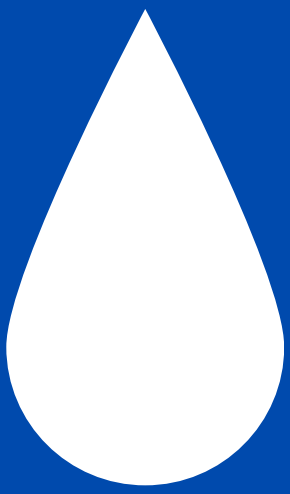
Apa din jurul tău

GHID PRACTIC PENTRU UTILIZAREA RESPONSABILĂ A APEI



ASOCIAȚIA PLANETA VERDE
ÎN PARTENERIAT CU PHILIP MORRIS ROMÂNIA

Introducere

Apa ajunge la robinetul dumneavoastră printr-un sistem pe care majoritatea nu îl vedem niciodată și nu ne punem, de regulă, nici o întrebare de genul cum, de unde, pe unde etc. Vine, e disponibilă, o folosim. Acest ghid pornește de la simplă întrebare: ce se întâmplă cu apa înainte să ajungă la noi și după ce se scurge pe canal?

Asociația Planeta Verde monitorizează calitatea apei din bazinul râului Pasărea – bazinul hidrografic Argeș-Vedea, alături de voluntari și specialiști din comunitatea locală. Din această experiență de teren am adunat informații pe care vrem să le facem accesibile tuturor, nu doar celor din domeniu.

Ghidul este structurat în trei părți: de unde vine apa pe care o folosim, ce ajunge în ea și de ce contează, dar și ce puteți face concret, la nivel individual și comunitar. Nu este un tratat tehnic și nu își propune să vă transforme în experți în hidrologie. Este un instrument de lucru, pe care îl puteți parcurge integral sau consulta pe capitole, în funcție de ce vă interesează.

Informațiile prezentate se bazează pe surse verificate. Unde am simplificat, am făcut-o pentru claritate, nu în detrimentul acurateței.

PARTEA I - APA PE CARE O FOLOSIM



De unde vine apa dumneavoastră

Cât consumăm și cât risipim

Apa îmbuteliată: mit vs. realitate

Capitolul 1. De unde vine apa dumneavoastră

TRASEUL APEI: DE LA SURSA LA ROBINET

Apa pe care o folosiți zilnic parcurge un traseu mai lung decât pare. Totul începe cu o sursă: un râu, un lac de acumulare sau un strat de apă subterană, din care apa este captată și transportată către o stație de tratare.

Acolo, apa trece printr-o succesiune de etape care o curăță treptat:

- **Curățarea mecanică** – se îndepărtează particulele mari, precum frunze, nisip sau resturi solide.
- **Limpezirea** – se adaugă substanțe care fac impuritățile fine să se aglomereze și să se depună, astfel încât apa să devină limpede.
- **Filtrarea** – apa trece prin straturi de nisip și/sau cărbune activ, care reține ce a mai rămas.
- **Dezinfecția** – ultimul pas, prin care se elimină bacteriile și virusurile, de regulă prin clor, ozon sau raze UV.

Abia după acest proces apa intră în rețeaua de distribuție și ajunge la dumneavoastră printr-un sistem de conducte, rezervoare și stații de pompare care mențin presiunea constantă zi și noapte.



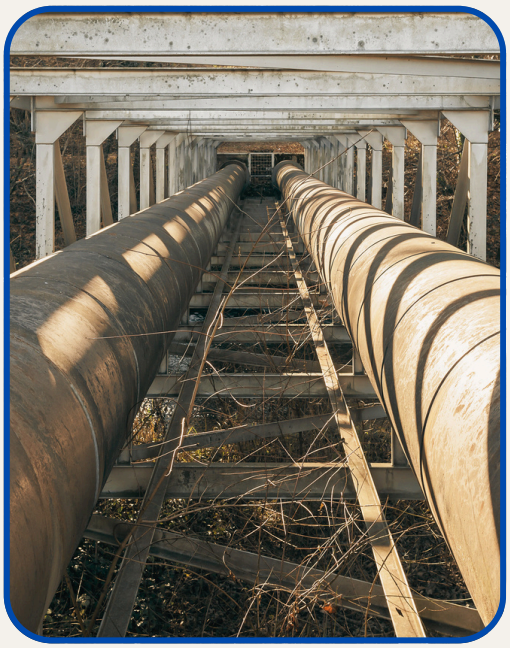
De ce apa de la robinet este, în general, sigură de băut



În România, apa potabilă livrată prin rețea este verificată constant. Operatorii de apă testează periodic parametrii care contează pentru sănătate - de la claritate până la prezența eventualelor bacterii - iar rezultatele sunt monitorizate de autoritățile de sănătate publică.

Asta nu înseamnă că nu pot apărea probleme punctuale: conducte vechi, avarii locale sau evenimente meteo pot afecta temporar calitatea apei într-o anumită zonă. Dar înseamnă că există un sistem activ de control, cu responsabili clari - ceea ce nu se poate spune despre orice sursă alternativă de apă pe care ați putea fi tentați să o considerați „mai sigură” din reflex.

