



Republic of the Philippines

Department of Education

REGION IV- A CALABARZON

CITY SCHOOLS DIVISION OF THE CITY OF TAYABAS

Advisory No. **237**, s. 2025
August 20, 2025

In compliance with DepEd Order (DO) No. 8, s. 2013
This advisory is issued not for endorsement per DO 28, s. 2001
but only for the information of Deped Officials,
personnel/staff, as well as the concerned public.
(Visit www.deped.gov.ph)

BLOODLETTING ACTIVITY AND MEDICAL MISSION

This is in reference to the letter of invitation from the Civil Service Commission Regional Office IV to participate in the Bloodletting Activity on September 16, 2025, at Quezon Convention Center, Capitol Compound, Lucena City.

All participating teaching and non-teaching personnel as blood donors, kindly input your name to this link: <https://tinyurl.com/CSCBloodlettingActivity> until August 26, 2025.

Enclosed is the copy of the letter invitation for your reference.

Wide dissemination of this advisory is hereby requested.

OSDS- bloodletting activity and medical mission
PERG7T93-001810/August 20, 2025



Civil Service Commission Regional Office IV

August 11, 2025

CELEDENIO B. BALDERAS
Schools Division Superintendent
Department of Education - Tayabas
City of Tayabas

THRU: GRASIELA L. HERNANDEZ
HRMO

Dear SDS Balderas:

Warm greetings from the Civil Service Commission – Regional Office No. IV!

In line with the 2025 Philippine Civil Service Anniversary celebration, our office will be spearheading a major event—a Bloodletting Activity and Medical Mission—on September 16, 2025 at Quezon Convention Center, Capitol Compound, Lucena City.

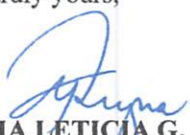
As we commemorate this milestone as *lingkod-bayan*, we hope to make the occasion even more meaningful by encouraging acts of service that save lives. In this regard, we respectfully request the participation of your teaching and non-teaching personnel as blood donors during the activity. Your agency's involvement would be a valuable contribution to this life-saving endeavor.

To assist us in the planning and coordination of the event, we kindly request that your office inform us of the number of confirmed donors on or before August 27, 2025.

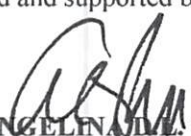
For any questions or clarifications, you may contact us at (042) 797-09-23 or via email at ro04.fo_quezon@csc.gov.ph. Please look for Director Lily Beth L. Majomot or Ms. Joanne R. Penascosas. For your reference, Annex A outlines the qualifications for eligible blood donors and other information

We sincerely thank your office for the consistent support you have extended to CSC's programs and projects throughout the years. We look forward to your positive response and continued partnership with CSC Regional Office IV.

Very truly yours,


MARIA LETICIA G. REYNA
Director IV

Approved and supported by:


HON. ANGELINA L. TAN
Provincial Governor of Quezon Province

Bawat Kawani, Lingkod Bayani

ANNEX A

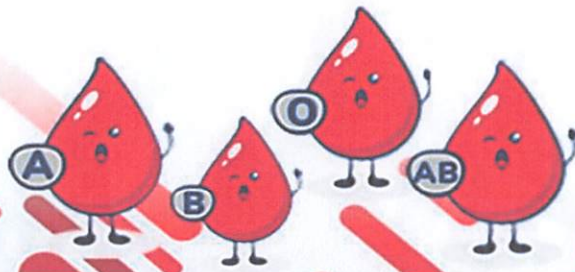
Ang dugo na isinasalin sa isang pasyente ay ang bukod tanging paraan ng paggamot o treatment na hindi nabibili sa mga pharmacy o tindahan ng gamot. Ito ay makukuha lamang sa pamamagitan ng mga taong boluntaryong nagbibigay o nagdodonate ng dugo. Ang dugong kanilang ibinibigay ay katumbas ng pagdugtong sa buhay ng iba.

ANU- ANO ANG MGA BENEPISYONG NAIDUDULOT NG PAGDODONATE NG DUGO?

