



“Tydzień wody”

Autor: Natalia Wróblewska,
Wiktoria Bereza, Monika Marchlik



Ile człowiek powinien pić litrów wody dziennie?

Zdrowy, dorosły człowiek powinien wypijać od 1,5 do 2 litrów wody – w zależności od płci, temperatury otoczenia i aktywności fizycznej. A w czasie intensywnego wysiłku i upałów nawet do 4–5 litrów na dobę.



Ciekawostki o wodzie

- 1) Zdrowy, dorosły człowiek powinien wypijać od 1,5 do 2 litrów wody – w zależności od płci, temperatury otoczenia i aktywności fizycznej. A w czasie intensywnego wysiłku i upałów nawet do 4–5 litrów na dobę.

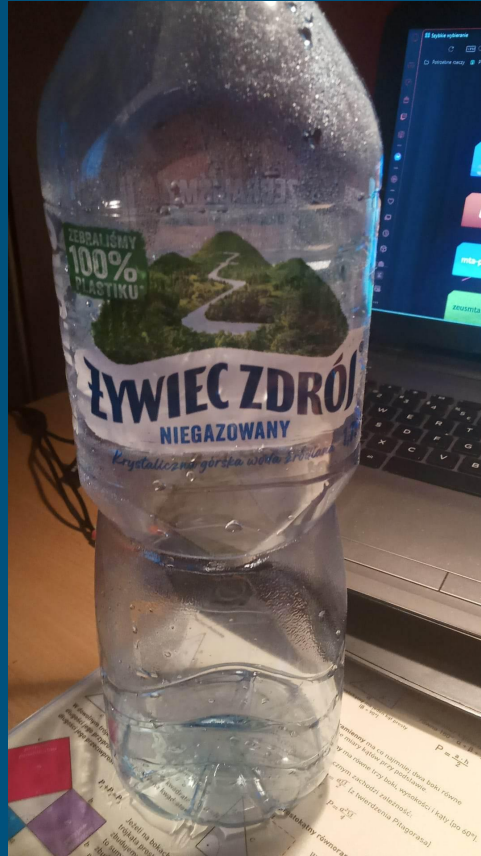


Ciekawostki o wodzie

2) Na biegunach Księżyca, Marsa i Merkurach znajduje się lód.



Pamiętaj, by się nawadniać!





Dziękujemy za uwagę!