



Urząd Miejski w Rabce-Zdroju

<https://gmina.rabka.pl/main/aktualnosci/Akcja-krwiodawstwa/idn:9497/printpdf>

Drukuj grafikę : [tak](#) / [nie](#)

## Aktualności

13 sty 2025

**kategoria:**

Aktualności



## Akcja krwiodawstwa

W niedzielę 19 stycznia na terenie parafii św. Teresy w Rabce-Zdroju odbędzie się zbiórka krwi.

Krew będzie można oddać w godzinach od 9:00 do 13:00 w salkach katechetycznych przy parafii. Pod tym adresem każdy może sprawdzić, czy może zostać krwiodawcą:

<https://www.twojakrew.pl/kto-moze-oddac-krew/>

### 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](#)