

**W numerze grudniowo-styczniowym polecamy artykuły na temat ekologii i ogromnej roli wody w przyrodzie.**



**Ekologia i ochrona środowiska,  
to nasze codzienne gesty  
i czynności, to nasz dom  
odpowiednio ogrzany,  
z prawidłowo zaprojektowanym  
ogrodem, to nasza najbliższa  
okolica i jej zadbane zasoby**

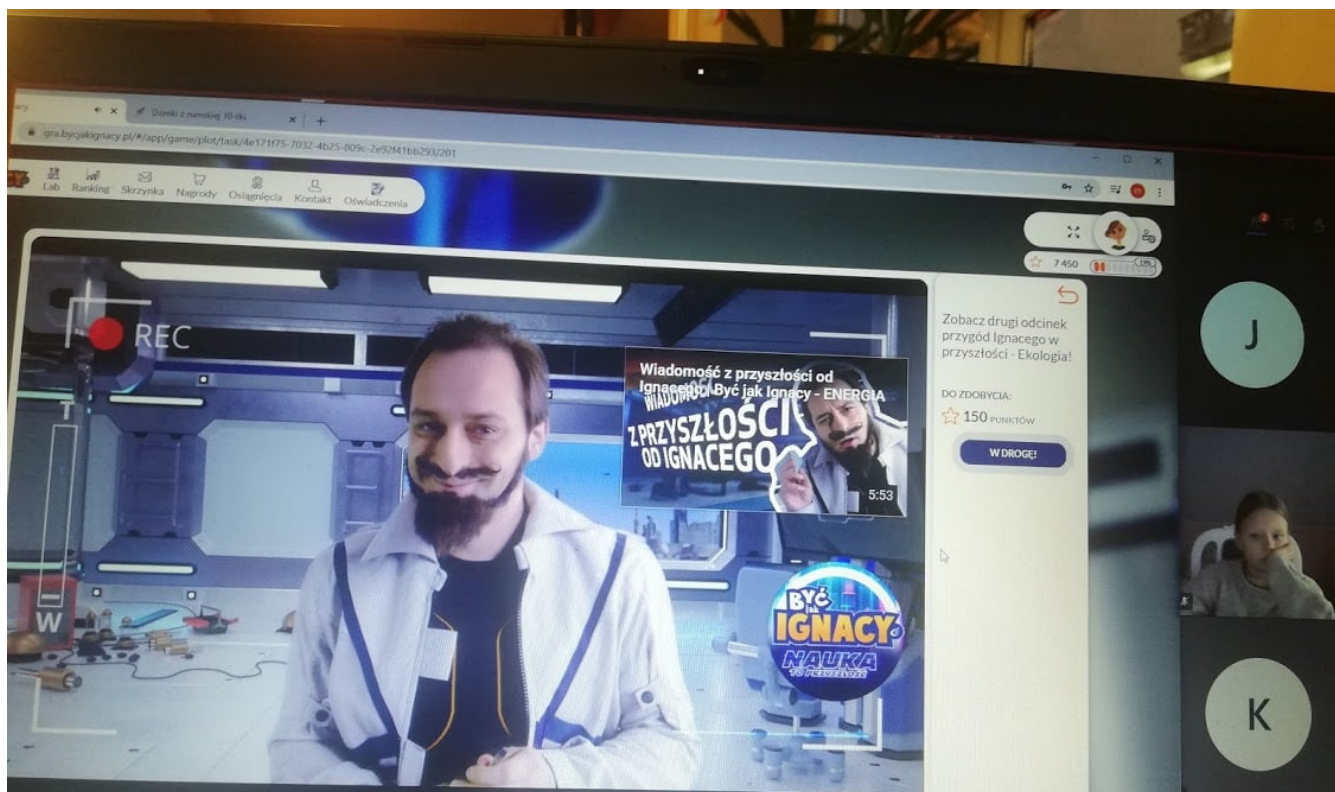
**to nasze  
codzienne gesty.**

"Nie wytrzymam na tym wysypisku, nasza Ziemia zmienia się w wysypisko śmieci" - mówi Cezary Pazura. Zróbmy coś, by tak nie było. Zacznijmy działać !

