

## **1 000 PREMIERS JOURS : SITE INTERNET**

<https://www.1000-premiers-jours.fr/fr>



ARS Centre val-de-Loire  
13 octobre 2022

Agnès Verrier

Direction de la prévention et de la promotion de la santé

## UNE DEMANDE PORTANT SUR L'EXPOSITION AUX SUBSTANCES CHIMIQUES

### • **Plan d'action sur les perturbateurs endocriniens (SNPE2 et PNSP)**

« site internet sur les produits chimiques à destination du grand public recensant, en toute transparence, l'ensemble des informations qui leur sont utiles pour réduire leur exposition aux substances « dangereuses ».

### • **Saisine interministérielle 08/06/2018 - double approche**

#### **Populationnelle : Attention plus particulière aux personnes les plus vulnérables aux produits chimiques**

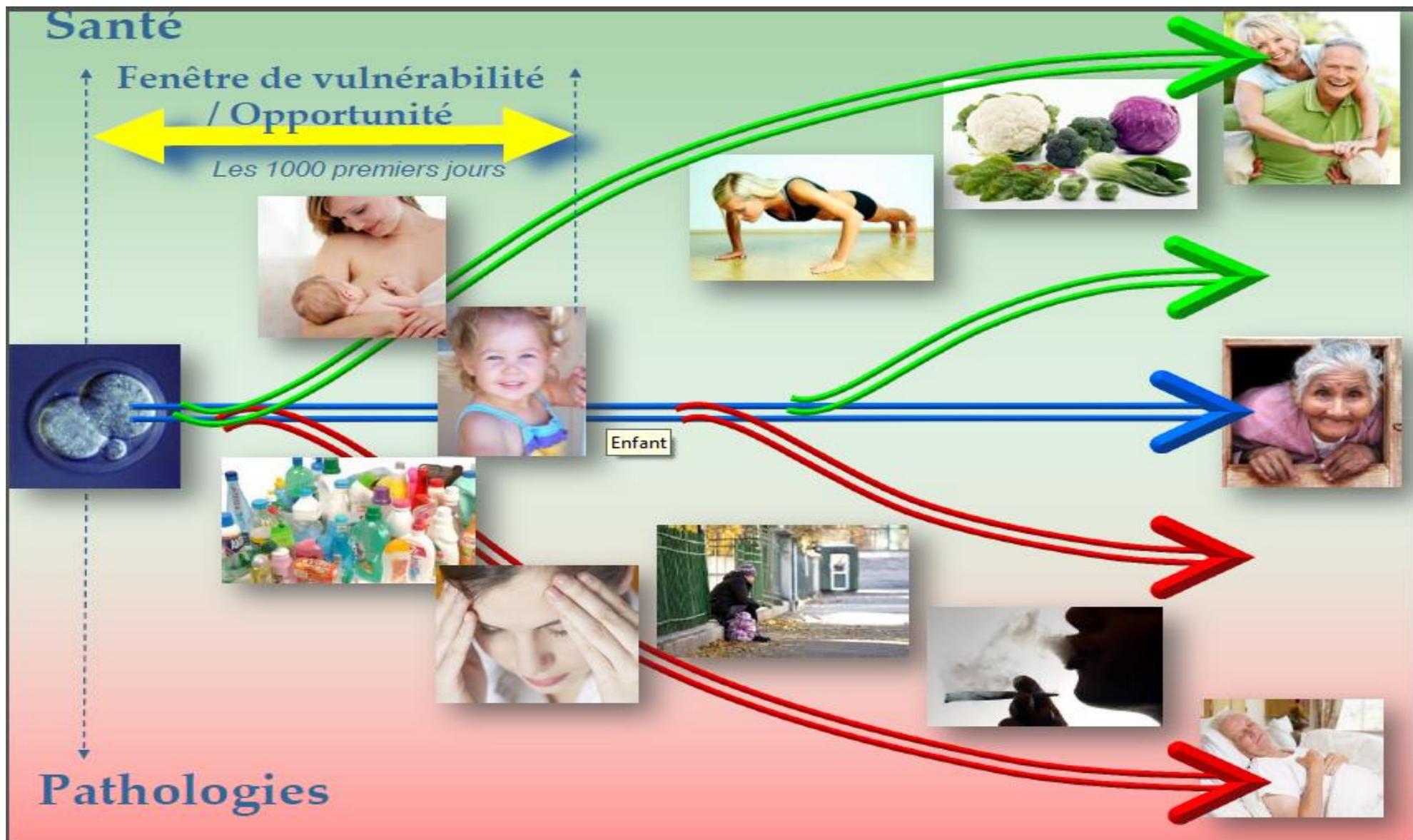
*« pour les personnes les plus sensibles, notamment les femmes enceintes et en âge de procréer, les parents, les enfants ainsi que les personnes qui n'ont pas de ressources suffisantes (connaissances, ressources financières) »*

