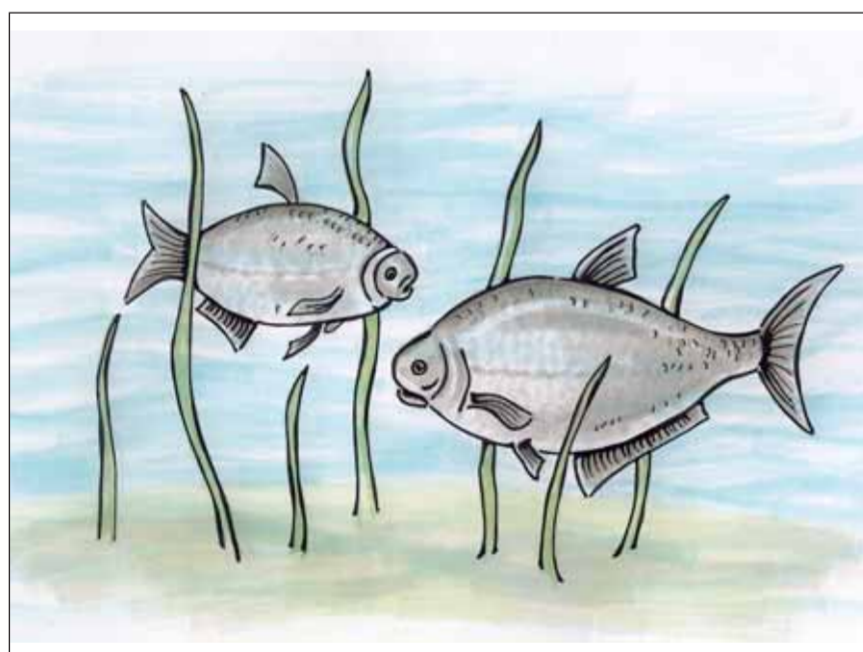
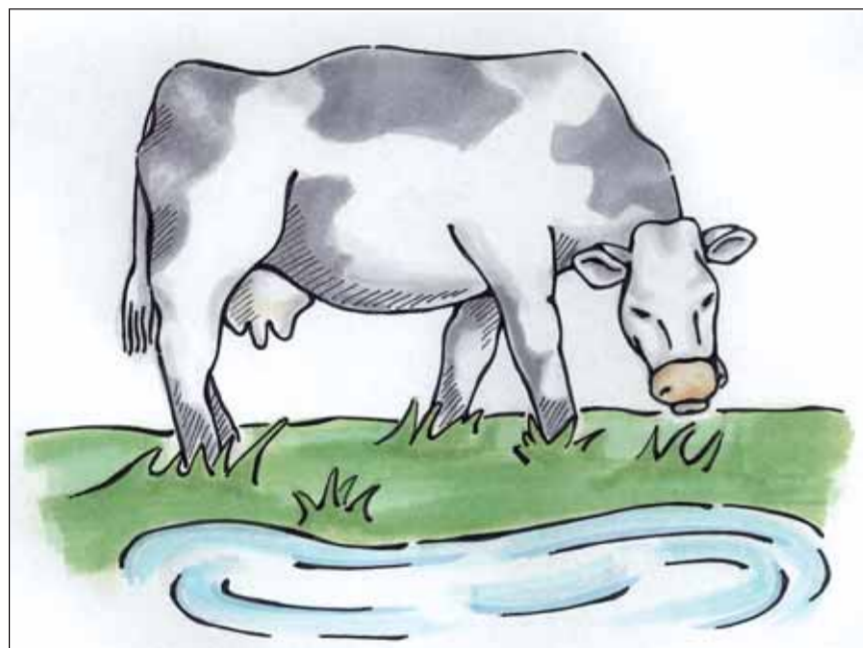


