



Si tienes cualquier proyecto y/o iniciativa o estás interesado en desarrollar programas de voluntariado para mejorar nuestros ríos, ponte en contacto con nosotros.

Algunas direcciones en las que puedes tener más información:

<http://www.navarra.es>

<http://www.chebro.es>

<http://www.chnorte.es>

<http://www.crana.org> (Tel: 948 13 65 87. Correo electrónico: [agua@crana.org](mailto:agua@crana.org))

## Foro del Agua de Navarra

“El agua no es una mercancía más, sino un patrimonio que tiene que ser protegido, defendido y considerado como tal”.

DMA2000, p. 2

## Algunas ideas prácticas

### En los jardines y en el campo

- **Selecciona plantas autóctonas y cultivos adaptados**, que precisen de poco riego.
- **Utiliza sistemas de riego de control de tiempo**, goteo y multigoteo, y riega por las mañanas o por las noches.
- **Aprovecha el agua de lluvia**, y reutiliza el agua de las piscinas para el riego.
- **Cuando riegues en casa o en el campo** controla el agua, utiliza sólo la necesaria.
- **Cuando abones el campo**, sigue los Códigos de Buenas Prácticas Agrarias (<http://www.cfnavarra.es/agricultura/buenas>).
- **Reduce el uso de herbicidas y pesticidas**.
- **Almacena el estiércol y desperdicios** lejos de los cursos fluviales.

### Utiliza tecnología que ahorra

- **Compra sistemas economizadores** de agua para griferías, duchas y cisternas que permiten ahorrar mucha agua.
- **También puedes comprar electrodomésticos (lavadoras, lavavajillas) de bajo consumo** de agua.
- Puedes hacer **instalaciones de fontanería para reaprovechar el agua de la ducha**, y de la lavadora, para el inodoro.
- **En las empresas, reutiliza el agua** para los sistemas de refrigeración, o para otros procesos.

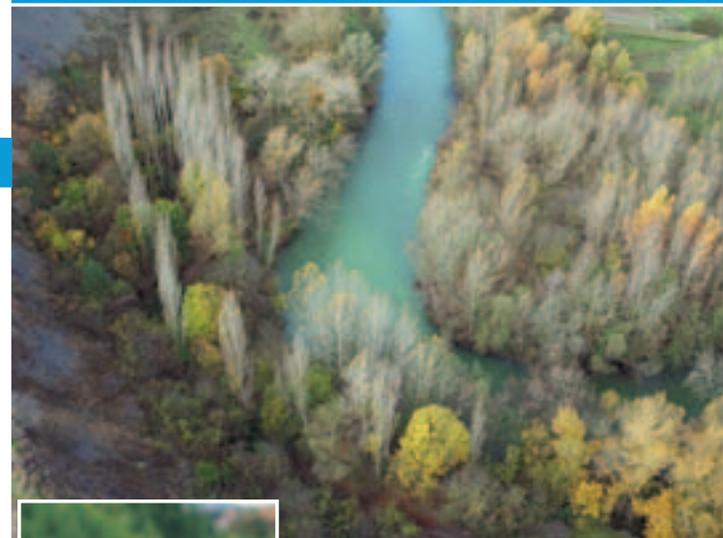
### Cambiar pequeños hábitos ayuda a ahorrar y a cuidar la calidad del agua

- **Evita verter aceites y pinturas** por el fregadero o por el inodoro.
- **En casa, puedes reutilizar el agua limpia** que sobra de las comidas para regar plantas.
- **Ayuda a mantener el río limpio**. El río no es un vertedero.
- **Revisa periódicamente las instalaciones** y maquinarias y actúa con rapidez en caso de alguna fuga.
- **Utiliza detergentes no contaminantes** y pinturas ecológicas.

- **Cierra bien los grifos** después de utilizarlos y recuerda que los inodoros no son papeleras.

### Cuanto más seamos, más cuidaremos nuestras aguas y más agua tendremos

- Si eres directivo o cargo público en empresa, en el ayuntamiento o en la escuela:
  - realiza campañas escritas y verbales de sensibilización** para el personal, la población local, los padres y madres, y los estudiantes.
  - pon en marcha sistemas de reducción de consumo** y de mejora de tratamiento del saneamiento.
  - incorpora a tu trabajo** la dimensión viva de los ríos y su entorno.
- **Participa en acciones de voluntariado** para limpiar y cuidar nuestras aguas y nuestros ríos.
- **Participa en el Foro del Agua** aportando ideas para conseguir el buen estado del agua y de los ecosistemas.



© A. CUTILLER

## Cuidando el agua, cuidando nuestros ríos, cuidamos nuestro futuro

En Navarra y desde el Foro del Agua estamos en ello. La participación e implicación de todos es clave para asegurar el éxito en esta tarea. Desde el Foro del agua os invitamos a participar, todos tenemos algo que decir y algo que hacer.



Gobierno de Navarra



FUNDACIÓN Centro de Recursos Ambientales de Navarra



# El agua (H<sub>2</sub>O) es nuestra joya vital

## 10 cosas que debes saber sobre el agua

### 3 Principios

#### Venimos del agua y "Somos agua".

El 70% de nuestro cuerpo está constituido por agua.

#### Necesitamos agua para vivir.

Los humanos necesitamos ingerir entre uno y tres litros de agua diarios.

#### El agua dulce y de calidad es un bien preciado y escaso, y es de todos.

El 70% de la superficie del planeta es agua, pero solo un 2,5% es dulce, y el 70% de agua dulce está congelado en los glaciares.

### 3 Problemas

Somos más y tenemos menos agua disponible, unos consumimos más de lo que verdaderamente necesitamos y otros menos, unos gestionamos mejor y otros peor...

La UNESCO estima que la cantidad de agua disponible se reducirá un 30% en los próximos 20 años.

Estamos deteriorando nuestros sistemas acuáticos, y si no cuidamos nuestras aguas comprometemos nuestra salud y nuestro futuro.

2.000.000 de personas murieron en 2000 por enfermedades relacionadas con el consumo de agua contaminada.

Desde tiempos remotos concentramos esfuerzos en conseguir agua para vivir, cada vez nos resulta más caro y genera más conflictos...

Hoy a algunos nos llega hasta casa, otros caminan varias horas al día para cubrir las necesidades de su familia. Cada vez consumimos más, y las obras hidráulicas son cada vez más caras, con más impacto ambiental y más contestación social.

### 3 Soluciones

Los gobiernos se ponen de acuerdo y redactan leyes.

En Europa se aprueba la Directiva Marco del Agua, en Navarra la Estrategia del Agua. Ahora hay que aplicarla entre todos.

Todos entendemos y cambiamos nuestras actitudes hacia una nueva cultura del agua.

"No hay como lo poco, siendo bastante" (dicho anónimo). Tú puedes hacer mucho (más adelante te damos algunas ideas para ponerlas en práctica).

Le ponemos el precio que se merece para valorar, cuidar y no derrochar nuestra joya vital.

El Ministerio de Medio Ambiente calcula que en España se despilfarran un total de 900 hectómetros cúbicos de agua, cantidad que cubriría el consumo anual de 14,7 millones de personas.

## 1 Resultado

Mejoramos y protegemos el ciclo integral del agua (ríos, lagos, mares, aguas subterráneas).

El agua no se pierde en el mar. "El río y el mar son la misma cosa", K.Grimbrant

Aspiramos a asegurar la vida, con agua de calidad para todos.  
Nuestro futuro está ligado al de nuestro entorno y todos estamos implicados.