Bien être et jardinage : le broyeur à végétaux

Si l’on considére que le bien être passe par l’environnement dans lequel nous évoluons nous devons rechercher des moyens de nous faciliter la vie au quotidien . Si nous prenons l’exemple de notre jardin ,il est effectivement très agréable d’en posséder un ,on le fait à notre goût mais cela nécessite parfois beaucoup de temps et beaucoup d’efforts .

Lorsque l’on entretient son jardin ,la taille de haie, des arbres et des arbustes ,un grand nombre de déchets est généré. Il est bien difficile de s’en débarrassé ,la seule solution souvent envisagée est la déchetterie. Il vous faut faire plusieurs tours , c’est encombrant et salissant.

Il est également interdit à l’heure actuelle de brûler ces déchets en agglomération.

De plus ces déchets peuvent être réutilisés sans problème si l’on les recycle en broyat .Vous pouvez tout à fait les rajouter à votre compost ou encore pailler votre sol.

A cet effet vous pouvez utiliser un broyeur à végétaux . Le principe est simple vous introduisez les branches et les feuilles dans un trémie et un système de coupe va réduire très nettement le volume de ces déchets. Il existe différents types d’énergies soit thermique soit électrique .Le choix entre les

deux dépend de la surface de votre jardin ,plus il est grand et plus le thermique est conseillé quoique moins écologique. En même temps sur des grandes surfaces difficile d’avoir une rallonge électrique assez grande.

Lors de son utilisation il est conseillé de porter des gants ,des lunettes, et un casque anti-bruits et puis respectons les voisins en broyant à des heures raisonnables

Jardinage : Paillage de printemps

Comparer les prix dans votre moteur de recherche shopping. Trouver les meilleurs offres aux meilleurs prix parmi l’ensemble des marchands sur Kelkoo.

SECOURISME :UN ARRETE INTERESSANT

MINISTÈRE DE L’INTÉRIEUR, DE L’OUTRE-MER

ET DES COLLECTIVITÉS TERRITORIALES

Arrêté du 16 juillet 2010 relatif à l’initiation du grand public à la prise en charge

de l’arrêt cardiaque et à l’utilisation de défibrillateurs automatisés externes

NOR : IOCE1019564A

Le ministre de l’intérieur, de l’outre-mer et des collectivités territoriales,

Vu le code du travail ;

Vu le code général des collectivités territoriales ;

Vu le code de la santé publique, notamment ses articles R. 6311-14, R. 6311-15 et R. 6311-16 ;

Vu la loi no 2004-811 du 13 août 2004 de modernisation de la sécurité civile ;

Considérant l’avis de l’Observatoire national du secourisme en date du 2 juillet 2009,

Arrête :

Art. 1er. ? Dans le cadre de la sensibilisation de la population aux gestes de premiers secours, il est mis en place une initiation à la prise en charge d’une victime qui présente un arrêt cardiaque et à l’utilisation d’un

défibrillateur automatisé externe.

Art. 2. ? Cette initiation a pour objet l’acquisition par la population des connaissances nécessaires à :

– identifier les signes permettant de reconnaître un arrêt cardiaque ;

– réaliser, auprès d’une victime d’un arrêt cardiaque, les gestes permettant d’augmenter ses chances de survie.

Art. 3. ? Cette initiation, non obligatoire, est dispensée sur une durée maximale d’une heure dans les conditions suivantes :

– groupe de 10 à 12 personnes par

formateur, si la démonstration est effectuée par le formateur sur un moyen de simulation ;

– groupe de 50 personnes par formateur, si la séance est réalisée au moyen d'un dispositif individuel d'initiation, associé à un support multimédia.

Art. 4. ? Cette initiation est dispensée par les formateurs en premiers secours des organismes habilités ou des associations agréées à l'enseignement du secourisme ou par les formateurs SST.

Art. 5. ? Cette initiation ne donne lieu à aucune délivrance de diplôme ou d’attestation.

