

CONSELLS PRÀCTICS PER ESTALVIAR A CASA

Un habitatge d'un edifici plurifamiliar consumeix, de mitjana, uns 130 litres per persona i dia, mentre que en un habitatge unifamiliar amb jardí el consum diari és de més de 200 litres per persona i dia.

A la taula següent podeu veure els litres consumits, aproximadament, segons les activitats higièniques i domèstiques que fem a casa.

Activitats	Litres aproximats	
Rentant-nos les mans	2 – 18 litres	
Rentant-nos les dents	2 – 12 litres	
Omplint la banyera	200 – 300 litres	
Dutxant-nos	30 – 80 litres	
Fent una rentadora	60 – 90 litres	
Utilitzant el rentavaixelles	Per a les mateixes peces	18 – 20 litres
Rentant els plats a mà		38 – 40 litres
Buidant la cisterna del vàter	6 – 10 litres	
A la cuina i per beure	10 litres/dia	
Netejant la casa	10 litres/dia	
Rentant el cotxe	400 litres	
Regant 100 m ² de gespa del jardí	400 litres	

Consells pràctics a casa: estalviar és senzill!

Et proposem algunes mesures senzilles de posar en pràctica amb les què aconseguiràs reduir ràpidament el teu consum d'aigua. La teva aportació a l'estalvi és important.

- **EL VÀTER**

Evita l'ús del vàter com a paperera, atès que amb cada descàrrega s'aboquen entre 6 i 10 litres d'aigua (i fins a 15, en certs models).



Redueix el volum de descàrrega de la cisterna del vàter; existeixen diferents mecanismes per a fer-ho depenent del tipus de cisterna que tinguem a casa.

- ❖ **Adaptacions en models no estalviadors: Els contrapesos i els topalls**

Ajuden al mecanisme convencional de descàrrega a tancar més ràpid i per tant a reduir l'aportació d'aigua de la cisterna del vàter.

A) Els contrapesos

Com el seu nom indica, són uns pesos que es pengen directament del sistema de descàrrega de l'aigua de manera que, quan es deixa d'elevat el sistema de descàrrega, aquest es tanca immediatament degut al pes. Són de fàcil instal·lació, ja que només cal obrir la cisterna i instal·lar-los. Són incompatibles amb cisternes que incorporen sistemes d'estalvi tipus botó d'interrupció o doble botó.



B) Els topalls

Solen ser anelles o tubs de goma, que s'incorporen a la part superior de la barnilla metàl·lica del mecanisme de descàrrega d'aigua, de manera que topi

amb la tapa de la cisterna, impedit que aquest es buidi completament. Si volem fer la descàrrega sencera de la cisterna, cal mantenir el tirador aixecat més estona. Els topalls poden arribar a donar estalvis d'un 50%. Són molt econòmics i poden autoinstal·lar-se amb facilitat.

No es recomana la incorporació d'ampolles plenes d'aigua o altres estris dins les cisternes dels vàters. Cal tenir present però, que actualment les cisternes es fabriquen amb una capacitat de 6 litres d'aigua, mentre que durant els anys 80, les fabricaven amb unes



capacitats d'entre 12 i 15 l. Per això, en cisternes petites, la introducció d'una ampolla per reduir el volum sol crear problemes. Al no descarregar-se el volum d'aigua necessari, s'ha de dur a terme una segona descàrrega que acaba per duplicar la quantitat d'aigua que es gasta. A més, al tenir un volum més petit, els mecanismes que regulen la descàrrega poden interaccionar amb els estris introduïts per reduir-ne el volum, ocasionant-hi problemes.

❖ **Adaptacions en models estalviadors: Interruptor de descàrrega i doble botó**

Les cisternes més modernes solen portar incorporats mecanismes d'estalvi. Els més amplament distribuïts són els doble botó i de botó interruptor de descàrrega.

