



MALMÖ

BLODOMLOPPET

15 MAJ 2012



Huvudsponsor:
ICA

Blodomloppet är ett motionslopp för alla. Ung som gammal, stark som svag. Genom att delta främjar du blodgivning i Sverige. Anmälan och mer information hittar du på:

www.blodomloppet.se

Karlskrona	14/5	Göteborg	4/6
Malmö	15/5	Stockholm	7/6
Hudiksvall	21/5	Luleå	12/6
Borlänge	28/5	Jönköping	21/8
Umeå	29/5	Visby	23/8
Uppsala	30/5	Västerås	29/8
Linköping	31/5	Örebro	30/8





85 000 DELTOG I BLODOMLOPPET 2011 -

2012 SIKTAR VI PÅ ATT BLI 100 000!



Gå, jogga eller spring - bli en vinnare du också!



Blodomloppet är ett motionslopp som uppmärksammar den livsviktiga blodgivningen. En folkfest för alla som vill tävla, springa, jogga eller bara gå en skön kvällspromenad. Avslutningen är bäst! Då njuter du och dina lagkamrater tillsammans av den härliga picknickkassen från ICA!

Blodomloppet arrangeras av idrottsföreningar och blodcentraler på 14 olika orter i Sverige. Huvudsyftet med Blodomloppet är att få fler att vilja bli blodgivare och samtidigt delta i ett skönt och trevligt motionslopp. Har du ett ICA-kundkort eller är blodgivare får du dessutom rabatt på deltagaravgiften.

Gå, jogga eller spring fem eller tio kilometer och var med att öka uppmärksamheten kring den livsviktiga blodgivningen. Anmäl dig redan i dag på blodomloppet.se. Vill du bli blodgivare går du in på Geblod.nu eller ringer 020-390 390.

Alla kan vara med!

Blodomloppet är ett perfekt sätt att starta upp en ny säsong, avsluta en bra, eller bara umgås med sina vänner. Samla ihop dina arbetskamrater, pluggkompisar, släktingar eller träningspolare. Alla kan vara med!

Vad är det i ICA-kassen i år?

ICA är sedan tio år huvudsponsor till Blodomloppet. Bilda ett lag om fem personer och gör Blodomloppet till en trevlig och nyttig aktivitet tillsammans med dina vänner. ICA bjuder laget på en härlig och matig picknickkasse!

Vill du bli blodgivare?

Blodcentralerna finns på plats vid alla arrangemang för att informera om hur viktigt det är att lämna blod och hur du kan bli blodgivare. Du kan anmäla ditt intresse och läsa mer om hur det går till på Geblod.nu

Tidtagning

I Blodomloppet sker tidtagning på alla löpare i fem och tio kilometersklasserna med hjälp av ett engångschip som är monterat på nummerlappen. Målgång och tid visas på blodomloppet.se. Ingen tidtagning kommer att göras på deltagare i promenadklassen.

Vilka står bakom Blodomloppet?

Blodomloppet är en ideell förening som nationellt arrangerar det årligen återkommande Blodomloppet. Ett samarbete mellan idrottsföreningar och blodcentraler.

Blodomloppet startade 1993 och finns i dag på 14 orter runt om i landet. 2012 siktar vi på att vara många fler nya blodgivare och 100 000 som går, joggar eller springer!

Anmäl dig på blodomloppet.se

 facebook.com/blodomloppet

Hej och välkommen till Cura apoteket – ditt apotek på ICA!

Cura apoteket är en apotekskedja som finns inne på ICA Maxi och ICA Kvantum där vi fungerar som en egen butik i ICA-butiken. Vi har generösa öppettider och du kan hämta ut recept och få rådgivning hos oss alla dagar i veckan. Vi vill göra det enkelt att utträta apoteksärenden i samband med att du handlar på ICA, på tider som passar dig. Välkommen in till oss!

Vi finns i 42 ICA-butiker – från Malmö i söder till Luleå i norr.
För att se om vi finns i just din ICA-butik gå in på ICA.se/curaapoteket



Cura apoteket + Blodomloppet = sant

Vi är stolt sponsor till Blodomloppet 2012. Blodomloppet vill öka uppmärksamheten kring blodgivningen och få fler att ge blod. Under maj, juni och augusti arrangeras loppet av Blodcentralerna tillsammans med lokala idrottsföreningar på olika platser i Sverige.

Vi finns på plats i samband med loppet på följande orter: Malmö, Karlskrona, Linköping, Göteborg, Uppsala, Luleå, Stockholm, Jönköping och Västerås.

ICA
cura
apoteket

Dra kortet – få rabatten!

