



photo : Mark Surman

Étapes de la planification

La planification est une étape cruciale, que vous ayez déjà lancé votre programme de sensibilisation ou que vous vous apprêtiez à en étendre la portée. En tant que fournisseur de services vous devez aborder avec innovation et délicatesse la question des risques environnementaux, un sujet à la fois déconcertant, complexe et alarmant.

L'étape de la planification demande du temps, car il existe peu de modèles dont vous pouvez vous inspirer. À force de répéter les mêmes étapes ou d'étoffer votre travail, vous vous rendrez compte que votre planification s'inspirera des résultats de vos évaluations antérieures. Pour vous aider à maximiser vos chances de succès, vous trouverez dans le présent chapitre des renseignements de base sur la planification d'activités consacrées à l'environnement et à la santé des enfants. Ce chapitre offre également une liste de ressources pertinentes qui vous guideront dans votre travail et vous seront utiles pour forger des partenariats fructueux, définir une population, établir des objectifs, rédiger le contenu de vos messages et d'autres documents et tester leur efficacité.

Sommaire des points à considérer à l'étape de la planification

Planification :

- documentez-vous sur le sujet;
 - soyez conscient que les risques environnementaux et les stratégies de promotion de la santé font constamment l'objet de recherche;
 - prenez le temps de maîtriser votre sujet de recherche, qui est à la fois complexe et sans possibilités de certitude, et de bien comprendre les arguments en faveur d'une approche de prudence;
 - choisissez des partenaires qui partagent vos idées afin d'assurer le bon déroulement de vos activités, d'avoir la chance de répartir le travail et de renforcer l'influence, la crédibilité et la cohérence de vos messages sur la promotion de la santé.
- faites campagne dans les lieux de rassemblement et les établissements d'enseignement de sorte que votre message parvienne aux parents et aux familles;
 - tenez compte du fait que les besoins d'information diffèrent selon le sexe et transmettez votre message en conséquence.

Messages et produits :

- testez l'efficacité de vos messages, de vos produits et de vos stratégies auprès du public visé et des spécialistes du domaine;
 - enrichissez les connaissances de votre public et transmettez clairement toute information nouvelle;
 - abordez en parallèle les nouvelles alarmantes et les mesures de précaution (expliquez qu'il est possible de prendre des mesures concrètes pour limiter l'exposition à une substance dont les dangers demeurent peu compris);
 - axez vos discours sur les solutions. Soulignez les progrès qui ont été réalisés;
 - soyez positif et objectif. Participez aussi bien à l'échange qu'au transfert des connaissances;
 - laissez aux spécialistes le soin de débattre les données scientifiques. Concentrez-vous à encourager le public, les parents et les décideurs à adopter des comportements plus sains.
- informez-vous sur le public que vous désirez rejoindre;
 - adaptez vos objectifs et vos messages en fonction de ce public;
 - tenez compte du niveau d'alphabétisation et de pauvreté ainsi que des particularités culturelles et familiales de votre public;
 - renseignez-vous sur les obstacles qui pourraient vous empêcher d'atteindre votre auditoire ou d'obtenir sa participation;

Partir du bon pied

La planification comporte maintes étapes, toutes essentielles au succès d'un projet : obtention du financement, établissement d'un budget, répartition du travail, cueillette d'information pertinente. À cette étape, vous devez également vous fixer un but et exposer dans les détails la stratégie que vous comptez adopter. Il peut s'avérer utile de dresser la liste des étapes à suivre, d'établir des échéanciers et de les cocher au fur et à mesure qu'ils sont atteints.

Il est recommandé aux fournisseurs de services de consulter le document préparé par *The Health Communication Unit* (voir l'annexe A) qui énonce les étapes à suivre pour mettre sur pied une activité de promotion de la santé et une campagne de sensibilisation. Ces étapes représentent en quelque sorte l'approche par excellence, non seulement pour préparer une campagne de sensibilisation mais aussi pour élaborer une panoplie de documents en matière de promotion de la santé. Ce document renferme probablement plus de renseignements qu'il ne vous en faut. Même si vos ressources, vos échéanciers, votre mandat ou votre budget vous imposent certaines limites, ce cadre s'avère néanmoins un très bon outil pour organiser votre pensée, puisqu'il peut s'appliquer à une grande variété de stratégies.

Sources d'information utiles pour la planification

Savoir, c'est pouvoir. L'information que vous recueillerez peut vous aider à orienter votre travail, à obtenir du financement et à donner à vos partenaires, aux médias et à la collectivité les moyens d'agir. Voici quelques démarches que vous pouvez entreprendre pour accéder à des sources d'information pertinentes :

- inspirez-vous d'autres événements, activités et campagnes pour créer votre stratégie et repérer les pièges à éviter;
- renseignez-vous sur les ressources mises à votre disposition et déterminez celles qui peuvent vous être utiles. Étudiez les points forts, les points faibles, les possibilités et les pièges de chaque ressource en gardant à l'esprit votre objectif et votre auditoire. Il peut s'avérer avantageux d'utiliser ou d'adapter une ressource déjà en place;
- évaluez le degré de sensibilisation de votre public. Étudiez les résultats de sondages déjà menés sur le sujet, informez-vous sur les intérêts, les besoins et les inquiétudes de vos auditoires et dressez la liste des services qui leur sont offerts. Demandez l'opinion de vos collègues;
- recueillez des données sur les groupes les plus à risque, comme les familles à faible revenu ou celles vivant près d'une source de pollution;
- consultez les diverses bases de données sur la santé publique, notamment le *Rapid Risk Factor Surveillance System* à l'adresse www.rrfss.ca (en anglais seulement).

Travailler en partenariat

Il peut s'avérer avantageux et logique d'intégrer les messages sur les risques environnementaux et la santé à d'autres stratégies connues dans le domaine de la santé parentale, prénatale et infantile. Les partenariats sur les questions environnementales et la santé des enfants peuvent ajouter de la valeur aux efforts de sensibilisation.

Les partenariats peuvent vous permettre :

- d'accéder plus facilement à des sources de financement;
- de gagner du temps grâce au partage des tâches;
- de mettre en commun le savoir-faire, l'influence et les stratégies de multiples personnes et organismes;
- de mieux harmoniser le contenu de vos messages;
- de renforcer votre crédibilité;
- d'assurer la viabilité, le suivi et l'évolution de votre projet;
- d'améliorer la portée et l'efficacité de vos messages et de vos activités.

Exemple de programme : La Fédération canadienne des services de garde à l'enfance

La Fédération canadienne des services de garde à l'enfance (FCSGE) considère que le travail d'équipe fait partie de son mandat. Elle a compris depuis longtemps l'importance de mobiliser tous les acteurs et toutes les ressources possibles afin d'appuyer les travailleurs en garderie et les parents. Dans ce cas précis, « l'équipe », qui voit aux besoins d'un enfant en particulier, pourrait regrouper les intervenants suivants : un travailleur en garderie, un travailleur social, un orthophoniste, un diététiste, un infirmier de la santé publique, et bien sûr, les parents. La FCSGE prend en considération cette vaste équipe lorsqu'elle envisage le développement de ressources pour mieux répondre aux besoins d'un enfant.

Pour la FCSGE, le choix de joindre les rangs du Partenariat canadien pour la santé des enfants et de l'environnement (PCSEE) n'était que le prolongement logique de cette approche de collaboration. Les membres du Partenariat bénéficient de l'excellente visibilité de la FCSGE. *Interaction*, la revue trimestrielle de la Fédération, est distribuée à 11 000 abonnés partout au Canada, et compte, selon l'organisme, plus de 50 000 lecteurs. La FCSGE ne se spécialise pas dans les questions environnementales. Toutefois, en travaillant en partenariat, elle peut s'inspirer d'études réalisées par des experts dans divers domaines, y compris celui des risques environnementaux. La Fédération a également le flair pour dénicher les bonnes opportunités, petites ou grandes. Grâce à *Environnement et santé des enfants*, une trousse d'apprentissage née d'un travail de collaboration, elle offre une panoplie de ressources aux travailleurs en garderie et aux éducateurs de la petite enfance. En outre, elle fournit aux centres de la petite enfance un large éventail de ressources éducatives et informatives qui répondent aussi bien aux besoins des spécialistes qu'à ceux des parents. Pour en savoir plus sur la FCSGE, rendez-vous à l'adresse www.cccf-fcsge.ca.

Votre milieu de travail et votre collectivité regorgent de partenaires potentiels. Vous aurez plus de facilité à atteindre vos nombreux objectifs en matière de promotion de la santé si vous travaillez de concert avec des communautés d'experts. Par exemple, un infirmier ou une infirmière de la santé publique peut collaborer, entre autres, avec les personnes et organismes suivants :

- d'autres professionnels de la santé (responsables de cours prénataux et du suivi à domicile après la naissance, diététistes, inspecteurs de la santé publique, spécialistes en santé au travail, personnel responsable de l'application des normes ou règlements municipaux sur le bâtiment);
- les organismes favorisant le développement sain des enfants;
- les organismes environnementaux;
- les centres de la petite enfance, les garderies locales autorisées ou les services de garde en milieu familial;
- les organismes de promotion de la justice sociale;
- les groupes offrant des programmes communautaires axés sur les parents et les enfants;
- les entreprises locales (p. ex., les entreprises offrant des cours d'art culinaire ou des ateliers de rénovation);
- les organismes de financement ou les fondations.

Pour en savoir plus sur l'établissement de partenariats, consultez l'annexe A.

Analyse du public

L'incidence des risques environnementaux sur la santé des enfants est un sujet vaste et parfois intimidant. On y traite des dangers qui guettent un couple avant une grossesse, une femme enceinte et un enfant tout au long de son développement résultant de l'exposition à des substances nocives. Ainsi, votre travail couvre de nombreux domaines et peut intéresser divers publics. Parmi les populations à qui vous devriez vous adresser en priorité, notons : les couples qui planifient une grossesse, les femmes enceintes et leur partenaire, les parents et les fournisseurs de services dans le domaine de la santé parentale, prénatale et infantile.

Pour mener une analyse du public, il vous faut cerner vos auditoires, définir leurs besoins et orienter vos activités en conséquence. Une telle analyse vous aidera à adopter un style et une approche qui conviennent à un public donné. Par exemple, un groupe de fonctionnaires, de décideurs et d'autres professionnels ont l'habitude des présentations techniques rationnelles qui s'appuient sur des données et des références. Bien que le même matériel puisse être présenté à des parents, vous devrez sans doute faire abstraction de certains détails techniques et insister sur les aspects pratiques de l'apprentissage, illustrés par des exemples puisés dans leur quotidien. Il est certain que les deux groupes n'auront pas les mêmes intérêts ni les mêmes besoins d'apprentissage et qu'ils appliqueront l'information à des contextes différents.

Une fois que vous aurez défini votre public, vous voudrez recueillir les renseignements qui vous

Exemple de programme : South Riverdale – une expérience inspirée d’une longue tradition

Hidden Exposures est un programme d’éducation novateur et primé qui a été mis sur pied par le centre de santé communautaire de South Riverdale, dans l’est de la ville de Toronto. Ce programme a vu le jour grâce à la conscience écologique légendaire de la collectivité et aux questions très concrètes soulevées par les femmes enceintes de South Riverdale.

La municipalité de South Riverdale a dû lutter pendant près de 30 ans contre les émanations toxiques provenant d’une fonderie locale et contre l’utilisation du plomb dans des produits comme l’essence et la peinture. Ce dossier était devenu un cheval de bataille tant pour le centre de santé communautaire que pour les dirigeants de la collectivité. À partir du milieu des années 1990, la population était beaucoup plus sensibilisée aux effets néfastes du plomb et aux autres problèmes de santé liés à la pollution environnementale. Elle était alors mieux armée pour comprendre le caractère insidieux des risques environnementaux. Bien qu’invisible, le plomb présent dans l’air, le sol et la poussière peut nuire à la santé des enfants. La collectivité de South Riverdale et, en particulier, son centre de santé a championné l’élaboration d’ateliers éducatifs, de campagnes de sensibilisation et de documents sur les dangers d’une exposition au plomb et sur les moyens d’y échapper.

Fort de cette expérience, le personnel du centre de santé a compris la nécessité de sensibiliser davantage les membres de sa collectivité au sujet d’autres risques environnementaux auxquels ils sont exposés, bien souvent à leur insu. Ainsi, le promoteur de la santé environnementale a cru bon de s’adresser tout d’abord aux résidents des logements sociaux afin de les renseigner sur les dangers potentiels de certains produits de nettoyage. En même temps, les problèmes plus généraux liés à la qualité de l’air intérieur et extérieur faisaient les manchettes et suscitaient l’attention de la population de Toronto. Par la suite, de nombreuses autres questions ont été soulevées, notamment celles de la moisissure et des parasites, problèmes souvent associés à l’insalubrité et à l’incapacité des occupants d’un logement d’assumer les coûts d’entretien normaux.

Le centre de santé, avec l’aide du Toronto Public Health, a mené une étude des besoins auprès des femmes enceintes et des responsables de cours prénataux. Il a demandé aux deux groupes d’énoncer les questions qu’ils se posent le plus souvent au sujet des risques d’une exposition à la pollution environnementale. Des résultats de cette évaluation est né le projet *Hidden Exposure*, que nous décrirons en détail un peu plus loin. Ce projet répondait à plusieurs motivations et a été planifié à partir de diverses sources d’information, dont les suivantes :

- la connaissance de la collectivité;
- l’étude des besoins menée auprès des femmes enceintes et des responsables de cours prénataux;
- les recherches et les connaissances de collègues et de nouveaux partenaires spécialisés en santé environnementale.

Exemple de programme : *Share the Warmth* – collaboration entre différents secteurs

Vous avez tout à gagner à demander l'avis de personnes travaillant dans des secteurs autres que celui de la promotion de la santé. Lorsque vous sortez de votre cadre de référence habituel, vous avez la possibilité de bénéficier de conseils utiles et de forger des partenariats. Par exemple, l'organisme *Share the Warmth* sollicite de nombreux points de vue et services afin de bonifier ses activités et ses réalisations. Cet organisme non gouvernemental se consacre à aider les personnes susceptibles de devenir sans-abri. Il collabore depuis plusieurs années avec divers organismes de services sociaux et de secours communautaires. Il offre des services un peu partout en Ontario et a prêté main-forte à plus de 29 000 personnes admissibles à un allègement de leurs factures d'énergie résidentielle. L'organisme évalue les besoins de ses clients (nourriture, services de consultation, etc.) et les oriente vers les services adéquats. L'aide qu'il fournit est le fruit du travail de nombreux intervenants. En 2004, *Share the Warmth* a joué un rôle important dans la création d'un fonds d'aide provincial de deux millions de dollars, qui sert à couvrir les coûts d'énergie résidentielle. L'organisme est conscient que l'absence de sources d'énergie abordables est l'une des principales causes de l'itinérance. Pour pallier ce problème, les ménages à faible revenu doivent se tourner vers des mesures d'économie d'énergie. *Share the Warmth* a conçu et offert ces programmes en collaboration avec des organismes environnementaux et d'autres groupes d'experts en économie d'énergie. Pour en savoir plus sur l'organisme, rendez-vous à l'adresse www.sharethewarmth.org (en anglais seulement).

aideront à définir vos objectifs et vos stratégies et à choisir les messages que vous voulez transmettre. Réunissez toute l'information disponible au sujet de votre auditoire et effectuez une étude des besoins pour combler les lacunes.

Renseignez-vous sur les membres de votre auditoire :

- Où habitent-ils?
- Quels sont leurs intérêts?
- Que savent-ils déjà?
- Ont-ils amorcé un changement dans leurs habitudes? Si oui, à quelle étape se trouvent-ils? Sont-ils engagés, intéressés, indifférents?
- Quelle méthode se révèle efficace pour communiquer avec cet auditoire et le faire participer?
- Avez-vous tenu compte des problèmes d'alphabétisation et de pauvreté et de tout autre obstacle susceptible de nuire à vos démarches?
- Y a-t-il des problématiques d'ordre culturel dont vous devez tenir compte?
- L'emplacement géographique de votre public pose-t-il un problème? S'agit-il d'une population rurale, éloignée ou urbaine?
- Votre auditoire est-il formé exclusivement d'hommes, de femmes ou s'agit-il d'une population mixte? Devrez-vous adapter votre information ou votre stratégie selon le sexe de votre auditoire?

Le temps consacré à l'analyse de votre public vous aidera à choisir des interventions efficaces et appropriées. Plus vous en savez sur votre auditoire, plus vous serez en mesure d'orienter votre travail en fonction de ses besoins. Pour obtenir plus d'information sur l'analyse du public à rejoindre, consultez l'annexe A.

Exemple de programme : Vers un règlement sur l'usage des pesticides

L'organisme Eco-Perth a organisé deux activités dans le but de réformer une politique en faisant adopter un règlement sur l'usage des pesticides. Afin de mieux comprendre le sujet, le groupe a assisté à un grand forum public tenu dans une autre municipalité. Deux grands points sont ressortis de cette rencontre : d'une part, il était temps d'adopter, à titre de mesure de prudence, un règlement sur l'usage des pesticides afin d'éviter que les enfants soient exposés à ces substances potentiellement dangereuses; d'autre part, le groupe a jugé peu utile de présenter le sujet dans le cadre d'un débat volatile des données scientifiques sur les dangers potentiels pour la santé. Afin d'aborder le sujet dans les comtés de Perth et Lanark, Eco-Perth a choisi d'animer deux activités : un atelier d'une journée offert aux employés des municipalités et aux politiciens de l'est de l'Ontario et un forum public d'une soirée. Eco-Perth a planifié chaque activité en tenant compte des différences entre les deux auditoires.