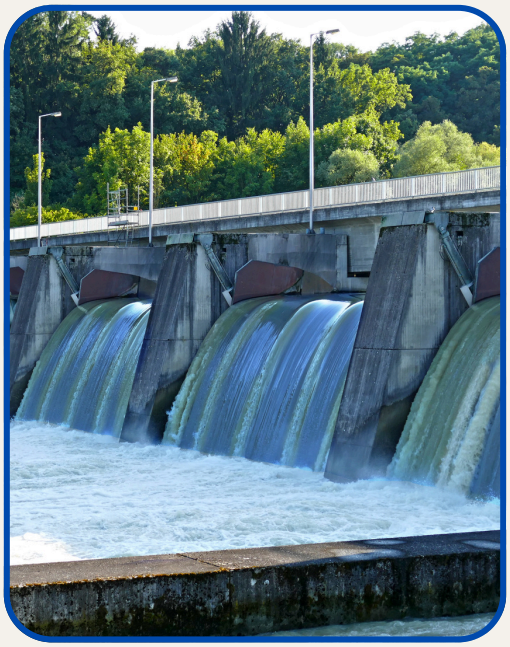
Ce nu vedem în acest traseu

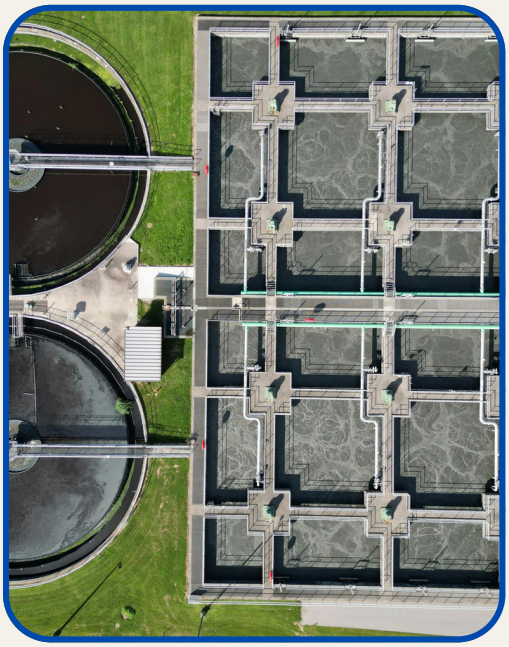


Rareori ne gândim la infrastructura din spatele robinetului: kilometri de conducte, stații de pompare care funcționează non-stop, oameni care verifică parametri la ore fixe.

Este o infrastructură costisitoare și, în multe zone, îmbătrânită - o parte din apa deja tratată se pierde pe drum, înainte de a ajunge la consumator, din cauza conductelor vechi.

Infografic :
Drumul apei de la râu la paharul tău - captare, tratare, distribuție, robinet









Capitolul 2. Cât consumăm și cât risipim

Cât apă folosim, de fapt

Un român consumă, în medie, undeva între 100 și 130 de litri de apă pe zi, de la robinet. Cifra variază destul de mult între oraș și mediul rural, în funcție de accesul la rețeaua de canalizare și de dotările din locuință. Pentru comparație, media europeană se situează, în general, în aceeași zonă, deși țări precum Germania sau Danemarca au reușit, prin politici de economisire susținute ani la rând, să coboare consumul mediu sub 120 de litri pe cap de locuitor.
Diferența nu vine neapărat din câtă apă bem sau gătim, ci din tot ce se întâmplă în restul locuinței.

Cât apă folosim, de fapt

Dacă ar fi să împărțim un consum casnic tipic pe categorii, imaginea arată cam așa:

BAIE ȘI DUȘ - APROXIMATIV O TREIME DIN CONSUMUL TOTAL. UN DUȘ DE 10 MINUTE POATE FOLOSI 100-150 L.

TOALETĂ - O ALTĂ TREIME, UNEORI MAI MULT, MAI ALES LA INSTALAȚIILE VECHI, FĂRĂ REZERVOR CU DEBIT REGLABIL.

BUCĂTĂRIE (GĂTIT, SPĂLAT VASE) - APROXIMATIV 10-15%.

SPĂLĂTORIE (MAȘINA DE SPĂLAT) - 10-15%.

CURTE ȘI GRĂDINĂ, ACOLO UNDE EXISTĂ - VARIAZĂ ENORM, DE LA APROAPE ZERO LA O TREIME DIN CONSUM, ÎN LUNILE DE VARĂ, LA UDATUL INTENSIV.

Practic, cea mai mare parte din apa pe care o „folosim” nu ajunge în corpul nostru, ci în canalizare, adesea fără să fi fost cu adevărat necesară în cantitatea respectivă.

Consumul pe care nu-l vedem

Există și o categorie de consum de apă pe care nu o simțim direct: apa „ascunsă” în lucrurile pe care le cumpărăm și le consumăm. Se numește, tehnic, amprentă de apă, dar ideea e simplă: orice produs a folosit apă undeva în procesul de fabricație, chiar dacă noi nu am deschis niciun robinet.

Câteva repere, orientative:

- Un tricou din bumbac poate „costa” în jur de 2.500 de litri de apă, mai ales din cauza irigării culturilor de bumbac.
- Un kilogram de carne de vită poate ajunge la 15.000 de litri, dacă adunăm apa folosită pentru hrana animalelor, adăpat și procesare.
- O ceașcă de cafea înseamnă aproximativ 130 de litri de apă, luând în calcul cultivarea și procesarea boabelor.

Aceste cifre nu sunt un motiv de vinovăție, ci un exercițiu de perspectivă: consumul de apă nu se oprește la robinet, iar deciziile de zi cu zi - ce mâncăm, ce cumpărăm - au și ele o componentă de apă, chiar dacă invizibilă.



