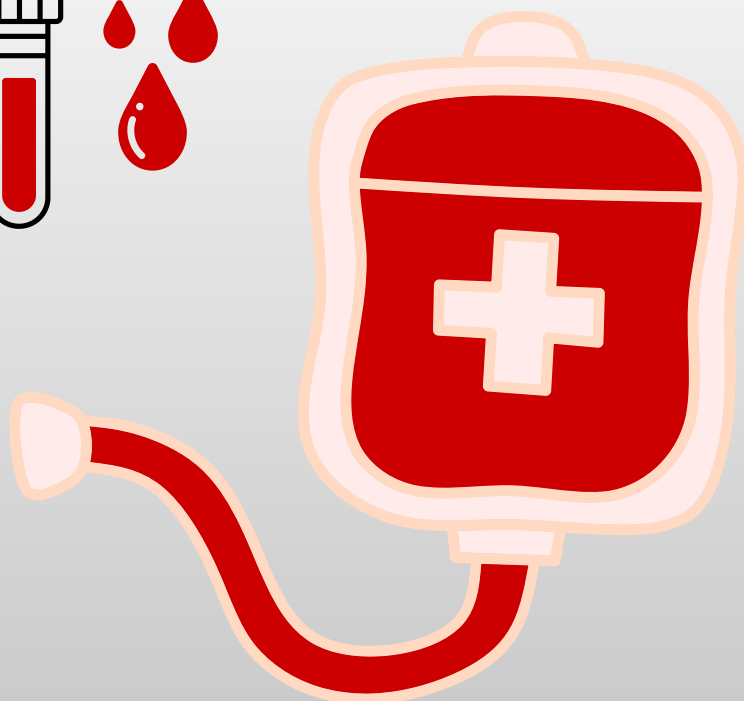
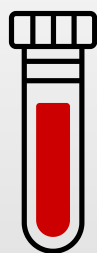


DIA NACIONAL DO DADOR DE SANGUE



♥ **Dá Sangue. Salva Vidas.**

Todos os dias há pessoas que precisam de transfusões devido a acidentes, cirurgias e doenças.

Uma única dádiva pode salvar até 3 vidas.



17 31 DE MARÇO

09:00 – 13:00

ESCOLA

SECUNDÁRIA JÚLIO
DANTAS

✦ BENEFÍCIOS DE SER DADOR

- AJUDA A SALVAR VIDAS
- RECEBE AVALIAÇÃO BÁSICA DE SAÚDE
- CONTRIBUI PARA A COMUNIDADE
- AUMENTA O ESPÍRITO DE SOLIDARIEDADE



- TER ENTRE 18 E 65 ANOS
- PESAR PELO MENOS 50 KG
- ESTAR SAUDÁVEL
- TER HÁBITOS DE VIDA SAUDÁVEIS

- INDEPENDENTEMENTE DE SERES A, B, AB OU O, POSITIVO OU NEGATIVO, O TEU GRUPO SANGUÍNEO PODE SER A ESPERANÇA QUE ALGUÉM PRECISA.
- DEPOIS DE DOAR SANGUE, DESCANSA, HIDRATA-TE E EVITA ESFORÇOS FÍSICOS PARA QUE O TEU CORPO RECUPERE BEM.™

Associação de Dadores de Sangue do Barlavento do Algarve – FAS-
PORTUGAL.