

## Thèmes de conférences pouvant être traités

Contenus et textes sont donnés à titre indicatif et peuvent varier selon vos demandes

### “Santé - Environnement”

#### **Pollution de l'air intérieur et santé**

Quasiment inconnue il y a encore 20 ans, cette pollution aujourd'hui largement documentée est pourtant au cœur de notre quotidien. Les populations les plus jeunes sont les plus exposées et de nombreuses maladies semblent trouver leurs racines dans ce cocktail préoccupant qui plane dans nos habitations... Quelles sont les sources, les risques et les moyens de limiter les polluants de l'air intérieur ?

#### **Pesticides et santé**

Peu de produits suscitent d'aussi vives polémiques. Indispensables et sans danger à la dose voulue pour certains, toxiques même en dessous des limites réglementaires pour d'autres... Les avis sont très partagés. Alors que le "Plan National Nutrition Santé" nous encourage à augmenter notre consommation de fruits et légumes, nombreux sont les consommateurs qui s'interrogent : Que sont ces produits ? comment sont-ils réglementés ? Quels sont les risques connus ou suspectés ? L'alimentation biologique peut-elle être une alternative durable ?

#### **Santé et environnement. Femmes enceintes et jeunes enfants : des populations à risque élevé**

Si l'époque qui entoure la grossesse et la naissance est synonyme de joie et de bonheur, il convient de ne pas oublier que c'est aussi une période de fragilité toute particulière pour la mère et son enfant. Qualité de l'eau, de l'air, de l'alimentation, cosmétiques, rayonnements, bruit... Connaître les sources d'exposition aux polluants de notre quotidien permet de mieux les identifier pour mieux s'en protéger et de préserver ainsi le capital santé de toute la famille...

#### **Cosmétiques et santé**

Symbole de santé et de beauté, les cosmétiques sont depuis peu au cœur d'une controverse autour du risque que pourrait présenter différents de leurs composants. Le gigantesque marketing attaché à ces produits cache une réglementation aussi mal connue que surprenante. Allergies, risques pour le fœtus, maladies neurologiques, cancers... Que sait-on actuellement des risques suspectés et des molécules incriminées ? Faut-il les éviter ? Comment choisir ses cosmétiques ?

#### **Cancer et environnement**

Avec en France, 400 000 nouveaux cas par an et plus de 150 000 décès chaque année (soit la première cause de décès), le cancer est donc devenu un des grands défis de notre époque. Fort logiquement, le tabagisme est sur la sellette... Il ne faudrait pourtant pas que la cigarette soit l'arbre qui cache la forêt car elle ne représente en effet qu'une part limitée des origines de cette maladie. Ainsi, d'autres facteurs sur lesquels la prévention peut-être efficace sont ciblés (l'alimentation notamment). Le premier plan national de lutte contre le cancer (lancé en 2003) tout comme les suivants considèrent pourtant les contaminants de notre environnement que très secondairement... Les conclusions de nombreuses études épidémiologiques sont pourtant de plus en plus cohérentes pour établir des liens entre ces polluants présents dans notre environnement, notre air, notre eau ou notre alimentation et leur responsabilité dans la genèse de nombreux cancers... Cela est d'autant plus surprenant que diverses solutions souvent simples permettent de limiter de façon significative l'exposition à ces agents chimiques ou physiques. Encore faut-il les connaître...

#### **Rayonnements électromagnétiques et santé**

Les téléphones portables, les lignes hautes tensions, les champs électromagnétiques émis par les appareils électroménagers, les fours micro-ondes, les bornes Wifi... Où en sommes nous sur la connaissance des risques ? Quels moyens de protection mettre en place ?

## **Alimentation : de l'éprouvette à la casserole**

"Tu feras de ton aliment ton médicament" disait Hippocrate il y a près de 24 siècles de cela. Les données scientifiques les plus récentes ne cessent de nous rappeler l'importance capitale d'une alimentation de qualité... A l'époque où nous consommons de plus en plus souvent des aliments industriels, savoir décrypter les étiquettes des produits agro-alimentaires devient un geste santé. Comment lire ces étiquettes ? Quels produits éviter ? Intérêts économiques soutenus par un marketing agressif et risques sanitaires s'affrontent sur les cas du sucre et du sel.

