



**NOUS SOMMES DE CEUX  
QUI RELÈVENT LEURS MANCHES.**



## AU PRINTEMPS, DONNONS NOTRE SANG !

Avec l'arrivée des beaux jours, soyez de celles et ceux qui relèvent leurs manches. Faites une bonne action : donnez votre sang !

Le don de sang est indispensable pour sauver de nombreuses vies. Les besoins des malades sont constants : 10 000 dons sont nécessaires chaque jour en France. Chaque don est précieux, car il permet de sauver 3 vies !



### VENEZ DONNER VOTRE SANG :



**VENDREDI 22 MARS**  
de 15h00 à 18h30  
Espace MINEL à NOGENT

Prenez RDV sur : [dondesang.efs.sante.fr](https://dondesang.efs.sante.fr)

### JEANNE,

Transfusée après un grave accident de la route

« Je m'appelle Jeanne, j'ai 23 ans et ça fait 5 ans que j'ai survécu à un grave accident de la voie publique.

J'ai été mise dans le coma 1 mois et demi. Pendant ce mois j'ai eu besoin de sang. Je ne remerciais jamais assez toutes les personnes qui donnent de leur temps et de leur sang.

Merci car c'est grâce à vous que je peux écrire ces lignes, merci ! »

#### 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 !**



PARTAGEZ VOTRE POUVOIR,  
DONNEZ VOTRE SANG !

RENDEZ-VOUS  
SUR NOTRE SITE