**Par type de produits et type d'activités :** *« matériaux en contact avec l'alimentation, produits ménagers, vêtements, jouets, produits désodorisants, bougies, encens, pesticides, cosmétiques, produits d'hygiène » ; « bricolage, jardinage, ménage, utilisation professionnelle »*

#### **Approche non anxiogène, accessible à tous**

*« La tonalité des messages clés [...] proposer des solutions opérationnelles déployables dans la vie quotidienne et professionnelle » [...] « Utiliser un ton positif et non anxiogène, accessible et pédagogique » [...] « Baser les messages sur des éléments scientifiques, d'une part, et des sources institutionnelles autant que possible d'autre part » [...] « **Tenir compte de la balance bénéfiques / risques pour la santé** »*

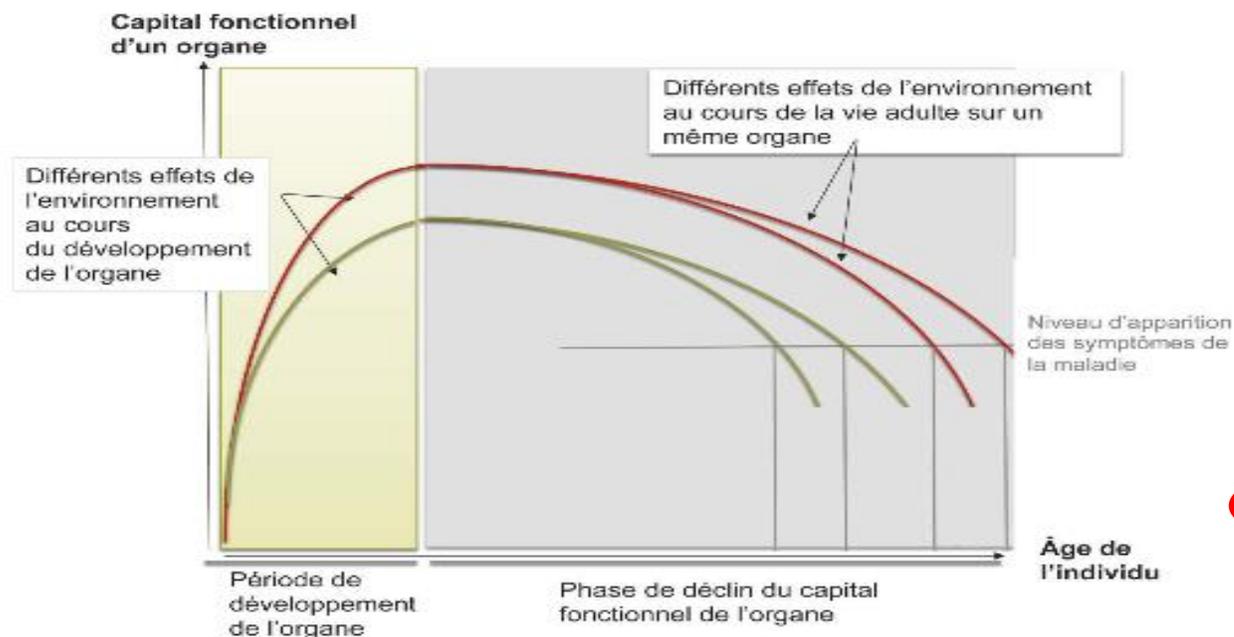
# UNE APPROCHE POPULATIONNELLE POUR PROMOUVOIR LA SANTÉ



# UNE PRÉVENTION PRÉCOCE FONDÉE: ORIGINES DÉVELOPPEMENTALES DE LA SANTÉ (DOHAD) ET ÉPIGÉNÉTIQUE

Certains pathologies trouvent leurs causes précoces dans la période périnatale et de la petite enfance

Effet de l'environnement tout au long de la vie sur le développement puis le déclin du capital fonctionnel d'un organe jusqu'à l'apparition éventuelle d'une maladie



Source : M. A. Charles, C. Junien, Les origines développementales de la santé (DOHAD) et l'épigénétique. *Questions de santé publique*. Iresp, N°18, septembre 2012