A) L'interruptor de descàrrega

És un únic botó, situat a la part superior de la cisterna, que al ser accionat per segona vegada interromp el flux d'aigua en el moment en què l'usuari ho

desitja. Molta gent el té a casa però desconeix la possibilitat d'aquesta interrupció.

B) El doble botó

És un dispositiu que allibera 3 o 6 litres d'aigua segons el botó que és accionat. Generalment el més petit correspon amb la descàrrega mínima.

Amb aquests dispositius es poden arribar a estalviar fins a 40.000 litres d'aigua per any en una família de 4 persones. Requereixen instal·lació professional.



Cal tenir present que existeix la possibilitat d'aprofitar les aigües grises – procedents de dutxa i banyera- per a omplir les cisternes del WC amb un circuit específic, que faciliti la reutilització, previ filtrat de l'aigua. A més de l'eficiència obtinguda emprant dos cops la mateixa aigua, aquesta reutilització resulta molt més racional que no pas omplir les cisternes del WC amb aigua que s'ha potabilitzat per a ús de boca, amb les despeses que comporta aquesta operació.

• LES AIXETES I ELS RENTAMANS

Tanca les aixetes quan no facis servir l'aigua i repara-les quan perdin aigua. Amb una aixeta que degota podem perdre fins a 30 litres al dia.

Redueix el cabal de els aixetes instal·lant dispositius barats i senzills que permeten estalviar aigua, d'aquesta manera aconseguiràs un consum de fins a un 50% més baix.

❖ Adaptacions en models no estalviadors: Airejadors i peralitzadors

El filtre habitual situat a l'extrem de qualsevol aixeta de la casa pot substituir-se per un airejador-peralitzador, un dispositiu que barreja aire amb aigua de manera que, amb menys quantitat d'aigua s'aconsegueix el mateix confort.

Les aixetes solen consumir fins a 12 litres/minut. Però hi ha filtres que són més estalviadors. En el mercat podem trobar diferents models que aporten cabals de 5, 6 i 8 litres/minut, segons la disposició dels filtres interns. Aparentment són iguals, però els estalvis d'aigua obtinguts són diferents.



És aconsellable la instal·lació de les que aporten els menors cabals.



L'estalvi que pot aconseguir-se en cada aixeta en la qual s'instal·la aquest mecanisme és del 50% de l'aigua que aporta. Són uns mecanismes més econòmics i tenen l'avantatge de poder-se'ls instal·lar un mateix. Cal tenir en compte però, que el diàmetre d'algunes de les rosques més antigues és menor que l'actual i no s'hi poden incorporar els

mecanismes existents al mercat. També són incompatibles amb les aixetes que ja disposen de temporitzadors, els mecanismes que permeten pitjar un botó que marca l'inici del subministrament d'aigua i que s'aturen després d'un període de temps concret. També cal tenir present que periòdicament, és convenient desmuntar-los i extraure'n la calç que s'ha dipositat durant el seu funcionament, per tal de mantenir la seva eficiència.

❖ Aixetes reductores de consum

Les aixetes reductores de consum disposen d'un sistema intern que redueix el cabal de sortida de l'aigua i fa que aquest tingui uns valors inferiors als que pot subministrar l'aixeta com a màxim. En trobem diferents models:

A) Monocomandaments

Podem trobar models amb un sistema d'obertura en dos trams, amb un topall intermedi a 6l/min. Si es vol que surti més aigua, cal l'esforç de vèncer el topall.

També hi ha model que disposen d'un sistema de reguladors de cabal incorporats que poden manipular-se externament. Per a establiments públics existeix la possibilitat d'incorporar sistemes detectors de presència amb infrarojos, que fan que el flux d'aigua s'iniciï en apropar-se. Hi ha models que estan connectats a xarxa, bateries i actualment, fins i tot trobem models que disposen de petites cèl·lules solars incorporades per alimentar elèctricament el sistema.



B) Temporitzadors regulables

Hi ha una oferta abundant en el mercat i una gran diversitat de preus i nivells d'estalvi, segons el model d'aixeta. Són útils per a establiments on hi ha molta gent: escoles, poliesportius, bars, restaurants, hotels, etc.



