



daruj krv daruj život

Pri príležitosti Svetového dňa 1. pomoci organizuje SČK územný spolok Rožňava v spolupráci s nemocnicou AGEL mobilnú kvapku krvi.

Kedy:

16.9.2025 od 8:00 do 12:00

Kde:

SČK územný spolok Rožňava,
Plonierov 8

Darovaním krvi môžete:

- zachrániť ľudské životy,
- pomôcť človeku, ktorý pomoc potrebuje,
- pomôcť sebe samému k regenerácii organizmu a k zvýšeniu imunity organizmu.

Ako sa pripraviť na odber?

- Nejedzte 14 hodín pred odberom žiadne tučné jedlá ako maslo, mlieko, smotanu, syr, vajcia, masťné mäso, slaninu, klobásu, mäsové polievky, smažené jedlá, čokoládu, orechy,
- ráno nehladujte. Vhodné sú ľahké raňajky (netukové pečivo, sucháre, chlieb s medom, ovocie, zelenina a pod.),
- v príjme tekutín sa neobmedzujte. Doprajte si šálku čaju, minerálku alebo ovocné šťavy,
- nepite alkoholické nápoje,
- doprajte si dostatok spánku, aby ste boli plní energie,
- pred odberom nefajčite,
- deň pred odberom obmedzte nadmernú fyzickú námahu,
- na odber je potrebné priniesť si občiansky preukaz (identifikačný doklad totožnosti).

Registrácia:

Registrácia darcov na tel. čísle 0902 370 157 v čase od 8.00 – 15.00 hod.