Causes précoces	Conséquences à l'âge adulte
Restriction de croissance intra-utérine, faible poids de naissance	Diabète de type 2, surcharge adipeuse abdominale, hypertension artérielle, maladies cardiovasculaires, maladie rénale chronique, bronchopathies obstructives
Diabète gestationnel, obésité maternelle pendant la grossesse, prise de poids gestationnelle excessive	Obésité, insulino-résistance, diabète de type 2
Prématurité	Retard cognitif et moteur, diabète de type 2, hypertension
Croissance post natale ralentie	Diabète de type 2, maladies cardiovasculaires
Croissance post natale excessive	Obésité, cancer
Exposition de la mère et du jeune enfant à des toxiques	Retard cognitif et moteur, obésité, puberté précoce, infertilité, cancer, hypertension, maladies cardiovasculaires
Infection maternelle pendant la grossesse, infections précoces de l'enfant	Asthme, maladies cardiovasculaires, autisme, schizophrénie
Situation psychosociale dans l'enfance difficile, carence affective	Retard cognitif et moteur, troubles émotionnels et comportementaux, obésité

Les investissements dans le développement du jeune enfant :

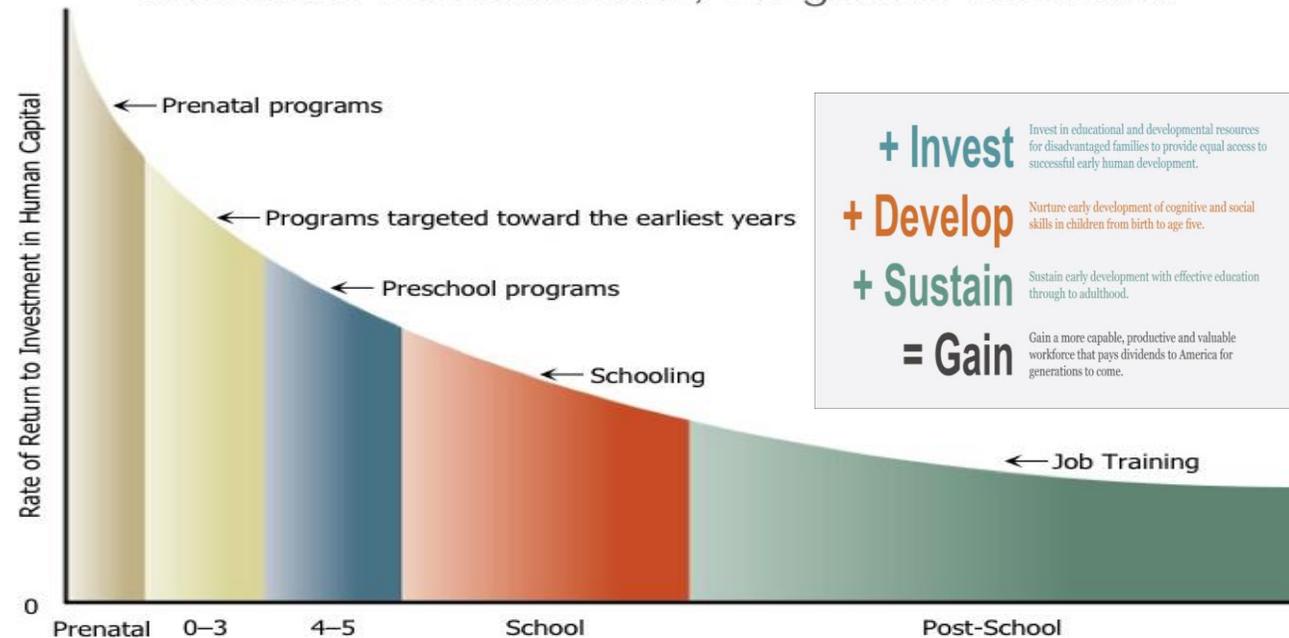
[...] investissements les plus efficaces que les pays peuvent faire en termes de :

