

**Opublikowano:** Konstancin-Jeziorna ([www.konstancinjeziorna.pl](http://www.konstancinjeziorna.pl))

---

## Styczniowa zbiórka krwi przed konstancińskim magistratem

2022-01-26



**Przypominamy! W najbliższy piątek (28 stycznia) przed Urzędem Miasta i Gminy Konstancin-Jeziorna po raz trzeci odbędzie się akcja zbiórki krwi. Zapraszamy w godz. 9.00-13.00. Można w ten sposób uratować komuś życie. To nic nie kosztuje.**

Klub Honorowych Dawców Krwi Legion oddział w Konstancinie-Jeziornie po raz trzeci organizuje akcję honorowego oddawania krwi. Odbędzie się ona 28 stycznia (piątek) w krwiobusie zaparkowanym przed Urzędem Miasta i Gminy (od ul. Piaseczyńskiej 77). Chętni swój drogocenny płyn będą mogli oddać w godz. 9.00-13.00. – Podczas poprzednich edycji zbiórki (10 września i 22 listopada) zebrano łącznie prawie 23 litry krwi – mówi Piotr Kucharski, koordynator akcji. – Duża frekwencja pokazała, że warto organizować takie wydarzenia w Konstancinie-Jeziornie.

## Jak się przygotować?

W akcji mogą wziąć udział osoby, które ukończyły 18 lat oraz posiadają ze sobą ważny dokument tożsamości z numerem PESEL. Trzeba też pamiętać, aby przed zgłoszeniem się do mobilnego punktu poboru krwi zjeść niskotłuszczowy posiłek oraz wypić większą ilość wody. Jeżeli oddajemy krew po raz pierwszy, zabierzmy ze sobą kogoś do towarzystwa, na pewno pocujemy się pewniej, a przede wszystkim bezpieczniej. Nie trzeba znać swojej grupy krwi. Zachęcamy do udziału w akcji. Można w ten sposób uratować komuś życie. To nic nie kosztuje.

---

**Adres źródłowy:** <https://www.konstancinjeziorna.pl/index.php/news/styczniowa-zbiorka-krwi-przed-konstancinskim-magistratem-0>