



# Fees

Femmes enceintes  
environnement et santé



## Journée du Réseau ISÉE

*Pour un environnement favorable à la santé du jeune enfant*

# PROJET FEES en Île-de-France Femmes Enceintes Environnement et Santé



# Naissance du projet FEES



- **Contexte scientifique**
  - **Inclusion de la santé-environnementale dans les politiques publiques**  
Femmes enceintes et jeunes enfants identifiés comme des populations fragiles et vulnérables et publics cibles du PNSE2, puis PRSE2 Nord-Pas de Calais.
  - **Analyse de situation** : Besoin d'information sur la thématique ressenti par les professionnels de santé et de la périnatalité comme par les futurs et jeunes parents (enquête APPA, 2011)
- Mise en place en **2011** du **projet Femmes Enceintes Environnement et Santé** en ancienne région **Nord-Pas-de-Calais**, coporté par **l'APPA** et la **Mutualité Française Nord-Pas-de-Calais**

# Naissance et déploiement du projet FEES



- **2011** : Naissance du projet FEES en ancienne région Nord-Pas-de-Calais, coporté par l'APPA et la Mutualité Française HDF
- **2014** : Projet implanté en région Ile-de-France, coporté avec la Mutualité Française IDF
- **2016** : Développement du projet en région Centre-Val de Loire, en partenariat avec la Mutualité Française CVL
- **2017** : Début des actions en PACA en partenariat avec le réseau Méditerranée
- **2018** : Mise en place du projet en région Grand Est, en partenariat avec la Mutualité Française GE
- **2019** : Lancement du projet FEES en Occitanie en partenariat avec la Mutualité Française Occitanie