- **réduction du fardeau des maladies chroniques chez les adultes,**
- **réduction des coûts des systèmes judiciaires et carcéraux**
- **permettre à un plus grand nombre d'enfants de grandir et de devenir des adultes en bonne santé, pouvant apporter une contribution positive à la société, socialement et économiquement »**

(ECDKN, 2007a; Engle et collab., 2007; Schweinhart, Barnes & Weikart, 1993; Schweinhart, 2004; Lynch, 2004)

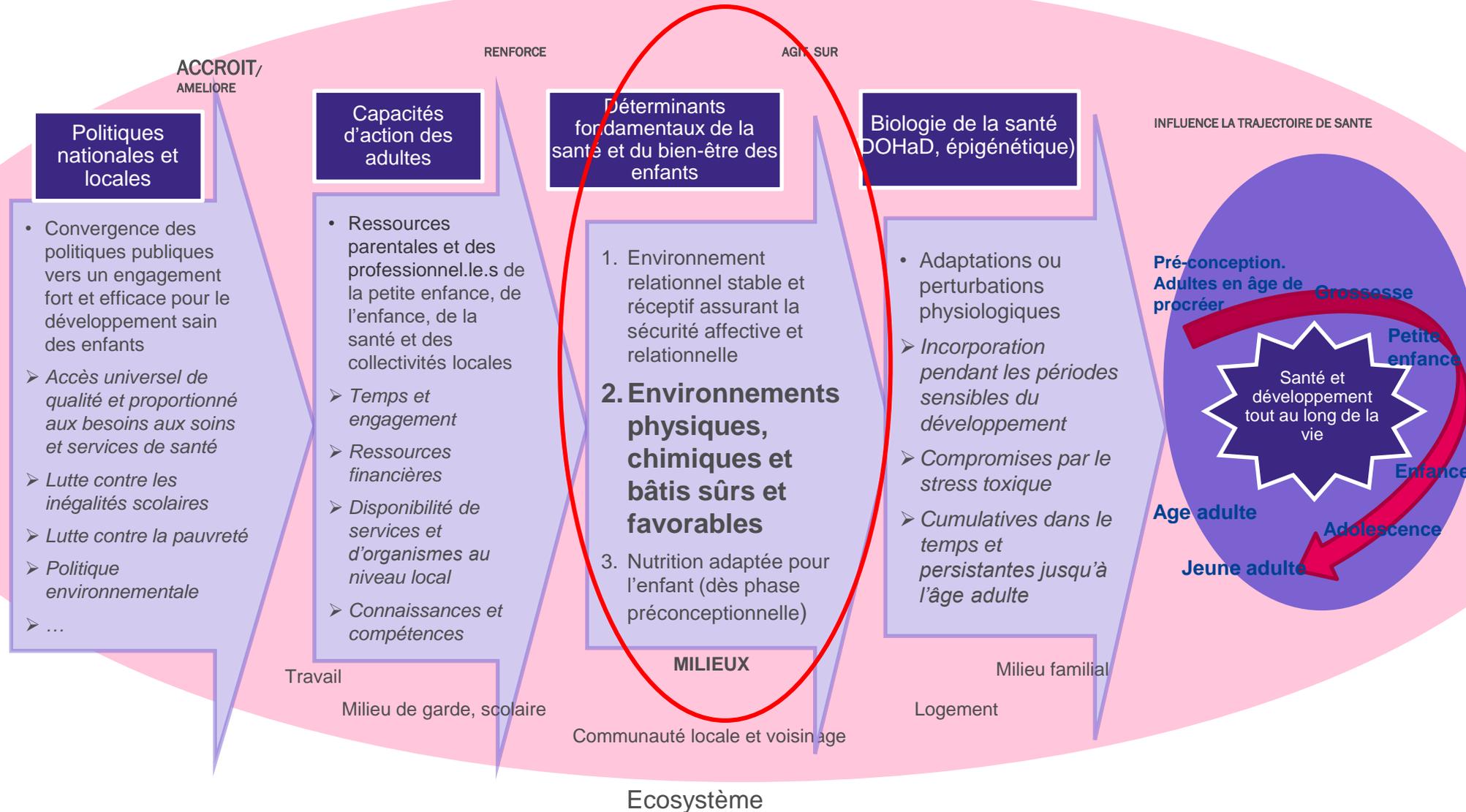
## EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT IS A SMART INVESTMENT

