

Quelle **EAU** choisir au quotidien ?

L'eau est la **seule boisson indispensable**.

Idéalement, un adulte devrait boire **1,5 litre par jour**¹. Mais il y a eau et eau. Eau de distribution, eaux de source, eaux minérales naturelles ...



Quelles **différences**? Quels sont les **critères** pour mieux choisir ?



60 YEARS
OF NATURAL FILTRATION



CHAUDFONTAINE®

Les types d'eau

Qu'elles soient de distribution, en bouteille, de source ou minérale naturelle, toutes les eaux de consommation doivent être potables. Mais certaines doivent répondre à des **exigences supplémentaires**.



DE DISTRIBUTION

- ✓ A subi un **traitement** en vue d'être potable (P. ex. au chlore)



DE SOURCE

- ✓ Naturellement **pure**, mais sa composition minérale **peut varier**



MINÉRALE NATURELLE

- ✓ Naturellement **pure** et sa composition minérale doit **être stable** dans le temps



Exemple: **CHAUDFONTAINE**

Parce que leur composition minérale est stable, seules les eaux minérales naturelles peuvent mettre en avant leur **spécificité de composition en minéraux** (allégations).

LE SAVIEZ-VOUS ?

La **consommation moyenne d'eau** est de 987 ml/jour chez les 18 à 64 ans, et elle tombe à 712 ml/jour après 65 ans².



63%

des adultes boivent **moins d'1 litre d'eau par jour.**

Les différents types d'eaux minérales naturelles

Chaque eau minérale naturelle se distingue par sa composition minérale qui lui est propre. Les eaux minérales sont classées selon la teneur totale en minéraux (appelé «**résidu sec**», information retrouvée sur leur étiquette).

TRÈS FAIBLEMENT MINÉRALISÉE :

max 50 mg
de minéraux par litre



FAIBLEMENT MINÉRALISÉE (ou oligominérale) :

50 à 500 mg
de minéraux par litre



Exemple: **CHAUDFONTAINE**

FORTEMENT MINÉRALISÉE :

≥ 1500 mg
de minéraux par litre



Pour une eau de consommation quotidienne, il est plutôt conseillé d'opter pour **des eaux faiblement/très faiblement minéralisées**.

Certaines eaux peuvent contenir des quantités élevées de sodium, de fluor... ce qui n'est pas conseillé pour tous au quotidien.



Comment évaluer la pureté de l'eau ?

L'activité humaine est à l'origine de **diverses menaces** qui peuvent mettre en péril la pureté de l'eau.

Nitrates, pesticides, PFAS... de nombreuses **substances indésirables** peuvent se retrouver dans l'eau que nous buvons, y compris dans les eaux de source et les eaux minérales naturelles.

D'où l'importance que la source soit **bien protégée**.



Les nitrates, marqueur de pureté

L'agriculture intensive, le rejet des eaux usées, l'utilisation d'engrais... libèrent des nitrates (NO_3 sur l'étiquette) dans les sols. Ces nitrates étant très solubles, ils peuvent se retrouver dans l'eau. **Moins il y a de nitrates dans une eau, mieux c'est** parce que c'est signe qu'elle est bien protégée d'autres sources de contamination.

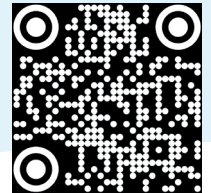


Polluants éternels

Le **TFA** est le plus petit des **PFAS**, ces polluants éternels générés par l'activité humaine et qui contaminent l'environnement, dont les eaux. **L'absence de TFA** dans une eau constitue aussi un **signe de pureté**.

Des analyses récentes menées par *Pesticide Action Network Europe* ont objectivé la situation³. Le TFA a été détecté dans 94% des échantillons d'eau du robinet européens et dans 63% des eaux minérales et de source en bouteille.

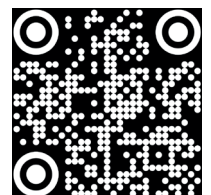
**POUR VOIR LES RÉSULTATS DE CETTE ÉTUDE,
SCANNEZ CE CODE QR**



Le magazine «**Investigation**» de la chaîne publique **RTBF** a également procédé à des analyses en 2025.

Sur 6 eaux très consommées en Belgique, deux se distinguent par leur absence de polluants: «*Deux bouteilles sur les six testées sortent du lot: la Chaudfontaine et la Cristaline (source Elena, la seule eau de source testée). Nous n'y avons détecté aucun polluant*»⁴.

**POUR PLUS D'INFO SUR CES ANALYSES,
SCANNEZ CE CODE QR**



Quelle eau pour la préparation des biberons ?

La préparation des biberons requiert une eau de qualité, qui ne soit pas trop minéralisée, au risque d'influencer la composition du mélange. Les eaux les plus appropriées sont celles qui portent la mention «**Convient pour la préparation des aliments des nourrissons**». Cette mention est **soumise à une autorisation préalable**, délivrée sur base de l'avis du **Conseil supérieur de la Santé**⁵.



	Critères pour les eaux avec la mention : « Convient pour la préparation des aliments pour nourrissons »	Critères pour l'eau potable (mg/l)
PURETÉ MICROBIOLOGIQUE ÉLEVÉE ET CONSTANTE		
RÉSIDU SEC	< 500	< 1500
NITRATES	< 25	< 50
NITRITES	< 0,1	< 0,1
SODIUM	< 50	< 200
FLUOR	< 1	< 1,5



L'eau thermale pure et équilibrée

L'eau de Chaudfontaine doit sa grande pureté à sa spécificité géologique: la zone de captation est parfaitement **protégée**, et l'eau est **filtrée naturellement** lors d'un parcours de plus de **60 ans** dans la roche calcaire sur une distance de 7,5 kilomètres. L'eau descend à une profondeur de 1600 mètres et atteint une température de 55 °C, pour jaillir naturellement pure à 37 °C.



Grâce à sa **minéralisation parfaitement équilibrée** et sa **grande pureté**, l'eau de Chaudfontaine peut être bue **au quotidien par tous**, petits et grands, jeunes et moins jeunes.

- ✓ Eau minérale naturelle faiblement minéralisée
- ✓ Plus de 60 ans de filtration naturelle à travers la roche calcaire
- ✓ Nitrates, pesticides et PFA non quantifiables
- ✓ Convient à la préparation des aliments pour nourrissons
- ✓ L'usine d'embouteillage est certifiée **neutre en CO₂** depuis 2022⁶



1. Conseil Supérieur de la Santé. Recommandations nutritionnelles pour la population belge – 2016.

2. Conseil Supérieur de la Santé. Recommandations alimentaires pour la population belge – 2025.

3. Pesticide Action Network. Report: TFA: The Forever Chemical in the Water We Drink; 10/07/2024.

4. RTBF Actus – Investigation. Quelle eau boire? 28/05/2025.

5. Conseil Supérieur de la Santé. Avis n° 8894; 2015.

6. Norme PAS 2060. Certification d'assurance qualité de Lloyd's Register selon la norme PAS 2060 et déclaration de neutralité carbone validée par Lloyd, qui est disponible sur demande. La certification PAS 2060 ne s'applique qu'aux activités de production de l'usine d'embouteillage d'eau minérale de Chaudfontaine, et plus particulièrement aux émissions des champs d'application 1 et 2 et aux émissions du champ d'application 3 liées aux déplacements domicile-travail des employés. Les marques produites sur le site ne sont pas encore neutres en carbone.