

Mentions légales

Attention, vous allez rentrer dans des détails très très techniques. Mais c'est important car ces détails ont vocation à vous informer sur vos droits. Vous êtes prêts ? C'est parti !

Ces Conditions d'utilisation ont vocation à vous informer des conditions d'utilisation du site de la marque Flora que vous visitez actuellement, ci-après dénommé le « Site Flora ».

Le Site est édité par UBCSF, Société par actions simplifiée à associé unique au capital de 8.560.001 €, immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Nanterre sous le numéro 812 853 844, et dont le siège social est situé au 20 rue des Deux Gares, CS 90056, 92842 Rueil-Malmaison Cedex. Le responsable de la publication est Rogier Smeets.

Lisez ces mentions légales attentivement avant d'utiliser ce site internet afin de prendre connaissance des conditions d'utilisation. Nous pouvons être amenés à en modifier le contenu par un simple chargement de nouvelles conditions d'utilisation.

Propriété du site

Le Site Flora est exploité par ou pour le compte de la société UBCSF.

Les informations, conseils et services contenus dans le Site sont destinés exclusivement aux personnes résidant en France métropolitaine.

Acceptation et modification des conditions d'utilisation

En accédant et en naviguant sur le Site, vous reconnaissez, en votre qualité d'utilisateur, avoir lu et compris les présentes Mentions Légales du Site Flora ainsi que les conditions spécifiques relatives à certains services de ce Site, et vous en acceptez les conditions sans limitation ni réserve.

UBCSF se réserve le droit, sans notification préalable, d'apporter à tout moment des modifications et des corrections au Site Flora et/ou aux présentes Mentions Légales, sans que sa responsabilité ne soit recherchée.

Propriété intellectuelle

Tous les éléments contenus dans ce Site Flora, y inclus notamment de manière non limitative les droits d'auteur et droits de marque, sur tous les textes, illustrations, photographies, logos, sons, logiciels et autres matériels sur le Site internet Flora sont la propriété d'UBCSF, de ses entreprises liées ou sont repris avec l'autorisation préalable du propriétaire concerné et sont à ce titre protégés par les droits de propriété intellectuelle, droit des marques, droit d'auteur ou autre. L'utilisation illicite d'un quelconque droit de propriété intellectuelle tel que défini ci-dessus et présent sur le Site internet est strictement défendue.

En conséquence, les éléments du Site Flora, en particulier les textes, illustrations, pictogrammes, photographies, programmes ne peuvent faire l'objet d'aucune utilisation, modification, altération, reproduction partielle ou totale et, plus généralement, d'aucune exploitation.

Il est notamment interdit de :

- Utiliser une copie, totale ou partielle, du Site Flora et/ou des marques qui y sont reproduites à des fins commerciales;
- modifier tout ou partie du Site Flora ou le reproduire sur tout support de quelque nature (y inclus notamment, un document papier, un blog ou le site internet d'un tiers).

Toutefois, vous êtes autorisés à télécharger, imprimer et/ou reproduire des éléments du Site Flora pour un

usage exclusivement privé sous réserve d'indiquer systématiquement toute mention de copyright ou autre droit de propriété intellectuelle figurant éventuellement sur la ou les pages du Site qui seront reproduites ainsi que la mention suivante sur chacune des copies que vous faites :
« Copyright © UBCSF. Tous droits réservés ».

Sécurité

Les bases de données d'informations susceptibles d'être constituées sur le Site Flora sont protégées. Toute extraction ou tentative d'extraction, totale ou partielle, est susceptible d'engager la responsabilité civile et pénale de tout contrevenant.

Liens

Le Site peut contenir des liens hypertextes vers d'autres sites qui ne sont ni exploités ni contrôlés par UBCSF. UBCSF ne peut être considérée comme responsable de ces sites, de leur contenu, leur conformité et exactitude, et de l'usage qui pourra en être fait par les utilisateurs.

