

**Το νερό είναι ένας πολύτιμος και σπάνιος φυσικός πόρος
Η ποσότητά του είναι σταθερή εδώ και μερικά εκατομμύρια χρόνια**

Το νερό σε νούμερα:

- ▶ Μόνο το 2.5 % του νερού της γης είναι γλυκό νερό και από αυτό μόνο το 1% είναι διαθέσιμο για κατανάλωση από τον άνθρωπο
- ▶ Οι απαιτήσεις σε νερό, στον αναπτυγμένο κόσμο αυξήθηκαν τα τελευταία 50 χρόνια τουλάχιστον πέντε φορές
- ▶ Τα τελευταία χρόνια μειώθηκαν οι ετήσιες βροχοπτώσεις
- ▶ Υπάρχει απώλεια μεγάλων ποσοτήτων γλυκού νερού που απορρέει και χάνεται στη θάλασσα λόγω της καταστροφής των δασών

Τι μπορούμε να κάνουμε για να έχουμε πάντα νερό;

- ▶ Προσέχουμε να μην υπάρχουν διαρροές
- ▶ Χρησιμοποιούμε τα πλυντήρια ρούχων και πιάτων όταν αυτά είναι τελείως γεμάτα
- ▶ Κάνουμε σύντομο ντους
- ▶ Δεν αφήνουμε ποτέ το νερό να τρέχει όταν βουρτσίζουμε τα δόντια μας ή ξυριζόμαστε
- ▶ Προσοχή στο καζανάκι της τουαλέτας. Αν «τρέχει» όλο το 24ωρο σπαταλά μεγάλη ποσότητα νερού
- ▶ Προσοχή στη χρήση του λάστιχου, όταν ποτίζουμε ή πλένουμε το αυτοκίνητο

Δεν ξοδεύουμε ποτέ περισσότερο νερό από όσο πραγματικά είναι απαραίτητο

Η ατομική μας ευθύνη

Η προστασία του νερού ως προς την ποιότητα και την ποσότητα είναι οπωσδήποτε και προσωπική ευθύνη του καθενός.

Εμείς και τα παιδιά μας είμαστε μέρος του ευρύτερου περιβάλλοντος και η ατομική μας στάση έχει σημασία.

**Προστατεύω
το περιβάλλον**

**Φροντίζω
την υγεία μου**

Το νερό



**Ινστιτούτο
Υγείας
του Παιδιού**

**Κέντρο Υγείας του Παιδιού
Οικολογικό Εργαστήριο Δήμου Καισαριανής**



Το σχέδιο αυτό υλοποιείται με χρηματοδότηση της Γενικής Γραμματείας Νέας Γενιάς, μέσω του προγράμματος Νεολογία της Ευρωπαϊκής Επιτροπής -Δράση 3.1 "Πρωτοβουλίες Νέων" με το ποσό των 5000€.

Το περιεχόμενο αυτού του σχεδίου δεν απηχεί απαραίτητα τις θέσεις της Ευρωπαϊκής Κοινότητας ή της Ε.Ε.Υ. Και δεν μπορεί να συνενόηται την ευθύνη της Ε.Κ ή της Ε.Ε.Υ.

Προστατεύω το περιβάλλον, φρονίζω την υγεία μου

Ηζωή του ανθρώπου πάνω στη γη είναι συνδεδεμένη με το νερό.

Η βιομηχανική δραστηριότητα, η αύξηση του πληθυσμού της γης και τα βιομηχανικά ατυχήματα έχουν μεγάλη επίπτωση στην ποιότητα του νερού.

Τι περιέχει το νερό

Το νερό περιέχει διάφορα στοιχεία και ουσίες, που μπορεί να προέρχονται:

Από το φυσικό περιβάλλον

Μέταλλα και άλλα στοιχεία που υπάρχουν στους βράχους και στο υπέδαφος συσσωρεύονται στο υπόγειο νερό. Μαγνήσιο, χρώμιο, μόλυβδος, υδράργυρος, κάδμιο, ασβέστιο, κλωριούχα, αρσενικό, σελήνιο ή ραδόνιο είναι μόνο μερικά από τα στοιχεία αυτά και κάποια είναι επιβλαβή για τον άνθρωπο.

Από την ανθρώπινη δραστηριότητα

Η αυξημένη βιομηχανία, οι εντατικές αγροτικές καλλιέργειες, η εξόρυξη μετάλλων από τα ορυχεία, η εκτεταμένη χρήση χημικών, η μη σωστή διαχείριση των σκουπιδιών μολύνουν συνεχώς το έδαφος και κατά συνέπεια το νερό.

Τα εκπλύματα των καταιγίδων φέρνουν πολλές τοξικές ουσίες στο έδαφος και συχνά συσσωρεύονται στον πυθμένα των λιμνών, των ποταμών, αλλά και των δεξαμενών συλλογής νερού.

Πολλές από τις ουσίες αυτές, δεν διασπώνται, παραμένουν και μολύνουν το έδαφος και το νερό για πολλές δεκαετίες

Η παραμονή παλαιών σωληνώσεων ύδρευσης από χαλκό και μόλυβδο και τα μη ασφαλή δίκτυα αποχέτευσης επιβαρύνουν την κατάσταση του πόσιμου νερού

Πώς βλέπεται ο ανθρώπινος οργανισμός;

Τα στοιχεία και οι χημικές ενώσεις που περιέχονται στο νερό μπορούν να επηρεάσουν την υγεία όλων και ιδιαίτερα των μικρών παιδιών. Οι συνέπειες μπορεί να είναι άμεσες ή μακροπρόθεσμες.

Εξαρτώνται από το πόσο υψηλή είναι η συγκέντρωση της βλαπτικής ουσίας στο νερό και από το χρονικό διάστημα της έκθεσης του ανθρώπου σε αυτήν.

Αυτό έχει ιδιαίτερη σημασία για τις ουσίες που βρίσκονται σε μικρή συγκέντρωση στο νερό, αλλά που όταν μπουν στο σώμα μας, μένουν αναλλοίωτες για μεγάλο χρονικό διάστημα, επειδή δεν διασπώνται και δεν απεκκρίνονται. Έτσι, συνεχώς αθροίζονται επιπλέον ποσότητες με πιθανή βλαπτική επίδραση στον οργανισμό.

Προσοχή:

- ✓ Δεν πίνουμε νερό από πηγάδια, λίμνες ή ποτάμια. Δεν μπορούμε σε καμία περίπτωση να είμαστε βέβαιοι για την ασφάλειά του.
- ✓ Το μόνο νερό που ελέγχεται είναι του συστήματος ύδρευσης.

Τι μπορούμε να κάνουμε για πιο καθαρό νερό;

- ▶ Να αγοράζουμε και να χρησιμοποιούμε τις απολύτως απαραίτητες ποσότητες χημικών
- ▶ Να πετάμε τα σκουπίδια στους ειδικούς κάδους και όχι στο έδαφος
- ▶ Να ενημερωθούμε και να προτιμούμε τα προϊόντα που είναι λιγότερο τοξικά για το περιβάλλον
- ▶ Να μην πετάμε τίποτε στο δρόμο ή στο χώμα. Ό,τι πετάμε μπορεί να καταλήξει στη θάλασσα ή στα ποτάμια
- ▶ Να φροντίζουμε, όταν χτίζουμε ή ανακαινίζουμε το σπίτι μας, η άμμος και το τσιμέντο να μην παρασυρθούν από τη βροχή
- ▶ Να ενημερωθούμε αν οι δραστηριότητες της επιχείρησής μας μολύνουν το περιβάλλον

Το νερό δεν γνωρίζει σύνορα