

Water is gezond en lekker!

Water-apps en -gadgets

Elke dag heeft ons lichaam ruwweg 2 liter vocht nodig. De meest gezonde manier om dit aan te vullen is met kraanwater. Zowel voor iOS als Android zijn er diverse apps die je helpen om aan de gewenste hoeveelheid water per dag te komen. En er bestaan ook leuke analoge water-gadgets. Kijk maar!



Geef je lichaam water

Drink jij genoeg water? Vergeet je altijd om regelmatig water te drinken? Deze app herinnert je eraan om elke dag water te drinken en houdt je 'watergewoonten' bij. Je hoeft alleen je huidige gewicht in te voeren en DrinkWater helpt je om te bepalen hoeveel water je lichaam dagelijks nodig heeft. Volgens Google de nr. 1 gezondheids-app in 33 landen.

Soortgelijke apps: Hydro Coach, Aqualert, Water Time Pro, Drink water, Plant Nanny Water Reminder, iDrated, Waterlogged, Daily Water, Eight Glasses a Day en OasisPlaces. Als je zoekt onder 'drinkwater app' vind je ze allemaal.



play.google.com/store/apps/

www.culliganwater.com/residential/



Water geeft rust

Dat de nabijheid van water gezond is, is al langer bekend. Maar niet iedereen woont aan zee of heeft een waterval in de buurt. Daar is nu een oplossing voor: de Water Projector. Deze projectielamp projecteert de schittering van water op het plafond. Wanneer je deze lamp aanzet, verschijnt er een projectie op het plafond waardoor het lijkt dat je onder water naar boven kijkt. Met het bijgeleverde kabeltje sluit je je mp3-speler aan en is het genieten met je eigen gekozen muziek!



www.megagadgets.nl/water-projector.html



Douche-timers

De gemiddelde Nederlander staat 9 minuten onder de douche. Dat kan natuurlijk best een paar minuten korter. Door 5 minuten te douchen, bespaar je al snel 40 liter warm water per douchebeurt. En dat scheelt niet alleen water, maar ook gas of elektriciteit. Een zandloper of een elektronische timer geven je een seintje wanneer het tijd is om te stoppen met douchen.

www.bespaarbazaar.nl

