



La feuille de chou



Non, les crèmes solaires bio ne sont pas dangereuses pour vos enfants

13-07-2016

Pour se protéger du soleil, la crème solaire est indispensable surtout pour nos bambins qui sont les plus exposés. Alors que l'association de consommateur UFC-Que Choisir attaque des fabricants de crèmes solaires pour enfants, comment choisir une crème efficace ?

Le soleil commence à pointer le bout de son nez et les grandes vacances ont démarré. Pour se protéger des UV, la crème solaire est primordiale. En ce début de vacances estivales, l'association de consommateurs UFC-Que Choisir a publié un test particulièrement inquiétant sur les crèmes solaires pour enfants testées en laboratoire. Elle va même plus loin en portant plainte contre 5 fabricants dont 3 bio.

Des protections insuffisantes

UFC-Que Choisir a testé en laboratoire 17 produits solaires (crèmes, sprays, laits) pour enfants d'indices élevés (50 et 50+). "Alors que leurs emballages débordent de mentions rassurantes, les résultats révèlent de graves carences en termes de protection aux UV", conclue l'association. Les 17 produits concernent les marques: Clarins, Bioderma, La Roche-Posay, Vichy, Avène, Aptonia, Ambre Solaire, Nivea, Cien, Mustela, Eucerin; dont 5 marques bio: Biosolis, Alga Maris, Lovéa, Alphanova, Bioregena.

Les résultats montrent que:

- 1 crème sur 3 révèle une protection insuffisante contre les UVA (tout aussi nocifs que les UVB) et ne remplit donc pas son rôle essentiel de protection,
- les mentions d'étiquetage "(Très) Haute Protection" ou les logos UVA sont faussement rassurants,
- 2 crèmes bio sur 5 offrent une protection "à peine correcte" et 3 une protection "très insuffisante".

"Ce sont parmi les moins chères que la protection est la plus forte contre les UVA alors que pour des grandes marques qu'on va payer cinq à six fois plus chères, la protection n'est pas au rendez-vous bien qu'elle ait pu être annoncée sur l'emballage", déclare Alain Bazot, président de l'association UFC Que Choisir.

Des marques bio décriées à tort ?

Dans leur enquête, 5 marques bio sont concernées: Biosolis, Alga Maris, Lovéa, Alphanova, et Bioregena. UFC-Que Choisir a déposé une plainte au tribunal de Paris contre Biosolis, Alga Maris et Lovéa (en plus de Clarins et Bioderma) pour pratique commerciale trompeuse et tromperie. L'association de consommateur a testé ces produits via des méthodes in vitro (en laboratoire) et non in vivo (directement sur la peau) comme l'exige la réglementation. La directrice des affaires scientifiques et réglementaires à la Febea (syndicat professionnel du secteur cosmétique en France), Anne Dux, déclarent que les tests in vitro "ne fonctionnent pas toujours très bien". En effet, ils peuvent changer d'un laboratoire à un autre. Nous avons contacté les laboratoires Biocos (marque Lovéa) qui nous ont assuré que leurs "produits sont conformes à la réglementation européenne en UVA et UVB, et sont testés par des laboratoires indépendants garantissant des résultats objectifs, neutres et conformes. Les résultats fournis ont été conformes à la réglementation". Société experte en produits solaires depuis 20 ans, les laboratoires Biocos ont décidé d'attaquer UFC-Que choisir pour diffamation. (Le communiqué ici).

De son côté, les laboratoires Biarritz (marque Algamaris) ont déclaré être "particulièrement soucieux de la protection solaire des enfants, les tests que nous avons fait réaliser par le laboratoire indépendant Helioscience démontrent au contraire qu'Algamaris protège des UVA, ce qui nous a permis sa mise sur le marché". "Les valeurs PF-UVA mesurées ont toujours été supérieures à 20, qui est la valeur minimale requise pour une protection SPF50+".

Dans un article dans Le Monde, Cédric Murlon, PDG fondateur du laboratoire Biosolis a répondu aux attaques de l'association : "c'est complètement aberrant [...] ils parlent de choses qu'ils ne connaissent pas [...] mes produits sont conformes, ils ont une mauvaise interprétation".

Quelle crème choisir ?

- Une crème approuvée scientifiquement et testée dermatologiquement
- Avec des valeurs PF-UVA supérieures à 20 (législation européenne)
- Certifiée bio pour protéger votre santé et celle de l'écosystème marin
- Sans filtre chimique
- Sans perturbateur endocrinien
- Fabriquée en France

Source : www.bioalaune.com

Les Potagers du Télégraphe 10, Chemin du Larris - av. du 8 Mai 1945 - 91150 Etampes - Tél : 01 69 16 11 11
contact@lpdt91.fr - www.pole91.fr - www.lpdt91.fr



Vos recettes de la semaine

Temps de préparation : 15 minutes

Ingrédients (pour 4 personnes) :

4 courgettes fines
8 tranches de bacon
400 g de fromage de chèvre frais
4 cuil. à soupe d'huile d'olive
Sel, poivre



Gâteau de courgettes au chèvre

Préparation de la recette :

Rincez, essuyez les courgettes, éliminez les extrémités et découpez-les en rondelles. Dans une sauteuse, faites chauffer 2 cuil. à soupe d'huile d'olive. Faites sauter 5 min sur feu vif les rondelles de courgettes. Elles doivent rester croquantes. Salez et poivrez en fin de cuisson.