CEAȘCĂ DE CAFEA: CIRCA 130-140 LITRI



TRICOU DIN BUMBAC: CIRCA 2.700 LITRI DE APĂ



SMARTPHONE: CIRCA 12.000-13.000 LITRI

Capitolul 3. Apa îmbuteliată: mit vs. realitate

ROBINET SAU STICLĂ: CE DIFERĂ CU ADEVĂRAT

Apa îmbuteliată este adesea percepută ca fiind „mai curată” sau „mai sigură” decât cea de la robinet. În realitate, ambele sunt reglementate și verificate, prin sisteme diferite, dar cu standarde comparabile de calitate. Diferența nu stă, de regulă, în siguranță, ci în altceva: cost, ambalaj și obișnuință.
Apa îmbuteliată are, în plus, un dezavantaj pe care rareori îl luăm în calcul: odată deschisă și depozitată necorespunzător (căldură, lumină directă), calitatea ei se poate degrada mai rapid decât v-ați aștepta, mai ales dacă este păstrată în sticle PET expuse la temperaturi ridicate.

COSTUL REAL AL UNEI STICLE PET

O sticlă de apă cumpărată costă, aparent, puțin. Dar costul real este mai mare decât prețul de pe etichetă:

- Costul financiar - cumpărată constant, apa îmbuteliată ajunge să coste, pe an, considerabil mai mult decât apa de la robinet, care este de zeci de ori mai ieftină per litru.
- Costul de fabricație - o sticlă PET necesită petrol pentru producție și apă pentru procesul de fabricație în sine, undeva la 3 litri de apă folosiți pentru a produce o sticlă de 1 litru.
- Costul de transport - apa este grea, iar transportul ei pe distanțe lungi consumă combustibil și generează emisii, spre deosebire de apa de la robinet, care ajunge direct la dumneavoastră.
- Costul de final de viață - o parte din sticlele PET nu ajung reciclate corect, iar cele care ajung în natură se degradează foarte lent, uneori sute de ani.



Alternativa refill: cum funcționează

O soluție tot mai răspândită sunt stațiile de apă filtrată (puncte de refill), amplasate în spații publice sau instituționale. Funcționează simplu: aduceți propria sticlă reutilizabilă, o umpleți cu apă filtrată, gata de băut, fără cost sau la un cost minim.
Prin proiectul actual, Asociația Planeta Verde va instala astfel de puncte de refill în două locații din județul Ilfov, gândite tocmai pentru a face alternativa la sticla PET cât mai accesibilă în activitatea zilnică.

CÂT ECONOMISIȚI, CONCRET

Dacă în mod obișnuit cumpărați o sticlă de apă de 0,5 litri pe zi, asta înseamnă 365 de sticle PET pe an, per persoană. Trecând pe o sticlă reutilizabilă și un punct de refill:

- Economisiți acele 365 de sticle din circulație anual.
- Reduceți costul anual cu apă de câteva ori față de varianta îmbuteliată.
- Eliminați, practic, contribuția dumneavoastră individuală la deșeurile PET ce nu sunt reciclate din acest consum specific.

Nu este o schimbare dramatică de stil de viață. Este o sticlă reutilizabilă și un obicei nou.



PARTEA II - CE AJUNGE ÎN APĂ SI DE CE CONTEAZĂ



Deșeurile casnice și apa: un drum pe care nu-l vezi

Plasticul și apa

Agricultura, grădina dumneavoastră și apa

Deșeurile aruncate în natură și râurile noastre

Capitolul 4. Deșeurile casnice și apa: un drum pe care nu-l vezi

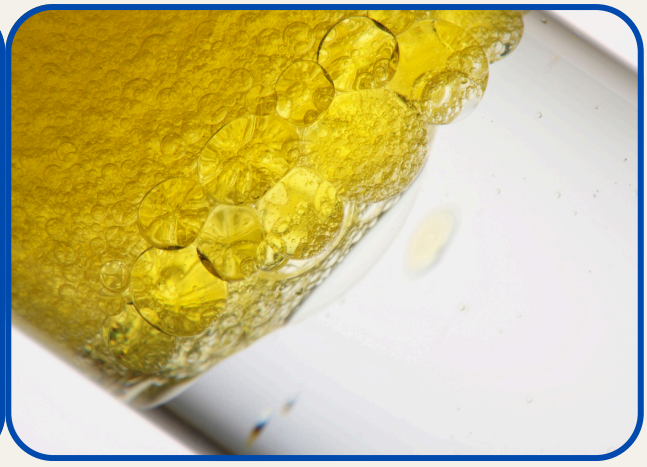
CE SE ÎNTÂMPLĂ CÂND ARUNCAȚI CEVA ÎN CHIUVETĂ

Chiuveta, cada sau toaleta par un loc „sigur” pentru orice lichid sau reziduu de care vreți să scăpați. Realitatea este că tot ce aruncați acolo urmează un traseu concret: chiuvetă → rețeaua de canalizare → stația de epurare → râu. Problema este că stația de epurare nu este concepută să elimine orice.
O stație de epurare tratează eficient materia organică și o parte din nutrienți, prin procese biologice. Nu este însă echipată să descompună substanțe chimice complexe, medicamente sau uleiuri în cantități mari - acestea trec parțial netratate sau perturbă procesul biologic de epurare.

