

# Organiser un « Bar à eaux » pour sensibiliser son public à l'eau du robinet



FICHE ACTIVITÉ N° 6



ACTIVITÉ

## PRINCIPAUX ENJEUX

L'eau est indispensable à l'équilibre de l'organisme. Selon les nutritionnistes, chaque adulte est supposé boire 1 litre à 1,5 litre d'eau par jour, en plus de l'eau apportée par les aliments (fruits, légumes, produits laitiers...).

Cela tombe bien ! Notre région dispose d'une eau de distribution d'excellente qualité. De plus, elle est contrôlée régulièrement par les producteurs et les distributeurs. L'eau doit d'ailleurs satisfaire à 61 critères de contrôle pour respecter les normes européennes de qualité en vigueur.

L'eau du robinet répond, point par point, aux critères d'une alimentation durable :

- Écologique car l'eau est produite localement et disponible 24h/24. Elle ne nécessite donc aucun transport et ne génère aucun déchet d'emballage.
- Économique car, suivant les localités, l'eau du robinet est jusqu'à 200 fois moins chère que l'eau en bouteille !
- Bonne pour la santé car, selon une étude de Test-Achats , elle serait parfois plus saine que l'eau en bouteille qui peut contenir trop de minéraux.

## OBJECTIFS

- Sensibiliser les participants aux avantages que présente la consommation d'eau du robinet par rapport à l'eau en bouteille.
- Démontrer, aux travers d'ateliers de démonstration, que l'eau du robinet est tout à fait propre à la consommation.

- Donner des trucs et astuces pour surmonter les préjugés et les freins à la consommation d'eau du robinet.
- Amener les participants à s'interroger sur leurs choix de consommation.

## MISE EN OEUVRE

L'animation « Bar à eaux » consiste en un test à l'aveugle de différents types d'eau. Les participants sont acteurs de l'atelier à travers les dégustations. Il s'agit tout simplement d'identifier les différents types d'eau dégustés et de tenter de reconnaître l'eau du robinet. Voici quelques étapes-clés pour organiser votre activité :

### 1. Préparer l'animation

L'animation est facile à réaliser. Elle ne nécessite pas de gros moyens et fonctionne bien pour sensibiliser le public à l'eau du robinet. Il suffit de disposer de 4 carafes numérotées, contenant chacune une eau différente (eau de source, eau minérale riche en calcium, eau riche en magnésium, et sans oublier l'eau du robinet) ainsi que des verres ou des gobelets réutilisables.

**Un conseil :** remplissez la carafe d'eau du robinet une vingtaine de minutes avant la dégustation pour permettre au chlore (présent à l'état gazeux dans l'eau) de s'évaporer naturellement. L'eau sera plus agréable encore au goût si elle est placée au réfrigérateur.



#### Animation préliminaire sur les représentations

Pour connaître les perceptions de vos publics à l'égard de l'eau du robinet, il peut être intéressant de partir d'un exercice sur les représentations. L'eau du robinet fait souvent l'objet de réticences et il est important de les faire émerger avant la dégustation à l'aveugle. Certaines personnes trouvent que l'eau du robinet a un goût de chlore ou estiment qu'elle n'est pas suffisamment saine pour être bue. D'autres se questionnent sur la présence de calcaire et ses effets sur la santé... En tant qu'animateur, vous devez vous préparer à faire face à ce type de réactions et d'idées reçues. Veillez donc à préparer un petit argumentaire !

#### Quels éléments d'information allez-vous réunir en vue de l'animation ?

- **Le coût ! C'est l'un des éléments essentiel ! Un petit calcul vaut mieux qu'un long discours !** Faites l'exercice avec votre public en partant de leur réalité (facture, prix unitaire des eaux en bouteille consommées par votre public).

**Exercice :** Si l'on considère un prix moyen de 0,44 € pour un 1 litre d'eau minérale et de +/- 0,005 € (\*) pour 1 litre d'eau du robinet, partant de l'hypothèse que l'on consomme pour la boisson, 1 litre d'eau par jour et par habitant, quelle sera notre dépense sur une année ?

