

Số: 503/LĐLĐ
V/v vận động hiến máu tình nguyện
năm 2025

Gò Vấp, ngày 28 tháng 3 năm 2025

Kính gửi: Ban Chấp hành Công đoàn cơ sở trực thuộc

Thực hiện Chương trình công tác năm 2025 của Ban Thường vụ Liên đoàn Lao động quận Gò Vấp. Căn cứ chỉ tiêu vận động hiến máu tình nguyện được phân bổ năm 2025.

Ban Thường vụ Liên đoàn Lao động quận đề nghị Ban Chấp hành Công đoàn cơ sở tổ chức vận động **03 đoàn viên công đoàn, người lao động** tích cực tham gia hiến máu tình nguyện năm 2025. **Ưu tiên hiến máu thể tích 350ml hoặc 450ml.**

- **Thời gian hiến máu:** từ 7 giờ 00 ngày 24/4/2025 (Sáng thứ Năm)

- **Địa điểm:** Nhà Văn hoá Lao động quận Gò Vấp.

(số 521 Quang Trung phường 10 Gò Vấp)

- **Tiêu chuẩn hiến máu:**

+ Tuổi: từ 18 đến 60 tuổi (cho cả nam và nữ);

+ Cân nặng từ 45kg trở lên.

+ Huyết áp: Huyết áp tối đa trong khoản từ 110 mmHg – 140 mmHg; Huyết áp tối thiểu từ 70 mmHg – 100 mmHg .

+ Nhịp tim đều tần số từ 60 lần đến 90 lần/phút. Nồng độ Hemoglobin phải đạt bằng 120g/l, hiến thể tích từ 350ml phải đạt ít nhất 125 g/l.

+ Thời gian giữa 2 lần hiến máu là 12 tuần tương đương 3 tháng đối với cả nam và nữ.

+ Người hiến máu được ăn sáng bình thường, không được uống sữa, cà phê, phải ngủ đủ giấc từ 6 đến 8 tiếng đồng hồ.

+ Đem giấy chứng minh nhân dân, căn cước công dân hoặc thẻ hiến máu (nếu có).

- **Chế độ cho người hiến máu:**

+ Tiền ăn sáng: 30.000đ/người.

+ Hỗ trợ chi phí đi lại: 50.000đ/người.

+ Sữa, thuốc, quà do các cá nhân hiến máu tự chọn.

Ban Thường vụ Liên đoàn Lao động quận đề nghị Ban Chấp hành Công đoàn cơ sở tổ chức vận động đoàn viên công đoàn, người lao động tham gia hiến máu tình nguyện và đăng ký số lượng tham gia hiến máu trên đường dẫn liên kết https://docs.google.com/spreadsheets/d/17_z6ggeiIKWxBKOB9wO56nY0AdzQfOiXyZrUPyFVn5k/edit?usp=sharing quận trước 17h00 ngày 14/4/2025 (thứ hai) để công tác chuẩn bị chu đáo.

Trân trọng./- *như*

Nơi nhận:

- Như trên;
- Lưu.

**TM. BAN THƯỜNG VỤ
PHÓ CHỦ TỊCH**



Trần Thị Bích Thuận