

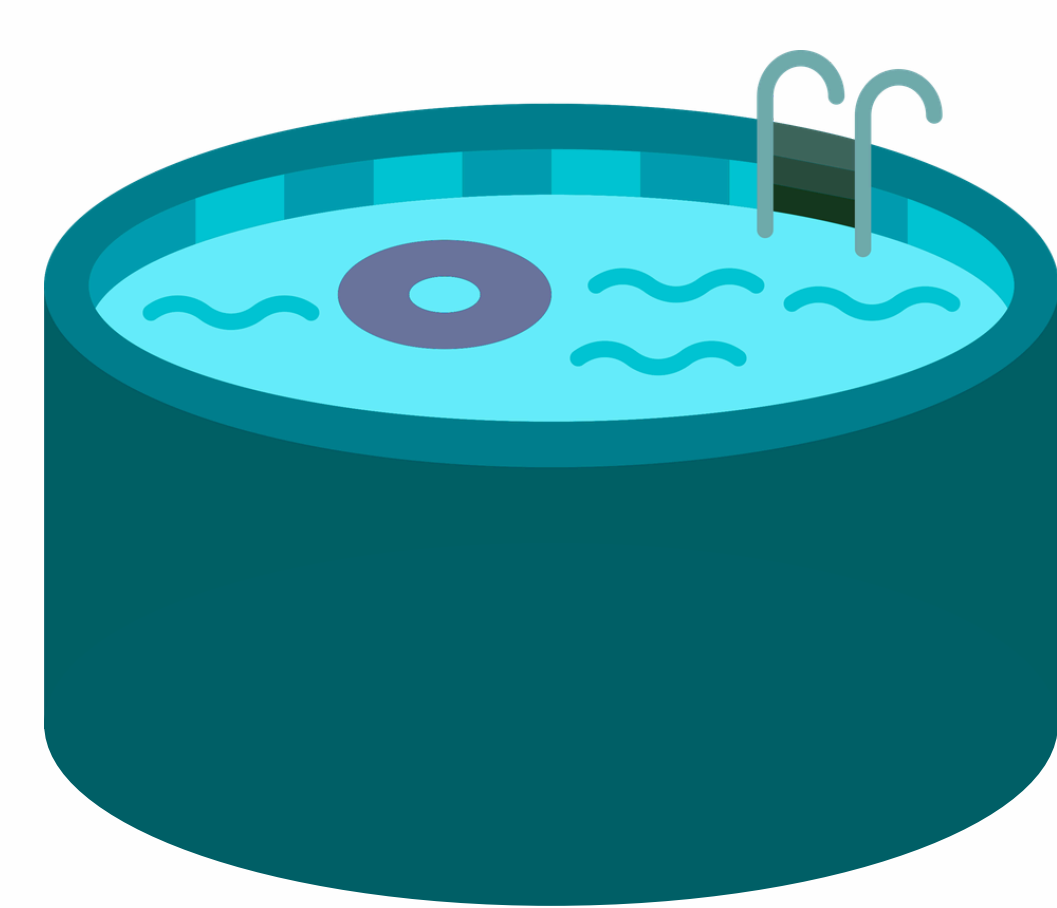
L'EAU VIRTUELLE

Pour produire **notre nourriture**, fabriquer **les objets du quotidien** ou même pour **nos activités**, il faut beaucoup d'eau. Nous en avons pas toujours conscience, c'est pourquoi nous l'appelons l'eau cachée ou l'**eau virtuelle**.

Voici quelques exemples :