- Eau minérale :  $365 * 0,44 \text{ €} = 160,6 \text{ €}$  par an et par personne.
- Eau potable :  $365 * 0,005 \text{ €} = 1,59 \text{ €}$  par an et par personne.
- **On économise par conséquent 159,00 € par an et par personne.**

(\*) Le prix du  $m^3$  d'eau est d'environ 5,0 € (source SWDE), soit 0,005 € /litre.  
L'eau en bouteille coûte entre 0,18 et 1,18 €/litre en fonction du type d'eau.

Même si on laisse couler l'eau, cela ne change pas l'ordre de grandeur de l'économie. De plus, le bilan énergétique et écologique penche nettement en faveur de l'eau du robinet.

- **La qualité de l'eau :** en Wallonie, l'eau du robinet fait l'objet d'une surveillance constante, ce qui rend

l'eau 100 % potable, sûre et fraîche. Chaque année, le laboratoire de la SWDE effectue plus de 100.000 analyses. Les normes de qualité sont plus sévères encore que les normes établies par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS). Pour connaître la qualité de l'eau dans sa commune, il suffit d'indiquer le nom de sa localité sur le site [www.swde.be/fr/actualite/dans-votre-commune/qualite-de-leau](http://www.swde.be/fr/actualite/dans-votre-commune/qualite-de-leau)

## 2. Organiser un Bar à eaux

Voici quelques conseils pratiques en vue de l'organisation de l'activité :

### ● Déroulement

- Présenter les 4 types d'eau dans des bouteilles/carafes similaires.
- Demander aux participants de comparer les eaux et de déterminer visuellement l'eau du robinet.
- Sans donner la réponse, passer à la seconde partie de l'atelier : débiter la dégustation et demander aux participants de goûter les 4 eaux et de replacer les papiers indiquant la source de l'eau (eau de source, eau minérale riche en calcium, eau du robinet) devant les bouteilles.
- Les participants engagent alors une discussion et se mettent d'accord sur l'emplacement des petits papiers.
- Avant de donner le résultat, inviter les participants à se questionner sur le goût différent de chacune d'elles : d'où vient la différence de goût ?
- Revenir ensuite sur le premier exercice : est-on capable de distinguer une eau du robinet par la vue et par le goût ?

### ● Autres activités possibles

- Pour alimenter les discussions, utilisez d'autres supports d'animation (vidéo, brochure, panneaux explicatifs) sur le sujet traité (ex. : schéma d'alimentation en eau potable d'une ville, le cycle de l'eau potable, le schéma d'une usine d'embouteillage ou encore les proportions d'eau dans le corps humain).
- Ou encore, prolongez la réflexion en abordant la description chimique des eaux vendues en Belgique par la lecture des étiquettes. Comparez et échangez sur les choix des participants.

## 3. Mettre en valeur la dimension durable et saine de l'eau du robinet

En résumé, l'eau du robinet est non seulement économique à l'achat, toujours disponible à domicile, potable et de qualité et ne génère aucune production de déchet d'emballage.

Cette activité peut aussi donner lieu à la fabrication de boissons saines. L'eau aromatisée avec quelques feuilles de menthe fraîche du potager, quelques zestes de citron bio ou d'orange bio mais sans sucre ajouté permet de se désaltérer naturellement, tout en gardant la ligne. Autre option : faire sécher des zestes d'agrumes bio qui pourront agrémenter les infusions de fruits ou de plantes, à boire chaudes ou froides.

Pour des idées de recettes : 10 recettes de boissons détox sans sucre et aromatisées :

[www.grazia.fr/article/aromatiser-son-eau-sans-sucre-c-est-possible-821102](http://www.grazia.fr/article/aromatiser-son-eau-sans-sucre-c-est-possible-821102)

## DOCUMENTS/LIENS UTILES (Téléchargement gratuit)

- **Aquawal** : brochure « L'eau du robinet et la santé » : [www.aquawal.be/fr/publications-grand-public.html?IDC=492](http://www.aquawal.be/fr/publications-grand-public.html?IDC=492)
- **Consoglobe** : eau en bouteille vs. eau du robinet (comparatif / argumentaire) : [www.consoglobe.com/eau-bouteille-vs-eau-robinet-2503-cg](http://www.consoglobe.com/eau-bouteille-vs-eau-robinet-2503-cg)
- **Ecoconso** : fiches-conseils n° 70, L'eau du robinet : origine, potabilité : [www.ecoconso.be/fr/L-eau-de-distribution-origine](http://www.ecoconso.be/fr/L-eau-de-distribution-origine)

