



wecf

France

| Construire avec les femmes un monde sain, durable et équitable

# Formation Nesting Périnatalité

CONTEXTE DE LA FORMATION  
ORGANISATION  
CALENDRIER, DEVIS et LIEUX  
PROGRAMME



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

## CONTEXTE DE LA FORMATION

### Pourquoi s'engager dans la formation Nesting ?

L'impact des polluants chimiques et physiques présents dans l'environnement intérieur de nos habitations est aujourd'hui reconnu par les autorités sanitaires françaises, européennes et internationales et semble même dépasser ce que les premières études avaient pu laisser imaginer. Heureusement, il est possible d'améliorer durablement la qualité de nos environnements intérieurs et d'abaisser le niveau d'exposition aux polluants afin de protéger la santé des plus fragiles.

**Protéger les enfants des expositions aux polluants de notre monde moderne est donc un défi pour les parents mais également pour tous les professionnel·les de santé qui les accompagnent.**

Une démarche de prévention dans le cadre de la santé environnementale ne peut se limiter à une démarche d'information ou de sensibilisation. Tout comme en tabacologie (ou dans la lutte contre les addictions), une véritable démarche d'accompagnement est souvent nécessaire pour mettre en place de nouvelles habitudes qui prennent en compte les liens entre notre santé et notre environnement. Or, la dimension psychologique et sociale de ces changements est trop souvent sous-estimée, par les acteurs de l'environnement comme par ceux de la santé.

**Les ateliers Nesting** ont été développés pour répondre de manière complète et appropriée :

- aux questions que se posent tous les publics et les femmes enceintes en particulier en matière de réduction des expositions aux substances dangereuses
- à l'accompagnement au changement de comportement des populations exposées s'appuyant sur des propositions de solutions concrètes (alternatives, évictions, substitutions)
- aux besoins de formation des professionnelles de la santé, de la périnatalité et de la prévention

### Animer les ateliers santé-environnement de Wecf France

Lieux de rencontre, d'échange et d'apprentissage, les ateliers santé-environnement de Wecf France ont pour mission d'informer les publics et de les accompagner afin qu'elles-ils deviennent des actrices et acteurs averti·es de leur santé.

**Les ateliers Nesting ont pour objectifs de :**

- Familiariser les futurs et jeunes parents aux risques pour la santé qui proviennent de l'environnement intérieur
- Les aider à trouver des alternatives plus saines et des moyens pour prévenir ces risques
- Motiver les participant·es à agir, en échangeant sur leurs expériences personnelles

Ces ateliers interactifs utilisent divers jeux et exercices pour informer mais aussi pour inciter les participant·es à partager leur expérience personnelle et leurs connaissances.

Les ateliers permettent de nouer un contact direct avec les parents, de les rassurer en leur proposant des alternatives sûres et faciles à mettre en œuvre pour la protection de la santé des jeunes enfants.

### **Nesting : un projet européen de WECF ( Women Engage for a Common Future )**

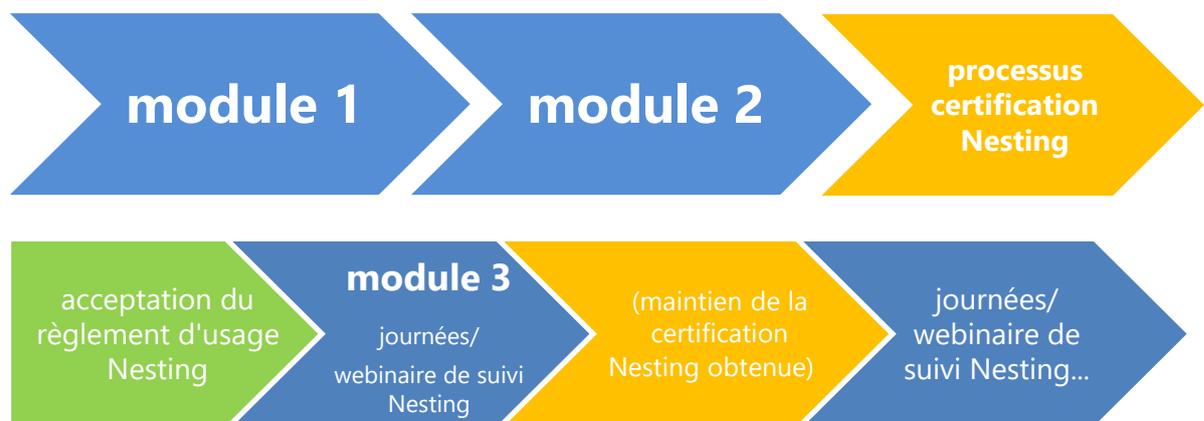
Nesting est un programme d'actions européen développé par l'ONG WECF\* depuis 2008 dans 8 pays.

