



Mēs vienmēr meklējam cilvēkus, kuri var izmainīt pasauli, līdz aptveram, ka šie cilvēki varam būt mēs paši. Iesaistoties asinsdonoru kustībā, ikvienam ir iespēja palīdzēt nelaimē nonākušajiem, kam nepieciešamas asinis.

Viena ziedotā asins deva var palīdzēt pat trīs cilvēkiem.

TU VARI ZIEDOT ASINIS, JA:

18-65
GADI

Esi 18 – 65 gadus vecs



Sver ne mazāk par 50 kg



Pirms tam esi lietojis veselīgu uzturu un daudz šķidruma



Esi vesels un pēdējā laikā neesi slimojis



Dienā pirms asins nodošanas neesi lietojis alkoholu



Sievietes gada laikā asinis var ziedot līdz 4x, vīrieši līdz 6x. Starp asins ziedošanas reizēm jāievēro pilns deviņu nedēļu intervāls.

Vairāk informācijas par kritērijiem VADC mājaslapā.

KĀ ZIEDOT ASINIS?

PROCEDŪRA:

- Reģistrācija < 5 min.
- Veselības stāvokļa novērtēšana < 15 min.
- Asins ziedošana < 10 min.



Lai ziedotu asinis, līdzī jāņem derīgu pasi, eID kart vai jebkuru citu personas apliecināšu dokumentu, kas satur sekojošu informāciju – personas kodu, vārdu, uzvārdu, foto un bankas konta numuru.



Asinis var ziedot kādā no pastāvīgajām asins ziedošanas vietām visā Latvijā – Rīgā, Rēzeknē, Daugavpilī, Liepājā, Ventpsilī, Valmierā, Jelgavā, kā arī kādā no VADC izbraukumiem

Apmeklē VADC mājaslapu www.donors.lv un atrodi sev tuvāko ziedošanas vietu.

Bezmaksas tālrunis informācijai: **8000 0003**