a tip: tap e.V.

Mein Trinkwasser-Tagebuch

Gehe achtsam mit dem Wasser um, benutze nur das Nötigste!

DIESES TAGEBUCH GEHÖRT:

Mehr Tipps auf www.atiptap.org

WASSERWENDE
Trinkwasser ist Klimaschutz
atip :tap

Hallihallo,
ich bin Tropfi. Ich mache mit bei der **Wasserwende**. Das heißt, dass ich mich für den Genuss von Leitungswasser einsetze, um **Plastikmüll, CO_2** und **Geld zu sparen**. Denn das Wasser aus der Leitung kann man in Deutschland meist problemlos trinken.

Bist du auch mit dabei?

Dieses Trinkwassertagebuch enthält einige spannende **Rätsel**, lustige **Aufgaben** und interessante **Experimente**. Lass uns gemeinsam einige Geheimnisse rund um das Thema Trinkwasser aufdecken und dich zum **Wasserexperten** ausbilden.

Los geht's!!!

Gestalte hier deinen ganz persönlichen Tropfi:

9 Gründe für Leitungswasser statt Wasser in Flaschen

Schont die Ressourcen unserer Erde

1. Kein Müll

Bei Leitungswasser müssen keine Plastikflaschen produziert und recycelt oder entsorgt werden, dies spart Erdöl und Energie und schont die Umwelt.

2. Weniger CO_2

Herstellung und Transport der Wasserflaschen produzieren jede Menge klimaschädliche Gase. Je nach Entfernung zwischen Abfüllort und Handel entstehen so pro Liter Wasser unnütze CO_2-Emissionen.

3. Spart Erdöl

Bei der Herstellung, Befüllung und Entsorgung von einer Plastikflasche wird 100 ml Erdöl, 80 Gramm Kohle und 2 Liter zusätzliches Wasser verbraucht.

Von sehr guter Qualität

4. Sicherstes Lebensmittel in Deutschland

Unser Leitungswasser wird durch die Trinkwasserverordnung strenger und häufiger kontrolliert als Wasser in Flaschen.

5. Wertvolle Mineralien

Leitungswasser enthält ähnlich viele Mineralien wie Mineralwasser.

6. Hartes Wasser

Grund dafür ist der hohe Kalzium- und Magnesiumgehalt. Beide Mineralien braucht der Körper.

Günstig, bequem und gesund

7. Überall verfügbar

Man braucht es nicht vom Supermarkt nach Hause schleppen, das spart Mühe und Zeit.

8. Ist gesund

Wasser trinken macht fit und hält gesund und schlank.

9. Unschlagbar günstig

Ein Liter Leitungswasser kostet weniger als 1 Cent. Flaschenwasser kostet dagegen 50 bis 1000 mal mehr.

Sei keine Flasche, trink Leitungswasser und trag zum Umweltschutz bei!

WASSERWENDE

Trinkwasser ist Klimaschutz

atip :tap

Trinkst du genug?

Unser **Körper besteht zu ca. 60-80% aus Wasser.** Wenn wir nicht genug Wasser aufnehmen, dann dehydrieren wir. Durch ein Wasserdefizit wird unsere körperliche und geistige Leistungsfähigkeit beeinträchtigt. Andere Anzeichen von **Wassermangel** sind **Kopfschmerzen** und **Müdigkeit**. Deshalb ist Trinken nicht nur in der Schule sondern auch Zuhause wichtig.

Tropfi-Tipp:

"Trinke mindestens 1.5 - 3 Liter Wasser am Tag."
(WHO, 2004)

Mein Trinkprofil:

Mein Lieblingsgetränk: .....

Leitungswasser oder Flaschenwasser: .....

Wasser mit Kohlensäure (Sprudel) oder still: .....

Das mache ich am liebsten mit Wasser: .....

Mein guter Grund Leitungswasser zu trinken: .....

Dich würde ich gerne mal auf ein Glas Leitungswasser einladen (Freund/Freundin): .....

WASSERWENDE
Trinkwasser ist Klimaschutz

WIE VIEL TRINKE ICH IN EINER WOCHE?

Trage täglich die Anzahl der Becher Wasser ein, die du getrunken hast.

JAHR
MONAT

MONTAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

DIENSTAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

MITTWOCH

Morgens:

Mittags:

Abends:

DONNERSTAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

FREITAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

SAMSTAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

SONNTAG

Morgens:

Mittags:

Abends:

Auswertung:

- 6 oder mehr Becher: Perfekt! Du bist ein Trinkprofi.
- 3 - 5 Becher: Schon ziemlich gut. Nur noch ein wenig mehr trinken.
- 1 - 2 Becher: Wenn du mehr Wasser trinkst, wirst du dich viel besser fühlen.