Il a pour objectif de promouvoir la santé des nouveau-nés et des enfants en aidant leurs parents à créer un environnement intérieur sain.

\*WECF est un réseau international écoféministe de 150 organisations environnementales qui met en œuvre des projets à l'échelle locale et plaide pour des politiques de développement soutenable à l'échelle globale. <https://wecf-france.org/>

## ORGANISATION ET CALENDRIER DE LA FORMATION

# Organisation



La formation proposée se déroule en 3 temps :

**Le premier module** comprend le socle de connaissances. Il permet de maîtriser les fondamentaux de la santé environnementale. Il est validé par une évaluation écrite d'1 heure. Un temps dédié à cet exercice est prévu régulièrement lors des journées de formation continue ou lors du tutorat pédagogique en présence ou à distance.

**Le module 2** permet de maîtriser les outils pédagogiques et la posture nécessaires à l'accompagnement au changement de comportement et à l'animation des ateliers Nesting.

Suite à ces 2 modules, **5 ateliers Nesting de mise en pratique** doivent être animés par les stagiaires, dont 1 au maximum sera accompagné par l'équipe Nesting (tutorat).

WECF fournit un pack de mini-guides correspondant au nécessaire afin de valider les 5 ateliers de certification. Au-delà de ce forfait et pour tout besoin supérieur de documents (mise à disposition en salle d'attentes etc..) les structures peuvent être approvisionnées sur bon de commande /facturation.

**La certification d'animateur-ice Nesting** sera délivrée à l'issue de la formation complète (module 1 + module 2 + 5 ateliers dont 1 tutoré).

**Module 3, la formation continue Santé-environnement de WECF :**

**Les journées de suivi Nesting.**

Chaque année, Wecf France propose 2 sessions de formation continue sous forme de journées ou webinaires de suivi Nesting.

**La première session de formation continue du réseau des animateur-ices Nesting est comprise dans la formation initiale.** Cette session est à suivre par le-la stagiaire **dans les 6 mois suivant** la fin du module 2 et ne conditionne pas l'obtention de la certification Nesting.

**Ensuite, chaque session fera l'objet d'une inscription volontaire et sera facturée à l'animatrice.**

Les journées/ webinaires de suivi Nesting sont un temps primordial d'actualisation et d'approfondissement des connaissances mais aussi un temps de partage d'expériences avec des animatrices et animateurs plus expérimenté-es venu-es de la France entière.

Le titre d'animateur-ice Nesting ne peut être conservé et utilisé que si l'animateur-ice participe à au moins 1 session annuelle.

**Pourquoi ?** pour garantir à nos publics, partenaires et bailleurs, la qualité et l'actualité des informations délivrées durant les ateliers ainsi que le respect de la pédagogie Nesting.

La coordinatrice du réseau Nesting ou une référente Santé-environnement de Wecf France accompagne chaque stagiaire qui le souhaite vers la certification et peut conseiller la maternité ou la structure d'accueil dans la mise en place des premiers ateliers.

Durant toute l'année suivant la formation initiale, les stagiaires ont accès au forum des animatrices Nesting et à la boîte à outils, accessibles depuis la page Projet Nesting du site internet [www.wecf-france.org](http://www.wecf-france.org).

Le forum est un lieu d'échanges, d'informations et de questionnements exclusivement réservé aux animateur-ices du réseau Nesting ainsi qu'aux formateurs et formatrices Nesting.

**A l'issue des 2 premiers modules de formation, les animateur-ices et leurs employeurs sont invité-es à s'engager avec Wecf France via l'acceptation du règlement d'usage Nesting.** En rejoignant le réseau Nesting, les structures et leurs animateur-ices bénéficient des services fournis par l'association en appui à la démarche engagée « Nesting /en faveur de la santé-environnement ».

- Un forum interne dédié au réseau Nesting
- Un centre de ressources documentaires : la boîte à outils Nesting
- 2 sessions de formation continue par an pour les personnes certifiées ou en cours de certification (dont 1 obligatoire au choix par an) \*
- La fourniture des mini-guides et fiches, supports pédagogiques pour l'animation\*
- L'annonce des ateliers sur le site [wecf-france.org](http://wecf-france.org)
- La veille mensuelle d'actualité Santé-environnement de WECF et l'envoi d'informations sélectionnées en continue

\*ces prestations font l'objet d'une facturation. Une importante partie de la formation continue peut être prise en charge par l'OPCO à laquelle la structure cotise.

