Warszawa, styczeń 2018

**10 prostych sposobów na oszczędzanie wody w domu.**

**Woda stanowi podstawowy składnik wszystkich żywych organizmów i bez niej nie byłoby życia na naszej planecie. Tymczasem, jak alarmują naukowcy, przez ostanie 25 lat ilość wody pitnej na jednego mieszkańca Ziemi spadła o 26%![[1]](#footnote-1) Zgodnie z danymi Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), aż 2,1 mld ludzi na świecie nie ma do niej dostępu w miejscu swojego zamieszkania, a ponad dwa razy więcej pozbawionych jest odpowiednich warunków sanitarnych.[[2]](#footnote-2) Dlatego tak ważne jest, byśmy wszyscy zrozumieli, że od postawy każdego z nas zależy czy pozostałe jeszcze zasoby wody ulegną dalszemu zmniejszeniu czy też wspólnie – poprzez edukację od najmłodszych lat i zmianę postaw, uda nam się ten proces najpierw powstrzymać, a następnie odwrócić.**

Słodka, świeża woda to jeden z najcenniejszych, a jednocześnie najrzadziej występujących zasobów naturalnych – stanowi zaledwie 2,5% całej wody na Ziemi[[3]](#footnote-3). Człowiekowi potrzebna jest nie tylko do picia, ale też by mógł przygotować sobie pożywienie oraz do spełniania podstawowych potrzeb sanitarnych. Bez niej nie byłaby też możliwa produkcja żywności – hodowla zwierząt i roślin. Jednak, jak przewiduje WHO, do 2025 roku już połowa ludności żyć będzie w strefach zagrożonych tzw. stresem wodnym[[4]](#footnote-4). Oznacza to, że zasoby wody będą niewystarczające w stosunku do potrzeb lub też jej niska jakość spowoduje, że nie będzie ona zdatna do użycia. Już w tej chwili **dostępność słodkiej wody na jednego mieszkańca Ziemi wynosi mniej niż połowę poziomu z początku lat sześćdziesiątych.** [[5]](#footnote-5) Dalsze zmniejszanie jej zasobów będzie miało wpływ zarówno na niedobory wody pitnej, jak też na produkcję żywności oraz kwestie warunków sanitarnych i – w efekcie – ludzkie zdrowie. Zbyt mała jej ilość powodować może wręcz globalne kryzysy humanitarne. Dlatego właśnie należy zwrócić uwagę zarówno na potrzebę oszczędzania słodkiej wody, jak też dbania o czystość jej źródeł – zwłaszcza w krajach wysokorozwiniętych. Przeciętny Amerykanin zużywa bowiem do 500 litrów wody na dobę, Europejczyk ok. 200 litrów na dzień, a Polak ok. 160 litrów dziennie. Natomiast **mieszkaniec Afryki może wykorzystać w ciągu dnia mniej niż 10 litrów wody – to tyle, ile Europejczyk jednorazowo zużywa na spłukanie wody w toalecie!**[[6]](#footnote-6)

**Zdaniem eksperta**

*– Musimy zdawać sobie sprawę, że każdy z nas przyczynia się do tego, iż zasoby słodkiej wody na świecie nie tylko się kurczą, ale są zanieczyszczane i marnowane. Każda uciekająca z niedokręconego kranu kropla to bezsensowna strata tego najcenniejszego surowca – coraz częściej nazywanego „niebieskim złotem” –* mówi **Dominik Dobrowolski, ekolog i** **podróżnik wspierający** **akcję „Kubusiowi Przyjaciele Natury”** w ramach, której przedszkolaki z całej Polski uczą się jak dbać o przyrodę i jej dary. I dodaje – *Pamiętajmy, że* ***oprócz oszczędzania wody, bardzo ważna jest też ochrona wszystkich źródeł, rzek, jezior, mórz i oceanów przed zanieczyszczeniami****.* ***Ponad 80% wszystkich zanieczyszczeń spływa do oceanów właśnie rzekami, co oznacza, że pochodzą one z lądu!*** *Źródłem zanieczyszczenia wody są nie tylko ścieki przemysłowe odprowadzane z fabryk, ale też np. nawozy i środki ochrony roślin pochodzące z pól uprawnych, a także kopalnie, elektrownie, nieskanalizowane miasta i wioski, wysypiska śmieci oraz zanieczyszczenia pochodzące z dróg i pojazdów czy deszczowych kanalizacji.* ***Do zanieczyszczenia wody przyczyniamy się również my sami – np. podczas wakacji wrzucając śmieci do rzek, jezior czy morza, myjąc samochód w niedozwolonym miejscu, jak też we własnych domach poprzez tzw. ścieki komunalne, których produkujemy coraz więcej.*** *Podczas swoich podróży zawsze proszę, aby zostawiać po sobie, w miejscach które odwiedzamy, dobre wspomnienia i odcisk stopy na piasku, ale nie śmieci!*W 2016 roku ilość ścieków odprowadzonych z gospodarstw domowych w Polsce wynosiła 938,1 hm3 i wzrosła w porównaniu do 2015 r. o 12 hm3.[[7]](#footnote-7) Tymczasem proces ponownego uzdatniania wody jest bardzo kosztowny, a jej jakość z każdym oczyszczaniem staje się coraz niższa. *Spójrzmy zatem na swoje przyzwyczajenia – te drobne, codzienne, które jednak mają duże znaczenie w skali globalnej – i zastanówmy się co możemy zmienić, by wszystkim nam żyło się na Ziemi lepiej –* podsumowuje ekolog.