Malaxez à la fourchette le fromage de chèvre. Incorporez l'huile d'olive restante, salez et poivrez. Faites dorer dans une poêle antiadhésive les tranches de bacon sans ajouter de matière grasse. Epongez-les sur du papier absorbant. Sur chaque assiette, formez d'abord une corolle de rondelles de courgettes, déposez dessus une tranche de bacon et couvrez d'une couche de fromage de chèvre. Recommencez l'opération en ajoutant une deuxième couche de rondelles de courgettes, une autre tranche de bacon et de nouveau du fromage. Terminez en formant une corolle de courgettes. Accompagnez chaque gâteau d'une salade de roquette ou de mesclun.

Source: www.cuisineactuelle.fr

Salade de fèves fraîches, céleri branche et oignon rouge

Préparation de la recette :

Écosser les fèves.

Faire bouillir une grande casserole d'eau salée additionnée d'une cuillère à café de bicarbonate de soude. Plonger les fèves dans l'eau bouillante et les faire blanchir 5 minutes.

Passer les fèves à l'aide d'une passoire puis les refroidir sous l'eau froide pour stopper la cuisson. Egoutter et réserver.

Préparer la sauce : Presser le jus d'une orange. Dans un bol, délayer le cumin en poudre dans le jus d'orange. Saler, poivrer et bien mélanger. Ajouter ensuite la crème de vinaigre balsamique, bien mélanger. Ajouter l'huile d'olive cuillère par cuillère, en mélangeant à chaque fois pour émulsionner la sauce.

Verser la sauce sur les fèves et réserver.

Peler et émincer très finement un oignon rouge.

Laver et sécher le céleri. Emincer très finement les feuilles de céleri en chiffonnade et réserver. Emincer les tiges de céleri en lamelles pour le décor.

Ajouter l'oignon émincé et les feuilles de céleri en chiffonnade à la salade de fèves, bien mélanger et dresser sans tarder. Décorer à l'aide des lamelles de branches de céleri.

Servez, c'est prêt !

Source : www.variations-normandes.blogspot.com

Temps de préparation : 20 mn

Ingrédients (pour 4 personnes) :

400 g de fèves fraîches écosées et pelées

Deux branches de céleri

Un petit oignon rouge

Le jus d'une orange

2 cuillères à café de cumin en poudre

2 cuillères à café de crème de vinaigre balsamique

4 cuillères à soupe d'huile d'olive

Sel, poivre



Vous souhaitez partager vos recettes ?

N'hésitez pas à nous les déposer à l'accueil panier ou par mail : contact@lpdt91.fr

Vos légumes de la semaine

(sous réserve de récolte)



Paniers simples : Environ 1 kg de concombres, environ 800 g de courgettes, 1 kg de pommes de terre et 300 g d'échalotes.

Paniers doubles : Environ 1 kg de concombres, environ 800 g de courgettes, 1 kg de pommes de terre, 1 kg de fèves, 1 chou pointu, 1 laitue, 500 g d'aubergines, 500 g de poivrons et 300 g d'échalotes.

Les potins du Télégraphe



Afin de poursuivre notre diversification de réseaux de distribution, nous tiendrons désormais un stand sur le **marché d'Etampes du mardi matin** (de 8 h à 13 h), **place Saint Gilles**

Météo de la semaine

via www.tameteo.com

DEMAIN 13 juillet	JEUDI 14 juillet	VENDREDI 15 juillet	SAMEDI 16 juillet	DIMANCHE 17 juillet	LUNDI 18 juillet	MARDI 19 juillet
19° 8° 3.1 mm	18° 7° 1.8 mm	22° 7°	25° 13°	27° 16°	25° 13° 0.1 mm	25° 14°

Nous recherchons de nouveaux adhérents, alors n'hésitez pas à en parler à votre entourage.

Nom et prénom du parrain :



**Chantiers
d'insertion**

Bulletin d'Adhésion



Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Tél. fixe : _____

Portable : _____ E-mail : _____

Adhésion à l'association : 15 euros par an.

Formule choisie : 46 paniers doubles : 598€ / an

46 paniers simples : 299€ / an

Offre découverte : 23 paniers doubles : 299€ / 6 mois

23 paniers simples : 149,50€ / 6 mois

Distribution : Étampes Itteville Autre, à préciser _____

Règlement : par chèque

Fait à _____ le _____ Signature : _____

Chemin du Loris
91150 ÉTAMPES
Tél 01 69 16 11 11
Fax 01 69 16 11 10
www.jpdt91.fr

LES POTAGERS
du télégraphe

Association loi 1901
SIRET 498 644 368 000 17
Code APE 0113Z

Pour chaque parrainage 1 panier offert.