



ŁĄCZY NAS KREW, KTÓRA RATUJE ŻYCIE

BO TĘTNI W NAS DOBRO

Serdecznie zachęcamy naszych **GOŚCI I PRACOWNIKÓW** do wzięcia udziału w akcji **HONOROWEGO ODDAWANIA KRWI**

Podzielmy się krwią – to bezcenny dar!

HOTEL ARŁAMÓW

18.10.2023

10:00 - 13:00

Krew była, jest i zawsze będzie potrzebna. Nie można jej wyprodukować w laboratoriach ani pozyskać jej składników przemysłowo. Krew można otrzymać wyłącznie od drugiego człowieka.

Krew może oddać każda zdrowa osoba w wieku 18-65 lat, o wadze ciała powyżej 50 kg, legitymująca się dokumentem ze zdjęciem stwierdzającym tożsamość.

Przed oddaniem krwi dobrze się wyśpij, wypij około 2 litrów płynów, zjedz lekkostrawny, niskotłuszczowy posiłek, ogranicz palenie papierosów i nie pij alkoholu.

Sprawdź na www.twojakrew.pl



www.gov.pl/zdrowie



www.gov.pl/nck



www.twojakrew.pl

Kampania społeczna "Twoja krew, moje życie" realizowana w ramach programu polityki zdrowotnej pn. "Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2021-2026", finansowana ze środków Ministra Zdrowia.