

# Nadodrzański Oddział Straży Granicznej

<https://nadodrzański.strazgraniczna.pl/nad/aktualnosci/51314,Oddaj-krew-5-lipca-bedzie-taka-mozliwosc.html>  
07.07.2024, 05:53

## Oddaj krew - 5 lipca będzie taka możliwość

---

Paweł Biskupik  
28.06.2023

---

5 lipca na terenie Komendy Nadodrzańskiego Oddziału Straży Granicznej w Krośnie Odrzańskim odbędzie się akcja honorowego oddawania krwi.

Wszystkich chętnych do udziału w akcji zaprasza Klub Honorowych Dawców Krwi Polskiego Czerwonego Krzyża przy Nadodrzańskim Oddziale Straży Granicznej.

Rejestracja dawców odbędzie się w godz. 9.00 - 12.00, w krwiobusie na terenie komendy oddziału.

Aby w tym konkretnym dniu móc oddać krew wystarczy

wypić około 2 litrów wody,

zjeść lekkie, niskotłuszczowe śniadanie,

być wypoczętym.

Trzeba pamiętać również by mieć przy sobie dowód osobisty.