The earlier the investment, the greater the return



Source: James Heckman, Nobel Laureate in Economics

Modèle pour éclairer les stratégies et les politiques de la petite enfance. *Center on the developing Child*



## • Objectif général

Informers les futurs parents sur l'influence, pendant la grossesse, des environnements (entendus dans toutes leurs dimensions : affectifs, sociaux, physiques, chimiques...) sur leur santé et celle de leur enfant.

## • Positionnement

Autour de la grossesse (pré conception aux deux ans de l'enfant ) période des 1 000 jours : là où tout commence  
Période de vulnérabilité mais surtout d'opportunité

## • Périmètre

Les 3 déterminants fondamentaux de la santé périnatale :

- alimentation saine et appropriée et activité physique,
- environnements chimiques et physiques sûrs et favorables,
- bien-être émotionnel et relations sociales stables et attentives.

## • Ligne éditoriale

Approche soutenante, bienveillance et non culpabilisante

Accessibilité = littératie en santé (voir diapo suivante pour le texte)

Promouvoir la grossesse comme un événement de vie et non comme un événement médical

## • **KABP exposition aux substances chimiques au domicile lors des activités du quotidien**

**PROBLÉMATIQUE MAL IDENTIFIÉE** Pollution de l'air intérieur confondue avec la pollution atmosphérique

**NIVEAUX D'INFORMATION ET DE CONNAISSANCES DIFFÉRENT SELON LES SUJETS :**

- Assez bonne identification pour l'exposition alimentaire
- Moins bonne identification pour les produits cosmétiques (hormis risques d'allergie)
- Mauvaise identification pour les produits ménagers (plutôt risques liés à l'ingestion ou au contact cutané)

**CARACTÈRE ANXIOGÈNE**

- Multi-sources = un sentiment de complexité et de difficultés à se forger une opinion
- informations contradictoires, questions sans réponses claires, pas de solution proposée pour éviter le danger.

