

Số: 478 /KH- LĐLĐ

Gia Lâm, ngày 18 tháng 10 năm 2021

**KẾ HOẠCH**  
**Tổ chức Ngày hội “Hiến máu tình nguyện”**  
**trong đoàn viên, CNVCLĐ huyện Gia Lâm năm 2021**

Thực hiện Công văn số 511/LĐLĐ ngày 07/9/2021 của LĐLĐ thành phố Hà Nội về việc đẩy mạnh công tác tuyên truyền vận động hiến máu tình nguyện trong các cấp Công đoàn Thủ đô; Kế hoạch số 01/KH-BCĐ ngày 24/2/2021 của Ban chỉ đạo vận động Hiến máu tình nguyện huyện Gia Lâm; Liên đoàn Lao động Huyện xây dựng kế hoạch tổ chức Ngày hội “Hiến máu tình nguyện” trong cán bộ, đoàn viên công nhân, viên chức, lao động huyện Gia Lâm năm 2021, như sau:

**I. MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU**

**1. Mục đích**

Thể hiện nghĩa cử cao đẹp, sống vì xã hội, sống vì cộng đồng của cán bộ, đoàn viên, CNVCLĐ huyện Gia Lâm. Khắc phục tình trạng khan hiếm máu trầm trọng trong giai đoạn dịch bệnh Covid-19, dịp Tết dương lịch và Tết Nguyên đán Nhâm Dần năm 2022.

Góp phần tạo nguồn máu sống giúp các bệnh viện kịp thời cấp cứu và điều trị bệnh nhân, mang lại niềm vui và hạnh phúc cho người bệnh và gia đình của người bệnh.

**2. Yêu cầu**

- Thực hiện tốt các biện pháp phòng chống dịch bệnh theo quy định hiến máu với phương châm “Hiến máu an toàn – Không sợ Covid”.

- Chương trình được tổ chức đảm bảo tiết kiệm, thiết thực, an toàn và đạt hiệu quả cao; có sự phối hợp đồng bộ giữa tổ chức với các cơ quan chức năng; thực hiện tốt công tác thông tin, tuyên truyền để đoàn viên, CNVCLĐ được tiếp cận và tham gia hiến máu.

- Tình nguyện viên hỗ trợ nhiệt tình, chu đáo góp phần mang đến hiệu quả cho phong trào.

**II. THỜI GIAN, ĐỊA ĐIỂM TỔ CHỨC VÀ THÀNH PHẦN THAM GIA**

**1. Thời gian**

Thời gian: Từ 7h30 đến 11g00 sáng Chủ nhật, ngày 28/11/2021.

## **2. Địa điểm**

Địa điểm: **Nhà thi đấu huyện Gia Lâm**

*(Số 437 đường Nguyễn Đức Thuận - Thị trấn Trâu Quỳ - Gia Lâm- Hà Nội)*

## **3. Thành phần tham gia**

Toàn thể cán bộ, Đoàn viên, công chức, viên chức, công nhân lao động trên địa bàn huyện Gia Lâm.

### **III. ĐIỀU KIỆN THAM GIA HIẾN MÁU – QUYỀN LỢI**

#### **1. Điều kiện tham gia hiến máu:**

- Độ tuổi từ 18 đến 60.
- Có trạng thái tinh thần và sức khỏe tốt.
- Cân nặng ít nhất là 42 kg (nữ) và 45 kg (nam).
- Lần hiến máu gần nhất cách 12 tuần trở lên.
- Không nhiễm hay có nguy cơ nhiễm HIV.
- Không bị viêm gan B, viêm gan vi C và virus lây qua đường máu.
- Không bị bệnh tim mạch, huyết áp, hô hấp.
- Không làm việc quá sức hoặc thức khuya trước khi hiến máu.
- Phụ nữ khi đang trong giai đoạn kinh nguyệt hoặc mang thai không nên hiến máu.
- Những người đã biết mình mắc các bệnh như: sốt rét nặng, giang mai, các bệnh về máu thì không hiến máu.

#### **2. Những điều cần biết khi tham gia hiến máu:**

##### **\* Trước khi hiến máu:**

- Ngủ đủ giấc và không thức khuya
- Hãy uống khoảng 500ml nước hoặc các loại thức uống không có chứa cồn khác.
- Nếu bạn hiến tiểu cầu trong máu, hãy nhớ không nên dùng aspirin trong vòng hai ngày trước khi hiến máu.
- Nếu gặp phải một số vấn đề về sức khỏe sau thì bạn không nên hiến máu: cảm lạnh hoặc cảm cúm, dạ dày khó chịu trong tuần trước khi hiến máu, mới nhổ răng.

##### **\* Sau khi hiến máu:**

- Uống khoảng 4 ly nước và tránh các thức uống có cồn trong suốt 24 giờ sau hiến máu.
- Giữ chặt miếng bông dán lên vết tiêm trong khoảng 5 phút để cầm máu và giữ miếng băng cá nhân tại vị trí lấy máu đó trong vài giờ sau đó.

- Để tránh viêm nhiễm da tại vùng lấy máu, nên vệ sinh vùng da xung quanh bằng cá nhân bằng xà phòng và nước sạch.

- Hạn chế tuyệt đối các hoạt động bụng bê nặng hay các bài tập với cường độ cao trong ngày.

- Nếu vị trí vết tiêm bắt đầu chảy máu, để máu ngưng chảy, nên gấp tay lại sao cho bàn tay chạm vai trong khoảng 5-10 phút hoặc cho tới khi máu ngưng chảy.

