



Ρεθύμνο, 8 Απριλίου 2024  
Αρ. Πρ. 19/2024

## ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ

### Εθελοντική Αιμοδοσία από το 4<sup>ο</sup> Γενικό Λύκειο – Αρσάνιο, στο Σφακάκι Ρεθύμνου

*«Η προσφορά στον άνθρωπο έχει μεγάλη αξία  
με αγάπη κι αφιλοκερδώς να κάνει τη θυσία.  
Δέκα λεπτά απ' τον χρόνο σου για να προσφέρεις αίμα  
θα δώσουν χρόνια και ζωή, σ' ανθρώπους σαν εσένα!»*  
(Σταυριδάκη Μαρία, Διευθύντρια 4<sup>ου</sup> Λυκείου Ρεθύμνου)

Μία ξεχωριστή δράση αγάπης και προσφοράς διοργανώνεται από τους μαθητές, εκπαιδευτικούς και γονείς του 4<sup>ου</sup> Λυκείου – Αρσάνιο, στην περιοχή Σφακάκι στο Ρεθύμνο, την **Κυριακή 21 Απριλίου 2024, τις ώρες 10.00 - 13.00.**

Μία δράση εθελοντικής προσφοράς σε αίμα, με την πολύτιμη υποστήριξη του ιατρικού και νοσηλευτικού προσωπικού του Γενικού νοσοκομείου Ρεθύμνου. Οι συμμετέχοντες θα έχουν, επίσης, τη δυνατότητα να ενημερωθούν για τη δωρεά μυελού των οστών και να κάνουν εγγραφή ως εθελοντές δότες αιμοποιητικών κυττάρων/μυελού των οστών στο Εθνικό και Παγκόσμιο Αρχείο μυελού των οστών.

Στον χώρο θα βρίσκονται μέλη του Συλλόγου Εθελοντών Αιμοδοτών Ν. Ρεθύμνου ΔΟΤΕΣ ΖΩΗΣ, μέλος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Συλλόγων Εθελοντών Αιμοδοτών Π.Ο.Σ.Ε.Α. κι επίσημος συνεργάτης του συλλόγου «ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑ», Τράπεζα εθελοντών δοτών μυελού των οστών, με σκοπό να βοηθήσουν και να υποστηρίξουν τη δράση του σχολείου.

*Η εικονογράφηση της αφίσα για τη δράση είναι δημιουργία μαθήτριας της Α' τάξης του 4<sup>ου</sup> Λυκείου Ρεθύμνου.*

#### **Μπορώ να γίνω εθελοντής αιμοδότης; Μπορείς (λίγες χρήσιμες πληροφορίες):**

- εάν είσαι 18-65 ετών
- εάν έχεις πάρει πρωινό
- εάν έχεις πιει νερό
- εάν έχεις καλή γενική κατάσταση και ψυχολογία
- εάν δεν έχεις καταναλώσει αλκοόλ τις προηγούμενες 24 ώρες
- εάν δεν έχεις κάνει λήψη φαρμάκων κατά τις προηγούμενες 48 ώρες (συμβουλευέσαι τον γιατρό σου ή τον γιατρό της αιμοδοσίας)

- εάν δεν είσαι έγκυος ή θηλάζεις
- εάν δεν έχεις υποβληθεί σε χειρουργική επέμβαση τον τελευταίο χρόνο
- εάν δεν πάσχεις από σακχαρώδη διαβήτη, υπέρταση, υπερλιπιδαιμία, καρδιακό νόσημα

*Συμβουλέψου τον γιατρό σου ή τον γιατρό της αιμοδοσίας*

### **Μπορώ να γίνω Εθελοντής Δότης Μυελού των Οστών;**

Η Τράπεζα Εθελοντών Δοτών του Συλλόγου «ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑΣ» έχει ορίσει ως όρια ηλικίας για να μπορεί κάποιος να εγγραφεί ως εθελοντής δότης μεταξύ 18 – 45 χρόνων. Ο εθελοντής δότης παραμένει καταχωρημένος στο αρχείο και ενεργός μέχρι τα 55α γενέθλιά του.

*Συμβουλέψου τον εθελοντή από το ΣΕΑ Ν. Ρεθύμνου ΔΟΤΕΣ ΖΩΗΣ*

**Σύλλογος Εθελοντών Αιμοδοτών Νομού Ρεθύμνου «ΔΟΤΕΣ ΖΩΗΣ»  
μέλος της Πανελλήνιας Ομοσπονδίας Συλλόγων Εθελοντών Αιμοδοτών Π.Ο.Σ.Ε.Α.  
επίσημος συνεργάτης του συλλόγου «ΟΡΑΜΑ ΕΛΠΙΔΑ»,  
Τράπεζα εθελοντών δοτών μυελού των οστών**

**Μετά τιμής!**

**Για το Διοικητικό Συμβούλιο**

**Ο Πρόεδρος του Δ.Σ.**

**Η Γραμματέας**

*Γιώργος Σπετσωτάκης*

*Ζέσποινα Μαυράκη*