La instal·lació d'aixetes estalviadores per substituir les que no ho són requereix el servei de professionals.

- **LA DUTXA**

- ❖ **Adaptacions en models no estalviadors**

A) Reductors de cabal

Les dutxes tradicionals tenen un consum de 15 l/min. Un dels mecanismes d'estalvi que existeix en el mercat són els reductors de cabal. Redueixen la quantitat total d'aigua que surt de la dutxa disminuint la secció de pas del tub. Els més coneguts són els estranguladors de cabal, que redueixen la secció de pas de l'aigua augmentant el gruix de les parets dels conductes o bé incorporen una peça de plàstic en forma de disc, amb un forat més petit que el de la secció inicial del tub.

Són molt econòmics i poden autoinstal·lar-se fàcilment, intercalant-se entre l'aixeta i el flexor. També pot passar que el model sigui molt antic i llavors no coincideixi el pas de roca amb les mides actuals, tal i com ja s'ha descrit per als perlitzadors-airejadors i les aixetes.



S'aconsegueixen estalvis entre el 30-60% segons la pressió de la xarxa. No són recomanables per sota de la pressió de servei habitual (1-3 bars). Hi ha algun model de capçal estalviador que és incompatible amb aquest mecanisme, la qual cosa es comprova fàcilment perquè deixa de subministrar aigua.

Si et dutxes estalviaràs aigua. Mentre que una banyera plena gasta 300 litres, amb una dutxa en gastaràs 50.

Fes servir un airejador en el capçal de la dutxa, així podràs estalviar fins al 50% de l'aigua. Si t'has de canviar d'aixeta de dutxa utilitza una monocomandament doncs podràs estalviar l'aigua derivada de la recerca de la temperatura ideal.

B) Dutes d'alta eficiència i amb temporitzadors

Hi ha dues estratègies pel que fa a l'eficiència en l'ús de l'aigua de les dutxes. Per un costat, existeixen en el mercat diversos tipus de capçals de dutxa que, amb l'efecte de barrejar aire amb aigua, aconseguen augmentar-ne la velocitat de sortida. També es pot aconseguir una menor despesa concentrant el doll d'aigua. Algunes fins i tot, incorporen mecanismes que disminueixen les incrustacions de calç. Poden arribar a estalviar el 50% de l'aigua, tot i que s'ha de controlar la qualitat ja que hi ha molts models de preu mitjà que es fan malbé en poc temps.



També hi ha, com en el cas de les aixetes, dutxes temporitzadores, molt adients per a establiments freqüentats per gran quantitat de gent com les piscines, poliesportius, hotels, càmpings, etc. L'estalvi depèn del temps i la pressió de l'aigua, sent aconsellable un subministrament d'aigua a raó de 10-12 l/min, segons la pressió.

No solament s'estalvia aigua: també s'estalvia energia. Alguns experts consideren que la combinació de dutxa eficient i làmpades de baix consum incrementa notablement l'estalvi energètic si es tracta d'instal·lacions amb escalfador elèctric de l'aigua.

Són econòmicament més cares que els reductors de cabal i requereixen instal·lació professional.

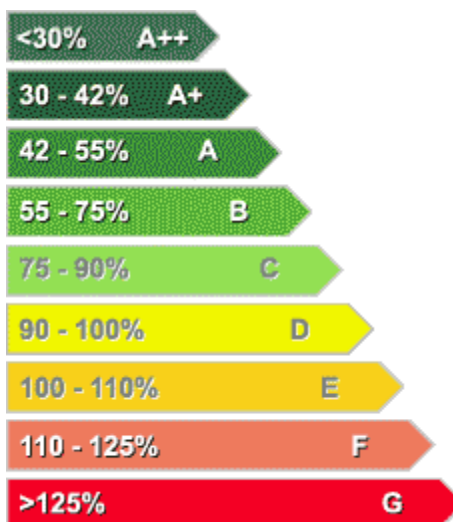
- **El cotxe**

Si en tens, renta el cotxe al túnel de rentat o amb una esponja i una galleda, en comptes de fer-ho amb la mànega. Això permet estalviar fins a 350 litres d'aigua cada rentada.