Art. 6. ? Le directeur de la sécurité civile est chargé de l’exécution du présent arrêté, qui sera publié au

Journal officiel de la République française.

Fait à Paris, le 16 juillet 2010.

Pour le ministre et par délégation

:

Le directeur de la sécurité civile,

A. PERRET

Nota. – Les recommandations sont consultables sur le site du ministère de l'intérieur, de l'outre-mer et des collectivités

territoriales : www.interieur.gouv.fr, dans le bandeau : « Le ministère », rubrique « Sécurité civile », sous-rubrique :

« Formation », dans le titre : « Dispositif national de formation des citoyens acteurs de sécurité civile », dans la filière :

LE SECOURISME

Nous vivons actuellement dans un monde plein de risques .L'Homme se trouve confronté à des catastrophes naturelles et à bien du mal a lutter .Nous avons vécu en France des tempêtes dévastatrices,un tsunami ravageur en Haiti et maintenant au Japon avec tous les dangers inimaginables (risques nucléaires etc…) que cela comporte. Il se retrouve confronté également à des actes de terrorisme et de violences urbaines mais également à des risques d'accidents du travail et domestiques .

Il est certes difficile de lutter contre les risques naturels (quoique un effort serait vraiment nécessaire afin de préserver notre planète et les êtres vivant sur celle-ci).

La France a donc été dans l'obligation de créer une nouvelle organisation de sécurité civile . Son principe étant de considérer que chaque citoyen est concerné et que la sécurité civile est « l'affaire de tous »

Désormais chaque élève recevra dans le cadre de sa scolarité obligatoire une formation aux gestes de premiers secours et une sensibilisation à la prévention des risques .Chaque élève devient un citoyen de sécurité civile en obtenant des compétences dans l'unité d'enseignement « prévention et sécurité de niveau 1 » (PSC1).

Vous trouverez sur ce blog l'ensemble des modules enseignés au cours de la formation PSC1,en espérant que vous n'aurez jamais à vous en servir .Les documents qui seront présents sur ce blog sont issus du GNR de 2009 2édition . c'est en qualité de moniteur national de secourisme que je me permet de diffuser ces documents en sachant que seul le suivi d'une formation auprés d'organismes compétents (croix rouge pompiers etc) vous qualifiera et vous permettra d'intervenir le plus

efficacement .

Nous manquons cruellement de personnes formés au secourisme en France, bien des vies pourrait être sauvés si le premier maillon de la chaîne de secours c'est-à-dire celui qui arrive sur les lieux d'un accident ou d'un évènement à risque était formé .

Médicaments sous surveillance !!!!

Le médiator médicament normalement destiné aux diabétiques (benfluorex) en surpoids mais utilisé de façon détourné comme coupe faim a été utilisé par 5 millions de personnes dont 2,9 millions pendant plus de 3 mois. Ce médicament aurait fait de 500 à 2000 morts. Ce dernier a fait scandale et les laboratoires Servier croulent sur les plaintes déposées par les patients qui ont suivi ce traitement . Mais a priori ce médicament n'est pas le seul incriminé. En effet l'AFSSAPS (l'Agence de sécurité sanitaire des produits de santé) a publié lundi une liste de **77 médicaments** faisant l'objet d'un suivi renforcé en France.

« Douze classes de médicaments, notamment des vaccins anti-grippaux ou anti-hépatite B, ainsi que des anti-dépresseurs

pour enfants complètent cette liste qui invite patients, médecins et pharmaciens à la prudence.

Parmi les médicaments de la liste, le **Ponzylane**, prescrit chez les personnes ayant du mal à mouvoir leurs membres inférieurs, devrait être bientôt retiré du marché car il contient du buflomédil, une substance jugée nocive.