**BESOIN D'INFORMATIONS** argumentées, sûres, centralisées avec solutions pratiques et simples

## • **Communauté en ligne pour accompagner le développement du site**

**CO-CONSTRUCTION** 25 (futurs) parents en ligne (20 en métropole et 5 dans les DROM)

**17 SOLLICITATIONS**

- Page d'accueil
- Titre et contenu de rubriques
- Espace en pratique

# Les différents types de contenus

3 entrées complémentaires pour accéder aux informations et conseils

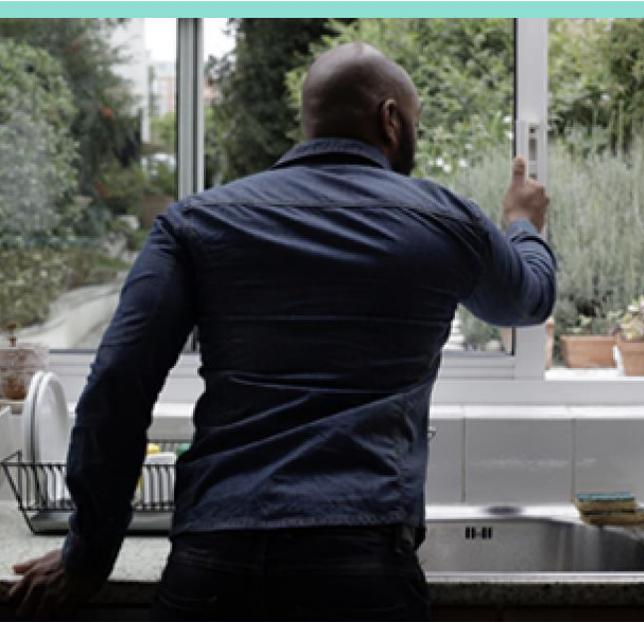
Renvoi vers la page 1000 jours

Entrée par les espaces de vie d'En pratique

Entrée par les Questions du moment

Entrée par les 4 rubriques

The screenshot shows a website page for '1000 premiers jours'. At the top, there is a navigation bar with the logo '1000 PREMIERS JOURS' and menu items: 'NOTRE PARENTALITÉ', 'NOTRE ENVIRONNEMENT', 'NOS SOUTIENS', and 'NOTRE ENFANT'. There is also a search icon and buttons for 'EN PRATIQUE' and 'QUESTIONS DU MOMENT'. The main header features a large image of a baby with the text 'LES 1 000 PREMIERS JOURS, LÀ OÙ TOUT COMMENCE.' and a sub-header 'De la grossesse à 2 ans, les 1000 premiers jours sont une période extraordinaire et déterminante.' Below this is a button 'EN SAVOIR PLUS'. The 'EN PRATIQUE' section has a sub-header and a paragraph: 'La grossesse et l'arrivée de bébé entraînent de nombreuses questions et interrogent nos habitudes de vie. En cliquant sur les objets des espaces du logement, nous obtenons pas à pas des conseils pratiques sur des sujets qui nous préoccupent : substances chimiques, accidents domestiques, virus, mais aussi bien-être, alimentation, relation avec bébé...' This section contains eight icons: 'CUISINE', 'REFRIGÉRATEUR', 'CHAMBRE', 'COIN BÉBÉ', 'SALON', 'ESPACE MÉNAGE', 'EXTÉRIEUR', and 'SALLE DE BAIN'. The 'QUESTIONS DU MOMENT' section has a sub-header and a featured question: '#Avant la grossesse' dated '29 JUILLET 2021' by 'Nadia - 26 ans - Projet d'enfant'. The question is: '« Nos résolutions pour la rentrée, avec mon conjoint, c'est de lancer le projet bébé ! J'ai envie de me préparer à la grossesse mais par quoi commencer ? »'. Below the question is a button 'DÉCOUVRIR LA RÉPONSE' and a link 'Voir d'autres questions'. At the bottom, there are four images representing different topics, each with a corresponding colored box: 'NOTRE PARENTALITÉ' (red), 'NOTRE ENVIRONNEMENT' (teal), 'NOS SOUTIENS' (orange), and 'NOTRE ENFANT' (blue).