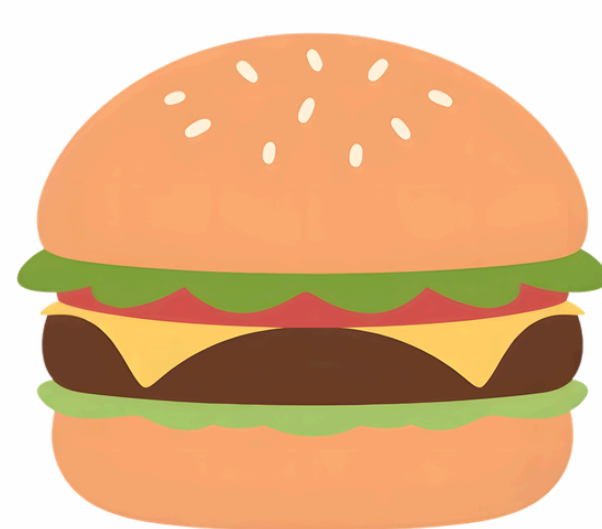
POUR UN T-SHIRT ACHETÉ EN MAGASIN

- Culture du coton
- Transformation en fil
- Teinture
- Fabrication
- Transport



**1 petite piscine
de 2 500L**

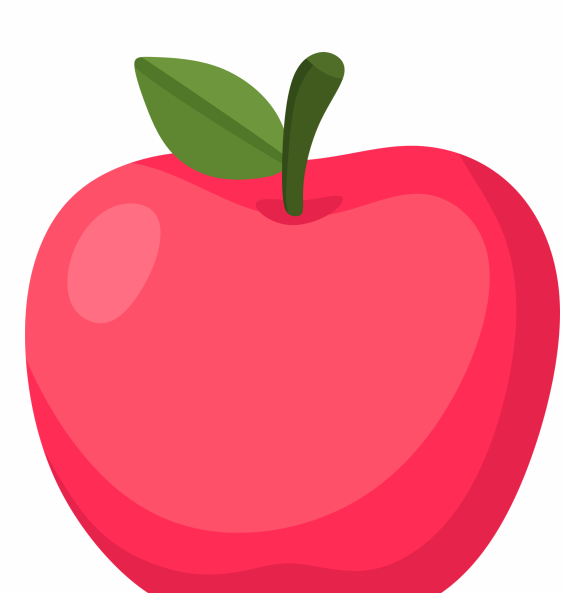
ET POUR...