Med ICAs kort får du bonus på allt utom receptbelagda läkemedel samt bra korterbjudanden.

Specialtidningen för kropp och själ



Låt MåBra
inspirera dig!

- Hälsa
- Glädje
- Njutning
- Bra mat



MåBra

Prenumerera direkt på nätet!

www.prenumerera.se/mabra kod: **311XAGK**



SINCE 1916

Faster. Farther. Easier.

Imagine a shoe that uses your
energy more efficiently.



KARHU

Karhu.com

Biomedicinska analytiker står för analysen

Tack vare välutbildade biomedicinska analytiker kan du känna dig trygg både när du lämnar blod och när du tar emot blod från en donator.

Medlemmar i Vårdförbundet arbetar för en säker vård. Vi är 110 000 sjuksköterskor, barnmorskor, biomedicinska analytiker och röntgensjuksköterskor som utvecklar vården för dig som individ. Från sjukdom och diagnos till hälsa och helhet.

JAG ❤️
BLODGIVARE



www.vardforbundet.se



Ge lite av dig själv till andra

Att vara blodgivare är att rädda livet på en annan människa. Att ge blod innebär att du ägnar ungefär en timme per år till att hjälpa en främmande människa eller kanske någon som du känner.

Varje dag behöver någon blod för att överleva. Blod är en färskvara som inte kan framställas på konstgjord väg utan bara ges, från människa till människa.

Ge du också!

Under Blodomloppet finns blodcentralerna på plats och berättar om hur viktigt det är att lämna blod. Du som vill ge, kan anmäla ditt intresse. På en del platser kan givare lämna blod direkt.

På blodcentralerna i Sveriges gemensamma hemsida **Geblod.nu** hittar du information om regler och riktlinjer och om hur du gör för att bli blodgivare. Här kan du också läsa några fantastiska historier om människor som behövt hjälp från givare i olika situationer.

Alla ska kunna få blod när det behövs

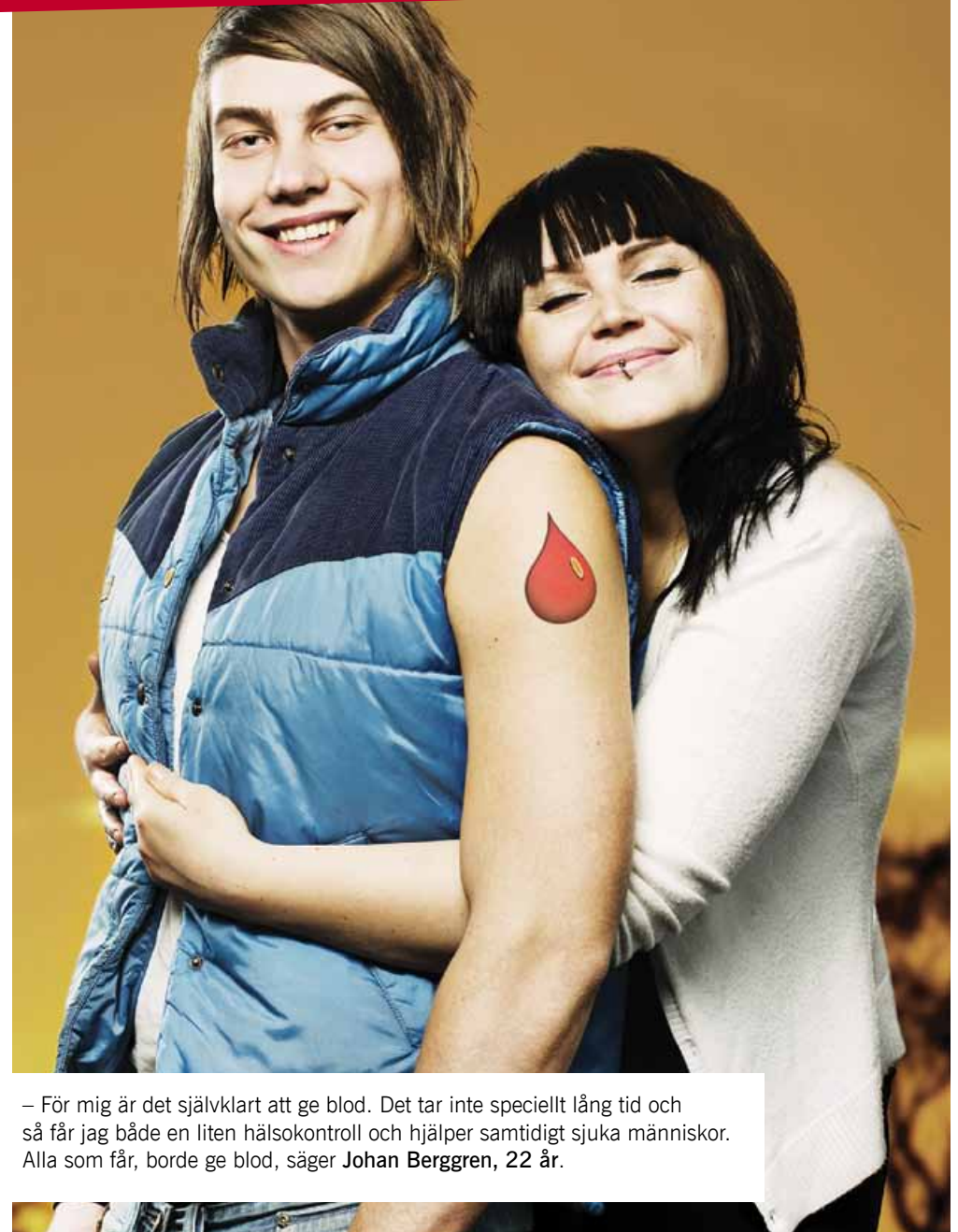
Tack vare blodgivare kan tusentals operationer, transplantationer och sjukdomsbehandlingar genomföras varje år på människor i alla åldrar, både nyfödda barn och vuxna.

