**Zapraszamy na zbiórkę krwi w siedzibach Credit Agricole**

**W Warszawie i we Wrocławiu bank Credit Agricole wspólnie ze spółkami Grupy EFL i firmą Vastint organizuje akcję krwiodawstwa. Krwiobusy staną na terenie kampusów Business Garden już w sierpniu. Akcja odbywa się pod patronatem stowarzyszenia Ultrakrew, które już od wielu lat zajmuje się promocją honorowego krwiodawstwa na terenie całej Polski.**

Codziennie tysiące osób w Polsce potrzebuje transfuzji, aby przeżyć. Krew ratuje życie osobom przewlekle chorym, pacjentom podczas zabiegów chirurgicznych czy transplantacji, a także osobom poszkodowanym w wypadkach. Krwi nie da się wyprodukować, można ją jedynie otrzymać w darze od drugiego człowieka. Szczególnie w wakacje wzrasta zapotrzebowanie na ten bezcenny lek.

- Jesteśmy aktywnym uczestnikiem życia społecznego i chętnie angażujemy się w inicjatywy, które służą naszemu wspólnemu dobru. Cieszymy się, że pracownicy naszego banku tak chętnie biorą udział w takich działaniach jak akcje krwiodawstwa. Zapraszamy wszystkich chętnych, naszych sąsiadów i klientów, do udziału w tej szczytnej akcji – mówi Przemysław Przybylski, dyrektor Biura Komunikacji Korporacyjnej banku Credit Agricole.

Zbiórka krwi odbędzie się w dwóch lokalizacjach w dwóch różnych terminach:

- 8 sierpnia krwiobus stanie przy ul. Żwirki i Wigury 18 a Warszawie

- 23 sierpnia krew będzie można oddać przy ulicy Legnickiej 48 we Wrocławiu, przy budynku K.

Zbiórki odbędą się w godzinach 9:00 – 13:00.

**Jak przygotować się do oddania krwi?**

 Krew może oddać każda zdrowa osoba w wieku 18-65 lat, o wadze ciała powyżej 50 kg, która legitymuje się dokumentem ze zdjęciem stwierdzającym tożsamość.

Przed oddaniem krwi:

l zapoznaj się z poradnikiem dla osób oddających krew po raz pierwszy:

 <https://www.rckik-warszawa.com.pl/oddaje-krew-po-raz-pierwszy>

l weź ze sobą dowód osobisty,

l wyśpij się,

l w ciągu dwóch dni poprzedzających oddanie krwi wypij około 2 l płynów każdego dnia,

l zjedz lekkostrawny, białkowo-węglowodanowy posiłek 2 godziny przed oddaniem krwi,

l unikaj nadmiernego fizycznego wysiłku w tym dniu,

l dzień przed powstrzymaj się od spożywania alkoholu i palenia papierosów.

Patronem akcji jest ogólnopolska akcja „Ultrakrew”, która promuje ideę honorowego krwiodawstwo już od 7 lat. W tym roku można wziąć udział w bezpłatnym biegu pod hasłem „Razem w górę”, który odbędzie się już 27 sierpnia w Warszawie. O wszystkich akcjach stowarzyszenia Ultrakrew można przeczytać na stronie [www.razemwgore.ultrakrew.pl](http://www.razemwgore.ultrakrew.pl).

- Serdecznie zapraszam do zbiórki krwi w Warszawie i we Wrocławiu. Każdy uczestnik może tego dnia statystycznie uratować nawet trzy osoby. Dla nas to godzina procedury, a dla tych w potrzebie to szansa na zdrowie lub życie. Cieszę się, że Credit Agricole, który tak mocno jest zaangażowany społecznie, dołączył do letniej edycji Ultrakrwi – mówi Jacek Bastian, prezes zarządu stowarzyszenia Ultrakrew.