

życie w stylu eko 

Bezcenne H₂O

Każdy z nas zużywa 150 litrów wody dziennie. To o połowę więcej niż 25 lat temu. Bez wyrzeczeń i dużych nakładów finansowych możemy zmniejszyć zużycie o jedną trzecią. Po co? Żeby zmniejszyć rachunki – ceny wody w Polsce ciągle rosną. Poza tym jej zasoby maleją, w wielu rejonach świata występuje deficyt wody. Za 20 lat będzie jej mniej o 30 proc.

Dziś jedna szóstka ludzi na świecie cierpi z pragnienia, a co 15 sekund z powodu braku wody umiera dziecko. Najgorsza sytuacja jest w Afryce i Azji, ale i w Polsce mamy deficyt wody. Żeby zmniejszyć jej zużycie, nie trzeba pozbawiać się komfortu ani obniżać standardu higienicznego, wystarczy trochę wiedzy i rozsądku przy korzystaniu z niej.

Codzienne oszczędności

Zakręcaj kran, gdy tylko jest to możliwe – podczas mycia zębów, golenia. Tylko zakręcając wodę w trakcie mycia zębów, zaoszczędzisz nawet 25 litrów dziennie. Maszynkę zamiast pod strumieniem bieżącej wody płucz w niewielkiej ilości wody napuszczanej do umywalki. Zamiast się kąpać, bierz prysznic. Zużyjesz dużo mniej wody, a poza tym prysznic nie wysusza skóry tak, jak moczenie się w wannie, jest też bardziej higieniczny. Od czasu do czasu możesz pozwolić sobie na kąpiel, ale napełniaj wannę tylko do połowy.

Nie spuszczaaj wody w toalecie, jeśli nie musisz, np. po wrzuceniu tam wacików kosmetycznych. Sprawdź, czy krany i spłuczka w domu są szczelne. Niesprawna spłuczka to strata do 50 litrów dziennie, kran – 30 litrów.



TEKST: Agata Joanna Nowicka

**Myślisz,
że brak
wody to
tylko problem
Afryki? To błąd!**

Rozsądne korzystanie z jej zasobów jest naszym obowiązkiem. Jeśli do tej pory nie zwracałaś na to uwagi, pora to zmienić.

Jak to sprawdzić? Do zbiornika dodaj barwnik spożywczy, jeżeli w ciągu 30 minut zabarwiona woda pojawi się w toalecie, oznacza to, że gdzieś jest nieszczelność. W takim wypadku wezwij hydraulika. Od razu po teście spuść wodę, aby barwnik nie zafarbował zbiornika.

Nie wylewaj niepotrzebnie wody – tę pozostawioną w czajniku użyj do podlewania kwiatów. Jeśli nie masz zmywarki, przy myciu naczyń napełnij jedną komorę zlewu wodą z płynem, a umyte naczynia płucz pod małym strumieniem. Nie rozmrażaj jedzenia pod strumieniem wody, najlepiej przenieś je z zamrażalnika do lodówki dzień wcześniej. Ale zmiana nawyków to nie wszystko. →

Tylko 3 proc. światowych zasobów wody jest zdatne do picia, z czego zaledwie 1 proc. jest dostępne – reszta ukryta jest w lodowcach i pod ziemią.

→ Wodooszczędne sprzęty

Warto także zaopatrzyć się w oszczędzające wodę urządzenia. Zamontuj w toalecie spłuczkę z funkcją stop i możliwością spłukiwania oszczędnościowego – połową zawartości zbiornika. Na krany zamiast tradycyjnych sitek załóż wodooszczędne końcówki, tzw. perlatory. Mieszają one wodę z powietrzem, dzięki czemu można oszczędzić aż 50 proc. wody. Zamontuj je w umywalce, gdzie często na krótko odkręcasz kran, aby umyć ręce, zęby, twarz, ale raczej nie w zlewie, gdzie napełniasz naczynia – będzie to długo trwało. Jeśli masz wannę, nie zakładaj perlatora w kranie nad wanną – dłużej będzie trwało jej napełnienie, a woda będzie szybciej stygła.

Pod prysznicem zamontuj baterię termostatyczną – dzięki niej szybciej ustawisz właściwą temperaturę i zaoszczędzisz nawet do 40 proc. wody. Zużycie wody ograniczy też timer za-

montowany pod natryskiem, informujący, że czas zakończyć kąpiel (zaleca się, by ustawić go na 5 minut).

Na rynku są też pojemniki do zbierania zimnej wody, która płynie z kranu, kiedy czekasz, aż poleci ciepła. Dziennie marnuje się w ten sposób 20–25 litrów. Odzyskaną wodę można zużyć do np. podlewania kwiatów.

Przy wyborze sprzętów zwracaj uwagę na ich klasę energetyczną (najlepiej kup takie z klasą przynajmniej A+). Sprawdź, czy oszczędzają zarówno energię, jak i wodę. Wybierz pralkę ładowaną z boku, a nie od góry – zużywa mniej wody. Pierz w możliwie najniższych temperaturach. Pralkę i zmywarkę włączaj przy pełnym wsadzie, chyba że mają one programy oszczędnościowe, które dostosowują ilość zużywanej wody do wielkości wsadu. Płukanie naczyń jest bardziej ekonomiczne w zmywarce niż pod kranem, jeśli więc masz taki program w zmywarce, korzystaj z niego.

Ogród i samochód

Oszczędzanie wody nie kończy się w domu. Rozsądnie nią gospodarować trzeba również w ogrodzie. Trawnik



DOBRA STRONA

Na stronie www.kropeladokropli.pl znajdziesz test zużycia wody, który pomoże ci ją oszczędzać.

podlewaj co 5–7 dni, a po ulewnym deszczu najwcześniej po tygodniu. Podlewanie roślin planuj wczesnym rankiem albo wieczorem, to znacznie ograniczy straty wody wynikłe z parowania. Zrasczac ustaw tak, aby moczył tylko rośliny, a nie miejsca wybetonowane, jak chodniki czy podjazdy.

Trawę strzyż częściej, ale za to zostawiaj ją dłuższą, bowiem krótsza słabiej zatrzymuje wilgoć. Chodniki i podjazdy sprzątaj twardą szczotką zamiast wężem z mocnym strumieniem wody.

Zrezygnuj z samodzielnego mycia samochodu, korzystaj z myjni bezdostykowej albo parowej. Ta ostatnia zużywa 2–3 litry wody w postaci pary (dla porównania – myjnia tradycyjna to 150 litrów wody na samochód). Innym wyjściem jest ekologiczna myjnia (bezwodna), w której wodę zastąpiono naturalnymi preparatami czyszczącymi. □

Masz własny pomysł na oszczędzanie wody? Podziel się nim z nami na

forum.poradnikzdrowie.pl