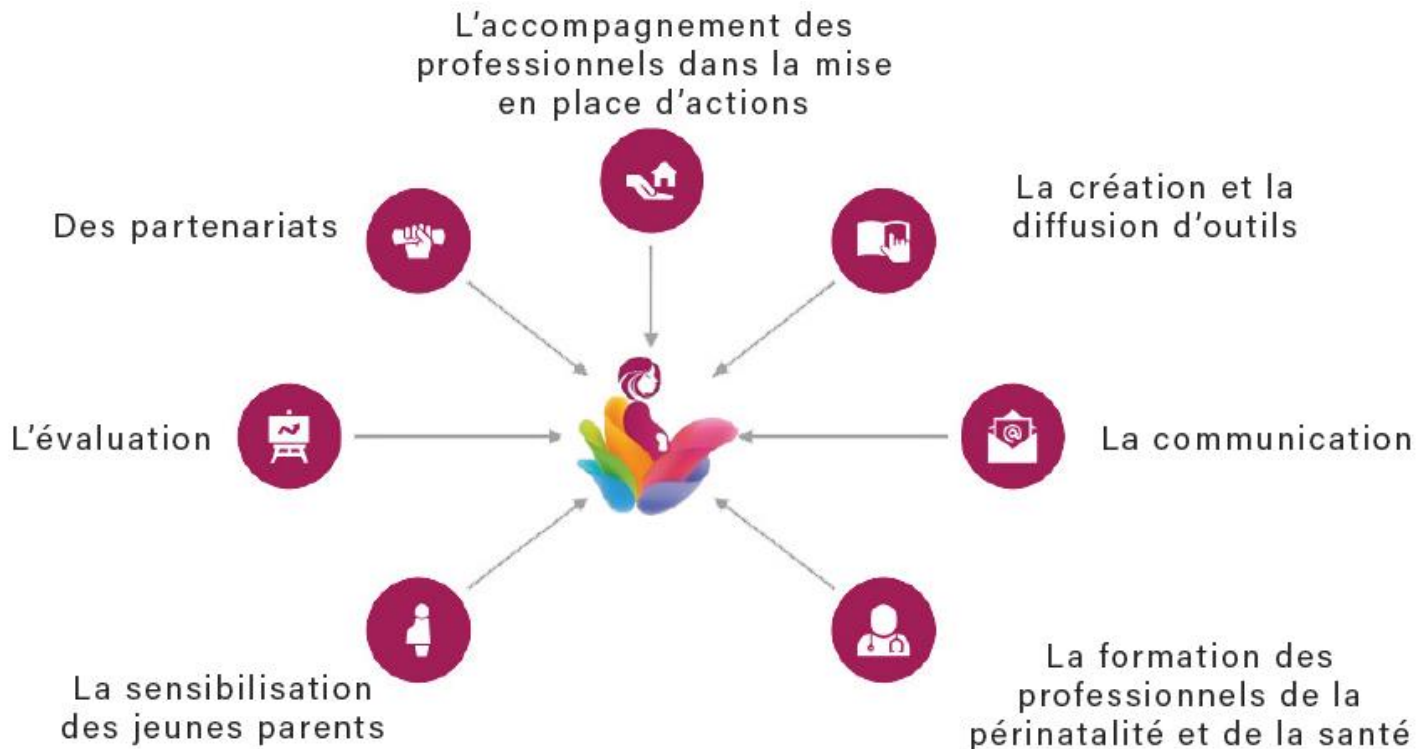
Fotolia © Brad Pict

# Projet FEES en IDF



## Objectif

**Diminuer l'exposition des femmes enceintes et des nourrissons aux polluants environnementaux présents dans l'air intérieur, l'alimentation et les cosmétiques**



# Formation des professionnels de santé



## Sessions théoriques

### « Air intérieur, alimentation et cosmétique »

#### Objectifs

- ✓ **Améliorer les connaissances** des professionnels de la périnatalité sur le lien existant entre l'environnement et la santé de la femme enceinte : qualité de l'air dans l'habitat, cosmétiques, alimentation et santé
- ✓ Permettre aux professionnels de la périnatalité de **relayer les informations** reçues aux femmes enceintes et futurs parents

#### Mise en œuvre

Formation de 1,5 jours comprenant 3 modules (qualité de l'air intérieur, alimentation et cosmétiques)

**Depuis 2014 : + de 250 professionnels formés en IDF**

**Partenaires** : Réseau de Santé Périnat Parisien, Réseau de Santé Périnat 92, Mairie de Paris, Conseils départementaux 93, 78 et 94, Institut Mutualiste Montsouris, Etc.

# Formation des professionnels de santé



## Sessions pratiques

### « Outils »

#### Objectif :

Initiation à la méthode de l'entretien motivationnel et présentation d'outils pédagogiques

#### Mise en œuvre :

Module d'une demi-journée

### « Ambassadeurs FEES »

#### Objectif :

Se familiariser avec des méthodes et des outils d'intervention pour relayer des informations sur le lien existant entre l'environnement et la santé de la femme enceinte et des jeunes enfants auprès des futurs et jeunes parents et des professionnels

#### Mise en œuvre :

Formation de 1,5 jours comprenant 3 modules (entretien motivationnel, outils ressources et actions possibles).

Pré-requis : avoir participé à la session théorique

# Qu'est-ce qu'un ambassadeur FEES ?



## De quoi bénéficie un ambassadeur FEES ?

Session de formation théorique FEES

Session de formation Ambassadeur FEES

Accompagnement personnalisé (méthodologique, technique...)

Mise à disposition d'outils

½ journée annuelle d'échanges et de partages

## Cela lui permet de :

**Relayer des informations** sur le lien existant entre l'environnement et la santé de la femme enceinte et du nourrisson :

**En individuel** auprès de futurs et jeunes parents

**En collectif** auprès de futurs et jeunes parents

Auprès de **professionnels de santé**

**Devenir un référent en santé environnementale !!**



# Les Ambassadeurs FEES



## Construction et suivi d'une communauté d'ambassadeurs FEES

### Objectifs

- ✓ Favoriser l'autonomie des professionnels formés dans la transmission d'information auprès des femmes enceintes et futurs parents
- ✓ Construire un réseau de professionnels expérimentés sur le projet FEES permettant son déploiement plus large sur l'Île-de-France

### Mise en œuvre

- Engagement des ambassadeurs FEES dans la mise en œuvre d'actions collectives
- Réunion de veille Ambassadeurs FEES (veille scientifique, partage d'expériences...)

