SYNDICAT DES EAUX D'ILE DE FRANCE
SEDIF
SERVICE PUBLIC DE L'EAU

VEOLIA
Eau d'Ile-de-France
Délégataire du SEDIF

Mon eau & Moi

L'info sur l'eau, à la source

(Re)découvrez votre eau du robinet

Nous la consommons en permanence mais connaissons-nous vraiment notre eau du robinet, son origine ou bien même les différents procédés utilisés pour la rendre potable ? Pas forcément ! Et bien, profitons de cette newsletter pour faire le point.

Le journal Mon eau & Moi est de retour !

Parce qu'elle est vitale et essentielle à notre bien-être, l'eau produite et distribuée par le Service public de l'eau est analysée tout au long de son parcours, jusqu'à votre robinet. L'objectif ? Vous garantir une qualité d'eau irréprochable ! Alors, pour qu'il n'ait plus aucun secret pour vous, nous revenons sur ce parcours dans le journal *Mon eau & Moi*. **Sous forme de "stories", nous vous dévoilons ainsi les coulisses de cette production et vous expliquons pourquoi l'eau du robinet est si bonne pour notre santé.** Et en bonus, **l'influenceur Gaspard G** s'est invité dans le journal pour répondre à toutes vos interrogations !

Vous êtes passé à côté ? Découvrez-le vite et **participez à notre grand jeu concours ! À la clé, une croisière sur la Seine, une console, une GoPro ou l'un de nos 200 autres lots.**

Je tente ma chance

Tout savoir sur votre eau du robinet

Savez-vous d'où vient l'eau que vous buvez avant de venir du robinet ? **Téléchargez l'application Mon eau & Moi pour découvrir son origine en fonction de votre commune, ainsi que sa composition et de nombreuses astuces pour mieux la consommer.**

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play

Eau en bouteille ou eau du robinet ?

1 litre d'eau du robinet coûte en moyenne 0,13 centime

1 litre d'eau en bouteille coûte en moyenne 25 centimes

Un litre d'eau du robinet coûte en moyenne 100 à 200 fois moins cher qu'un litre d'eau en bouteille.

Bien s'hydrater… même quand il fait froid

Avec l'arrivée de l'hiver, nous pensons moins souvent à boire et pourtant, nos besoins en eau sont les mêmes. Il existe de petites astuces pour rester hydraté et boire régulièrement tout au long de la journée. **Variez vos apports en buvant des boissons chaudes (infusion, thé ou soupe).** Votre alimentation joue aussi un rôle important pour compléter ces apports en eau. **Certains fruits et légumes sont riches en eau comme le céleri, composé à 95 % d'eau, ou la clémentine, à 85 %.**

J'en découvre d'autres

Vous n'avez pas encore téléchargé l'application Mon eau & Moi, c'est le moment !

Télécharger dans l'App Store

DISPONIBLE SUR Google Play

Rejoignez-nous