



Presseinformation

September 2025

Herbstaktion bei der DRK-Blutspende: Erst Blut spenden – dann Koffer packen

Die Blutspende ist die einfachste Möglichkeit um Leben zu retten. Das DRK ruft zur guten Tat auf und verlost unter allen Lebensretter*innen vier exklusive Reisen nach Lissabon.

Die Blutspende ist die einfachste Möglichkeit um Leben zu retten. Benötigt wird für eine Blutspende lediglich etwa eine Stunde Zeit, davon dauert die reine Blutentnahme nur knappe 10 Minuten. Abgenommen werden 500 Milliliter Blut. Den Flüssigkeitsverlust kann ein gesunder Körper ohne Probleme kurzfristig wieder ausgleichen. Wertvolles Plus: Wenige Wochen nach der ersten Blutspende erfahren Spender*innen, die zum ersten Mal gespendet haben, ihre eigene Blutgruppe - eine Information, die im Notfall lebensrettend sein kann.

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

Viele Menschen merken erst, wie wichtig eine Blutspende ist, wenn sie selbst oder ihr Umfeld durch einen Unfall oder eine Krankheit plötzlich Blut benötigen. Der DRK-Blutspendedienst appelliert daher an alle Unentschlossenen: Es ist nie zu spät für die gute Tat.

AKTION: Jetzt Blut spenden und mit etwas Glück eine Reise nach Lissabon gewinnen. Unter allen Blutspender*innen verlost der DRK-Blutspendedienst vier exklusive Reisen für je zwei Personen nach Lissabon. Einfach Blutspendetermin im Aktionszeitraum (22. September bis 31. Oktober 2025) buchen, Blut spenden und danach online an der Verlosung teilnehmen.

Worauf warten? Alle Informationen und Teilnahmebedingungen unter: www.blutspende.de/lissabon



So läuft eine Blutspende ab: Wunschtermin online reservieren und am Tag der Spende reichlich (alkoholfrei) trinken. Vor Ort unter Vorlage des Personalausweises anmelden und medizinischen Fragebogen ausfüllen. Durch eine kleine Laborkontrolle und ein ärztliches Gespräch wird festgestellt, ob gespendet werden darf. Es folgt die Blutspende und im Anschluss die wohlverdiente Ruhepause mit leckeren Snacks.

NÄCHSTER TERMIN in 34454 BAD AROLSEN

Donnerstag, dem 09.10.2025

von 15:30 Uhr bis 19:30 Uhr

Bürgerhaus, Rathausstr. 3



Jetzt Termin buchen: www.blutspende.de/termine