

Chateaud'eau soutient Journée Mondiale de l'Eau 2008



Délégation Solidarités (de g à d) : Alain Boinet, Directeur général, Gisèle Sikumbili, représentante de Béni en République Démocratique du Congo, Bernard Kouchner, Ministre des Affaires Étrangères, Pierre de la Bretesche, Président de Solidarités, Patrice Franceschi, ancien président, Véronique Lebourgeois, hydraulicienne.

SOLIDARITÉS s'exprime...

"SOLIDARITES est particulièrement engagée dans le combat pour l'accès à l'eau potable pour tous. Chaque année, ce sont près de 8 millions de personnes, particulièrement des enfants, qui meurent de maladies liées à l'eau non potable, ce qui en fait la première cause de mortalité au monde. Ce chiffre est terrible, implacable, il s'agit d'une véritable hécatombe silencieuse. La réponse de SOLIDARITES face à ce drame se situe à deux niveaux : au niveau opérationnel avec nos équipes agissant inlassablement sur le terrain.

Au niveau communication et politique ensuite afin de mobiliser les décideurs pour qu'ils agissent. Le lancement de notre pétition pour l'accès à l'eau potable s'inscrit dans cette volonté de faire agir les responsables politiques.

Dans cette optique, parvenir à mobiliser l'opinion publique sur cette question essentielle

de l'accès à l'eau potable pour tous est d'une importance capitale. A l'occasion de la Journée Mondiale de l'Eau qui s'est tenue le jeudi 20 mars 2008, nous avons remis notre pétition signée par 51 464 personnes au Ministre des Affaires Étrangères et Européennes, M. Bernard Kouchner, ainsi que notre rapport sur la situation de l'eau non potable dans le monde et nos propositions d'action pour l'avenir.

Au cours de cet entretien, le Ministre a particulièrement insisté sur le fait que l'eau était une grande priorité, «la plus grande de toutes» selon lui, et qu'il envisageait de faire des propositions dans ce domaine lors de la Présidence française de l'Union européenne au cours du second semestre 2008".

Pour plus d'informations concernant les actions de Solidarités : www.solidarites.org

Saviez-vous...

SOLIDARITÉS est une association d'aide humanitaire d'urgence qui, depuis 28 ans, porte secours aux populations victimes de conflits armés ou de catastrophes naturelles.

Notre mission est de répondre aux besoins vitaux de ces populations (boire, manger, s'abriter) dans des situations d'urgence puis de reconstruction. Particulièrement engagés dans le combat contre les maladies liées à l'eau insalubre, première cause de mortalité au monde provoquant près de 8 millions de morts par an, nous développons une expérience et un savoir-faire reconnus dans le domaine de l'accès à l'eau potable et à l'assainissement. Dans le respect des cultures et de la dignité des personnes, SOLIDARITÉS réalise des programmes de secours mis en oeuvre par ses 170 expatriés et plus de 1 500 employé(e)s nationaux. Depuis sa création en 1980, SOLIDARITÉS est intervenue dans 27 pays. En 2008, SOLIDARITÉS est opérationnelle dans 12 pays : Afghanistan, Bangladesh, Burundi, Centrafrique, Côte-d'Ivoire, Kenya, Liberia, République Démocratique du Congo (Nord Kivu, Ituri, Katanga), Soudan (Darfour et Sud Soudan), Somalie, Tchad, Thaïlande.



SOLIDARITES est particulièrement reconnaissante à la société Chateaud'eau pour son soutien régulier depuis 2007 et tient à lui exprimer toute sa gratitude.

Les bienfaits du thé vert



LE POINT DE VUE D'UN EXPERT
Dr Nathalie Jacquelin - Ravel
Spécialiste en micro-nutrition
Genolier, Suisse

Après l'eau, le thé est la boisson la plus populaire dans le monde, chaque seconde, plus de 15 000 tasses de thé sont ainsi consommées autour de la planète. Pourtant, tous les thés ne sont pas égaux. Vous avez sans doute déjà

entendu dire que le thé vert en particulier était "bon pour vous", mais qu'est-ce que cela veut dire exactement? En dépit du fait que le thé noir, le thé vert et le thé oolong viennent tous les trois de la même plante *Camellia sinensis*, la composition chimique de chacun de ces thés est complètement différente. La composition du thé vert a ainsi révélé plus de 100 molécules différentes qui lui donnent ses propriétés bienfaites si particulières.

suite page suivante ➔



le manque d'eau n'est pas fatal !

par François Bellet, ex-chef de mission Solidarités en RDC



L'est du Congo (RDC) connaît des troubles depuis plus de 10 ans. Pour y échapper, les

réfugiés ont afflué vers la ville de Béni. Quand Solidarités est arrivé en 2000, Béni comptait 170 000 habitants et l'enjeu de l'eau potable était crucial. La région n'en manque pas, mais les installations étaient insuffisantes. Et les femmes marchaient des km pour s'approvisionner à des sources insalubres.

