

# Le don du sang c'est toute l'année

Je donne mon sang, je sauve des vies

*Aucune actualité disponible.*

## Pour tout renseignement médical

📍 Établissement Français du Sang  
Nantes

☎ 02 40 12 33 62

[Lien vers le site Internet](#)

## Pour donner son sang :

- Vous devez avoir entre 18 et 70 ans le jour de votre Don.
- Vous devez être en bonne santé et peser au minimum 50kg.
- Pour un premier don, se munir d'une pièce d'identité.
- Ne venez jamais à jeun.
- Bien s'hydrater avant et après un don de sang
- Les hommes peuvent donner du sang total 6 fois par an.
- Les femmes peuvent donner du sang total 4 fois par an.
- Un délai réglementaire d'au moins 8 semaines doit-être respecté entre 2 dons de sang total.

“

650 dons par jour sont nécessaires en Pays de la Loire