

ORIENTAÇÕES PARA ATIVIDADES VOLTA AS AULAS

1ª ATIVIDADE:

- Acessar o site para verificar qual é a sua equipe;
- Localizar a equipe (e-mail FAMUR, whatsapp, redes sócias, etc.)
- Definir o líder e nome da equipe até o dia **08/03**;
- Providenciar as camisetas customizadas, identificando o nome da equipe e a FAMUR até o dia **08/03**.

Para a validação desta atividade o líder da equipe deverá enviar um e-mail para nad@famur.com.br com as seguintes informações: nome da equipe, nome do líder e foto da camiseta da equipe.

2ª ATIVIDADE:

No dia **09/03** a equipe deverá participar da arrecadação de alimentos juntamente com o Banco de Alimentos – sábado solidário - nos supermercados credenciados e previamente definidos para cada equipe. A lista com os supermercados será divulgada via site até o dia 08/03.

3ª ATIVIDADE:

Atividade surpresa em equipe no dia **13/03**. Esta atividade equivale à presença nas unidades curriculares do dia. A lista com a salas será divulgada até o dia 11/03 no site da FAMUR.

4ª ATIVIDADE:

De 01/03 à 14/03 – Os componentes de cada equipe deverão dirigir-se ao Hemocentro para, se doador, fazer a doação de sangue, respeitando os critérios de doação (idade, peso, enfermidades, outros, ...). A tarefa será validada pela apresentação do atestado de doação que deverá ser solicitado pelo aluno. Durante esta atividade, o acadêmico deverá estar identificado com a camiseta da sua equipe.

O líder de cada equipe deverá entregar os atestados até o dia 14/03 para os coordenadores de curso, independente do seu curso.

Obs.: Caso não seja possível realizar a doação solicitar um atestado de comparecimento, ou então trazer o atestado de um outro doador (familiares e amigos).

Fique atento aos horários para doação:

- a. De segunda a sexta-feira: das 8h30 às 17h sem fechar ao meio dia;
- b. Sábados; das 8h30 às 11h30;

O doador deve

Apresentar documento oficial de identidade com foto (identidade, carteira de trabalho, certificado de reservista, carteira de conselho profissional ou carteira de habilitação);

Ter idade entre 18 e 69 anos, 11 meses e 29 dias. A primeira doação deve ser antes dos 60 anos;

Doadores com idade de 16 e 17 anos são aceitos para doação mediante a autorização formal (disponível em anexo) dos pais e/ou responsável legal, acompanhado de cópia da carteira de trabalho ou cópia da identidade do responsável;

Pesar mais de 50 kg.

Antes da doação

Recomenda-se:

Estar bem de saúde;

Estar alimentado, porém evitar refeições pesadas (gordurosas) nas três horas que antecedem a doação;

Não fumar duas horas antes da doação;

Não ingerir bebida alcoólica nas últimas 12h;

Tomar dois copos de água;

Apresentar a receita médica ou o nome dos medicamentos em uso.

Impedimentos

a. Temporários

Febre, gripe, gravidez, 90 dias após parto normal e 180 dias após cesariana, uso de alguns medicamentos, pessoas que adotaram comportamento de risco para doenças sexualmente transmissíveis, tatuagem e piercing.

b. Definitivos

Hepatite após os 11 anos de idade, evidência clínica ou laboratorial das seguintes doenças transmissíveis pelo sangue: hepatites B e C, Aids (vírus HIV), vírus HTLV I e II, Doença de Chagas e malária.

Intervalo para doações

Mulheres podem doar a cada três meses, não ultrapassando três doações em um ano. Homens podem doar sangue a cada dois meses, não ultrapassando quatro doações em um ano.

Direitos do doador

A Lei 1.075, de 27 de março de 1950, garante o direito à dispensa do ponto, (no dia da doação de sangue para o funcionário público civil, de autarquia ou militar). A Consolidação das Leis do Trabalho (CLT) prevê, em seu artigo 473, que o empregado poderá deixar de comparecer ao serviço, sem prejuízo do salário, por um dia, em cada 12 (doze) meses de trabalho, em caso de doação voluntária de sangue devidamente comprovada.

5ª ATIVIDADE:

Evento de encerramento acontecerá dia 15/03 na Unidade de Ana Rech, das 19h15 às 22h15. As equipes deverão organizar a carona solidária.

PREMIAÇÃO

- A premiação da equipe vencedora será divulgada no site no dia 11/03.
- O aluno que participar de todas as atividades ganhará 0,5 pontos em todas as unidades curriculares em que está matriculado.

Em caso de dúvidas procure os coordenadores de curso.