Zitroneneistee

Tropfi-Tipp:

Mit Trinkwasser kann man viele leckere und gesunde Getränke einfach selber machen. Mein Lieblingsrezept habe ich hier für dich aufgeschrieben!

Zutaten

- 1/2 Liter Wasser
- 2 Beutel Tee, schwarz oder Früchtetee
- 2 Zitronen
- 1 Esslöffel Honig
- 1 Liter Eiswürfel

Zubereitung

1/2 Liter Wasser aufkochen und den Tee aufbrühen. Teebeutel nach ca.3-5 Minuten entnehmen und abkühlen lassen. Die Zitrone auspressen und den Saft hinzufügen, dann nach Geschmack mit Honig süßen und mit den Eiswürfeln auffüllen. Am besten schmeckt der Eistee an heißen Sommertagen frisch aus dem Kühlschrank.

WASSERWENDE
Trinkwasser ist Klimaschutz

MEIN TRINKWASSER-REZEPT

Zutaten

Zubereitung

WASSERWENDE

Trinkwasser ist Klimaschutz

Wasserkreislauf

Unser Leitungswasser kommt aus der Natur. Es ist ein regionales Produkt und durchläuft einen nie endenden Kreislauf.

1. Wolken

Aus den Wolken fällt Regen. Dieser wird in einigen Monaten oder Jahren als Trinkwasser aus dem Hahn kommen. Bevor der Regen den Erdboden erreicht nimmt er feine Staubpartikel auf und wird verunreinigt.

5. Qualitätsprüfung

Regelmäßig wird an verschiedenen Stellen die Trinkwasserqualität überprüft. In Deutschland gilt für alle Wasserversorger die Trinkwasserverordnung. Leitungswasser wird damit wesentlich strenger und häufiger kontrolliert als Flaschenwasser.

6. Haushalte

Hier kommt das frische Leitungswasser aus dem Hahn. Wichtig: Die Trinkwasserverordnung gilt bis zum Hausanschluss. Für saubere und sichere Rohre im Haus ist der Hauseigentümer zuständig

7. Klärwerke

Das gebrauchte schmutzige Wasser fließt über Abwasserrohre in die Kanalisation und wird zu den Klärwerken gepumpt. Das Wasser wird in vielen aufwendigen Prozessen mechanisch, biologisch und chemisch gereinigt und anschließend wieder in die Flüsse und Seen geleitet.

4. Wasserwerk

Hier wird das Grundwasser (Rohwasser) zu Trinkwasser aufbereitet. Eisen und Manganverbindungen flocken per Sauerstoffreaktion aus und werden dann herausgefiltert. Im Schnellfilterbecken durchläuft das Wasser eine 2 Meter dicke Filtersandschicht. Im Reinwasserbehälter wartet das Wasser bis es in das Trinkwassernetz fließt.

3. Brunnen

Brunnen pumpen das Grundwasser in die Wasserwerke. In Berlin gibt es ca. 800 Brunnen, diese sind 30 bis 170 Meter tief.

2. Erdreich

Im Erdreich versickert das Regenwasser sowie das Wasser aus Flüssen und Seen. Das Wasser wandert durch Sand und Kiesschichten in die Tiefe des Bodens. Mikroorganismen im Erdreich helfen bei der Filterung, sodass Schadstoffe abgebaut und herausgefiltert werden.

Tropfi-Tipp: Dieses Beispiel stammt aus Berlin. Unser Trinkwasser wird aber nicht nur aus Grundwasser, sondern auch aus Oberflächenwasser (z.B. Flüssen & Seen) gewonnen. Am besten informierst du dich auf der Internetseite deines Wasserversorgers, woher dein Trinkwasser kommt.

WASSERWENDE
Trinkwasser atip:tap ist Klimaschutz

Zeit für Experimente

Hast du dich schon mal gefragt, wo dein Trinkwasser eigentlich herkommt? Aus dem Wasserhahn, na klar, aber wo ist Tropfi, bevor er aus deinem Hahn kommt? Und wie wird das Wasser eigentlich so sauber, dass du es trinken kannst?

Die Aufbereitung von Wasser ist den natürlichen Reinigungsprozessen im Boden nachempfunden. Die unterschiedlichen Gesteinsschichten filtern das Wasser und reichern das Wasser mit Mineralien an. Der Bau des Sedimentfilters zeigt die natürliche Filterung durch den Boden.

Hier zeigt Tropfi dir, wie du einen **Sedimentfilter nachbauen** kannst. **Dazu brauchst du:**

- Plastikflaschen (PET) (vorzugsweise pfandfreie Flasche)
- Schere
- Füllmaterial (Kohle, Kies, Sand, Erde, Kaffeesatz oder Tinte),
- Eventuell Löffel/Schippen um Sand & Co aus den Tüten zu entnehmen
- Wasser

Und so einfach geht's:

1. Die Plastikflasche wird in der Mitte zerschnitten und der Verschluss mehrfach durchbohrt.
2. Anschließend wird der obere Flaschenteil mit dem Verschluss nach unten in den unteren Teil der Flasche gestellt.
3. Dann wird der obere Flaschenteil mit unterschiedlichen Schichten befüllt: fein geschlagene Kohle, Sand, Erde, Kies.
4. Nun „verschmutzt" man Wasser mit Tinte, Kaffeesatz etc. und gießt es dann vorsichtig in die Flaschen. Wasser aus einer Pfütze geht auch gut.