**>> 1<sup>ère</sup> réunion prévue en janvier 2020**



# Les Ambassadeurs FEES



## Formation « Ambassadeurs FEES » - Bilan court terme 2018-2019

- ✓ 3 formations réalisées
- **37 professionnels formés**

### Résultats évaluation court terme (n=36)

- ✓ Satisfaction globale = **4,6/5**
- ✓ Utilité de la formation dans la pratique professionnelles : **4,4/5**
- ✓ Capacité à transmettre des conseils auprès des futurs et jeunes parents en individuel :  
5,1 >> 6,7 – **Evolution +1,6**
- ✓ Capacité à sensibiliser vos collègues et/ou vos homologues professionnels de santé :  
5,1 >> 6,7 – **Evolution +1,6**
- ✓ Capacité à animer des ateliers collectifs auprès des futurs et jeunes parents : 3,9 >>  
6,2 – **Evolution +2,3**
- ✓ Volonté de mettre en place une action de prévention à l'issue de la formation :  
**34 OUI / 2 NSP** → auprès de professionnels : **17 OUI**  
→ auprès de futurs et jeunes parents : **28 OUI**

# Evaluation à moyen terme réalisée auprès des professionnels formés en 2018



## Objectifs :

- ✓ Evaluer les connaissances retenues à distance de la formation (6 à 12 mois) et connaître les actions potentiellement mises en place à l'issue de la formation
- ✓ Entretien semi-directif permettant d'échanger sur les freins et leviers rencontrés lors de la mise en place de ces actions

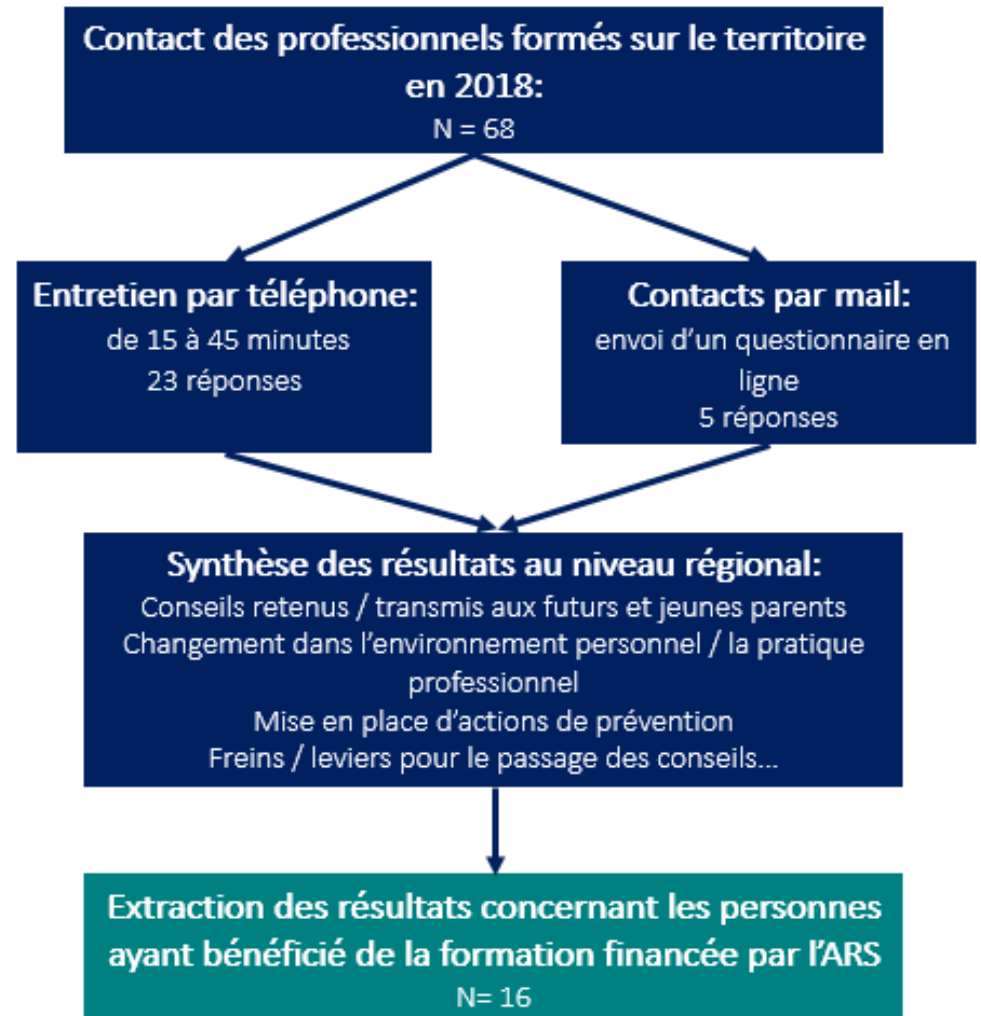
## Méthodologie :

