



CRISTIANA CAPOTONDI E BILLA PER AVIS

# Diventa anche tu **donatore** di **Sangue**

## vieni a **donare il**

*22 marzo, venerdì,  
al Cai di Roma*

*Grazie, ti  
aspettiamo!*

Il mattino del prelievo è preferibile essere a digiuno o aver fatto una colazione leggera a base di frutta fresca o spremute, thè o caffè poco zuccherati, pane non condito o altri carboidrati.

Non si deve aver assunto alcun farmaco nell'ultima settimana (antidolorifici e aspirine), nelle ultime due settimane per antibiotici o antibatterici, esclusi preparati vitaminici e pillola anticoncezionale.

**A ROMA MANCA SANGUE!  
AIUTACI A SUPERARE L'EMERGENZA!**