Aussi mal connus que surprenants, les arômes et les additifs envahissent nos aliments... Quelques éléments d'information seraient nécessaires pour mieux les connaître et en éviter certains.

Pratiquée à l'insu du public, l'irradiation alimentaire est déjà utilisée pour la conservation de différents produits... De quoi s'agit-il ? Cela comporte-t-il un risque pour la santé des consommateurs ?

## **Radioactivité et santé**

Phénomène complexe et mal connu du grand public, la radioactivité n'en est pas moins dans notre quotidien. Le radon, gaz radioactif naturel contamine nos habitations. Il serait responsable de 5 à 15% des cancers pulmonaires. Divers objets de la vie courante contiennent des éléments radioactifs. Divers examens ou traitements médicaux utilisent la radioactivité. Les centrales nucléaires et l'ensemble des installations nécessaires à cette énergie (des mines d'extraction jusqu'aux centres de stockage des déchets) sont autant de sites qui inquiètent le public. Qu'est ce que la radioactivité ? Quels risques d'avoir été irradié ? Comment se comporter en situation de crise ? Que penser des conséquences de Tchernobyl en France ? Les examens et traitements médicaux comportent-ils un risque ?

## **La chimie au service de l'homme ?**

Produits ménagers, additifs alimentaires, cosmétiques... les produits de consommation de notre quotidien contiennent plus de 100 000 agents chimiques issus de la synthèse. Pourtant, ils sont aussi nombreux que mal connus dans leurs effets sur notre santé ou sur l'environnement. Voyage au cœur de cet univers dans lequel nous baignons, pour découvrir cette grande et inquiétante famille. Comment nous contaminent-ils ? Où se trouvent-ils et comment les éviter ?

## **L'eau source de vie... et de conflits**

L'eau est déjà au centre de nombreux conflits sur la planète. Sa consommation varie grandement d'un pays à l'autre et les menaces de "stress hydrique" sont amenées à se multiplier dans un futur proche. Comment protéger au mieux cette ressource collectivement et dans les gestes de la vie quotidienne ? Peut-on boire l'eau du robinet ? Quels polluants peuvent contaminer notre eau et quels en sont les risques pour la santé ? L'eau en bouteille est-elle une solution ?

## **Eau : l'état d'urgence !**

Si de nombreuses sociétés humaines ont pu se passer de pétrole, aucune n'a su se passer d'eau. Longtemps vue uniquement dans les pays les plus pauvres ou les plus chauds, sa pénurie touche maintenant nos pays riches. Les changements à opérer pour durablement pouvoir bénéficier de cette indispensable ressource sont à la hauteur de l'importance de cet "or bleu". Comment individuellement et collectivement réduire notre consommation et protéger au mieux ce précieux liquide ? Quels polluants peuvent la contaminer ? Peut-on la boire au robinet ou faut-il la boire en bouteille ? Préparons nous à cette "révolution bleue" !

## **La gestion des déchets et la santé**

Souvent présentés comme la rançon inévitable de notre société de consommation, nous en produisons de plus en plus. Cependant, après la fermeture de nombreux incinérateurs polluants et la saturation progressive des centres de stockage, les moyens de traitements manquent et de nombreux départements français sont dans une situation préoccupante... Quels sont les différentes filières de traitement, leurs impacts sur la santé et l'environnement. Comment réduire à la source notre production...

## **Fertilité et environnement**

La fertilité humaine semble se dégrader. La qualité du sperme décline, le sexe ratio semble s'inverser et de plus en plus de petits garçons naissent porteurs de malformations sexuelles. Des phénomènes similaires sont constatés dans diverses populations animales. Des expositions à certains agents chimiques ou physiques sont fortement suspectées... Quels seraient les mécanismes en causes et comment limiter les expositions ?

## **Bruit et santé**

70 à 80% de nos concitoyens se plaignent d'y être exposé.

Le bruit : ses caractéristiques, sa mesure et les moyens de s'en protéger. Comment fonctionne notre appareil auditif ? Comment le bruit peut retentir sur nos capacités auditives ? Quels sont les autres effets du bruit sur la santé ? Nombreux sont ceux qui témoignent douloureusement de leur regret de ne pas avoir été assez attentif à leurs oreilles... Sachons donc les entendre et profiter, en toute sécurité de cet organe extraordinaire.