- Nakakatulong sa produksyon ng bagong red blood cell na siyang makabubuti sa iyong katawan.
- Nakakatulong din ito sa pagpapababa ng lebel ng kolesterol.
- Nababawasan ang peligro na magkaroon ng sakit sa puso at atay gayundin ang kanser.
- Nakabubuti para sa mental health ng isang tao dahil sa kaalaman at pakiramdam na ikaw ay nakatulong sa kapwa.
- Bukod pa sa mga nabanggit na benepisyo ikaw rin ay mabibigyan ng libreng medical check up, blood typing at blood testing sa mga sakit na Hepatitis B at c Malaria, Syphilis at HIV.
- At higit sa lahat makakatulong ito sa mga pasyenteng lubos na nangangailangan ng dugo.

ANU-ANO ANG MGA BENEPISYONG NAIDUDULOT NG PAGDODONATE NG DUGO?

- May edad 18 hanggang 59 taon
- May timbang na hindi bababa na 50 kilos
- Hemoglobin na hindi bababa sa 125grams per liter



SINO ANG HINDI MAAARING MAGBIGAY NG DUGO? PANSAMANTALANG PINAGBABAWAL MAKUHAAN NG DUGO ANG MGA SUMUSUNOD:

1. Buntis
2. May ubo, sipon, lagnat o trangkaso
3. Paginom ng alak sa nakalipas ng dalawampu't apat (24) na oras bago magdonate
4. Paninigarilyo sa nakalipas na apat (4) na oras bago magdonate ng dugo.
5. Naoperahan sa anumang bahagi ng katawan sa nakalipas na isang taon
6. Kulang sa tulog mababa sa 6 na oras lamang ang tulog.
7. Uminom ng gamot sa Aspirin o Antibiotic
8. Nagpabutas ng tenga o kahit saang parte ng katawan sa nakalipas ng isang taon.

PERMANENTENG HINDI PWEDENG MAGBIGAY NG DUGO ANG MGA SA SUMUSUNOD :

1. May kanser
2. May sakit sa puso
3. May malubhang karamdaman sa baga
4. May sakit sa atay
5. Mga taong may sakit na nakuha sa pakikipagtalik Sexually transmitted infections, HVI at AIDS.

SINO BA ANG MGA NANGANGAILANGANG NG DUGO?

- May malubhang kakulangan sa dugo
- May sakit na leukemia o hemophilla
- Mga nanganak o nagkaroon ng komplikasyon
- Nagpapadialysis
- Mga sumailalim sa operasyon o nagkaroon ng komplikasyon
- Iba pang mga sakit na nangangailangan masalanan ng dugo

ANO ANG MGA DAPAT GAWIN BAGO AT PAGKATAPOS MAGDONATE NG DUGO?

Mahalagang tandaan ang mga sumusunod na gawain o preparasyon bago magdonate ng dugo:

- Magkaroon ng sapat na pahinga at tulog 6-8 oras o mahigit pa.
- Kumain ng balance at sapat na pagkain, iwasan ang matataba at mamantikang pagkain
- Hindi paninigarilyo 4 na oras bago ang blood donation
- Hindi pag inom ng alak 24 oras bago ang blood donation
- Uminom ng walong basong tubig o higit pa.

Pagkatapos magdonate ng dugo, mahalagang gawin ang mga sumusunod:

- Magpahinga ng labinglimang minuto (15)
- Uminom ng tubig
- Iwasan munang uminom ng alak sa loob ng 24 oras matapos magdonate
- Iwasan munang manigarilyo 2 hanggang 3 oras matapos magdonate
- Kung nahihilo humiga muna at itaas ng bahagya ang paa

GAANO KADALAS NGA BA MAAARING MAGBIGAY O MAGDONATE NG DUGO?

- Ang isang taong malusog o healthy ay maaring mgbigay ng dugo pagkatapos ng labingdalawang linggo o tatlong buwan mula nang huling pagdodonate ng dugo.

SAAN MAAARING MAGBIGAY NG DUGO?

- Maaari kayong magbigay o magdonate ng dugo sa #3 blood services facilities natin sa Quezon, ito ay sa Quezon Medical Center, Mount Carmel Diocesan General Hospital at Philippine Red Cross.

Dugo ay Buhay, Ugaliing Magbigay