La rencontre avec les fonctionnaires municipaux avait pour but de fournir les renseignements nécessaires à l'appui d'une réforme de la politique. Eco-Perth a demandé aux employés et aux politiciens de Perth et des municipalités environnantes de relever les problèmes auxquels ils font face lors des débats sur l'usage de pesticides. D'après les commentaires recueillis, il était clair que les fonctionnaires municipaux voulaient savoir comment et quand aborder le sujet (p. ex., connaître leur autorité juridique dans ce dossier, étudier d'autres avenues et passer en revue les divers règlements types). Eco-Perth a compris le problème des petites municipalités. Les fonctionnaires municipaux et les politiciens éprouvaient le besoin de poser des questions, d'étudier d'autres modèles, d'examiner l'information de base et de se préparer à traiter de ce sujet complexe

malgré le manque de personnel. La situation est d'autant plus complexe que les fonctionnaires municipaux sont tenus d'accomplir une panoplie de tâches, allant du règlement du dossier des pesticides à la gestion du stade municipal. L'atelier a permis aux fonctionnaires municipaux et aux politiciens de discuter calmement de la question dans un milieu non conflictuel. Pour ajouter de la valeur à cette séance d'information pratique, Eco-Perth a invité divers conférenciers et a préparé une série de produits imprimés et électroniques. Les risques liés à l'usage de pesticides et les solutions plus écologiques étaient au cœur du discours. Eco-Perth a également fourni de l'information pratique et pertinente aux décisions concernant un règlement sur les pesticides.

Les objectifs et les messages abordés dans le cadre du forum public tenu à Perth différaient légèrement de ceux ayant motivé la rencontre avec les fonctionnaires municipaux. En effet, le forum public était davantage orienté vers les effets nocifs des pesticides sur la santé et vers les outils juridiques mis à la disposition des municipalités. Les discussions ont porté principalement sur l'entretien des pelouses et des jardins sans l'usage de pesticides. Grâce aux recherches effectuées avant la tenue du forum, Eco-Perth a pu déterminer qu'il s'agissait là d'une information essentielle à transmettre à ce public. Le conférencier que l'organisme a invité pour parler des méthodes écologiques était nul autre que Ed Lawrence, un spécialiste très connu et digne de confiance. Sa crédibilité et son savoir-faire ont rassuré les personnes réticentes à abandonner l'usage de pesticides.

Pour en savoir plus sur Eco-Perth, rendez-vous à l'adresse www.ecoperth.on.ca (en anglais seulement).

Exemple de programme : Des points à considérer pour susciter l'attention des pères

Tim Paquette, ardent défenseur du droit des pères, est à la tête d'un mouvement populaire faisant de plus en plus d'adeptes au Canada. Il soulève des questions importantes au sujet du rôle des pères dans la promotion de la santé. Il décrit la difficulté à distinguer la cause de l'effet :

- Les pères hésitent-ils à participer aux divers programmes axés sur les enfants ou manquent-ils d'intérêt?
- Ou est-ce plutôt les programmes actuels qui ne font pas l'effort d'intéresser ou d'inclure les pères, ce qui expliquerait leur désintérêt ou leur hésitation à participer?

Selon monsieur Paquette, la grande majorité des programmes s'adressant aux parents et à leurs enfants sont réellement conçus pour les mères et les enfants. Il n'est pas rare que les hommes qui se risquent à participer à ces programmes se sentent isolés et trouvent l'expérience particulièrement éprouvante. Ces programmes visent à encourager l'interaction sociale entre adultes. Les hommes peuvent se sentir exclus par les femmes qui évoluent dans ce milieu, que ce soit les mères ou les fournisseuses de services elles-mêmes. Le sentiment d'isolement des hommes qui ont choisi de rester à la maison pendant les premières années de vie de leurs enfants peut également être exacerbé par l'attitude des autres hommes qui discréditent ou dénigrent le choix qu'ils ont fait. Leur isolement social se vit donc sur deux fronts.

Et les pères?

Les pères représentent un segment de la population ayant des préoccupations particulières parmi les auditoires et dont il faut tenir compte lorsqu'il est question des risques environnementaux et de la santé des enfants. Bien que notre compréhension des programmes efficaces destinés aux pères s'améliore constamment, bien des services ne sont toujours pas adaptés aux besoins et aux intérêts de cet auditoire particulier. À l'exception des groupes prénataux, les hommes participent rarement à des activités ou des ateliers éducatifs portant sur les enfants, y compris ceux ayant pour thème la santé environnementale des enfants. En comparaison avec les générations précédentes, les pères modernes jouent un rôle beaucoup plus actif dans l'éducation des enfants. Ils sont présents à la naissance du bébé, certains prennent un congé parental, d'autres restent à la maison pour élever leurs enfants. Il est donc essentiel de comprendre et d'appliquer les stratégies qui conviennent le mieux à leurs besoins.

Il y a dix ou quinze ans, la plupart des séparations ou des divorces au Canada avaient lieu quand les enfants étaient adolescents. De nos jours, les statistiques révèlent que de nombreux couples mettent fin à leur union lorsque les enfants sont encore très jeunes. Cette réalité a des répercussions sur les conditions de vie des enfants. Le taux de pauvreté infantile au Canada est très élevé; un enfant sur six vit dans la pauvreté, et la plupart d'entre eux sont issus de famille monoparentale. Il est également reconnu que la pauvreté augmente les risques d'exposition aux contaminants environnementaux. À la suite d'une séparation, la plupart des pères continuent de participer activement à la vie de leurs enfants grâce à l'une des nombreuses ententes de garde partagée. Résultat : les enfants vivent souvent à temps partiel dans plus d'une maison et collectivité et sont constamment appelés à se déplacer. Les environnements intérieurs (où les enfants

passent plus de 80 % de leur temps) et les déplacements peuvent influencer grandement le degré d'exposition aux polluants environnementaux. (*Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement* : p. 20–22, p. 30–32, p. 36, p. 74–80 et p. 84–86)

Posez-vous les questions suivantes :

- Lorsque vous vous adressez aux parents, directement ou au moyen de matériel éducatif, incluez-vous les pères?
- Êtes-vous certain d'avoir établi un contact direct avec les pères, et non seulement par l'entremise de leur partenaire?
- Avez-vous interrogé les pères sur leurs besoins en matière d'information?
- Savez-vous de quelle façon les hommes obtiennent leurs informations?
- Avez-vous pensé à des moyens de faire



photo : Mark Surman

participer les hommes à la transmission de votre message?

Lorsqu'un programme s'adresse aux « parents », les pères savent, par expérience, que leurs besoins ne seront pas nécessairement pris en compte. Toutefois, l'ajout du mot *père* ou *rôle paternel* à votre message peut faire toute la différence.

Pour en savoir plus sur la participation des pères, consultez l'annexe A.

Choix des objectifs

Les objectifs qui orienteront votre programme de promotion de la santé peuvent découler des mandats organisationnels et des besoins communautaires ou financiers. Ils doivent révéler le travail que vous comptez accomplir et les buts que vous souhaitez atteindre, par exemple, sensibiliser davantage la population, modifier les politiques actuelles ou réduire les émanations provenant d'une industrie locale.

Dans certains cas, l'objectif ultime est de changer les comportements. Or, les gens arrivent difficilement à modifier leurs habitudes. Certains vivent et travaillent dans des milieux complexes, presque immuables. Vos objectifs doivent donc tenir compte des facteurs qui facilitent les changements d'attitudes : connaissances déjà acquises, croyances et comportements d'autrui. Vous envisagerez probablement d'informer d'abord la population avant de vous lancer dans une vaste campagne de sensibilisation ou avant de vous attaquer aux politiques. Rappelez-vous

Exemple de programme : L'atelier *Clean and Green*

Une employée d'un centre de santé local responsable d'assurer le développement communautaire a voulu ajouter à son programme d'éducation de la petite enfance un volet sur la sensibilisation à l'environnement. N'ayant qu'une connaissance générale des questions environnementales, sans plus, elle a décidé de consulter un groupe environnemental local, Eco-Perth, afin de mieux comprendre le sujet et d'être plus en mesure d'établir ses priorités. Combinant leur savoir-faire et leurs ressources, elle et l'équipe d'Eco-Perth ont décidé d'organiser une activité familiale. Ils ont d'abord choisi un sujet simple et non intimidant et ont présenté une série de questions en lien direct avec la santé des enfants. Ils ont ensuite mis sur pied un atelier intitulé *Clean and Green* dans le cadre duquel ils ont fourni des trucs pratiques pour aider les participants à dénicher ou fabriquer des produits de nettoyage économiques et moins nocifs. Le but de l'exercice était de sensibiliser la population aux dangers de certains produits de nettoyage et de présenter des choix plus sains et écologiques. Cet objectif a inspiré les messages clés suivants : renseigner la population sur les risques d'une exposition aux substances nocives contenues dans les produits de nettoyage et trouver des moyens concrets de changer les comportements en présentant de l'information pratique sur les produits moins nocifs ou en fournissant le matériel nécessaire à la fabrication de tels produits.

Pour en savoir plus sur l'atelier *Clean and Green*, rendez-vous à l'adresse www.ecoperth.on.ca (en anglais seulement).

toutefois que vos objectifs doivent être précis, mesurables, accessibles, réalistes et assortis d'un échéancier.

Pour en savoir plus sur le choix des objectifs, consultez l'annexe A.

Développement du contenu

Le développement du message destiné à votre auditoire se résume à trois étapes simples, qui peuvent être appliquées à une grande variété de stratégies, tels les ateliers, les vastes campagnes de sensibilisation ou les activités médiatiques. Ces trois étapes sont :

- réunir l'information clé (Le « quoi? »);
- vérifier que l'information présente un intérêt pour l'auditoire (« Et, alors? »);
- inciter à l'action (« Et maintenant, que faire? »)

Aux fins de planification, ces trois étapes fournissent un cadre de travail dont vous pouvez vous servir pour adapter, au besoin, vos messages et vos activités en fonction de votre auditoire. À cette étape, vous devez également choisir le ton à donner à votre message, trouver des arguments stimulants, désigner un porte-parole, etc.

Le tableau 4.1 montre comment le cadre de travail défini précédemment peut être appliqué pour sensibiliser la population aux effets de la pollution environnementale sur la santé des enfants. Les éléments indiqués dans la dernière colonne peuvent varier en fonction de l'auditoire. Consultez le glossaire si certains termes vous semblent moins familiers.

Pour en savoir plus sur l'étape de la rédaction, consultez l'annexe A.

Tableau 4:1 : Exemples de messages élaborés au moyen du cadre de travail

Le « quoi? »	« Et, alors? »	« Et maintenant, que fait-on? »
Exposition aux phthalates présents dans les emballages de produits alimentaires, dans les produits en vinyle souple et dans de nombreux cosmétiques et produits d'hygiène personnelle (<i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement : p. 56–64, p. 60, p. 115–116 et p. 123–124</i>)	• Ces substances chimiques lipophiles contenues dans les matières plastiques migrent dans les aliments gras et semblent être persistantes dans l'environnement. • On a détecté l'exposition et l'absorption de phthalates chez la population en général et des niveaux plus élevés chez les enfants. • Les effets soupçonnés sur la santé sont multiples et comprennent la perturbation du système endocrinien, qui a des conséquences sur les fonctions de reproduction de l'homme.	Exemples de choix ou de comportements personnels • Éviter de faire cuire au four (conventionnel ou à micro-ondes) les aliments dans des récipients en plastique ou avec un couvercle en plastique. • Éviter d'acheter des jouets en vinyle souple. • Choisir des rideaux de douche, des sacs à dos, des boîtes à lunch, etc. en tissu plutôt qu'en vinyle souple. Exemples de choix politiques • Lutter pour interdire l'usage de phthalates dans les produits susceptibles d'être en contact avec le fœtus et les jeunes enfants. • Militer en faveur de la production et de la vente de produits plus sains.
Exposition au plomb contenu dans les produits de consommation (mini-stores, bijoux bon marché, boîtes à lunch en vinyle, etc.) (<i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement : p. 39–44 et p. 123–124</i>)	• Il a été déterminé que toute exposition au plomb est très nocive pour les jeunes enfants. • Le plomb a des effets néfastes sur le développement du cerveau du fœtus et des jeunes enfants. • Certains produits de consommation comme les mini-stores en plastique (achetés avant 1997) et une grande variété de bijoux bon marché peuvent contenir une concentration de plomb considérée comme dangereuse pour la santé.	Exemples de choix ou de comportements personnels • Jeter les mini-stores en plastique achetés avant 1997 (ou les vieux stores dont la date de production est inconnue) en évitant la poussière de surface, qui est considérée comme très contaminée. • Examiner les jouets, les coffres à bijoux, les sacs à surprises remis lors des fêtes d'enfants et les fermetures éclair des vêtements. Jeter tous les articles qui sont d'un gris terne, qui semblent anormalement lourds et qui, dans certains cas, laissent une marque grise sur du papier. • Éviter d'acheter des boîtes à lunch bon marché en vinyle. Exemples de choix politiques • Appuyer l'adoption d'une politique fédérale sur les matières dangereuses, qui limiterait autant que possible l'usage du plomb pour des utilisations essentielles et interdirait son utilisation dans la fabrication des produits de consommation.

Tableau 4:I : Exemples de messages élaborés au moyen du cadre de travail (suite)

Le « quoi? »	« Et, alors? »	« Et maintenant, que fait-on? »
Exposition aux solvants organiques pendant la grossesse (<i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement : p. 50–56, p. 118, p. 120–121, p. 125–126 et p. 128–129</i>)	• Les solvants organiques sont facilement absorbés par l'organisme, ont tendance à s'accumuler dans les tissus adipeux et peuvent traverser le placenta. • L'exposition prénatale est associée des effets sur les fonctions de reproduction et sur le développement du système nerveux. • Les teintureries, les salons de coiffure et les endroits où l'on utilise des produits de nettoyage pour planchers et carreaux, des adhésifs et des réactifs de laboratoire sont des milieux propices à une exposition aux solvants organiques. • Certains produits utilisés pour les travaux de rénovation résidentielle présentent également un risque; c'est le cas des décapants, des diluants pour peintures ainsi que des peintures et finis à base d'huile.	Exemples de choix ou de comportements personnels • Éviter toute exposition professionnelle avant la grossesse. • Bien ventiler les teintureries et les salons de coiffure. • Acheter des cosmétiques, des produits de nettoyage et des produits pour les rénovations à faible teneur en solvants. • S'assurer que tous les garages attenants à la maison sont bien isolés et ventilés vers l'extérieur. • Fermer hermétiquement les récipients contenant des solvants; prendre les mesures qui s'imposent pour éviter les déversements et mettre ce qui reste des produits au rebut avec les déchets dangereux. • Éviter d'entreprendre des travaux de rénovation pendant la grossesse. Exemples de choix politiques • Renseigner les corps de métier sur les dangers d'une exposition aux solvants avant une grossesse (en diffusant de l'information dans les écoles secondaires, dans les collèges et dans les magasins). • Se servir des programmes de santé publique et professionnelle pour transmettre de l'information sur les dangers d'une exposition aux solvants avant une grossesse, notamment lors de travaux de rénovation résidentielle.

Tableau 4:I : Exemples de messages élaborés au moyen du cadre de travail (suite)

Le « quoi? »	« Et, alors? »	« Et maintenant, que fait-on? »
Exposition aux substances nocives présentes dans la poussière domestique (<i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> : p. 62, p. 75–80, p. 84, p. 96, p. 117, p. 120–121 et p. 123–129)	• La poussière domestique constitue l'une des sources de contamination à laquelle les enfants sont le plus exposés. Elle peut contenir des traces de nombreuses substances nocives présentes dans l'environnement : métaux, pesticides, hydrocarbures aromatiques polycycliques (HAP), biphényles polychlorés (BPC), phthalates (PBDÉ), ignifugeants bromés, composés organostanniques, paraffines chlorées à chaîne courte et d'autres encore. • Les sources de contamination sont nombreuses, à l'intérieur comme à l'extérieur : vieille peinture, produits de consommation, substances adhérant aux chaussures, aux roues ou aux pattes des animaux de compagnie. Lorsqu'elles se retrouvent à l'abri des intempéries, elles peuvent se loger plus longtemps dans la poussière, les tapis et les meubles qu'à l'extérieur. Il semble que ces substances présentent des risques pour la santé avant et pendant la grossesse et durant l'enfance.	Exemples de choix ou de comportements personnels • Se laver souvent les mains, tout particulièrement avant de manger ou de cuisiner. • Épousseter avec un linge humide ou un aspirateur. • Placer un tapis devant la porte d'entrée et le laver séparément. • Empêcher les enfants et les femmes enceintes de vider les sacs d'aspirateur. • Mettre les sacs d'aspirateur au rebut; ces déchets ne doivent pas être compostés. • Jeter les chiffons usagés ou les laver séparément. • Manipuler avec prudence la charpie accumulée dans le filtre de la sècheuse (elle ne doit pas être utilisée pour faire du bricolage avec les enfants); prendre les mêmes précautions pour la poussière et les résidus de saleté qui s'incrusteront dans la voiture. • Éviter de contaminer le milieu de vie des enfants avec des substances nocives présentes dans l'environnement de travail. Isoler les chaussures et les vêtements de travail de ceux des enfants. Les ranger à part, loin des pièces communes, et les laver séparément. Exemples de choix politiques • Plaider en faveur d'une réforme des politiques afin de limiter l'usage de substances nocives dans la fabrication des produits de consommation. • Appuyer l'adoption de règlements municipaux interdisant l'usage de pesticides. • Demander aux industries et aux commerçants d'offrir des produits plus sains.

Tableau 4:I : Exemples de messages élaborés au moyen du cadre de travail (suite)

Le « quoi? »	« Et, alors? »	« Et maintenant, que fait-on? »
Exposition à l' arsenic présent dans le bois traité sous pression (<i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement : p. 44 et p. 123–127</i>)	• Reconnu comme étant une substance cancérigène, l'arsenic a des effets nocifs sur les systèmes nerveux et cardiovasculaire. • Les enfants peuvent y être exposés par un contact avec le bois teinté vert acheté avant janvier 2004, qui contient de l'arséniate de cuivre chromaté (ACC). • Bien que l'ACC ait été graduellement retiré du marché, tout le bois traité sous pression contient un certain type de pesticide. Des précautions d'usage s'imposent.	Exemples de choix ou de comportements personnels • Laver les mains des enfants ayant été en contact avec du bois traité à l'ACC. • Couvrir les tables de pique-nique faites de bois traité sous pression. • Ne jamais brûler le bois traité à l'ACC. • Scier et poncer à l'air libre le bois traité sous pression. Porter un masque antipoussière, des lunettes de protection et des gants. Balayer la sciure pour éviter qu'elle n'adhère aux souliers ou aux pattes des animaux de compagnie. Ne jamais utiliser la sciure ou les copeaux de bois traité comme paillis ou dans le compost. • Appliquer périodiquement sur le bois traité sous pression un produit d'étanchéité pénétrant, et non une peinture. Exemples de choix politiques • Recommander qu'un produit d'étanchéité soit appliqué sur les structures de terrains de jeux construites avec du bois traité à l'ACC.