**Pétrole : le dernier choc** ou comment la fin prochaine du pétrole "conventionnel" va bouleverser notre quotidien. Aux yeux de nombreux spécialistes, nous sommes maintenant très proche du début de l'ère de "l'après pétrole". La consommation ne cesse de progresser alors que la production va prochainement commencer à décliner inexorablement entraînant de très vives tensions internationales...

Nous sommes à la veille d'une révolution dont nous n'avons pas idée. Nos sociétés vivent sous perfusion d'un or noir abondant et bon marché. Elles doivent en urgence se préparer à la perspective d'une énergie chère. Comment pourrons nous faire face ? Qu'est ce que cela va changer dans notre quotidien ?

Existe-t-il des énergies alternatives prêtes à prendre rapidement la relève ? Comment se préparer au mieux ?

Ce que nous ne sommes pas capable de modifier volontairement aujourd'hui dans nos modes de vie pour économiser l'énergie nous sera brutalement imposé demain... Nous avons encore le choix !

N'oublions pas enfin que sortir au plus tôt de notre dépendance vis à vis du pétrole c'est aussi limiter très fortement les risques de tensions internationales... et c'est réduire très efficacement nos émissions de gaz à effet de serre et donc protéger le climat ! Motivant... Non ?

## **Du pétrole dans nos assiettes... Vers la fin d'une époque**

Depuis un demi siècle, la production agricole dans les pays développés a explosé, dans le même temps, notre alimentation a connu de véritables révolutions.

C'est à une énergie bon marché et qui coule encore à flot que nous devons cette évolution extraordinaire : le pétrole. Mais cette époque se termine en condamnant inévitablement ces modèles à leur disparition. Notre quotidien et notamment notre façon de nous alimenter vont être bouleversés...

En quoi nos habitudes alimentaires vont changer ? Comment se préparer au mieux ?

## **Les contaminants alimentaires**

Qu'ils soient naturels ou artificiels, qu'ils soient introduits sciemment ou accidentellement, ils ont une caractéristique commune : ils contaminent aujourd'hui notre alimentation. Depuis les substances relarguées par les plastiques "à usage alimentaire", ou les revêtements anti-adhésifs, en passant par les produits issus de la transformation industrielle des lipides ou glucides, sans oublier les métaux lourds, les mycotoxines ou les pesticides, ils semblent participer aujourd'hui à l'inquiétante progression de diverses pathologies.

Que savons nous aujourd'hui de ces molécules ? Comment s'en débarrasser ou les éviter pour retrouver le plaisir d'une "alimentation santé" ?

## **Les nanotechnologies : rêve ou cauchemar ?**

Les technologies de "l'infiniment petit" se préparent à envahir notre quotidien. Elles sont déjà présentes dans de nombreux produits. Leur potentiel de progrès et de développement est considérable.

Pourtant, des craintes naissent des risques d'une utilisation mal contrôlée de certaines applications ou de leurs impacts sanitaires et environnementaux quasiment inconnus à ce jour.

Le rêve que nous promet ce "nano-monde" ne risque-t-il pas de tourner au cauchemar ?

## **Les maisons sans chauffage : pour prendre soin de sa santé et de celle de l'environnement.**

Développées depuis près de 20 ans dans certains pays d'Europe du Nord, le concept commence à peine à se faire connaître en France. Des maisons super-isolées et étanches à l'air, un système de ventilation très élaboré : ces maisons dites "passives" n'ont tout simplement plus besoin de système de chauffage ! Bénéficiant pour autant d'une excellente qualité de l'air et d'un confort thermique remarquable ces maisons sont, à l'évidence, le standard des habitations soucieuses tant de la qualité de vie de leurs habitants que de leur impact sur l'environnement !....

Installé avec ma famille depuis début 2010 dans la première maison passive certifiée de Rhône Alpes, j'aurai largement l'occasion de répondre aux nombreuses questions que soulève une telle construction.

