



MOIS DE LA GÉNÉROSITÉ OFFREZ UN CADEAU RARE ET PRÉCIEUX. DONNEZ VOTRE SANG

DONNER, C'EST ÇA L'ESPRIT DES FÊTES.

Plus que jamais, les dons doivent se poursuivre en cette fin d'année !

Tout le mois de décembre l'EFS Grand Est organise le « Mois de la générosité » : un mois consacré au don de sang et à la solidarité. La population est invitée à donner son sang durant cette période synonyme de générosité, où les réserves en sang sont menacées...

Épidémies hivernales, préparatifs des fêtes de fin d'année ou encore vacances : les donneurs sont moins disponibles... Or, les besoins des malades persistent, il est important de se mobiliser !

Faisons ensemble du mois de décembre le mois de la générosité !



Venez donner votre sang :



Lundi 11 décembre 2023
de 15h00 à 19h00
Salle des Fêtes à Maizières-lès-Metz
Pour prendre RDV : 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 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 : [Puis-je donner mon sang ?](#)

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



dondesang.efs.sante.fr