

Darując krew, ratujesz życie!

Dodano: 17 marca, 2022

Autor: Agnieszka Kulesza

Adres: <https://powiat.koszalin.pl/darujac-krew-ratujesz-zycie/>

Organizatorzy AMBULANSOWEJ ZBIÓRKI KRWI zapraszają do czynnego udziału w dniu 18 marca 2022 r. w godzinach 12 do 16 przy ul. Magazynowej 12 w Polanowie.



Darując krew, ratujesz życie.

AMBULANSOWA ZBIÓRKA KRWI

18 MARCA 2022 r. - PIĄTEK

W GODZ.10.00 - 14.00

UL.MAGAZYNOWA 12, POLANÓW

ORGANIZATORZY:

Radny Rady Powiatu w Koszalinie

Krzysztof Orlikowski

Radna Rady Miejskiej w Polanowie

Dorota Wójcicka-Popowicz

OSP Polanów

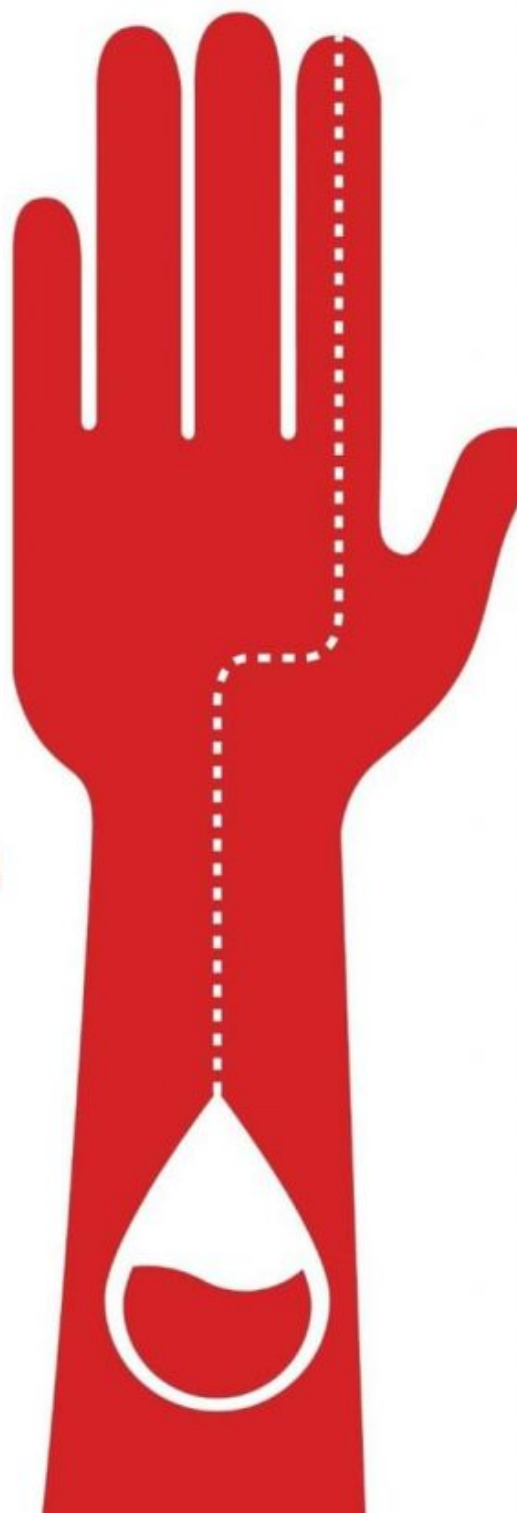
AMBULANSOWA ZBIÓRKA KRWI

**18 MARCA 2022
GODZ. 10.00-14.00
UL. MAGAZYNOWA 12
76-010 POLANÓW**

CO ZROBIĆ PRZED ODDANIEM KRWI:

- **DZIEŃ PRZED ODDANIEM KRWI PIJ DUŻO PŁYNÓW (NAJLEPIEJ NIEGAZOWANEJ WODY MINERALNEJ),**
- **WYŚPIJ SIĘ,**
- **ZJEDZ LEKKI POSIŁEK (UNIKAJ POKARMÓW ZAWIERAJĄCYCH DUŻĄ ILOŚĆ TŁUSZCZU).**
- **OGRANICZ PALENIE PAPIEROSÓW,**
- **NIE PRZYCHODŹ ODDAWAĆ KRWI PO SPOŻYCIU ALKOHOLU LUB INNYCH SUBSTANCJI PSYCHOAKTYWNYCH,**

Źródło: <https://www.gov.pl>



DARUJĄC KREW, RATUJESZ ŻYCIE

AMBULANSOWA ZBIÓRKA KRWI

18 MARCA 2022

GODZ. 10.00-14.00

KTO MOŻE ODDAĆ KREW?

Osoby, które mają od 18 do 65 lat i cieszą się dobrym zdrowiem, a także:

- **które ważą co najmniej 50 kilogramów,**
- **u których w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie wykonano akupunktury, tatuażu, przekłucia uszu lub innych części ciała,**
- **które w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie miały wykonanych żadnych zabiegów operacyjnych, endoskopowych i innych diagnostycznych badań (np. gastroskopii, panendoskopii, artroskopii, laparoskopii),**
- **które w ciągu ostatnich 6 miesięcy nie były leczone krwią i preparatami krwiopochodnymi.**

Źródło: <https://www.gov.pl>



Wydarzeniu towarzyszyć będzie promocja profilaktyki - wykonywanych bezpłatnych badań kolonoskopii w ramach projektu powiatu koszalińskiego pn. „[Wiem, badam się, zapobiegam](#)”. Wszystkich mieszkańców zapraszamy serdecznie!

WIEM, BADAM SIĘ, ZAPOBIEGAM - bezpłatne badania kolonoskopii w kierunku wykrywania raka jelita grubego

Spotkanie informacyjno - rekrutacyjne
w dniu **18 marca 2022 r.** od godz. **10:00**
podczas Ambulansowej Zbiórki Krwi
(Polanów, ul. Magazynowa 12)



Do zobaczenia !



Spotkania realizowane w ramach projektu współfinansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Regionalnego Programu Operacyjnego Województwa Zachodniopomorskiego 2014-2020
Umowa nr: RPZP.06.08.00-32-K010/17-00 z dn. 18.05.2018 r.