## — ALLER VERS UN ENVIRONNEMENT SAIN —

- **Les gestes au quotidien**
  - Adopter les bons gestes pour améliorer son air intérieur
  - Eviter les microbes pendant la grossesse et les premiers mois de bébé
  - Se préserver des accidents de la vie courante avec des gestes simples
  - Repenser ses habitudes de course pour réduire l'exposition aux substances chimiques
- **Les sources d'exposition à la maison et leurs effets**
  - Connaître les allergènes pour mieux les éviter
  - Comprendre les étiquetages des substances chimiques
  - Ondes et rayonnements
  - Limiter les perturbateurs endocriniens, c'est possible.
  - Eviter une exposition au plomb
  - Connaître les substances chimiques de notre quotidien
- **Etre attentif hors de la maison (travail, voyage, loisirs)**
  - Favoriser un environnement professionnel sain
  - Adopter les bons réflexes en cas de températures extrêmes.
  - Prendre certaines précautions pour les voyages

Outil reprenant les informations des rubriques sous une forme plus **accessible et ludique**, au travers de 8 espaces, 180 objets, et plus de **300 conseils**.



## Le salon



Au clic sur un point rouge, des objets sont proposés

Dans un contexte de multi-exposition et une approche bienveillante => Tendre vers une sobriété d'exposition

## 1. Alerter sur les produits pouvant contenir des PE.



VERNIS À ONGLES

On limite le vernis à ongles (tout comme le maquillage et le parfum) quand on attend un bébé ou qu'on l'allaite.

Pourquoi ? Certains vernis à ongles peuvent contenir des substances chimiques nocives suspectées d'être des perturbateurs endocriniens ou des allergènes.

On laisse les ongles (des mains et des pieds) naturels pour aller à la maternité pour accoucher.

**Mais aussi...** contenants en plastiques, parfums, crème solaire, fond de teint, coloration, gel douche...

## 2. Valoriser des produits alternatifs.



VINAIGRE BLANC

On peut utiliser des produits traditionnels pour l'entretien de la maison (vinaigre blanc, bicarbonate de soude, savon noir...).

Pourquoi ? Ils contiennent peu de substances chimiques.

On respecte les conditions d'utilisation et on pense à aérer quand on fait le ménage.

**Mais aussi...** savon noir, bicarbonate, produits cosmétiques simple et naturel, contenants en verre, liniment oléo-calcaire, savon à base végétale.....

## 3. Promouvoir les gestes qui protègent.



LÉGUMES ET FRUITS

On lave puis on épluche les fruits et légumes avant de les cuisiner ou de les manger.

Pourquoi ? Afin de diminuer la quantité de substances chimiques, et notamment de pesticides, dans ce que l'on consomme.

Les aliments issus de l'agriculture biologique, « bio », et de l'agriculture raisonnée contiennent, en général, beaucoup moins de résidus de pesticides que les autres.

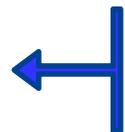
**Mais aussi...** Limiter les cosmétiques, limiter le nombre de produits ménagers, aérer, laver les textiles neufs...



10 OCTOBRE 2021

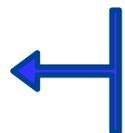
Brian - 25 ans - Projet d'enfant

Classement des questions par  
période de vie



En ce moment, on parle beaucoup des perturbateurs endocriniens, j'ai entendu dire qu'ils étaient dangereux pour les enfants. On essaie d'avoir un bébé, à quoi doit-on faire attention ?

Archivage des questions/réponses  
sous forme de **chatbot**



Les substances chimiques, comme les perturbateurs endocriniens, sont présents dans notre quotidien : les aliments, les produits ménagers, de bricolage, les vêtements, les cosmétiques, les meubles ou encore les appareils électriques. Pour les limiter, on peut par exemple réduire le nombre de produits utilisés, privilégier les labels environnementaux, choisir plutôt les produits avec des listes d'ingrédients courtes ou bien encore respecter les doses et conseils d'utilisation. Futurs maman ou papa, quand on a un projet de bébé il y a plein de gestes simples qu'on peut adopter.



