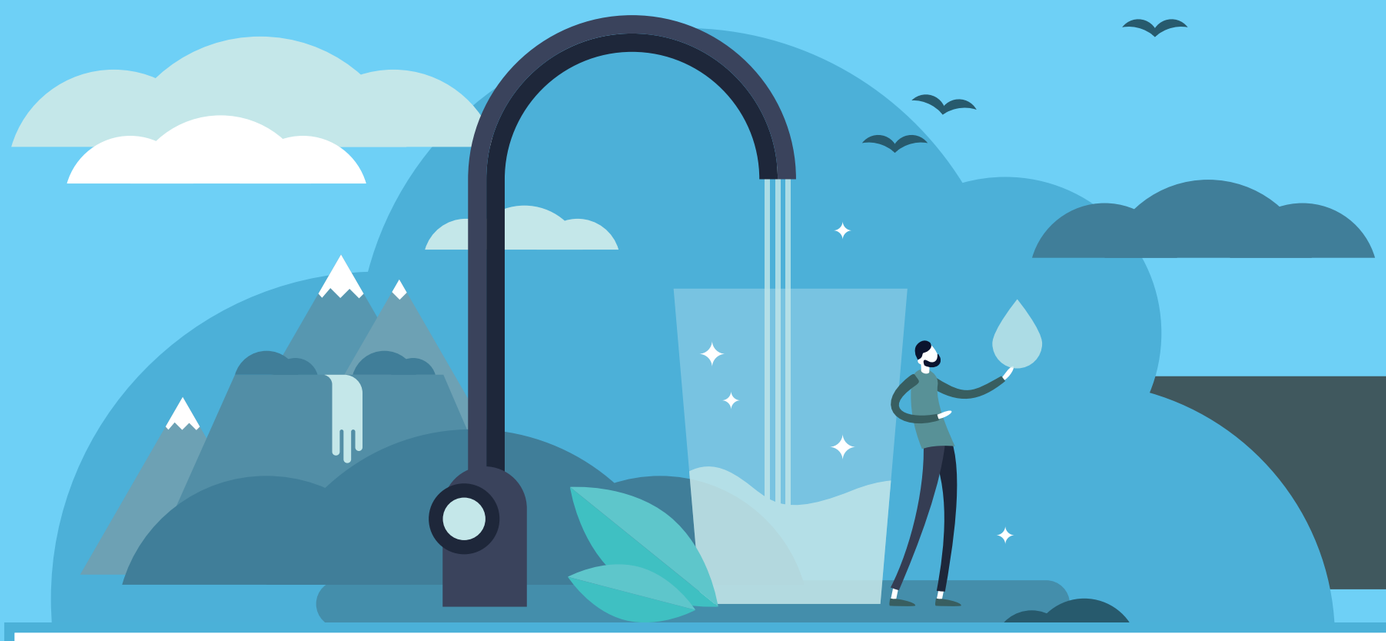
Con il **Patrocinio**
dell'**Istituto Superiore di Sanità**



L'ACQUA È IL NOSTRO ORO BLU!

Il corpo umano è fatto in larga parte di acqua, quello dei bambini ne contiene **circa l'80%**: **la vita è possibile solo se disponiamo di sufficiente acqua.**

I bambini possono non avvertire il senso della sete rischiando forme lievi di disidratazione. **Offri spesso acqua da bere al tuo bambino**, soprattutto se fa movimento.

L'acqua per uso umano è una risorsa limitata:
solo lo 0,6% di tutta l'acqua presente sul nostro pianeta.

L'acqua del rubinetto dei tanti acquedotti italiani è buona, sicura e controllata. Usala anche per il tuo bambino!

Attenzione all'efficienza e alla qualità della tua rete domestica.
Se avessi dubbi contatta la tua **Azienda Sanitaria Locale**. Se usi un apparecchio di trattamento domestico cambia i filtri regolarmente.

L'ACQUA NON DEVE ESSERE SPRECATA NÈ CONTAMINATA!

RISPARMIAMO E RISPETTIAMO IL NOSTRO ORO BLU.

COME RIDURRE GLI SPRECHI

- **Scegli di fare la doccia piuttosto che il bagno**, puoi risparmiare circa 40 litri di acqua per volta.
- **Stai sotto la doccia per non più di 4 minuti**. In questo modo rispetterai la salute della tua pelle e risparmierai 9 litri di acqua per ogni minuto in meno.
- **Chiudi i rubinetti durante il lavaggio** dei denti e mentre ti insaponi in doccia.
- **Usa lo sciacquone con il sistema di scarico a doppio pulsante** (riduci a metà la quota d'acqua usata, che in media è di circa 10-16 litri).
- **Utilizza i riduttori di flusso** su tutti i rubinetti della casa, puoi risparmiare da 3 a 6 litri di acqua al minuto.
- **Controlla che in casa tutti i rubinetti rimangano chiusi** e che non ci siano perdite (le perdite delle tubature incidono in media per il 27% dei consumi di acqua).
- **Utilizza la lavastoviglie e la lavatrice solo a pieno carico**. Se cambi elettrodomestico sceglilo con etichetta energetica A++ o A+++ e marchio "Ecolabel".
- **Consuma alimenti che richiedono meno acqua per essere prodotti**: mangia meno carne e più legumi.
- **Innaffia solo di sera**, per evitare di perdere acqua con l'evaporazione.

COME RIUTILIZZARE O RECUPERARE L'ACQUA

- **Riutilizza l'acqua** di lavaggio delle verdure e della frutta per innaffiare.
- **Raccogli l'acqua piovana** e utilizzala per innaffiare e per lavare la macchina.

COME RIDURRE LA CONTAMI-NAZIONE DELL'ACQUA

- **Usa pochi prodotti chimici** come pesticidi, profumanti, disinfettanti, detersivi e detergenti. Sostituiscili con prodotti biodegradabili.
- **Non versare nel lavandino olio o altri prodotti chimici**, farmaci (scaduti o non terminati), o cosmetici.

Stampato con il contributo incondizionato di alce nero