

PERPIGNAN, LE 11 MAI 2021

Don de sang : ça bouge dans le Roussillon !

SEMAINE GASTRONOME À LA MAISON DU DON DE PERPIGNAN

Du 17 au 22 mai, 3 Chefs solidaires se mobilisent aux côtés de l'EFS pour offrir une collation haute en saveurs aux donneurs !

Pour attiser l'appétit et la générosité des donneurs, l'Établissement français du sang (EFS) organise une semaine spéciale gastronome (uniquement sur RDV), à la maison du don de Perpignan.

Pour nourrir l'envie de donner son sang et son plasma, L'Établissement français du sang propose des collectes aux collations hautes en saveurs !

Cette semaine sera l'occasion de mettre les petits plats dans les grands grâce à l'engagement de Chefs Cuisiniers de la ville, nous espérons recruter de nouveaux donneurs en leur faisant profiter d'une pause généreuse et gustative.

Donneurs et futurs donneurs sont invités à se mobiliser en prenant rendez-vous pour donner leur sang ou leur plasma lors des collectes gastronomes.



Participer à la semaine gastronome c'est sauver des vies et soutenir les restaurateurs Perpignans !

DON DE SANG ET DE PLASMA - GASTRONOME

Du lundi 17 au samedi 22 mai

Maison du don Perpignan

55 Avenue de la Salanque

Lundi : 9h15-12h15 et 13h15-17h45

Mardi au vendredi : 10h30-13h30 et 14h30-19h

Samedi : 9h45-15h

Uniquement sur rendez-vous !

Sur le site <https://mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr/> sur notre application «Don de sang» ou au N° Vert : 0 800 972 100 (appel gratuit).

Qui se trouve derrière les fourneaux de la semaine gastronome à Perpignan ?



Le restaurant El Coco Rico

Toute la semaine dans une ambiance chaleureuse, le midi, vous pourrez y déguster des recettes traditionnelles françaises sans oublier leurs douceurs sucrées, by Fabian faites maison pour la meilleure fin de repas possible. Pour faire honneur à ce pays, certains soirs en semaine, l'équipe vous invite à venir découvrir l'ambiance Mexicaine avec cocktails, dégustation de recettes mexicaines traditionnelles ! Chaque fin de semaine ils vous feront découvrir un nouveau groupe de musique ou une ambiance du monde pour vous faire vibrer sur des rythmes latinos et bien d'autres ! N'hésitez pas à les solliciter pour vous raconter l'histoire des plats qu'ils préparent, car ils en

ont tous une ! D'ailleurs Fabian a traversé l'Atlantique pour répondre à l'appel d'El Coco Rico et venir directement du Mexique !

Le restaurant Le Pop du Bocal

Cédric et Laure, une belle rencontre, deux passions, la cuisine, le vin. Une histoire de famille pour Cédric, la passion du vin pour Laure. Dans une ambiance simple et conviviale, ils vous proposent une cuisine à la fois traditionnelle et créative. Leur défi c'est aussi de vous permettre d'amener chez vous un peu de notre passion à travers leurs bocaux et les vins qu'ils sélectionnent. La cuisine c'est le domaine de Cédric. De bons produits, une cuisine traditionnelle et une envie d'oser des associations de saveurs. Le vin, c'est le domaine de Laure. Le fil conducteur c'est rester simple. La démarche c'est tenter de restituer le message, l'identité, la passion de chaque vigneron et vous faire partager de belles rencontres à travers leurs vins.

LE
POP
DU BOCAL

Le restaurant le clos des Lys



Le Clos des Lys restaurant et traiteur à Perpignan, demeure de caractère typiquement méditerranéenne, est l'écrin de moments privilégiés de fête et de partage. Soirée intime, repas d'affaire, mariage, réception, l'établissement et son chef, Franck Séguret (Toque Blanche du Roussillon), s'adaptent à vos envies avec pour seuls engagements l'exigence culinaire, le plaisir de la table et la qualité du service, selon les valeurs et la rigueur instituées par Jean-Claude Vila, le fondateur de l'établissement et grand noms parmi les traiteurs de Perpignan. Du déjeuner pris au comptoir au menu gastronomique de dégustation, la carte de votre restaurant à Perpignan suit les saisons, met en valeur les produits et les terroirs.

Au menu pour cette semaine spéciale

Vous souhaitez vous faire embarquer pour une expérience culinaire associant gourmandise et solidarité ?

- Du lundi 17 au jeudi 20 Mai : **le restaurant El Coco Rico** vous propose une collation aux couleurs mexicaines avec des quesadillas au choziro, à la fleur de courgette ou au piment, le tout accompagné d'une mousse pour le dessert.
- Le vendredi 21 et samedi 22 Mai : le restaurant le Pop du Bocal vous propose un bel et savoureux assortiment de tapas accompagné d'un dessert.
- Le jeudi 20 et le vendredi 21 Mai : **le restaurant le Clos des Lys** vous proposera des madeleines au Miel de Serralongue pour l'occasion.

