

Kraanwater is gezond en lekker

In Nederland kun je het water uit de kraan drinken. Het is lekker en gezond. En water drinken kan altijd. Thuis, maar ook op andere plaatsen kun je water tappen. Dat is mooi. Want het is belangrijk om genoeg water te drinken.



Watertappunt

5 Schoon water

In Nederland kun je het kraanwater drinken. Dat kan niet in elk land. In sommige landen is het niet schoon. Dan kun je er ziek van worden. Maar in Nederland is het kraanwater wel heel schoon. Het wordt goed gecontroleerd. Kraanwater maken we vooral van grondwater. En van water uit rivieren en meren. Het water vinden we dus in de natuur. Het wordt schoongemaakt. ① En dan gaat het via leidingen naar ons huis.

Water en ons lichaam

Water is belangrijk voor ons lichaam. Het zorgt ervoor dat we niet uitdrogen. Je hebt het elke dag nodig. Weet je hoeveel water je moet drinken? Ongeveer anderhalve liter water per dag is genoeg. Dat zijn ongeveer acht glazen. En op warme dagen mag je nog wel meer water drinken. ②

Voordelen van kraanwater

Kraanwater is goed voor het milieu. Het komt rechtstreeks uit de kraan in je glas. Je hebt er dus geen pakje of blikje voor nodig. Dat scheelt veel afval. En het is ook gemakkelijk. Je hoeft voor kraanwater niet naar de winkel te gaan. Het komt thuis gewoon uit de kraan. En kraanwater is niet heel duur. Een glas kraanwater kost minder dan een cent. Voor minder dan een euro kun je dus een jaar lang elke dag kraanwater drinken. ③



Foto: Darryll Atema Fotografie

Kraanwater drinken
scheelt een berg afval

Water tappen

Water drinken kan thuis, maar ook op straat. Je hebt dus bijna altijd de mogelijkheid om een glaasje water te pakken. Er zijn al veel watertappunten in Nederland. Dat zijn plekken waar je gratis water kunt tappen. Op zo'n watertappunt zit een kraantje. Daaruit komt schoon en vers water. ④ De watertappunten staan in parken. En ook bij winkels, op scholen en bij stations kun je ze vinden. Veel mensen maken er gebruik van. Bijvoorbeeld tijdens het winkelen of fietsen.

30 Kraanwater op school

Scholen vinden het belangrijk dat hun leerlingen water drinken. Leerlingen mogen daarom op veel scholen de hele dag door water drinken. En soms zorgen scholen voor kraanwater in de klas of op het schoolplein. Ook maken ze afspraken met de leerlingen. Bijvoorbeeld dat er op een of meerdere dagen alleen maar water gedronken wordt. ⑤ En zo leren de leerlingen hoe belangrijk kraanwater is. En hopelijk gaan ze het thuis dan ook vaker drinken.

Bron: vewin.nl, jongerenopgezondgewicht.nl, watereducatie.nl, drinkwaterkaart.nl, kraanwaterdag.nl

controleren = nakijken

de leiding = de buis

tappen = uit een kraan laten lopen



Woordenlijst