**Entretiens semi-directifs par téléphone**

**Questionnaire par email** en cas d'indisponibilité du professionnel pour un échange téléphonique

L'étude s'est déroulée de **mai à juillet 2019**

Au total : **28 répondants**



# Evaluation à moyen terme : résultats



## Connaissances à distance de la formation

### → 27 répondants ont cité 3 conseils de prévention : 96%

- **QAI:** Aération / Ventilation (26 personnes), Aménagement de la chambre (14 personnes), parfums d'ambiance / aérosols (4 personnes)
- **Alimentation:** Choix des ustensiles de cuissons (3 personnes), Préparer les plats soi-même (2 personnes), Manger local / de saison (2 personnes), Lire les étiquettes (2 personnes)
- **Cosmétiques:** Limiter le nombre de cosmétiques / Hiérarchiser (8 personnes) / Produits bio / labellisés (3 personnes), composition des cosmétiques (3 personnes)

### → 18 répondants citent 3 conséquences des polluants de l'environnement sur la santé : 64%

- **Allergies** (citée 16 fois)
- **Perturbations endocriniennes** (citée 14 fois)
- **Cancers** (citée 9 fois)

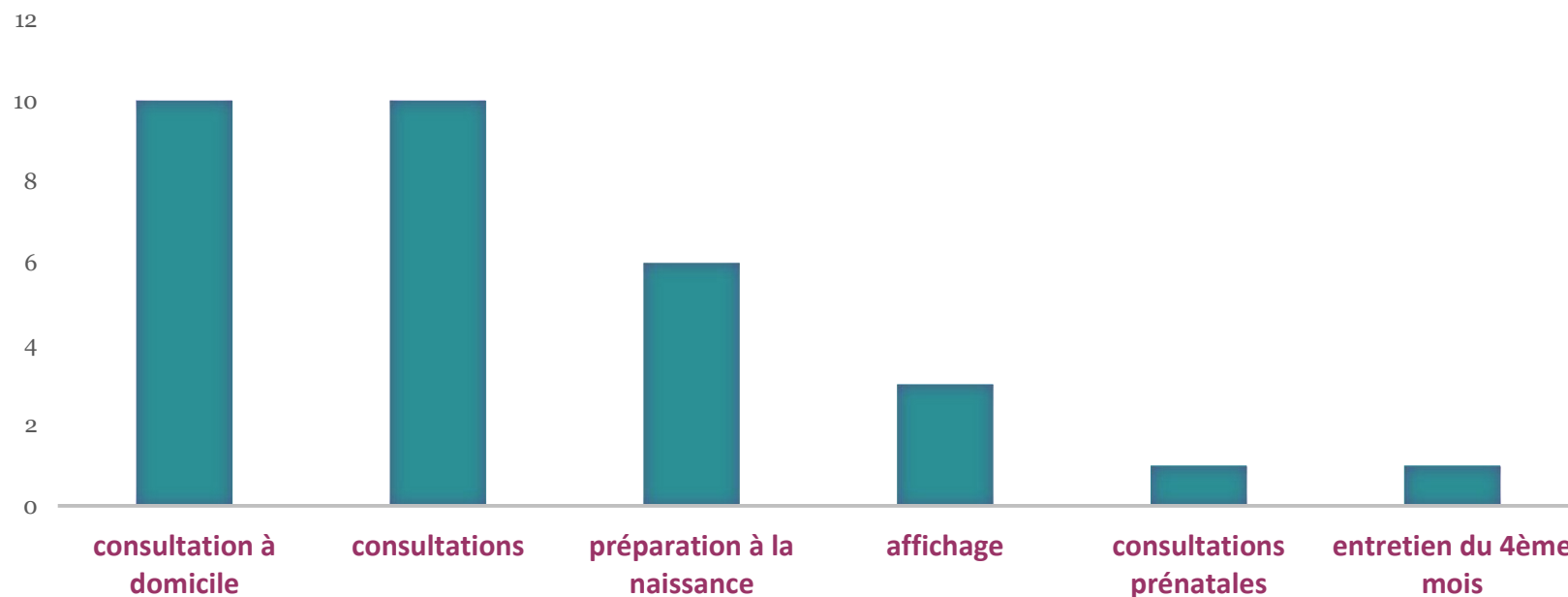
# Evaluation à moyen terme : résultats



## Transmission des gestes de prévention aux futurs et jeunes parents

→ 100% des répondants déclarent transmettre des gestes de prévention à leurs patients

### CIRCONSTANCES DE TRANSMISSION DES CONSEILS (N=28)

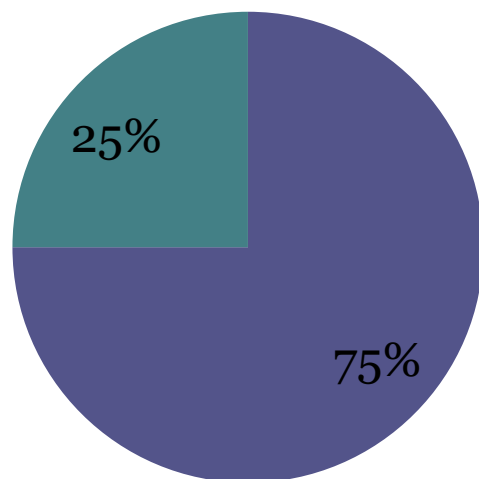


# Evaluation à moyen terme : résultats



## Transmission des conseils à leurs collègues

### TRANSMISSION DES CONSEILS AUX COLLÈGUES (N=28)



■ Oui  
■ Non  
■ NR

- Discussion informelle: 9
- Présentation des documents : 3
- Compte-rendu : 2
- Réunions : 1

→ 21 personnes transmettent des conseils reçus lors de la formation à leurs collègues

# Evaluation à moyen terme : résultats



## TRANSMISSION DES CONSEILS

### FREINS

**12 personnes éprouvent certaines difficultés à transmettre des gestes de prévention**

- Manque de temps
- Précarité des patients

