



TrinkWasser!

– GESUND FÜR KÖRPER UND GEIST –



DEIN NATÜRLICHER
SCHLÜSSEL ZU GESUNDHEIT
UND WOHLBEFINDEN!

Die Wasserversorgung in Peißenberg besteht seit dem Jahr 1916. Seitdem fließt reines Quellwasser in bester Qualität vom Eibenwald in Paterzell nach Peißenberg. Die Fördermenge dieser „Paterzeller Quelle“ beträgt jährlich rund 280.000 m³. Zusätzlich werden von den Brunnenanlagen „Burg“ und „Ammerauen“ jährlich rund 530.000 m³ Wasser in das Wasserleitungsnetz eingespeist.

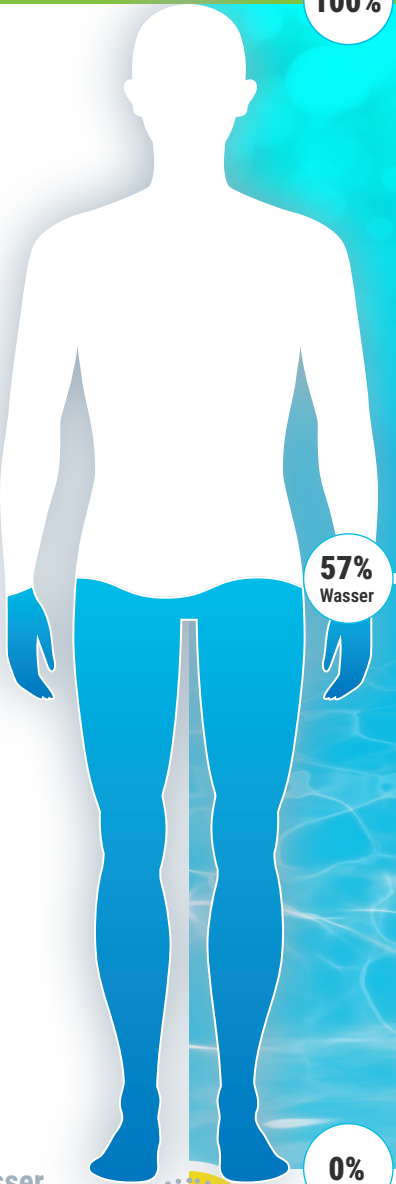
Das Wasserleitungsnetz umfasst eine Gesamtlänge von rund 137 km. Darin sind circa 3.623 Wasserzähler, etwa 390 Hydranten und rund 710 Hauptschieber im Einsatz. Jeder Peißenberger Bürger wird daraus täglich mit durchschnittlich 128 Litern Trinkwasser versorgt.

Wöchentlich werden die Gebäude, die die Quellen und Brunnen umgeben, sowie die Wasserqualität von den Mitarbeitern der Gemeindegewerke Peißenberg KU kontrolliert.

Trinkwasser ist ein wesentliches Lebensmittel mit höchsten Qualitätsansprüchen. Wichtige Mineralien, die unser Körper und Geist täglich benötigen, sind in ausreichender Menge nachweisbar. Dazu zählen Natrium, Kalium, Magnesium, Calcium, Chlorid und Sulfat. Der Nitratgehalt liegt deutlich unter den gesetzlichen Grenzwerten.

Der nachgewiesene Härtebereich liegt zwischen 13,9 und 22,1 °dH und entspricht somit hartem Trinkwasser.

Der Mensch besteht zu rund 57 % aus Wasser. Bei einem Körpergewicht von 70 kg entspricht das ca. 40 Litern. Pro Stunde verliert der Körper min. 0,1 Liter Wasser.



100%

57%
Wasser

0%

NACH
2
STUNDEN

Durst

NACH
8
STUNDEN

Konzentrationsstörungen, Leistungsabfall und Müdigkeit

NACH
12
STUNDEN

Starker Durst, Müdigkeit und Kopfschmerzen

Schreitet der Wassermangel weiter voran, können die Nieren oder der Kreislauf versagen.

Der MENSCHLICHE KÖRPER besteht zu etwa 50-70 % aus Wasser.

