## LE BIO ? POURQUOI ?

**Les aliments Biologiques nous apportent** **20 à 30 % de valeur nutritive supplémentaire** par rapport aux aliments conventionnels et des « tonnes » de toxines, métaux lourds en moins à éliminer. D’après les études faites en Bioélectronique de Louis Claude Vincent : une carotte bio va avoir un excellent équilibre acido-basique alors que la carotte industrielle de culture classique (avec traitements chimiques divers et variés et sur un sol appauvri) présente un caractère délétère avec un très mauvais équilibre acido-basique.

Eviter tous les produits industriels, raffinés, avec conservateurs, additifs, colorants… , de culture conventionnelle avec pesticides et herbicides, engrais chimiques, glutamate (exhausteur de goût, cancérigène). Tous sont très acides pour le corps et toxiques à terme.

L’argument le plus évident est le goût : notre palais sent bien la différence.

Le Bio c’est aussi un mode de culture qui respecte la terre, l’environnement, la faune, la flore et l’homme. D’ailleurs le Bio devrait être la norme et le mode de culture avec traitements chimiques, pesticides, herbicides… devrait être indiqué « Attention Dangereux pour la santé, à consommer avec modération, produits chimiques dangereux !»…

Le mieux étant d’avoir son propre potager et d’échanger avec nos voisins de bons légumes, quand c’est possible. Ce n’est pas la tendance, encore que… A chacun de faire ses expériences et trouver les meilleurs solutions localement.