# Wasser - Lebensgrundlage und lebensnotwendig

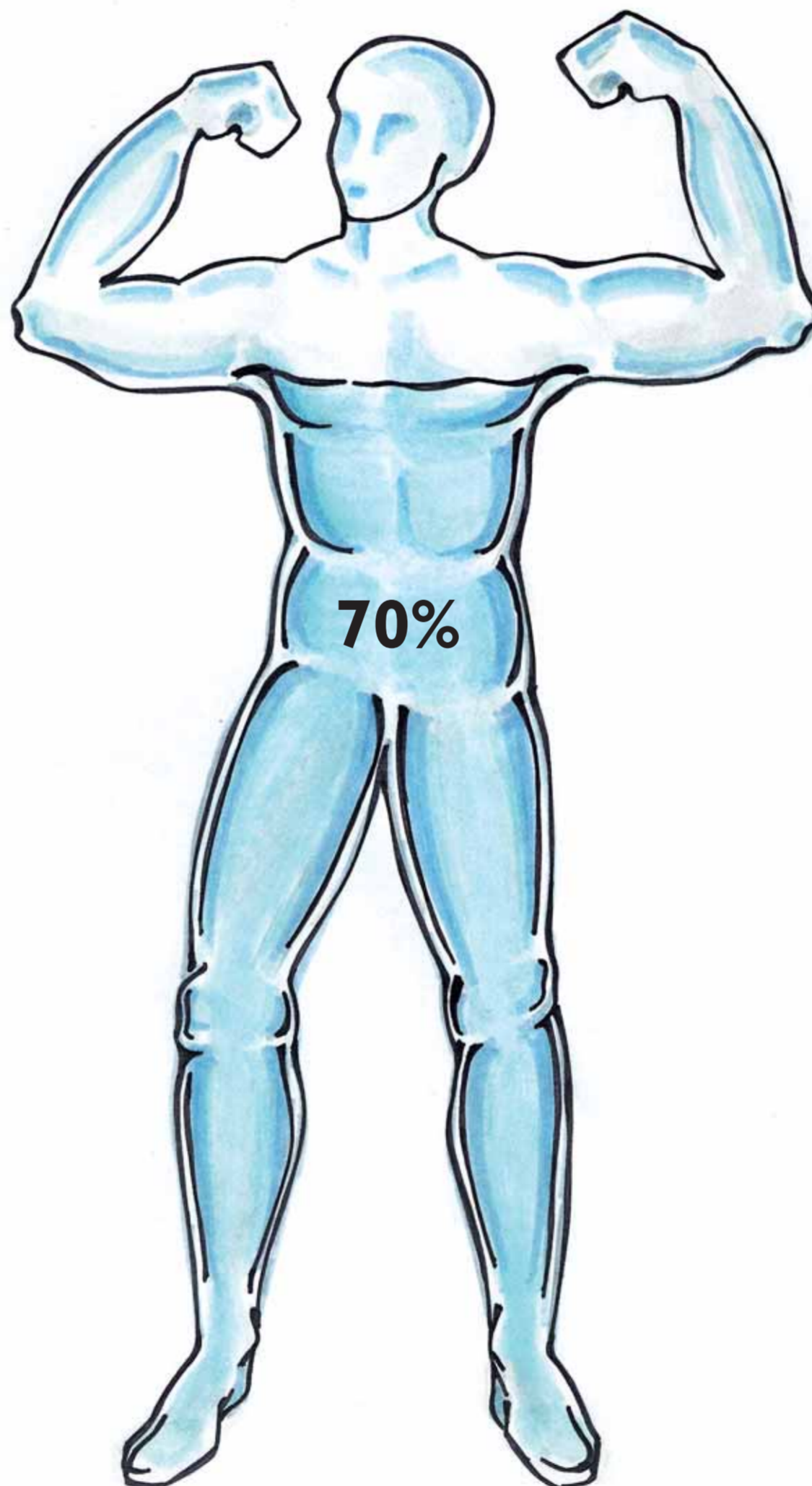
## Lebensgrundlage

Immer daran denken:

Wasser ist nicht Eigentum des Menschen allein.



## Bedarf: 3 Liter pro Tag



## Lebensnotwendig

Unser Trinkwasser enthält eine Reihe lebenswichtiger Spurenelemente, Mineralien und Salze.

### Natrium & Kalium

wichtig für einen funktionierenden Wasserhaushalt, Gewebespannung, Muskel- und Nervenfunktionen.

### Calcium & Phosphor

wichtig für den Aufbau von Knochen und Zähnen.

### Magnesium

wichtig für die Weiterleitung der Nervenimpulse an die Muskulatur.

### Eisen

verantwortlich für den Sauerstofftransport im Blut und die Bildung roter Blutkörperchen.

### Fluor

wichtig für Knochen und Zähne.

### Chlorid

bedeutend für die Verdauung.