- **ELECTRODOMÈSTICS ESTALVIADORS**


En el mercat existeixen rentavaixelles i rentadores de baix consum d'aigua. Normalment porten associat també l'estalvi energètic. Per a la promoció d'aquest tipus d'electrodomèstic ha jugat un paper fonamental l'etiquetatge d'eficiència energètica imposat per la Unió Europea. A l'hora d'adquirir un electrodomèstic cal demanar que ens mostrin la classificació d'estalvi i eficiència.



Augmenta l'estalvi tant en els rentavaixelles com en les rentadores quan s'incorporen en els dos tipus d'aparell sensors de càrrega, de pes o de terbolesa de l'aigua i programes econòmica que poden ser seleccionats pels usuaris o sistemes de tall del subministrament d'aigua quan s'hi detecten fugues.

- ❖ **El rentavaixelles**

Fes servir el rentavaixelles amb la càrrega completa, i utilitza sempre que puguis els programes d'estalvi. Quan hagi de canviar de rentavaixelles, compra'n un de baix consum doncs redueix substancialment el consum



d'aigua. Es consideren eficients els rentavaixelles que gasten entre 12 i 15,5 litres d'aigua per rentada.

❖ **La rentadora**

Fes servir la rentadora amb la càrrega completa i selecciona el programa adequat en funció del tipus de roba i el seu estat de brutícia. Si has de canviar la rentadora, compra aquella de baix consum. Mentre que una rentadora antiga pot gastar fins a 220 litres d'aigua per rentada, una de baix consum necessita només 50 litres, a més de consumir menys energia.

Es consideren eficients les rentadores amb un consum inferior a 75 l per 5 kg de roba. Les de càrrega frontal –o superior, però amb l'eix horitzontal– estalvien el 60% de l'aigua que gasten les de càrrega superior i eix vertical, que necessiten estar plenes del tot per a poder funcionar, i que són escasses a Europa.

• EL REG DE LES PLANTES I EL JARDÍ

A l'estiu, si regues les plantes de bon matí o al vespre hauràs d'utilitzar menys aigua, doncs evitaràs l'evaporació.

Instal·lar un sistema gota a gota a l'arrel de les plantes permet un reg localitzat i, a més a més, és un sistema excel·lent per al seu creixement.

En el jardí pots instal·lar un programador de reg que es fixa a l'aixeta i permet escollir el moment (bon matí o al vespre) i la freqüència.

Segons el tipus d'habitatge, hi ha diverses qüestions a considerar pel que fa a la vegetació. És molt important la tria de les espècies, ja que si són autòctones, solen consumir menys aigua i per tant són més sostenibles.

El romaní, l'espígol, la farigola, o l'alfàbrega són, entre altres, les plantes autòctones que s'adapten millor al nostre clima i que consumeixen fins a deu vegades menys aigua que les flors de temporada clàssiques. A més, són més resistents a les temperatures altes i duren molt més temps.



També és important la seva disposició en el jardí, la terrassa o el balcó. Però hi ha diverses maneres d'incidir també en el reg per tal de fer-lo més eficient.

❖ Tipus de reg

Existeixen diverses guies de xerojardineria que detallen les espècies amb més baix consum d'aigua, que solen coincidir amb les plantes autòctones, pròpies de la zona. Cal tenir també present en els jardins que els arbres i matolls consumeixen menys aigua que la gespa.



❖ Sistemes de reg

Existeixen en el mercat diversos mecanismes d'estalvi per al reg, que van des del reg automàtic, el goteig o les mànegues d'estalvi. En els sistemes de reg automàtic es pot programar el temps de reg en funció de les necessitats de les plantes. Es poden trobar en establiments especialitzats. Hi ha programadors complexos que contempen l'existència de diverses subàrees dins del jardí, i llavors han de ser instal·lats per personal especialitzat.

