



Suisse environnement

Jeudi 8 février 2024 CHF 3.50

Le lait de vache, bon ou mauvais pour la santé?



C'est un aliment de base et un pilier de notre identité nationale. Le lait et les produits laitiers sont une source intéressante de protéines, de calcium et d'autres nutriments. Mais attention, car les dernières études sur la consommation alimentaire de la population suisse montrent une tendance à ingérer trop de graisses et d'acides gras saturés. Les produits laitiers sont une source intéressante de protéines et de calcium – bénéfiques pour la santé des os – mais également une source d'acides gras saturés – mauvais pour la santé cardio-vasculaire. *Page 2*

Tournesol : toujours après le soleil

Le tournesol, un adorateur du soleil sans pareil. Où que se trouve le soleil, la plante se tourne dans sa direction. Plus le tournesol vieillit, plus il devient confortable, jusqu'à ce qu'il se fige complètement. *Page 3*



Qu'est-ce qui rend le thé vert si bon pour le cerveau?

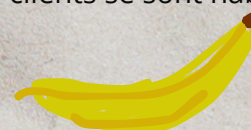
Le thé vert est censé aider à lutter contre le cancer, mais aussi contre la démence. L'effet stimulant est scientifiquement prouvé. Des études avaient déjà prouvé que le thé vert était positif pour la santé du cerveau. Une autre étude vient de le confirmer : des chercheurs de l'université de Bâle ont découvert qu'un mécanisme cérébral était effectivement responsable de l'amélioration des performances de la mémoire après la prise de thé vert. *Page 4*



Pourquoi les bananes sont-elles toujours numéro 1 au pesage ?

Chez la plupart des grands distributeurs, la banane est en position 1 sur la balance. Pourquoi ? Migros et Volg écrivent que la banane est en première position parce que c'est le fruit le plus vendu. Et parce qu'elle est disponible toute l'année.

Chez Coop, les bananes portent les numéros 100 et 101 pour les bananes bio. Avant que Coop n'installe des écrans tactiles sur ses balances, la banane était également numéro 1, rapporte Coop. Comme les clients se sont habitués à ces numéros, il n'y aura plus de changement. *Page 5*



Crème solaire: la plupart nuisent à l'environnement

Ce sont surtout les filtres dites chimiques qui sont critiques pour l'homme et l'environnement. Leur impact sur l'environnement n'a pas encore été largement étudié.

Cela s'explique notamment par le fait que lors de l'autorisation des filtres dans les substances cosmétiques, seule l'innocuité pour l'homme est testée. Les fabricants de crèmes ne sont pas tenus de fournir des données toxicologiques sur l'environnement. *Page 6*



Une beauté rare : à trouver dans les Alpes et dans la publicité

Grâce aux poils de ses bractées, l'edelweiss résiste au froid sec et aux rayons UV du rude climat alpin.

Les edelweiss sont également utilisés depuis longtemps en médecine populaire et en cosmétique. Elles sont en outre un symbole apprécié dans l'alpinisme, dans l'armée et dans le secteur du tourisme. *Page 7*