ULEIUL DE GĂTIT

Turnat în chiuvetă, uleiul se solidifică pe pereții conductelor, contribuind la înfundări și la formarea așa-numitelor „fatberguri” - mase compacte de grăsime și deșeuri care blochează canalizarea. Ajuns în apă, un litru de ulei poate forma o peliculă care împiedică oxigenarea apei pe suprafețe extinse, afectând viața acvatică.
Alternativă: strângeți uleiul folosit într-un recipient închis și duceți-l la un punct de colectare (multe orașe au containere dedicate) sau, în lipsa acestora, la deșeurile menajere reziduale, niciodată la canalizare.





Medicamentele expirate

Aruncate la toaletă, resturile de medicamente ajung în stațiile de epurare, care nu sunt proiectate să elimine substanțe farmaceutice active. Urme de antibiotice, hormoni sau analgezice pot ajunge astfel în cursurile de apă, cu efecte greu de anticipat asupra ecosistemelor acvatice pe termen lung.
Alternativă: farmaciile au obligația de a prelua medicamente expirate pentru distrugere controlată. Este varianta corectă, nu toaleta sau coșul de gunoi obișnuit.

CHIMICALELE DE CURĂȚENIE

Detergenții și substanțele de curățat sunt formulate să fie folosite diluat, în cantități mici. Turnate în exces sau concentrat, ele pot perturba echilibrul biologic din stațiile de epurare și, ajunse în râu, pot afecta direct organismele acvatice.
Alternativă: respectați dozele recomandate pe etichetă - nu doar din motive economice, ci pentru că un exces nu curăță „mai bine", doar poluează mai mult.

VOPSEAUA ȘI SOLVENȚII

Resturile de vopsea, diluant sau lac nu trebuie niciodată turnate la chiuvetă sau canalizare. Conțin substanțe toxice pentru organismele acvatice, chiar și în cantități mici și nu se descompun în procesul obișnuit de epurare.
Alternativă: lăsați vopseaua rămasă să se usuce complet în recipient (dacă e cantitate mică) și duceți-o la un punct de colectare a deșeurilor periculoase menajere, disponibile în majoritatea orașelor mari.

Ce reține - și ce nu reține - o stație de epurare

Pentru a rezuma: o stație de epurare reține eficient materia organică, o parte din nutrienți și solidele în suspensie. Nu reține eficient: metale grele, majoritatea substanțelor farmaceutice, solvenți, uleiuri în cantitate mare sau microplastice. Ce nu este reținut ajunge, în cele din urmă, în râu.









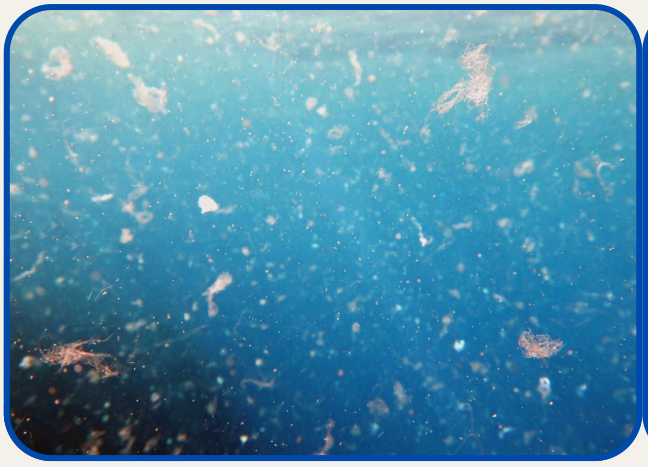
Capitolul 5. Plasticul și apa

DE LA STICLA ARUNCATĂ LA MICROPLASTIC

Un obiect din plastic aruncat în natură sau ajuns, printr-un traseu ocolit, într-un curs de apă nu dispare. Sub acțiunea soarelui, a apei și a frecării, se fragmentează treptat în bucăți din ce în ce mai mici - de la fragmente vizibile, la particule de câțiva milimetri, până la microplastice, sub 5 milimetri, uneori invizibile cu ochiul liber.
Acest proces poate dura ani sau chiar zeci de ani, timp în care plasticul rămâne prezent în mediu, doar sub altă formă.

CUM AJUNG MICROPLASTICELE ÎNAPOI LA NOI

Microplasticele formate în râuri și lacuri pot ajunge, teoretic, în surse de apă folosite pentru captare, dacă procesele de tratare nu le reține complet. Cercetările din ultimii ani arată prezența unor concentrații mici de microplastice atât în apa îmbuteliată, cât și în apa de la robinet, în multe țări din lume - nu este un fenomen specific unei singure surse.
Ce înseamnă asta pentru sănătate este încă un domeniu activ de cercetare. Nu există, la acest moment, dovezi clare de efecte acute la nivelul concentrațiilor tipice găsite în apa potabilă, dar comunitatea științifică recomandă prudență și reducerea expunerii acolo unde este posibil, mai ales pentru sursele de plastic evitabile.





Ce puteți face, concret

Nu este vorba despre a elimina complet plasticul din viața dumneavoastră, ci despre a reduce sursele evitabile:

- Preferați sticle reutilizabile în locul celor de unică folosință.
- Evitați, unde puteți, ambalajele din plastic pentru produse care au alternative (sticlă, hârtie, materiale reciclabile).
- Aruncați deșeurile de plastic la reciclare, nu la deșeuri reziduale/municipale - chiar dacă reciclarea nu este perfectă, reduce cantitatea care ajunge necontrolat în natură.
- Evitați aruncarea deșeurilor de plastic în apropierea cursurilor de apă - vântul și ploaia le pot transporta ușor spre albie.

Nu este un capitol despre panică, ci despre o sursă de poluare pe care o putem reduce prin decizii simple, repetate.