I Sverige är ungefär var fjärde vuxen person blodgivare och det behövs många fler. Genom att delta i Blodomloppet blir du en vinnare på flera sätt. Du visar att du bryr dig om din egen och andras hälsa. Du hjälper samtidigt till att uppmärksamma den livsviktiga blodgivningen.

För mer information [Geblod.nu](https://www.geblod.nu)

 [facebook.com/geblod](https://www.facebook.com/geblod)

Tack för att du ger liv!



– För mig är det självklart att ge blod. Det tar inte speciellt lång tid och så får jag både en liten hälsokontroll och hjälper samtidigt sjuka människor. Alla som får, borde ge blod, säger **Johan Berggren, 22 år.**

TEJPA HÄR

Frankeras ej
Mottagaren
betalar portot

- Är du mellan 18 och 60 år?**
- Är du frisk?**
- Väger du 50 kilo eller mer?**

Då kanske du också kan bli blodgivare.

Fyll i, vik ihop och posta så blir du kontaktad av din blodcentral.

Jag vill bli blodgivare

Namn

Gatuadress

Postadress

Telefon

Mobil

E-postadress

Personnummer (tio siffror)

Jag vill lämna blod i (ort)

.....

Underskrift:

.....

Föreningen Blodomloppet c/o Labmedicin Skåne

SVARSPOST
20589480
228 00 Lund

Geblood.nu
BLODGIVNING I SVERIGE

TEJPA HÄR

VÄLKOMMEN TILL BLODOMLOPPET I MALMÖ

15 MAJ 2012

Alla kan delta i Blodomloppet. Äldre som yngre. Samla ihop släkt, familj, vänner eller arbetskompisar och bilda ett lag. Ni som bildar lag om fem deltagare blir bjudna på en rejäl picknickkasse från ICA. Inom laget är det fritt att välja promenad eller löpklass. Deltagare i Lilla Blodomloppet kan ingå i laget till ordinarie lagpris. ICA-kundkort gäller hel familj. Start och mål på Heleneholms IP.

Distanser

Promenad 5 km (ny sträckning) start 18.30 utanför klubbstugan. Korta banan 5,6 km (se faktaruta om start). Långa banan 9,7 km (se faktaruta om start). Alla som fullföljer får efter målgång frukt, medalj och t-shirt.

Anmälningsavgifter

Vad	Kostnad	Rabatter	Information
Individuell anmälan	190 kr	Ica-kortskund 40:- Blodgivare 40:-	Anmälan senast 27 april. Rabatter går inte att kombinera
Individuell efteranmälan	250 kr	Inga rabatter	Gäller anmälan efter 27 april och senast 1 timme före start.
Laganmälan inkl. picknickkasse.	950 kr	150:- om minst 3 i laget är blodgivare och/eller ICA-kortskund	27 april är senaste anmälningsdag för lag.
Extra picknickkasse	200 kr	Inga rabatter	Beställs senast 27 april.
Ändringar i anmälan	50 kr		Gäller efter 4 maj.
Lilla Blodomloppet anmälan	60 kr	inga	Anmälan senast 27 april.
Lilla Blodomloppet efteranmälan	100 kr	inga	Anmälan efter 27 april.

Fina priser som lottas ut på nummerlappen. F&S leder uppvärmning före första start.