1 hamburger



**33 douches de 5 minutes
ou 2 500L**



1 pomme



**6 seaux
ou 120L**



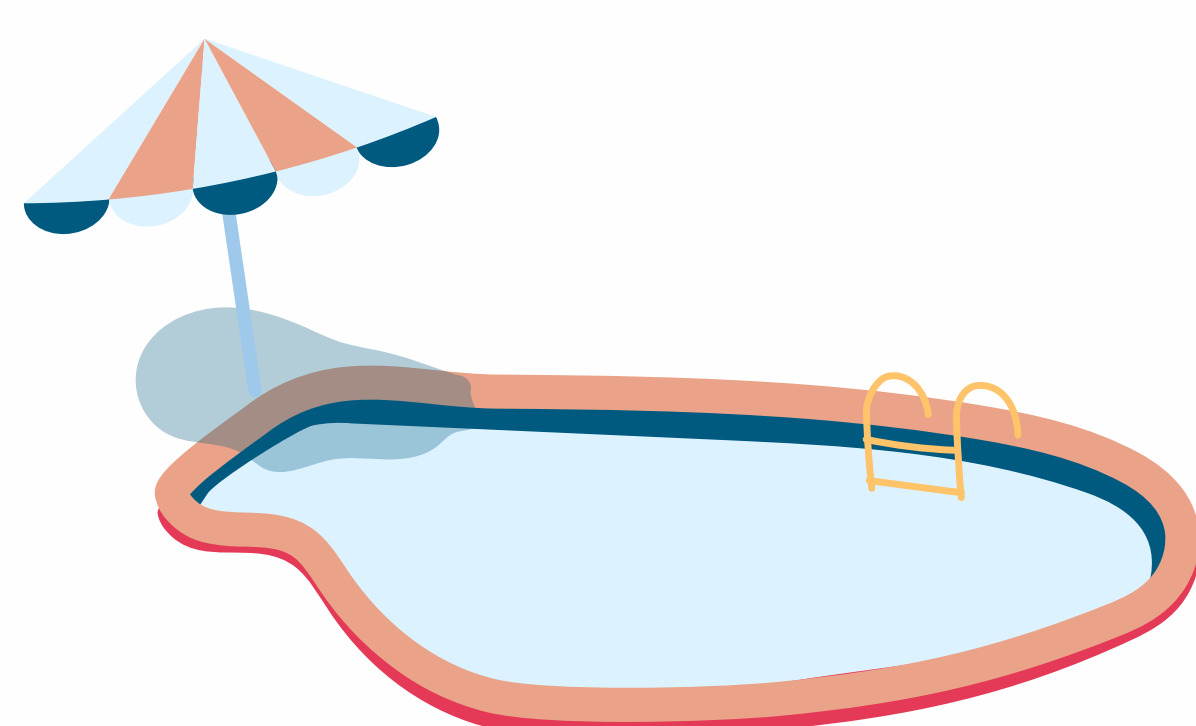
1 smartphone



**65 bains
ou 13 000L**



1 console de jeu



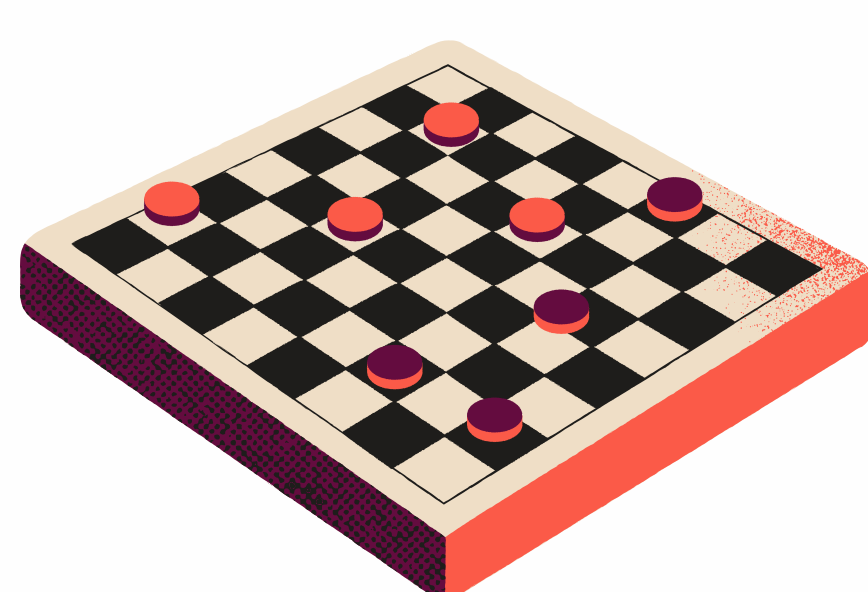
**1 piscine enterrée
ou 20 000L**



1 livre



**25 arrosoirs de 20 litres
ou 500L**



1 jeu en bois



**80 chasses d'eau tirées
ou 570L**

Estimations réalisées à partir de données publiées

VOICI COMMENT RÉDUIRE FACILEMENT NOTRE CONSOMMATION D'EAU VIRTUELLE

SE NOURRIR

- **Boire l'eau du robinet** (il faut 3L d'eau pour fabriquer une bouteille en plastique),
- Manger moins de viande et de produits laitiers,
- Choisir des fruits et des légumes **de saison** qui ont été cultivés localement (le secteur du transport consomme aussi beaucoup d'eau),
- **Ne pas gaspiller** la nourriture, se servir moins permet de moins jeter,
- Préférer la **cuisine "fait maison"** plutôt que les plats préparés juste à réchauffer.



ACHETER

- Pendant les courses, choisir des aliments **peu emballés ou en vrac**,
- **Réduire** l'utilisation de **produit à usage unique** et en portion individuelle (bouteille en plastique, dosette de café, lingettes, etc.),
- Choisir des produits **Ecoresponsables**,
- Acheter les produits d'**occasion** ou **reconditionnés** (vêtements, téléphone, jouets),
- **Réparer** ou faire réparer et recycler tout ce qui peut l'être.

MAIS AUSSI...

- Se déplacer **en vélo ou à pieds**, et faire du covoiturage,
- Faire plus de **pause numérique** : on remplace le temps de tablette ou d'écran, par des activités en plein air, des jeux de société, des loisirs créatifs, de la lecture, etc.

