

Finir son verre d'eau

C'EST PAS LA MER

À BOIRE !

Notre corps a besoin
quotidiennement
d'1,5 litre d'eau pour être
correctement hydraté.
**C'est le moment
d'en profiter...**

1

L'eau contribue
**au bon
fonctionnement**
des muscles et
des organes

2

L'eau
améliore
la digestion

3

L'eau aide
à avoir
**une belle
qualité
de peau**