Mise à l'essai des messages et des produits d'information

Il est primordial de faire réviser vos messages par des spécialistes. Ceux-ci confirmeront l'exactitude des renseignements que vous communiquez et s'assureront que le contenu est cohérent dans tous les domaines couverts par votre message. Il importe également de tester l'efficacité de vos messages et de vos produits d'information auprès de votre public.

Vous pouvez réviser, tester ou mettre à l'essai votre matériel de différentes façons :

- vous adresser à des spécialistes à l'interne;
- faire appel à vos partenaires;
- vous adresser à des spécialistes à l'externe;
- former des groupes de discussion officiels ou officieux;
- recourir à des méthodes moins traditionnelles.

Présentez, par exemple, une version préliminaire d'un dépliant ou un projet d'atelier aux

responsables des cours prénataux ou des programmes de compétences parentales. Demandez-leur ce qu'ils aiment et ce qu'ils n'aiment pas; cherchez également à savoir si les renseignements fournis répondent à leurs besoins et aux besoins de leur public et s'ils respectent les messages clés.

Il importe également de préparer des documents faciles à lire et adaptés au niveau d'alphabétisation de votre auditoire. À l'étape de la mise à l'essai, n'oubliez pas de faire réviser vos produits en fonction du niveau d'alphabétisation du public que vous voulez atteindre.

Tableau 4.2 : Quelques éléments à prendre en considération à l'étape de la révision

Sujets	Exemples
Respect des différences culturelles quant à l'utilisation du corps humain en publicité	• Une image montrant le ventre nu d'une femme enceinte peut créer un certain malaise ou être considérée comme inacceptable du point de vue culturel. Si possible, évitez toute nudité.
Usage de certaines images, tels les biberons	• Un groupe environnemental a publié l'image d'un biberon en plastique pour sensibiliser les parents aux dangers d'utiliser des contenants en plastique dans le four à micro-ondes (et ainsi réduire l'exposition aux phthalates et au diphénol A, entre autres substances). Un de ses partenaires, le service de santé publique local, lui a suggéré d'utiliser une autre image étant donné que celle du biberon allait à l'encontre de sa campagne de sensibilisation visant à promouvoir l'allaitement maternel.
Reconnaissance des besoins des pères	• Les hommes veulent des programmes conçus spécialement pour eux. • Ils veulent de l'information pertinente à leur rôle. • Ils préfèrent utiliser Internet pour obtenir de l'information, ce média leur permettant de préserver leur anonymat et leur intimité et de garder un certain contrôle sur l'information qu'ils consultent. Ils apprécient les sites interactifs ainsi que les ateliers pratiques où ils peuvent échanger sur des sujets précis.
Coût	• Répartissez les choix que vous proposez en quatre grandes catégories : mesures coûteuses, bon marché, économiques ou sans incidence sur le revenu. • Certaines recommandations, comme l'achat d'aliments biologiques, sont parfois plus coûteuses, mais ce n'est pas toujours le cas. Les denrées alimentaires cultivées localement sont, par exemple, plus abordables que les produits biologiques. De plus, les coopératives alimentaires permettent de réaliser certaines économies. Pour en savoir plus sur les coopératives alimentaires, consultez l'annexe A.

Pour en savoir plus sur l'évaluation des messages et du niveau d'alphabétisation, consultez l'annexe A.

Après avoir fait examiner vos documents par des spécialistes, évalué le niveau d'alphabétisation et passé en revue les commentaires reçus de votre public, vous pouvez consulter le tableau 4.2 pour approfondir votre analyse.

Efficacité du message

Pour bien des gens, c'est la première fois qu'ils entendent parler des effets des polluants environnementaux sur la santé des enfants. Ce sujet peut sembler inquiétant, déprimant et très complexe, d'autant plus qu'il s'appuie sur des données scientifiques récentes et souvent incomplètes. De tels facteurs présentent des difficultés pour la communication de l'information.

Nous devons constamment faire face aux craintes et aux sentiments d'impuissance qu'éprouvent les gens confrontés à cette information. Pour calmer leurs inquiétudes, suivez les conseils suivants :

- soyez honnête. Dites-leur qu'il y a encore beaucoup à apprendre;
- abordez en parallèle les éléments troublants et potentiellement nocifs et les mesures de prudence. Expliquez qu'il est possible de prendre des mesures concrètes pour limiter l'exposition à une substance dont les dangers demeurent potentiels ou pour adopter un comportement moins à risque;



photo : Mark Surman

- allouez au moins la moitié du temps dont vous disposez à discuter des solutions, y compris la recherche de solutions pratiques et polyvalentes qui suggèrent des moyens d'agir. (*Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement : chapitre 6*);
- informez les gens qu'ils peuvent modifier leur comportement au rythme qui leur convient (p. ex., au rythme d'un changement par mois, ils auront modifié douze comportements à la fin de l'année);

Exemple de programme : Aider les gens à bien réagir aux nouvelles alarmantes

Susanne Burkhardt, membre du Groupe de travail écologique de l'Association pour la santé publique de l'Ontario, ne manque pas d'atouts pour faire face aux défis de communication. Par exemple, elle montre une photographie de son fils chaussé de patins à roues alignées et portant un casque protecteur, des genouillères et des protège-coudes. Elle fait remarquer qu'il y a 30 ans toutes ces mesures de sécurité auraient paru curieuses, voire ridicules. Les temps ont changé. Nous connaissons mieux les risques de blessures et de traumatismes crâniens que courent les adeptes de ce sport; c'est pourquoi le port de cet équipement est de plus en plus courant. Puis, madame Burkhardt ajoute que la plupart des renseignements qu'elle est sur le point de dévoiler concernant les risques environnementaux peuvent sembler insolites ou démesurés, mais qu'ils permettent d'aborder un nouveau sujet très important en lien avec la santé des enfants. Elle s'inspire autant que possible du quotidien, utilisant souvent ses propres anecdotes et photos et exposant ses motivations personnelles. Elle encourage les gens à poser des questions. Elle avoue cependant que cette technique, fort utile pour assimiler une information récente, l'empêche parfois de couvrir tout le sujet, vu le nombre de discussions que l'exercice suscite. Les gens veulent débattre les questions soulevées et relater leur propre vécu. Les séances de formation pour adultes, si elles sont bien conçues, font place à ce genre d'interaction.

Madame Burkhardt s'assure que son auditoire comprend où elle veut en venir. Elle explique dès le départ qu'elle révélera de l'information inquiétante mais qu'elle consacra beaucoup de temps à discuter des solutions à envisager. Elle prend soin de répéter ce message tout au long de sa présentation. Elle a compris l'importance de canaliser l'énergie d'un auditoire avant de présenter et d'expliquer un sujet complexe et préoccupant. Tout animateur doit, en guise d'introduction, résumer les renseignements de base, et c'est souvent à ce moment que les gens perdent intérêt. Il est donc utile d'avoir recours à l'humour, de s'inspirer de sa propre expérience et de répéter constamment que le but ultime de la présentation est de fournir des pistes de solution. De cette façon, la plupart des participants ont le sentiment d'avoir été bien informés et sont prêts à passer à l'action.

Pour mettre le sujet en contexte, madame Burkhardt souligne également les progrès qui ont été réalisés jusqu'ici, notamment au point de vue des politiques internationales. Elle fait remarquer que le Canada avance à petits pas, mais qu'il reste encore beaucoup à faire. Elle est convaincue que les gens sont beaucoup plus enclins à modifier leurs comportements s'ils savent que le problème est pris au sérieux à grande échelle.

Pour en savoir plus sur les appels à la peur, consultez l'annexe A.

- soulignez les progrès qui ont été réalisés jusqu'ici (p. ex., la sensibilisation du public aux avantages de l'allaitement maternel et aux effets nocifs de l'alcool et du tabac sur le développement du fœtus et, plus récemment, l'adoption, par un nombre croissant de municipalités, de règlements interdisant l'usage de pesticides afin d'éviter que les enfants soient exposés à ces substances nocives);
- faites ressortir les avantages des comportements reconnus, par expérience ou par réputation, comme étant sains. Par exemple, on sait que certains comportements favorisent une bonne santé en plus de protéger

les enfants contre les polluants environnementaux, notamment l'adoption d'un régime alimentaire équilibré riche en grains entiers et en fruits et légumes, l'allaitement maternel et le lavage régulier des mains;

- restez positif et objectif. Participez aussi bien à l'échange qu'au transfert des connaissances. Insistez sur le fait que l'on peut tous apprendre les uns des autres. Apportez votre aide et donnez aux parents les moyens d'agir;
- **laissez aux spécialistes le soin de débattre les données scientifiques. Concentrez-vous à encourager le public, les parents et les décideurs à adopter des choix plus sains.**



photo : BoAnne Tran

Mise en œuvre et évaluation

La pollution environnementale est de plus en plus une source d'inquiétude, et les fournisseurs de services cherchent des façons d'inclure ce sujet dans leur programme de santé avant la grossesse, prénatale et infantile. Il y a une soif pour des stratégies promotionnelles bien conçues et éprouvées qui s'adressent,

entre autres, aux services de garde d'enfants et aux services de santé publique et communautaires. En Ontario, quelques groupes dédiés à la cause ont déjà fait un excellent travail de sensibilisation, et, à l'échelle de la province, le sujet gagne l'intérêt d'un public grandissant. D'ici quelques années, grâce à l'évaluation minutieuse de nombreux projets, la question sera suffisamment documentée pour nous permettre d'établir des pratiques exemplaires. Le présent chapitre décrit des techniques prometteuses et des stratégies susceptibles d'enrichir le travail déjà accompli dans ce domaine.

Sommaire des points à considérer à l'étape de la mise en œuvre et de l'évaluation

Choix d'une stratégie

- Élaborez une stratégie perméable au changement. Évitez de voir trop grand ou de tomber dans le minimalisme : choisissez une stratégie à la mesure de vos moyens, de votre budget, de vos compétences et du niveau de réceptivité de votre public.
- Inspirez-vous de votre expérience et de celles des autres.

Activités à entreprendre en collaboration

- Sensibiliser les fournisseurs de services et les directeurs.
- Trouver des façons d'incorporer de nouveaux renseignements dans les programmes déjà en place.
- Effectuer l'évaluation ou utiliser une liste de vérification des endroits fréquentés par les femmes enceintes et les enfants.

Recette pour le succès d'un atelier sur les risques environnementaux et la santé des enfants

- Faites une brève introduction et donnez une vue d'ensemble du sujet.
- Choisissez un thème ou un public en particulier (p. ex., les responsables des cours prénataux ou leur clientèle).
- Évitez d'inonder le public d'information et tentez de ne pas trop vous éloigner du sujet principal.
- Optez pour une présentation interactive, originale et intéressante qui mise principalement sur les solutions.
- Allouez au moins la moitié du temps dont vous disposez à discuter des solutions ou des options à moindre risque.

L'évaluation est :

- Un outil pratique et indispensable à la planification et à la mise en œuvre.
- Une étape permettant d'améliorer toute planification future. Élaborez votre formulaire d'évaluation en gardant à l'esprit les renseignements que vous désirez obtenir.

Approche « accordéon »

La recherche a démontré que les programmes qui font appel à une judicieuse combinaison de stratégies sont plus efficaces que ceux qui se limitent à une seule approche. Que vous veniez tout juste de lancer votre programme de sensibilisation ou que vous cherchiez une façon de

l'étoffer, l'approche « accordéon » peut vous être utile.

Choisissez une stratégie à la mesure de vos moyens, de votre budget, de vos compétences et du niveau de réceptivité de votre collectivité. Selon les circonstances, il sera toujours temps d'étendre (ou de restreindre) la portée de vos travaux de

Tableau 5.1 : Durée allouée à différentes stratégies

Durée	Stratégie
2 minutes	• Une capsule d'information de 45 secondes résumant les propos tenus dans le cadre d'une entrevue avec les médias.
5 minutes	• Un bref échange d'information à l'occasion d'une visite prénatale ou postnatale. • Un condensé d'information intégré au programme de cours prénataux. • Une discussion avec les parents à l'entrée de la garderie au début ou à la fin de la journée. • Un des sujets abordés à une réunion du personnel ou des cadres. • Une entrevue avec les médias.
De 10 à 15 minutes	• Un des sujets inscrits à l'ordre du jour d'un débat public sur la question de la santé prénatale et infantile. • Un des thèmes abordés lors d'une rencontre de parents tenue en soirée dans une garderie ou dans une salle de cours prénataux.
De 30 à 45 minutes	• Une brève présentation comprenant une période de discussion et de questions.
2 heures	• Un atelier interactif pour présenter le sujet et aborder les questions prioritaires.
Deux demi-journées ou une journée complète	• Un atelier pour présenter le sujet et aborder les questions susceptibles d'intéresser votre public et de susciter de nombreux échanges.
Plusieurs journées ou demi-journées	• Une série d'ateliers pour aborder les questions qui, selon les résultats de votre recherche ou de votre étude des besoins, sont susceptibles d'intéresser vos collègues ou vos clients.

recherche, de vos objectifs, de vos messages et de vos activités de promotion de la santé. Par exemple, le message que vous voulez transmettre à votre public peut, selon les circonstances, ne durer que quelques minutes ou se répartir sur plusieurs jours.

Une fois que vous avez réuni les idées principales que vous désirez transmettre en personne à votre public, vous avez en quelque sorte bâti un exposé type, que vous pourrez remanier à votre guise, en ajoutant ou en supprimant de l'information, pour créer de nouvelles stratégies. Vous pouvez également réutiliser le contenu de vos publications imprimées et de vos produits destinés à être exposés ou affichés. Selon le contexte et le public que vous désirez atteindre, vous jugerez à propos de diversifier vos produits en proposant, par exemple, des affiches, des articles, des notes d'information, des rapports d'étude ou des résumés. Si, faute de temps ou d'espace, vous ne pouvez solliciter la participation directe du public, le plus simple est de préparer du matériel imprimé qui comporte les idées que vous défendez (des documents remis aux participants d'un atelier, des encarts, des articles, des annonces dans les journaux ou des produits destinés à être exposés ou affichés).

Pour faciliter l'assimilation de toute information nouvelle, une mise en contexte s'impose. Par exemple, vous pourriez aborder les risques d'une exposition au plomb en examinant l'incidence de la pollution environnementale sur la santé des enfants. Comme le sujet que vous abordez est déjà vaste et complexe, vous aurez peut-être du mal à le mettre en contexte. Gardez toujours en tête votre public et ses besoins; vous éviterez ainsi de l'inonder d'information.

Formation du personnel

Avant d'intégrer de l'information aux programmes déjà en place, vous devez d'abord convaincre collègues et directeurs que les nouveaux renseignements ou les précisions que vous souhaitez ajouter répondent à leurs besoins en information.

Quelques conseils à considérer :

- Certains employés ont déjà l'impression d'être débordés et bousculés par le temps. Insistez sur le fait que vous leur proposez des mesures simples, pour intégrer ce sujet dans le programme existant.
- Certains sont peut-être réticents à aborder un sujet non étayé par des preuves probantes. Parlez de l'importance des mesures de prudence.
- Le sujet est très vaste. Il est parfois difficile de savoir par où commencer et comment faire pour influencer le cours des choses. Discutez des principales inquiétudes de votre collectivité.

Pour introduire le sujet, il peut être utile d'inviter un conférencier expert qui inspire confiance. Demandez-lui de faire un parallèle entre les principaux thèmes que vous voulez aborder et certains problèmes que le public devrait normalement connaître, par exemple, l'asthme et la pollution de l'air, les dangers d'une exposition au plomb ou aux pesticides pour la santé des enfants et d'autres problèmes d'intérêt local. Si vous vous adressez à un vaste auditoire, optez pour une présentation thématique en prenant soin d'indiquer aux participants où et comment obtenir



photo : Mark Surman

plus de renseignements. Notez que les activités qui laissent place à l'interaction conviennent bien aux petits groupes.

Soyez prévenant. Il est fort probable que les petits groupes de fournisseurs de services, après avoir assisté à votre atelier d'introduction, réclament une séance d'information plus poussée. Les réunions de suivi devraient être spécialement conçues pour les groupes prêts aux changements. Allez aux devants des besoins, par exemple :

- Envisagez des actions coordonnées avec les responsables des cours prénataux et les responsables du suivi à domicile après la naissance.

- Assurez-vous que les spécialistes en santé au travail informent les entrepreneurs des dangers de certains produits utilisés pendant les travaux de rénovation résidentielle et des risques de contaminer leur milieu de vie en transportant des substances nocives présentes dans leur environnement de travail.
- Assurez-vous que les diététistes vantent les qualités nutritionnelles du poisson, mais préviennent les consommateurs des risques d'une exposition au méthylmercure.
- Demandez aux fournisseurs de services si certaines questions les ont pris de court. Essayez de leur fournir des réponses adéquates.

Stratégies pour ajouter de nouvelles informations aux programmes existants

Les collectivités regorgent d'endroits ou d'activités où les parents et les familles peuvent avoir accès à des services et des renseignements. Ce sont là autant d'avenues pour distribuer du matériel, afficher de l'information ou annoncer la tenue de vos prochains ateliers. Le Bureau de santé du district de Thunder Bay a élaboré une liste de vérification des dangers à domicile, un excellent outil promotionnel que vous pouvez utiliser à votre gré, sur support papier ou en ligne. Pour consulter la liste, rendez-vous à l'adresse www.tbdhu.com/NR/rdonlyres/8856B636-7818-4737-B26D-4997908F5048/0/EnviroBrochure.pdf (en anglais seulement).