## DATES, LIEUX et PRIX

La formation initiale se déroulera aux dates suivantes :

- Mardi 11 et mercredi 12 janvier 2022
- Mercredi 2 et jeudi 3 février 2022
- Mercredi 2 et jeudi 3 mars 2022

Lieu : A définir

Prix : La formation est proposée au prix unitaire de **700 € par stagiaire**, l'ARS Pays de Loire prenant en charge une grande partie de la formation (le prix hors subvention de la formation Nesting est de 2 655€).

## PROGRAMME DE LA FORMATION NESTING PERINATALITE

### Objectifs généraux de la formation Nesting

- ✓ Être capable de répondre aux questions des femmes enceintes et jeunes parents concernant les expositions environnementales à risque et les moyens pratiques de les réduire
- ✓ Faciliter les changements de comportement et la prise en compte du développement durable au travers d'actions de prévention santé- environnement

### Module 1 : Contenu théorique de l'action de formation

#### Objectifs pédagogiques spécifiques

A l'issue de la formation, les stagiaires doivent

- Être capable de définir les concepts de santé environnementale, d'effet cocktail, de perturbateur endocrinien, de faible dose.
- Être capable de définir ce que sont les principes de précaution et de prévention.
- Être capable de décrire les raisons de la vulnérabilité des jeunes enfants et des femmes enceintes face aux pollutions environnementales.
- Être capable de citer plusieurs agents chimiques, biologiques et physiques et leurs impacts possibles sur la santé.
- Être capable de distinguer les labels de consommation présentant les cahiers des charges les plus fiables.

- Être capable de citer plusieurs mesures à mettre en œuvre afin de limiter l'exposition à divers agents pathogènes dans l'environnement de la femme enceinte, du jeune enfant et des publics vulnérables.

## Socle de connaissances en santé environnementale

Intervenant : Philippe Perrin

### 1<sup>ère</sup> JOURNEE THEORIQUE : Concepts généraux en santé environnementale

- **Introduction :**

Tour de table : présentation et recueil des attentes

Objectifs de la formation

Objectifs de la journée

- **Contexte :**

Salutogénèse

Le concept de santé environnementale

Une indispensable vision globale.

L'empreinte écologique

Le réchauffement climatique et la santé

- **Fragilité et santé des plus jeunes**

La fragilité du fœtus et du jeune enfant

L'évolution de notre environnement local

Les produits chimiques, la législation (REACH)

La période des 1000 jours

La Dohad (origine développementale des maladies)

Les perturbateurs endocriniens

- **Principaux concepts :**

La maladie événement plurifactorielle

La hiérarchisation des risques

Les effets cocktails

L'épigénétique

De la prévention à la précaution

Les diverses voies d'exposition

La notion de risque et de danger

Les notions de norme et de dose (modèle dose-réponse)

Evaluation et la gestion du risque

L'exposome

- **Bilan de la journée**

## 2<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE : Les différentes sources de pollutions et la réduction des expositions

- **Introduction**

Objectifs de la journée

Retour sur le premier jour de formation

- **Présentation du guide de l'animateur-ice**

- **Principaux concepts (suites)**

Le changement de paradigme

La contamination des populations

Notion de bioaccumulation

Les polluants organiques persistants

L'allaitement et les contaminants de synthèse

Les produits naturels pas toujours sans danger

L'évolution de l'état de santé des jeunes populations

Par secteur, quelques sources d'expositions à divers composés, leurs effets sur la santé et les moyens de les réduire dans l'environnement quotidien :

- **Les aliments**

Le microbiote intestinal

Les enjeux internationaux de l'accès à l'alimentation

Les additifs alimentaires, les arômes

Les emballages

Les résidus de pesticides

L'agriculture biologique

L'irradiation des aliments

- **Bilan de la journée**

## 3<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE : Les différentes sources de pollutions et la réduction des expositions

- **Introduction**

Objectifs de la journée

Retour sur les 2 premiers jours de formation

- **L'eau**

Les enjeux internationaux de l'accès à l'eau

La consommation d'eau

L'eau virtuelle

Quelques polluants et composés (composés chlorés, plomb, nitrates, calcaire...)

Les systèmes de filtration

Eau et biberon.