### LEVIERS

→ La motivation des futurs et jeunes parents (demande d'infos, visites à domicile, médiatisation...)

→ Le rôle d'appui de la formation (côté pratique de la formation, outils, simplicité des conseils à transmettre, hiérarchisation des informations...)

# Sensibilisation des futurs et jeunes parents



→ Depuis 2014, + de 370 futurs et jeunes parents sensibilisés

## ATELIER « BÉBÉ ARRIVE, UN COCON SANS POLLUTION »

### Objectifs :

- ✓ 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

RENCONTRE SANTÉ

**Santé et Environnement**

Mardi 10 DÉCEMBRE 2019 de 9h30 à 11h

**La Serre Pouchet Centre Social et Culturel**  
5 bd du Bois Le Prêtre  
75017 Paris

Inscription GRATUITE  
+33 (0)6 16 21 46 58  
la-serre-pouchet-centre-social-culturel-paris.org

#Rencontresanté

**Les Partenaires :**

**BÉBÉ ARRIVE, UN COCON SANS POLLUTION :**  
Atelier pratique sur la qualité de l'air intérieur et l'aménagement de la chambre de bébé

- Comment diminuer l'exposition aux polluants dans le logement ?
- Conseils simples et pratiques
- Fabrication d'un produit d'entretien

# Site internet FEES



## Une page dédiée aux actions en région



### Formation

Professionnels de la périnatalité Retrouvez toutes les formations proposées dans votre région !

[En savoir plus...](#)



### Ateliers

Retrouvez la liste des prochains ateliers à destination des futurs et jeunes parents !

[En savoir plus](#)



### Accès réservé

Retrouvez les informations réservées aux professionnels formés FEES !

[Se connecter](#)

## 4 rubriques:

- Le projet en région Ile-de-France
- Les formations
- Les ateliers à destination des futurs et jeunes parents
- L'agenda

**+ Création d'un accès restreint régional**



# Page Facebook FEES



Facebook browser interface showing the FEES page. The browser address bar shows <https://www.facebook.com/projetfees/>. The Facebook navigation bar includes the logo, an 'Inscription' button, and fields for 'Adresse e-mail ou mobile' and 'Mot de passe', with a 'Connexion' button and a link for 'Informations de compte oubliées ?'.

