

⇒ Jest smaczna oraz zdrowa Pij kranówkę SENIORZE!

Wrocławska woda jest zdrowa. Pijąc ją, można poczynić spore oszczędności w domowym budżecie

Nawet blisko 1400 zł rocznie można zaoszczędzić, wybierając wrocławską kranówkę zamiast wody butelkowanej. Woda z kranu w stolicy Dolnego Śląska jest zdrowa i pełna minerałów.

MPWiK przy okazji Dnia Babci i Dziadka zachęca seniorów do picia wody z kranu. Wraz z wiekiem naturalne odczucie pragnienia maleje, co zwiększa ryzyko odwodnienia, szczególnie u osób starszych. Nawet niewielki niedobór wody w organizmie wynoszący 1-2 proc. może obniżyć samopoczucie. Pierwsze objawy odwodnienia to pragnienie, zmęczenie i senność, następnie mogą pojawić się bóle głowy, rozdrażnienie, problemy z pamięcią.

– Wrocławska kranówka to prawdziwy skarb. Jest zdrowa i pełna naturalnych minerałów. Woda dostarczana przez MPWiK spełnia wszystkie normy ministra zdrowia, Państwowej Inspek-

cji Sanitarnej, Komisji Europejskiej i WHO – zapewnia Martyna Bańcerek z Miejskiego Przedsiębiorstwa Wodociągów i Kanalizacji.

W litrze wrocławskiej kranówki znajdziemy średnio: 68 mg wapnia, 10 mg magnezu, 5,39 mg potasu. To składniki mineralne, które wspierają nasze kości, serce i układ nerwowy.

Dodatkowo wybierając kranówkę zamiast wody butelkowanej, można zaoszczędzić. Litry wody z kranu kosztuje mniej, niż jeden grosz! Przy regularnym spożyciu 2 litrów wody dziennie roczna oszczędność wynosi nawet 1400 zł.

Korzystanie z kranówki to także realny wkład w ochronę naszej planety. Każdy, kto wypija przynajmniej 2 litry wody dziennie i wybiera wodę z kranu, zmniejsza ilość zużytego plastiku o 26 kg rocznie. To prosty krok w stronę zdrowszego życia i czystszej środowiska.

KRZYS