Poniżej zostały zebrane różne podpowiedzi, jak można zredukować bezsensowne zużycie wody w naszym codziennym życiu. Jak racjonalnie nią gospodarować i gromadzić ją bez dodatkowych opłat „na później”.

**Wodę warto oszczędzać. Niezależnie od tego, czy wierzymy w postępujące zmiany klimatu i deficyt wody zdatnej do picia, czy też po prostu chcemy zadbać o zasobność swojego portfela i zredukować wysokie rachunki za wodę.** Każda motywacja jest dobra i przyniesie korzyści i nam, całemu społeczeństwu i środowisku. Zapraszamy do działania, poniżej znajduje się ściąga 73 sposobów na oszczędzanie wody – wybierzcie z niej to, co uznacie za stosowne 🙂

**ZMIANA NAWYKÓW**

1. **Zamiast kupować butelkowaną wodę źródlaną, korzystaj z wody z kranu**. Wyjdzie taniej. I z korzyścią dla przyrody. Produkcja wody butelkowanej wymaga zużycia… Hektolitrów wody do produkcji butelek. Do oczyszczenia wody kranowej używaj dzbanków filtrujących.
2. **Co miesiąc monitoruj rachunek za wodę i odczytuj wskazania wodomierza**. Rachunek i wodomierz to narzędzia, które pomogą Ci wykryć wycieki, oszacować rzeczywiste potrzeby zużycia wody oraz zaplanować działania naprawcze.
3. **Poszerzaj wiedzę dotyczącą oszczędzania wody**. Odwiedzaj takie strony, jak np. www.woda.edu.pl
4. **Dowiedz się, jak sprawdzić szczelność instalacji wodnej i CO**
5. **W domu lub podczas pobytu na urlopie ponownie używaj ręczników**. Nie ma konieczności wymieniać i prać ich codziennie! Staraj się je suszyć w pełnym rozwieszeniu, w przewiewnym miejscu.
6. **Jeśli posiadasz czworonoga**, to kiedy dajesz mu świeżą wodę, nie wylewaj starej użyj jej do podlewania roślin.

**DZIECI**

1. **Naucz dzieci odpowiednich zachowań dotyczących korzystania z wody**, np. by nabrały odruchu zakręcania kranu po każdym użyciu. Towarzysz im podczas czynności wymagających korzystania z wody i bądź dla nich przykładem.
2. **Utrwalaj pożądane zachowania poprzez pochwały i nagradzanie**.
3. **Zachęcaj lokalne władze do inicjatyw proekologicznych**. Np. do rozwijania i promowania ochrony wody wśród dzieci i dorosłych. Zaangażuj się w szkolne akcje dotyczące racjonalnego korzystania z wody.
4. **Dzieci i młodzież lubią oglądać telewizję.** Wykorzystaj to. Wspólnie z nimi oglądaj programy przyrodnicze, w których poruszony jest temat racjonalnego korzystania z zasobów naturalnych, w tym wody.
5. **Graj ze swoimi pociechami w gry, ucząc je tym samym oszczędzać wodę!** Np. skorzystaj z gry planszowej „Nasza woda – obieg wody – gra ekologiczna” lub z gier komputerowych, które za darmo pobierzesz [ze strony Narodowego Funduszu Ochrony Środowiska](https://nfosigw.gov.pl/bazawiedzy/edukacja/dla-dzieci/gry-komputerowe/).
6. **Możesz także wymyślić zasady własnej, codziennej zabawy z nagrodami**. Np. kto wymyśli najciekawszy w miesiącu sposób na oszczędzanie wody.
7. **Przy planowaniu domowego budżetu angażuj całą rodzinę, w tym najmłodszych**. Pokazuj rzeczywiste koszty zużycia wody. Uświadomisz je w ten sposób, że woda kosztuje – i to niemało.