Capitolul 6. Agricultura, grădina dumneavoastră și apa

DIN SOL LA PÂNZA FREATICA

Ce puneți pe sol nu rămâne izolat acolo. Apa de ploaie sau de irigare spală o parte din substanțele aplicate pe sol - îngrășăminte, pesticide - și le transportă în adâncime, spre pânza freatică, sau la suprafață, spre cel mai apropiat curs de apă.
Nitrații, proveniți din îngrășăminte chimice sau naturale (gunoi de grajd) aplicate în exces, sunt printre cei mai frecvenți poluanți ai apei subterane din zonele agricole. În concentrații mari, apa cu nitrați poate fi periculoasă, mai ales pentru sugari.

DE CE CONTEAZĂ, CHIAR DACA AVEȚI DOAR GRĂDINĂ

Nu este un subiect relevant doar pentru fermele mari. Dacă aveți o grădină, o curte cultivată sau chiar ghivece tratate cu îngrășăminte și pesticide, principiul este același, dar la scară redusă: ce aplicați pe sol poate ajunge, în timp, în apa freatică din zonă, mai ales dacă locuința dumneavoastră are fântână proprie.

PRACTICI SIMPLE CARE PROTEJEAZA APA

- Folosiți îngrășăminte în dozele recomandate, nu „mai mult ca să fie sigur” - excesul nu ajută planta, dar ajunge în sol și în apă.
- Preferați îngrășăminte naturale, compost, în locul celor chimice concentrate, acolo unde este posibil.
- Evitați aplicarea de îngrășăminte sau pesticide înainte de ploi anunțate - riscul de spălare rapidă este mult mai mare.
- Păstrați o zonă tampon (necultivată sau înierbată) între zona tratată și orice curs de apă din apropiere, dacă este cazul.
- Alegeți, unde este posibil, metode alternative de combatere a dăunătorilor în locul pesticidelor chimice de sinteză.

Grădinăritul responsabil față de apă nu înseamnă renunțarea la productivitate, ci aplicarea cu măsură a ceea ce oricum folosiți.

Capitolul 7. Deșeurile aruncate în natură și râurile noastre

TRASEUL GUNOIULUI DE PE MAL

Gunoiul aruncat pe malul unui râu nu rămâne, de regulă, acolo unde a fost lăsat. Ploaia, vântul și creșterile de nivel ale apei îl transportă treptat spre albie. De acolo, urmează traseul oricărui deșeu ajuns în apă: se fragmentează, se acumulează sau este transportat mai departe, afectând ecosistemul pe măsură ce înaintează.

CE TIPURI DE DEȘEURI APAR CEL MAI DES

În activitatea de monitorizare a Asociației Planeta Verde pe bazinul hidrografic Argeș-Vedea, din care face parte și râul Pasărea, printre cele mai frecvente deșeuri identificate pe maluri se numără ambalajele de plastic și sticlele PET, resturile din construcții, anvelopele abandonate și, tot mai des, deșeurile electronice mici. Fiecare are un impact diferit:

- Deșeurile din construcții (moloz, resturi de materiale) pot modifica local albia și afecta habitatul speciilor din apă.
- Anvelopele eliberează, în timp, substanțe chimice și microparticule de cauciuc, greu de descompus.
- Deșeurile electronice pot conține metale grele (plumb, mercur) care se pot infiltra lent în sol și apă.



Impactul asupra biodiversității și calității apei



Deșeurile acumulate pe maluri si în albie afectează direct speciile care depind de calitatea apei - de la nevertebratele acvatice folosite ca indicatori de calitate a apei, până la păsările și peștii din zonă. O albie plină de deșeuri este, de multe ori, un semn timpuriu al unei calități a apei în declin, chiar înainte ca analizele de laborator să confirme acest lucru.
Acesta este motivul pentru care activitățile de ecologizare a malurilor nu sunt doar un gest simbolic, ci au un impact măsurabil asupra calității apei la nivel local.

PARTEA III - CE PUTEȚI FACE



15 obiceiuri care protejează apa

În comunitate: cum vă implicați

Cu copiii: cum vorbim despre apă

Capitolul 8. Acasă: 15 obiceiuri care protejează apa

ÎN BUCĂTĂRIE

1. Nu turnați uleiul de gătit la chiuvetă - colectați-l separat. Evită înfundarea conductelor și poluarea directă a apei.
2. Porniți mașina de spălat vase doar plină - economisiți în medie 15-20 de litri per ciclu evitat.
3. Nu lăsați apa să curgă în timp ce spălați legume sau vase - folosiți un vas cu apă în loc de jet continuu; economie de până la 10 litri per spălare.
4. Reparați imediat un robinet care picură - o picurare constantă poate însemna peste 15 litri pierduți pe zi.

ÎN BAIE

5. Reduceți durata dușului cu 2-3 minute - economisiți 20-30 de litri de fiecare dată.
6. Închideți robinetul cât timp vă spălați pe dinți - economie de până la 6 litri per spălare.
7. Montați un dispozitiv de reducere a debitului (aerator) la robinet - reduce consumul cu până la 50%, fără să simțiți diferența de presiune.
8. Verificați rezervorul toaletei pentru scurgeri - un test simplu: puneți colorant alimentar în rezervor; dacă apare culoare în vas fără să trageți apa, aveți o defecțiune.

