

Organizacja Twojej akcji oddawania krwi

Co dwie minuty ktoś na Dolnym Śląsku potrzebuje transfuzji krwi...

Krew jest niezbędna dla dzieci i dorosłych walczących z rakiem, dla pacjentów oczekujących na zabieg chirurgiczny, ofiar wypadków i innych przewlekle chorych. Organizując akcję oddawania krwi przy pomocy Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa we Wrocławiu (RCKiK), możesz sprawić, że ten ratujący życie dar będzie dostępny dla potrzebujących.

Fakt: Dobrowolni – honorowi dawcy są jedynym źródłem krwi dla naszego regionu.

Fakt: W ostatnim roku, honorowi dawcy krwi mogli pomóc ponad 40.000 pacjentów.

Pięć kroków do sukcesu

Przygotowanie akcji oddawania krwi jest dość proste. Skontaktuj się z działem Metodyczno-Organizacyjnym RCKiK tel. 071 3715819:

1. **Odkryj możliwości** – Rozpocznij od sprawdzenia ile osób z Twojej firmy, organizacji lub grupy jest zainteresowanych oddawaniem krwi. Można to zrobić prosząc ludzi by wpisali się na specjalnym formularzu, jeżeli deklarują chęć oddania krwi podczas organizowanej przez Ciebie akcji.
2. **Zalóż cel, znajdź miejsce i czas** – Kiedy już masz listę zadeklarowanych osób, pracownik działu Met-Org z RCKiK wraz z tobą wybierze odpowiednią datę i czas oraz miejsce, które będzie odpowiednie by pomieścić sprzęt, pracowników i dawców podczas akcji.
3. **Rekrutuj dawców i promuj akcję** – Proś i przypominaj. Mobilizuj potencjalnych dawców by zadeklarowali swoje przybycie na określoną godzinę, a później o niej przypominaj.
4. **Nadzoruj akcję** – Bądź dostępny (albo wyznacz do tego kogoś) by w dniu akcji pomóc pracownikom RCKiK.
5. **Podziękuj dawcom** – Spraw by dawcy zgłosili się ponownie poprzez podziękowanie im za ich dar i przypomnij że znów będą mogli oddać krew już za 56 dni!

Fakt: Praca w grupie może spowodować, że zaplanowanie Twojej akcji będzie łatwiejsze i bardziej satysfakcjonujące. Spróbuj stworzyć komitet, który będzie pomagał ci w promocji, rekrutacji i podziękowaniach dla dawców.

Rekrutacja dawców – twarzą w twarz

Fakt: Ludzie *nie* oddają krwi, ponieważ nie zostali o to nigdy poproszeni!

Fakt: Większość pełnoletnich osób, które ważą powyżej 50kg i mają ogólnie dobry stan zdrowia może oddawać krew co osiem tygodni.

Nic nie jest bardziej efektywne niż rekrutacja osobista – twarzą w twarz. Kiedy prosisz ludzi by oddali krew, dajesz im szansę by przysłużyli się społeczeństwu w dość prosty sposób.

Kiedy rekrutujesz dawców osobiście:

- § Poinformuj, że ponad 60 litrów krwi co dzień jest potrzebne by zaspokoić zapotrzebowanie pacjentów w szpitalach Dolnego Śląska, a Twoja akcja oddawania krwi ma duże znaczenie w tym, by tej krwi nie zabrakło.
- § Bądź przygotowany by odpowiedzieć na pytania o to, jak wygląda proces oddawania krwi.
- § Podaj datę, miejsce i czas akcji oddawania krwi.
- § Świeć przykładem. Jeżeli oddawałeś już krew opowiedz o swojej motywacji i powodach dlaczego to robiłeś, jeśli jeszcze nie, a możesz być dawcą, zadeklaruj oddanie krwi podczas organizowanej akcji.
- § Szczególne pytania dotyczące kwalifikacji do oddania krwi możesz zadać pod nr tel. 071 3715819 lub email: metorg@rckik.wroclaw.pl

Inne pomysły na rekrutację dawców

- § Niech twój komitet pomaga ci w osobistej rekrutacji twarzą w twarz.
- § Ustal kogo można jeszcze poinformować telefonicznie o Twojej akcji.
- § Poproś lidera Twojej organizacji (szefa, dyrektora, księdza, itp.) o wysłanie listu do wszystkich jej członków dotyczącego wagi oddawania krwi i proszącego o wsparcie Twojej akcji.
- § Zachęć dawców, aby nie przychodzili sami, mogą zabrać przyjaciół, rodzinę, itp.