**KUCHNIA**

1. **Zmywarki zazwyczaj zużywają mniej wody niż ręczne mycie naczyń**. Różnicę widać zwłaszcza gdy w gospodarstwie domowym jest więcej domowników. Zmywarka zużywa nie tylko mniej wody, pozwala też zaoszczędzić Twój czas. W czasie jej pracy możesz wykonywać inne czynności.
2. **Jeśli twoja zmywarka jest nowa, kupiona w ciągu ostatnich kilku lat, przestań płukać pod bieżącą wodą naczynia przed wstawieniem ich do zmywarki**. Nowsze modele zmywarek czyszczą dokładniej niż starsze. Zeskrob tylko resztki żywności do kosza.
3. **Wybierz zmywarkę z trybem eko oraz możliwością użycia wody tylko na jednej półce**. Jeśli posiadasz starszy model zmywarki, uruchamiaj ją tylko przy pełnym załadunku.
4. **Jeśli do naczyń, patelni i garnków przywarło jedzenie, zafunduj im namaczanie**. Zalej je wodą do takiej wysokości, z której chcesz pozbyć się zaschniętych resztek i odstaw na 15-20 minut. Nie zdzieraj resztek pod bieżącą wodą.
5. **Podczas ręcznego mycia naczyń nie pozwól, aby woda płynęła ciurkiem z kranu**. Jeśli masz dwukomorowy zlew, napełnij jedną z nich wodą do mycia, a drugą wodą do płukania. Jeśli posiadasz zlew jednokomorowy, skorzystaj dodatkowo z dużego garnka.
6. **Każdego dnia wybierz jedną szklankę do picia z niej wody i korzystaj z niej przez cały dzień**. Nie musisz myć jej po każdym użyciu. Podobnie w przypadku talerza na suche dania. Jeśli go nie zatłuścisz, możesz z niego korzystać przez cały dzień. Nie wymaga on nawet spłukania, tylko przetarcia ręcznikiem, by pozbyć się paproszków.
7. **Owoce i warzywa myj z wykorzystaniem patelni czy garnka oraz durszlaka**. Zebraną w ten sposób wodę możesz wykorzystać np. do podlewania roślin w domu.
8. **Nie używaj bieżącej ciepłej wody do rozmrażania żywności**. Lepiej rozmrażać żywność w lodówce. Zaoszczędzisz wodę i jednocześnie prąd, bo lodówka skorzysta z chłodu uwalnianego z rozmrażanej żywności.
9. **Wybierz odpowiedni do ilości jedzenia rozmiar naczynia do gotowania**. Duże naczynia mogą wymagać więcej wody do gotowania niż jest to konieczne.
10. **Gotuj jedzenie w jak najmniejszej ilości wody.** Dzięki temu zachowasz więcej składników odżywczych.
11. **Jeszcze lepiej zrobisz, gdy do gotowania warzyw użyjesz parowaru**. Gotowanie na parze wymaga mniejszego zużycia wody, niż tradycyjne gotowanie w garnku z wodą. W dodatku nie wypłukujesz w ten sposób cennych składników z jedzenia, wychodzi więc zdrowiej. Korzystając z piętrowego parowaru możesz jednocześnie ugotować kilka różnych rodzajów warzyw na jednej porcji wody!
12. **Zainstaluj natychmiastowy przepływowy podgrzewacz wody w pobliżu zlewu kuchennego**, wtedy skorzystasz z ciepłej bieżącej wody od razu, bez czekania na ciepły strumień. Na rynku są też dostępne urządzenia umożliwiające podłączenie kilku punktów poboru (np. umywalka + prysznic + zlew). Zmniejsza to również koszty energii.
13. **Jeśli nie masz możliwości zainstalowania podgrzewacza**, nabierz zimną wodę lecącą z kranu, nim poleci ciepła, do garnka lub konewki. Możesz ją wykorzystać do podlewania roślin lub do późniejszego zagotowania na herbatę.
14. **Jeśli przy szykowaniu drinków czy chłodnych napojów wypadnie Ci z ręki jedna lub więcej kostek lodu** – wrzuć je do konewki, nie do zlewu. Jeśli uzbiera Ci się ich więcej, użyjesz tej wody do podlania roślin.
15. **Możesz ponownie wykorzystać resztki wody z gotowanych produktów spożywczych do przygotowania pożywnej zupy**. W dużym garnku zyskasz w ten sposób nawet do ośmiu szklanek wody.
16. **Wodę z gotowania warzyw można także wykorzystać do celów kosmetycznych i pielęgnacyjnych**. Przeczytaj o właściwościach [wody z gotowanych ziemniaków](https://kobieta.wp.pl/nie-wylewaj-wody-po-ziemniakach-moze-miec-zbawienny-wplyw-na-twoj-wyglad-6178075588609665a) (bez użycia soli).
17. **Jeszcze innym zastosowaniem wody z gotowania np. ziemniaków, buraków, selera czy marchwi jest traktowanie jej jako nawozu dla roślin**. Wywarem (bez soli!) należy podlewać rośliny maksymalnie dwa razy w tygodniu.
18. **Wodę z gotowania makaronu możesz wykorzystać do pieczenia ciast,** np. do ciasta na pizzę. Ma ona właściwości sklejające i spulchniające – ciasto wyjdzie za jej sprawą puszyste.
19. **Ostudzoną wodę z gotowania ryżu (bez soli) traktować można jako naturalny tonik lub płukankę do włosów**. Odżywi suche włosy i doda fryzurze objętości.