Planifiez vos activités selon les horaires de travail. Par exemple, vous pourriez organiser une séance d'information pendant la matinée ou à l'heure du déjeuner dans des locaux situés au centre-ville ou près des bureaux des grandes entreprises. Vous pourriez également inviter un conférencier à venir s'adresser aux employés d'une entreprise pendant la pause de midi ou profiter d'une foire sur la santé, organisée par un employeur, pour distribuer de la documentation. À titre d'exemple, l'Association pulmonaire du Nouveau-Brunswick a offert, sur l'heure du dîner, une séance d'information gratuite sur la santé des enfants et l'environnement. Destinée aux « gens très occupés » (pour reprendre le terme de la campagne promotionnelle), cette séance offrait quatre conférenciers. L'Association a profité de l'occasion pour recueillir des dons et a fourni repas et billet d'autobus aux participants.

En tant que fournisseur de services, vous avez beaucoup à apprendre aux nouveaux et aux futurs parents. Un grand nombre de spécialistes peuvent, dans l'exercice de leurs fonctions, jouer un rôle de sensibilisation (p. ex., les médecins de famille, les infirmiers de la santé publique, les sages-femmes, les responsables des cours prénataux, les diététistes, les spécialistes en santé au travail, les inspecteurs de la santé publique, les promoteurs de la santé, les agents du développement communautaire, les travailleurs sociaux, les éducateurs en environnement, les travailleurs en garderie, les éducateurs de la petite enfance et les responsables des services de garde en milieu familial). Par exemple, un médecin de famille ou un infirmier peut, à l'occasion d'une visite postnatale, évaluer les risques d'une exposition au plomb en se renseignant sur l'année de construction de la maison et sur l'état de la



photo : Mark Surman

peinture apposée sur les murs. Au moindre doute, il peut remettre aux parents de la documentation pertinente, entreprendre un suivi médical (analyse sanguine, examen des frères et sœurs) et proposer des mesures afin de prévenir le risque d'exposition. Voici un autre exemple : le médecin et le responsable des cours prénataux côtoient chaque jour des futurs parents qui, c'est connu, aiment accueillir le nouveau bébé dans une chambre fraîchement rénovée. Ils peuvent prendre cette opportunité pour expliquer aux parents les dangers potentiels d'une exposition aux solvants organiques et au plomb pour le développement du fœtus.

La santé des enfants peut aussi être compromise si les futurs parents sont exposés à des risques environnementaux. Voilà qui devrait convaincre

les intervenants du milieu d'inclure un volet de sensibilisation aux services de santé et aux programmes de promotion de la santé. Les hommes et les femmes en âge de procréer doivent, avant même d'envisager de fonder une famille, être informés des dangers d'une exposition à certaines substances nocives. Par exemple, une exposition au plomb, à certains pesticides ou au méthylmercure avant la grossesse peut altérer la fonction génésique ou nuire au développement du futur bébé. Pour en savoir plus sur la santé avant la grossesse, consultez l'annexe A.

Inspection des installations

Vous pourriez envisager d'évaluer les lieux où les enfants passent le plus clair de leur temps. L'annexe B présente une liste de vérification pouvant servir de modèle aux travailleurs en garderie et aux éducateurs de la petite enfance. La liste est suivie d'un tableau qui reprend chacune des questions en y apportant des précisions et en proposant des mesures à prendre pour offrir aux enfants un milieu de vie sécuritaire.

Dans son rapport technique, qui a inspiré le document intitulé *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement*, le Toronto Public Health propose une annexe du même genre pour les écoles. Très utile, ce document donne un aperçu des risques environnementaux présents dans les écoles et énonce les mesures à prendre pour les éliminer (voir l'annexe A). Les mesures suggérées sont principalement orientées vers les politiques et les procédures scolaires établies pour réduire les risques d'exposition. Notez que l'information qui y est véhiculée peut très bien s'appliquer à d'autres milieux.

Participation des enfants

Le travail de sensibilisation permet aussi aux fournisseurs de soins et aux enfants eux-mêmes de se prémunir contre les risques environnementaux. L'organisme Evergreen en est conscient; c'est pourquoi il a mis sur pied *La classe verte*, un projet qui démontre que les enfants apprennent beaucoup sur la santé par de simples activités routinières, comme :

- se laver les mains;
- retirer leurs chaussures à l'entrée;
- se nourrir sainement;
- faire de l'exercice régulièrement;
- se rendre à l'école à pied plutôt qu'en voiture (à ce sujet, consultez le site Web de l'organisme *Active and Safe Routes to Schools*, à l'adresse www.saferoutestoschool.ca) (en anglais seulement);
- surveiller les alertes au smog et les recommandations de santé publique de réduire les niveaux d'activité;
- se protéger de l'exposition au soleil;
- assécher l'eau stagnante, propice à la reproduction des moustiques;
- se mettre à l'abri lorsque les moustiques sont plus actifs, c'est-à-dire à l'aube et au crépuscule;
- apprendre à lire les étiquettes apposées sur les produits insecticides.

Pour en savoir plus sur *La classe verte*, rendez-vous à l'adresse www.evergreen.ca.

Vous pouvez optimiser votre travail de sensibilisation auprès des enfants d'âge scolaire en les faisant participer à diverses activités. Notez

Activité : Vaseline et cannelle, un mélange tenace

Infirmière de formation à la retraite, Andrea Gingras est présidente du Réseau des intervenantes en services de garde à domicile d'Ottawa-Carleton. Elle est certes bien placée pour faire comprendre aux enfants l'importance de bien se laver les mains. Sa technique est pour le moins originale : elle demande aux enfants d'enduire leurs mains de vaseline et de les saupoudrer de cannelle. Puis, elle précise que seul un lavage adéquat, en utilisant une grande quantité d'eau et de savon, peut faire disparaître la cannelle. Les enfants s'amusent tout en apprenant, par la pratique, les propriétés des substances graisseuses. L'exercice fait d'autant plus son œuvre que l'odeur de la cannelle est souvent associée à des petits bonheurs quotidiens (cœurs à la cannelle, pain d'épices). Madame Gingras explique aux enfants que le but de l'activité est de voir et sentir ce qui est habituellement invisible et inodore (microbes, saleté ou substances toxiques). C'est comme un tour de magie! Elle a trouvé une façon amusante de faire comprendre aux enfants combien il est important de bien se laver les mains, une expérience dont ils se souviendront longtemps. Lorsque, avec le temps, les enfants deviennent un peu plus négligents, il suffit de leur rappeler que seuls le temps et l'énergie qu'ils ont mis à faire disparaître la vaseline et la cannelle peuvent venir à bout des microbes et autres substances invisibles.

qu'une grande variété de sujets ont déjà été couverts dans le domaine de l'environnement : la réduction des déchets, le recyclage, l'importance d'économiser l'eau et l'énergie et l'utilisation réduite de produits toxiques. Le site Web intitulé

Outils de changement (www.toolsofchange.com) est une ressource inestimable pour promouvoir la santé et l'environnement; il présente des études de cas sur une variété de sujets.

Ateliers : Ce qu'il faut savoir

Adaptez les ateliers à votre public. Dans certains cas, vous trouverez à propos de faire le tour de la question; dans d'autres cas, vous jugerez préférable de ne faire qu'un survol et de vous attarder sur un sujet en particulier.

Un **atelier d'introduction** (ou un discours d'introduction à des ateliers plus dirigés) suffit pour tracer un portrait général de l'incidence de la pollution environnementale sur la santé des enfants. Vous pourriez ainsi aborder un à un tous les points traités dans le document intitulé *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement*, dont les suivants :

- les risques auxquels les enfants sont exposés au cours des différentes périodes de leur vie (préconception, stade prénatal, petite enfance, adolescence);
- les raisons de la vulnérabilité des enfants aux polluants environnementaux;
- les répercussions alarmantes sur la santé;
- les expositions inquiétantes;
- les politiques qui en découlent;
- les précautions à prendre pour offrir aux enfants un environnement sécuritaire.

Vous voulez **adapter l'atelier à un public en particulier**? Il vous suffit de reprendre les idées principales de votre atelier d'introduction et d'y

Exemple de programme : *Hidden Exposures* – Des ateliers pour les responsables des cours prénataux

Au cours des années 1990, le centre de santé communautaire de South Riverdale a remarqué une augmentation des demandes d'information émanant des femmes de la collectivité, préoccupées par les risques auxquels sont exposés les enfants pendant la grossesse et durant les premières années de leur vie. Ce n'est pas d'hier que la collectivité prend des mesures pour prévenir les risques d'une exposition au plomb. L'inquiétude portait maintenant sur les autres risques potentiels. Le centre de santé communautaire a d'abord élaboré le guide intitulé *Hidden Exposures: A Practical Guide to Creating a Healthy Environment for You and Your Children*. Publié en 1997, ce document, facile à lire, suggère une foule de mesures concrètes qui peuvent être prises pour éviter, ou limiter, les risques d'exposition aux substances nocives présentes à l'intérieur comme à l'extérieur. Les intervenants de la santé ont alors compris le besoin d'amorcer une campagne de sensibilisation publique et de présenter des mesures de précaution à prendre plus tôt, tout particulièrement pendant la grossesse. Leurs efforts ont donc porté sur la période prénatale.

Le Toronto Public Health et le centre de santé communautaire se sont alliés à des groupes environnementalistes et à des organismes de santé publique qui spécialisaient leur savoir et leurs compétences dans le domaine de la santé des enfants et de l'environnement. Ils se sont d'abord consacrés à évaluer les besoins en information des femmes enceintes de la collectivité et des responsables des cours prénataux et à chercher des façons de les combler.

Ils ont alors préparé un cartable d'information bien garni... un peu trop, selon les responsables des cours prénataux, qui suggéraient un moyen plus convivial pour attirer l'attention des fournisseurs de soins. À la lumière de ces recommandations, les analystes ont proposé la conception d'une série de feuillets d'informations techniques et d'un dépliant fournissant une information simplifiée. Une équipe s'est donc lancée dans la création en s'appuyant sur les résultats de l'étude des besoins. Les feuillets d'information visaient à aider les responsables des cours prénataux à sensibiliser leur clientèle aux risques environnementaux.

À l'aide des feuillets d'information et d'autres ressources connexes, les trois partenaires (le centre de santé communautaire de South Riverdale, le Toronto Public Health et la clinique de santé environnementale) ont mis sur pied une série d'ateliers destinés aux responsables des cours prénataux. L'atelier *Hidden Exposures* se déroule en deux parties : dans la première partie, l'animateur se consacre à livrer l'information de base, en une ou plusieurs séances; la deuxième partie, quant à elle, se veut plus interactive. Les ateliers sont sans cesse repensés afin de mieux répondre aux besoins des différents groupes de participants.

ajouter toute information susceptible d'intéresser cet auditoire, que ce soit :

- les responsables des cours prénataux;
- les travailleurs en garderie ou les éducateurs de la petite enfance;
- les parents;
- les membres d'un groupe environnementaliste.

Vous voulez plutôt **adapter le contenu à un sujet en particulier** (p. ex., l'exposition à une substance en particulier ou les mesures de précaution à prendre)? Récupérez les principaux éléments de l'atelier d'introduction et élaboriez ensuite sur un sujet précis, par exemple :

- la qualité de l'air;
- les produits de consommation;
- les pesticides;
- les produits de nettoyage;
- les travaux de rénovation.

Vous pouvez vous acquitter de vos objectifs complémentaires en donnant d'abord un aperçu général du sujet et en offrant par la suite des renseignements plus spécifiques. Le survol met le sujet en contexte et suscite de nombreuses discussions, d'où l'importance d'allouer du temps à l'échange d'idées. Pour éviter la confusion, tâchez de rappeler aux participants que l'atelier portera sur un sujet bien précis. Sachez toutefois que les gens aiment avoir l'occasion d'échanger et d'apprendre sur des sujets d'ordre général. C'est sûrement le cas, par exemple, des personnes qui côtoient un enfant asthmatique ou ayant un trouble d'apprentissage. Le simple fait de pouvoir partager leur expérience et d'exprimer leurs inquiétudes leur permet de relativiser le problème. Pour en savoir plus sur les présentations, consultez l'annexe A.

Outils interactifs pour favoriser les échanges et stimuler la créativité

L'expérience a révélé que les adultes assimilent mieux l'information si l'enseignement est interactif. La série d'activités interactives suivantes peuvent être adaptées à diverses situations. Le principal objectif est d'amener les gens à échanger, à se divertir mais surtout à découvrir une information intéressante, utile et pertinente qu'ils peuvent appliquer dans leur vie quotidienne.

Activité : Le questionnaire

Le Centre régional anti-poison de l'Ontario a organisé un atelier d'apprentissage à l'intention des formateurs. L'atelier s'ouvre par un questionnaire à choix multiples. La suite est laissée à la discrétion de l'animateur : il peut procéder immédiatement à la correction du questionnaire ou donner aux participants le temps de discuter de leurs réponses. Dans les deux cas, le questionnaire sert d'outil de discussion et d'apprentissage. Les questions à choix multiples aident à faire la lumière sur les mythes les plus courants. Souvent, les échanges permettent aux participants de saisir les subtilités et les différences d'interprétation et leur font voir tous les débats qu'inspire un seul sujet. Notez que la liste de vérification, qui se trouve à l'annexe B, se prête parfaitement à un questionnaire.

Activité : La liste des bonnes résolutions

Dans le cadre de l'atelier *Hidden Exposures* (dont on a déjà parlé), on demande aux participants de dresser une liste de mesures à prendre ou de comportements à modifier pour se prémunir contre les risques environnementaux. En guise d'introduction, l'animateur fait une brève présentation afin de stimuler la réflexion. Il encourage les participants à sortir des sentiers battus et insiste sur le fait que chaque personne est libre de ses choix et doit répondre en fonction de sa situation. Par exemple, une femme enceinte pourrait vouloir abandonner graduellement l'utilisation de contenants en plastique pour la cuisson au four à micro-ondes, tandis qu'un travailleur en garderie pourrait décider d'examiner ses habitudes d'achat. Les possibilités sont presque infinies et dépendent des participants et du contexte. Les participants sont ensuite invités à discuter de leurs priorités et à présenter d'autres idées originales. On leur recommande d'adopter une approche graduelle, c'est-à-dire de modifier un à un leurs comportements pour ne pas perdre le fil et pour créer un effet boule de neige. Au rythme d'un changement par mois, ils auront modifié douze comportements à la fin de l'année!

Activité : Des produits de nettoyage non toxiques faits maison

Avez-vous déjà songé à distribuer des recettes de produits de nettoyage non toxiques? Ou mieux encore, à fabriquer des produits non toxiques dans le cadre d'un atelier et à remettre des échantillons aux participants? L'organisme Eco-Perth et le centre de santé communautaire du comté de North Lanark ont mis sur pied un atelier intitulé *Clean and Green*. Le thème central : les effets de la pollution environnementale sur la santé des enfants, un sujet qui a suscité bien des discussions. En effet, les participants en avaient long à dire sur l'asthme et les autres problèmes respiratoires qui touchent les enfants de la collectivité. Toutefois, l'atelier a principalement porté sur les changements concrets à apporter à la maison afin d'éviter, autant que possible, que les enfants soient exposés aux substances nocives contenues dans les produits de nettoyage.

Au lieu de s'en tenir à distribuer des fiches de recettes, les organisateurs ont eu l'idée de fabriquer, dans le cadre de l'atelier, des produits d'entretien non toxiques, de les tester sur place et d'en remettre des échantillons aux participants. Toutes les recettes préparées pendant l'atelier ont été trouvées en ligne et ont, bien entendu, été testées au préalable par l'équipe d'EcoPerth. Pour obtenir des recettes de produits de nettoyage économiques et écologiques, consultez l'annexe A.

Cet atelier est un excellent exemple de techniques interactives conçues pour les adultes. Même s'il ne comportait qu'une seule activité pratique, il a permis aux participants d'échanger sur de nombreux sujets connexes en plus de répondre à leurs besoins et de susciter leur intérêt.

Activité : Le sac à surprises

Le « sac à surprises » est une autre technique interactive éprouvée qui se prête à maints usages. Le principe est simple : regroupez d'abord dans un sac une série d'objets qui évoquent un sujet donné. Puis, invitez à tour de rôle les participants à retirer un objet du sac, à le décrire et à exposer les dangers qu'il présente pour la santé et pour l'environnement. Pensez à préparer une liste de questions que vous tenez à aborder. Si ces questions ne sont pas soulevées, posez-les directement ou orientez la conversation en ce sens. Plus l'activité progresse, plus la discussion devient intéressante et stimulante, jusqu'à inclure tous les participants. Il ne vous reste plus qu'à suivre le fil de la conversation et à ajouter de l'information, au besoin. Cette technique convient bien aux groupes de 10 à 15 personnes. Si vous vous adressez à un groupe plus nombreux, les règles sont à peu près les mêmes, à la différence que vous serez le seul à retirer les objets du sac.

Les objets donnent un sens concret à votre message. Ils incitent les gens à poser des questions et à participer à la discussion. L'activité interpelle les gens dans leur quotidien et est juste assez dirigée pour vous éviter de verser dans un excès d'information. Dianne Chopping, du Toronto Public Health, est une adepte de cette technique; elle peut l'appliquer à de nombreux sujets et l'adapte en fonction du public (p. ex., les mères adolescentes ou les participants aux cours prénataux).

Les articles choisis peuvent être une représentation concrète ou abstraite du problème. Il peut s'agir de simples dessins ou d'objets qui renvoient à un danger ou à un comportement sain.

Attention : Assurez-vous de pouvoir aborder tous les sujets que vos objets inspirent. De plus, si vous prévoyez inclure des échantillons de produits toxiques,

veillez à les emballer avec soin ou utilisez des contenants vides.

