

PROGRAMME CONFÉRENCES-DÉBATS UPO 2017/2018

Une thématique au cœur de l'actualité que l'Université Populaire vous propose sous différents regards
BON APPÉTIT !

11 Octobre 2017

Film: Le potager de mon grand-père de Marin Esposito

Sélection officielle, hors concours au festival international du film d'environnement en 2016.

Chez son grand père, Martin est venu se ressourcer, aider et partager des moments de vie.

L'aïeul lui transmettra son savoir, un peu de ses et les secrets de ce potager cultivé par amour pour sa femme disparue. Issu de cette génération fast-food, Martin prendra conscience de la valeur de ce précieux héritage. Ce film est un hymne à la vie et à cette nature que nous devons protéger

22 Novembre 2017

L'homme et l'agriculture que reste-t-il de nos amours

L'agriculture a longtemps été considérée comme le plus grand bienfait de l'humanité les agriculteurs nourrissent le monde, de nos jours, une remise en cause de certaines pratiques

(pesticides, élevage industriel, OGMs..) a terni cette image. Comment en est-on arrivé à ce désamour

Au cours de cette conférence, seront abordés : les progrès de l'agriculture, des origines à nos jours les dérives de l'agriculture productiviste les solutions possibles pour une agriculture plus respectueuse de l'environnement et de la santé humaine.

Thierry HUGUET , Directeur de recherches au CNRS, en retraite.

10 Janvier 2018

L'alimentation comme première médecine : le cocktail de longévité

Si le vieillissement est inéluctable, mal vieillir ne l'est pas. Bien vieillir repose sur un ensemble de concepts centrés sur la conservation d'un mode de vie sain. Outre les activités physiques et sociales qui conditionnent la qualité du vieillissement, la nutrition occupe une place prépondérante dans les facteurs environnementaux qui influencent notre santé. De nombreuses études épidémiologiques ont souligné le lien entre nutrition & santé chez la personne vieillissante. La nutrition influence la durée et la qualité de vie et le vieillissement intervient sur le statut nutritionnel.... objectif "ajouter de la vie aux années" et ainsi prévenir les troubles et les maladies de l'âge.

Marie-Laure HUBERT , Docteur en pharmacie et consultante en nutrition.

21 Février 2018

Vous avez dit microbiote :

quelle est l'incidence des micro-organismes qui siègent dans notre intestin.

L'intestin: 300 m² de surface, 100 000 milliards de bactéries, 10 à 100 fois le nombre de cellules de notre corps, 800 à 1000 espèces bactériennes différentes, 1 à 2 kg soit 40 % du poids fécal, un répertoire génique 100 fois supérieur au génome humain... Impossible aujourd'hui d'ignorer cet organe et son écosystème avec lequel nous vivons. La coopération entre le microbiote intestinal et son hôte humain, profitant à chacun, en fait un excellent exemple de mutualisme. Le microbiote intestinal exerce des fonctions physiologiques. Il s'installe dès la naissance, évolue tout au cours de la vie sous l'influence du mode d'accouchement, de l'environnement, de l'hygiène de vie et surtout de l'alimentation. Choyer et renforcer le microbiote par de bonnes habitudes alimentaires permet de préserver notre capital santé. La santé et le bien-être passent donc sans conteste par l'intestin

Didier CHOS, Président de l'Institut Européen en Diététique et Micro-nutrition

11 Avril 2018

Produire local pour manger local

cet objectif tend à se généraliser dans une majorité de lieux, urbains ou ruraux depuis les années 2010 en particulier. il correspond à la montée en puissance d'interrogations autour de la qualité de notre alimentation par des mangeurs soucieux d'y mettre des valeurs environnementales, sociétales ou patrimoniales. le terme de "local" est ambivalent mais se retrouve dans toutes les démarches qui tendent à se multiplier

Madame Margetic ,institut de géographie et d'aménagement régional de l'université de Nantes

16 Mai 2018

L'évolution récente de la gastronomie

Une grande révolution culinaire a eu lieu dans les années 1970, initiée par de jeunes chefs devenus des célébrités Chapel, Troisgros, Bocuse et Guérard mouvement que les critiques Gault et Millau ont appelé La Nouvelle Cuisine qui va découvrir en Asie la cuisine asiatique et met la gastronomie française sur le devant de la scène. Ensuite, les progrès techniques vont permettre aux cuisiniers d'innover durant la fin du XXe siècle. Au début du XXIe siècle, la standardisation du goût chez les consommateurs et l'oubli de la saisonnalité incitent de plus en plus des chefs à revenir vers une cuisine de produits et de saveurs.

Sérolène LEFEVRE, historienne des nourritures et du gout