



**Magiczny
Kraków**

W moich żyłach płynie Twoja krew! - akcja krwiodawstwa

2025-11-17

Dzielnica IV Prądnik Biały zaprasza na najbliższą akcję krwiodawstwa pod hasłem „W moich żyłach płynie Twoja krew”. Wydarzenie odbędzie się dziś, 17 listopada, w godz. od 9.00 do 13.00, w Dworcu Białoprądnickim.

- Krew jest niezwykle cennym zasobem, którego nie można sztucznie wytworzyć. Kiedy ktoś potrzebuje transfuzji krwi z powodu wypadku, operacji, poważnej choroby lub innych powodów medycznych, potrzebuje jej od dawcy. A są nimi zdrowi ludzie, którzy rozumieją, że oddanie krwi to rodzaj posłannictwa - zachęcają organizatorzy.

Jak przygotować się do oddania krwi?

- Bądź wyspanym
- W ciągu doby poprzedzającej oddanie krwi wypij około 2 litrów płynów
- Zjedz lekkostrawny posiłek przed oddaniem krwi
- Unikaj nadmiernego wysiłku fizycznego w dniu oddania krwi
- Weź ze sobą dowód osobisty.

Podczas akcji będzie można wpisać się do Księgi Pamiątkowej Krwiodawców.