

FORMATION

Aux ateliers NESTING MA MAISON MA SANTE



SOMMAIRE

1. PRESENTATION DE LA FORMATION
2. PRESENTATION DES ATELIERS
3. ORGANISATION & CALENDRIER DE LA FORMATION
4. PROGRAMME
5. DEVIS
6. EQUIPE DE FORMATION

1. PRESENTATION DE LA FORMATION

Pourquoi s'engager dans la formation Nesting / MA Maison MA Santé ?

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·tes les professionnel·les 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 outils Nesting et MA Maison MA Santé 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 professionnel·les de la santé, de la périnatalité, de la prévention mais aussi des travailleuses et travailleurs sociaux, des élu·es et des collectivités

A qui s'adresse cette formation ?

La formation s'adresse aux professionnel·les qui souhaitent approfondir leurs connaissances en santé environnementale, intégrer des pratiques professionnel·les plus saines et de sensibiliser et accompagner le public dans des changements de comportement durables visant l'exclusion des polluants de leur environnement. Elle permet également à celles et ceux qui le désirent de devenir animateur·rice d'ateliers Nesting et Ma maison ma santé (MMMS).

Cette formation permet de renforcer les projets Santé environnement existants et vient également réduire les inégalités de territoire en développant les connaissances en santé environnementale au sein de diverses structures qui agissent au plus près du public cible.

2. PRESENTATION DES ATELIERS NESTING

Animer les ateliers Santé-environnement de WECF

Lieux de rencontre, d'échange et d'apprentissage, les ateliers santé-environnement de WECF ont pour mission d'informer les publics et de les accompagner afin qu'ils-elles deviennent des acteur-ices 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 femmes enceintes en aidant les parents à créer un environnement intérieur sain pour leur famille.

*WECF France est la branche française de WECF, un réseau écoféministe de 150 organisations dont le but est de "construire avec les femmes un monde sain, durable et équitable". www.wecf-france.org

Les ateliers « Ma Maison Ma Santé » ont pour objectifs :

- de sensibiliser tous les publics à l'impact de l'environnement sur la santé
- de permettre à chacun de développer vigilance et regard critique sur les produits de consommation courante
- d'aider à trouver des alternatives saines et économiques en respectant le rythme et les priorités de chacun(e).
- de favoriser l'implication des participants en s'appuyant sur l'échange de bonnes pratiques et d'expériences personnelles
- d'induire un changement de comportement basé sur l'action et le bénéfice à court, moyen et long terme.

L'atelier MA Maison MA Santé est un atelier thématique : 2 heures d'expression, de partage et de pratique sur un thème du quotidien

Chaque atelier-rencontre se décline selon les schémas d'animation conçus et expérimentés par WECF France et comprend :

- un tour de table des attentes et représentation de chacun
- un jeu de questions-réponses personnalisées
- la réalisation en commun d'une recette dans le thème du jour, à emporter chez soi

3. ORGANISATION ET MODALITES DE LA FORMATION



La formation se déroule normalement en 3 temps :

Le **1^{er} 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.

À la suite de ces journées, **environ 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 supports pédagogiques sont fournis sur bon de commande /facturation.

Le **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. **Chaque session fait l'objet d'une inscription volontaire et est 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'animatrice 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 accompagne chaque stagiaire qui le souhaite vers la certification.

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. 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'issu de la formation, les animateur-ices (et leurs employeurs s'il y a lieu) sont invité-es à s'engager avec WECF France via la signature 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 « Nesting /en faveur de la santé-environnement » engagée.

- 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://www.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

Où et quand ?

Module 1 (4 joursx7h) – théorie (en visio via Zoom) : 12 et 13 octobre / 23 et 24 novembre 2026

Module 2 (3 joursx7h) – pédagogie (en présentiel à Annemasse) : 07, 08 et 09 décembre 2026

Soit un total de 49h de formation

4. PROGRAMME DE LA FORMATION NESTING - MA MAISON MA SANTE

Objectifs généraux de la formation

- Être capable d'accompagner les changements de comportement en santé-environnement
- Être capable d'animer des ateliers de sensibilisation active en santé environnementale :
 - Des ateliers Nesting dans les structures de la petite enfance, les collectivités, les associations, les PMI et maternités
 - Des ateliers MA Maison MA Santé auprès du grand public et dans les structures de réinsertion et d'accompagnement social.