**Jak w 10 prostych krokach oszczędzać wodę?**

Jak zauważa ekspert, od postawy nas wszystkich zależy ilość i stan wody pitnej na całej planecie, dlatego warto myśleć globalnie, działając jednocześnie lokalnie – w domu, pracy, szkole czy przedszkolu. **Wystarczy wprowadzić w życie 10 poniższych zasad, aby każdy z nas mógł z dumą powiedzieć, że także ma swój udział w ratowaniu zasobów wody całej planety.**

1. Zakręcaj wodę podczas golenia oraz mycia zębów, a do płukania ust przygotuj sobie wcześniej kubeczek z wodą.
2. Bierz szybki prysznic, zamiast kąpieli.
3. Jeśli koniecznie chcesz wziąć kąpiel napełnij wannę w 1/3 jej pojemności – tyle wystarczy – po wejściu do wanny poziom wody podniesie się.
4. Najlepiej zamontuj w toalecie spłuczkę z opcją „oszczędne spłukiwanie”. Nie wyrzucaj też do toalety resztek jedzenia, fusów z kawy czy herbaty – to także konieczność jej dodatkowego spłukania! Pamiętaj – jedno spłukanie wody w toalecie to od 7 do 10 litrów wody!
5. Zawsze sprawdzaj czy kran jest dobrze zakręcony.
6. Zamontuj baterie jednouchwytowe – regulacja temperatury za pomocą 2 uchwytów trwa dłużej i powoduje większe straty wody. Warto też zainstalować na nim tzw. perlator, który napowietrza strumień wody, dzięki czemu jest on silniejszy, a jednocześnie ilość zużytej wody się zmniejsza.
7. Naczynia najlepiej myć w zmywarce, która zużyje mniej wody, niż potrzebne jest do mycia ręcznego. Jeśli nie masz zmywarki – napełnij komorę zlewu wodą z płynem, a następnie naczynia płucz pod niewielkim strumieniem bieżącej wody.
8. Zmywarki lub pralki używaj, gdy są pełne lub skorzystaj z programu oszczędnego, np. „pół wkładu”.
9. Latem trawnik wystarczy podlewać co 5 – 7 dni. Najlepiej robić to wczesnym rankiem lub późnym wieczorem, gdy jest najchłodniej, co pozwoli zredukować straty wody powstałe w wyniku jej odparowania.
10. Jeśli to możliwe zbieraj deszczówkę – doskonale posłuży np. do podlania kwiatów.

**Zaangażujmy w te działania całą rodzinę – także dzieci ponieważ, jakpodkreśla **Anna Słaboń, psycholog, coach i** **ekspert akcji „Kubusiowi Przyjaciele Natury”** – *Aby budować proekologiczną świadomość dorosłych, warto zaczynać, kiedy przyszli dorośli jeszcze są dziećmi. A najbliższe dzieciom miejsca – czyli dom, przedszkole czy plac zabaw, to przestrzenie, w których naturalnie uczą się one zarówno od dorosłych, jak i od rówieśników****. To, co wspiera uczenie się nowych nawyków u dzieci jest pewna spójność środowisk, w których przebywają. Jeżeli np. oszczędzanie wody, staje się równie ważnym argumentem zarówno w domu, jak i przedszkolu, dzieciom łatwiej jest przyswoić zachowanie, z którym często mają do czynienia.*** *Jeżeli zatem zobaczą, że mama czy tata zakręcają kran podczas wspólnego mycia zębów, to jest duża szansa, że w obecności rodziców, a w przyszłości także dla samych siebie będą postępować w podobny sposób. Jeżeli z kolei nauczyciele przedszkolni również zaangażują się we wspieranie nauki dobrych nawyków, tym lepiej dla dzieci.* Ekspert dodaje też – ***Dzięki obecności programów edukacyjnych w przedszkolu zyskują zarówno dzieci, jak i dorośli, którzy po raz kolejny odświeżają sobie dobrze znane, ale często zapomniane informacje.*** *Bycie wzorem zachowania dla dzieci jest dość oczywiste. Natomiast wypełniane tej roli świadomie, wymaga często dodatkowej wiedzy i wysiłku. Dbanie o własne zachowania proekologiczne, połączone ze wspieraniem podobnych zachowań u dzieci może im pomóc wyrastać w środowisku, wobec którego dziecko ma jasność, jakim systemem wartości się kieruje.*

**Pamiętajmy: każdy zaoszczędzony litr wody, to realnie oszczędzone pieniądze i tym samym mniejsze rachunki. Zysk jest zatem podwójny – dla naszego portfela i dla całej planety!**

**Kontakt dla mediów:**

**Anna Dziemidowicz, Specjalista ds. Komunikacji**

**Michael Bridge Communication**

e-mail: [anna.dziemidowicz@michaelbridge.pl](mailto:anna.dziemidowicz@michaelbridge.pl)

tel. 516 168 873

**Dorota Liszka, Manager ds. Komunikacji Korporacyjnej**

e-mail: d.liszka@maspex.com

tel.: 33 870 82 04

1. <http://scientistswarning.forestry.oregonstate.edu/sites/sw/files/Warning_article_with_supp_11-13-17.pdf> [↑](#footnote-ref-1)
2. <http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2017/water-sanitation-hygiene/en/> [↑](#footnote-ref-2)
3. <http://www.fao.org/nr/water/aquastat/didyouknow/index.stm> [↑](#footnote-ref-3)
4. <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs391/en/> [↑](#footnote-ref-4)
5. <http://scientistswarning.forestry.oregonstate.edu/sites/sw/files/Warning_article_with_supp_11-13-17.pdf> [↑](#footnote-ref-5)
6. <http://www.przyjacielenatury.pl> Materiały edukacyjne dla nauczycieli przedszkoli [↑](#footnote-ref-6)
7. GUS, Infrastruktura komunalna w 2016 [↑](#footnote-ref-7)