



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/komunikaty/index/Akcja-honorowego-krwiodawstwa/idn:5621/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

Komunikaty

10 cze 2021

kategoria:

Aktualności

Dieta krwiodawcy:

- ♦ dzień przed donacją niskotłuszczowy posiłek
- ♦ w dniu donacji lekkostrawne śniadanie



Akcja honorowego krwiodawstwa

W niedzielę 13 czerwca Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Krakowie oddział terenowy w Nowym Targu przy współpracy z Parafią Św. Teresy w Rabce-Zdroju organizuje zbiórkę krwi.

Akcja zostanie przeprowadzona w zgodzie z wszystkimi wymogami sanitarnymi. Krew będzie można oddać w godzinach od 9:00 do 13:00 w salkach katechetycznych przy Parafii Św. Teresy w Rabce-Zdroju.

Pod tym adresem każdy może sprawdzić, czy może zostać krwiodawcą:

<https://www.twojakrew.pl/kto-moze-zostac-dawca/>

Jak oddać krew?

Każdy, kto zgłasza się do oddania krwi powinien być zdrowy, wypoczęty, wyspany oraz po spożyciu lekkostrawnego i niskokalorycznego posiłku i wypiciu około 1,5 litra płynów w ciągu 24 godzin przed oddaniem krwi. Zgłaszający się do oddania krwi powinien posiadać przy sobie dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i numer PESEL:

- dowód osobisty, legitymację studencką,
- paszport, prawo jazdy,
- dawca wielokrotny - również legitymację Honorowego Dawcy Krwi.

[poprzednia](#) [powrót do listy](#) **aktualności** [następna](#)