

## Akcja oddawania krwi w Kolbuszowej



**Dnia 23.02.2024, w godzinach  
od 9:00 do 12:00  
w Liceum Ogólnokształcącym  
w Kolbuszowej odbędzie się akcja  
honorowego oddawania krwi.**

Ministerstwo  
Zdrowia  
www.gov.pl/zdrowie

NCK  
www.gov.pl/nck

Twoja krew  
może życie  
www.twojakrew.pl



### Akcja oddawania krwi w Kolbuszowej

Hufiec ZHP im. Janka Bytnara oraz Liceum Ogólnokształcące w Kolbuszowej zapraszają mieszkańców do włączenia się w akcję oddawania krwi. Krew będzie można oddać w piątek, 23 lutego w godz. 09.00-12.00. Do budynku liceum przyjadą pracownicy Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa z Rzeszowa.

Kilka podstawowych informacji dla osób, które chciałyby oddać krew:

- dawcami mogą być osoby w wieku od 18 do 65 lat,
- do rejestracji potrzebny będzie dowód osobisty lub inny dokument tożsamości ze zdjęciem i numer PESEL,
- przed oddaniem krwi przeprowadzona zostanie kwalifikacja lekarska,
- osoba oddająca krew musi być zdrowa; zaleca się przed oddaniem krwi spożyć lekkostrawny i niskotłuszczowy posiłek; nie spożywać alkoholu i ograniczyć palenie papierosów oraz wypić 1,5 do 2 litrów płynów w dniu poprzedzającym oddanie krwi,
- wymagana masa ciała: nie mniej niż 50 kg (dysproporcja pomiędzy wagą a wzrostem może być przyczyną dyskwalifikacji).

Szczegółowe informacje dotyczące oddawania krwi znajdują się na stronie: <https://www.rckk.rzeszow.pl/>.

Zachęcamy do udziału w akcji oddawania krwi!