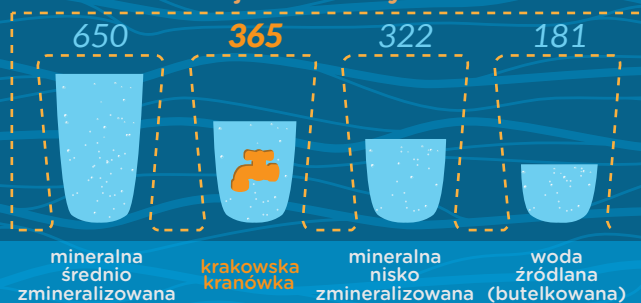


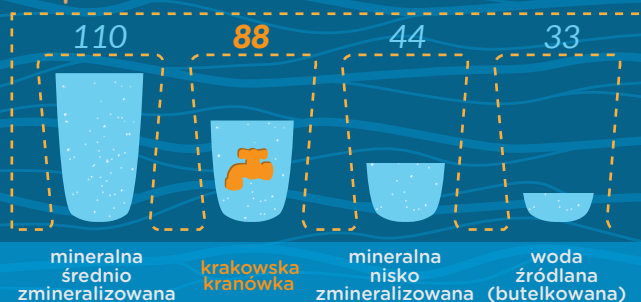
ZAWARTOŚĆ

substancji mineralnych [mg/l]*

Suma substancji mineralnych



Wapń



Magnez

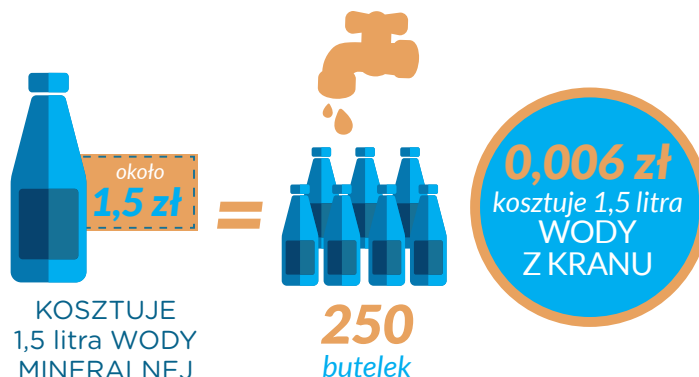


Potas



* wartości średnie dla całości wody pitnej dostarczanej przez MPWiK S.A. w Krakowie

Oszczędnie i ekologicznie



cena jednej butelki wody mineralnej jest równa cenie **ponad 250 butelek wody z kranu**



CZY WIEDZIAŁEŚ, ŻE W KRAKOWSKIEJ KRANÓWCE

występują substancje mineralne?

Magnez

Magnez znajduje się we wszystkich komórkach organizmu. Uczestniczy w procesie trawienia oraz w przemianach węglowodanowych i białkowych. Dodatkowo ma działanie przeciwskurczowe oraz zmniejsza skłonność do powstawania zakrzepów.

Wapń

Wapń bierze udział w procesach krzepnięcia krwi, pracy mięśni, przewodnictwie nerwowo-mięśniowym oraz w budowaniu układu kostnego. Stanowi on istotny składnik kości, zębów i odgrywa kluczową rolę w przekazywaniu informacji za pomocą nerwów.

Sód

Sód reguluje gospodarkę wodną organizmu, przez co przyczynia się do zapewnienia napięcia tkanek i nadania jędrności skórze. Bierze udział w transporcie aminokwasów i cukrów.

Potas

Potas nazywany jest „pierwiałkiem życia”. Tworzy główne sole organizmu, czyli elektrolity, które w zasadniczy sposób wpływają na bilans płynów ustrojowych. Jest niezbędny do właściwego funkcjonowania systemu nerwowego, pracy mięśni. Bierze udział w dotlenianiu mózgu, kontroluje ciśnienie krwi i pracę nerek.



WODOCIĄGI
Miasta Krakowa

W KRAKOWIE
DOBRA WODA
prosto z kranu



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
www.prostozkranu.krakow.pl



PRAWDY I MITY o wodzie kranowej



WODĘ KANOWĄ MOŻNA PIĆ BEZ PRZYGOTOWANIA

Woda w krakowskich kranach jest czysta bakteriologicznie, tak więc jej gotowanie jest niepotrzebne. Wysoka temperatura zabija jedynie mikroorganizmy, a te są już wcześniej z kranówki usuwane.



