

Quanta acqua consumo con le mie azioni quotidiane?		Che cosa posso fare?
Per fare un <b>bagno in vasca</b> si consumano mediamente fra i <b>120 e i 160 litri</b> di acqua.		Il bagno nella vasca è piacevole ma costa 150 litri ogni volta. <b>Il triplo della doccia!</b>
Per fare una <b>doccia di 5 minuti</b> si consumano dai <b>75 ai 90 litri</b> . Per una <b>doccia di 3 minuti</b> : dai <b>35 ai 50 litri</b> .		Se hai installato anche un <b>riduttore di flusso</b> nella tua doccia, il risparmio sarà ancora più consistente . Fai una doccia breve: ne guadagnerai tu e l'ambiente!
Ogni volta che tiriamo lo <b>sciacquone</b> : <b>16 litri</b>		Uno <b>scarico del water che permette di regolare il flusso dell'acqua</b> , fa risparmiare migliaia di litri l'anno.
Per <b>lavarsi i denti</b> lasciando scorrere l'acqua: <b>30 litri</b> Per <b>lavarsi i denti senza</b> lasciar scorrere l'acqua: <b>2 litri</b>		<b>Chiudi il rubinetto</b> quando non serve, e ancora meglio, usa un <b>bicchiere!</b>
Per <b>lavare i piatti a mano</b> : <b>20 litri</b>		Non farlo con l'acqua corrente, <b>raccoglila nel lavello</b> , si risparmiano migliaia di litri all'anno.
Per un <b>carico di lavastoviglie</b> : <b>40 litri</b>		Usate la lavastoviglie <b>solo a pieno carico</b> . Risparmierete acqua ed energia.
Per un <b>carico di lavatrice</b> : <b>80 - 120 litri</b>		Usate la lavatrice <b>solo a pieno carico</b> . Risparmierete acqua ed energia.
Per <b>lavare l'auto</b> (utilizzando un tubo di gomma): <b>800 litri</b>		Non lavare troppo spesso l'auto e <b>quando lo fai usa il secchio</b> . L'acqua merita un destino migliore. Bagna la carrozzeria, insapona l'auto e risciacquala. Puoi farlo ottenendo un ottimo risultato sprecando meno acqua .
Una <b>bistecca</b> di 150 grammi richiede <b>2325 litri di acqua</b>		<b>Riducendo il consumo di carne</b> ad esempio mangiandola due volte la settimana, ogni individuo può risparmiare in un anno l'equivalente di 8 autotreni di acqua e 4.000 filoni di pane. <b>Abbracciando una dieta a base di cibo naturale integrale</b> (cereali, legumi, semi, spezie, frutta, verdura) possiamo, tra gli altri vantaggi, ridurre considerevolmente gli sprechi di acqua