne pas affranchir
Non affrancare

Geschäftsantwortsendung Invio commerciale-risposta
Correspondance commerciale-réponse

Interregionale Blutspende SRK AG
Spenderkontaktzentrum
Postfach 5512
3001 Bern

Un peu de temps? Un don de sang!

Dans quel but?

- ▶ le sang remplit des fonctions vitales et sauve des vies
- ▶ parce que c'est un geste de solidarité

Comment se préparer au don de sang?

- ▶ bien s'hydrater avant le don (1 à 1,5 litre de liquide)
- ▶ éviter toute nourriture trop grasse avant le don. Ne pas être à jeun! Manger normalement, idéalement une petite collation avant le don
- ▶ éviter les gros efforts physiques avant et après le don de sang
- ▶ s'accorder une pause après le don (une petite collation vous est proposée)
- ▶ compter environ une heure pour un premier don de sang (inscription, visite médicale, prélèvement et collation)
- ▶ présenter une carte d'identité lors du premier don
- ▶ avoir plus de 18 ans et peser au minimum 50 kg

Vous trouverez les principaux critères d'aptitude au don sur notre site **itransfusion.ch** ou en appelant le numéro gratuit **0800 14 65 65**