**TOALETA**

1. **Sprawdzaj swoją toaletę pod kątem przecieków przynajmniej raz w roku**. Przeprowadź test – wrzuć barwnik do żywności do zbiornika na wodę w toalecie i przez godzinę z niej nie korzystaj. Jeśli barwnik przedostanie się do miski klozetowej bez spłukiwania, rozpoznasz nieszczelność.
2. **Rozważ zakup toalety z systemem podwójnego spłukiwania**. Posiada ona dwie opcje spłukiwania: mniejszy strumień dla odpadów płynnych i pełne spłukiwanie dla odpadów stałych. Będziesz zużywać wodę adekwatnie do potrzeby.
3. **Pamiętasz o wodzie z garnków, w których płukane i myte były naczynia?** Użyj jej do spłukiwania toalety.
4. **Nie wyrzucaj do toalety resztek żywności, ręczników papierowych, odpadów higienicznych, soczewek kontaktowych**. Nie tylko są problematyczne w oczyszczalniach ścieków. Mogą również zmniejszyć drożność w rurach odpływowych, a tym samym zmusić Ciebie do zużycia większej ilości wody, by spłukać zawartość miski klozetowej.
5. **Rozważ montaż toalety z systemem odzyskiwania wody szarej**. Zbiornik na wodę zbiera w takim systemie wodę służącą do mycia rąk i przekazuje ją do miski ustępowej. Najwydajniejsze rozwiązania zużywają ok. 30% wody pitnej i 70% wody z odzysku. Takie modele „WC i umywalka w jednym” oferują w Polsce np. firmy Roca czy Cooke&Lewis.

**ŁAZIENKA**

1. **Wybieraj prysznic zamiast kąpieli w wypełnionej po brzegi wannie**. Nawet, jeśli nie posiadasz kabiny prysznicowej, da się dostosować wannę do korzystania z natrysku. To najlepszy sposób na znaczące oszczędności w zużyciu wody w łazience. Pełna wanna wymaga nawet ponad 70 litrów wody!
2. Jeśli już musisz korzystać z kąpieli, **napełnij wannę do połowy**.
3. Jeśli zawsze korzystasz z prysznica, **spróbuj skrócić czas jego trwania o kilka minut**.
4. **Zakręcaj wodę w prysznicu, gdy masujesz ciało mydłem czy żelem**. Uruchom ponownie dopiero w celu opłukania ciała.
5. **Spróbuj przyzwyczaić ciało do korzystania z nieco chłodniejszej wody** niż masz w zwyczaju.
6. **Napraw nieszczelne krany**. Regularnie wymieniaj zużyte uszczelki. Podobnie sprawdzaj wszystkie węże, złącza i baterie pod kątem wycieków. Nie zapomnij sprawdzić kranów, rur i węży na zewnątrz, jeśli mieszkasz w domu.
7. **Wyłącz bieżącą wodę, gdy myjesz zęby**. Odkręcaj ją wtedy, gdy chcesz jej nabrać do płukania ust i przemycia szczoteczki. Najlepiej korzystaj z kubka, do którego nalejesz wodę do płukania ust.
8. **Gdy pierzesz ręcznie** np. skarpetki, korzystaj z miski lub zatkaj umywalkę i napełnij ją wystarczającą ilością wody. Nie pierz pod bieżącą wodą.
9. **Wyłącz wodę, gdy myjesz głowę szamponem** – użyj jej tylko do spłukiwania. Rób podobnie, gdy myjesz ręce.
10. Starszą pralkę uruchamiaj wtedy, kiedy załadujesz ją do pełna.
11. **Jeśli posiadasz starą pralkę, rozważ wymianę na nową**. Nie tylko zużyje mniej energii, ale także dopasuje ilość wody do wielkości załadunku.
12. **Poprzez mycie ciemnych ubrań w chłodniejszej wodzie** oszczędzisz i wodę i energię, a ubrania zachowają kolor na dłużej. Współczesne detergenty poradzą sobie już w 30 stopniach Celsjusza.

