

## **Zostań ratownikiem życia - oddaj krew**

21 października br. w godzinach od 10.00 do 15.00 na parkingu przed Urzędem Gminy Włoszczowa stanie ambulans Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Kielcach. Będzie można oddać krew każdej grupy.

---

Krwiodawcy proszeni są o zabranie ze sobą dowodu osobistego. Należy pamiętać, aby nie pić alkoholu co najmniej 24 godziny przed oddaniem krwi, dobrze nawodnić organizm oraz unikać dzień wcześniej posiłków bogatych w tłuszcze.

*Źródło: Urząd Gminy Włoszczowa*