

NOTE TECNICHE DONAZIONE

*“Senti di non avere molto da offrire?
Hai la risorsa più preziosa di tutte: la possibilità di salvare una vita donando sangue!
Aiuta a condividere questo dono inestimabile con qualcuno che ha bisogno.”*

*“Ogni giorno, in Italia, migliaia di persone sopravvivono grazie a un gesto così semplice ma così importante. Non indugiamo, perché “certe cose” non accadono solo agli altri.
Gli “altri” siamo anche noi (Don Antonio Sciortino)*

Per noi cristiani il Natale è il momento di contemplazione e ricordo del “dono” di Dio al mondo: Gesù Cristo.

Quest’anno vogliamo rendere il ritiro d’Avvento, per noi giovani, non solo un momento contemplativo ma più “fattivo”.

Ecco il motivo che ci spinge a promuovere un pomeriggio dedicato alla **DONAZIONE DI SANGUE**.
Vogliamo essere **DONO** per gli altri, **CONCRETAMENTE**.

La donazione si svolgerà presso l’Ospedale “Santa Caterina Novella”, a Galatina, dalle 15 alle 18.

Per poter donare è indispensabile avere alcuni prerequisiti e attenersi ad alcune indicazioni:

- Aver compiuto 18 anni;
- Pesare minimo 50 kg;
- Avere un buono stato di salute;
- Non aver effettuato una cura dentale qualche giorno prima;
- Non aver fatto piercing o tatuaggi nei 4 mesi precedenti la donazione;
- Non assumere particolari farmaci.

In ogni caso prima della donazione si verrà sottoposti ad un’accurata visita medica che attesterà la possibilità, o meno, di donare.

Regole da seguire per il giorno della donazione:

- Pranzo leggero (intorno alle 12.30-13);
- Non assumere: latticini (mozzarelle, formaggi, burro, panna, ...), insaccati, uova, fritti, carne grassa, bevande zuccherate, dolci;
- Preferire per il pranzo: carne bianca, pesce, pasta, riso, insalata, verdure.

Per aderire alla donazione è indispensabile compilare il seguente Google form, oppure contattare Fabiola 320/9539263.

<https://forms.gle/PxXKHio9LD8LVHQC8>

Vi ricordiamo di portare con voi la vostra carta d’identità e la tessera sanitaria.

L’invito alla donazione non è rivolto solo ai giovani, ma anche a chi rispetta i prerequisiti suddetti.

Per ulteriori informazioni sul “viaggio del sangue” vi alleghiamo questo video:

<https://www.youtube.com/watch?v=fncxk-5AwVw>.