



ORLEN
TERMIKA SILESIA

Akcja krwiodawstwa z energetykami

PGNiG TERMIKA Energetyka Przemysłowa zaprasza pracowników spółki oraz mieszkańców Jastrzębia-Zdroju i okolic do udziału w kolejnej akcji krwiodawstwa.

Wszyscy zainteresowani będą mogli oddać krew już w poniedziałek **6 lutego 2023 roku w godzinach od 9.00 do 13.00.**

Profesjonalny personel Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa będzie czekał w budynku **w Jastrzębiu-Zdroju przy ulicy Wodeckiego 10** (Zofiówka, budynek administracyjny B, 4. piętro, pok. 421 i 422).

Jak się przygotować?

Każdy, kto zgłosi się do akcji krwiodawstwa, powinien:

- posiadać przy sobie dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i numer PESEL,
- być zdrowy, wypoczęty, wyspany, bez objawów infekcji,
- spożyć lekkostrawny i niskokaloryczny posiłek,
- wypić około 1,5 litra płynów w ciągu 24 godzin przed oddaniem krwi,
- unikać nadmiernego fizycznego wysiłku w dniu oddania i 2-3 dni poprzedzające wizytę,
- ograniczyć palenie,
- nie spożywać alkoholu lub innych środków zmieniających nastrój przynajmniej 24 godziny przed oddaniem krwi.

Każdego dnia w szpitalach czekają pacjenci, którzy wymagają leczenia krwią lub jej składnikami. Krwi potrzebują przede wszystkim:

- poszkodowani w wypadkach (duża utrata krwi)
- osoby chorujące na różne schorzenia (np. nowotwory krwi).

Mogą oni liczyć na pomoc bliskich, jeśli ci są w stanie podarować im krew, lub na ludzi dobrej woli.

PGNiG TERMIKA Energetyka Przemysłowa serdecznie zachęca do oddania krwi potrzebującym, ponieważ nie da się jej wyprodukować – można ją wyłącznie otrzymać w darze od innego człowieka. To wspaniały, szlachetny gest, który może uratować zdrowie i życie wielu osobom.