Grâce à notre expérience et notre savoir-faire, nous avons construit un réseau. Il a fallu réaliser 5 captages en rivière sur les collines en amont de Béni (l'eau doit descendre vers la ville), puis installer 10 km de canalisations pour alimenter la nouvelle station où l'eau est traitée par "rétrofiltration biologique". Au lieu d'être filtrée une fois

par une grosse masse sableuse, l'eau passe 6 fois à travers peu de sable. A chaque passage, les bonnes bactéries détruisent les mauvaises. Ainsi l'eau devient potable au rythme de 100 000 litres/heure. Elle est ensuite acheminée en ville (50 km de canalisations) vers 84 grosses bornes fontaines : une pour 2000 habitants.

Il fallait voir les enfants quand l'eau potable est arrivée, ils s'éclaboussaient, c'était la fête ! Toute la ville se sent impliquée. Le projet a ramené plus que l'eau : la joie, la vie sociale ! Des techniciens locaux prennent soin de la station et un nouveau projet va desservir d'autres quartiers.

Le point de vue d'un expert sur le thé vert

➔ suite

Les Chinois connaissent les bénéfices médicinaux du thé vert depuis les temps anciens et l'utilisent pour traiter à peu près tout, des maux de tête à la dépression.

Aujourd'hui, la recherche scientifique fournit la preuve des bienfaits pour la santé associés depuis longtemps au thé vert, notamment dans la lutte contre le cancer et les maladies cardio-vasculaires.

Le secret du thé vert repose dans sa teneur riche en tannins polyphénols, en particulier celui appelé EGCG pour Epigallocatechin gallate, un puissant antioxydant. Pourquoi les autres thés n'ont-ils pas les mêmes propriétés bienfaites que le thé vert ?

" Mieux vaut être privé de nourriture pendant 3 jours, que privé de thé pour une seule journée."

Proverbe chinois



Ce qui sépare le thé vert des autres thés est la façon dont il est préparé. Les feuilles de thé vert sont chauffées à haute température, ce qui empêche le composant EGCG de s'oxyder. A l'inverse, les thés noir et oolong sont fabriqués à partir de feuilles déjà fermentées, ce qui neutralise l'EGCG et le transforme en d'autres composants moins efficaces dans la prévention et la lutte contre de nombreuses maladies.

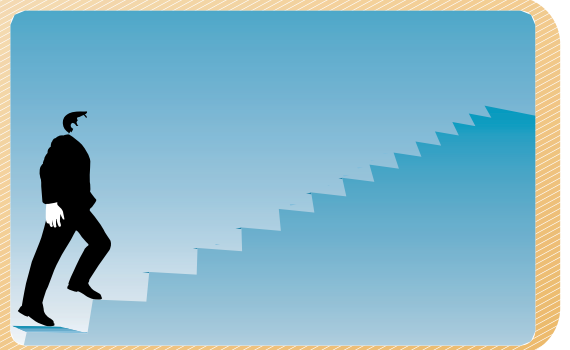
Toutefois, obtenir le meilleur de votre thé vert n'est pas aussi aisé qu'il y paraît. Actuellement il y a débat sur le temps d'infusion du thé vert afin d'en tirer le maximum de bienfaits. Les études montrent qu'un temps d'infusion de moins de 5 minutes ne permet d'extraire que 20 % de tannins polyphénols. Mais une infusion trop longue risque d'en ruiner le parfum, ces mêmes tannins donnant au thé un goût d'herbe. Les experts recommandent une infusion de 8 à 10 minutes afin d'obtenir un bon équilibre entre goût et bienfait.

Une question subsiste : quelle quantité de thé vert peut-on boire ? La recherche doit encore déterminer si boire plus de thé vert apporte plus de bienfaits. Souvenez-vous que le thé vert contient aussi de la caféine (toutefois moins que le café) dont l'abus peut provoquer des insomnies. La recherche doit également encore prouver les affirmations selon lesquelles le thé vert combat l'arthrite et fait baisser les taux élevés de cholestérol.

Grimpez-moi ça !

Pas de temps pour le sport ? Essayez de monter des marches

En augmentant progressivement le nombre de marches, des chercheurs ont obtenu de 12 femmes sédentaires qu'elles montent chaque jour six étages. Après six semaines, comparées à un groupe similaire de sédentaires, les grimpeuses ont vu leur rythme cardiaque ralentir, au repos et durant l'effort ; elles utilisaient l'oxygène de manière plus efficace ; et leur pourcentage de bon cholestérol s'est amélioré de 20% par rapport au total global de cholestérol. Et cela leur a seulement pris moins de 14 minutes par jour !



Chateaud'eau
185, avenue Paul Vaillant Couturier
Z.I Bloch Praeger
93 126 La Courneuve Cedex

N° Indigo 0 825 000 250

Chateaud'eau - votre source de bien-être au travail



énergie



santé



équilibre



convivialité



concentration