

Si Simple



PARTICIPER À UN ESSAI CLINIQUE : EST-CE RISQUÉ ?

Les essais consistent à tester des médicaments avant leur mise en vente sur le marché. Ils sont très encadrés et les produits ont déjà fait l'objet de nombreux tests. Avant de commencer, le médecin effectue des examens pour s'assurer que vous ne risquez rien et que vous correspondez au profil recherché. Pendant toute la durée de l'essai, et après, vous êtes pris en charge par une équipe médicale. Si vous êtes un volontaire sain, c'est une démarche d'intérêt général qui peut être rétribuée, sous certaines conditions. Pour les malades, c'est l'occasion d'avoir accès à de nouvelles molécules. Vous pouvez changer d'avis et interrompre l'essai à tout moment. Vous bénéficiez aussi d'un droit d'accès aux conclusions. « Ces essais permettent d'améliorer l'efficacité des traitements », précise le Pr Patrice Jaillon, président du Centre national de gestion des essais de produits de santé (Cengeps). Infos : www.notre-recherche-clinique.fr

Bêcher sans bouleverser le sol

Les micro-organismes vivant à 30 cm de profondeur nourrissent les plantes. Bêcher en retournant la terre est donc inutile et fatigant. La solution, c'est la grelinette ! Cette fourche doit son nom à son créateur, André Grelin. Avec ses deux manches et ses dents (3 ou 5 selon les modèles), elle permet de bêcher sans effort et de ne pas retourner le sol. Utilisée en jardinage bio, elle s'appelle aussi Acti-Bêche, Aéro-Bêche, Biofourche, Biogrif, fourche à bêcher Ducoterre, Guérilu, etc. Autour de 90 €.

148 prima

J'AI L'IMPRESSION QUE MON CHIEN EST TROP GROS. QUE FAIRE ?

L'obésité engendre des problèmes de diabète, de tension et d'arthrite. Passez les mains sur les flancs de votre chien : si vous ne sentez pas ses côtes, c'est qu'il est en surpoids. Le vétérinaire déterminera son niveau de surcharge pondérale et prescrira, si besoin, une nourriture adaptée – croquettes light, par exemple. Un chien a aussi besoin d'exercice et d'une existence... canine ! La promenade de fin de journée ne suffit pas. Quelle que soit sa race, le chien a besoin de se dépenser. Enfin, supprimez les bonbons : une alimentation équilibrée le dispense de croûtes de fromage, de sucre et même de friandises spécialisées.

Pour les Parisiens, **Animal Expo**, le salon des animaux de compagnie, se tiendra les 16 et 17 octobre au Parc floral de Paris, au bois de Vincennes. Tél. : 01 49 52 14 00, www.animal-expo.com