NOWY ROK to idealna pora na powzięcie noworocznych postanowień. Jednym z nich powinno być wprowadzenie praktyk, które będą lepsze dla naszej Planety. Czy wiesz, że w ciągu ostatnich 50 lat

straciliśmy ponad połowę dzikiej natury? Zniknęło prawie 20% amazońskich lasów deszczowych, populacja kręgowców spadła o 60%, a gatunków słodkowodnych o 83%.

# DZIĘKI UCZESTNICTWIE W PROGRAMIE "BYĆ JAK IGNACY" STAJEMY SIĘ BARDZIEJ ECO :)



## Wzięliśmy udział w eko warsztatach zorganizowanych przez Ministerstwo

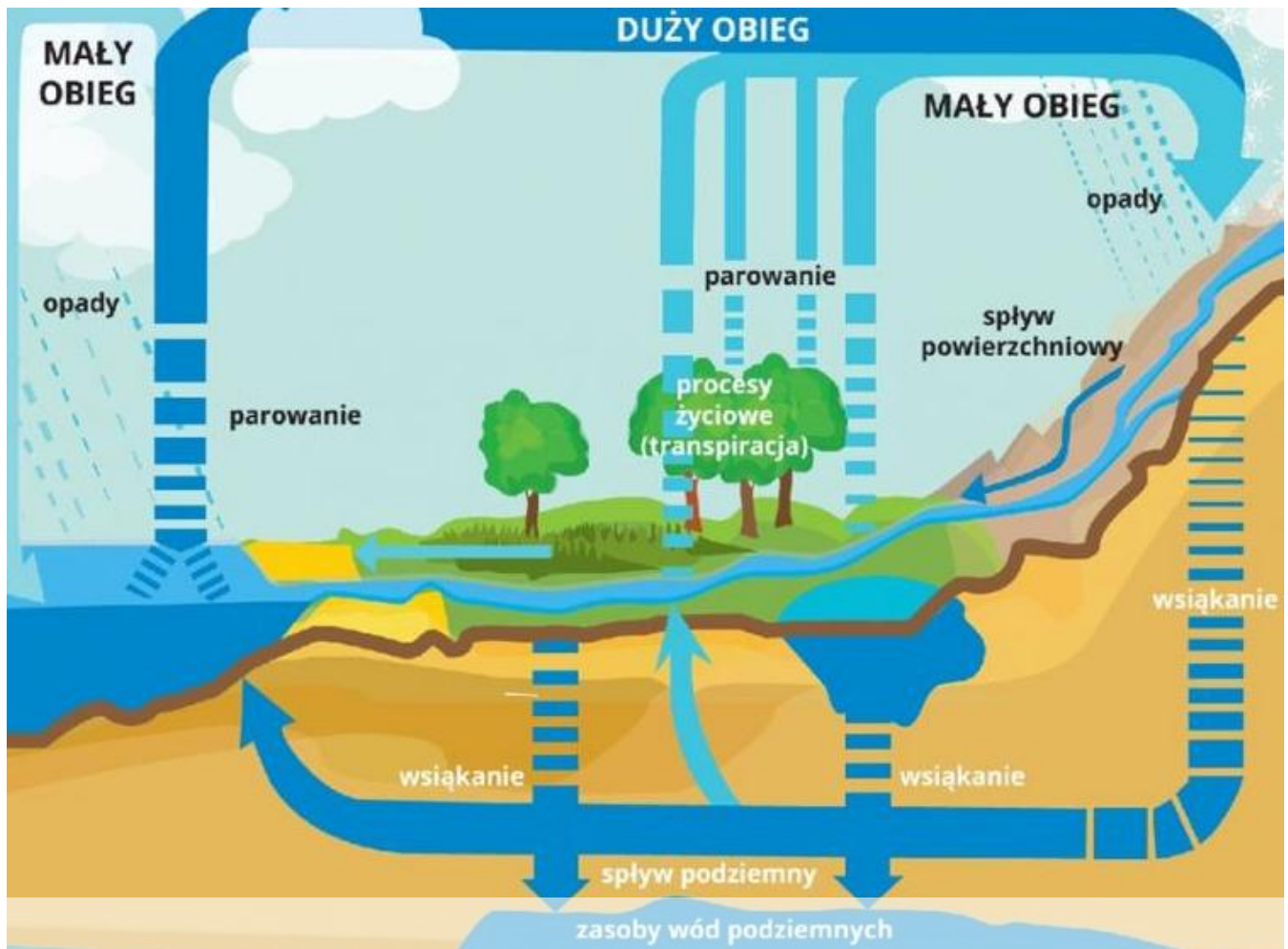
## Klimatu i Środowiska.

