



### Qualité de l'eau

- Si l'eau ne provient pas du réseau public, exige une attestation officielle de potabilité.
- Interdis strictement la consommation d'eau naturelle (lacs, rivières, sources, pluie, neige fondue...).
- Rappelle aux scout-es qu'une eau claire peut être contaminée et qu'une eau trouble peut être potable : l'aspect n'est pas un indicateur fiable.
- L'eau de pluie n'est potable que si elle est filtrée par un système agréé et contrôlée régulièrement. La faire bouillir ne suffit pas pour éliminer tous les contaminants.

### Conservation de l'eau

- Stocke à l'ombre et utilise des récipients opaques pour éviter la prolifération de bactéries due à la chaleur et à la lumière.
- Si l'eau n'est pas consommée dans la journée, ajoute des pastilles de chlore selon les doses prescrites.
- Ne trempe jamais directement les gourdes dans un récipient commun pour éviter la contamination croisée : remplis-les à l'aide d'un robinet ou d'une louche propre.

### Hydratation

- Encourage chaque jeune à boire régulièrement, même sans sensation de soif, surtout par temps chaud ou lors d'activités physiques.
- Privilégie l'eau comme boisson. Limite les boissons sucrées (limonades, sirops) qui déshydratent à long terme. La consommation de boissons énergisantes est fortement déconseillée pour les scout-es comme pour les membres du staff.

### Matériel de boisson

- Pour éloigner la gastro, demande aux scout-es d'utiliser une gourde individuelle ou un gobelet personnel.
- Privilégie les gourdes en inox : plus hygiéniques, durables et résistantes que le plastique.
- Lave et rince les gourdes et bidons chaque jour avec un goupillon et de l'eau propre et, si possible, un peu de savon doux.