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.

<u>JOUR 1:</u> Concepts généraux en santé environnementale	<u>JOUR 2 :</u> Notions clés -Sources de pollutions et réduction des expositions
• Introduction : Tour de table : présentation et recueil des attentes Objectifs de la formation Objectifs de la journée • Contexte et principaux concepts : Introduction à la santé environnementale : définition, principes et enjeux clés Changement climatique et santé, une indispensable vision globale Contexte chimique et sanitaire actuel La maladie, un évènement multifactoriel : fréquence, effets cocktails, ... La salutogénèse L'empreinte écologique Zoonose, "One Health " (une seule santé) L'écoanxiété, une réaction adaptative • Fragilité et santé des plus jeunes La fragilité du fœtus et du jeune enfant La période des 1000 premiers jours, exposome, épigénétique et Dohad (origine développementale des maladies) Les diverses voies d'exposition et ADME De la prévention à la précaution Les perturbateurs endocriniens, un changement de paradigme • Règlementation : Notion de risque et de danger Evaluation et gestion du risque Notions de norme et de dose (modèle dose-réponse) Produits chimiques, la législation (CLP/REACH) • Bilan de la journée	• Introduction Objectifs de la journée Retour sur le premier jour de formation • Notions clés La contamination des populations Notion de bioaccumulation/bioamplification Les polluants organiques persistants L'allaitement et les contaminants de synthèse Les produits naturels pas toujours sans danger <i>Par secteur, les principales sources d'expositions à divers composés, leurs effets sur la santé et les moyens de les réduire dans l'environnement quotidien :</i> • Les aliments Les enjeux internationaux de l'alimentation Le microbiote intestinal Les additifs alimentaires, les arômes Les emballages Les plastiques Les résidus de pesticides L'agriculture biologique L'irradiation des aliments Viandes et poissons Alimentation transformée et ultra-transformées • Bilan de la journée

<u>JOUR 3 :</u> Notions clés Sources de pollutions et réduction des expositions	<u>JOUR 4 :</u> Notions clés Sources de pollutions et réduction des expositions_
• Introduction Objectifs de la journée Retour sur les 2 premiers jours de formation • L'eau Les enjeux La consommation d'eau et l'eau virtuelle Les principaux polluants (composés chlorés, plomb, nitrates, calcaire...) Les systèmes de filtration L'eau du robinet et les eaux embouteillées Eau et biberon • L'air Définition et enjeux Quelques éléments réglementaires Le fonctionnement de l'appareil respiratoire Pollution de l'air extérieur Pollution de l'air intérieur : aération/ventilation, humidité et polluants associées, principaux polluants chimiques (COV, monoxyde de carbone, oxydes d'azote, l'ozone, ...), principaux polluants biologiques (allergènes, moisissures, ...), plantes vertes, radon, ... Les "fausses bonnes idées" pour assainir l'air intérieur Produits ménagers/désinfectants L'hyperhygiénisme Le cercle le Sinner Covid et environnement Le B.E.T.A : concept de Budget Espace Temps Activité • Bilan de la journée	• Introduction : Objectifs de la journée Retour sur les 3 premiers jours de formation • Les cosmétiques Définition et enjeux Quelques éléments réglementaires Les principaux composés et leurs sources d'exposition GHA Les éco-labels Nouveaux nés et cosmétiques • Les vêtements, les jeux et les jouets, la puériculture Définition et enjeux Quelques éléments réglementaires Les principaux composés et leurs sources d'exposition Les éco-labels Les couches jetables • Les rayonnements Les rayonnements non ionisants (portables, ELF, DECT, wifi...) : exemples concrets de champs électromagnétiques domestiques et expositions associées Exposition à la radioactivité médicale • Bilan de la journée

Bilan des 4 jours de formation théorique – questionnaire de satisfaction

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.
- 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.