The page header features the FEES logo and the text 'FEES - Femmes Enceintes, Environnement et Santé' with the handle '@projetfees'. A navigation menu on the left lists: Accueil, À propos, Photos, Mentions J'aime, Événements, Vidéos, Publications, and a 'Créer une Page' button.

The main content area displays a large illustration of a nursery with a crib, a changing table with teddy bears, and a mobile phone. Logos for 'APPA' and 'MUTUALITÉ FRANÇAISE' are visible in the bottom right of the illustration. Below the illustration is a 'Plus' dropdown and a 'Nous contacter' button.

A post from 'FEES - Femmes Enceintes, Environnement et Santé' is shown, dated '2 h · €'. The post text reads: **\*\*\* LES ATELIERS MAMANS, BÉBÉS, ENVIRONNEMENT ET SANTÉ POUR TOUT CONNAÎTRE DES POLLUANTS ET LES ÉVITER \*\*\***. The post content continues: 'Le 30 juin dernier s'est tenu un atelier Mamans, Bébé, Environnement et Santé : Merci aux futures mamans pour leur participation et leur bonne humeur !' and 'Durant cet atelier, les participantes ont pu poser toutes leurs questions concernant les produits ménagers, les produits de bricolage ou encore les produits cosmétiques pour bébé, et elles ont pu échanger des trucs et ast...'. A 'Afficher la suite' link is present. Below the text is a photo of a workshop with several women seated at a table.

The right sidebar contains a 'Communauté' section with a search bar 'Rechercher publications sur la Page', a 'PERSONNES' section with a right arrow, '274 mentions J'aime', an 'À PROPOS' section with a right arrow, and a 'PHOTOS' section with a right arrow. The 'À PROPOS' section includes the text: 'Le projet "Femmes Enceintes, Environnement et Santé" vise à diminuer l'exposition des futurs et jeunes parents aux polluants de l'environnement' and the URL 'http://www.projetfees.fr/'.

# Newsletter FEES IDF



Un fil d'informations : dédié aux professionnels formés de la région, envoyé 3x/an

- 24 juin 2019 :  
25 personnes
- 24 octobre  
2019 : 57  
personnes

Fil d'informations du projet FEES Voir la version en ligne



**Fil d'informations  
du projet FEES  
n° 2**  
*en région Île-de-France*

---

*L'APPA et la Mutualité Française Hauts-de-France se mobilisent depuis 2011 pour informer le grand public et les professionnels de santé et de la périnatalité sur les liens entre environnement et santé de la femme enceinte et du nourrisson via le projet FEES - Femmes Enceintes Environnement et Santé.*

*Depuis 2014, le projet FEES s'est implanté en Île-de-France, et c'est dans ce cadre que l'APPA et la Mutualité Française Île-de-France vous proposent de vous informer des actualités "FEES".*

*Votre mail a été intégré à notre listing en tant que participant à une session de formation sur la Santé-Environnement. Il vous est possible de vous désinscrire à tout moment en cliquant sur le lien en bas de ce mail.*

Dans ce numéro, découvrez les informations suivantes:

- Les formations proposées en région
- La session "Ambassadeur FEES"
- Des actualités en Santé-Environnement
- Les ateliers à destination des futurs et jeunes parents
- FAQ

Santé Publique France lance un site autour de la périnatalité



**Santé  
publique  
France**

Santé Publique France, agence nationale de santé publique, a pour mission d'améliorer et de protéger la santé des populations. C'est dans ce cadre que l'agence vient de mettre en ligne son site internet [Agir pour bébé](#). Ce site institutionnel donne des clés aux futurs et jeunes parents, pour créer un environnement favorable au développement de bébé, avec des conseils pratiques et informations scientifiquement validées. Il s'adresse aux futurs parents (la future mère et le futur père ou le/la co-parent(e)) ainsi qu'aux parents de nouveau-nés de moins de 4 mois. Il s'adressera à une cible plus large dans une prochaine version (parents d'enfants de 0 à 2 ans). L'objectif du site Agir pour bébé est d'informer les futurs parents et parents de nouveau-nés sur l'influence pendant la grossesse et la petite enfance des environnements (chimiques, physiques, sociaux, affectifs etc.) sur leur santé et celle de leur enfant.

