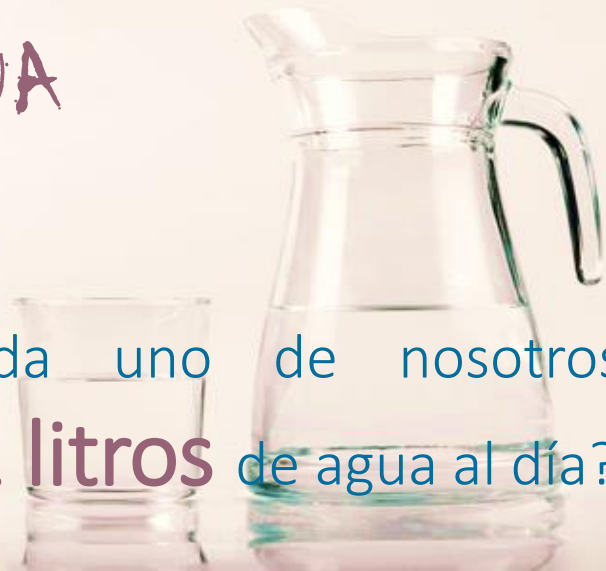


CUIDA EL AGUA EN EL HOGAR

¿Sabías que cada uno de nosotros consumimos **112 litros** de agua al día?



¡Reto semanal!. Envía un dibujo o una foto de medidas de ahorro de agua que llevas a cabo en tu hogar a educacionambiental@laescueladelagua.com Para que lo compartamos en el programa educativo online de [NILSA](#).

A quien participe le reservamos un regalo en la oficina para cuando termine el confinamiento.



Al lavar verduras usa un recipiente lleno y lava de una vez todas las que vas a limpiar. Si las lavas en el fregadero, coloca el tapón.



Usa poca agua para cocinar verduras. El sabor y el valor nutritivo se pierden junto con el agua.



No tires el agua que utilizaste para cocer vegetales. Con ella puedes preparar sopas.



Deja una botella con agua en el refrigerador, así podrás tomar agua fría sin tener que dejar correr el agua de la llave hasta que salga fresca.



Para hacer cubos de hielo, usa moldes de plástico flexible, lo que te permitirá removerlos con facilidad sin tener que ponerlos bajo la llave del agua para despegarlos.