Der genaue Anteil hängt von unterschiedlichen Faktoren ab, wie Alter, Geschlecht und Zusammensetzung des Körpers:

- Neugeborene: bis zu 75 % Wasser
- Erwachsene Männer: ca. 60 % Wasser
- Erwachsene Frauen: ca. 50-55 % Wasser
- Ältere Menschen: ca. 45-50 % Wasser

Gehirn ca. 7,5%
des gesamten Körperwassers (~3 kg Wasser)

Haut ca. 12-15%
des gesamten Körperwassers (~5-6 kg Wasser)

Blut ca. 6%
des gesamten Körperwassers (~5 Liter Blut, davon 50 % Wasser = ~2,5 kg Wasser)

Knochen ca. 10%
des gesamten Körperwassers (~4 kg Wasser, da Knochen ~20-25 % Wasser enthalten)

Das entzieht Deinem Körper Wasser:



SALZ



ALKOHOL



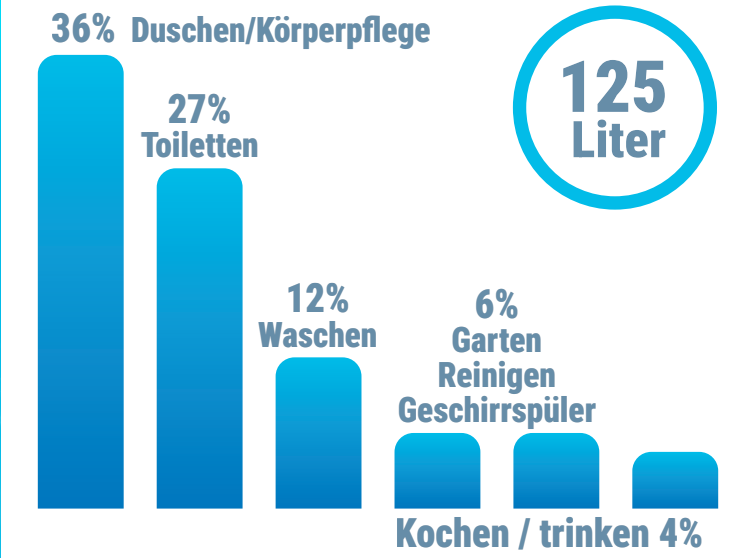
KAFFEE

Warum LEITUNGSWASSER DIE BESTE WAHL für Dich und die Umwelt ist:

Leitungswasser ist ein idealer, kalorienfreier Durstlöcher! Trinkwasser ist ein wertvolles Lebensmittel und kann den Flüssigkeitsbedarf hervorragend decken. Aus der Leitung ist das Wasser dabei circa 100-mal preiswerter als gekauftes Mineralwasser und genauso empfehlenswert. Wer auf diese Weise die Herstellung und den Transport von Mineralwasserflaschen vermeidet, entlastet außerdem die Umwelt und schont das Klima.

TIPP: Wasser, das in den Rohren stand, ist nicht mehr frisch. Langes Verweilen in der Leitung begünstigt eine mögliche Verkeimung und die Übertragung von Stoffen aus den Armaturen. Wasser zum Trinken oder Kochen deshalb immer erst so lange laufen lassen, bis es kühl aus dem Hahn kommt – das kann bis zu 30 Sekunden dauern. Der erste Wasserschwall morgens oder nach dem Urlaub kann zum Blumengießen, Spülen oder Putzen verwendet werden.

Der WASSERVERBRAUCH im HAUSHALT in geschätzten Mengen, pro Person und Tag



WASSER SPAREN im HAUSHALT und GARTEN

Duschen statt Baden | Tropfenden Wasserhahn reparieren | Wassersparenden Duschkopf verwenden | Wasser nicht unnötig laufen lassen | Zahnpflegebecher benutzen | Duschtimer verwenden | Sensor-Armaturen installieren | Obst und Gemüse in einer Schüssel waschen | Regenwasser mit einer Regentonne nutzen | Zisterne zur Regenwassernutzung einsetzen

DEIN KÖRPER BRAUCHT ES,
DEIN GEIST LIEBT ES –
TRINK MEHR WASSER!