

L'écologie commence à la cuisine et dans la salle de bains

Prôner l'écologie et le « bio durable », c'est sympathique. Adopter des gestes simples pour préserver l'environnement, c'est nettement mieux.

A la cuisine

Pour éviter que votre évier ne se bouche, pensez à vider les restes des assiettes et des plats dans la poubelle avant de faire la vaisselle. Rejetés à l'égout ces produits polluent les eaux de surface (graisse...).

- Évier bouché ? utilisez de l'huile de coude plutôt que des produits chimiques ! De l'eau bouillante et une ventouse feront très bien l'affaire. Si l'usage d'un déboucheur liquide est nécessaire, préférez un produit respectueux de l'environnement.
- Versez les huiles alimentaires usagées dans une bouteille et ramenez ces dernières à la déchetterie.
- Pour nettoyer votre cuisine, utilisez des produits respectueux de l'environnement sans phosphates ni solvants et qui sont biodégradables.
- Ne faites marcher votre lave-vaisselle que s'il est plein ; vous diminuerez ainsi la quantité d'eau polluée rejetée, et vous ferez des économies !

Dans la salle de bain

Rapportez les médicaments périmés ou entamés à votre pharmacien. Ne les jetez pas dans le lavabo !

- Pensez à nettoyer vos lavabos et douches régulièrement, afin d'éviter la formation de bouchons dans vos canalisations. Récupérez cheveux et autres matières organiques et mettez-les à la poubelle.
- Choisissez des lessives concentrées avec des tensio-actifs d'origine végétale et si possible éco labellisées. Respectez les doses. Plus de produit ne signifie pas que votre linge sera mieux lavé !
- Ne faites marcher votre machine à laver que si elle est pleine. Vous diminuerez ainsi la quantité d'eau polluée rejetée, et vous ferez des économies.

Source : <https://www.strasbourg.eu/preserver-ressource-eau-bons-gestes>

Le Dico du doc



Parole



Moyen d'expression humaine basé sur l'usage d'une langue (mots, phrases, grammaire, intonations) et l'émission d'ondes sonores produites par le corps et, notamment, la langue.

L'invention de l'écriture a permis de transmettre la parole sur des supports solides.

L'analyse des relations humaines s'intéresse à la fois à ce qui est dit et à ce qui ne l'est pas. L'étude de la façon de dire a abouti au XIX^{ème} siècle au développement d'une science des langages, la linguistique.

L'analyse du « non dit » a conduit les médecins à constater que les comportements inexplicables peuvent être liés à des souvenirs trop violents pour pouvoir être exprimés. Ils ont développé des méthodes d'écoute, la « psychanalyse », aidant les patients à supporter de parler de ces souvenirs indicibles « enfouis dans leur inconscient ».

Sources : Open Rome et P. Rey. *Une saison chez Lacan. Points Poche, 2016*

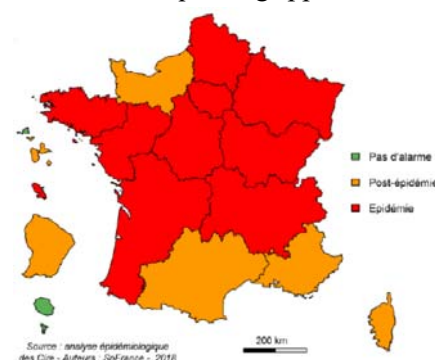
Météo antibio

Risques

- | | |
|--------------------|--------|
| - Grippe | moyen |
| - Bronchiolite | faible |
| - Inf respiratoire | moyen |
| - Gastro-entérite | moyen |
| - Allergie pollens | moyen |

Sources : RNSA, Santé publique France

Risque de grippe



Sources : ECDC, Santé publique France