Fakt: Osiągnięcie celu twojej akcji ma ogromne znaczenie dla zaspokojenia potrzeb pacjentów czekających na transfuzję.

Fakt: Deklaracja pisemna zwiększa przywiązanie do podjętej już decyzji. Możesz też sprawić, że pobór krwi będzie przebiegał gładko i bez zbędnego oczekiwania, planując grupy dawców na poszczególne godziny.

Dawcy pierwszorazowi

Fakt: 90 procent pierwszorazowych dawców krwi, oddaje ją podczas akcji.

Ponieważ tylko kilka procent osób zdolnych do oddawania krwi to robi, Twoja akcja oddawania krwi będzie możliwością dla wielu, aby po raz pierwszy w życiu „podwinąć rękawy”. Osoby, które nie były dawcami wcześniej mogą mieć różne opory, ponieważ nie wiedzą jak proste i bezpieczne jest oddawanie krwi.

Pięć kroków ratujących życie:

1. Zarezerwuj sobie około godziny czasu, weź dowód tożsamości oraz zjedz beztłuszczowy posiłek przed donacją.
2. Zgłoś się do rejestracji dawców i wypełnij kwestionariusz medyczny z pytaniami o twój stan zdrowia i przejdź wstępne badanie (morfologia) oraz badanie lekarskie.
3. Skorzystaj z naszej kawiarenki.
4. Usiądź wygodnie na fotelu i zanim minie 10 minut oddasz jedną jednostkę krwi (450ml.).
5. Wypocznij jeszcze przez około 10-15 minut i odbierz czekolady, które mają uzupełnić ubytek energetyczny. Możesz odebrać też zaświadczenie do pracy i zwrot kosztów podróży.

Fakt: Cały proces oddawania krwi trwa zwykle mniej niż jedną godzinę.

Fakt: Większość ludzi czuje jedynie lekkie ukłucie igłą, a samo oddawanie krwi jest bezbolesne.

Fakt: Tylko jednorazowy sprzęt używany jest podczas donacji. Nie obawiaj się zarażenia wirusem HIV.

Promocja akcji oddawania krwi

Podczas gdy osobiste zaproszenie jest najbardziej efektywnym narzędziem do rekrutacji dawców, jest wiele sposobów, w jaki możesz promować swoją akcję i przypominać o niej potencjalnym krwiodawcom. Przykładowo:

- § Przeprowadź pogadankę lub prezentację w swojej grupie, aby wzmocnić potrzebę zgłaszania się dawców i odpowiedzieć na pytania.
- § Wykorzystaj plakaty i ulotki reklamujące Twoją akcję, zawierające datę, godziny i miejsce oddawania krwi.
- § Napisz artykuł o akcji i umieść go w biuletynie Twojej organizacji.
- § Roześlij emaile z informacją o poborze krwi, który organizujesz.

Warto podziękować...

Dostający transfuzję rzadko mają okazję podziękować dawcom za ich dar ratujący życie. Dlatego w ich imieniu warto docenić tych, którzy oddali krew podczas Twojej akcji.

Możesz wykorzystać następujące sposoby by powiedzieć „Dziękuję!”:

- § Zrób zdjęcia dawców podczas akcji i opublikuj w biuletynie lub wywieś na tablicy ogłoszeń w Twojej organizacji.
- § Napisz artykuł dziękujący krwiodawcom do biuletynu Twojej organizacji, zawierający wywiady z pierwszorazowymi i doświadczonymi dawcami.
- § Wykorzystaj tematykę świąt. Na przykład podaruj dawcom kartkę z sercem na Walentynki, a na Boże Narodzenie udekoruj choinkę ich imionami.
- § Poproś lidera Twojej organizacji (szefa, dyrektora, księdza, itp.) o napisanie specjalnego listu z podziękowaniami do wszystkich dawców.
- § Wykorzystaj podziękowania dla dawców przesłane przez RCKiK

Zobacz dodatkowe informacje

- § „Wskazówki jak przygotować Akcję Oddawania Krwi”
- § „Kto może być dawcą krwi?”