



Le transat DE L'ÉTÉ

CET ÉTÉ, FAITES UNE PAUSE POUR VOUS ET LES AUTRES !

Cet été, accordez-vous une pause qui a du sens. **Le don de sang, c'est un moment pour ralentir, prendre soin de soi et faire quelque chose de concret pour les autres.** Installé confortablement, quelques minutes suffisent pour contribuer à sauver des vies.

Car si l'été est synonyme de vacances, **les besoins des patients, eux, ne prennent jamais de congés.** Maladies, traitements, accidents : chaque jour, des milliers de personnes ont besoin de produits sanguins.

Profitez d'un instant de détente pas comme les autres : prenez place dans le transat de l'été et faites un don de sang.

DON DE SANG :



**Jeudi 9 juillet 2026
de 16h30 à 19h30
Salle des Fêtes à MONTREUX VIEUX
Prenez RDV sur : dondesang.fr**

Collecte organisée en partenariat avec l'amicale pour le don de sang bénévole locale.

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 !**

CASSANDRA

de donneuse à receveuse

« Je m'appelle Cassandra et j'ai 22 ans. Pendant 4 ans, j'ai donné mon sang : c'était important pour moi de venir en aide aux gens qui en auraient besoin.

Cette année, j'ai subi une intervention chirurgicale qui m'a conduite à faire une hémorragie massive. J'ai dû être transfusée. Aujourd'hui, je voudrais dire à toutes les personnes qui hésitent encore de foncer.

On ne sait pas de quoi demain est fait, peut-être qu'un jour un proche ou vous-même aurez besoin de ce don. »



**RENDEZ-VOUS
SUR NOTRE SITE**



dondesang.fr