

1 LA DEVINETTE

Est-ce que tu sais pourquoi les chats n'aiment pas l'eau ?

Réponse : parce que dans l'eau, minet râle.

2 LE QUIZ

- 1) Pourquoi boire l'eau du robinet c'est bon pour ta santé ?
- 2) Pourquoi boire l'eau du robinet c'est bon pour la planète ?
- 3) Sais-tu combien ton corps contient d'eau (en %) ?

L'eau du robinet ne contient ni sucre ni calorie. Les sodas ou autres boissons sucrées ne doivent être consommés qu'exceptionnellement, car le sucre qu'elles contiennent favorise l'obésité et les caries dentaires. Sais-tu combien 1 litre de soda contient de sucre ?

Un litre de soda contient l'équivalent de 19 morceaux de sucre, c'est-à-dire 3 fois plus que la dose journalière recommandée.

3 LES MOTS MÊLÉS

RETROUVE LES MOTS DANS LA GRILLE :

P	M	X	F	R	M	F	H	W	W
I	I	H	E	S	I	I	S	X	V
C	W	Z	R	D	N	L	O	G	E
A	E	B	R	L	E	T	U	Z	I
R	L	P	E	Ç	R	R	G	G	
A	B	O	V	S	A	A	C	F	R
F	A	N	P	Z	L	T	E	W	E
E	T	N	A	S	E	I	R	M	N
A	O	Q	Z	C	D	O	N	W	E
U	P	R	O	B	I	N	E	T	E

- > Eau
- > Potable
- > Carafe
- > Minérale
- > Source
- > Filtration
- > Verre
- > Santé
- > Énergie
- > Robinet



L'EAU DU ROBINET, C'EST BON POUR MA SANTÉ !

EDUARDO

ONDINE



Pour aller plus loin et jouer avec nous, viens sur la plateforme

kézakeau?
www.kezakeau.fr

Avant le sport pense à boire de l'eau, surtout par temps chaud ! Tu éviteras une trop forte déshydratation.

4 LE RÉBUS

« HISTOIRE D'EAU »



Chaque jour ton corps élimine de l'eau par la transpiration, l'urine et même la respiration. Sais-tu comment compenser cette perte en eau ?

On peut compenser la perte en eau en buvant 1,5 litre d'eau par jour et en mangeant de façon équilibrée car les aliments contiennent aussi de l'eau, surtout les crudités, les fruits et légumes.

5

LE CYCLE DE L'EAU

RELIE LES CHIFFRES ENTRE EUX DANS L'ORDRE



Réponses du QUIZ :
 [1] Elle est sûre : c'est l'un des produits alimentaires les plus contrôlés. Elle contient des sels minéraux indispensables à ta santé comme le calcium et le magnésium. Elle contient 0 calorie, contrairement aux boissons sucrées comme les sodas.
 [2] Elle est sans emballage donc ne produit pas de déchets, et sa production ne consomme que très peu d'énergie.
 [3] 70%, et 64% pour celui d'un adulte. Notre cerveau contient quant à lui 80% d'eau.

Ce set vous est offert par votre service public de l'eau