Exemples d'objets représentant un danger pour les femmes enceintes : (sujets de discussion entre parenthèses)

- le dessin d'un thermomètre à mercure (les émanations dangereuses en cas de bris, les avantages du thermomètre sans mercure amène souvent à discuter les avis concernant la consommation de poisson, les amalgames dentaires);
- le dessin d'une coquerelle (les pesticides);
- une pompe pour l'asthme (les enfants asthmatiques, la qualité de l'air intérieur et extérieur);
- un sac d'aspirateur (les substances nocives présentes dans la poussière domestique);
- la charpie accumulée sur le filtre de la sècheuse (les substances nocives présentes dans la poussière; l'importance de ne pas utiliser la charpie pour faire du bricolage avec les enfants);
- un vieux téléphone cellulaire (l'exposition au champ électromagnétique);
- un pinceau (les travaux de rénovation, le plomb contenu dans la vieille peinture);
- des solvants utilisés pour les travaux de rénovation (les anomalies congénitales, le développement du cerveau du fœtus);
- des jouets et autres produits en vinyle souple (les rideaux de douche, les jouets souples);
- une casserole à revêtement antiadhésif (l'exposition aux produits chimiques perfluorés si chauffée à température élevée);
- des contenants en plastique (l'importance d'en réduire l'usage pour la conservation et la cuisson des aliments);

(suite sur l'autre page)

Activité : Le sac à surprises (suite)

- du thon ou du saumon en conserve (les avantages nutritionnels des acides gras oméga3 et les dangers du méthylmercure).

Vous pouvez également inclure des objets non nocifs, par exemple :

- un thermomètre sans mercure;
- un rideau de douche ou un sac à dos en tissu;
- un exemplaire du *Guide alimentaire canadien pour manger sainement*, accessible à l'adresse www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/fg_rainbow-arc_en_ciel_ga_f.html;
- un avis concernant la consommation de poisson, à l'adresse action.web.ca/home/nutritio/attach/fish-facts-for-families-feb05.pdf (en anglais seulement);
- des produits de nettoyage non toxiques, comme le vinaigre et le bicarbonate de soude (pour d'autres exemples, rendez-vous à l'adresse www.lesstoxicguide.ca) (en anglais seulement);
- des produits non toxiques utilisés contre les parasites ou une liste de conseils à suivre (*Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement*, p. 55, p. 96–97 et p. 120–121).

Vous pourriez approfondir les sujets déjà couverts dans les cours prénataux et dans les programmes de compétences parentales en y ajoutant un volet environnemental. Vu l'étendue du sujet, il serait judicieux de vous concentrer sur un thème en particulier, par exemple, les pesticides ou les produits de nettoyage. Pour chacun de ces thèmes, discutez des sources d'exposition, des voies de transmission, des solutions possibles et des mesures à prendre pour réduire les risques. Enfin, dans la plupart des cas, vous jugerez important d'enseigner au public à lire attentivement les étiquettes apposées sur les produits.

Activité : Au secours!

Voici une activité interactive sur la prévention des empoisonnements, qui a été conçue par le Centre régional anti-poison de l'Ontario à l'intention des fournisseurs de services. On y présente des situations où les parents et les fournisseurs de services ont assurément besoin d'une aide ou de conseils, mais ignorent vers qui se tourner. Pour cette activité, vous devez préparer deux séries de cartes et une fiche-réponse pour l'animateur. (Aux fins du présent document, l'activité a été adaptée au contexte environnemental.)

Les cartes ressources. Sur la première série de cartes, inscrivez au recto le nom d'un organisme et, au verso, décrivez brièvement les services que cet organisme offre. Par exemple, la carte de Télésanté Ontario afficherait le numéro de téléphone sans frais que les résidents de l'Ontario peuvent composer pour parler à une infirmière et obtenir des conseils médicaux. Une autre carte, celle de Motherisk par exemple, préciserait que l'organisme fournit de l'information et des services de consultation sur les médicaments contre-indiqués pendant la grossesse et la période de l'allaitement et sur les dangers d'une exposition aux produits chimiques, à la radiation et aux infections. Faites de même pour les autres cartes; évidemment, ce ne sont pas les services qui manquent : le 911, le médecin de famille, le centre de contrôle anti-poison, sans oublier le Partenariat canadien pour la santé des enfants et l'environnement, dont le site Web se trouve à l'adresse www.healthyenvironmentforkids.ca/francais.

(suite sur l'autre page)

Activité : Au secours! (suite)

En panne d'inspiration? Consultez la section « Autres ressources » du site Web Ressource canadienne des mères, à l'adresse www.thecmr.com.

Cartes de mise en situation. Chaque carte de situation esquisse un court scénario. Par exemple :

- Une fillette de trois ans a reçu en cadeau un collier que sa tante a acheté en Amérique du Sud. Sa mère aimerait s'assurer que ce collier ne présente aucun risque pour la santé.
- Un enseignant s'inquiète de l'usage de pesticides à l'école; il aimerait connaître les risques associés à l'usage de pesticides et savoir s'il existe des produits moins nocifs mais efficaces pour venir à bout des parasites.
- Une future maman prévoit faire des travaux de peinture en attendant la venue du bébé et elle voudrait s'assurer qu'il n'y a pas de mise en garde pour les femmes enceintes.
- Les membres d'une famille occupent un logement situé dans un sous-sol. La peinture s'écaille et les placards sont remplis de moisissures. Ils aimeraient savoir si leur santé est compromise et, dans l'affirmative, quoi faire pour remédier à la situation.

Fiche-réponse. La fiche-réponse, qui est remise à l'animateur, fournit le nom de l'organisme avec qui communiquer dans chaque situation pour obtenir de l'aide et des renseignements.

La planification et la réalisation de l'exercice se déroulent comme suit :

Première étape : Préparez environ 10 cartes sur lesquelles vous noterez le nom d'un organisme de

services. Au verso, ajoutez une brève description des services offerts par cet organisme. Munissez-vous de cartes vierges au cas où des participants suggéreraient des ressources auxquelles vous n'aviez pas pensées.

Deuxième étape : Préparez environ 10 cartes qui décrivent des risques environnementaux (mises en situation).

Troisième étape : Organisez une aire thématique en apposant une à une les cartes de ressources sur le mur. Chaque carte affichée donne l'occasion aux participants d'énumérer les services fournis par l'organisme en question.

Quatrième étape : Tout au long de l'exercice, demandez aux participants de suggérer d'autres ressources.

Cinquième étape : Invitez les participants à choisir, à tour de rôle, une carte de situation. Après avoir lu le scénario, chaque participant fait connaître aux autres membres du groupe le nom de l'organisme qu'il juge le plus pertinent et explique son raisonnement.

Sixième étape : L'animateur détermine le pour et le contre et encourage l'échange d'idées. Il peut aussi apporter des précisions sur le mandat des différents organismes. Enfin, il tente de faire dévier la discussion vers les raisons, plus évidentes, de choisir un organisme plutôt qu'un autre. Dans certains cas, il peut y avoir plus d'une bonne réponse.

Cette technique d'apprentissage est idéale pour aborder un sujet nouveau ou complexe. Elle convient aussi bien aux groupes de parents qu'aux fournisseurs de services. L'exercice peut également être fait par écrit si la situation ne se prête pas à la discussion de groupe.

Activité : Le film, un outil éducatif

Le film peut être un outil éducatif très utile autant pour le public que pour les fournisseurs de services. Le désir des cinéastes canadiens indépendants d'informer le public et de promouvoir les changements sociaux ne date pas d'hier. En effet, l'Office national du film du Canada a lancé, peu de temps après la Seconde Guerre mondiale, son projet cinématographique intitulé *Société nouvelle*. Le but du projet était, à l'époque, de souligner les dangers des armes nucléaires; il s'intéresse maintenant à d'autres enjeux importants. Le rôle du film, comme moyen d'expression, est d'être le reflet de la société, de placer un sujet en contexte et d'intéresser profondément les gens à des idées et des images. S'il est bien fait, il peut véhiculer une information nouvelle qui s'applique à la vie quotidienne, à la vie en société ou au monde du travail.

En tant qu'outil d'apprentissage, le film permet aux fournisseurs de services de s'initier à un sujet en s'inspirant du savoir-faire de ceux et celles qui ont contribué à sa réalisation. Il permet de présenter les grandes lignes d'un sujet avant de l'analyser dans les détails. Il s'accompagne souvent d'un complément d'information, de suggestions d'activités d'éducation et de sensibilisation et de renvois à une information plus détaillée. Pour en savoir plus, consultez le bref inventaire de vidéos à l'annexe A.

Médias

Les médias, notamment les publications imprimées, la radio, la télévision et Internet, peuvent être vos meilleurs atouts. Ils peuvent vous mettre en contact avec des groupes qui sont difficiles à rejoindre en raison de barrières linguistiques, d'une analphabétisation fonctionnelle ou de leur isolement géographique. Plus précisément, les médias vous permettent :

- de faire la promotion de vos activités;
- de sensibiliser la collectivité à l'égard de la promotion de la santé;
- d'établir un contact avec les responsables des politiques.

Rappelez-vous que le propre des médias est de couvrir brièvement un sujet au moyen de commentaires éclair. Ils ont peu de temps pour attirer l'attention, et le traitement prioritaire s'obtient au prix d'une concurrence féroce. Pour retenir l'attention des médias, votre message doit donc être court, simple et présenté comme une information nouvelle d'une grande importance ou comme un témoignage personnel digne d'intérêt.

Redoublez de vigilance si votre sujet est complexe; il pourrait être rendu de façon inexacte ou être mal interprété autant par les médias que par le public. Vous n'avez aucun pouvoir sur la façon dont l'information sera accueillie, mais vous pouvez mettre la chance de votre côté en fournissant un message clair et simple. Si vous vous sentez intimidé en présence des médias, et tout spécialement lorsque vous devez aborder un sujet délicat, n'hésitez pas à céder la place à d'autres. Les journalistes voudront probablement avoir l'avis de

plusieurs personnes; dirigez-les vers des spécialistes que vous connaissez et en qui vous avez confiance. Une bonne façon de faire avancer votre cause.

Pour des conseils sur les relations avec les médias, consultez l'annexe A.

Les médias comme outil éducatif

Les effets des polluants environnementaux sur la santé étant un sujet d'actualité, il se peut que les médias ou même le public vous demandent de commenter un reportage présenté au bulletin de nouvelles. Redoublez de prudence si la question est controversée ou préoccupante, comme c'est souvent le cas lorsqu'il est question de la santé des enfants. Ne vous aventurez pas en terrain inconnu et expliquez ce que vous croyez être à l'origine de la controverse ou de l'ambiguïté. Sachez que personne ne s'attend pas à ce que vous soyez maître en tout. N'hésitez donc pas à orienter les gens vers les spécialistes qui en savent plus que vous.

Votre travail consiste aussi à aider les nouveaux et les futurs parents à déchiffrer les messages alarmants ou contradictoires véhiculés dans les médias. Les avis concernant la consommation de poisson en sont un bon exemple. D'un côté, il y a les médias, qui publient des mises en garde contre le méthylmercure et d'autres substances nocives contenues dans le poisson. Ils présentent des informations sur : le manque de réglementation, les avis émis par le gouvernement au sujet de l'exposition au méthylmercure, la nécessité de consommer du poisson avec parcimonie et la

concentration élevée de substances nocives dans le poisson d'élevage, le saumon en particulier. De l'autre côté, il y a un spécialiste en nutrition, qui s'évertue à vanter les nombreux avantages nutritionnels du poisson. Il s'ensuit une information contradictoire d'où dérive une rafale de questions (citées entre parenthèses) :

- Le poisson contient du mercure. (Quel poisson? Est-ce tous les poissons? Certaines espèces en contiennent-elles plus que d'autres? Pourquoi les avis concernant la consommation de poisson diffèrent-ils d'un pays à l'autre?)
- Le mercure peut nuire au développement du cerveau du fœtus et de l'enfant. (Quelle quantité de mercure? Les autres produits contenant du mercure, comme les suppléments à base d'huile de poisson ou les amalgames dentaires, sont-ils aussi dommageables?)
- Le poisson est une source de protéines faible en gras et contient un apport élevé en acides gras oméga3 (Et qu'en est-il des autres substances nocives présentes dans le poisson, p. ex., les BPC? Le poulet et le bœuf contiennent-ils la même teneur en substances nocives?)
- Les acides gras oméga3 jouent un rôle prépondérant dans le développement du cerveau du fœtus et des enfants et stimulent le fonctionnement cérébral. (Et si je ne mange jamais de poisson? Y a-t-il une autre façon d'obtenir un apport adéquat en acides gras oméga3?)

Les médias sensibilisent le public, même s'ils diffusent parfois de l'information trouble et contradictoire. Il est possible de tourner à votre



photo : Mark Surman

avantage les messages véhiculés par les médias au sujet du mercure : faites-en un outil d'apprentissage pour vos séances d'information. Vous pourriez, par exemple, proposer de faire une analyse détaillée des articles qui ont paru dans les médias afin d'y dénicher les réponses aux questions les plus courantes. Si les articles ne fournissent pas une réponse claire, expliquez pourquoi il est alors prudent d'adopter des mesures de prudence et suggérez une marche à suivre.

Les questions complexes exigent des réponses directes, réfléchies, ciblées et claires. Par exemple, vous pourriez conseiller aux populations à risque (femmes en âge de procréer, enfants et femmes enceintes) préoccupées par la présence du méthylmercure dans le poisson de continuer de consommer du poisson mais de le choisir avec soin. Insistez également sur l'importance de bien comprendre les avis aux consommateurs et de les suivre attentivement. Fournissez aux médias de l'information claire sur les dangers du méthylmercure et sur les avis de consommation eux-mêmes. Pour en savoir plus sur les avis concernant la consommation de poisson, consultez l'annexe A.

La question de la présence de substances toxiques dans le poisson témoigne de la complexité et de l'étendue des problèmes qu'une seule annonce dans les médias peut soulever. De toute évidence, il est complexe de parler des effets de la pollution environnementale sur la santé des enfants. Toutefois, en analysant un sujet en profondeur, vous pourrez en dégager des thèmes communs à d'autres domaines.

Évaluation

L'incidence des polluants environnementaux sur la santé des enfants est un sujet complexe qui ne cesse d'évoluer. C'est pourquoi l'évaluation est essentielle pour vous garder à l'affût des nouvelles tendances et ainsi optimiser l'efficacité de vos activités de sensibilisation. Très souvent, les résultats d'une évaluation fournissent de

l'information importante et utile à la planification des activités. En pratique, tout travail comporte un élément d'évaluation, en raison des exigences financières ou des mandats organisationnels ou simplement parce que l'évaluation en elle-même présente de nombreux avantages. L'évaluation est le plus souvent le prolongement d'une activité, par exemple, l'analyse des formulaires remplis dans un premier temps par les participants d'un atelier. Elle peut aussi faire partie du processus de planification (tester l'efficacité d'un produit à l'état d'ébauche) ou être intégrée au processus de mise en œuvre (faire un suivi de la couverture médiatique, recenser le nombre d'activités réalisées, mesurer le taux de participation).

L'information que vous recueillerez à l'étape de la planification et de la mise en œuvre doit vous permettre de produire une évaluation qui est à la fois :

- **quantitative** : le taux de participation, le rayonnement de l'activité, le matériel distribué, le nombre de visites d'un site Web, la couverture médiatique, la réforme des politiques, etc.
- **qualitative** : l'analyse des réponses ou des commentaires inscrits sur les formulaires d'évaluation d'un atelier, la liste des indices révélant l'état d'esprit du groupe, les questions posées, etc.

Faites un suivi des activités et des décisions pour mesurer votre succès par rapport à :

- **l'évaluation formative** (la mise à l'essai de vos produits a-t-elle été concluante?)
- **l'évaluation du processus** (est-ce que

certaines questions ont eu une incidence sur votre programme ou sur le résultat final?)

- **l'évaluation des résultats** (que disent les sondages menés avant et après l'atelier?)

Pour l'évaluation de vos activités, prenez en considération les questions suivantes:

- Avez-vous atteint vos objectifs?
- Quelle a été la réaction du public ou de la collectivité?
- Quels ont été les aspects positifs?
- Quelles améliorations proposeriez-vous si c'était à refaire?
- Quelle est la prochaine étape?

Le formulaire d'évaluation a l'avantage d'intégrer à la fois l'information quantitative et l'information qualitative. Toutefois, il ne doit pas être un fardeau pour les répondants. Gardez-le dans sa forme la plus simple en respectant les conseils suivants :

- Soyez bref (une page tout au plus).
- Préparez un heureux mélange de questions à choix multiples et de questions à développement. Si le temps manque, demandez aux participants de répondre uniquement aux questions à choix multiples.
- Évitez de créer des attentes que vous ne pouvez satisfaire (p. ex., offrir une activité de suivi).
- Incluez des questions démographiques de base (p. ex., l'âge, le sexe, le nombre d'enfants ou de petits-enfants, le pays d'origine, etc.).
- Demandez aux répondants de préciser comment ils ont entendu parler de l'activité, de la campagne, des publications ou du matériel électronique.
- Remerciez-les d'avoir pris le temps de remplir le formulaire.

Enfin, vous pouvez évaluer le succès d'une activité en quantifiant tout le travail qu'elle a inspiré. L'incidence de la pollution environnementale sur la santé des enfants est un sujet vaste et complexe, qui éveille la curiosité et suscite un intérêt continu; c'est ce qui donne son importance au suivi, étape la plus commune, mais surtout la plus gratifiante,

de votre travail. Il arrive qu'à cette étape les participants demandent un surcroît d'information ou le nom de personnes-ressources.

Pour en savoir plus sur l'évaluation, consultez l'annexe A.



photo : Mark Surman

Bibliographie

AGENCE EUROPÉENNE POUR L'ENVIRONNEMENT (AEE),

2001. *Signaux précoces et leçons tardives : le principe de précaution 1896–2000*. Copenhague, disponible en ligne à reports.fr.eea.europa.eu/environmental_issue_report_2001_22/fr/index_html_local

BENEVIDES, H. et T. McCLENAGHAN, 2002.

Implementing Precaution: An NGO Response to the Government of Canada's Discussion Document "A Canadian Perspective on the Precautionary Approach/Principle", disponible en ligne à www.cela.ca/publications/cardfile.shtml?x=1002

CAMPBELL, M., 1998. « Role of Health Professionals in Protecting Children from Environmental Risks: A Commentary », *Canadian Journal of Public Health*, n° 89, p. S63-S73, disponible en ligne à : www.toronto.ca/health/hphec/pdf/89_S1_e_S6_S72.pdf

CANADIAN ASSOCIATION OF PHYSICIANS FOR THE ENVIRONMENT (CAPE). Children's Health Project, disponible en ligne à www.cape.ca/children/prev.html

CENTRE DE RESSOURCES MEILLEUR DÉPART, 2004. *How to be a Pregnancy Friendly Workplace: Policies and Practices that Make a Difference*, disponible en ligne avec d'autres ressources utiles : www.meilleurdepart.org/resources/wrkplc_health/index.html

CENTRE DE RESSOURCES MEILLEUR DÉPART, 2001a.

