World
Water Day
March 22

CZY WIESZ, ŻE:

1) Zaledwie 0,1 % wody na Ziemi nadaje się do picia

2) Woda wpływa na efektywność fizyczną i umysłową

3) Dziennie powinniśmy wypijać około 1,5 l wody – ma to bardzo korzystny wpływ na nasze zdrowie

4) Człowiek odczuwa pragnienie, gdy straci chociaż 1% z całkowitej ilości wody, jaką posiada w ciele

5) Człowiek może żyć bez pożywienia ok. 40 dni, natomiast bez wody zaledwie do 7 dni

6) Każdy z nas zużywa średnio około 130 l wody dziennie

7) Polska należy do krajów o najskromniejszych zasobach wody w Europie

CIEKAWOSTKI O WODZIE

1) 22 marca obchodzimy Światowy Dzień Wody

2) Około 2,5 miliarda ludzi, nie ma dostępu do podstawowych urządzeń sanitarnych, stanowi to prawie 40 % całej światowej populacji

3) Ziemia to zamknięty system, tzn., że rzadko traci zasoby wodne. Taka sama ilość wody występuje dziś, jak i milion lat temu

4) Człowiek odczuwa pragnienie, gdy straci chociaż 1% z całkowitej ilości wody, jaką posiada w ciele, a utrata 3% powoduje ból głowy i osłabienie

5) Waga, którą gubimy po ćwiczeniach fizycznych jest wagą wody, a nie tkanki tłuszczowej

6) Każdego dnia tylko z wydychanym powietrzem tracimy od 400 do 500 ml wody, a w trakcie upałów nawet więcej

7) Woda w okresie zimowym, ochładzając się, oddaje ciepło zgromadzone w okresie letnim

woda stanowi największy ilościowo składnik masy ciała człowieka. U dorosłych stanowi ok.70% ogólnej masy ciała, a u niemowląt nawet 85%

Przeciętne ciało ludzkie składa się w 60-70 procentach z wody.

Woda pokrywa 70,9 procent powierzchni planety.

W atmosferze jest więcej wody niż we wszystkich naszych rzekach razem wziętych.

Kobiety w krajach rozwijających się pokonują średnio 6 km dziennie, aby zebrać wodę.

Szacuje się, że w Stanach Zjednoczonych ma miejsce 240 000 przerw w dostawach wody rocznie.

68,7% słodkiej wody na Ziemi jest uwięzione w lodowcach.

Kości ludzkie składają się w 31% z wody.

30% słodkiej wody znajduje się w ziemi.

Prawie połowa wody zużywanej przez Amerykanów jest wykorzystywana do produkcji energii elektrycznej.

Do wyprodukowania 1 tony stali potrzeba 300 ton wody.

Temperatura zamarzania wody spada wraz ze wzrostem ilości rozpuszczonej soli. Przy średnim poziomie soli woda morska zamarza w temperaturze -2 °C (28,4 °F).

Szacuje się, że 260 mld USD to roczne straty gospodarcze spowodowane złym stanem wody i urządzeń sanitarnych w krajach rozwijających się.

80% wszystkich chorób w krajach rozwijających się to choroby związane z wodą.

W krajach rozwijających się kobiety są przede wszystkim odpowiedzialne za zbieranie wody. Średnio 25 procent dnia spędzają na tym zadaniu.

W samej Afryce spędza się 40 miliardów godzin na zbieraniu wody.

Gdyby cała woda na świecie zmieściła się w 4-litrowym dzbanku, dostępna dla nas świeża woda równałaby się tylko jednej łyżce stołowej.

Gdyby cała para wodna w atmosferze naszej planety spadła od razu jako woda i rozłożyła się równomiernie, pokryłaby świat na około 3 centymetry.

Ponad jedna czwarta całej wody butelkowanej pochodzi z miejskiego wodociągu – tego samego miejsca, z którego pochodzi woda z kranu.

Kapanie z kranu może zmarnować nawet 128 litrów wody dziennie.

WODA TO JEDEN Z NIEODŁĄCZNYCH SKŁADNIKÓW POTRZEBNYCH, BY CAŁA NASZA PLANETA MOGŁA FUNKCJONOWAĆ PRAWIDŁOWO. MIMO ŻE Z CHEMICZNEGO PUNKTU WIDZENIA TO PROSTY WZÓR H20, TO W RZECZYWISTOŚCI KRYJE W SOBIE WIELE TAJEMNIC. POZNAJ RAZEM Z NAMI NIEKTÓRE Z NICH!

