

# Pressemitteilung

Juni 2024

## Sommer, Sonne, Freizeitplanung: Blut spenden nicht vergessen!

**Sommerliches Wetter und Feiertage locken mit vielen Freizeitmöglichkeiten. Der DRK-Blutspendedienst erinnert daran, die Blutspende nicht zu vergessen**

Die ersten Sommertage locken in diesen Wochen viele Spender\*innen weg von der Spenderliege. Leere Liegen bei der Blutspende können zu einem Problem werden: Unfälle und Krankheiten machen vor gutem Wetter keinen Halt. Das DRK bittet zur Blutspende.

**Worauf warten? Jetzt liegend Leben retten!**

**Nächster Termin:**

**Freitag, dem 28.06.2024  
von 15:15 Uhr bis 19:30 Uhr  
Dansenberghalle, Dansenberg  
34519 Diemelsee/Adorf**

**Jetzt Blutspendetermin online reservieren unter [www.blutspende.de/termine](http://www.blutspende.de/termine)**

Täglich werden allein in Baden-Württemberg und Hessen mehr als 2.700 Blutspenden benötigt. Patient\*innen aller Altersklassen sind auf eine kontinuierliche und lückenlose Versorgung angewiesen.

**Hätte, könnte, sollte – einfach machen!**

Blut spenden ist eine der einfachsten und schnellsten guten Taten: Das DRK bietet täglich zahlreiche Termine in der Region an. Wer sich nicht alleine zur ersten Spende traut, der motiviert einfach Freunde, Bekannte und/oder Verwandte zusammen einen Termin zu reservieren.

**Blut spenden? So einfach läuft's:**

1. Wunschtermin online reservieren und am Tag der Spende reichlich (alkoholfrei) trinken
2. Anmeldung vor Ort unter Vorlage des Personalausweises
3. Ausfüllen des medizinischen Fragebogens
4. Kurzes, ärztliches Gespräch und eine kleine Laborkontrolle
5. Die Blutspende: Abnahme von ca. 500ml Blut, dauert nur 5-10 Minuten
6. Ruhepause und leckere Snacks im Anschluss an die Spende

Alle Termine und weitere Informationen unter [www.blutspende.de](http://www.blutspende.de) oder unter **0800 11 949 11**.  
Bildmaterialien stehen unter [www.blutspende.de/presse/mediathek](http://www.blutspende.de/presse/mediathek) zur Verfügung.