

Suid-Afrikaners hóú van water. Veral vroue, en veral as dit gebottel is.

Dis die vinnigste groeiende sektor in die plaaslike drankbedryf, insluitend nie-alkoholiese, alkoholiese, suiwel en gepoeierde drankies (soos koffie en tee). Geen ander sektor in ons kosbedryf kan daarby kers vashou nie.

'n Dekade gelede het gebottelde water feitlik nie bestaan nie. Nou kan jy kies: mineraal of uit 'n fontein, stil of vonkelend, gegeur of ongegeur, ingevoer of plaaslik. En dis peperduur – sowat R7 per liter, teenoor slegs 1 sent per liter kraanwater!

Dit het “koel” geword om gebottelde water te drink. Party mense beweer dis lekkerder – en natuurlik “skoner” – as kraanwater. Buitendien hoor ons gedurig berigte dat SA dalk op die rand van 'n waterkrisis staan omdat ál meer drinkwater besmet word, ons infrastruktuur oud is en ons 'n tekort aan die regte soort ingenieurs en wetenskaplikes het.

Genoeg om enigiemand na die bottel te laat gryp!

Die vraag bly: Al is gebottelde water vir baie mense “koel” en “skoon”, hoe veilig is dit? Is dit nie maar 'n maklike manier om geld te maak nie?

Net 'n bietjie meer as 'n jaar gelede het die Nasionale Verbruikersforum (NVF) in 'n mediaverklaring beweer maatskappye bottel kraanwater en verkoop dit teen 'n wins – sonder om die nederige oorsprong op die etiket aan te dui.

Dit is gegrond op 'n oorsese storie: Coca-Cola het naamlik 'n “swak-

Die plaaslike mark vir gegeurde water groei jaarliks met sowat **30%**

Gebottelde water, stil of vonkelend, het 'n groot en groeiende bedryf geword. Maar is dit regter beter – en gesonder – as kraanwater?

deur **LYDIA VAN DER MERWE**

H₂O BETER UIT 'N BOTTTEL?

produk-toekenning” van 'n internasionale verbruikersgroep gekry omdat hulle Dasani bemerk het –

gebottelde water wat uit dieselfde opgaardamme as kraanwater kom.
En PepsiCo se Aquafina, wat as

mineraalwater geadverteer is, is in Amerika as kraanwater ontmasker. (Nie een van die twee is plaaslik beskikbaar nie.)
Maar die NVF het 'n belangrike ontwikkeling misgekyk – wetgewing het in Julie 2007 in werking getree wat SA se gebottelde water streng reguleer.

Foto: Rodger February Stilerling Danny Touia

SPEZIALE VERSLAG

GEGEUR & VOL BORRELS HOE GESOND?

Die plaaslike mark vir **gegeurde water** groei jaarliks met sowat **30%**. Volgens Suna Kassier, dieetkundige aan die Universiteit van KwaZulu-Natal, is **ongegeurde water** 'n beter keuse. Maar as jy nie van water hou nie, is **gegeurde water** darem verkieslik bo tee, koffie of gaskoel drank.

Pasop net vir die **kilojoules** weens die **suiker** daarin (dit word op die etiket as glukose, fruktose of sukrose aangedui). 'n Bottel gegeurde water van **500 ml** bevat sowat **340 kJ**. 'n Sny brood het rondom 300 kJ en 'n blikkie Coke (340 ml) 567,8 kJ. Let ook op na kunsmatige **versoeters** en preserveermiddels. (Daar is 'n **debat** hieroor, hoewel hoofstroom wetenskaplikes volhou daar is nie wetenskaplike **bewyse** dat sulke middels in klein hoeveelhede **skadelik** is nie.)

Vir **vonkelwater** word koolsuurgas (CO₂) bygevoeg – dis net so **gesond** soos water daarsonder.

WAT SÊ DIE WET?

Die soort water moet op die etiket aangedui word, saam met die bron se fisieke adres. Etiketette moet eenvormig wees. Minerale moet bv. in 'n spesifieke volgorde gelys word sodat jy handelsmerke maklik kan vergelyk. Die wet verdeel gebottelde water in drie groepe:

- **Natuurlike mineraal- en fonteinwater** Die klem val op “natuurlik” en die water word nie behandel nie. Die samestelling is dus identies aan die bron s'n (bv. Hex Valley, Vitavie, Naturale Minerale).
- **Water wat deur oorsprong gedefinieer word** >

Min mense weet egter van dié wette – of waarvoor om op te let as hulle gebottelde water koop, sê Thami Bolani, voorsitter van die NVF.

Byvoorbeeld: Etiketette op waterbottels moet aandui waar die water vandaan kom. Dis nie bedrog om water uit opgaardamme te verkoop

nie – solank dit op die etiket staan. Dit word as “voorbereide” water geklassifiseer en op verskeie maniere gesuiwer. Chemikalieë soos chloor word bv. uit dié munisipale water verwyder en minerale of geurmiddels bygesit. Bonaqua is die grootste in dié groep.

