



## J'ai 18 ans je donne mon sang !

Aujourd'hui, aucun produit de synthèse ne peut se substituer aux produits sanguins qui restent indispensables pour répondre à des besoins chroniques (Drépanocytose, leucémie...) ou à des situations d'urgence.

**Chaque jour en France, 10 000 dons de sang sont nécessaires dont 1 400 en Auvergne-Rhône-Alpes pour couvrir les besoins des malades.**

Afin que les réserves de produits sanguins soient reconstituées continuellement, il est essentiel que les donateurs répondent présents chaque jour de l'année. En effet, cette régularité du don est nécessaire et vitale pour de nombreux patients.



« Je donne mon sang depuis que j'ai 18 ans et c'est une cause qui me tient vraiment à cœur. Chacun peut avoir besoin de sang un jour : alors, quand on a la chance d'être en bonne santé, je trouve cela important de venir en aide aux personnes malades ». **Hayla, 23 ans.**

« Aujourd'hui, j'ai réalisé mon premier don de sang. Mon grand-père donnait son sang régulièrement alors, je me suis dit : Pourquoi pas moi ? A l'âge de 19 ans, je saute le pas. C'est important de donner son sang car beaucoup de personnes en ont besoin pour vivre ». **Laurie, 19 ans.**

Pour donner son sang, il faut :

- Avoir entre 18 et 71 ans,
- Être en bonne santé
- Peser au minimum 50 kg,
- Ne pas venir à jeun,
- Se munir d'une pièce d'identité (1<sup>er</sup> don)

### Le saviez-vous ?

Les produits sanguins ont une durée de vie limitée : **Plaquettes** : 5 jours à 20°C, **Globules rouges** : 42 jours à 4°C, **Plasma** : 1 an à -25°C !

Grâce aux donateurs de sang, 1 million de patients sont soignés chaque année !

- 46% pour des maladies du sang et des cancers,
- 34% dans le cadre d'interventions chirurgicales (dont les victimes des accidents)
- 20% autres transfusions médicales (dont les dialyses, les accouchements...)

---

### Renseignements et informations

L'Etablissement français du sang  
2 chemin des Croiselets – 74370 EPAGNY METZ-TESSY  
Tél.: 04 50 66 60 60 - <https://www.efs.sante.fr/>

- Lundi : de 8h à 19h
- Mardi, mercredi, vendredi : de 8h à 13h
- Jeudi : de 14h à 19h
- Samedi : de 8h à 12h



**Partagez votre pouvoir, donnez votre sang dès maintenant !**