



## **Łączy nas krew, która ratuje życie.**

Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Raciborzu organizuje w dniu 28 października 2020 r. w godz. od 9.00 do 13.00 akcję honorowego oddawania krwi w Centrum Społeczno-Kulturalnym przy ul. 1 Maja 8b w Pietrowicach Wielkich. ZAPRASZAMY!

**Krew może oddać każdy zdrowy człowiek w przedziale wiekowym 18-65 lat o masie ciała co najmniej 50 kg**

**Aby przygotować się do oddania należy:**

- wypić większą ilość płynów (woda, sok);
- zjeść lekkie, beztłuszczowe śniadanie;
- być wypoczętym.

**Krew może oddać osoba, która w ostatnim czasie:**

- nie miała jakichkolwiek objawów infekcji;
- nie miała kontaktu z osobą zakażoną lub przebywającą w kwarantannie;
- nie przebywała za granicą.

**Pamiętaj! Oddawanie krwi:**

- nie boli;
- jest bezpieczne;
- nie grozi zarażeniem;
- nie uzależnia.

**Należy zgłosić się z dokumentem tożsamości ze zdjęciem i numerem PESEL.**

**Aby oddać krew, wystarczy chcieć! Nie musisz znać swojej grupy krwi.**

**Zapraszamy! Niech „Łączy nas krew, która ratuje życie”.**

[PLAKAT](#)

Regionalne Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Raciborzu

ul. Sienkiewicza 3A

47-400 Racibórz

[www.rckik.pl](http://www.rckik.pl)