

WODA Z NATURY. KOMFORT Z TECHNOLOGII

**LETNI PRZEWODNIK PO
CZYTEJ WODZIE Z AQUAPHOR**

Czysta woda. Czysty wybór. Czyste życie



AQUAPHOR®
water filters

uroda  **zdrowie.pl**

WODA TO ŻYCIE: DLACZEGO WARTO PIĆ WIĘCEJ WODY LATEM?

Ciało człowieka składa się w ponad **60% z wody**. Gdy temperatura rośnie, rośnie też zapotrzebowanie organizmu na nawodnienie. Woda reguluje temperaturę ciała, wspomaga metabolizm, oczyszcza z toksyn i dba o kondycję skóry.

Ciekawostka: Mózg składa się w ok. 75% z wody. Już niewielkie odwodnienie (ok. 2%) może powodować spadek koncentracji, pogorszenie nastroju i zmęczenie.

Dlatego latem:

- Noś wodę zawsze przy sobie.
- Sięgaj po wodę przed uczuciem pragnienia – to już objaw odwodnienia.
- Unikaj słodzonych napojów – woda filtrująca jest lepsza dla organizmu i figury.

CO NAPRAWDĘ PIJESZ?

Woda z kranu w Polsce musi spełniać normy sanitarne, ale to nie oznacza, że zawsze jest idealna. Na jej jakość wpływają m.in. stare rury, lokalna jakość gleby i instalacje domowe.

W wodzie mogą występować:

- chlor (stosowany do dezynfekcji),
- metale ciężkie (ołów, rtęć),
- pestycydy i farmaceutyki (resztki leków),
- mikroplastiki.

Nie wszystkie te substancje można wykryć zmysłami, ale mają realny wpływ na zdrowie i smak wody. **Dlatego warto ją filtrować.**

AQUAPHOR®
water filters

PŁYNNĄ ZMIANĄ
KUPUJ WKŁADY
I WYMIENIAJ NA NAGRODY

Dowiedz się więcej



W RUCHU: BUTELKI FILTRUJĄCE, KTÓRE ZMIENIAJĄ CODZIENNOŚĆ

Wakacje, rower, biuro, szkoła, siłownia – wszędzie tam warto mieć wodę. **Butelki filtrujące Aquaphor** to wygoda, zdrowie i styl.

Dlaczego warto?

- Usuwiają chlor, metale ciężkie, alergeny
- Pozostawiają naturalny skład mineralny wody
- Wykonane z Tritanu – bez BPA, zero mikroplastiku
- Różne rozmiary: **350 ml** (do torebki, dla dziecka), **500–700 ml** (uniwersalna, do pracy), **800 - 1 l** (na dłuższe wyjścia, na podróż)
- Bogata kolorystyka i aksamitna powłoka – wygodne trzymanie

Porada: Butelka filtrująca przyda się w samolocie: po przejściu kontroli możesz ją napełnić i uniknąć drogich butelek na lotnisku.



350 ml

Kieszonkowa, lekka,
idealna dla dzieci



500 ml

Uniwersalna
na co dzień



650 ml

Dla zabieganych i
mobilnych



800 ml

Dla aktywnych, na
dłuższe wyjścia



1000 ml

Dla podróżników i
sportowców by aktywować system

PO CO MI WODA?

Woda pełni w organizmie **wiele istotnych funkcji**:

- transportuje składniki odżywcze i tlen do komórek,
- wspomaga trawienie i wchłanianie,
- reguluje temperaturę ciała poprzez pocenie się,
- wypłukuje toksyny przez nerki i skórę,
- chroni narządy i tkanki,
- nawilża stawy i działa jak naturalny "smar".

Nawet krótkotrwałe odwodnienie może negatywnie wpłynąć na wydolność fizyczną, koncentrację i nastrój. Regularne picie czystej wody wspiera również **zdrową cerę i prawidłowe funkcjonowanie** układu odpornościowego.

DZBANKI FILTRUJĄCE: NIE TYLKO DO KUCHNI

Szklany dzbanek **Glass Aquaphor** z wydajnym wkładem filtrującym wodę na eleganckie spotkania w domu czy w ogrodzie to opis najlepiej oddający istotę tego modelu. Znajdujący się w nim filtr zapewnia wielofunkcyjną ochronę, skutecznie **usuając z wody mikroplastik, chlor, metale ciężkie, fenole oraz inne zanieczyszczenia.**

AQUAPHOR Glass z wkładem magnezowym zadba o redukcję kamienia, dzięki czemu poprawi smak wody, wydobywając z przyrządzanych na jej bazie napojów i potraw. Dzbaneek jest przy tym ekologiczny i lekki – wykonano go z bezpiecznego dla zdrowia szkła borokrzemowego, a wkład magnezowy ma dobroczynny wpływ na nasze serce.