Preconception and Health: Research and Strategies, disponible en ligne à www.beststart.org/resources/rep_health/pdf/Preconception.pdf

CENTRE DE RESSOURCES MEILLEUR DÉPART, 2002. *Réduire l'impact : Travailler auprès des femmes enceintes qui connaissent une situation de vie difficile*, disponible en ligne à www.meilleurdepart.org/resources/socio/pdf/manual_fr_apr_final.pdf

CENTRE DE RESSOURCES MEILLEUR DÉPART, 2001b.

Workplace Reproductive Health: Research and Strategies, disponible en ligne à www.beststart.org/resources/wrkplc_health/pdf/WorkplaceDocum.pdf

FÉDÉRATION CANADIENNE DES SERVICES DE GARDE À

L'ENFANCE, 2005. *Guide d'animation pour une formation réussie*, disponible en ligne avec d'autres ressources à www.cccf-fcsge.ca/subsites/familytp/english/toolbox_fr.htm

HEALTH COMMUNICATION UNIT, 2000. *Comprendre et utiliser les Appels à la peur pour la lutte antitabac*, disponible en ligne à www.thcu.ca/infoandresources/publications/fa-fre-web.pdf

MYERS, N.J. et C. RAFFENBERGER (s. la dir. de), 2005. *Precautionary Tools for Reshaping Environmental Policy*. MIT Press: mitpress.mit.edu/catalog/item/default.asp?type=2&tid=10642

- OKEN, E., K.P. KLEINMAN, W.E. BERLAND, S. SIMON, J.W. RICH-EDWARDS et M.W. GILLMAN, 2003. « Decline in fish consumption among pregnant women after a national mercury advisory », *Obstet Gynecol*, n° 102, p. 346–351.
- ONTARIO. MINISTÈRE DE L'ENVIRONNEMENT. *Le guide de consommation du poisson gibier de l'Ontario 2005-2006*, disponible en ligne à www.ene.gov.on.ca/envision/guide/index-fr.htm
- ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ, 1986. *Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé*, disponible en ligne à www.euro.who.int/AboutWHO/Policy/20010827_2?language=French avec des ressources en anglais à www.who.int/healthpromotion/conferences/previous/ottawa/en
- PAQUETTE, T., R. JONES et E. BADER, 2003. *The Prenatal and Postnatal Needs Assessment of Fathers in Ontario CAPC/CPNP Sites*. Préparé pour *Buns in the Oven*, Ottawa, disponible en ligne à www.ocfp.on.ca/local/files/CME/Healthy%20Child%20Development/CPNP%20Final%20Report.pdf
- PARTENARIAT CANADIEN POUR LA SANTÉ DES ENFANTS ET DE L'ENVIRONNEMENT (PCSEE), 2005. *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement et Ne prenons pas de risque, protégeons la santé environnementale de nos enfants*, disponibles en ligne à www.healthyenvironmentforkids.ca
- REGION OF WATERLOO PUBLIC HEALTH DEPARTMENT, sans date. *Fish Facts for Families*, disponible en ligne à action.web.ca/home/nutritio/attach/fishfacts-for-families-feb05.pdf
- RÉSEAU DES CENTRES ONTARIENS DE RESSOURCES POUR LA PROMOTION DE LA SANTÉ (en ligne). PS-101. Cours sur la promotion de la santé disponible à www.ohprs.ca/hp101/main.htm
- SOUTH RIVERDALE COMMUNITY HEALTH CENTRE, 1997. *Hidden Exposures — A Practical Guide to Creating a Healthy Environment for You and Your Children*, disponible en ligne à www.womenshealthmatters.ca/centres/environmental/Healthy-Environments/hidden_exposures.html
- THE HEALTH COMMUNICATION UNIT du Centre for Health Promotion de l'Université de Toronto, disponible en ligne à www.thcu.ca/index.htm
- TORONTO PUBLIC HEALTH (TPH), 2005. *Environmental Threats to Children: Understanding the Risks; Enabling Prevention*, disponible en ligne à www.toronto.ca/health
- US FOOD AND NUTRITION BOARD, 2005. *Dietary Reference Intakes for Energy, Carbohydrate, Fiber, Fat, Fatty Acids, Cholesterol, Protein, and Amino Acids (Macronutrients)*, disponible en ligne à newton.nap.edu/books/0309085373/html/816.html

Glossaire

Adapté de l'ouvrage *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement* du Partenariat canadien pour la santé des enfants et l'environnement, sept. 2005

Anomalie congénitale : Toute anomalie présente chez un enfant à la naissance, qu'elle soit attribuable ou non à un facteur génétique ou à des événements prénataux non génétiques. Les anomalies congénitales les plus courantes comprennent les cardiopathies congénitales, les fentes labiales et palatales, la trisomie 21, le spina-bifida et les malformations des membres. Les anomalies congénitales sont la principale source de mortalité infantile au Canada.

Association : Relation entre une exposition et une maladie. Une association ne signifie pas nécessairement qu'il existe une relation de cause à effet.

Avis aux consommateurs de poisson : Avis publics émis par les autorités environnementales ou sanitaires locales, provinciales ou nationales pour informer les consommateurs qu'ils doivent limiter ou éviter la consommation de certains poissons d'eau douce ou de mer, généralement les prédateurs se trouvant au sommet des chaînes alimentaires aquatiques. La plupart de ces avis s'adressent aux femmes enceintes, aux mères qui allaitent, aux jeunes enfants, de même qu'aux femmes en âge d'avoir des enfants.

Bioaccumulation : Certains polluants sont excrétés plus lentement qu'ils sont absorbés et s'accumulent dans le corps avec le temps. La quantité totale de polluants dans le corps (ou

« charge corporelle ») peut augmenter si l'organisme est exposé de manière répétée à des substances bioaccumulatives pendant une longue période.

Bioamplification : Processus d'augmentation de la concentration des polluants qui se produit lorsque des animaux mangent des plantes ou d'autres animaux qui contiennent des contaminants. Par exemple, quand les polluants contenus dans des plantes sont absorbés par des animaux qui en mangent régulièrement, les polluants peuvent finir par s'accumuler dans le corps des animaux à un niveau plus élevé que dans les plantes elles-mêmes. Le phénomène s'explique par le fait que les animaux mangent beaucoup de plantes et excrètent moins de polluants qu'ils en absorbent. Les concentrations de contaminants peuvent augmenter de maillon en maillon en montant dans la chaîne alimentaire.

Biosurveillance : Mesure et analyse de la présence de substances chimiques, hormonales ou autres dans les matières biologiques (p. ex. sang, urine, souffle) dans le but d'estimer les niveaux d'exposition ou de détecter des changements biochimiques chez le sujet exposé avant ou pendant l'apparition d'un effet nocif sur la santé. Le terme « biosurveillance » désigne parfois un indicateur particulier d'une maladie ou d'un trouble fonctionnel (p. ex. analyse sanguine pour déterminer la concentration de plomb dans le sang).

BPC (biphényles polychlorés) : Produits chimiques destinés aux huiles de refroidissement et bien d'autres applications. Ils ne sont plus fabriqués et leur utilisation est très restreinte en raison de leurs propriétés cancérogènes et de leur persistance dans l'environnement.

Cancer infantile : Dans tous les groupes d'âge, les cancers infantiles les plus courants sont la leucémie, le lymphome et le cancer du cerveau. L'incidence d'ostéosarcome (cancer des os) est plus élevée chez les adolescents. Les parties du corps touchées sont différentes selon le type de cancer, tout comme les traitements et le taux de guérison. Dans presque tous les cas, les cancers infantiles semblent causés par des mutations non héréditaires dans les gènes des cellules en croissance.

Carcinogène : Substance (comme un produit chimique) ou agent (comme le rayonnement ionisant) qui cause le cancer.

Chaîne alimentaire : Séquence d'espèces vivantes dans laquelle les organismes cités en premier lieu sont mangés par ceux qui les suivent, qui seront à leur tour mangés par les suivants. Au bas de toute chaîne alimentaire se trouvent les plantes vertes (chlorophylliennes). Les plantes vertes convertissent les rayons du soleil en énergie alimentaire pour tous les autres organismes de la chaîne alimentaire. Comme les organismes de chaque niveau de la chaîne emploient la majeure partie de l'énergie qu'ils consomment, il en résulte une perte d'énergie à chaque niveau, ce qui limite la longueur de la chaîne. Il y a plus de niveaux dans les chaînes alimentaires aquatiques. Plus il y a de niveaux, plus les contaminants peuvent se

concentrer (biomagnification). D'où la plus grande contamination des poissons par le méthylmercure et la nécessité d'émettre des avis aux consommateurs de poisson. Dans la nature, les chaînes alimentaires se combinent généralement pour former des réseaux alimentaires.

Charge corporelle : Quantité totale d'une substance chimique dans le corps. Certaines substances chimiques s'accumulent dans le corps parce qu'elles s'installent dans les matières grasses ou osseuses ou parce qu'elles s'éliminent très lentement.

Cognition/cognitif : Acte ou faculté de connaître ou de percevoir. Capable de connaître ou qui concerne la connaissance.

Composés organiques : Agents chimiques qui contiennent du carbone, généralement combiné à l'hydrogène et d'autres éléments comme l'oxygène, l'azote ou le chlore. Les matières végétales, le pétrole et les matières plastiques en sont des exemples, tout comme les BPC, le DDT et le PVC.

Composé organochloré : Composés organiques synthétiques très variés contenant du chlore qui se distinguent par leur persistance et leur stabilité. Certains ont été délibérément fabriqués (p. ex. les pesticides comme le DDT et les BPC, qui sont de nos jours interdits ou frappés de restrictions importantes). D'autres sont des produits de décomposition ou de réaction, comme les dioxines qui se forment lors de l'incinération de produits comme les plastiques à base de PVC. Tous ces composés sont désormais largement répartis dans l'environnement.

Contaminant : Substance étrangère à un système naturel ou présente en concentration anormale; substance indésirable qui a pénétré dans l'air, les aliments, l'eau ou le sol. Un contaminant peut être un agent chimique, un organisme vivant (p. ex. bactérie ou virus) ou un produit de la radioactivité. Certains contaminants sont créés par l'activité humaine (p. ex. contaminants industriels) tandis que d'autres résultent de processus naturels.

COV (composés organiques volatiles) : Gaz et vapeurs organiques dans l'air provenant notamment de la combustion de carburant, de l'utilisation de produits de nettoyage à sec et de l'évaporation de composés organiques provenant de solvants, de peinture et d'autres enduits.

DDT (dichlorodiphenyltrichloréthane) : Insecticide persistant utilisé dans le monde entier jusqu'à ce qu'il soit interdit dans la plupart des pays dans les années 1970.

Dioxine et furanne : Substances chimiques parmi les plus toxiques connues de la science. Il existe de nombreux types de ces substances chimiques qui sont des sous-produits de la combustion, de la dégradation d'autres produits chimiques et de certains procédés industriels.

Enfance : Pour les besoins du présent manuel, « enfance » désigne tous les stades de la vie s'étendant de la période prénatale à la fin de l'adolescence. La petite enfance désigne les enfants de 0 à 6 ans.

Épidémiologie : Étude des rapports existant entre les maladies et divers facteurs susceptibles d'exercer une influence sur leur fréquence, leur distribution et leur évolution dans les populations humaines. Branche de la médecine qui cherche à déterminer les causes exactes d'épidémies infectieuses localisées (comme l'hépatite), les troubles de toxicité (comme l'intoxication par le plomb) ou toute autre maladie d'origine inconnue.

Faible poids à la naissance : Poids de moins de 2 500 g à la naissance.

Fournisseur de services : Pour les besoins du présent manuel, le terme « fournisseur de services » désigne toute personne qui travaille dans le domaine de la préconception, de la santé prénatale ou de la santé des enfants, ou dont les travaux ont des répercussions sur ces domaines.

Fumée de tabac ambiante (fumée secondaire) : Fumée se dégageant des produits de tabac qui brûlent (cigarette, cigare, pipe) ou exhalée par les fumeurs. La fumée de tabac ambiante contient des centaines de substances toxiques, dont plus d'une quarantaine de substances cancérigènes.

Incidence : Nombre de nouveaux cas d'une maladie dans une population donnée pendant une période donnée. Souvent présentée sous la forme du nombre de nouveaux cas par 1 000 ou 100 000 personnes par année.

Lipophile/hydrophobe : Signifient littéralement « qui aime le gras » et « qui craint l'eau ». Désignent les substances qui se lient aux molécules de graisse et qui, par le fait même, se concentrent souvent

dans la chaîne alimentaire pour atteindre leur niveau le plus élevé dans les aliments à forte teneur en matière grasse, comme le lait entier, le fromage, les viandes grasses et les poissons huileux.

Lipophobe/hydrophile : Signifient littéralement « qui craint le gras » et « qui aime l'eau ». Désignent les substances qui restent en solution dans l'eau et qui n'ont pas tendance à se lier à d'autres particules ou à des molécules de graisse.

Méthylmercure : Composé organo-mercurique produit par des moisissures et des bactéries.

Neurotoxine : Substance ou agent biologique ou chimique qui a un effet nocif sur la structure ou la fonction du système nerveux central (dont le cerveau) ou périphérique. Les toxines qui nuisent au bon développement du cerveau ou du système nerveux s'appellent des neurotoxines développementales

PBDÉ (polybromodiphényléther) : Produit chimique utilisé largement comme ignifugeant dans les produits de consommation.

Période de latence : Période de temps entre l'exposition à un agent pathogène et l'apparition des premiers signes ou symptômes de la maladie.

Persistance : Propriété des substances ou agents chimiques qui restent longtemps présents dans l'environnement. Par exemple, le plomb et le mercure persistent dans l'environnement parce que ce sont des éléments stables. Les BPC sont des composés chimiquement stables qui résistent à la dégradation. Le mercure et les BPC se transmettent

par des supports environnementaux comme l'air, l'eau et les chaînes alimentaires.

Perturbateurs endocriniens (ou dérégulateurs endocriniens) : Substances chimiques synthétiques (y compris certains produits pharmaceutiques) et composés naturels de plante pouvant nuire au fonctionnement du système endocrinien (système de communication composé de glandes, d'hormones et de récepteurs cellulaires qui régule les fonctions internes du corps). Beaucoup de ces substances sont associées à des problèmes de développement, de reproduction et de santé chez des animaux sauvages et des animaux de laboratoire. Il y a lieu de craindre qu'elles aient des effets semblables chez les humains.

Pesticides : Produits chimiques, dispositifs ou organismes utilisés pour contrôler les organismes nuisibles (p. ex. mauvaises herbes, insectes, algues, champignons, etc.). Comprennent les sous-catégories suivantes : herbicides, insecticides, fongicides, rodenticides, agents antimicrobiens, produits chimiques pour la piscine, produits microbiens, agents de conservation de matériaux et du bois, produits répulsifs, et appareils visant à contrôler la présence d'insectes et de rongeurs.

Phthalates : Composés plastifiants servant à rendre certaines matières plastiques souples et flexibles.

POP (polluants organiques persistants) : Composés organiques chlorés se caractérisant par une résistance à la dégradation naturelle qui entraîne leur persistance et leur bioaccumulation dans l'environnement. Souvent très toxiques.

Prévalence : Nombre d'événements (p. ex. cas d'une maladie ou autre problème de santé donné dans une population donnée à un moment donné). Remarque : La persistance se note sous forme de chiffre et non de taux. Voir aussi « taux » et « incidence ».

Produits chimiques inorganiques : Produits chimiques qui ne contiennent pas de carbone tels que des métaux comme le plomb, le mercure et le cadmium, de même que le sel et l'amiante.

Rayonnement ionisant : Ions constituant un agent physique qui sont libérés par la désagrégation radioactive spontanée en de petits nucléides radioactifs émis lors de la prise de radiographies médicales, du fonctionnement normal d'une centrale nucléaire et, en quantités potentiellement énormes, lors d'un accident nucléaire et de la mise à l'essai ou de l'utilisation d'armes atomiques.

Réseau alimentaire : Réseau dans un milieu naturel formé d'un grand nombre de chaînes alimentaires interconnectées. Chez les humains, qui se trouvent au sommet d'un grand nombre de réseaux alimentaires, les jeunes enfants allaités se trouvent au niveau le plus élevé.

Substances génésotoxiques : Substances ou agents chimiques qui ont des effets nocifs sur les systèmes de reproduction mâles et femelles. La toxicité peut s'exprimer par un changement des comportements sexuels, une baisse de la fécondité, la perte de fœtus ou le développement anormal des organes génitaux du fœtus durant la grossesse. La perturbation des fonctions sexuelles peut se

produire à partir de la puberté et tout au long de l'âge adulte.

Substance toxique : Substance capable de nuire à la santé des humains, des animaux ou d'autres organismes vivants. L'expression est communément employée pour désigner les substances chimiques capables de nuire à l'organisme à de très faibles concentrations tout en ne procurant que peu ou pas de bienfaits.

Syndrome de mort subite du nourrisson : Désigne la mort subite et non anticipée d'un bébé apparemment sain. La cause exacte demeure inconnue, mais les facteurs de risque comprennent l'exposition à la fumée de tabac ambiante (pendant la grossesse ou après la naissance) et le fait pour l'enfant de dormir sur le ventre.

Taux : En épidémiologie, ce terme désigne la fréquence à laquelle une circonstance donnée (p. ex. incidence de l'asthme chez les enfants) se produit au cours d'une période de temps, dans une population donnée ou par rapport à une autre norme établie. L'emploi de taux plutôt que de chiffres bruts est essentiel lorsqu'on veut comparer l'expérience de populations différentes à des moments ou des endroits différents.