W roku szkolnym 2020/2021 nasze szkoły ponownie realizuje projekt pod patronatem MEN "BYĆ JAK IGNACY". PROJEKT jest organizowany przez Fundacja PGNiG im. Ignacego Łukasiewicza W ramach projektu uczniowie naszej szkoły wykonują różnorodne działania dotyczące ochrony naszej planety ZIEMI.



Dowiedzieliśmy się o celach Zrównoważonego Rozwoju i wyzwaniach globalnych oraz kształciliśmy ważne kompetencje kluczowe – krytyczne myślenie, komunikację oraz postawy solidarności. odpowiedzialność. Efektem szkolenia było stworzenie eco lampionu, rozwiązanie testu wiedzy oraz dyskusja na temat naszego wkładu w przyszłość naszej planety ZIEMI.

# Cykl hydrologiczny wody



**Cykl hydrologiczny, czyli woda jako wytrwały (o)biegacz :)**

Pod wpływem Słońca, grawitacji i ruchu Ziemi woda nieustannie przemieszcza się w przyrodzie. Zjawisko obiegu wody nazywane jest także cyklem hydrologicznym. Obieg wody w przyrodzie jest

obejściem zamkniętym, gwarantuje więc stały dostęp do wody na Ziemi. H<sub>2</sub>O krąży między atmosferą (ziemska powłoka gazowa), hydrosferą (ogół ziemskich wód) i litosferą (górną część

płatcza ziemskiego), po drodze zmieniając stany skupienia. Wyróżniamy **obieg duży i mały**. Ten pierwszy obejmuje pełny cykl krążenia wody i wszystkie jej przemiany, tj. parowanie, kondensację,

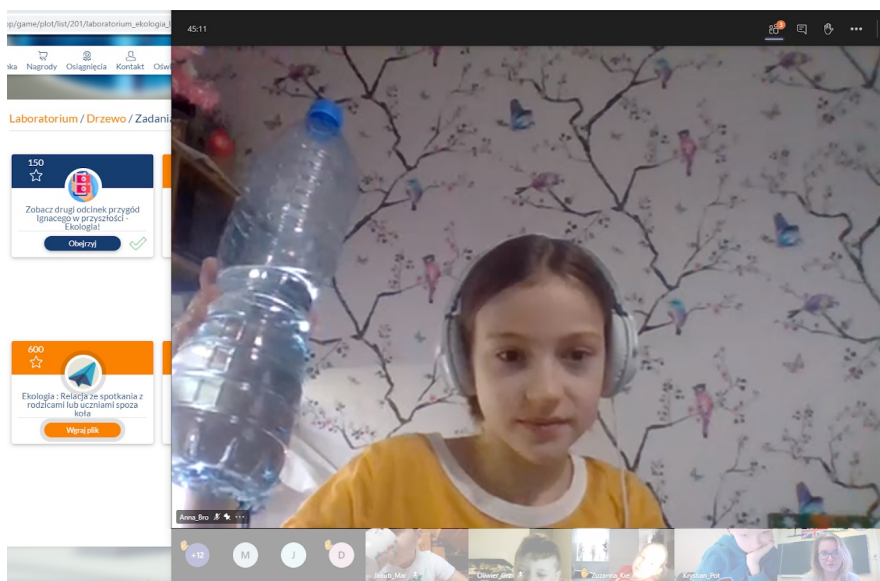
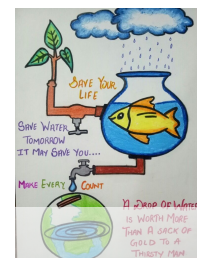
przemieszczanie się pary wodnej, opad, wsiąkanie oraz spływ (powierzchniowy i podziemny). Dzieje się w skali globalnej i ma wpływ na ogólny bilans wody. Obieg mały wiąże się natomiast z lokalną cyrkulacją

wody w obrębie oceanów i kontynentów, która nie ma znaczącego wpływu na bilans wody w skali globalnej i obejmuje tylko parowanie i opad wody.