- **L'air**

Le fonctionnement de l'appareil respiratoire  
Pollution de l'air  
L'air intérieur  
Le budget espace temps activité  
L'humidité (et les pollutions associées)  
Monoxyde de carbone  
Les oxydes d'azote  
L'ozone  
Les COV  
Les produits de décoration  
Le mobilier  
Les plantes  
Les produits ménagers  
Covid et environnement  
Le cercle de Sinner  
Faire ses produits ménagers  
L'hyperhygiénisme  
La ventilation

- **Bilan de la journée**

#### 4<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE : Les différentes sources de pollutions et la réduction des expositions

- **Introduction :**

Objectifs de la journée  
Retour sur les 3 premiers jours de formation

Par secteur, quelques sources d'expositions à divers composés, leurs effets sur la santé et les moyens de les réduire dans l'environnement quotidien :

- **Les cosmétiques**

Définition et enjeux  
Quelques éléments réglementaires  
Nouveaux nés et cosmétiques  
Quelques composés  
Faire ses cosmétiques  
Les labels de consommation  
Les changes pour bébés

- **Les vêtements, les jouets**

Quelques composés  
Les labels de consommation

- **Les rayonnements**

Les rayonnements ionisants (radioactivité naturelle et artificielle)

Les rayonnements non ionisants (portables, ELF, DECT, wifi...)

- **Conclusion**
- **Bilan de la journée**

## **Module 2 : Contenu pédagogique de l'action de formation**

### **Objectifs pédagogiques spécifiques**

A l'issue de la formation, les stagiaires doivent

- Être capable de décrire les étapes et conditions du changement de comportement humain dans le champ de la santé-environnement.
- Être capable de répondre aux questions des femmes enceintes et jeunes parents concernant les expositions environnementales à risque et les moyens pratiques de les réduire.
- Pouvoir faciliter les changements de comportement et la prise en compte du développement durable au travers d'actions de prévention en santé-environnement.
- Être capable d'animer un atelier de sensibilisation santé-environnement Nesting ou MA Maison MA Santé respectant la démarche pédagogique participative et inclusive de Wecf France.

### **Accompagner les changements de comportement en santé-environnement**

Intervenante : Emilie Delbays

#### **1<sup>ère</sup> JOURNEE PEDAGOGIQUE - L'atelier Nesting**

- Validation du cadre des attentes
- Tour de table **et retours sur le module 1**
- **Introduction :**

Présentation du programme et des objectifs à atteindre

- **Présentation de Wecf et du statut d'animateur-ice Nesting**

Les étapes de la certification Nesting

Les outils logistiques

- **Le projet Nesting et l'approche « atelier »**

L'étude d'impact des ateliers Nesting, éléments d'appui pour aborder la sensibilisation

Origine et concept

Rappel : La formation des adultes

Pédagogie participative « orientée solution »

Les « qualités » de l'animateur-ice

3 Postures en alternance : Expertise, animation et facilitation

- **Les outils pédagogiques Nesting**

Comment, pourquoi ?

- **Révisions : les messages-clés**

Quizz et fiches MA Maison MA Santé PNP

- **Mise en situation, ateliers en pratiques**

Animation de l'atelier et jeux de rôle par les stagiaires en alternance et en demi-groupe (adaptation en fonction des moyens logistiques et des besoins du groupe)

Retours et auto-observation des stagiaires sur leurs prestations

Points forts, axes de progression

Les phrases à dire ou ne pas dire

## 2ème JOURNEE PEDAGOGIQUE - Accompagner le changement

- **Introduction et éléments de contexte**

Wecf France et l'approche genre de la santé-environnement

*#santé communautaire #CARE # Wecf # Nesting*

- **Les bases du changement**

*Explorer et comprendre les enjeux psychologiques du changement autour de la santé-environnement.*

Animation / exploration des résistances : « Le changement... et moi ? »

Apports théoriques

Quelles conditions requises pour accompagner le changement de comportements ?

- **Comprendre les processus de changement**

*Apport de la psychologie sociale et de la sociologie pour mieux comprendre les processus de changement, individuels et collectifs*

Le processus du changement en 6 étapes appliqués à la santé-environnement

- **Les pièges de la santé-environnement**

*Approfondissement sur les résistances spécifiques (cognitives, émotionnelles et pratiques)*

Zoom sur les dissonances cognitives

D'autres pistes pour encourager les changements de comportement

Diffusion sociale du changement

- **Retour sur nos « 3 casquettes » : trouver sa posture d'accompagnement**

Application à un cas concret

- **Bilan de la formation - questionnaire**