



Chaud, frigo, gastro

Les aliments contiennent à l'état normal des microbes qui ne demandent qu'à se multiplier. Le froid ne les détruit pas, il ne fait que les engourdir. Dès que la température remonte, les microbes recommencent à proliférer, ce qui dégrade la qualité des aliments et peut provoquer une infection digestive chez ceux qui les consomment. Pour éviter ce type de désagrément, quelques précautions s'imposent :

- Respectez les dates de péremption indiquées sur les emballages.
- Mangez les pâtisseries le jour même.
- Ramenez vos courses chez vous le plus vite possible et rangez très rapidement vos courses dans le réfrigérateur.

La façon de ranger les aliments dans le réfrigérateur joue un rôle protecteur en chassant une partie des microbes :

- Lavez-vous systématiquement les mains avant de manipuler des aliments.
- Déconditionnez les packs et supprimez les emballages.
- Nettoyez les fruits et les légumes avant de les ranger dans le bac à légumes.
- Placez les produits frais les plus fragiles (laitages, poissons, viandes, merguez, saucisses, plats préparés, etc.) dans la partie la plus froide du réfrigérateur.
- Protégez vos restes.
- Veillez à séparer les aliments les uns des autres pour éviter les contaminations éventuelles.
- Nettoyez régulièrement l'intérieur du réfrigérateur (2 fois par mois environ) avec de l'eau vinaigrée ou chlorée.

Sources : GROG et Open Rome.



Le Dico du doc

Cigaretteiers

Cette appellation non contrôlée regroupe l'ensemble des firmes productrices de cigarettes. Ce marché est dominé par les firmes nord-américaines.

Les cigaretteiers ont un problème délicat à résoudre : leurs produits font mourir chaque année une partie de leur clientèle. A partir des années soixante, pour entretenir leur chiffre d'affaires, ils ont attiré une clientèle nouvelle (les femmes) et plus jeune (les adolescents). L'impact commercial a été si fort que, dans les pays développés, les dégâts liés au tabac ont contraint les Autorités à prendre des mesures anti-tabac de plus en plus agressives. Craignant une stagnation des ventes de cigarettes dans les pays riches, les cigaretteiers ont attaqué le marché des pays émergents (Extrême-Orient, Amérique Latine, Europe de l'est) et des régions pauvres (Afrique), avec une promotion combinant le sponsoring automobile (courses de formule 1), la publicité (la cigarette symbole de la réussite sociale) et une politique tarifaire adaptée au niveau de vie de chaque pays. Bilan humain dans dix ans.

Source : Dubois G, Dubois CE. *Le rideau de fumée. Les méthodes secrètes de l'industrie du tabac. Le Seuil, 2003.*

Météo antibio

Risques

- Grippe très faible
- Bronchiolite très faible
- Inf respiratoire faible
- Gastro-entérite modéré
- Allergies pollens en hausse

Source : <http://www.grog.org>
et <http://www.pollens.fr>

Bref répit pour l'ambrosie

Calme plat sur le plan des principaux pollens allergisants.

Actuellement le risque pollinique se limite au pourtour méditerranéen, à la région lyonnaise et à la région parisienne. En effet, seuls les pollens d'ambrosie se répandent, non sans mal d'ailleurs à cause du froid et de la pluie.

Ce répit pourrait être bref en raison du temps plus chaud et orageux annoncé pour les jours à venir, car ces plantes sauvages ont atteint un état de plein développement et présentent des inflorescences mâles bien formées qui n'attendent que le soleil pour libérer leur pollen.

Source : <http://www.pollens.fr>