PRZYGOTOWANIE ZMIĘKCHA WODĘ

Przegotowanie wody powoduje wytrącenie w postaci osadu (kamienia) części minerałów – zwłaszcza związków wapnia i magnezu – co zmiękcza wodę, ale również powoduje zubożenie składu mineralnego wody. Z tego powodu gotowanie wody nie jest zalecane przy bezpośrednim spożyciu.



JAKOŚĆ WODY W KRAKOWSKICH KANACH JEST TAKA SAMA JAK JAKOŚĆ WODY W INNYCH KRAJACH UNII EUROPEJSKIEJ

Woda z Krakowskich Wodociągów jest równie wysokiej jakości jak woda w innych europejskich miastach, gdyż wymagania jakościowe, określone w przepisach polskich są tak samo szczegółowe jak wymagania unijne, a niektóre wskaźniki muszą spełniać jeszcze surowsze normy w stosunku do norm Unii.



TWARDA WODA MA KORZYSTNY WPŁYW NA ORGANIZM

Owszem, średnio twarda woda, gdyż taką mamy w Krakowie, bywa uciążliwa dla sprzętów gospodarstwa domowego. Równocześnie taka woda, zawierając większe ilości biopierwiastków takich jak magnez czy wapń, może mieć bardzo pozytywny wpływ na zdrowie.



DOWIEDZ SIĘ WIĘCEJ
www.prostozkranu.krakow.pl



Dzięki wodociągom dostarczającym wodę dezynfekowaną chlorem udało się powstrzymać wyniszczające epidemie i doprowadzić do niespotykanego dotychczas w rozwoju ludzkości, wydłużenia się przeciętnej długości życia.

TWARDA WODA MOŻE POWODOWAĆ POWSTAWANIE KAMIENI RÓWNIEŻ W ORGANIZMIE

Powstawanie kamieni w organizmie człowieka wynika głównie z zaburzeń metabolizmu i nie ma związku z twardością spożywanej wody. Kamienie w organizmie człowieka to złożony z nierozpuszczalnych szczawianów, moczanów fosforanów, struwitu lub cholesterolu.



POWSTAJĄCE W WYNIKU CHLOROWANIA WODY ZWIĄZKI CHEMICZNE SĄ GROŻNE, GDYŻ KUMULUJĄ SIĘ W ORGANIZMIE (W WYNIKU WIELOLETNIEGO PICIA WODY Z KANU)

Uboczne produkty dezynfekcji wody nie kumulują się w organizmie, ponadto ich stężenie w wodzie jest ściśle monitorowane i nigdy nie przekracza dopuszczalnych norm, co oznacza, że są całkowicie bezpieczne.



CHLOR W WODZIE KANOWEJ JEST SZKODLIWY

Chlor jest środkiem dezynfekującym i gwarantem mikrobiologicznego bezpieczeństwa wody. Stosowane w wodzie kranowej dawki chloru nie mają szkodliwego działania.



DOMOWE FILTRY DZBANKOWE USUWAJĄ Z WODY KANOWEJ CHLOR I ZANIECZYSZCZENIA

Niektóre filtry domowe są w stanie usunąć z wody chlor, który jest środkiem dezynfekującym, gwarantującym mikrobiologiczne bezpieczeństwo wody. Nie usuwają natomiast żadnych zanieczyszczeń, gdyż takich w wodzie pitnej nie ma. Usunięcie chloru może wpłynąć na zmianę zapachu i smaku wody, jednak niewłaściwe użytkowanie filtrów może spowodować zagrożenie mikrobiologiczne poprzez niekontrolowany rozwój szkodliwych bakterii na wkładzie filtrującym.



W WODZIE KANOWEJ ZNAJDUJĄ SIĘ GROŻNE BAKTERIE

Woda pitna dostarczana mieszkańcom Krakowa jest ściśle monitorowana i nie zawiera żadnych szkodliwych dla zdrowia bakterii.

