

[Akcja „100 litrów krwi na 100-lecie Policji”](#)

Wysłane przez Anna Rogalewska, 23/07/2019 **Treść:**

W tym roku z okazji obchodów 100. rocznicy powstania Policji Państwowej organizowana jest ogólnopolska akcja pod hasłem „100 litrów krwi na 100-lecie Policji”.

Akcja odbędzie się w czwartek, 25 lipca na placu przed Komendą Powiatową Policji w Augustowie (ul. Brzostowskiego 6). Chętni będą mogli oddać krew od godz. 9.00.

Zgłaszający się do oddania krwi powinien:

- posiadać przy sobie dokument ze zdjęciem potwierdzający tożsamość i numer PESEL,
- być wypoczęty, wyspany i zdrowy,
- spożyć lekkostrawny i niskokaloryczny posiłek (np. pieczywo, chuda wędlina, ser biały),
- wypić około 1,5 litra płynów w ciągu 24 godzin przed oddaniem krwi,
- nie pić alkoholu min. 48 godzin przed oddaniem krwi.

Źródłowy URL: <https://urząd.augustow.pl/node/2348>