rckik LUBLIN

JAK PRZYGOTOWAĆ SIĘ DO ODDAWANIA KRWI?

pij dużo płynów - ok. 2l dziennie

nie pij alkoholu 2 doby przed donacją

przyjdź wyspany i wypoczęty

zjedz lekki posiłek, unikaj produktów tłustych

weź ze sobą dokument tożsamości ze zdjęciem i nr PESEL

Zgłoś się do Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Lublinie, najbliższego Oddziału Terenowego lub weź udział w akcji terenowej i uratuj komuś życie!

Więcej informacji na www.rckik.lublin.pl
lub na naszym FB

Oddaj krew Uratuj życie