**Całkowita ilość słodkiej wody we wszystkich jeziorach, rzekach i pod ziemią wynosi około 10,6 mln km<sup>3</sup> (0,77%) wody na Ziemi.**

**Pijmy ok. 3 litrów WODY dziennie**

Wody słonej jest 100 razy więcej niż wody słodkiej, w rzekach i jeziorach. Najwięcej wody słodkiej, znajdują się w lodowcach.



**WODA to ŻYCIE**

Ponieważ Ziemia opiekuje się nami zaopiekujmy się Ziemią. Odwzajemnijmy miłość jaką nas obdarza, utrzymując ją w czystości i szczyściu

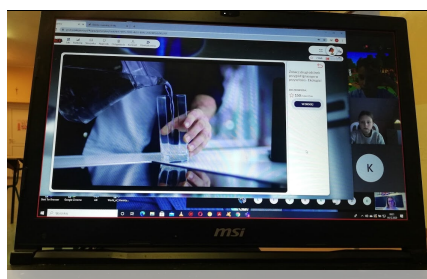
Nie prosź świata aby się zmienił -to Ty zmień się pierwszy!

Woda to życie  
Pragnienie – to sygnał ostrzegawczy organizmu, informujący cię, że masz

w sobie za mało wody. Najwięcej wody tracimy : w czasie oddychania (wdychamy powietrze razem z para

wodną), w czasie pocenia się (ciało oddając wodę ochładza się) – tak jest, gdy masz gorączkę lub pocisz się z wysiłku. razem

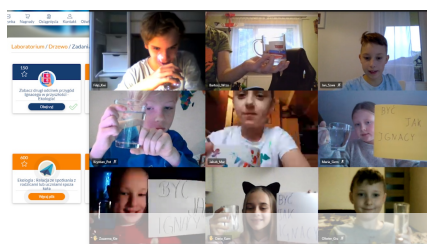
z moczem – gdy załatwiasz potrzeby fizjologiczne.

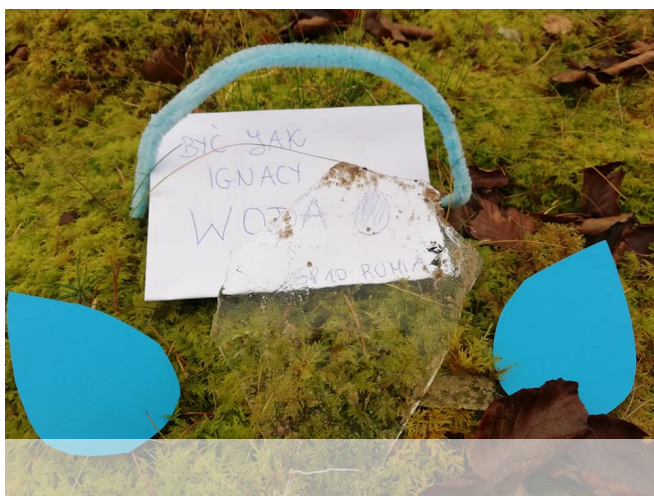


**Zasoby wody na świecie**

Woda zajmuje około 70% powierzchni naszej planety. Znajdziemy ją w oceanach, morzach, rzekach, mokradłach oraz lodowcach

Największą powierzchnie zajmują oceany i morza, w których znajduje się **woda** słona - jest jej 100 więcej niż wody słodkiej.





„Wodo, nie masz ani smaku, ani koloru, ani zapachu, nie można ciebie opisać, pije się ciebie, nie znając ciebie. Nie jesteś niezbędną do życia: jesteś samym życiem (...)”