JOUR 5 :

Accompagner les changements de comportement en santé-environnement

- **Introduction :**

Objectifs de la journée

Retour sur la partie théorique de la formation

- **Introduction et éléments de contexte**

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

- **Les bases du changement**

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

Analyser et explorer les résistances : « Le changement... et moi ? »

Comprendre les conditions requises pour accompagner le changement de comportements

- **Comprendre les processus de changement**

Les freins au changement en santé environnementale

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

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

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

Application à un cas concret

- **Bilan de la journée**

<u>JOUR 6 :</u> Pédagogie des ateliers Nesting	<u>JOUR 7 :</u> Pédagogie des ateliers Ma Maison Ma Santé
• Introduction : Objectifs de la journée Retour sur la partie accompagnement au changement de la formation • Présentation de Wecf et du statut d'animateur-ice Nesting Les étapes de la certification Nesting Les outils logistiques • Projet Nesting et approche atelier L'étude d'impact des ateliers Nesting, éléments d'appui pour aborder la sensibilisation Origine et concept 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 Présentation des outils pédagogiques de l'atelier Outils et supports d'animation : s'adapter à différents types de public S.A.V.I. : la règle d'or de l'animateur-ice Retours d'expériences Séquences d'ateliers et messages clés Exemples concrets de recettes (produits ménagers, cosmétiques, loisirs créatifs, ...) Remise de fiches pratiques WECF • Mise en situation/ateliers pratiques Animation de l'atelier et jeux de rôle Retours et auto-observation des stagiaires sur leurs prestations Points forts, axes de progression, les phrases à dire ou ne pas dire Synthèse des points de vigilance • Questions-réponses • Bilan de la journée	• Introduction : Objectifs de la journée Retour sur la partie accompagnement au changement de la formation • Le programme Ma Maison Ma Santé : Origine et ambition Un atelier thématique et adaptable Les outils pédagogiques par thématique d'atelier Séquences d'ateliers La fabrication de recettes en atelier Retours d'expériences • Révisions : les messages-clés Quizz et fiches pratiques Ma Maison MA Santé • Questions-réponses • Bilan de la journée

Bilan des 3 jours de formation pédagogique – questionnaire de satisfaction

Informations et programme sujet à modification en fonction des besoins et attentes des stagiaires

DEVIS

Prestation	Coût par personne
Quatre journées théoriques	1 100 €
Trois journées pédagogiques	825 €
2 journées de suivi dans les 6 mois	310 €
Accompagnement tutoré , évaluation écrite et 1 atelier assisté	300 €
Supports pédagogiques (classeur Nesting, pack de 450 mini-guides et 1 pochette de 16 fiches pratiques) et accès permanent au forum Internet du réseau des animatrices Nesting / MMMS	215 €
Coût global de la formation	2 750 €

Frais de déplacement, d'hébergement et de restauration à la charge du stagiaire.

Organisme non soumis à la TVA, article 293 B du code général des impôts.

Wecf France est enregistrée auprès du préfet de la Région Rhône-Alpes en tant qu'organisme de formation sous le numéro 82740242974, la formation peut être prise en charge par votre OPCO.

5. EQUIPE DE FORMATION

	Philippe PERRIN Formateur du module théorique Eco-infirmier Fondateur de l'IFSEN (Institut de Formation en Santé Environnementale)
	Mélanie Chevalier Formatrice du module pédagogique Responsable pédagogique du pôle formation et sensibilisation en santé environnement WECF France
	Olivia Ralison Chargée de mission du pôle formation et sensibilisation en santé-environnement WECF France
	Marie-Lou Fobis Chargée de mission du pôle formation et sensibilisation en santé-environnement WECF France

Contact : wecf.formation@wecf.org / 04 50 83 48 10