ÎN CURTE ȘI GRĂDINĂ

9. Udați dimineața devreme sau seara, nu la amiază - reduceți evaporarea și folosiți apa mai eficient.
10. Colectați apa de ploaie pentru udat, acolo unde este posibil - un butoi conectat la jgheab poate acoperi o parte semnificativă din nevoia de udare estivală.
11. Alegeți plante adaptate climatului local, cu nevoi reduse de apă, pentru zonele decorative.
12. Nu udați excesiv - solul saturat nu ajută planta, doar spală nutrienții și irosește apă.

LA CURĂȚENIE

13. Folosiți doza recomandată de detergent, nu „un plus ca să fie sigur” - excesul nu curăță mai bine, doar poluează mai mult.
14. Alegeți, unde este posibil, produse de curățenie biodegradabile - se descompun mai ușor în procesul de epurare.
15. Nu aruncați resturi de vopsea, chimicale sau medicamente la chiuvetă sau toaletă - duceți-le la punctele de colectare corespunzătoare (vezi Capitolul 4).

Capitolul 9.
În comunitate: cum vă implicați

CUM RAPORTAȚI O POLUARE

Dacă observați o poluare a apei, deversări ilegale sau deșeuri depozitate necorespunzător lângă un curs de apă, și nu numai, aveți la dispoziție câteva canale oficiale:

- Garda Națională de Mediu (GNM) - instituția principală responsabilă cu controlul și sancționarea faptelor de poluare. Sesizările se pot depune prin formularul de pe site-ul oficial www.gnm.ro, prin e-mail sau telefonic, la comisariatul județean corespunzător.
- Agenția pentru Protecția Mediului (APM) județean - pentru sesizări și informații privind autorizațiile de mediu și calitatea factorilor de mediu din județ.
- Numărul unic de urgență 112 - pentru situații care necesită intervenție imediată (de exemplu, o deversare activă, vizibilă, cu risc iminent).

Când depuneți o sesizare, este util să includeți: data și ora observației, locația cât mai exactă, fotografii sau scurte clipuri video, și, dacă este posibil, detalii care pot identifica sursa (numere de înmatriculare, nume de firmă vizibil la fața locului etc.). Solicitați întotdeauna un număr de înregistrare al sesizării, pentru a putea urmări modul de soluționare.

CUM VERIFICATI CALITATEA APEI DIN ZONA DUMNEAVOASTRĂ

Ca cetățean, aveți dreptul de a solicita informații publice despre calitatea apei potabile din localitatea dumneavoastră, direct de la operatorul regional de apă sau de la direcția de sănătate publică județeană, care publică periodic rezultate ale monitorizării.
Rapoartele Asociației Planeta Verde privind calitatea apei din bazinul Pasărea sunt, de asemenea, disponibile public pe site-ul asociației.

Capitolul 10.
Cu copiii: cum vorbim despre apă

DE UNDE VINE APA - PE ÎNȚELESUL LOR

Copiilor le este mai ușor să înțeleagă concepte abstracte prin experimente și povești, nu prin explicații tehnice. Pentru „de unde vine apa”, o comparație simplă funcționează bine: „Apa face o călătorie - pleacă din râu, trece printr-un loc unde este curățată foarte bine, ca o mașină de spălat uriașă pentru apă, și apoi vine la robinetul nostru prin țevi, ca printr-un labirint lung.”

EXPERIMENTUL CLASIC DE FILTRARE A APEI

Un experiment simplu, potrivit pentru acasă sau la școală: construiți un filtru rudimentar dintr-o sticlă de plastic tăiată, cu straturi de vată, nisip și pietricele. Turnați apă amestecată cu puțin pământ prin filtru și observați împreună cum apa iese mai limpede la celălalt capăt.
Important: subliniați-le copiilor că acest filtru simplu curăță doar impuritățile vizibile - nu face apa sigură de băut. Este un exercițiu pentru a înțelege principiul filtrării, nu o metodă reală de tratare a apei. Comparați apoi acest proces simplu cu etapele mult mai complexe dintr-o stație de tratare reală (Capitolul 1).

DE CE NU ARUNCĂM ANUMITE LUCRURI LA CHIUVETĂ

Pentru copiii mai mici, o explicație simplă funcționează: „Apa de la chiuvetă merge tot spre râu, la fel ca apa de la robinet care vine tot de-acolo. Dacă turnăm lucruri care nu ar trebui - vopsea, ulei, medicamente - ele ajung, până la urmă, tot în râu, unde trăiesc pești și alte viețuitoare.”

Alte activități simple

- Plimbare la un curs de apă din apropiere, cu observarea directă a ce se vede pe mal (curat/murdar) și discuție despre ce ar trebui făcut.

- Joc de sortare: separarea unor deșeuri în categorii - „poate la reciclare”, „la punctul de colectare specială”, „niciodată la chiuvetă”.

- Desenarea traseului apei, de la nor la robinet și înapoi la râu - un exercițiu vizual care fixează mai bine informația decât explicația verbală.









ACASĂ

Checklist rapid

- [ ] Nu torn uleiul de gătit la chiuvetă - îl colectez separat.
- [ ] Pornesc mașina de spălat vase doar plină.
- [ ] Nu las apa să curgă în timp ce spăl legume/vase.
- [ ] Nu torn uleiul de gătit la chiuvetă - îl colectez separat.
- [ ] Repar imediat orice robinet care picură.
- [ ] Fac dușul cu 2-3 minute mai scurt.
- [ ] Închid robinetul cât timp mă spăl pe dinți.
- [ ] Verific rezervorul toaletei pentru scurgeri.
- [ ] Ud grădina dimineața sau seara, niciodată la amiază.
- [ ] Colectez apă de ploaie pentru udat, dacă pot.
- [ ] Nu arunc vopsea, chimicale sau medicamente la chiuvetă sau toaletă.

