



Construire avec les femmes un monde sain, durable et équitable

## FORMATION NESTING PERINATALITE

CONTEXTE DE LA FORMATION  
ORGANISATION  
CALENDRIER, DEVIS et LIEUX  
PROGRAMME



## DATES, LIEUX et PRIX

La formation initiale se déroulera aux dates et horaires suivants :

- Module 1 : les 6 et 7 septembre et 19 et 20 septembre 2022 pour la partie théorique
- Module 2 : les 13 et 14 octobre 2022 pour la partie pédagogique

Lieu : Nantes – 29 Quai François Mitterrand

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 2 650€).

## PROGRAMME DE LA FORMATION NESTING PERINATALITE

### Objectifs pédagogiques de la formation

- ✓ Etre 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 en santé environnementale

#### Avoir intégré :

- Les concepts-clé de la santé environnementale (Évaluation, gestion du risque...)
- Les voies d'exposition, les différentes familles de polluants et leurs mécanismes d'action
- Les alternatives possibles pour réduire l'impact des pollutions domestiques
- Les processus humains et outils d'accompagnement du changement de comportement favorable pour protéger sa santé et consommer responsable.

### **Pouvoir réaliser :**

- Des ateliers Nesting dans le cadre de son activité professionnelle auprès du grand public, des femmes enceintes et jeunes parents en particulier.
- Des séquences de sensibilisation à la santé environnementale dans le cadre des séances de préparation à la naissance et à la parentalité.

### **Pouvoir transmettre :**

- Les informations primordiales pour protéger le jeune enfant des expositions aux polluants de l'environnement intérieur.
- Des savoirs et compétences complémentaires dans les domaines de la prévention santé, du développement durable et de l'éco-citoyenneté.

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

### **Socle de connaissances en santé environnementale**

#### **1<sup>ère</sup> JOURNÉE THEORIQUE**

- **Introduction :**

Objectifs de la formation

Objectifs de la journée

- **Animation d'un atelier Nesting avec les stagiaires**

Avec une collègue animatrice Nesting expérimentée, échanges entre pairs

- **Introduction à la santé environnementale:**

Le concept de santé environnementale

La maladie, un événement plurifactoriel

L'évolution de notre environnement local

La nécessaire prise en compte de l'environnement global

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

- **La santé environnementale – nouvelle discipline:**

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

La contamination des populations

Le cas de quelques contaminants

- **Bilan de la journée**

## 2<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE

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

- **Le lien santé-environnement et pathologies**

L'évolution récente de l'incidence de différentes pathologies (infertilité, cancers, malformations...)

- **Le lien santé-environnement**

Les voies d'exposition

La nécessité de relativiser les expositions

La notion de risque et de danger

L'évaluation et la gestion du risque

Les effets cocktails

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

- **L'impact des produits chimiques ou de synthèse :**

Situation globale (état des écosystèmes)

Situation épidémiologique des enfants

La vulnérabilité des enfants et du bébé à naître

L'allaitement et les contaminants de synthèse

L'alimentation (les arômes, les additifs alimentaires, l'agriculture biologique)

Les produits naturels pas toujours sans danger

- **Bilan de la journée**

## 3<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE

- **La pollution de l'air intérieur :**

Notions d'épidémiologie

Quelques polluants et risques : aluminium, huiles essentielles, bisphénol A, pesticides, radon, métaux lourds (plomb, mercure...), phtalates, retardateurs de flamme, parabènes, triclosan, composés organiques volatils (benzène, éthers de glycol...), formaldéhyde, nanoparticules

Notion de bioaccumulation / Risque faibles doses / Notion de normes

- **Le cadre législatif santé-environnement :**

Principe de Précaution

Législation (REACH)

- **Les produits et les substances :**

Présentation de quelques catégories de substances avec pour chacun d'eux :

- caractéristiques et propriétés
- leurs éventuels usages dans le domaine des soins
- les risques sanitaires pour les fœtus et les jeunes enfants (et les risques environnementaux)
- les produits ou catégories de produits qui sont susceptibles de les contenir (produits de décoration, meubles, jouets, vêtements, produits ménagers, cosmétiques, alimentation, eau...)
- les moyens de limiter les expositions et diverses alternatives : alternatives et gestes sains

- Bilan de la journée

#### 4<sup>ème</sup> JOURNEE THEORIQUE

- **Introduction :**

Objectifs de la journée

Retour sur les 3 premiers jours de formation

- **Focus sur quelques sources majeures d'exposition :**

Les produits ménagers

Les cosmétiques

- **Le cas des rayonnements :**

Les rayonnements ionisants (radioactivité)

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

- Bilan de la journée

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

### Faciliter le changement en santé environnementale

#### 1<sup>ère</sup> JOURNEE PEDAGOGIQUE

- 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'animatrice Nesting**

**Les étapes de la certification Nesting**

**Les outils logistiques**

- **Construire une relation d'accompagnement**

*Explorer et comprendre les enjeux psychologiques du changement autour de la santé environnementale. Trouver sa propre posture d'accompagnant.*

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

Apports théoriques : Quelles conditions requises pour accompagner le changement de comportements ?

- **Changer son regard sur le 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 environnementale

Mise en pratique : décodage de situations concrètes

- **Les pièges de la santé environnementale**

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

Zoom sur les dissonances cognitives  
Comment éviter les pièges en animation d'atelier ?

- **Bilan de la journée**

## **2ème JOURNEE PEDAGOGIQUE**

- **L'étude d'impact des ateliers Nesting**

Éléments d'appui pour aborder la sensibilisation

- **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'animat.rice.teur

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

- **Bilan, tour de table final et perspectives**
- **Questionnaire de satisfaction**