< Dis bv. reën-, gletser- of fonteinwater. Sekere prosesse, soos filtrasie, word toegelaat. Die chemiese samestelling bly egter dieselfde. Voorbeelde is Valpré en La Vie De Luc. Volgens Charlotte Metcalf, tegniese direkteur: Sanbwa (die nasionale vereniging van verskaffers van gebottelde water), word genoemde handelsmerke effens gefiltreer en die lyn tussen hulle en die eerste groep is baie dun.

■ **Bereide water** Dit word van alle chemikalieë en minerale gestroop. Daarna word minerale of geurmiddels en suiker/versoeters (by geurde water) gevoeg.

Sanbwa het ná die NVF-aantygings elf handelsmerke deur onafhanklike laboratoriums laat toets. Dit was Ceres, aQuellé, Valpré, La Vie de Luc, Bené, Naturale Minerale, Nestlé Pure Life, Aqua D'or, Hex Valley, Vitavie en Bonaqua. Geen teken van die bakterie *E.coli* – 'n aanduiding van

is – en vir hulle word streng standarde gestel – verteenwoordig dié tien sowat 80% van die mark. Nogal gerusstellend!

HOEKOM DRINK MENSE DIT?

Net 'n klein persentasie van ons drink gebottelde water omdat ons bekommerd is oor die gehalte van kraanwater, sê John. Die bedryf groei teen 'n spoed omdat mense meer gesondheidsbewus is:

Hulle kies gebottelde water bo koeldrank. Gerief is nog 'n rede: Jy is in 'n winkel, raak dors en koop water.

Mense wat gereeld gebottelde water drink, sê beslis: Dit smaak beter as kraanwater.

Maar in smaaktoetse kon mense nie tussen kraan- en gebottelde water onderskei nie, sê Karl Lubout, Rand Water se bestuurder:

dus nie meer gesondheidsvoordele as kraanwater nie.

Afhangend van die mineraalinhoud is sekere mineraalwaters wel gesonder as kraanwater. Fonteinwater is na aan die grondoppervlak – dit borrel bo die grond uit. Minerale water word egter meestal diep onder die grond gevind en syfer deur baie lae grond en rots, waaruit dit minerale onttrek.

WAT VAN BESOEDILING?

Die Wêreldnatuurfonds (WWF) het ná 'n internasionale studie 'n beroep op mense gedoen om kraanwater te drink – tot voordeel van hul sak én die omgewing.

Plastiekbottels word meestal gemaak van PET

(poliëtileen-tereftalaat). Daar is baie gebruike vir herwonne PET, onder meer as veselstowwe in die tekstielbedryf. Maar die meeste plastiekbottels beland in die vullisblik. Die vervoer van gebottelde water veroorsaak ook lugbesoedeling.

John Weaver sê Sanbwa ondersoek praktiese maniere om besoedeling te verminder, bv. deur meer plastiek te herwin. Die vervaardigers van PET-plastiekbottels word aangemoedig om vir elke ton PET wat hulle gebruik 'n fooi van R200 te betaal. Petco (www.petco.co.za), 'n organisasie sonder winsbejag, gebruik dié geld om maatskappye wat plastiek herwin te subsidieer. Sanbwa-lede koop hul bottels slegs by sulke vervaardigers.

'n Paar jaar gelede is per e-pos gewaarsku waterbottels wat herhaaldelik gebruik word of in die son gestaan het, stel gifstowwe vry. John sê Switserse navorsing toon egter kraanwater het méér gifstowwe as water in bottels wat weke lank buite gestaan het. (Let wel: Dis Switserse kraanwater!) Besoek www.sanbwa.org.za.

Jy het
20 tot
30 ml water
per kilogram
liggaamsgewig
per dag
nodig

Hoeveel is genoeg?

Watter water jy ook al kies:

Is dit regtig nodig om 8 glase per dag te drink om gesond en mooi te bly?

Jy benodig sowat 20 tot 30 ml water vir elke kilogram liggaamsgewig, sê die kenners. As jy 55 kg weeg, het jy minstens $20 \times 55 = 1\,100$ ml (1,1 liter) water per dag nodig.

Maar verkieslik meer: sowat 1 650 ml (dus 30×55). Dit beteken sowat 4 tot 6 glase per dag. As jy 95 kg weeg, het jy 10 tot 12 glase per dag nodig.

Indien jou urine lig van kleur is, drink jy genoeg water. Is dit donkergeel, drink jy te min. *Bron: Eet Slim vir Sport deur Liesbet Delpont en dr. Paula Volschenk (Tafelberg-Uitgewers, 2007)

besmette water – is gevind nie. Die mineraalinhoud en oorsprong van die water is korrek op die etikette aangedui.

Volgens John Weaver, voorsitter van Sanbwa en 'n hidrogeoloog (grondwaterkundige), is daar na raming tussen 100 en 120 waterhandelsmerke in SA. Hoewel net tien lede van Sanbwa

Watergehaltebemarking. Minerale-, fontein- en kraanwater het vir hulle dieselfde gesmaak, sê hy.

Gebottelde water is ook nie noodwendig gesonder as kraanwater nie. Volgens Karl wys ontledings fonteinwater se mineraalinhoud is baie dieselfde as kraanwater s'n. Dit het

Gif in die spruit

Die Wonderfonteinspruit aan die Wes-Rand naby Johannesburg is erg besoedel met radioaktiewe gifstowwe afkomstig van omliggende myne.