Lilla Blodomloppet

För dig mellan 6 - 12 år.

- Start på konstgräsplanen på Heleneholms IP.
- Mål på stora arenan Heleneholms IP.
- Distans cirka 600 meter.
- Alla deltagare får medalj och en fruktpåse från ICA.

Anmälan

Du anmäler dig eller ditt lag på www.blodomloppet.se. Bankgiro 975-7626. Glöm inte ange avsändare och orderid. Blodgivare som anger detta vid anmälan får en gåva från Blodomloppet.

Nummerlappsutdelning

Hämta din nummerlapp på Skånes Universitetssjukhus, Malmödroppen, S.Förstadsgatan 101, ingång 94 G, Malmö

Fredag 11 maj Kl: 07.30 - 17.00

Eller på Heleneholms IP, Ystadvägen 23 B, Malmö

Lördag 12 maj Kl: 11.00 - 14.00

Söndag 13 maj Kl: 11.00 - 14.00

Måndag 14 maj Kl: 08.00 - 18.00

Tisdag 15 maj Kl: 15.00 - 18.25 (Dock inte senare än 30 minuter före respektive start).

Ingen information skickas hem före start.

Information om starter

Vad	Starttid	Startplats	Information
Lilla Blodomloppet	17.45	På konstgräsplanen	
Promenadklass	18.30	Utanför klubbstugan	Ny promenadslänga på 5 km.
9,7 km 1: start	18.40	Utanför klubbstuga	Förväntad löptid under 45 min.
9,7 km 2: start	18.45	Utanför klubbstuga	Förväntad löptid över 45 min.
5,6 km 1:a start	18.55	Utanför klubbstuga	Förväntad löptid under 30 min.
5,6 km 2:a start	19.00	Utanför klubbstuga	Förväntad löptid över 30 min.

Vätskekontroller kommer att finnas ute på banan och i målområdet.

Ytterligare information

Heleneholms IF:s kansli dagtid 8-16
Tel. 040 - 19 42 20.

Du kan också faxa eller maila dina frågor.
Fax: 040-96 60 20

Mail: blodomloppet@heleneholmsif.se
Hemsidor: www.heleneholmsif.se
och www.blodomloppet.se

Tältuthyrning

Vi har ett begränsat antal tält som du kan boka till dig och dina kolleger. Om du är intresserad, kontakta kansliet.

Bli blodgivare i Skåne!

Vi vill tacka dig som deltar i Blodomloppet. Men vi vill också gärna se dig som blodgivare hos oss. Är du mellan 18 och 60 år, väger minst 50 kilo och känner dig frisk är chansen stor att du kan bli blodgivare. Anmäl dig redan idag på geblod.nu. Där hittar du även öppettider mer information.

Välkommen till
Blodcentralen Skåne!



 **Blodcentralen Skåne**
En del av Region Skåne

ARRANGÖRER



SPONSORER

BLI EN VINNARE DU MED!

DELTA OCH STÖD BLODGIVNING I SVERIGE



**Vi står för allt
tryck utom
blodtrycket.**

 **JMS**
mediasystem
www.jms.se | 040 - 42 90 00



Behöver din marknadsföring lite nytt blod?

Vi på CCJ har reklam i blodet, kontakta oss om du behöver en idétransfusion.



CCJ bildades 1978 av Carlström, Carisson och Jakobsson. Vi är kända för vårt stora engagemang för våra kunder, detta oavsett om det är internationella koncerner eller lokala företag och organisationer. Ett samarbete kan innebära allt från övergripande strategier till stöd för de lokala återförsäljarna. Vi kan konsten att bygga varumärken samtidigt som vi kan stödja din försäljning med aktiva kampanjer. Allt ska samspela för att nå mätbar framgång.

Läs mer om oss på www.ccj.se



**Du får en extra gåva
om du är blodgivare!**

*Ange i din anmälan
om du är blodgivare.
Då får du en extra gåva som
du hämtar under Blodomloppet.*

Du anmäler dig enklast till Blodomloppet på blodomloppet.se.

Geblood.nu
BLODGIVNING I SVERIGE



FÖR HÄLSAN. DIN OCH ANDRAS.

Alla vill vi må bra, och helst hela tiden. Gemenskap är en viktig del av välmåendet. Och det är därför vi på ICA stödjer Blodomloppet sedan tio år tillbaka.

Blodomloppet är motionsloppet som är öppet för alla, samtidigt som den livsviktiga blodgivningen uppmärksammas. Blod kan nämligen inte tillverkas, utan måste ges från människa till människa.

Så välkommen du också. Varje steg är ett steg för hälsan och en bättre morgondag med ännu fler blodgivare.