

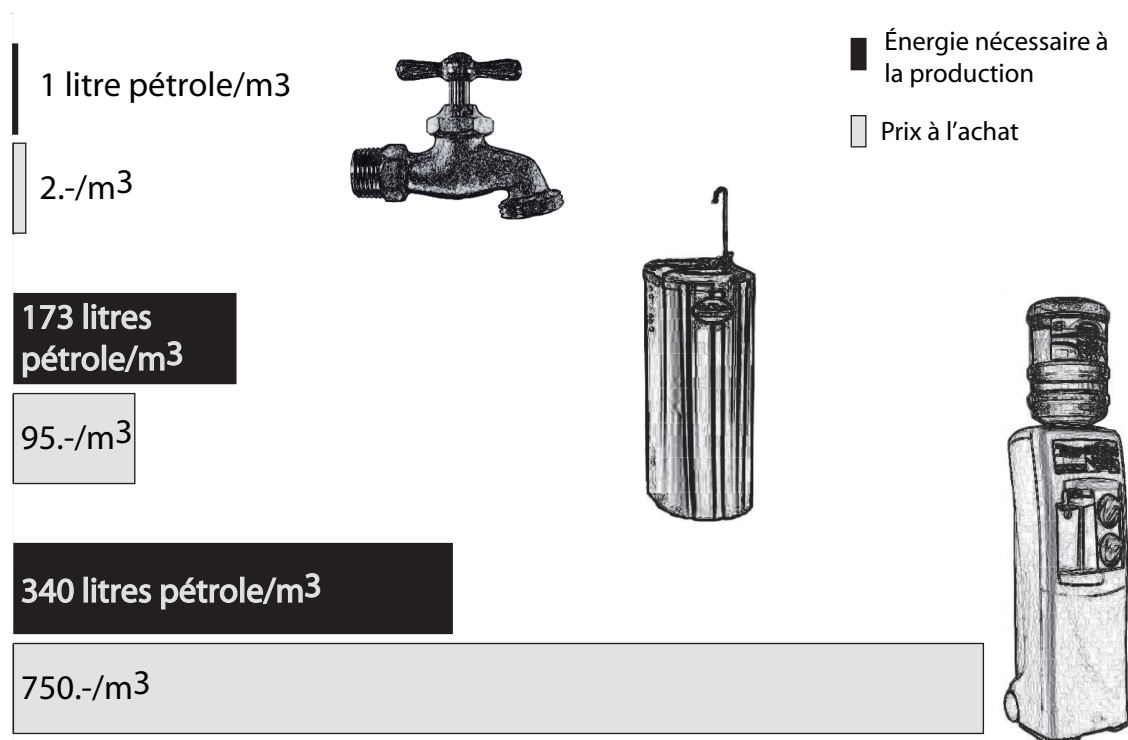
Les bons réflexes!

- Gardons toujours de l'eau à portée de main sur notre place de travail
- Buvons suffisamment et régulièrement, surtout s'il fait chaud
- Préférons l'eau aux boissons sucrées: leur apport calorique est rarement utile!
- Préférons l'eau du robinet à l'eau minérale en bouteilles ou en bonbonnes

La gestion de l'eau de boisson au sein de l'administration

Par souci d'économie financière et d'écologie, le Conseil d'Etat a interdit les bonbonnes à eau dans les bureaux de l'administration depuis juin 2006. Sachant que l'eau du réseau est payée aux services industriels à un prix défiant toute concurrence pour une qualité supérieure, il est effectivement peu logique de payer à double. L'enlèvement de ces fontaines ne doit bien évidemment pas nous empêcher de boire régulièrement!

Buvez de l'eau, pas du pétrole!



La seule boisson indispensable à la vie, c'est l'eau ! Boire suffisamment contribue à notre bien-être et au maintien d'un bon état de santé. Il est recommandé d'absorber au minimum 1,5 litre de boisson par jour, mais il est nécessaire de boire plus par temps chaud ou lors d'activités physiques. De manière générale, l'eau du robinet est d'une qualité irréprochable et son coût économique et écologique est nettement inférieur à celui de l'eau en bouteilles ou en fontaines!

**1 franc permet
d'acheter 500 litres
d'eau du robinet mais
seulement 0,8 à 3,5
litres d'eau minérale!**

Eau du robinet ou eau minérale en bouteille?

En Suisse, l'eau du robinet est partout d'excellente qualité. Pourquoi dès lors consommer une eau en bouteilles dont la production nécessite mille fois plus d'énergie et beaucoup de matières premières pour fabriquer les emballages et transporter les bouteilles?

De plus, elle génère aussi des déchets, même si le recyclage du PET et du verre limite en partie ces nuisances. Enfin, l'eau en bouteilles coûte, suivant les marques, de 150 à 650 fois plus cher que l'eau du robinet !

Une alternative à l'eau en bouteille est l'utilisation de fontaines raccordées au réseau d'eau potable ou fonctionnant avec des bonnes d'eau minérale. L'usage de ces fontaines a un côté plus convivial et plus incitatif que l'utilisation de l'eau du robinet. L'installation et l'entretien de ces fontaines est toutefois bien trop coûteux pour une structure aussi importante que celle de l'État de Vaud.

Cependant, et bien qu'inférieur à celui des bouteilles d'eau minérale, l'impact environnemental des fontaines à eau reste conséquent, en particulier lorsqu'elles fonctionnent avec des bonbonnes et qu'elles sont réfrigérées.

Sources: Société suisse de nutrition (SGE-SSN), <http://www.sge-ssn.ch>, Eau Potable - Santé, <http://www.eaupotable.ch>

Le saviez-vous?

- L'eau représente en moyenne 60 % du poids de l'adulte. Une personne de 70 kg est composée de plus de 40 kg d'eau.
- Les aliments nous apportent environ un litre d'eau par jour. Pour compenser les 2,5 litres d'eau que le corps élimine quotidiennement, il nous faut donc absorber 1,5 litre de boisson supplémentaire.
- Nous pouvons survivre plusieurs semaines sans manger, mais à peine quelques jours sans boire.
- Une déshydratation entraîne une diminution des performances physiques et intellectuelles.
- La soif est déjà un signe de déshydratation. Il est préférable de boire avant d'avoir soif!
- L'odeur du chlore peut être désagréable mais ne présente aucun danger. Si elle vous dérange, laissez l'eau reposer quelques heures dans une carafe et elle disparaîtra.

Un geste...un impact!

Boire de l'eau du robinet plutôt que de l'eau minérale d'une fontaine réfrigérée

En buvant 8 décilitres d'eau du robinet par jour au lieu de les prendre dans une fontaine à eau, **vous économisez l'équivalent de 16 kg de pétrole par an!**



© Stéphane Kindler, skindler@romandie.com

Contacts et renseignements

Unité de développement durable
Tél. 021 316 73 24
E-mail: info.durable@vd.ch
Internet : www.vd.ch/durable

Le «Développement durable au travail» c'est:

- des infos pratiques pour agir à son échelle
- quatre thèmes: matériel de bureau, énergie, mobilité, santé-sécurité
- un site internet
- quinze fiches téléchargeables
- une mise à jour régulière
- un centre de compétences à votre service
- des écobilans et cycles de vie à disposition

Le développement durable nécessite l'engagement de tous!