


# Water Consumption Guidelines - Switzerland

Author: Swiss Nutrition Society

 **sgs** Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ssn** Société Suisse de Nutrition  
**ssn** Società Svizzera di Nutrizione



**Key Message: Drink 1–2 litres of unsweetened beverages per day, preferably water.**

Date of record: 2011

Website Links:

<http://www.sgs-ssn.ch/fr/toi-et-moi/boire-et-manger/equilibre-alimentaire/pyramide-alimentaire-suisse/>  
[http://www.sgs-ssn.ch/media/feuille\\_d\\_info\\_besoins\\_hydriques\\_et\\_boissons\\_2011\\_1.pdf](http://www.sgs-ssn.ch/media/feuille_d_info_besoins_hydriques_et_boissons_2011_1.pdf)