Toute création d'hyperliens avec ce Site Flora est interdite sans accord préalable écrit d'UBCSF.

Limitation de responsabilité

Vous reconnaissez et acceptez qu'UBCSF ainsi que toute société ayant participé à la création, la production ou la livraison du Site Flora, ne pourra en aucun cas être tenue pour responsable d'un dommage quelconque (qu'il soit direct ou indirect, financier, moral, commercial ou autre) ou d'un virus qui pourrait affecter votre ordinateur ou votre matériel informatique suite à un accès, une utilisation, ou dysfonctionnement du Site Flora ou un téléchargement d'éléments quelconques du Site Flora.

UBCSF s'engage à faire ses meilleurs efforts pour assurer aux utilisateurs une accessibilité du Site Flora à tout moment. Cependant, UBCSF se réserve le droit d'interrompre ou de suspendre tout ou partie des fonctions du Site Flora sans aucune information préalable et/ou préavis. En aucun cas la responsabilité d'UBCSF ainsi que toute société ayant participé à la création, la production ou la livraison du Site Flora, ne pourra être engagée du fait de telles interruptions et/ou suspensions de tout ou partie des fonctions du Site Flora.

Divers

Dans l'hypothèse où l'une des dispositions des présentes Conditions d'Utilisation serait considérée illégale par une disposition d'ordre légal ou réglementaire, présente ou future, ou par une décision de justice, ladite disposition sera considérée comme étant non écrite, et toutes les autres dispositions conserveront force obligatoire entre l'utilisateur et UBCSF.

Les présentes Conditions d'Utilisation sont régies et interprétées selon le droit français. Tout litige portant sur l'application, l'exécution et/ou l'interprétation des présentes Conditions sera soumis aux tribunaux statuant dans le ressort de la Cour d'Appel de Paris.

En cas de non-respect d'une quelconque de ces Conditions, UBCSF se réserve le droit de poursuivre par tout moyen, le responsable de l'infraction, quelle qu'en soit la nature.

Mentions sanitaires

Manger et bouger font partie des plaisirs de la vie et peuvent vous aider, vous et vos proches, à rester en bonne santé.

Par des choix judicieux, cela contribue aussi à vous protéger de certaines maladies. Le Programme National Nutrition Santé propose des recommandations nutritionnelles tout à fait compatibles avec les notions de plaisir et de convivialité.

Chaque famille d'aliments a sa place dans votre assiette, et ce quotidiennement. Tous sont indispensables pour assurer un équilibre nutritionnel, mais la consommation de certains doit être limitée tandis que celle d'autres est à privilégier.

Comment faire en pratique ?

- Consommer au moins 5 fruits et légumes par jour, qu'ils soient crus, cuits, nature, préparés, frais, surgelés ou en conserve ;
- Manger du pain et des produits céréaliers, des pommes de terre et des légumes secs à chaque repas et selon l'appétit (en privilégiant les aliments céréaliers complets) ;
- Consommer 3 produits laitiers par jour (lait, yaourts, fromage) en privilégiant la variété
- Manger de la viande, du poisson (et autres produits de la pêche) ou des œufs 1 ou 2 fois par jour en alternance ; Penser à consommer du poisson au moins deux fois par semaine ;
- Limiter les matières grasses ajoutées (beurre, huile, crème fraîche, etc.) et les produits gras (produits apéritifs, viennoiserie, charcuterie, etc...) ;
- Limiter le sucre et les produits sucrés (sodas, boissons sucrées, confiseries, chocolat, pâtisseries, crèmes dessert, etc.) ;
- Limiter la consommation de sel et préférer le sel iodé ;
- Boire de l'eau à volonté, au cours et en dehors des repas ;
- Ne pas dépasser, par jour 2 verres de boisson alcoolisée pour les femmes et 3 verres pour les hommes (2 verres de vin de 10 cl sont équivalents à 2 demis de bière ou 6 cl d'alcool fort) ;
- Pratiquer quotidiennement une activité physique pour atteindre au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide par jour.