LA BIROU

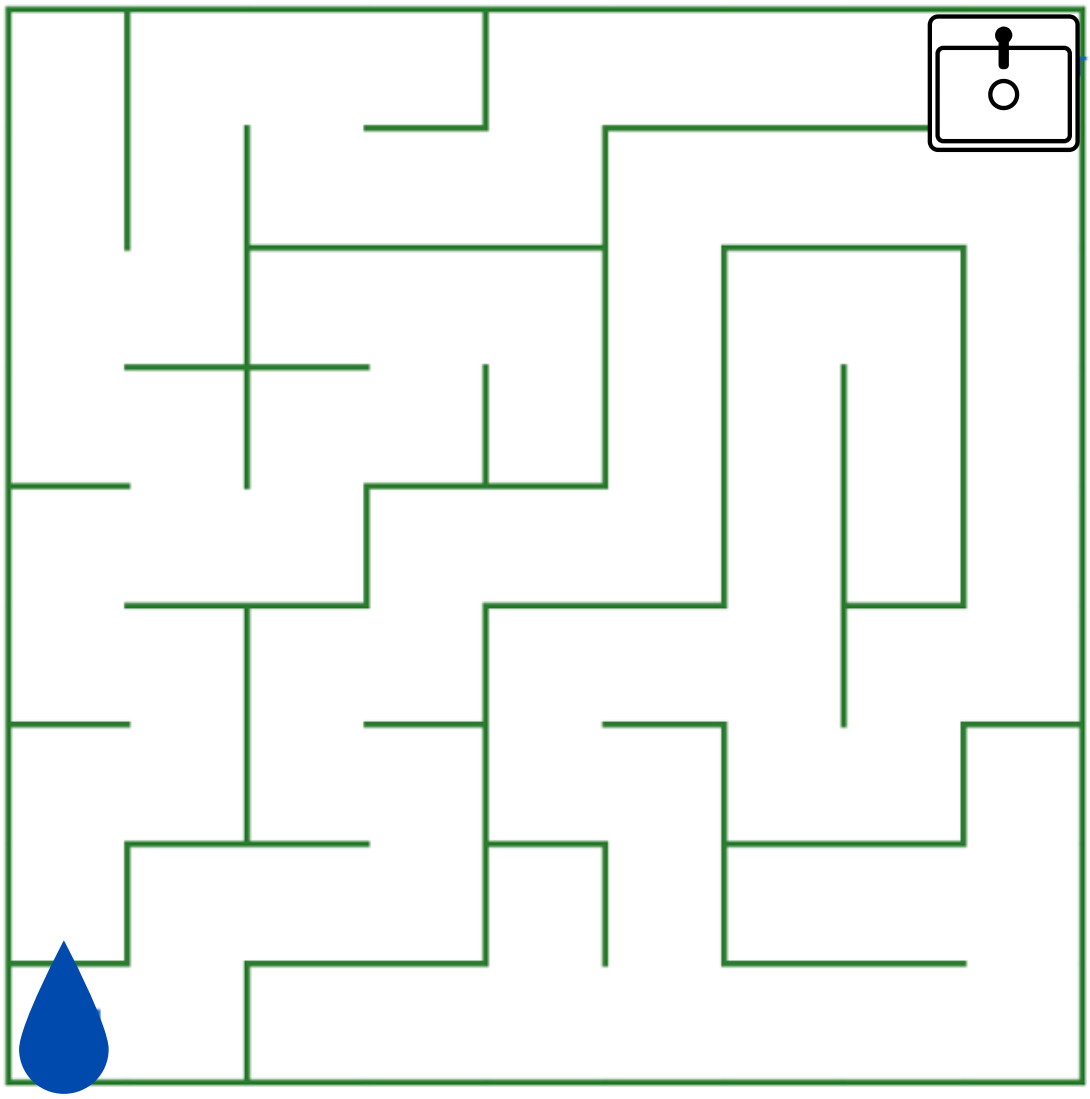
Checklist rapid

Obiceiurile de acasă contează, dar și spațiul de lucru are amprenta lui de apă. Câteva obiceiuri simple, valabile și în echipă:

- [ ] Pornesc mașina de spălat vase doar plină.
- [ ] Nu las robinetul deschis cât timp clătesc cana sau paharul.
- [ ] Raportez imediat administrației un robinet care picură sau o toaletă care curge continuu.
- [ ] Folosesc cana proprie sau o sticlă reutilizabilă în loc de pahare de unică folosință
- [ ] Pornesc mașina de spălat vase de la birou doar plină.
- [ ] Ud plantele de birou cu apa rămasă în carafe sau pahare neterminate, nu doar cu apă proaspătă.
- [ ] Semnalez petele de umezeală sau mocheta udă - pot ascunde o scurgere nevăzută.
- [ ] Susțin, unde am cuvânt de spus, alegerea unor echipamente cu consum redus de apă.
- [ ] Evit apa îmbuteliată individual dacă biroul are punct de filtrare sau refill.