USUWA TOKSYNY – WODA OCZYSZCZA ORGANIZM Z TOKSYN

Dodaje energii oraz chęci do pracy

UTRZYMUJE RÓWNOWAGĘ PH USTROJU

Orzeźwia – spożywanie schłodzonej wody skutecznie i najlepiej gasi pragnienie

REGULUJE TEMPERATURĘ CIAŁA – JEST TO SZCZEGÓLNIE WAŻNE DLA SPORTOWCÓW ORAZ OSÓB PRACUJĄCYCH FIZYCZNIE

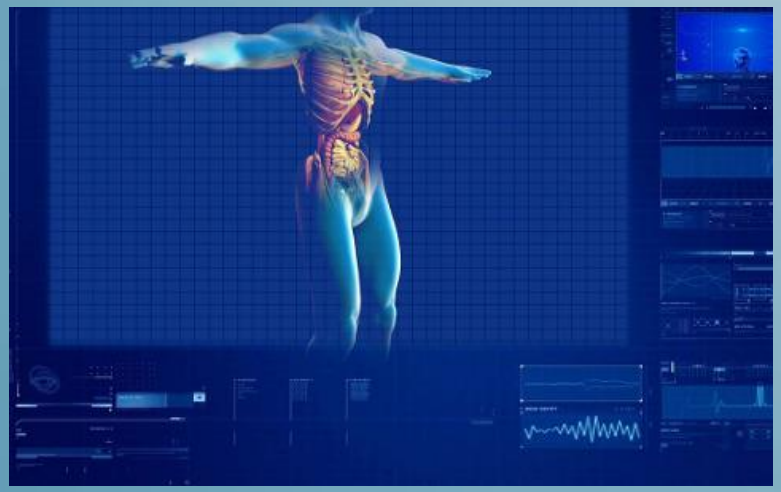
Poprawia metabolizm – pomaga utrzymać odpowiednie uwodnienie komórek

NAWILŻA SKÓRĘ – SPOŻYWANIE ODPOWIEDNIEJ ILOŚCI WODY W CIĄGU DNIA NADAJE SKÓRZE ZDROWY WYGLĄD. SKÓRA STAJE SIĘ ODPOWIEDNIO NAWILŻONA, JĘDRNA, SPŁYCAJĄ SIĘ ZMARSZCZKI

Poprawia koncentrację i zdolności umysłowe – niedobór 2% wody powoduje problemy z koncentracją oraz spowalnia proces uczenia

ZAPOBIEGA CHOROBOM NEREK – NERKI DO PRAWIDŁOWEJ PRACY WYMAGAJĄ ODPOWIEDNIEJ ILOŚCI WODY, ABY MOGŁY SKUTECZNIE FILTROWAĆ PRODUKTY PRZEMIANY MATERII

Zapobiega chorobom serca – badania przeprowadzone na Uniwersytecie w Kalifornii z udziałem kobiet i mężczyzn wykazały, że osoby, które w ciągu dnia spożywają około 2 litrów wody, rzadziej chorują na serce



Bez wody nigdy nie powstałoby życie. Istnienie ekosystemu na ziemi zawdzięczamy przede wszystkim wodzie. Rośliny, zwierzęta, ludzie potrzebują wody, żeby istnieć. Roślina bez wody usycha, ponieważ woda podtrzymuje jej funkcje życiowe. Tak samo jest ze zwierzętami i ludźmi, każdy żywy organizm umiera bez dostępu do wody. Ale woda to także środowisko życia wielu organizmów takich jak: bakterie, pierwotniaki, ryby i ssaki. Bez wody te stworzenia przestałyby istnieć, ponieważ woda daje im tlen, pożywienie i schronienie.

Woda wykorzystywana jest jako związek chemiczny w wielu przemysłach. Używa się jej w wytwarzaniu wielu produktów spożywczych, w syntezie chemicznej i w wielu innych procesach produkcyjnych. Zakłady przemysłu chemicznego potrzebują dużo wody do zasilania kotłów parowych i chłodnic wodnych oraz przemywania osadów i do sporządzania roztworów wodnych, w których przebiega wiele reakcji chemicznych. Woda do celów spożywczych powinna być bezbarwna, przeźroczysta, orzeźwiająca, o przyjemnym smaku i odpowiedniej temperaturze. Powinna zawierać pewną ilość tlenu i soli mineralnych, nie może zawierać bakterii ani związków powstałych w procesie gnicia - amoniak, siarkowodór. Woda stosowana jest w przemyśle dzięki zdolności rozpuszczania wielu substancji oraz dużej pojemności cieplnej, co sprawia, że może być wykorzystywana jako medium grzewczo - chłodzące oraz surowiec w niektórych procesach technologicznych.

Bez wody :Zachwiane zostałyby, także zmiany klimatyczne oraz pogodowe. Bez deszczu byłaby wieczna susza, bez śniegu nie było by zimy. Co za tym idzie na ziemi panowałby wszędzie taki sam klimat co spowodowałoby wymarcie wielu gatunków roślin i zwierząt, które nie umiałyby się przystosować do zmiany warunków klimatycznych.

Woda - jest to substancja, której potrzebujemy najbardziej do życia. Bez wody nastąpiłaby globalna katastrofa, której nikt nie mógłby powstrzymać. Wszystko, co żywe przestałoby istnieć, a ziemia zamieniłaby się w wielką pustynie.

DLATEGO WODA JEST TAK BARDZO WAŻNA

Więc pijmy ją i nie marnujmy jej bo jest to nasz dar tak bardzo potrzebny do życia.

WIKTORIA SKRZEK KL 2PB