

# WIR VERLOSEN FESTIVAL-TICKETS!

Gewinne 2 Tickets. Du entscheidest, für welches Festival und hast die Chance auf VIP-Tickets!

**HURRICANE**  
FESTIVAL 2025

**SOUTHSIDE**  
FESTIVAL 2025

**HIGHFIELD!**

**M'ERA LUNA**

**MUSIK  
GEHT INS  
BLUT**



Alle Infos  
findest du  
online

[www.blutspende-leben.de/festival](http://www.blutspende-leben.de/festival)

**SPENDE  
BLUT**   
BEIM ROTEN KREUZ

# BLUTSPENDE-AKTION

## Sa. 29. März

11:00 - 15:00 Uhr

### CALENBERGER NEUSTADT

Courtyard Marriott Hotel

Arthur-Menge-Ufer 3

Mit leckeren Courtyard Marriott Buffet!



Jetzt QR-Code  
scannen & Termin  
reservieren



Bitte gültigen  
Personalausweis  
mitbringen!



Kostenlose  
Service-Hotline:  
0800/11 949 11



Alle Termine in deiner  
Nähe unter:  
[www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)



Dein digitaler Spende-  
ausweis in deiner App!  
[www.spenderservice.net](http://www.spenderservice.net)



DRK-Blutspendedienst NSTOB  
Eldagsener Straße 38  
31832 Springe

Zur Ausübung von Datenschutzrechten kannst du dich an die aufgeführte Adresse oder Telefonnummer wenden.

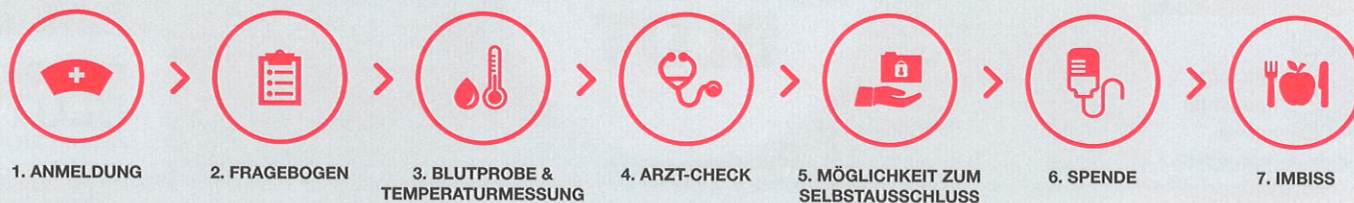
Wer Blut spendet, ist ein echter Lebensretter!  
Besonders Krebs- und Herzerkrankte sowie  
Unfallpatienten können oft nur durch Präparate aus  
Spenderblut überleben. Immer wieder sind Patienten in  
Not auf Blutpräparate angewiesen. Darum werden jeden  
Tag etwa 15.000 Blutspenden in Deutschland gebraucht.

Mach mit und zeige wofür Dein Herzblut schlägt!

## Warum sollte man **regelmäßig** Blut spenden?

Eine Blutspende wird nach dem Spendetermin in drei Blutbestandteile aufgetrennt, welche unterschiedlich und zum Teil nur kurze Zeit haltbar sind. Aus diesem Grund ist es besonders wichtig, regelmäßig Blut zu spenden, damit immer ausreichend Spenderblut für Patienten zur Verfügung steht. Zudem ist es für Dich eine gute Gelegenheit, regelmäßig Deinen Hämoglobingehalt (HB-Wert) und Blutdruck überprüfen zu lassen.

### So läuft eine **Blutspende** ab:



### Deine **Vorteile:**

- Bestimmte Infektionskrankheiten können durch unsere Blutuntersuchungen erkannt werden.
- Du erhältst von uns einen Unfallhilfe- und Blutspenderpass – er kann im Notfall sehr hilfreich sein.
- Regelmäßiges Blutspenden kann Deinen Blutdruck und damit das Risiko für einen Herzinfarkt und einen Schlaganfall senken.



### Voraussetzungen für eine **Blutspende:**

- Du fühlst Dich gesund und fit.
- Du bist mindestens 18 Jahre alt.
- Du wiegst mindestens 50 kg.
- Du hast in den letzten 8 Wochen kein Blut gespendet.
- Du hast innerhalb der letzten 12 Monate weniger als 4x (Frauen) bzw. 6x (Männer) Blut gespendet.
- Du bist in den letzten 4 Monaten weder gepierct noch tätowiert worden.
- Du hattest in den letzten 4 Monaten keine Endoskopie (Spiegelung) oder größere Operationen.
- Du hast in den letzten 4 Wochen keine Antibiotika eingenommen.

Am Ende entscheidet unser Arzt nach einem kurzen Gespräch vor Ort, ob alles okay ist und Du spenden darfst. Mach Deinen Spende-Check und finde heraus, ob Du für die nächste Blutspende geeignet bist unter: [www.blutspende-leben.de](http://www.blutspende-leben.de)

### Tipps für **Deine Spende:**



Den Körper vorbereiten:  
Trinke am Tag der Blutspende viel.  
Spende außerdem nicht mit leerem Magen.



Bitte bring zu jeder Blutspende einen amtlich gültigen Personalausweis mit.



Blutspenden selbst dauert nur 5-10 Minuten.  
Aber für den gesamten Ablauf bitte etwa eine Stunde Zeit einplanen.