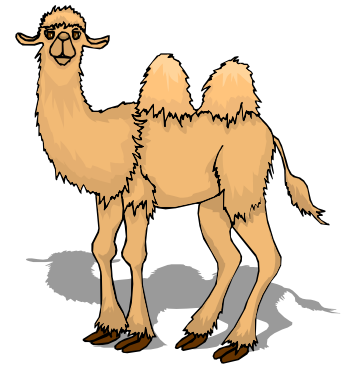


# L'eau pour la vie !



*Pourquoi?*

**Quelle quantité d'eau y a-t-il dans mon corps?**

$$\frac{\text{Mon poids en kg} \times 70}{100} = \dots\dots\dots \text{ litres}$$

*Combien?*

**Combien de litres d'eau est-ce que je dois boire chaque jour?**

$$\text{Quantité d'eau nécessaire par jour} = \text{Mon poids en kg} \times \frac{30}{1000} = \dots\dots\dots \text{ litres par jour}$$

*Quand?*

**Quel est le meilleur moment pour boire?**

A jeun  
après le lever

Matinée

Après-midi

Soirée



Maman ou papa pourra certainement t'aider à calculer !