



Hydratez-vous

3 conseils pour rester hydraté pendant la vague de chaleur



-1-

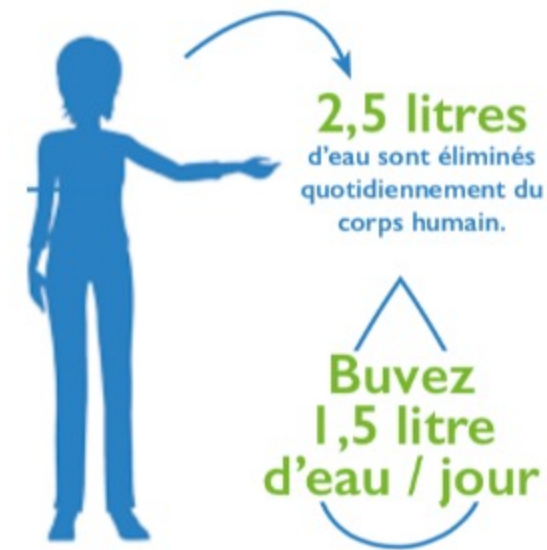
Complétez l'eau que vous apportent les aliments par 1,5 litre de boisson.

-2-

N'hésitez pas à boire régulièrement tout au long de la journée (un verre toutes les heures).

-3-

Attention aux enfants et aux personnes âgées : ils sont plus exposés à la déshydratation. Pensez à leur proposer régulièrement de l'eau.



Buvez l'eau du robinet !

Totalement sûre, livrée 24h/24 à domicile et tempérée, l'eau du robinet est parfaite pour s'hydrater tout au long de la journée et contribue à couvrir vos besoins en minéraux et oligo-éléments.

Sur le territoire du SEDIF, une surveillance permanente de la qualité de l'eau est assurée en différents points, du captage dans la ressource à votre robinet, en passant par les usines de production et les réseaux de distribution.

Des contrôles réguliers sont assurés par l'Agence Régionale de Santé pour vérifier la qualité physique, chimique et bactériologique de l'eau.



Pour en savoir plus