



Changia damu kama unakidhi vigezo vifuatavyo



**Umri kati ya
miaka 18
mpaka 65**

**Uwe na afya njema
wakati wa kuchangia
damu pia usiwe na
maradhi ya muda
mrefu kama
shinikizo la damu,
kisukari n.k**



**Uzito usiopungua
kilo 50**

**Kwa mwanamke
asiwe mjamzito au
anaenyonyesha**



**Unaweza kuchangia damu kwenye kituo chochote cha
damu salama kanda, vituo vya damu salama Mikoa na Wilaya.
Kwa maelezo zaidi piga simu namba 071261200**

Imetolewa na: Wizara ya Afya
Kupitia Mpango wa Taifa wa Damu Salama. Tovuti: www.nbts.tz



@changiadamutz