Tératogène : Substance ou facteur susceptible de provoquer des malformations structurelles ou fonctionnelles chez l'embryon ou le fœtus. Appelé également malformation ou anomalie congénitale. La liste des tératogènes connus comprend certains produits chimiques, des virus et le rayonnement ionisant.

Toxines développementales : Agents qui ont des effets nocifs sur le développement de l’embryon, du fœtus ou de l’enfant. Ces effets résultent généralement de l’exposition de la mère à des substances toxiques avant ou pendant la grossesse. Ils peuvent aussi être causés par des expositions du père. Le contact avec des toxines développementales peu après la naissance peut également nuire au développement de l’enfant.

Troubles d’apprentissage : Troubles de nature diverse pouvant nuire à l’acquisition, à la mémorisation, à la compréhension ou à l’utilisation d’information verbale ou non verbale. Ces troubles peuvent restreindre la capacité d’apprendre des personnes qui manifestent à d’autres égards des aptitudes moyennes essentielles à la réflexion ou au raisonnement. Les troubles d’apprentissage peuvent être causés par l’altération d’un ou plusieurs processus de perception, de réflexion, de mémorisation ou d’apprentissage. Ces troubles existent à différents degrés et peuvent nuire à l’acquisition et à l’utilisation d’une plusieurs des capacités suivantes :

- langage oral (p. ex. écoute, expression, compréhension)
- lecture (p. ex. décodage, connaissance de la phonétique, reconnaissance des mots, compréhension)
- langue écrite (p. ex. orthographe, expression écrite)
- mathématique (p. ex. calcul, résolution de problèmes).

Sources consultées

CHANCE, D^r Graham, pédiatre, président du Conseil consultatif de l’Institut canadien de la santé infantile, professeur émérite, Université Western Ontario.

Dorland’s Illustrated Medical Dictionary, 2003. 30^e éd., Philadelphie, WB Saunders.
www.dorlands.com/wsearch.jsp

LAST, J.M., 2001. *A Dictionary of Epidemiology*, 4^e éd., Oxford, Oxford University Press.

SANTÉ CANADA, 1998. *Manuel sur la santé et l’environnement à l’intention des professionnels de la santé*, Ottawa.

The Health Communication Unit, Centre for Health Promotion, Université de Toronto;
www.thcu.ca/index.htm

WIGLE, D.T., 2003. *Child Health and the Environment*, Oxford, Oxford University Press, et communications personnelles.

Annexe A : Ressources utiles

Livres, manuels et autres ressources imprimées

Santé de l'environnement, développement sain de l'enfant

Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et de l'environnement

Partenariat canadien pour la santé des enfants et l'environnement (PCSEE), août 2005. Ce manuel est une introduction couleur de 130 pages à cette grande question d'une importance vitale. L'ouvrage s'adresse aux fournisseurs de services dans le domaine de la santé génésique, de la santé de l'enfant et des services de garde, ainsi qu'aux décideurs gouvernementaux, aux médias et aux parents ayant un niveau d'instruction relativement élevé. Disponible en français et en anglais, en ligne, à www.environnementsainpourenfants.ca

Child Health and the Environment, 2003.

Premier manuel sur le sujet publié par le médecin et scientifique Don Wigle. Le manuel s'adresse aux chercheurs chevronnés. On y trouve une superbe bibliographie de ressources en ligne qui donne accès aux données scientifiques à jour présentées dans chaque chapitre du livre. Disponible à www.mclaughlincentre.ca/programs/child_health.shtml

Environmental Threats to Children: Understanding the Risks, Enabling Prevention

Toronto Public Health, septembre, 2005. Rapport scientifique complet sur les situations où les enfants sont exposés aux contaminants environnementaux, la vulnérabilité particulière des enfants et les effets pouvant nuire à leur santé. Le rapport comprend un résumé des attitudes des parents et de leur conscience des risques ainsi que des recommandations à l'intention des gouvernements fédéral et provinciaux et de la Ville de Toronto. Disponible en anglais. Rapport technique complet (241 pages) ou sommaire (58 pages) disponible en ligne à www.toronto.ca/health

Hidden Exposures – Reproduction and Pregnancy Project (collection de fiches)

South Riverdale Community Health Centre, Toronto Public Health and Environmental Health Clinic, Sunnybrook and Women's College Health Sciences Centre, 2001 (revu en 2003). Collection de huit fiches s'adressant aux responsables de cours prénataux et autres professionnels de la santé. Les fiches donnent un aperçu des risques environnementaux pour la reproduction et la grossesse et abordent sept thèmes : les pesticides, le plomb, la peinture et les solvants, les plastiques, les produits de nettoyage, les champs électromagnétiques, l'amiante et le mercure. Une autre fiche résume l'ensemble du sujet. Disponibles en français, en anglais, en espagnol, en chinois, en urdu, en hindi et en tamil.

Disponible en anglais seulement dans le site de Femmes en santé à www.womenshealthmatters.ca/centres/environmental/Healthy-Environments/hidden_exposures.html

Making Environmental Health Happen in the Community! The Story of South Riverdale Community Health Centre's Environmental Health Program – A Resource Manual

Nita Chaudhuri, South Riverdale Community Health Centre, sans date. Voilà un des premiers manuels produits au Canada qui fournit un cadre de référence permettant d'aider les intervenants en milieu communautaire à intégrer la santé de l'environnement dans leurs activités. Disponible en anglais. Pour en obtenir des exemplaires imprimés, communiquez avec le Riverdale Community Health Centre au 416.461.1925.

Ne prenons pas de risque, protégeons la santé environnementale de nos enfants

Partenariat canadien pour la santé des enfants et l'environnement (PCSEE), septembre 2005. Rédigé en langage simple, ce dépliant résume les questions et les principaux messages par rapport à l'environnement et la santé des enfants. Il s'adresse aux parents et à une grande variété de fournisseurs de services. Disponible en français et en anglais, en ligne, à www.environnementsainpourenfants.ca

***Pediatric Environmental Health*, 2^e éd., 2003.**

Compilation de l'American Academy of Pediatrics, cet ouvrage est très utile pour les professionnels de la santé. Il est plus complet et utile que la première édition. Disponible à www.aap.org/bst/showdetl.cfm?&DID=15&Product_ID=1697

Animation et alphabétisation

Base de données en alphabétisation des adultes

Disponible en ligne à www.bdaa.ca/indexe.htm

Clear Writing and Literacy

Ruth Baldwin pour l'Ontario Literacy Coalition, 2000, disponible en ligne à www.on.literacy.ca/pubs/clear/cover.htm

Guide d'animation pour une formation réussie

Fédération canadienne des services de garde à l'enfance, 2005. Ce guide fait partie des ressources offertes par la Fédération aux formatrices. Très utiles, ces ressources vous aideront à perfectionner vos aptitudes ou à développer les aptitudes d'autres personnes en matière d'animation et de formation. Disponible en français et en anglais, en ligne, avec d'autres ressources à www.cccf-fcsge.ca/subsites/familytp/english/toolbox_en.htm

Programme national sur l'alphabétisation et la santé de l'Association canadienne de santé publique

Ressources en ligne et matériel disponible moyennant des frais. Disponible en français et en anglais, en ligne, à www.nlhp.cpha.ca

Sélection de sites Web

Au Canada

Sites portant sur la santé de l'environnement

Partenariat canadien pour la santé des enfants et de l'environnement (PCSEE) –

www.environnementsainspourenfants.ca

Ce site Web offre de l'information sur les travaux réalisés par les partenaires du PCSEE. On y trouve aussi un sommaire et des renseignements détaillés portant sur la santé de l'enfant et l'environnement. Le site est encore en construction et fera éventuellement office de portail donnant accès à une base de données commune de ressources provenant des partenaires du PCSEE. Il pourra également permettre d'établir des réseaux de courriel pour le nombre croissant de personnes qui s'intéressent à cette question au Canada.

Sites Web des partenaires du Réseau :

Association canadienne du droit de l'environnement – www.cela.ca/francais.shtml
Association pour la santé publique de l'Ontario – www.opha.on.ca

Canadian Association of Physicians for the Environment – www.cape.ca
Environmental Health Clinic – www.womenscollegehospital.ca/programs/program76.html

Fédération canadienne des services de garde à l'enfance – www.cccf-fcsge.ca

Institut canadien de la santé infantile – www.cich.ca
Ontario College of Family Physicians – www.ocfp.on.ca

Pollution Probe – www.pollutionprobe.org

South Riverdale Community Health Centre
(en construction)

Toronto Public Health – www.toronto.ca/health

Troubles d'apprentissage – Association canadienne
– www.ldac-taac.ca

Le site Web du PCSEE donne accès aux sites de chacun des partenaires du PCSEE. Deux des partenaires ont de grandes collections de ressources en ligne portant sur les enfants. Voir : **Canadian Association of Physicians for the Environment (CAPE), Children's Health Project** – www.cape.ca/children.html. Ce site offre aux médecins (et à leurs patients) les concepts fondamentaux en lien avec la santé environnementale des enfants.

Fédération canadienne des services de garde à l'enfance – Espaces Santé – www.cfc-efc.ca/healthy-spaces/home_fr.php. Ce site interactif est conçu pour les parents et fournisseurs de soins qui travaillent avec les jeunes enfants et leurs familles.

Centres de santé des travailleurs(ses) de l'Ontario – www.ohcow.on.ca

Le Centre compte une équipe de professionnels de la santé cherchant activement à promouvoir la meilleure forme physique, mentale et sociale possible des travailleurs et de leur collectivité. On retrouve dans cinq centres de l'Ontario une équipe d'infirmiers et d'infirmières, d'hygiénistes, d'ergonomes et de médecins qui voient des patients et décèlent des blessures et maladies liées au travail, qui font la promotion des questions de santé et de sécurité et qui élaborent des stratégies de prévention.

Motherisk – www.motherisk.org

Les chercheurs de Motherisk, projet commun de l'Hospital for Sick Children et de l'Université de

Toronto, font diverses études et offrent de l'information et des conseils aux Canadiennes, à leur famille et aux professionnels de la santé sur la sécurité et les risques que comportent les drogues, les produits chimiques, les radiations et les infections durant la grossesse et l'allaitement.

Nova Scotia Allergy and Environmental Health Association – www.lesstoxicguide.ca

Site canadien fournissant de l'information sur les risques pour la santé de produits utilisés couramment à la maison. On y propose des solutions de rechange moins toxiques pour les soins personnels, l'entretien ménager, les soins pour bébés et le contrôle des organismes nuisibles.

The Lung Association: Your Healthy Home – www.yourhealthyhome.ca

Site Web interactif regorgeant d'information sommaire bien documentée et bien écrite sur les moyens d'améliorer la qualité de l'air intérieur.

Sites portant sur le développement sain de l'enfant

Centres de la petite enfance – www.ontarioearlyyears.ca/oeyc/oeyc.htm

Portail qui permet d'accéder à de l'information et des ressources en ligne et de connaître l'emplacement des Centres de la petite enfance de la province.

Child Care Providers Resource Network: Ottawa Carleton – www.ccprn.com/pages/main.html
Organisme de charité sans but lucratif visant à offrir du soutien, de l'information, de la formation et des ressources aux personnes qui offrent des services de garde à domicile. Cet organisme est

financé par le ministère des Services sociaux et communautaires et par la Ville d'Ottawa.

Investir dans l'enfance – www.investirdanslenfance.ca

Fondation canadienne sans but lucratif visant à promouvoir le développement sain des enfants de la naissance à l'âge de cinq ans.

Meilleur départ : Le Centre de ressources sur la maternité, les nouveau-nés et le développement des jeunes enfants de l'Ontario – www.meilleurdepart.org

Meilleur départ aide les fournisseurs de services de tout l'Ontario qui font la promotion de la santé à améliorer la santé des femmes enceintes, des nouveaux parents, des nouveau-nés et des jeunes enfants.

Réseau canadien de la santé – www.reseau-canadien-sante.ca

Très grand site Web parrainé par l'Agence de santé publique du Canada. Voir notamment les sections Enfants et Environnement et santé.

Sites portant sur l'art d'être père

Canadian Father Involvement Initiative – www.cfii.ca

Ce site offre des liens à des programmes dans l'ensemble du Canada.

Dads Today – www.dadstoday.org

Site conçu pour aider les pères à renforcer les liens avec leurs enfants. On y met l'accent sur le soutien affectif, l'engagement et le lien entre le père et l'enfant qui peut aider le petit à bien se développer et à devenir un membre actif de sa collectivité.

Créé à titre de projet par les LAMP Early Years Services au centre de santé communautaire LAMP (à Toronto).

Mon père est important parce que... – www.monpere.ca

Le site www.monpere.ca a été créé dans le cadre du projet « Mon père est important parce que... », aussi connu sous le nom de Fonds pour le projet national sur la paternité, financé par le Fonds pour le projet national de Santé Canada. L'objectif premier de ce site est de fournir des renseignements aux personnes qui élaborent et gèrent dans leur collectivité des programmes destinés aux pères.

Aux États-Unis

Caring for our Children – National Health and Safety Performance Standards: Guidelines for Out-of-Home Child Care – nrc.uchsc.edu/CFOC/index.html

Cette ressource exhaustive a été élaborée par le National Resource Center for Health and Safety in Child Care, l'American Public Health Association, l'American Academy of Pediatrics et le Maternal and Child Health Bureau du département américain de la Santé et des Services humains. Elle a été élaborée pour promouvoir la santé et la sécurité dans les services de garde et offre une grande quantité d'information pertinente sur l'environnement et la santé.

Children's Health Environmental Coalition – checnet.org

Cet organisme américain sans but lucratif renseigne le public sur les questions touchant l'environnement et la santé des enfants. L'une des sections les plus intéressantes du site est la

HealtheHouse [sic], une ressource interactive montrant comment réduire les risques environnementaux pour la santé des enfants à la maison.

Greater Boston Physicians for Social Responsibility: Healthy Environment, Healthy Child Internet Resource Guide for Parents – psr.igc.org/ped-toolkit-parents.htm

Site offrant un beau choix de renseignements catégorisés et utiles pour les parents concernant l'environnement et la santé des enfants.

Greater Boston Physicians for Social Responsibility: Pediatric Environmental Health Toolkit – psr.igc.org/ped-toolkit-clinicians.htm

Site offrant des outils complets et des liens à d'autres ressources utiles pour les médecins et autres professionnels de la santé.

Autres ressources en ligne

Activité physique – www.saferoutestoschool.ca

**Analyse du public (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/Step3AudienceAnalysis.htm;
www.thcu.ca/infoandresources/publications/StepThreeAudienceAnalysisSegmentationForWebOct9-03.pdf**

Appels à la peur – www.thcu.ca/infoandresources/publications/fa-fre-web.pdf

Campagnes de communication sur la santé (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/health_communication.htm

Centre de formation et de consultation (lutte contre le tabagisme) – www.ptcc-cfc.on.ca

Charte d'Ottawa pour la promotion de la santé – www.euro.who.int/AboutWHO/Policy/20010827_2?language=French

Consommation du poisson gibier de l'Ontario – www.ene.gov.on.ca/envision/guide/index-fr.htm ; action.web.ca/home/nutritio/attach/fish-facts-for-families-feb05.pdf

Continuum de la prévention au traitement (en anglais) – www.cape.ca/children/prev.html

Déterminants de la santé – www.phac-aspc.gc.ca/ph-sp/ddsp/determinants/index.html

Évaluation (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/evaluation_resources.htm; ctb.ku.edu/tools/tk/en/tools_tk_12.jsp

Formulation d'un message (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/Step8MessageDevelopment.htm

Guide alimentaire canadien pour manger sainement – www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/fg_rainbow-arc_en_ciel_ga_f.html

Inclusion sociale – www.healthycommunities.on.ca/publications/ICO/index.html

J'en fais partie – www.opc.on.ca/francais/index.htm

Mesures de précaution – www.sehn.org/ppfaqs.html

Nutrition, grossesse et jeunes enfants – www.hc-sc.gc.ca/fn-an/pubs/infant-nourrisson/nut_infant_nourrisson_term_e.html; www.meilleurdepart.org/resources/nutrition/index.html

Objectifs (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/publications/StepFiveSettingObjectivesForWebOct9-03.pdf

Outil de révision d'un message (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/publications/Complete%20Message%20ReviewTool%20March20-03.pdf

Partenariats – www.healthycommunities.on.ca

Pauvreté – www.beststart.org/resources/anti_poverty/pdf/REDUCE.pdf; www.campaign2000.ca; www.sharethewarmth.org; www.ontariotenants.ca

Planification des activités de promotion de la santé (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/planning.htm; www.ohprs.ca/hp101/main.htm; www.toolsofchange.com

Pression par l'entremise des médias (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/media_advocacy.htm

Principes relatifs à l'apprentissage des adultes – www.cccf-fcsge.ca/subsites/familytp/english/toolbox_fr.htm

Rapid Risk Factor Surveillance System – www.rrfss.ca

Recettes pour créer à peu de frais des produits nettoyants sans danger pour l'environnement (en anglais) – www.lesstoxicguide.ca;
www.ces.ncsu.edu/depts/fcs/housing/pubs/fcs3682r.html

Réseau des centres ontariens de ressources pour la promotion de la santé – www.ohprs.ca/index_f.html

Risques pour la grossesse en milieu de travail – www.meilleurdepart.org/ressources/travail/

Santé et reproduction – www.meilleurdepart.org/ressources/repro/

Techniques de présentation (en anglais) – www.thcu.ca/infoandresources/Step8MessageDevelopment.htm

The Health Communication Unit – www.thcu.ca/index.htm

Vidéos

Children Breathe Easy

South Riverdale Community Health Centre, Toronto. Vidéo de 22 minutes montrant les étapes à suivre pour améliorer la qualité de l'air intérieur dans une école du centre-ville de Toronto, selon le projet Blake/ EAST Indoor Air Quality project. Cette vidéo est un outil pour aider d'autres collectivités à créer un milieu d'apprentissage et de travail plus sain pour les élèves et les enseignants. Disponible auprès du South Riverdale Community Health Centre : 416.461.1925, poste 246.

