



BROSZURA EDUKACYJNA

Według Narodowego Instytutu Zdrowia Publicznego – Państwowego Zakładu Higieny, najważniejsze korzyści wynikające z udostępniania wody wodociągowej uczniom i przedszkolakom to:

- możliwość utrzymania optymalnego nawodnienia organizmu
- ograniczenie spożycia słodzonych napojów i w ten sposób zmniejszenie spożycia cukrów prostych i przeciwdziałanie próchnicy uzębienia oraz nadwadze i otyłości
- zmniejszenie ilości odpadów, powstających w wyniku korzystania przez dzieci z napojów w opakowaniach jednostkowych



Źródła wody już
w pilskich szkołach ☺

WODNE FAKTY



Miejskie Wodociągi i Kanalizacja Sp. z o.o. w Piłe
e-mail: mwik@mwik.pila.pl | www.mwik.pila.pl

www.mwik.pila.pl



Znaczenie wody w życiu człowieka



MASA CIAŁA
60%
WODY

Woda jest niezbędna do prawidłowego funkcjonowania człowieka – wpływa na efektywność umysłową i fizyczną.



KREW
84%
WODY

Niedobór wody może prowadzić do poważnych konsekwencji zdrowotnych wynikających z odwodnienia organizmu człowieka.

Woda pokrywa ok. 70% powierzchni globu. Jest to jednak w większości woda słona.



MÓZG
70-80%
WODY

Głównym źródłem zaopatrzenia ludzi w wodę są wody powierzchniowe, przede wszystkim wody płynące oraz wody podziemne, zalegające w płytkich warstwach geologicznych – stanowią one jedynie ok. 1% zasobów wodnych Ziemi.



Wodne fakty

Organizm ludzki do prawidłowego funkcjonowania potrzebuje nie tylko wody, ale również rozpuszczonych w niej makroskładników i mikrośladników m.in. wapnia, magnezu, sodu, potasu. Minerale te znajdują się w wodzie wodociągowej.

Uciążliwy „kamień kotłowy” w naszych naczyniach to nic innego tylko osad mineralny wytrącony pod wpływem temperatury z wody, w której zawarte są neutralne dla organizmu, rozpuszczalne sole wapnia i magnezu.

Skład mineralny wody decyduje o jej właściwościach zdrowotnych.

Woda miękka jest dobra dla czajników i pralek, ale jest bezużyteczna dla naszego organizmu, ponieważ jest uboga w minerały. Woda pozbawiona składników mineralnych (np. woda destylowana) jest wręcz szkodliwa dla człowieka – wypłukuje z organizmu wszystkie potrzebne nam składniki mineralne.



Sposoby oszczędzania wody



PERLATOR
do 60%
mniejsze
zużycie wody

Stosując poniższe sposoby oszczędzania wody możesz zaoszczędzić nawet 500 i więcej złotych w skali roku!

Zrób przegląd instalacji wodociągowej i zlikwiduj wszelkie nieszczelności. Nieznaczny wyciek może oznaczać niepotrzebne zużycie wody **w jednym mieszkaniu o wartości do 100 zł miesięcznie.**

Unikaj mycia naczyń pod bieżącą wodą. Wykorzystaj obie komory zlewu, jedną do mycia, drugą do płukania naczyń.



WANNA
zużycie
ok. 150 l wody
na 1 kąpiel

Kupuj oszczędne zmywarki i pralki. Nowoczesne pralki zużywają **poniżej 40 litrów wody** – stare potrzebowały ok. 100 litrów – na jeden cykl prania. W przypadku nowoczesnych zmywarek zużycie wody może **zmniejszyć się o kilka litrów na jeden cykl zmywania.**

Odkręcaj wodę tylko wtedy, kiedy jest to niezbędne.

Zastanów się nad wykorzystaniem wody deszczowej do podlewania terenów przydomowych. **Pozwoli to na oszczędność wody uzdatnionej na poziomie ok. 50%.**



PRYSZNIC
zużycie
ok. 50 l wody
na 1 kąpiel



Dofinansowano ze środków Wojewódzkiego Funduszu Ochrony Środowiska i Gospodarki Wodnej w Poznaniu.