

## 8. Dar Serca - akcja krwiodawstwa



**Ju? 27 maja br. w sobot? odb?dzie si? kolejna edycja pikniku krwiodawstwa „Dar serca”.**

Krew jest potrzebna nieustannie w placówkach medycznych. Wybór terminu imprezy nie jest przypadkowy. Jest zwi?zany z pocz?tkiem sezonu letniego i zblí?aj?cych si? wakacji. Problem niedoboru krwi nasila si? w Polsce szczególnie w miesi?cach letnich. Dochodzi wówczas do najwi?kszej liczby wypadków, co powoduje, ?e zapotrzebowanie na krew jest szczególnie wysoki. Ka?dy kto odda krew podczas akcji otrzyma zestaw gad?etów od naszych partnerów. B?dzie tak?e zdrowy posi?ek regeneracyjny, pokazy sprz?t stra?ackiego oraz pokazy ratownictwa medycznego.

### **Kto mo?e odda? krew?**

Krwiodawc? mo?e by? ka?da zdrowa osoba mi?dzy 18 a 65 rokiem ?ycia, wa??ca powy?ej 50 kg. Przed oddaniem krwi nale?y by? wyspanym i wypocz?tym. Warto te? zje?? lekkostrawny, niskokaloryczny posi?ek. W ci?gu doby poprzedzaj?cej oddanie krwi nale?y wypiy? ok. 1,5 p?ynów, nie wolno natomiast spo?ywa? w tym czasie alkoholu. Do punktu krwiodawstwa nie powinny zg?asza? si? osoby z objawami przezi?bienia lub przyjmuj?ce lekki. Trzeba pami?ta? tak?e o zabraniu ze sob? dokumentu to?samo?ci. Osobom, które oddadz? krew b?dzie przys?ugiwa? w 2 dni zwolnienia z pracy.

### **Miejsce i data wydarzenia:**

***Wielki Piknik Krwiodawstwa Dar serca „?yj zdrowo, oddaj krew i zbadaj si?”.***

Spotykamy się 27 maja 2023 r. przy ul. Poznańskiej 129/133 w Ożarowie Mazowieckim, tuż obok siedziby Starostwa Powiatu Warszawskiego Zachodniego.

Rejestracja dawców rozpocznie się o godz.: 10.00 i potrwa do godz.15.00.

- Udostępnij
- Facebook
- Drukuj
- [PDF](#)