

# Les bonnes raisons de boire l'eau du robinet

## Qualité

Rigoureusement traitée et analysée, l'eau est la denrée alimentaire la plus contrôlée.

## Essentielle

Boire suffisamment fait partie de l'équilibre nutritionnel. Pour la santé, il est recommandé de boire 1.5 L par jour. En cas de fortes chaleurs, boire frais régulièrement sans attendre d'avoir soif.

## Ecologique

Jusqu'à 1'000 fois moins d'impacts sur l'environnement que certaines eaux en bouteille.

## Équilibrée

L'eau du robinet contient des sels minéraux (calcium, magnésium, etc.) et des oligoéléments qui la rendent comparable à certaines eaux en bouteille.

## Economique

Un litre d'eau du robinet coûte moins de 1 ct dans le canton du Jura.

## Agréable

Sa fraîcheur naturelle et son goût en font une eau agréable. Nature ou gazéifiée, agrémentée de rondelles de citron, de feuilles de menthe ou de sirop, elle répond aux goûts de chacun.

## Pratique

Une eau disponible 24h/24h sans effort, à la maison, au bureau ou à l'école.

## Proximité

Une ressource locale dont les Jurassiennes et Jurassiens bénéficient directement au robinet.

## Trucs et astuces

- **Si vous êtes sensibles à l'odeur de chlore**, faites-la disparaître en mettant simplement votre carafe au réfrigérateur 10 à 30 minutes ou en ajoutant quelques gouttes de citron.
- **Le calcaire, c'est du calcium et du magnésium!** Présents naturellement dans l'eau, ces éléments sont essentiels à la croissance et à l'entretien du squelette. Quelques gouttes de vinaigre blanc vous aideront à supprimer les traces de calcaire sur votre vaisselle ou vos appareils.
- **Après quelques jours d'absence**, laissez couler quelques secondes un peu d'eau avant de la consommer: son goût n'en sera que meilleur!
- **Utilisez de l'eau froide pour cuisiner** et pour préparer les boissons chaudes: la chaudière et le circuit d'eau chaude peuvent altérer sa qualité sanitaire. Pour chauffer l'eau, préférez la bouilloire ou une casserole avec couvercle.