- Nếu cảm thấy chóng mặt hoặc đau đầu nhẹ thì hãy ngưng hoạt động, ngồi im hoặc nằm xuống cho tới khi bạn cảm thấy khỏe hơn.

- Tránh tiếp xúc với nhiệt độ quá cao như tắm nước nóng, ngồi trực tiếp dưới ánh nắng mặt trời và uống nước nóng trong vòng 6 giờ sau đó.

#### **IV. TỔ CHỨC THỰC HIỆN**

##### **1. Thành lập Ban chỉ đạo**

1. Đ/c Nguyễn Đức Thế - HUV, Chủ tịch LĐLĐ Huyện – Trưởng ban
2. Đ/c Nguyễn Xuân Trường - Phó Chủ tịch LĐLĐ Huyện - Phó Trưởng ban
3. Đ/c Trần Thị Tuấn Anh - Phó Chủ tịch LĐLĐ Huyện – Thành viên
4. Đ/c Lê Thị Thúy Hồng – Phó Trưởng phòng GD&ĐT, UV BTV LĐLĐ Huyện – Thành viên
5. Đ/c Nguyễn Thị Thu Giang - UV BTV LĐLĐ Huyện, Chủ tịch CĐ Cty TNHH may Phù Đổng – Thành viên
6. Đ/c Đỗ Thị Thu Hằng - Ủy viên BTV LĐLĐ Huyện – Thành viên

##### **2. Thành lập Ban tổ chức**

1. Đ/c Nguyễn Xuân Trường - Phó Chủ tịch LĐLĐ Huyện - Trưởng ban
2. Đ/c Đỗ Thị Thu Hằng - Ủy viên BTV LĐLĐ Huyện – Phó Trưởng ban
3. Đ/c Lê Thị Ánh Minh – Ủy viên BCH LĐLĐ Huyện – Thành viên
4. Đ/c Đào Thu Hoài - Ủy viên BCH LĐLĐ Huyện – Thành viên
5. Đ/c Nguyễn Thị Nhàn - Ủy viên BCH LĐLĐ Huyện – Thành viên
6. Đ/c Ngô Trung Kiên – Chuyên viên LĐLĐ Huyện – Thành viên

#### **V. THỜI GIAN ĐĂNG KÝ**

Ban Chấp hành Công đoàn cơ sở lập danh sách cán bộ, đoàn viên, CNVCLĐ tham gia chương trình Hiến máu tình nguyện theo mẫu đính kèm và gửi về LĐLĐ huyện Gia Lâm theo địa chỉ email: [gialam@congdoanhanoi.org.vn](mailto:gialam@congdoanhanoi.org.vn) (qua Đ/c Ngô Trung Kiên - SĐT: 0912.132.410) trước ngày 20/11/2021.

#### **VI. TIẾN ĐỘ THỰC HIỆN**

- Từ ngày 15/10/2021: Lập kế hoạch tổ chức Ngày Hội hiến máu.

- Từ ngày 22/10/2021: Ban hành kế hoạch, triển khai đến các Công đoàn cơ sở trực thuộc LĐLĐ Huyện.

- Từ ngày 23/10/2021 – 19/11/2021: BCH Công đoàn cơ sở lập và gửi danh sách người tham gia hiến máu tình nguyện về LĐLĐ Huyện.

- Từ ngày 20/11/2021: Hoàn tất các công tác chuẩn bị, họp ban tổ chức lên kế hoạch triển khai các phần việc cụ thể.

- Ngày 28/11/2021: Tổ chức chương trình “Hiến máu tình nguyện” năm 2021 trong CNVCLĐ huyện Gia Lâm.

- Tháng 12/2021: Họp tổng kết, rút kinh nghiệm chương trình.

Trên đây là Kế hoạch tổ chức ngày hiến máu tình nguyện trong cán bộ, đoàn viên công nhân, viên chức, lao động huyện Gia Lâm năm 2021, Ban Thường vụ LĐLĐ huyện Gia Lâm đề nghị Ban Chấp hành Công đoàn cơ sở nghiêm túc triển khai, tuyên truyền, vận động đoàn viên, người lao động trong cơ quan, đơn vị, doanh nghiệp tích cực đăng ký tham gia Chương trình Hiến máu tình nguyện./.

**Nơi nhận:**

- Thường trực LĐLĐ Thành phố;
- Thường trực Huyện ủy;
- BCĐ hiến máu tình nguyện Huyện;
- BCH LĐLĐ Huyện;
- CĐCS trực thuộc;
- Hội CTĐ Huyện (phối hợp)
- Lưu VT.

**TM. BAN THƯỜNG VỤ  
CHỦ TỊCH**



**Nguyễn Đức Thử**

LIÊN ĐOÀN LAO ĐỘNG HUYỆN GIA LÂM  
CÔNG ĐOÀN CƠ SỞ.....

**DANH SÁCH CNVC, NLĐ ĐĂNG KÝ HIẾN MÁU TÌNH NGUYỆN NĂM 2021**  
(Theo Kế hoạch số 456/KH-LĐLĐ ngày 15/10/2021 của LĐLĐ huyện Gia Lâm)

STT	Họ và tên	Ngày tháng năm sinh	Số điện thoại	Đơn vị
1				
2				
3				

**TM. BAN CHẤP HÀNH  
CHỦ TỊCH**

(ký, ghi rõ họ tên và đóng dấu)

