



## Powiatowe Centrum Pomocy Rodzinie w Limanowej

# Oddaj krew, podziel się życiem!

Zapraszamy do wzięcia udziału w akcji krwiodawstwa pn. „Oddaj krew - podziel się życiem”, organizowanej przez Starostwo Powiatowe w Limanowej przy współpracy z Regionalnym Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Limanowej.

Zbiórka krwi odbędzie się **16 października (piątek)** br. w **sali konferencyjnej - 201**, Starostwa Powiatowego w Limanowej ul. Józefa Marka 9 (wejście od restauracji „Stary Browar”). Akcja prowadzona będzie w godzinach od **8.00 do 12.00**.

Dawcą krwi może być każda osoba zdrowa w wieku 18 – 65 lat, posiadająca ze sobą dowód tożsamości, np. dowód osobisty, paszport. Dawca powinien być po lekkim śniadaniu oraz w ciągu ostatnich 24 godz. nie spożywać alkoholu i środków przeciwbólowych.

### **Każdy z dawców otrzyma:**

- posiłek regeneracyjny – ekwiwalent 4500 kcal w postaci 8 czekolad, konserwy i soczku w kartonie.
- zwolnienie pełnopłatne z pracy a uczniowie usprawiedliwienie z zajęć szkolnych w dniu oddawania krwi.
- dokument z grupą krwi, pełny wynik badania krwi (listownie).

Zebrana podczas akcji krew zostanie przekazana na potrzeby Szpitala Powiatowego w Limanowej.