

En bref

Les poissons sauvages de plus en plus rares et chers

Alors que les réserves de poissons sauvages s'épuisent (90 millions de tonnes pêchées en 1990, contre 19 millions en 1950), que le prix du cabillaud a grimpé de plus de 30 % et celui du colin d'Alaska de près de 20 %, le label Marine Stewardship Council (MSC) garantit une pêche durable où les prélèvements respectent la capacité de reproduction des espèces. Le logo

bleu se développe partout dans le monde, mais reste méconnu en France, où aucune pêcherie n'a encore adhéré à la démarche. C'est donc avec un certain esprit d'avant-garde que la marque de surgelés Findus adopte le logo international sur des produits de la mer.



Mode d'emploi du paiement par carte hors zone euro



de 39 banques, à l'étranger hors de la zone euro, il est plus judicieux de régler ses achats par carte bancaire plutôt que de retirer des espèces au distributeur. Les banques appliquent,

selon une étude comparative de l'association Consommation, logement et cadre de vie (CLCV) sur les tarifs

en effet, sur les retraits d'argent des tarifs de deux à trois fois plus élevés par rapport aux paiements directs (soit un minimum de 3 €).

De la lingerie légère pour l'après-chirurgie

Après une mammectomie, les femmes disposent désormais d'une troisième marque de lingerie adaptée aux prothèses. La prouesse de la créatrice, Bérengère Bachellerie, est d'avoir imaginé des modèles fonctionnels et féminins où rien ne blesse. Les armatures des soutiens-gorge sont remplacées par une large base en microfibre. Une viscose de bambou assure la douceur de la doublure, où sont prévues des ouvertures pour glisser une prothèse. Avec



DOC. OÉMÉE

sept parures, Oémée est encore un petit fabricant, arrivant derrière Amoenea (29) et Anita (25), leaders sur ce marché. Sa collection est en vente à L'Embellie, à Paris, un magasin dédié aux femmes traitées contre le cancer, et en ligne sur www.oemee.com.

Trois séances de sport cérébral par semaine

Shindo propose un nouveau programme d'entraînement destiné à travailler la plasticité cérébrale des seniors. Sous la caution d'une neuropsychologue, la méthode "Brain Tonic" évalue d'abord, par des questions, la tonicité cérébrale, avant de proposer des exercices choisis de manière aléatoire pour stimuler les cinq

fonctions cognitives : mémoire, langage, raisonnement, orientation et attention (DVD ou logiciel).

