

temperatura ciała  
nie przekracza 37°C

nie chorujesz  
na choroby  
przewlekłe

jesteś  
obecnie  
zdrowy

ważysz  
ponad 50 kg

masz  
18 - 65 lat

**ZOSTAŃ  
HONOROWYM  
DAWCĄ  
KRWI!**

Ministerstwo  
Zdrowia

[www.gov.pl/zdrowie](http://www.gov.pl/zdrowie)

**NCK**  
NACIŚNIĘCIE Ciepłej Krewi

[www.gov.pl/nck](http://www.gov.pl/nck)

*twoja krew  
moje życie*

[www.twojakrew.pl](http://www.twojakrew.pl)

Program polityki zdrowotnej „Zapewnienie samowystarczalności Rzeczypospolitej Polskiej w krew i jej składniki na lata 2021-2026” finansowany przez Ministra Zdrowia.