Inspiracja: Dzbaneek Glass Aquaphor to idealny towarzysz letnich garden party. Wystarczy dodać owoce i miętę.



Poprawia smak i zapach wody



Wzbogacenie wody w magnez



Usuwa z wody toksyny

ILE WODY POTRZEBUJEMY NAPRAWDĘ?

Nie ma jednej uniwersalnej normy – zapotrzebowanie na wodę zależy od wieku, aktywności fizycznej, temperatury otoczenia i stanu zdrowia. Średnio przyjmuje się, że **dorośła osoba powinna wypijać 30–35 ml wody na każdy kilogram masy** ciała dziennie.

Przykład: Osoba ważąca 60 kg powinna pić około 1,8–2,1 litra wody dziennie – nie wliczając kawy, herbaty czy zup.

Szybki kalkulator nawodnienia:

- $50 \text{ kg} \times 35 \text{ ml} = 1,75 \text{ l}$
- $60 \text{ kg} \times 35 \text{ ml} = 2,1 \text{ l}$
- $70 \text{ kg} \times 35 \text{ ml} = 2,45 \text{ l}$
- $80 \text{ kg} \times 35 \text{ ml} = 2,8 \text{ l}$

To **minimum** – w upały, podczas wysiłku fizycznego czy choroby potrzeby organizmu rosną. **Wodę tracimy** nie tylko przez pot, ale też oddychanie, pracę nerek i jelit.

Ciekawostka: Człowiek może przeżyć bez jedzenia kilka tygodni, ale bez wody – zaledwie kilka dni. Już utrata 10% wody z organizmu może prowadzić do poważnych zaburzeń funkcji życiowych, a 20% – do śmierci.

KUCHENNE SYSTEMY FILTRACJI: CZYSTA WODA PROSTO Z KRANU

Krystalicznie czysta woda prosto z kranu zawsze w zasięgu ręki – to możliwe w domu w mieście lub na działce po zamontowaniu tego systemu odwróconej osmozy. Przefiltrowana w ten sposób woda jest **krystalicznie czysta, bezpieczna, miękka i smaczna** - wolna od mikroplastiku, kamienia, chloru, bakterii i wirusów.

Kompaktowy system z wbudowanym zbiornikiem na wodę to również duża **oszczędność miejsca pod zlewem**. Dołączony do zestawu oddzielny kranik do czystej wody to wygoda w użytkowaniu i czysta woda prosto z kranu.

Nowoczesne kuchnie to mała przestrzeń i duże wymagania. **Systemy filtracji Aquaphor** (Eco PRO, Morion):

- Montaż DIY (bez hydraulika, łatwy i szybki)
- Kompaktowe, ciche, skuteczne
- Eliminują 99,9% zanieczyszczeń (chlor, kamień, metale ciężkie, bakterie)
- Poprawiają smak i zapach wody
- Filtrują wodę do gotowania, picia i dla dzieci

Pomysł: Możesz zamontować system filtrujący nie tylko pod zlewem, ale np. w spiżarni czy szafie gospodarczej – to wygodne i estetyczne.

AQUAPHOR®
water filters

WIESŁAW NOWOBILSKI

AMBASADOREM AQUAPHOR



*Polecam,
Wiesław Nowobilski*

ŻYCIE SMAKUJE LEPIEJ Z DOBRĄ WODĄ

Woda to **fundament życia**. Odgrywa kluczową rolę w funkcjonowaniu organizmu, wpływa na nasze zdrowie, wygląd i samopoczucie. Czysta, dobrej jakości woda to nie luksus – to potrzeba, której nie warto ignorować.

Współczesny styl życia wymaga prostych, ale skutecznych rozwiązań. **Filtrowanie wody to jeden z tych nawyków, które mają realne znaczenie.** Pozwala zadbać o zdrowie, środowisko i domowy budżet. Dzięki filtrom możemy pić wodę bez obaw o mikroplastiki, metale ciężkie czy nieprzyjemny zapach chloru.

Dodatkowo, świadome podejście do picia wody to krok w stronę większej uważności: na własne ciało, na środowisko, na codzienne wybory. To wyraz troski o bliskich i o planetę. Nawodnienie nie powinno być obowiązkiem – powinno być rytuałem, który wspiera nasze zdrowie i harmonię.

Pamiętaj:

- pij regularnie,
- wybieraj wodę dobrej jakości,
- sięgaj po rozwiązania, które ułatwiają ci życie.

Nie musisz zmieniać wszystkiego – **wystarczy jedna decyzja.** Szklanka po szklance, kropla po kropli. Tak buduje się zdrowie.

Bo dobra woda to więcej niż napój. To codzienna troska o siebie.



WWW.AQUAPHOR.COM/PL