Figurent dans la liste publiée lundi des médicaments connus du grand public tels que l'adjuvant de lutte contre l'obésité **Alli** commercialisé par GSK (risques de troubles pancréatiques et hépathiques) et le **Champix,** médicament d'aide au sevrage du tabac des laboratoires Pfizer.

Pour d'autres médicaments, l'Afssaps met en garde contre des effets indésirables concernant par exemple l'**isotrétinoïne**, médicament anti-acné qui pourrait entraîner des problèmes psychiatriques. »

Sources Elizabeth Pineau, édité par Yves Clarisse

Même si la réaction est un peu tardive il semblerait que les autorités souhaitent remettre un peu d'ordre dans le milieu. Il reste à souhaiter que ce genre d'évènement ne se reproduira plus à l'avenir car ce sont des vies humaines qui sont en jeu .

PRINCIPE DE DEFIBRILLATION

Les manoeuvres de RCP(ranimation cardio pulmonaire, bouche à bouche massage cardiaque) seules ont une efficacité limitée dans le temps.

 Si l'arrêt cardiaque est lié à une anomalie du fonctionnement électrique du coeur, l'application d'un choc électrique

(encore appelé « défibrillation ») au travers de la poitrine (et donc du coeur de la victime) peut être capable de restaurer une activité cardiaque normale efficace et d'éviter ainsi la mort de la victime. Sans cette action, le coeur s'arrêtera de fonctionner définitivement.

L'administration d'un choc électrique externe par un sauveteur s'effectue à l'aide d'un appareil capable, à partir d'électrodes placées sur la poitrine de la victime, de détecter une anomalie électrique du coeur et, si nécessaire, d'administrer ou de demander d'administrer un ou plusieurs chocs électriques au travers de ces mêmes électrodes. L'administration d'un choc électrique externe avec un défibrillateur automatisé externe (DAE) est sans danger pour le sauveteur, qui ne touche pas à la victime. L'association d'une RCP immédiate et d'une défibrillation précoce améliore encore les chances de survie.

Pour en savoir plus n'hésitez pas à suivre une formation avec des spécialistes

http://kiutes.affiliation-business.com/

Médiator un médicament qui fait du bruit ?

Dans la série et le style faites attention au régime que l'on vous propose en voilà un qui fait parler de lui.

Le médiator médicament normalement destiné aux diabétiques (benfluorex) en surpoids mais utilisé de façon détourné comme coupe faim a été utilisé par 5 millions de personnes dont 2,9 millions pendant plus de 3 mois. Ce médicament aurait fait de 500 à 2000 morts.

A qui peut-on faire confiance, si nos médecins normalement dévoué à notre santé se mettent à nous prescrire ce genre de médicaments alors que des mises en garde avaient été émises. Peut-on faire confiance aux grands laboratoires uniquement intéressés par l'appât du gain. Notre santé en ont-ils vraiment le souci ?

De plus nos gouvernants n'ont-ils pas crée des organismes de santé qui devraient veiller à ce genre de problème.

Par ailleurs ce médicaments a un coût 423 millions selon une note confidentielle de l'Unocam , la Sécurité Sociale aurait déboursé 324,89 millions et les mutuelles 98,71 millions.

A l'heure où l'on parle d'une réforme de notre système d'assurance maladie car déficitaire la pilule est dure à avaler . Ce sont encore les citoyens qui vont trinquer alors que certains s'en mettent plein les poches .

MC DO contre la ville de San Francisco la chasse à l'obésité ?

La municipalité San Francisco a voté en octobre pour une mise en application à partir de novembre 2011 pour interdire au nom de la lutte contre l'obésité d'offrir des cadeaux dans les Happy Meals(menus pour enfants) s'il ne respecte pas certaines limites en calories, sel, graisses et sucre

Réaction immédiate et colère du P-DG du géant américain de la restauration rapide Jim Skinner :

« Nous continuerons à vendre des Happy Meals », les menus pour enfants de la chaîne, qui « ont le soutien des parents depuis les années 1970 », a-t-il affirmé. « Nous vendons un choix sur le menu qui rend nos consommateurs plus satisfaits de leur style de vie », a-t-il expliqué. L'arrêté pris à San Francisco « enlève véritablement le choix personnel à des familles qui sont plus que capables de prendre leurs décisions toutes seules », a estimé Jim Skinner.