Volgens die Departement van Watersake en Bosbou (DWAF) sit die uraan-partikels egter in die sediment vas en is daar geen onmiddellike gevaar nie. Kundiges gaan binnekort aanbevelings maak oor hoe die spruit gerehabiliteer moet word.

Maar 'n ontleding van groente en vis in die omgewing deur die Suid-Afrikaanse Kernenergiekorporasie (Necsa) wys radioaktiewe gifstowwe het reeds in die voedselketting beland. Volgens Marius Keet, Adjunkdirekteur: Watergehaltebestuur by DWAF, is die monsters egter eenmalig geneem en kan 'n mens nie sulke drastiese afleidings daaruit maak nie.

Daar is wel kommer dat die radioaktiewe stowwe in die water kan oplos (bv. weens suur afloopwater wat van myne kom). Daar is bewerings dat sulke afloopwater reeds die ondergrondse water in daardie omgewing met swaar metale (soos uraan, lood, kadmium, arseen, sink en kobalt) besoedel het. Marius sê daar was in die verlede nie streng wetgewing oor die stort van swaar metale deur myne nie. Sulke wetgewing is egter nou ingestel.

Mariëtte Lieverink van Sandton, wat reeds tien jaar lank 'n veldtog voer vir die rehabilitasie van die Wonderfontein-opvanggebied, sê nie net die water nie, maar ook die grond is met swaar metale besoedel. Daar woon sowat 400 000 mense in dié gebied wat strek van Randfontein tot duskant Potchefstroom.

SPESIALE VERSLAG

Hoe veilig is kraanwater?

Ons hoor dikwels ons kraanwater is van wêreldgehalte. En dit blyk steeds só te wees, mits jy in 'n groot dorp of stad woon. Op die platteland? Wel...

Soos Leonardo Manus, hoof: eenheid vir watergehalte by die Departement Watersake en Bosbou (DWAF), dit diplomaties stel: "Daar is minder vertroue in die manier waarop die gehalte van ons drinkwater op die platteland bestuur word." Dit is onder meer weens 'n tekort aan geld, mannekrag en kennis – sowat 80 SA munisipaliteite het geen waterbestuurtgnici nie.

Ons rouwaterbronne word besoedel deur onder meer stukkende rioolpype. Enige water kán 100% gesuiwer word om drinkwater van uitstekende gehalte te lewer. Maar hoe vuiler dit aanvanklik is, hoe duurder die suiweringsproses. Die behandeling moet ook aangepas word soos die watergehalte wissel, en daarvoor is tegniese vaardigheid nodig.

'n Elektroniese moniteringstelsel is sedert 2005 landwyd in werking. Sowat 84% van munisipaliteite stuur maandeliks watermonsters na goedgekeurde laboratoriums. (Die res het nie daarvoor begroot nie, is nie naby 'n laboratorium nie, het niemand om die monsters te neem nie, ens.) Probleme

: word geïdentifiseer en kry aandag.

: Leonardo sê sowat 94% van dié munisipaliteite voldoen tans aan die SA standaard vir gehaltewater (wat gesondheidsaspekte betref). Dit word teen internasionale standaarde gemeet.

: Jeff Rudin, navorser by die SA Unie vir Munisipale Werkers, het vroeg verlede jaar gesê ons sit op 'n watertydboom en dieselfde krisis as Eskom s'n wink. Deesdae is hy 'n bietjie meer optimisties. Die regering erken minstens nou daar is 'n probleem. Die groot vraag is of hulle iets daaraan gaan dóén. "Ek hou nie asem op nie," sê hy.

: Maar dr. Marlene van der Merwe-Botha, water- en waterafvalspesialis by die Suider-Afrikaanse Waterinstituut (WISA) in Johannesburg, sê die Departement van Waterwese het

reeds probleemgebiede geïdentifiseer en daadwerklike stappe gedoen om dit reg te stel.

Die beste kraanwater in die land? Leonardo se eie keuse is Johannesburg en Kaapstad. (En Johannesburgers drink

Gebottelde water is nie noodwendig gesonder as kraanwater nie

: juis die meeste gebottelde water!)

: *Vir enige wateraangeleenthede, hetsy gehalte, tariewe, lekkasies, ens., skakel 0800 200 200 tolvry. DWAF se webblad: www.dwaf.gov.za. Rand Water se watergehalte-webblad: www.reservoir.co.za

Drink jouself jonger

Aqua Bimini is mineraalwater uit die **Sederberge** waarby die jeug-elikser **Quin Max™** gevoeg word. Dis gemaak van **kinasuur**, 'n plant-ekstrak. Navorsing oor **Quin Max™** se vermoë om **DNA** te **beskerm** en te herstel (en jou dus **jonger** te laat lyk én voel) is in verskeie wetenskaplike joernale gepubliseer. Drink 'n **bottel per dag** en sien resultate.

*Vir meer inligting, besoek www.aquabimini.com of skakel 0860 246 464.