

# L'eau est le meilleur choix !

Quand j'ai soif, je bois de l'eau

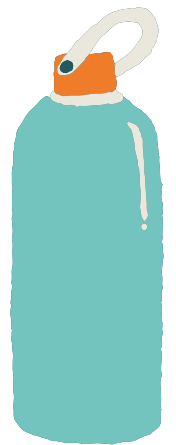
## Le saviez-vous?

- Plus de la moitié de notre corps est composé d'eau.
- L'eau est nécessaire au bon fonctionnement du corps.



## Choisissez une bouteille réutilisable

- Rincez-la chaque jour.
- Lavez-la avec de l'eau et du savon au moins une fois par semaine.



Ajouter des fruits (frais ou congelés), des légumes ou des herbes fraîches pour donner du goût :



Cannelle



Pomme



Kiwi



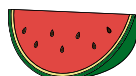
Fraise



Menthe



Concombre



Melon



Bleuet