Hi ha mecanismes per dur a terme el reg per goteig, tant en els jardins com en les mateixes jardineres o testos dels balcons.

De la mateixa manera que hi ha perlitzadors, airejadors i limitadors de cabal per a les aixetes, també existeix aquest tipus d'estri per ser incorporat a les mànegues de reg. Tot i que pot semblar que cal regar fins a amagar la terra, no sempre és necessari. En molts casos s'observa una component lúdica en el reg: moltes persones continuen regant perquè els agrada estar un temps determinat fent-ho. En aquests casos és quan aquests mecanismes són més eficients.

❖ Reutilització de l'aigua per a reg

En molts casos, dins els habitatges, podem reutilitzar l'aigua per al reg. Per exemple amb l'aigua que hem emprat per bullir verdures. Deixant-la refredar pot utilitzar-se per regar els testos i les jardineres. No s'ha de fer servir aquella aigua en la qual hem introduït productes de neteja: lleixius, detergents, etc.

L'aigua sobrant de les piscines, prèviament filtrada i declorada, pot emprar-se també per al reg del jardí o per a la neteja d'interiors, exteriors, etc, exceptuant el consum humà.



I pels més estalviadors...

- **REUTILITZACIÓ D'AIGÜES GRISES**

Les aigües grises són les aigües sobreres de la dutxa o banyera i de la rentadora. Existeix la possibilitat d'aprofitar-les per a omplir les cisternes del wàter, mitjançant un circuit específic que faciliti la reutilització, previ filtrat de l'aigua. A més de l'eficiència obtinguda emprant dos cops la mateixa aigua, aquesta reutilització resulta molt més racional que no pas omplir les cisternes del wàter amb aigua que s'ha potabilitzat per a ús de boca, amb les despeses i impactes que comporta la potabilització. Aquestes també poden ser utilitzades per al reg del jardí.

- **APROFITAMENT D'AIGÜES PLUVIALS**

Es poden aprofitar les aigües de la pluja si s'instal·la un sistema de recollida d'aigües i un cop filtrades es poden utilitzar tant per omplir la cisterna del wàter com per rec del jardí.


Si tenim en compte totes les possibilitats de reutilització d'aigües grises i pluvials, la capacitat d'estalvi a les cases pot arribar fins a un 40% per habitatge.

Consells pràctics a casa: millorar la qualitat és senzill!

Una altra manera de fer un millor ús de l'aigua, consisteix en protegir la que tenim a l'abast, tot evitant la seva contaminació. Així, per exemple, hi podem col·laborar...

No embrutant l'aigua!

1. No abocant-hi productes nocius per al medi o de difícil eliminació natural o artificial: olis de cuina, productes de neteja, substàncies



químiques de laboratoris, aiguarràs, pintures, dissolvents o similars, etc. (un sol litre d'oli mineral pot contaminar 10.000 litres d'aigua). Aquests productes dificulten el procés de depuració a les plantes depuradores d'aigües residuals. Per això, cal separar-los i portar-los a la deixalleria més propera, perquè rebin el tractament adequat.

2. Emprant el desembussador tradicional (ventosa de cautxú provista d'un mànec), en comptes de productes químics a base de sosa càustica, àcids i altres substàncies tòxiques. Hi ha productes casolans que actuen de desembussadors, com ara el bicarbonat i el vinagre.
3. Usant detergents sense fosfats, i fent servir blanquejadors a base de percarbonats, enlloc de lleixiu.
4. Usant pintures, vernissos i dissolvents ecològics. Això no obstant, tant si s'usen productes ecològics com si no, cal recollir les restes d'aquests i portar-les a la deixalleria més propera, on rebran el tractament adequat.

No utilitzar el vàter ni l'aigüera com a paperera!

Per evitar-ho es recomana instal·lar contenidors de rebuig als lavabos. A l'aigüera és convenient tenir una reixeta i buidar-la periòdicament.