[Lien vers le site](#)

**10ème congrès annuel en Santé-Environnement**

La SFSE (Société Francophone de Santé Environnement) organise un congrès en Santé - Environnement qui portera cette année sur les inégalités socio-environnementales de santé.

Il aura lieu les 27 et 28 novembre 2019 à l'Université Paris Diderot à Paris.

Retrouvez le programme de cet événement, le lien d'inscription ainsi que des ressources documentaires sur cette thématique en cliquant [ici](#).

# Mise à jour des fiches périnat' FEES



## HABITAT ET SANTÉ : LIMITER LES POLLUANTS DANS LA CHAMBRE DE VOTRE BÉBÉ

**Fees**  
Femmes enceintes  
environnement et santé

Le fœtus et le nourrisson, en plein développement, vulnérables aux polluants présents dans l'environnement, y compris à l'intérieur des logements.

### Puis-je peindre la chambre de mon futur bébé ?

La peinture peut émettre plus ou moins de produits chimiques nocifs pour la santé du fœtus. Il est donc **déconseillé à la femme enceinte** de peindre sa chambre de son futur enfant.

Et si vous passez le pinceau à un membre de votre entourage ?

C'est durant les premières semaines après la pose que les émissions de polluants sont les plus importantes... N'hésitez donc pas à **aérer beaucoup** plus pendant cette période et attendez 3 mois avant d'installer votre bébé dans une chambre refaite.

Les produits de construction et de décoration (peintures, vernis, colles...) sont munis d'une étiquette qui indique leur niveau d'émission en polluants volatils.

### Comment choisir des produits de bricolage moins polluants ?



**Préférez les produits étiquetés A+**, ce qui garantira une plus faible émission de polluants. Dans tous les cas, veillez à **aérer de façon plus importante** pendant les travaux !



Quels que soient les produits et matériaux utilisés :  
- Ne participez pas aux travaux pendant la grossesse  
- Attendez au moins 3 mois avant de faire dormir votre bébé dans une chambre rénovée.

### Quelle température idéale pour la chambre de bébé ?

Pour le confort et la santé de votre nourrisson, il est recommandé de surveiller la température de la pièce à **18 et 20°C**. L'hygrométrie (% d'humidité dans l'air) doit être **situer entre 40 % et 60 %** pour un confort optimal.

Pour éviter les intoxications au monoxyde de carbone, il est important de **faire vérifier chaque année** ses appareils à combustion (chaudière, poêle à pétrole...), de faire **ramoner mécaniquement** sa cheminée par un **professionnel qualifié** et surtout de ne **jamais obstruer** ses grilles d'aération.



## ALIMENTATION ET SANTÉ : LIMITER LES POLLUANTS DANS VOS ALIMENTS

**Fees**  
Femmes enceintes  
environnement et santé

Ce que mange la future maman influence le développement du fœtus, d'où la nécessité d'une alimentation équilibrée pendant sa grossesse. D'autre part, les aliments peuvent aussi contenir des polluants, potentiellement dangereux pour la santé de leur lieu de production ou de leur transformation et de préparation. En choisissant des aliments simples pendant la grossesse et lors de la préparation, on peut ainsi rendre l'alimentation de son bébé plus sûre et sans résidus dangereux.

### Comment bien choisir ses aliments ?

Évitez les plats préparés : quand c'est possible, préférez les repas en préparant vous-même les aliments, vous serez certaine que vos plats sont sains.



Ceci dit, certains produits du commerce sont très sûrs : les préparations destinées aux enfants de moins de 3 ans. Vérifiez le nombre d'additifs et le taux de pesticides sur l'étiquette.



**Lisez les étiquettes.** Bien souvent, plus la liste est longue, plus il y a de produits chimiques. On ignore parfois les effets sur la santé.



Lorsque cela est possible, préférez les produits bio. Ces filières utilisent moins de pesticides et sont plus contrôlées.