*Antoine Saint-Exupery*



## Ciekawostki o wodzie.

Ziemia jest jedynym miejscem w Układzie Słonecznym, gdzie woda występuje we wszystkich trzech stanach skupienia — ciekłym (przeważająca część), stałym i gazowym. Na satelitach Ziemi i Saturna oraz na biegunach Marsa występuje lód.

### Woda

występująca w przyrodzie jest roztworem soli i gazów. Najwięcej soli mineralnych zawiera woda morska i wody mineralne; najmniej woda z opadów atmosferycznych.

### Wodne anomalie

Pierwszą z nich jest gęstość wody, której największą wartość można odnotować w temperaturze +4°C. Do innych anomalii zalicza się, np. obniżanie się temperatury wrzenia wody przy spadku ciśnienia, np. na szczycie Mount Everest woda wrze w zaledwie 68°C podczas gdy woda w głębi oceanu w pobliżu otworów geotermalnych może pozostać w postaci ciekłej w temperaturze znacznie wyższej niż 100°C; wzrost objętości wody o około 10% przy zamarzaniu.



## ZALETY PICIA WODY

**Ciało człowieka składa się w 70% z wody. Utrata tylko 20% wody z organizmu prowadzi do ciężkiego odwodnienia a następnie do śmierci.**

**Zawartość wody w organizmie ulega wahaniom ze względu na wiek, jak i jakość spożywanych pokarmów (zawartość soli kuchennej).**

**W organizmie woda jest niezbędną do prawidłowego funkcjonowania wszystkich komórek.**

**Stwarza środowisko dla wielu reakcji biochemicznych, transportuje substancje odżywcze, hormony, enzymy, a przede wszystkim reguluje temperaturę ciała.**

**Orzeźwia – skutecznie gasi pragnienie.**

**Dodaje energii oraz chęci do pracy.**

**Odchudza – spożywanie wody tuż przed zjedzeniem posiłku sprawi, że mniej zjemy. Żołądek zwiększy swoją objętość i szybciej zostanie pobudzony w mózgu ośrodek sytości, który będzie hamował spożycie większej ilości posiłku. Woda nie zawiera kalorii!**

**Zapobiega chorobom serca.**

**Zdrowa skóra – skóra jest nawilżona, jędrna, poprawia metabolizm.**

**Uśmierza ból – łagodzi ból głowy, który najczęściej spowodowany jest nieodpowiednim uwodnieniem tkanki mózgowej.**

**Usuwa toksyny – woda oczyszcza organizm z toksyn i zapobiega rozwojowi nowotworów.**

**Zapobiega chorobom nerek.**

**Chroni przed nowotworami – spożywanie odpowiedniej ilości wody zapobiega występowaniu**

**raka pęcherza oraz jelit**

**Zapobiega zaparciom.**

**Reguluje temperaturę ciała organizmu.**

**Poprawia koncentrację.**

## EKO LAMPIONY I NAUKA SEGREGACJI w ramach projektu BYĆ JAK IGNACY. 🌍🔬



## Dlaczego warto segregować ?

Segregacja śmieci pozwala na recykling, czyli **ponowne przetworzenie odpadów** wykonanych z tworzyw sztucznych, szkła, papieru i metalu.



Postawmy na eco edukację !

**BASIA,** uczestniczka **EKO WARSZTATÓW,** zrealizowanych w ramach

lekcji **EKOLOGIA,** pt. **Drugie życie szkła”** wykonała lampion ze świętą rodziną

i Jezuskiem na sianku. **Ponad- to przedstawiła temat segregacji w grach planszowych**

To ogromna korzyść dla środowiska naturalnego i gospodarstwa domowego. Segregując odpady, płacimy mniej za rachunki związane

z wywozem śmieci. Segregacja odpadów ma bezpośredni wpływ na **czystość środowiska.**



