



## Comment vous dépenser sans dépenser ?

- Montez les étages à pied.
- Oubliez l'ascenseur et l'escalator.
- Prenez les transports en commun.
- Descendez du bus ou du tramway 2 stations avant l'arrêt habituel.
- Sortez du métro 1 station avant votre destination.
- Laissez votre voiture au garage.
- Si vous allez travailler en voiture, gardez-vous le plus loin possible de votre lieu de travail.
- Faites vos courses à pied et tirez votre caddie.
- Oubliez la télé.
- Promenez votre chien au lieu de surfer sur internet.
- Allez à la piscine au lieu de regarder "Alerte à Malibu".
- Faites vous-même le ménage, passez l'aspirateur et nettoyez les vitres.
- Sortez au lieu de rester assis chez vous.
- Si vous habitez à la campagne, cultivez un potager.

Source : Open Rome

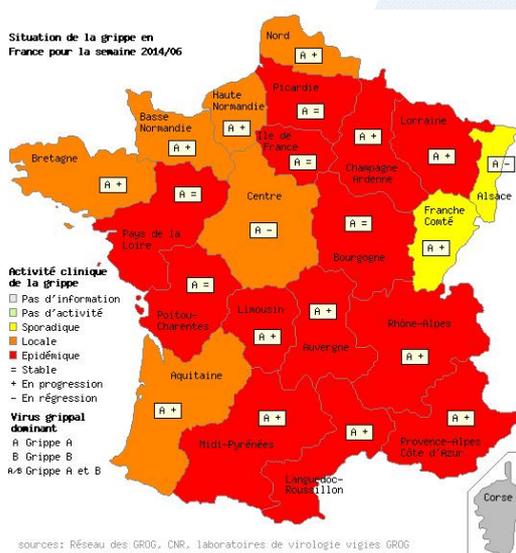


## Le Dico du doc

### SIG

Abréviation de Système d'Information Géographique. Les SIG permettent notamment d'utiliser des ordinateurs pour produire des cartes représentant par une image un ensemble de données physiques, géologiques, climatiques, économiques ou statistiques. La mise en ordre de ces données reflète le mode de pensée des concepteurs du SIG.

Ci-dessous, un exemple de carte reflétant un découpage de la France en régions, l'intensité et la tendance évolutive de l'épidémie actuelle de grippe ainsi que le type de virus grippal dominant (source : <http://www.grog.org>).



## Météo antibio

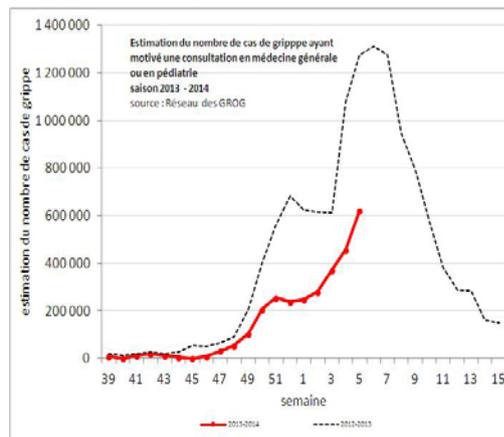
### Risques

- Grippe épidémique
- Bronchiolite en baisse
- Inf respiratoire en hausse
- Gastro-entérite faible
- Allergies pollens faible

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

## Grippe : épidémie confirmée

L'épidémie de grippe annoncée la semaine dernière par le Réseau des GROG vient d'être confirmée par l'Institut de Veille Sanitaire (InVS). Deux sortes de virus grippaux co-circulent : A(H1N1)pdm09 et A(H3N2). L'impact reste modéré pour le moment (600.000 personnes touchées la semaine dernière).



En trait plein rouge, l'impact actuel de la grippe ; en pointillés, celui de l'hiver 2012-13.