



PAMIĘTAJ:

- przyjdź zdrowy, wypoczęty i wyspany
- przynajmniej dzień wcześniej wypij ok. 2 litrów płynów
- nie pij alkoholu 2 doby przed oddaniem krwi
- zjedz lekki, beztłuszczowy posiłek
- weź ze sobą dokument tożsamości ze zdjęciem i nr pesel (dowód osobisty, paszport lub prawo jazdy)

**Akcja HONOROWEGO KRWIODAWSTWA w ZESPOLE SZKÓŁ w PIASKACH dnia 22.03.2023r. w godz.8.00 do 12.00 ZAPRASZAMY**