**OGRÓD I DZIAŁKA**

1. **Zacieniając ogród za pomocą wysokich krzewów i drzew**, zmniejsza się zjawisko szybkiego odparowywania wody z gleby. W cieniu proces ten zachodzi wolniej. Tym samym rzadziej będzie trzeba nawadniać ogród.
2. **Zminimalizuj parowanie** poprzez podlewanie we wczesnych godzinach porannych, kiedy temperatura jest niższa, zamiast w środku dnia. Więcej wody zostanie wchłoniętej przez rośliny.
3. **Podlewaj wtedy, gdy gleba jest sucha na głębokości 5-7 cm**. Użyj kielni, łopaty lub sondy (laski) glebowej, aby sprawdzić wilgotność gleby. Więcej roślin ogrodowych umiera z powodu nadmiernego podlewania i gnicia korzeni niż z niedostatecznego podlewania.
4. Stosuj tylko tyle wody, ile gleba jest wstanie jej wchłonąć. **Nie twórz kałuż!**
5. **Jeśli gdzieś powstają kałuże, wyrównaj grunt.** Woda powinna wsiąkać w glebę równomiernie.
6. Okresowo (najlepiej na wiosnę) **napowietrzaj trawnik**. W tym celu zrób w podłożu otwory, dzięki którym woda łatwiej i bardziej równomiernie wsiąknie w grunt.
7. Pamiętaj, że **trawnik koszony na krótko potrzebuje więcej wody**. Nie przycinaj go na mniej niż 1/3 wysokości.
8. Jeśli posiadasz **automatyczny system zraszający**, sprawdzaj jego sprawność i wyreguluj go, aby podlewać trawnik, a nie dom, chodnik lub ulicę.
9. Jeśli woda spływa z trawnika na ścieżki i chodniki, **zmniejsz częstotliwość podlewania**.
10. Gdy domownicy chcą się ochłodzić, użyj zraszacza w miejscu, gdzie trawnik najbardziej tego potrzebuje.
11. **Nie podlewaj trawnika w wietrzne dni**, kiedy większość wody jest znoszona z wiatrem lub odparowuje.
12. **Zmieniaj intensywność i częstotliwość podlewania** w zależności od warunków pogodowych i pory roku.
13. **Obserwuj wygląd roślin, by ocenić, czy nie przesadzasz z ilością wody**. Oznakami nadmiernego podlewania będzie np. zmiana koloru liści na jaśniejsze odcienie zielonego lub żółtego czy opadanie pędów i pąków.
14. **Zainstaluj czujnik deszczu** na programatorze nawadniania, aby system nie działał, gdy pada deszcz.
15. **Podlewaj swoje rośliny głęboko,** tzn. lej wodę dłużej w jednym miejscu, zamiast szeroko wokół roślin, a krótko. Zachęcisz je w ten sposób do głębokiego wzrostu korzeni i zwiększysz ich tolerancję na suszę, bo korzystać będą z głębiej położonej wody gruntowej.
16. **Użyj beczki deszczowej** do zbierania wody deszczowej w ogrodzie. Jeśli posiadasz tylko balkon, wystaw wiadro, do którego zbierzesz wodę – wykorzystasz ją później do podlewania roślin.
17. Pamiętaj, aby **okresowo sprawdzać szczelność zaworów systemu zraszającego** i utrzymywać jego głowice w dobrym stanie.
18. **Przycinanie krzewów i usuwanie podeschniętych pędów** pomoże roślinom w bardziej efektywnym wykorzystaniu wody.
19. **Użyj miotły zamiast węża** do czyszczenia tarasów, chodników i podjazdów.
20. Zgłaszaj lokalnemu dostawcy wody zepsute rury i nieszczelne hydranty, gdy tylko zauważysz usterkę.
21. **Zachwaszczone rabaty potrzebują więcej wody**. Jeśli nie chcesz, by twoje rośliny musiały walczyć z intruzami o każdą życiodajną kroplę, regularnie usuwaj chwasty.
22. **Lepszej retencji wody w ogrodzie sprzyja dobór odpowiednich roślin**. Warto postawić na gatunki, które dobrze znoszą krótkie, a nawet długie okresy suszy.
23. **Przed sadzeniem roślin należy odpowiednio przygotować podłoże**, by jak najdłużej zatrzymywało wodę w strefie wzrostu korzeni. W tym celu należy wsypać do przygotowanego dołka kompost lub ziemię wymieszaną z torfem, a dopiero na nie wysypać ziemię ogrodową.

Uff, udało Ci się dobrnąć do końca listy sposobów oszczędzania wody powstałej na bazie pozyskanych wiadomości od uczniów klasy ósmej. Jedyne co Wam zostało to wdrożyć choć część w życie.

Powodzenia☺