Tropfi-Tipp: Da dein Filter nicht so tief ist wie das Erdreich, gieße das Wasser ruhig mehrmals durch deinen Filter bis es richtig sauber ist. Trinken solltest du es trotzdem nicht.

WASSERWENDE
Trinkwasser atip :tap ist Klimaschutz

WasserQUIZ

- Wie viel Liter Flaschenwasser konsumieren Personen in Deutschland durchschnittlich pro Kopf jährlich (zum Vergleich: in den 70ern waren es 12 Liter)?

a) 181 Liter | b) 77 Liter | c) 34 Liter

- Wie lange kann ein Mensch ohne Wasser überleben?

a) 1 Tag | b) 3 Tage | c) 30 Tage

- Wie viel Liter Leitungswasser bekomme ich für 1 Euro?

a) 20 Liter | b) 200 Liter | c) 400 Liter

- Wie lange braucht eine Plastikflasche ungefähr um in der Natur zu verrotten (zerfällt zu Mikroplastik, welches nicht abbaubar ist)?

a) 5 Jahre | b) 100 Jahre | c) 450 Jahre

- Wofür wird am meisten Leitungswasser verwendet?

a) Toilettenspülung | b) Trinken/Essen | c) Körperpflege

- Eine Familie (4 Personen) trinkt täglich Flaschenwasser aus den französischen Alpen und gibt dafür ca. 2500 € jährlich aus. Wie viel gäbe sie aus, wenn sie stattdessen Leitungswasser trinken würde?

a) 30€ | b) 11€ | c) 47€

Lösung:

200 Liter | 450Jahre | Körperpflege | 3 Tage | 11€ | 181 Liter

WASSERWENDE
Trinkwasser atip:tap ist Klimaschutz

Wie gut kennst du dich aus?

1. Wofür wird weltweit am meisten Süßwasser verbraucht?
2. Wie heißt der blaue Fisch bei "Findet Nemo"?
3. Woraus besteht der menschliche Körper zu einem Großteil?
4. Wer wohnt in der Ananas ganz tief im Meer?
5. Welches Wasser ist besser für die Umwelt? Leitungswasser oder Mineralwasser?
6. Es gibt mehr Wasser als ... auf der Erde.
7. Kopfschmerzen sind ein Anzeichen für ...
8. Unser Leitungswasser kommt aus der ....
9. Leitungswasser trinken spart ...

Tropfi-Tipp:

Bei schlechtem Wetter oder Langeweile, schau dir einen dieser spannenden Wasserfilme im Heimkino an:

- **Fitmacher Wasser: Worauf es beim Trinken ankommt!** https://www1.wdr.de/mediathek/video/sendungen/quarks-und-co/video-fitmacher-wasser-worauf-es-beim-trinken-ankommt-100.html
- **Kostbares Nass! Woher kommt unser Trinkwasser.** https://kinder.wdr.de/tv/neuneinhalb/av/video-kostbares-nass--woher-kommt-unser-trinkwasser-102.html
- **Sachgeschichte: Süßwasser auf Inseln.** https://kinder.wdr.de/tv/die-sendung-mit-der-maus/av/video-sachgeschichte-suesswasser-auf-inseln-100.html
- **Knietzsche trinkt.** https://www.planet-schule.de/sf/php/sendungen.php?sendung=10702

Lösung:

Wasser Erdöl Natur Wassermangel Landwirtschaft Dorf Leitungswasser Spongebob Land

WASSERWENDE Trinkwasser atip tap ist Klimaschutz

Mal mich bunt...

Tropfi-Tipp:
Ist da noch jemand durstig auf mehr? Dann gehe auf **Spurensuche** mit Tropfi und finde heraus, wo in deinem Zuhause überall Wasser ist und wer alles Wasser braucht. Zähle zum Beispiel die Wasserhähne oder Pflanzen.

Impressum
a tip: tap e.V.
Schustehrusstr. 2910585 Berlin
E-Mail: info(at)atiptap.org
Facebook: facebook.de/atiptap
Twitter: twitter.com/atiptap
Instagram: instagram.com/a_tip_tap
Vereinregistereintrag Amtsgericht Charlottenburg, VR 31450 B

This work is licensed under the Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. To view a copy of this license, visit http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/ or send a letter to Creative Commons, PO Box 1866, Mountain View, CA 94042, USA.