Les apports de la consommation de poisson (notamment en acides gras) sont très intéressants sur le plan nutritionnel pendant la grossesse et l'enfance, néanmoins cette consommation peut être exposée à des polluants.

L'Agence nationale de sécurité sanitaire de l'alimentation, de l'environnement et du travail recommande aux femmes enceintes, allaitantes et aux enfants de moins de 3 ans :

- De consommer **2 portions de poisson par semaine** dont 1 riche en oméga 3 (hareng, maquereau...)
- De limiter les poissons d'eau douce fortement bio-accumulateurs (anguille, carpe, silure) et les poissons prédateurs sauvages (thon, bar, lotte, dorade...)
- D'éviter le requin, l'espadon, le marlin, le ski et la lamproie.

Retrouvez toutes les recommandations sur le site de l'ANSES.



En variant son alimentation, ses lieux d'approvisionnement et en choisissant des produits bio, vous permettez à votre bébé de grandir dans de bonnes conditions.



## COSMÉTIQUES ET SANTÉ : LIMITER LES POLLUANTS EN CHOISSANT VOS PRODUITS COSMÉTIQUES

**Fees**  
Femmes enceintes  
environnement et santé

Quelques précautions doivent être prises concernant les produits cosmétiques, car les substances qu'ils contiennent ne sont pas toujours compatibles avec la santé de maman et bébé.



### Prendre soin de soi quand on est enceinte

#### Dois-je arrêter de me maquiller durant ma grossesse ?

Utilisez le maquillage avec modération, préférez-le naturel ou labellisé (attention toutefois aux allergies possibles). Limitez aussi l'utilisation de parfum, ou évitez de le mettre directement au contact de votre peau.

De manière générale, évitez les produits sans rinçage, plus facilement absorbés par le corps, ainsi que les produits en spray, qui peuvent irriter les poumons.

### Comment bien choisir mes cosmétiques ?

Pour hydrater votre peau, portez votre choix sur une huile végétale (1ère pression à froid en évitant les huiles végétales de Neem, d'Amande douce, de Nigelle et de Ricin) ou une crème labellisée (naturelle ou biologique), par exemple : Ecocert, BDIH, Natrue ou Nature et Progrès.



#### Quels sont les produits à éviter ?



Limitez les colorations pour cheveux et le vernis à ongles et évitez les huiles essentielles durant la grossesse.

En effet, certains produits peuvent passer la barrière placentaire et être néfastes pour le fœtus.

Ne dépassez pas la date de conservation indiquée sur l'emballage. Ce petit sigle vous indique combien de mois votre produit sera efficace et sans risque après ouverture (ici : 12 mois).



# Actualités nationales du projet FEES



## Séminaire FEES

➤ Juin 2020 en Ile-de-France



➤ Programme prévisionnel :

- Une ½ journée dédiée aux équipes FEES APPA-Mutualité Française des différentes régions : échanges de pratiques et veille scientifique
- Une journée à destination des professionnels formés et non formés au projet FEES et des partenaires du projet
  - Découverte du projet FEES / Mise à jour et approfondissement des connaissances
  - Table ronde : présentation d'actions menées suite aux formations FEES dans les différentes régions

**→ Appel à communication  
en janvier 2020**

# Actualités nationales du projet FEES



## Groupe de travail « publics vulnérables »



### Objectifs :

Réflexion sur les outils de prévention FEES : comment les adapter aux publics précaires / publics ne maîtrisant pas la langue française ?

### Programme envisagé pour l'année 2020 :

- ✓ Constitution d'un groupe de travail interrégional pour échanger sur la forme et le fond des outils envisagés
- ✓ Création des outils
- ✓ Test des outils auprès des publics cibles dans différentes régions

# Contacts



Aurore OLIVER – Mutualité Française Ile-de-France  
Cheffe de projets  
[aoliver@mutualite-idf.fr](mailto:aoliver@mutualite-idf.fr)



Mélie ROUSSEAU – APPA  
Sage-femme chargée de projets  
Coordinatrice nationale du projet FEES pour l'APPA  
[melie.rousseau@appa.asso.fr](mailto:melie.rousseau@appa.asso.fr)  
  
[projetfees@appa.asso.fr](mailto:projetfees@appa.asso.fr)

[www.projetfees.fr](http://www.projetfees.fr)