## **Pub et éducation à la santé : la guerre est déclarée !**

La publicité tient une place très importante dans nos sociétés modernes. Elle est la cible de nombreuses critiques. En plus de son impact visuel et sonore, elle neutralise souvent l'information du citoyen via le large financement de nombreuses revues, magazines, chaînes de télévision, et même diverses formations ou programmes scolaires. Quand l'objectif de la publicité n'est rien d'autre qu'un véritable conditionnement à "l'achat impulsif", l'éducation à la santé vise, elle, à apporter une plus grande autonomie du consommateur et du citoyen sur ses comportements en vue d'une meilleure prise en compte de sa santé.

En comparaison du budget de la publicité, l'éducation à la santé dispose, elle, de moyens ridicules.

Des objectifs et des moyens à l'opposé les uns des autres : Ne nous y trompons pas, la guerre pour notre liberté de penser et d'agir, pour notre santé et celle de nos enfants ne fait que commencer...

## **OGM : pour le meilleur ou pour le pire ?**

Rarement un sujet n'aura suscité de débats aussi acharnés.

Progrès et perspectives fantastiques pour certains, menaces irréversibles de contaminations pour d'autres, il est temps de comprendre le dossier de ces biotechnologies.

## **Soigner sans polluer ?**

La présence de composés pharmaceutiques en aval des stations d'épuration semble perturber le développement sexuel et hormonal de diverses populations animales (poissons, amphibiens...). Ces mêmes molécules aujourd'hui présentes dans nos ressources en eau inquiètent les scientifiques qui craignent les risques sanitaires qu'elles pourraient induire chez l'homme.

Cette pollution "émergente" liée aux activités de soins est un formidable paradoxe : celui d'une activité de santé pouvant conduire à la maladie. Mais elle constitue surtout un défi considérable pour les soignants comme pour le système de santé lui-même : l'intégration par les activités de soins de la protection de l'environnement dans un cadre global : gestion de l'eau mais aussi des déchets, de l'énergie...

Sous la pression des professionnels, du milieu associatif et de quelques pionniers, divers hôpitaux ou cliniques entreprennent d'ors et déjà cette indispensable transformation.

## **La biodiversité c'est la santé**

Production alimentaire, préservation des ressources en eau, stabilité climatique et des sols, substances pharmaceutiques... La compréhension du vivant et son extraordinaire complexité n'en finissent pas de surprendre les scientifiques et la longue liste des services rendus par la nature et son extraordinaire biodiversité ne cesse de s'étoffer.

Découvrons un peu plus quelques uns des formidables trésors que nous lui devons aujourd'hui et en regard notamment de tout ce qu'elle nous offrira demain -si nous lui en laissons le temps- apprenons à la préserver.

## **Vers une diminution de l'espérance de vie ?**

L'espérance de vie à la naissance à long terme a progressé régulièrement (son calcul révèle quelques surprises)... Toutefois, en regardant le développement de nombreuses maladies de "civilisation" (cancers, diabète, obésité, allergies...) ou l'évolution radicale de notre mode de vie et de nos expositions aux polluants, les récentes évolutions à la baisse de cet indicateur ne seraient-elles pas annonciatrices d'une régression de notre état de santé ?

## **Ministère de la Santé : Avis de fin d'existence ?**

Une partie importante de la richesse de la nation est dédiée à notre système de santé.

Pourtant, l'analyse de l'usage des sommes allouées, des actions menées autant que des données épidémiologiques indiquent clairement l'échec des politiques de santé...

À se résoudre aujourd'hui pour l'essentiel à la gestion des grandes pathologies sans véritablement s'attaquer à leurs origines, notre Ministère, à défaut de s'orienter enfin vers une véritable politique de santé, ne devrait-il pas être renommé "Ministère de la maladie" ?

## **"La faim du monde" ou l'arme alimentaire**

Près d'1 milliard d'êtres humains souffrent aujourd'hui de la faim. Alors que nous connaissons prochainement une population mondiale de plus de 9 milliards d'individus, la production agricole va devoir s'adapter. En regard de l'accès à l'eau de plus en plus problématique, de l'érosion des sols ou des conséquences du réchauffement climatique, l'équation semble insolvable...

Pourtant, des solutions existent, elles sont politiques, économiques bien sûr....

mais aussi individuelles. Alors agissons dès aujourd'hui pour faire reculer "la faim du monde" !

