



FEPODABES



Instituto Português  
do Sangue e da  
Transplantação, IP






**O VERÃO  
É PRAIA, É MONTANHA  
É SENTAR-NOS À MESA**

**MAS TAMBÉM É  
CUIDAR!**

**ESTE VERÃO  
DÊ SANGUE**



**REQUISITOS:**

-  Entre 17 e 70 anos
-  Dos 17 aos 18 anos:  
acompanhado por Pai, Mãe ou Tutor
-  Peso  $\geq$  50 kg
-  Ser Saudável
-  Não estar em jejum

*Bebe  
bastante  
água!*



5 a 10 min.  
a doar



450 ml  
de esperança



Até 3 vidas  
salvas



Baixe a  
APP  
DSangue

[www.fepodabes.pt](http://www.fepodabes.pt)



LISBOA  
CÂMARA MUNICIPAL



REPÚBLICA  
PORTUGUESA  
SAÚDE



ASSOCIAÇÃO NACIONAL  
MUNICÍPIOS  
PORTUGUESES



direção-geral  
de educação