## Twórzmy eco zabawki !

**Mamy tylko jedną Ziemię, a jej przyszłość zależy od każdego, na pozór niewielkiego ludzkiego**

**działania, zależy od każdego z nas.**  
**Florian Plit**

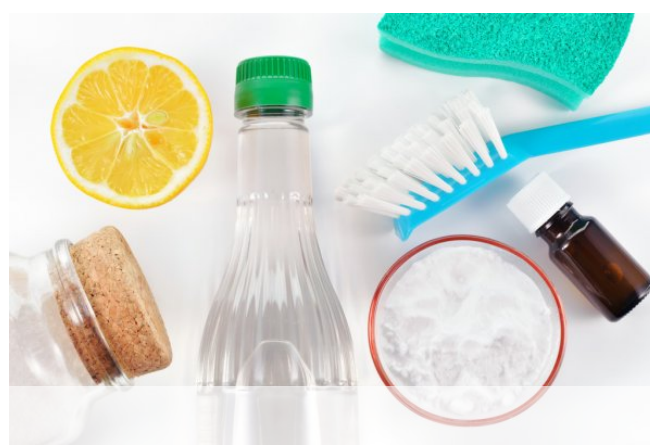
tki

### 1. Zredukuj wykorzystywanie plastiku

Plastik jest obecny w naszym życiu niemal na każdym kroku. Trudno byłoby nam zrezygnować z niego całkowicie, ale dla własnego (i pokolenia naszych dzieci!) dobra musimy znacząco ograniczyć korzystanie z tego nieekologicznego tworzywa.



### 2. Sprzątaj ECO używając ocet, cytryny i olejek eteryczny. To ogromna ulga dla planety.



### 3. Chodź na zakupy z lnianą torbą.

Niemal każda plastikowa torba, folia, pudełko czy butelka ma w swoim składzie polimery syntetyczne – bardzo szkodliwe dla zdrowia człowieka, ale także bardzo obciążające dla środowiska naturalnego. Reklamówka rozkłada się przez 400 lat !  
Dzięki noszeniu ze sobą lnianej torby dbasz o planetę.  
**BĄDŹ ECO I OGRANICZ UŻYWANIE PLASTIKU DO MINIMUM.**

### 4. KUP BUTELKĘ FILTRUJĄCĄ.

Taka butelka filtruje wodę z różnych źródeł, usuwa zanieczyszczenia, pozostawiając jedynie minerały i naturalne właściwości. To inwestycja, która zwraca się w ekspresowym tempie i pomaga usunąć ze środowiska butelki po wodzie, które rozkładają się przez.... 1000 lat!





### 5. Kawa na wynos?

Większość z nas nie wyobraża sobie dnia bez kawy. Aromatyczny napój pijamy już nie tylko w domach czy kawiarniach, ale także w trakcie przemieszczania się z miejsca na miejsce. Dostępność kawy na wynos jest coraz większa - a wraz z nią zużycie jednorazowych kubków i plastikowych pokrywek. Jeśli często zdarza Ci się kupować kawę *to go*, zainwestuj w termiczny kubek wielokrotnego użytku.



### 6. NA MAXA

Zawsze ładuj pralkę i zmywarke maksymalnie. Oszczędzasz wówczas wodę i minimalizujesz wydatki na środki piorące. A jeśli piorąc wybierzemy orzechy czy kule do prania, oszczędność jest podwójna.



### 7. JEDZ MNIEJ MIĘSA.

Nie musisz być wegetarianinem- wystarczy, że zmniejszysz spożycie mięsa. Przemysł mięsny generuje około 20% emisji gazów cieplarnianych wytwarzanych przez ludzkość. Dopiero gdy uwzględnimy „długi cień hodowli” – łącznie z wylesianiem czy produkcją paszy – otrzymamy źródło emisji porównywalne z transportem, stanowiące 18% całkowitych emisji antropogenicznych gazów cieplarnianych.



### 8. SEGREGACJA na TAK !

Segregujmy śmieci i uczmy innych własnym przykładem, by nie wyrzucały zużytych opakowań w lesie czy nad jeziorem, a zabierały je ze sobą. Tłumaczymy im, jak ważna dla środowiska naturalnego jest troska o porządek w naszym najbliższym otoczeniu.

