**Донорская неделя #ОставайсяДонором**

**в рамках Всемирного дня донора крови (World Blood Donor Day)**

**Дата проведения марафона:** 8 - 15 июня 2020 года.

**Время проведения марафона:** 08:30-12:00.

**Количество участников:** не более 50 доноров в рамках каждого дня марафона (в одном учреждении службы крови).

**Кто может стать донором крови?**

Вы можете стать донором крови, если соответствуете следующим условиям:

1) Вам больше 18 лет.

2) У вас нет медицинских противопоказаний к донорству крови — как временных, так и абсолютных.

3) Вы не были в контакте с инфицированными, не находится на карантине.

4) Ваш вес не менее 50 кг.

5) Если на Вашем теле есть татуировки, с момента их нанесения должно пройти не менее 1 года.

Обо всех противопоказаниях можно узнать, перейдя по ссылке <https://yadonor.ru/donorstvo/become/contraindications/>

Рекомендации до и после донации

<https://yadonor.ru/donorstvo/become/recommendations/>