## **Phosphore : menace sur cet indispensable inconnu**

Polluant dans les ressources en eaux, préoccupant pour notre santé car en excès dans l'alimentation industrielle, et néanmoins indispensable pour notre organisme, pour la production alimentaire comme pour l'ensemble des êtres vivants, le déclin annoncé de la production minière de cet élément injustement méconnu va inévitablement bousculer profondément nos sociétés...

## **Réchauffement climatique et santé**

Si l'inquiétude concernant les conséquences du réchauffement climatique se fait, année après année de plus en plus forte, il est un domaine où son impact semble bien méconnu : la santé.

Pourtant, des plus secondaires ou plus forts, la très large palette des impacts que pourraient avoir ces perturbations sur nos organismes renforce, s'il le fallait, l'urgence de l'action.

## **Allergies et environnement**

Pour la plupart des spécialistes, l'explosion de l'incidence des allergies -comme d'ailleurs des maladies auto-immunes- est trop rapide pour être d'origine génétique. Elle est donc essentiellement le fait d'un environnement (intérieur et extérieur) bouleversé par les changements profonds de nos modes de vie modernes. Notre système immunitaire, perturbé par divers agents chimiques n'est plus adapté au milieu dans lequel il s'est progressivement construit depuis le début de notre évolution. Il est urgent devant l'épidémie très préoccupante de ces pathologies de favoriser un développement harmonieux, dès le plus jeune âge, de notre immunité.

## **Immunité et environnement**

Notre système immunitaire est à l'interface entre notre environnement et notre corps. Nous protégeant des agressions extérieures, il participe aussi directement à l'entretien de notre organisme. Sollicité en permanence il est le garant de notre intégrité. Pourquoi peut-il se dérégler dans les maladies auto-immunes ou les allergies ? Comment favoriser son bon développement et son entretien dès les plus jeunes âges et tout au long de la vie ?

## **Perturbateurs endocriniens : La grande menace...**

Les concepts de la toxicologie et la notion de normes sont bousculés depuis la découverte des perturbateurs endocriniens. Agissant à des doses considérées jusqu'alors sans risque, ces agents chimiques -pour la plupart issus de la synthèse- perturbent de façon insidieuse, et néanmoins redoutable, les mécanismes hormonaux qui régissent l'ensemble de nos fonctions physiologiques. Soupçonnés d'être liés à de nombreuses maladies, leur rejet dans l'environnement menace de plus les écosystèmes. Présents au quotidien dans nos cosmétiques, notre alimentation, nos produits détergents... il est pourtant possible de réduire la plupart de nos expositions au travers de quelques gestes simples....

## **De nos intestins à l'environnement, notre avenir et notre santé passe par la biodiversité**

Nous avons de longue date compris quelques uns des nombreux services rendus à notre humanité par la biodiversité (production alimentaire, préservation des ressources en eau, stabilité des sols...). Plus récemment, c'est notre biodiversité intérieure qui fait l'objet de nombreuses découvertes : notre intestin et l'extraordinaire diversité des microbes qu'il héberge n'en finissent pas de nous surprendre tant leurs relations sont complexes avec le reste de notre organisme.

Regardons nous donc le nombril... et découvrons -ou redécouvrons- cette incroyable complexité et comment la qualité de notre alimentation ou de notre environnement peut construire nos maladies, notre santé et notre avenir !

## **Collapsologie : réduire l'impact et préparer l'après.**

Difficultés d'accès à l'eau, à l'énergie, effondrement de la biodiversité, menace sur l'alimentation, multiplication des événements climatiques extrêmes dans un contexte d'augmentation de l'effectif de la population mondiale : l'avenir de nos sociétés paraît bien sombre et nous ne pouvons probablement plus éviter les profonds bouleversements qui s'annoncent. Pourtant, il est encore temps d'agir pour réduire l'intensité de ces chocs et nous préparer au mieux au monde de demain qui peut révéler des facettes étonnamment positives...

