

un geste de super héros !

**Le sang ne se fabrique pas.
C'est un acte gratuit, anonyme et de générosité !**

❖ *Conditions :*

- Être âgé de + 18 ans
- Être munis de sa carte d'identité
- Pesé + de 50 kg
- Être en bonne santé



NE PAS VENIR À JEUN !

❖ *Déroulement :*



Avant :

- Bien manger (pas trop gras)
- Boire beaucoup d'eau
- Eviter de fumer/boire de l'alcool



Pendant :

- Questionnaire médical ● à remplir
- Entretien avec un médecin
- Don du sang (15 min)



Après :

- Collation offerte (un casse-croûte)
- Pas d'effort violent et prolongé
- Eviter le soleil et la conduite de tout véhicule
- Boire beaucoup d'eau