Il s'est insurgé contre « la police alimentaire » et les

tentatives « de dicter les comportements à travers la législation ».

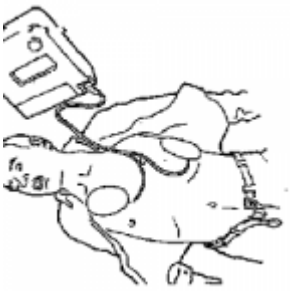
Même s'il est vrai que le géant de la restauration rapide a modifié quelque peu ces menus enfants en laissant plus de choix aux parents dans sa composition il s'avère que la composition du menu peu s'avèrer encore très calorique .

L'interdiction de mettre des jeux dans ces menus suffira t-elle à diminuer la consommation ? En effet les enfants plus que le menu raffolent des jeux inclus à l'intérieur . Le début du repas commencent si on les écoutent par l'ouverture du jeu et l'envie de jouer qui s'en suit .

Il est vrai que se pose la question de la responsabilité des parents en ce qui concerne le choix du menu ainsi que la fréquence de prise de repas MC DO . En ce qui me concerne je pense qu'il serait dommage de priver nos enfants d'un réel moment de plaisir mais à consommer avec modération . Et vous qu'en pensez vous ????

source Le point.fr

DEFIBRILLATEUR POUR LA VIE



Actuellement, les DAE (défibrillateur automatisé externe)

équipent tous les services de secours publics et tous les postes de secours tenus par les associations agréées de sécurité civile, lors des manifestations sportives ou de loisirs rassemblant de nombreuses personnes. Ils sont de plus en plus disponibles dans les lieux publics ou recevant du public comme :

Les halls d'aéroports et les avions des grandes compagnies aériennes ;

Les grands magasins, les centres commerciaux ;

Les halls de gares, les trains ;

Les lieux de travail.

Dans ces cas, les appareils sont parfois placés dans des armoires vitrées murales repérées par un logo facilement identifiable

Ces armoires, facilement accessibles, sont proches d'un moyen d'alerte de secours

Mais comment l'utiliser ? En principe simple d'utilisation il suffit de suivre les indications que vous donne le défibrillateur sauf qu'il peut vous demander à un moment de pratiquer une RCP.

Qu'est ce qu'une RCP ? . C'est une ranimation cardio pulmonaire c'est-à-dire qu'il faut pratiquer un massage cardiaque associé au bouche à bouche .

POUR EN SAVOIR PLUS n'hésitez pas à suivre une formation PSC1 avec des spécialistes

NOTRE COEUR NOTRE VIE

Sportifs entraînés , pratiquants occasionnels, sédentaires nous ne sommes pas à l'abri de nous trouver face à un malaise cardiaque (soi même ou une autre personne). Il s'agit dans tous les cas d'agir rapidement en repérant les signes précurseurs afin de multiplier les chances de survie.

La conduite à tenir est la suivante si je ne suis pas formé au secourisme :

1° RECONNAITRE LES SIGNES PRECURSEURS DE L'ARRET CARDIAQUE

SIGNES

douleur brutale à la poitrine qui ne disparaît pas rapidement

Chez la femme d'autres signes peuvent appaître douleur au cou, à la mâchoire et au dos, fatigue intense, sentiment d'angoisse, perte d'appétit, symptôme de grippe, suées, vomissements ou nausée.

2° ALERTER LE SAMU CENTRE 15 le plus rapidement possible.

Pour en savoir plus n'hésitez pas suivre une formation complète avec des spécialistes (croix rouge, pompiers, etc….)