Bébé arrive, un cocon sans pollution

Contexte :

De nombreuses études soulignent aujourd'hui la plus grande vulnérabilité des femmes enceintes et de leur fœtus aux polluants environnementaux. En effet, les scientifiques s'accordent à dire que notre santé (maladies chroniques) se détermine en grande partie durant la grossesse et durant les 1 000 premiers jours de vie. Les polluants environnementaux (notamment les substances cancérigènes mutagènes reprotoxiques et les perturbateurs endocriniens) peuvent agir directement sur le développement du fœtus et parfois impacter les générations futures.

Plus concrètement, la future maman est exposée à des centaines de substances chimiques lors de sa grossesse (fumée de tabac, monoxyde de carbone, pesticides, éthers de glycols, bisphénols, phtalates, aldéhydes…). Ces polluants, multiples, peuvent être véhiculés par l'air intérieur, l'alimentation ou encore les cosmétiques…

Objectifs des ateliers

Face à ce constat, la Mutualité Française Île-de-France propose des ateliers à destination des futurs et jeunes parents ayant pour objectif de :

- Se familiariser avec les liens entre la santé et l'environnement intérieur, et en particulier aux sources d'exposition de son environnement intérieur (domicile) ;
- Mieux connaître les polluants de l'environnement intérieur et savoir dans quels types de matériaux ou produits ils se trouvent, pour mieux les éviter chez soi ;
- Prévenir les risques d'exposition en trouvant des solutions alternatives simples à mettre en œuvre ;
- Echanger à partir des expériences personnelles et s'en enrichir

Déroulement des ateliers

Durée : 2h

Intervenant : réseau d'intervenants de la Mutualité Française Île-de-France

Matériel : 1 ou 2 grandes tables + chaises

Contenu : à partir d'**outils facilitant l'immersion dans le quotidien** des futurs et jeunes parents (mallette Justin Peu d'Air, objets, etc), les participants sont invités à échanger sur les produits qu'ils utilisent et leurs pratiques quotidiennes (air intérieur, cosmétique, alimentation notamment).

Sans culpabilisation ni moralisation, les participants et l'intervenant échangent pour trouver des alternatives permettant de diminuer leurs expositions aux polluants en respectant les choix de chaque participant. Ces alternatives sont proposées soit par les participants eux-mêmes, ils témoignent ainsi de leur propre expérience ; soit par l'intervenant qui propose plusieurs alternatives (Supprimer la source d'exposition : fabrication de produits, Diminuer l'exposition : réflexion sur les usages et pratiques, Prioriser : réflexion sur les pratiques, etc.)