## **La Covid 19 et après ?**

La pandémie liée au virus a profondément impacté nos sociétés modernes. Les comportements des individus ont pour la plupart d'entre nous changés. L'usage de la désinfection s'est, par exemple, largement répandue.... Mais de nombreux spécialistes craignent que des pratiques excessives dans ce domaine, associées aux conséquences du réchauffement climatique et de l'évolution de nos modes de vie ne favorisent demain l'émergence de pandémies largement plus graves... Comment se protéger aujourd'hui sans menacer notre avenir ?

## **5G : bond technologique indispensable ou catastrophe écologique et sanitaire ?**

Le passage de la 4 à la 5G constitue un indéniable changement technologique : Une vie hyper connectée, des objets communicants, des voitures sans chauffeur... un rêve technologique pour ses promoteurs. Pour ses détracteurs, en revanche, c'est un plongeon dans l'inconnu quant aux effets sanitaires de ces technologies qui pourraient en outre permettre le contrôle des populations et conduirait à faire exploser notre consommation d'énergie... Le temps est venu de faire le point pour éclairer chaque citoyen sur les choix des sociétés futures.

## **Eco responsabilité : un puissant levier d'action**

Face aux nombreuses menaces qui planent sur notre planète et sur l'avenir de notre humanité, des choix de consommation plus responsables fleurissent et se développent rapidement. Ils poussent le monde économique et politique à opérer urgemment les transitions qui s'imposent. Comment être un consommateur responsable ? Comment faire le tri entre le "greenwashing" et les réels progrès qui s'offrent à nous ? Plus que jamais, il est temps de comprendre et d'agir !

## **Des textiles, oui mais pas à n'importe quel prix !**

Vêtement, linge de maison, literie, tissus d'ameublement..., Nos textiles font l'objet de nombreux traitements chimiques loin d'être anodins pour la santé humaine et celle de la planète. Ils sont souvent produits dans des conditions sociales tout aussi préoccupantes.... Mais heureusement, il est aujourd'hui possible de faire des choix éclairés pour s'habiller durablement !

## **Les microbes, les pandémies et le concept "One health"**

Si certains microbes peuvent s'avérer redoutables et nous tuer ou nous rendre malade, nombre d'entre eux participent à des équilibres très complexes qui régissent notre santé, celle des végétaux, de l'ensemble du monde animal et même des écosystèmes... L'oublier ou ne pas en tenir compte, c'est inmanquablement devoir se préparer demain à l'explosion des pandémies...

La santé humaine est indissociable de la préservation de ces équilibres, c'est sous le concept "One health" ("une santé") qu'elle doit aujourd'hui être prise en compte.

## **Habiter la Terre ou la maison écologique à 50€ par mois**

Installée dans notre maison en Savoie depuis 2010, notre famille peut aujourd'hui faire un bilan des impacts de son logement sur l'environnement (biodiversité, gestion des eaux usées, des consommations d'eau, d'énergie...). Ce bilan est sans appel : l'ensemble des coûts de fonctionnement s'élèvent à 50€ par mois pour un confort (été comme hiver) remarquable et un impact environnemental minimaliste.

Comment cela est-il possible ? Quelles solutions avons nous mis en place ? Présentation et explication...

A noter que cette conférence peut être accompagnée à l'aide d'un documentaire de 1h04 que nous avons tourné avec un réalisateur (Hervé Magnin). Présentation possible donc en format "projection-débat"

## **Le plastique n'est décidément pas si fantastique !**

A en croire l'association WWF, nous consommons en moyenne l'équivalent d'une carte de crédit par semaine de plastique.... Cette contamination de notre corps pose de nombreuses questions sur ses origines, sur ses conséquences pour notre santé et sur les moyens de la limiter....

Il est plus que temps de faire le point sur ce sujet émergent de santé environnementale !

## **Les PFAS, un sujet éternel et glissant...**

La mise sous les feux des projecteurs de la pollution par les PFAS dans le Rhône au sud de Lyon et dans l'eau du robinet des communes avoisinantes inquiète le public. Ces composés, dérivés du fluor, sont très largement utilisés pour leurs propriétés anti adhésives (dans les ustensiles de cuisine notamment)... Mais leurs risques pour la santé et l'environnement et leur caractère indestructible (on parle des "polluants éternels") questionnent. Un sujet pourtant ancien qu'il convient urgemment de mettre sur le devant de la scène !