Don de plasma : un défi quotidien pour subvenir aux besoins !

Vacances de Pâques et jours fériés du mois de mai entraînent une baisse de fréquentation des collectes, malgré les besoins grandissant en don de plasma.

Peu connue du grand public, il est nécessaire de faire connaître cette forme de don pour recruter de nouveaux volontaires afin de réaliser chaque jour les prélèvements nécessaires aux malades.

Le plasma, partie liquide du sang est essentiellement composé d'eau et de protéines. **Transfusé** ou utilisé sous forme de **médicaments dérivés du sang**, il permet de soigner de nombreux malades tels que les polytraumatisés, les grands brûlés, les hémophiles, les enfants immunodéprimés...

Le don de plasma **dure en moyenne 40 minutes**. De l'arrivée sur le site de prélèvement à son départ, il faut **prévoir environ 1h30**. Il faut respecter un délai de 2 semaines entre chaque don de plasma.

Pour donner son plasma, il suffit de :

- ❖ Etre en bonne santé et être âgé de **18 à 65 ans** ;
- ❖ Peser plus de 55 kg ;
- ❖ Tous les groupes sanguins sont recherchés et particulièrement les donneurs du groupe AB qui sont donneur universel en plasma

Et pour les volontaires qui n'auraient encore jamais donné leur sang, profitez de l'événement pour franchir le cap ! Pour donner son sang, il est nécessaire d'être âgé de 18 à 70 ans et peser plus de 50 kilos. Possibilité de tester l'éligibilité ici : <https://efs.link/Jk5C9/>.

Il est recommandé de ne pas venir à jeun et de bien boire avant et après le don. Bien penser à prendre une pièce d'identité et un stylo.

Collecte « Mon Sang Pour les Autres »

La solidarité au cœur de Perpignan

L'Établissement français du sang invite le plus grand nombre à se mobiliser en donnant son sang sur la collecte du Vendredi 28 et du samedi 29 Mai au Palais des Congrès !

Durant ces 2 jours, les membres du Rotary de Perpignan et les équipes de l'EFS Perpignan vont unir leurs forces pour cette collecte annuelle !

Le mois de mai est une période de l'année où les besoins sont traditionnellement importants. Cette année en raison de la crise sanitaire, de nombreuses collectes sont annulées, ce qui impacte les prélèvements réalisés et donc les réserves de sang.

Aujourd'hui aucun médicament ne peut remplacer le sang et la durée de vie des produits sanguins est limitée : 7 jours pour les plaquettes, 42 jours pour les globules rouges. Or l'activité hospitalière est très soutenue : 1 000 dons par jour sont nécessaires en Occitanie pour répondre aux besoins des patients.

Les Perpignanais sont appelés à se mobiliser massivement sur ces 2 jours !

Prenez 1 heure pour sauver 3 vies !



La nouveauté : la prise rendez-vous !

Nous invitons les donneurs à privilégier la prise de rendez-vous en se rendant sur notre **nouveau site internet** : <https://mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr> ou sur **notre application mobile « Don de sang »**. Des créneaux pour les donneurs spontanés sont également disponibles afin d'accueillir le plus de monde sur la collecte. Pour toute question ou prise de rdv, n'hésitez pas à contacter le **numéro Vert** (appel gratuit) :

0 800 972 100 Service & appel gratuits

À propos de l'EFS

Grâce au don de sang, donneurs et receveurs sont au cœur de l'économie du partage. Les 10 000 collaboratrices et collaborateurs, médecins, pharmaciens, biologistes, techniciens de laboratoire, chercheurs, infirmiers, équipes de collecte de l'Établissement français du sang, en lien avec des milliers de bénévoles, s'engagent au quotidien comme dans les circonstances exceptionnelles pour transformer les dons en vies et soigner ainsi 1 million de patients par an. Opérateur civil unique de la transfusion sanguine en France, l'EFS a pour mission principale l'autosuffisance nationale en produits sanguins.

Il s'investit par ailleurs dans de nombreuses autres activités, comme les analyses de biologie médicale, la thérapie cellulaire et tissulaire ou la recherche. Au-delà de la qualification des dons, les laboratoires de l'EFS réalisent différents types d'analyses biologiques, hématologiques et immunologiques, des examens indispensables dans le cadre d'une transfusion mais également d'une greffe d'organe, de tissus ou de cellules. Avec plus de 500 millions d'actes réalisés par an, l'EFS est le plus grand laboratoire de biologie médicale de France. L'Établissement français du sang est présent sur l'ensemble du territoire à travers ses 120 sites pour être au plus près des donneurs et des patients et porter ainsi des valeurs sans équivalent.

Établissement français du sang. Bien plus que le don de sang.

Contact

Chloé GALAUP - Chargée de promotion du don - Bassin Roussillon
chloe.galaup@efs.sante.fr / Tél. 06 45 84 81 38