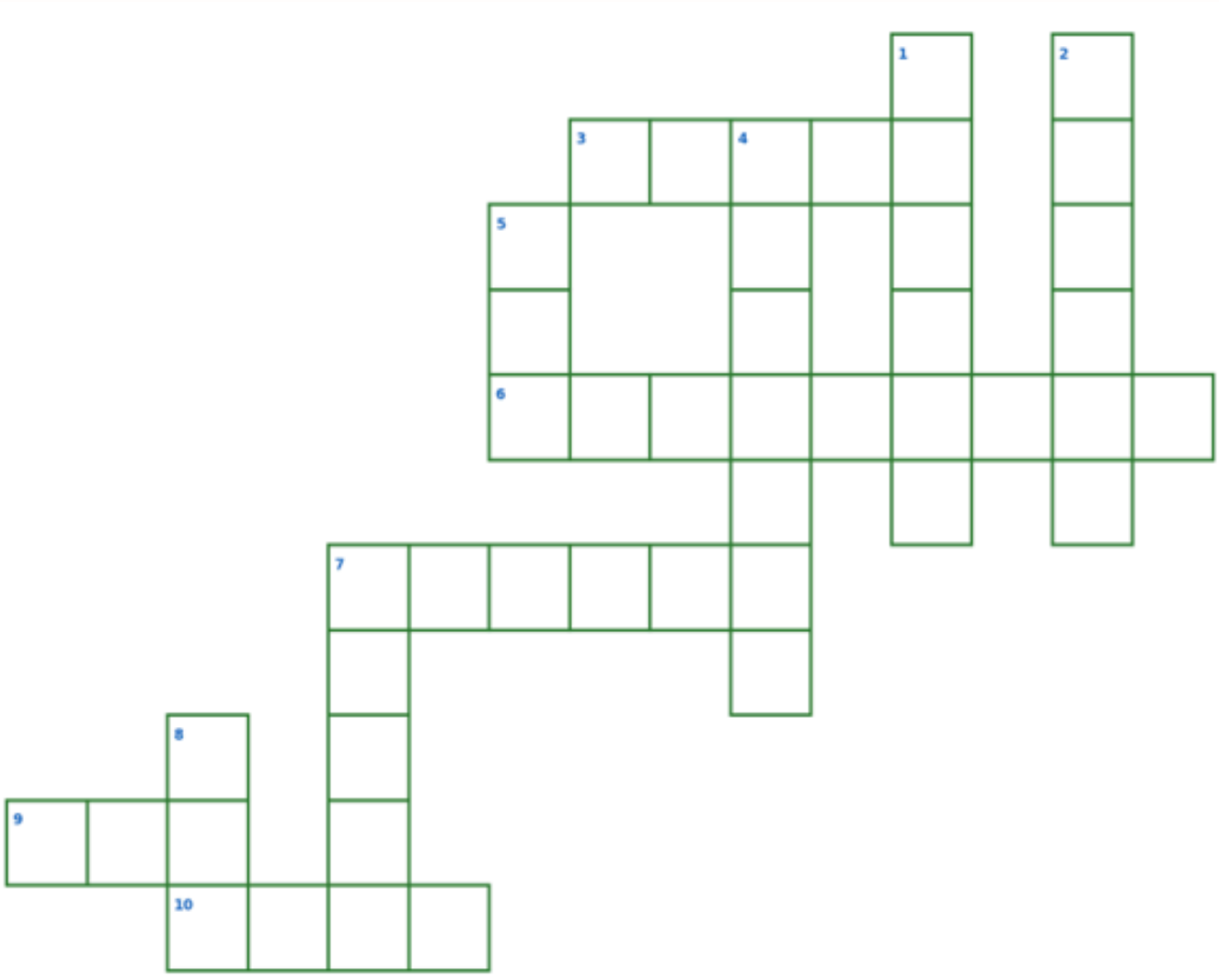
PENTRU CEI MICI: LABIRINTUL PICĂTURII DE APĂ

Ajut-o pe picătura noastră de apă să găsească drumul de la râu până la robinet! Urmărește culoarele libere din desen, fără să treci peste liniile verzi.



PENTRU CEI MICI: INTEGRAMA APEI

Completează căsuțele libere folosind indiciile de mai jos. Toate cuvintele au legătură cu ce ai citit în acest ghid.



PENTRU CEI MICI: INTEGRAMA APEI

Completează căsuțele libere folosind indiciile de mai jos. Toate cuvintele au legătură cu ce ai citit în acest ghid.

INDICII

- 1. (vertical, 6 litere) O poți umple la robinet și o poți refolosi, în loc s-o arunci.
- 2. (vertical, 6 litere) Prin el trece apa ca să iasă mai curată.
- 3. (orizontal, 5 litere) Antonimul lui „murdar”.
- 4. (vertical, 7 litere) Îl deschizi când vrei apă, la chiuvetă.
- 5. (vertical, 3 litere) Din el cade ploaia.
- 6. (orizontal, 9 litere) Ce faci cu o sticlă de plastic, ca să nu ajungă în râu.
- 7. (orizontal, 6 litere) Cade din cer și umple râurile.
- 7. (vertical, 5 litere) Trăiește în apă și înoată.
- 8. (vertical, 3 litere) O bei, te speli cu ea, uzi și grădina.
- 9. (orizontal, 3 litere) Curs de apă curgătoare, mai mic decât un fluviu.
- 10. (orizontal, 4 litere) Nu se toarnă niciodată la chiuvetă.

Apa din jurul tău

GHID PRACTIC PENTRU UTILIZAREA RESPONSABILĂ A APEI

Un Proiect Asociația Planeta Verde
finanțat de
Philip Morris România

în cadrul proiectului "Apă, biodiversitate & acces responsabil"

ASOCIATIA PLANETA VERDE

PHILIP MORRIS INTERNATIONAL

office@green-planet.ro

www.green-planet.ro