Redirection vers des articles et  
vidéos internes ou externes



Pour en savoir plus, découvrez davantage de contenus sur le sujet :



Comment éviter  
les perturbateurs  
endocriniens ?



Les substances chimiques du  
quotidien

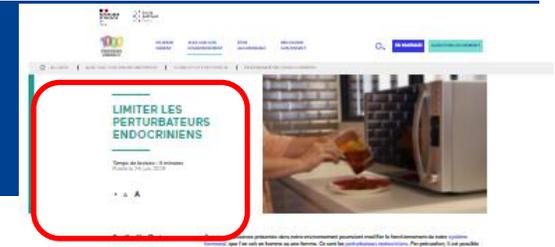
Les substances chimiques font  
partie de notre quotidien. On en...



ESPACE MÉNAGE



# FORMAT D'UN ARTICLE : PERTURBATEURS ENDOCRINIENS



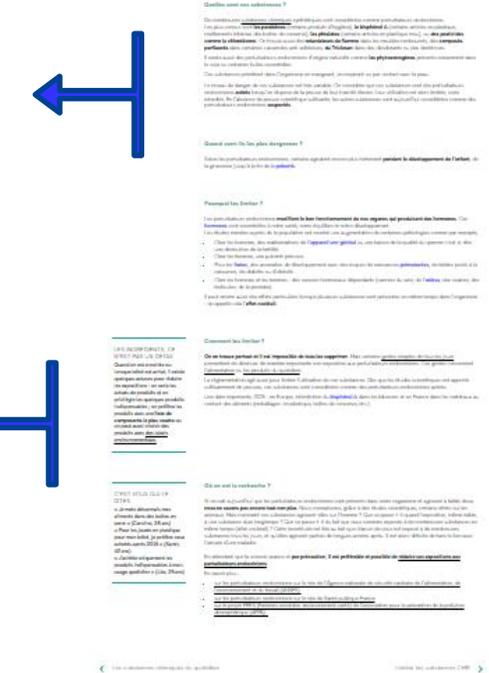
Titres commençant par un verbe à l'infinitif incitant à l'action, et des visuels réalistes  
« Limiter les perturbateurs endocriniens »

Vidéo animée évoquant les gestes à adopter pour limiter les PE



Paragrophes courts et simples, introduits par une question dont les réponses formulées avec des propos simples

- « Quelles sont ces substances ? »
- « Comment les limiter ? »
- « Où en est la recherche ? »

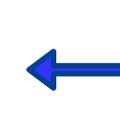


Des encarts pour des informations importantes ou spécifiques  
« Les ingrédients, ce n'est pas un détail »



Suggestions d'autres articles liés au sujet

- « Améliorer la qualité de l'air intérieur »
- « Les substances chimiques dans l'alimentation »



- Soutien financier d'actions du projet FEES depuis 2018



Exemples:

Journée nationale du projet le 25/03/2021

Guide Notre environnement, notre bébé, sa santé



- Soutien financier du déploiement des ateliers « Les écrans un temps pour tout » de l'AFPA



INTERAGIR AVEC VOTRE ENFANT  
L'AMÈNE À DÉVELOPPER SON LANGAGE, SON AUTONOMIE  
ET À DÉCOUVRIR SES ÉMOTIONS.



RÉPUBLIQUE  
FRANÇAISE

*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

1000

PREMIERS  
JOURS

Pour toute question, remarque,  
demande concernant le site :  
[contact@1000-premiers-jours.fr](mailto:contact@1000-premiers-jours.fr)



---

Les 1000 premiers  
jours, là où tout  
commence

---

**MERCI POUR VOTRE ATTENTION**

---