Lawn and Garden Pesticides: Reducing Harm

Canadian Association of Physicians for the Environment (CAPE), 2005. Vidéo d'environ 10 minutes abordant les risques que pose, pour la santé des enfants, l'utilisation des pesticides à des fins esthétiques. Disponible auprès de CAPE à www.cape.ca (15 \$ pour les particuliers, 25–50 \$ pour les organismes; coût calculé en fonction du budget annuel).

Not Under My Roof: Protecting Your Baby From Toxins at Home

Children's Health Environmental Coalition (17 min). Cette vidéo est très utile, mais il convient de noter qu'elle présente les questions uniquement selon la perspective de la classe moyenne blanche. Disponible en ligne à www.chechnet.org/prodres_myroof.asp

Toxic Trespass – Children's Health and the Environment

(titre provisoire, film en cours de tournage). Ce documentaire sera une co-production du Women's Healthy Environments Network et de l'Office national du film du Canada. Le film expliquera les risques associés aux dangers environnementaux pour les enfants et les générations futures afin de mobiliser l'opinion publique et d'apporter les changements individuels, sociaux et structurels nécessaires. On y présentera également des stratégies qui permettront aux gens et à la société de prendre des mesures positives pour corriger la situation.

Annexe B : Liste de vérification pour un milieu de vie sans danger pour les enfants

Liste de vérification pour les garderies et les centres de la petite enfance

Votre établissement présente-t-il un danger pour les femmes enceintes et les enfants? Les questions qui suivent (et les réponses que vous y donnerez) vous permettront de déterminer si vos installations sont saines et si elles présentent des risques pour la santé des femmes enceintes et des enfants. La liste qui suit soulève les questions environnementales que vous devez vous poser à vous-même et aux autres. Vous avez donc en main l'information qu'il vous faut pour créer un environnement sain. (Si vous répondez par l'affirmative à l'une ou l'autre des questions suivantes, veuillez cocher la case correspondante.)

L'établissement

- ☐ Votre établissement est-il situé à proximité d'une zone industrielle?
- ☐ Y a-t-il des travaux de rénovation en cours?
- ☐ Le bâtiment a-t-il été construit avant 1977?
- ☐ Est-ce que la peinture s'écaille?
- ☐ Y a-t-il un endroit dans votre établissement où vous rangez des produits de nettoyage, de la peinture, des solvants ou des pesticides?

La salle de jeu et la salle d'apprentissage

- ☐ Le personnel et les enfants retirent-ils leurs chaussures en entrant?
- ☐ Les tout-petits s'amuse-t-ils avec des jouets en plastique souple?
- ☐ Est-ce que le matériel utilisé pour le bricolage dégage de fortes odeurs?
- ☐ Acceptez-vous les jouets usagés?
- ☐ Les planchers de votre établissement sont-ils principalement recouverts d'une moquette?

La salle de bain et le vestiaire

- ☐ Utilisez-vous un désodorisant pour masquer les odeurs?
- ☐ Nettoyez-vous la cuvette des toilettes, le coulis et les carreaux à l'aide de produits chimiques?
- ☐ Utilisez-vous un savon antibactérien?
- ☐ Y a-t-il de la moisissure au plafond, sur les murs, sur le coulis ou sous le lavabo?
- ☐ Utilisez-vous un thermomètre à mercure?

La cuisine

- ☐ Nettoyez-vous le four à l'aide de produits chimiques?
- ☐ Avez-vous un problème de vermine (fourmis, coquerelles, souris)?
- ☐ Utilisez-vous une cuisinière au gaz?
- ☐ Servez-vous souvent des repas à base de thon?
- ☐ Servez-vous souvent des aliments riches en graisses animales?

À l'extérieur

- ☐ Les structures de jeux sont-elles faites de bois traité à l'arséniate de cuivre chromaté (ACC), mieux connu sous le nom de « bois traité sous pression »?
- ☐ Les enfants jouent-ils à l'extérieur les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise?
- ☐ Les autobus scolaires laissent-ils tourner leur moteur au ralenti près des aires de jeux ou des zones d'embarquement?
- ☐ Le gazon est-il traité aux pesticides?
- ☐ Est-ce que les aires de jeux sont situées à proximité de bâtiments ou de clôtures dont la peinture s'écaille?

Quelques précisions et conseils de sécurité

L'établissement

Votre établissement est-il situé à proximité d'une zone industrielle?

Une usine n'est pas forcément polluante et insalubre. Il faut toutefois reconnaître que certaines d'entre elles contribuent à la pollution de l'air ou contaminent la nappe phréatique. Mais ce n'est pas là le seul désavantage à s'établir à proximité d'une zone industrielle. Par exemple, la présence continue de bruits intenses et la circulation nettement plus dense peuvent être incommodantes. Aussi, il y a peut-être des risques que le terrain ait déjà servi à des fins industrielles, ce qui augmente considérablement les dangers de contamination.

Conseils de sécurité

- Tous les établissements devraient être munis d'un bon système de ventilation, entretenu sur une base périodique par un spécialiste.
- Si l'eau provient d'un puits, le ministère de l'Environnement recommande de procéder à une analyse périodique de l'eau pour déceler toute trace de polluants chimiques.
- Si vous avez des doutes, fondés ou non, concernant la qualité de l'air dans votre collectivité, attaquez le problème de front. Faites part de vos préoccupations à votre centre de santé communautaire ou joignez-vous à des citoyens qui partagent vos inquiétudes.
- L'emplacement que vous choisirez pour votre établissement devrait être en retrait de toute source apparente de pollution (p. ex., la pollution de l'air, le bruit et la circulation).

Y a-t-il des travaux de rénovation en cours? Les travaux de rénovation (p. ex., démolir un plancher, abattre un mur et retirer une applique murale) peuvent libérer des matières contaminées, que ce soit de la poussière, des particules d'amiante, des fibres minérales, du plomb, des pesticides et de la moisissure. De même, l'étape de la reconstruction n'est pas exempte de dangers : les nouveaux matériaux peuvent contenir des substances potentiellement nocives, notamment des composés organiques volatils, de la poussière et des fongicides. L'avantage des travaux de rénovation, c'est qu'ils permettent de créer un milieu plus sain si les matériaux et les produits utilisés sont choisis avec soin et si le travail est réalisé selon les normes d'usage.	Conseils de sécurité • Pendant les rénovations, les femmes enceintes et les jeunes enfants devraient rester à l'écart, jusqu'à ce que les travaux soient terminés et que les lieux aient été nettoyés et aérés. • Planifiez les rénovations par temps doux, pour pouvoir travailler fenêtres ouvertes dans un endroit bien aéré; prenez soin d'éliminer la poussière régulièrement pour éviter qu'elle ne se disperse. • Choisissez des matériaux de construction naturels et robustes requérant un minimum de finition et d'entretien. Vous contribuerez ainsi à préserver les ressources naturelles et à réduire la contamination de l'air intérieur. • Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 125–126).
Y a-t-il un endroit dans votre établissement où vous rangez des produits de nettoyage, de la peinture, des solvants ou des pesticides? De nombreux produits d'entretien à usage domestique ou commercial contiennent des substances potentiellement dangereuses. Ces produits peuvent dégager des émanations toxiques pour les enfants. Même s'ils sont rangés dans des contenants hermétiques, le danger n'est pas totalement écarté. Avec le temps, le sceau d'étanchéité perd de son efficacité et peut laisser échapper des substances chimiques. Les risques se multiplient si les produits sont entreposés dans des endroits non ventilés, comme les placards. Enfin, les enfants peuvent aussi être victimes d'une intoxication accidentelle. Soyez prévenant en réduisant au minimum l'utilisation et l'éventail de produits toxiques.	Conseils de sécurité • Lisez les étiquettes et laissez sur les tablettes les produits qui affichent tout un éventail de symboles de danger (corrosif, explosif, etc.). • Optez pour des produits écologiques ou non toxiques. Si vous croyez que seul un produit toxique peut venir à bout de la tâche à accomplir, n'achetez que le strict nécessaire et suivez attentivement les consignes de sécurité. • Utilisez les produits de nettoyage dans une pièce bien aérée. Interdisez l'accès aux enfants jusqu'à ce que l'odeur se soit dissipée. • Rangez tous les produits d'entretien dans des contenants hermétiques, soigneusement étiquetés, puis mettez-les sous clé. Si vous ne comptez pas réutiliser un produit, jetez l'excédent avec les déchets ménagers dangereux. • Pour en connaître davantage sur le sujet, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 120–121).

Le bâtiment a-t-il été construit avant 1977?

En 1976, la réglementation fédérale a imposé une limite à la quantité de plomb autorisée dans les peintures d'intérieur vendues au Canada. Quant à la peinture d'extérieur, elle pouvait, avant les années 1950, contenir jusqu'à 70 % de plomb en poids. Ainsi, si votre bâtiment a été construit avant 1976, la peinture intérieure et extérieure présente probablement une forte concentration de plomb. Cela dit, la peinture à base de plomb, en elle-même, est inoffensive; la situation se complique si elle s'écaille et si la surface peinte doit être restaurée, que ce soit par des travaux de ponçage ou par la démolition des murs.

Est-ce que la peinture s'écaille?

Le plomb contenu dans les éclats de peinture et dans la poussière peut avoir des effets néfastes sur la santé. Les enfants sont d'autant plus à risque qu'ils ont tendance à tout porter à leur bouche, pour le plaisir de découvrir. Ainsi, les éclats de peinture les intéressent tout autant que leurs mains couvertes de poussière contaminée. Le plomb est plus facilement assimilé par le fœtus, les bébés et les enfants; il peut nuire au développement du cerveau et altérer leurs fonctions cérébrales. Il a été scientifiquement prouvé que le plomb est nocif pour le fœtus et les enfants, quelle qu'en soit la teneur.

Conseils de sécurité

- Il n'y a aucune inquiétude à se faire si la peinture est en bon état. Si toutefois ce n'est pas le cas, il importe d'appliquer un produit d'étanchéité ou de couvrir les surfaces endommagées au moyen de cloisons sèches ou de lambris. Prenez garde de ne jamais poncer, gratter ni utiliser un pistolet à air chaud pour décaper la peinture à base de plomb.
- Pendant les rénovations, les femmes enceintes et les enfants devraient rester à l'écart, jusqu'à ce que l'endroit ait été soigneusement nettoyé. Il importe également d'éliminer la poussière régulièrement tout au long des travaux.
- Époussetez souvent, à l'aide d'un chiffon humide, le rebord des fenêtres, les moulures et toute autre surface où la poussière aurait pu s'accumuler. Pour nettoyer les planchers, utilisez une vadrouille humide.
- Pour en savoir plus, consultez le site Web de la Société canadienne d'hypothèques et de logement à l'adresse www.cmhc-schl.gc.ca ou celui de Santé Canada à l'adresse www.hcsc.gc.ca/iyh-vsv/prod/index_f.html.
- Les services de garderie aux États-Unis doivent se plier à certaines normes pour prévenir une exposition au plomb; pour en connaître les détails, parcourez le chapitre 5 du *National Health and Safety Performance Standards* à l'adresse <http://nrc.uchsc.edu/CFOC/index.html> (en anglais seulement).

La salle de jeu et la salle d'apprentissage

Le personnel et les enfants retirent-ils leurs chaussures en entrant? De nombreuses substances présentes à l'extérieur, comme les métaux, les pesticides et les excréments d'animaux, parviennent à s'infiltrer à l'intérieur en adhérant aux chaussures, aux pattes des animaux de compagnie et aux roues des poussettes ou des chariots d'épicerie. Elles s'incrusteront notamment dans la poussière, les planchers et la moquette. Souvent assis par terre, les jeunes enfants côtoient ces substances de près. Une bonne façon de les protéger est d'éviter le plus possible de contaminer l'air intérieur avec de la poussière ou des saletés provenant de l'extérieur.	Conseils de sécurité • Demandez aux usagers du centre de retirer leurs chaussures en entrant. Vous pourriez leur faciliter la tâche en plaçant un tapis ou une chaise à l'entrée. • Les tapis d'entrée empêchent la poussière et les saletés de pénétrer à l'intérieur. Lavez-les fréquemment et séparément. • Encouragez le port de chaussures ou de chaussettes d'intérieur. • Aménagez une aire d'accueil où les parents pourront déposer et prendre leurs enfants sans devoir circuler dans l'établissement. • Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 117).
Les tout-petits s'amuse-t-ils avec des jouets en plastique souple? Certains jouets d'enfant sont faits de polychlorure de vinyle (ou vinyle) auquel on a ajouté des phthalates pour leur donner un peu de souplesse. Ces jouets, que les enfants mettent dans leur bouche et mâchouillent, peuvent libérer des substances toxiques. En plus d'être présents dans l'air intérieur, les phthalates sont utilisés dans la fabrication de produits en plastique, de vernis à ongles, de cosmétiques et de certains emballages alimentaires. On soupçonne les phthalates d'être à l'origine de nombreux problèmes de santé (p. ex., le dysfonctionnement du système reproducteur de l'homme). En raison des pressions exercées par les consommateurs et par les instances gouvernementales, certains fabricants utilisent aujourd'hui d'autres matières plastiques. Contrairement à l'Union européenne, le Canada n'a pas encore banni, à titre préventif, l'usage de phthalates dans la fabrication des jouets. En attendant, Santé Canada recommande aux parents de jeter les anneaux de dentition et les hochets en vinyle souple.	Conseils de sécurité • La plupart des matières recyclables portent un numéro, inscrit à l'intérieur du logo de recyclage. Servez-vous de ce code pour reconnaître facilement les articles en polychlorure de vinyle, qui sont désignés par le chiffre 3. Malheureusement, les jouets en vinyle ne sont pas tous étiquetés. Par mesure de précaution, évitez d'acheter des jouets faits d'un matériau qui a l'apparence du vinyle, en particulier, les anneaux de dentition. • Avant d'acheter un jouet ou un autre article en plastique, vérifiez si l'emballage précise l'absence de polychlorure de vinyle ou de phthalates. En cas de doute, communiquez avec le fabricant. • Utilisez des contenants en verre, en céramique ou en acier inoxydable pour faire réchauffer le lait et les aliments. Sous l'action de la chaleur, les phthalates contenus dans le plastique se diffusent et contaminent les aliments. • Favorisez les produits qui ne sont pas faits de vinyle souple; soyez particulièrement vigilant pour le choix, par exemple, d'un imperméable, d'un rideau de douche et d'une housse de poussette.

Est-ce que le matériel utilisé pour le bricolage dégage de fortes odeurs?

Le matériel et les accessoires de bricolage peuvent contenir des substances nocives pour les enfants. Par exemple, on a détecté du plomb dans des crayons, de la peinture et de la craie. De plus, les solvants présents dans la colle et les surligneurs peuvent dégager des composés organiques volatils. Ne vous méprenez pas : un produit est considéré comme *non toxique* s'il ne provoque pas une intoxication aiguë et rapide; ses effets n'ont pas nécessairement été évalués à long terme.

Les étiquettes en disent long sur l'innocuité d'un produit :

- Recherchez la mention « non toxique ».
- Assurez-vous que l'étiquette n'affiche aucun symbole de danger ni aucune mise en garde spécifique (p. ex., nocif en cas d'ingestion).
- Recherchez les sceaux AP (produit approuvé) et CL (certifié comme étant dûment étiqueté), que l'organisme américain Arts and Creative Materials Institute appose sur les produits conformes à la norme ASTM D-4236.
- Notez le pays de fabrication et soyez particulièrement vigilant si le produit a été fabriqué à l'étranger. En effet, les normes en matière de santé, d'environnement et d'hygiène au travail, s'il en est, ne sont pas aussi strictes d'un pays à l'autre.

Conseils de sécurité

- Avant d'utiliser un produit, lisez l'étiquette et suivez attentivement les instructions. Si l'étiquette n'indique pas clairement que le produit est sécuritaire, communiquez avec le fabricant pour vous assurer qu'aucune précaution n'est requise en présence de jeunes enfants.
- Prévenez les risques d'inhalation accidentelle en évitant d'acheter des produits en poudre ou en vaporisateur. Optez plutôt pour des produits vendus sous forme de liquide, de gel ou de crème. Si toutefois vous devez préparer un mélange de poudre et d'eau, faites-le en l'absence des enfants et dans un endroit bien aéré.
- La charpie accumulée sur le filtre de la sècheuse renferme une quantité de substances toxiques. Elle ne doit pas être utilisée pour fabriquer du papier ou faire du bricolage.
- Privilégiez les produits à base d'eau à ceux qui contiennent des solvants; par exemple, la colle de caoutchouc et les surligneurs à base de solvants sont à éviter.
- Pendant les périodes de bricolage, assurez-vous de ne jamais laisser les enfants sans surveillance, ne leur permettez pas de manger ou de boire et aérez bien la pièce.
- Une fois l'activité terminée, veillez à ce que les membres du personnel et les enfants se lavent bien les mains. Nettoyez minutieusement l'aire de travail. Essuyez le plancher à l'aide d'une vadrouille humide (et non un balai). Remettez tout le matériel et les accessoires dans leurs contenants originaux et rangez-les hors de la portée des enfants.
- Pour en savoir plus sur le sujet, consultez le document intitulé *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement* (p. 123–124). La Fédération canadienne des services de garde à l'enfance a également préparé une feuille-ressource, à l'adresse www.cfc-efc.ca/docs/cccf/rs021_fr.htm. De plus, vous pouvez lire les conseils de sécurité proposés par la Children's Health

	Environmental Coalition, à l'adresse www.checnet.org/healthehouse/virtualhouse/index.asp (en anglais seulement).
Acceptez-vous les jouets usagés? Les jouets qu'on vous donne arrivent rarement dans leur emballage original et, souvent, l'étiquette du fabricant est arrachée. Par conséquent, vous ignorez tout des mesures de précaution à prendre, de l'âge requis pour qu'un enfant utilise le produit en toute sécurité, des matériaux qui entrent dans la fabrication du produit et des coordonnées du fabricant. De plus, les jouets peints, s'ils ont été fabriqués avant 1970, peuvent contenir du plomb ou d'autres substances toxiques. Les normes actuelles, plus rigoureuses, proscrirent de nombreux jouets autrefois tolérés; c'est le cas, par exemple, des anneaux de dentition, qui contiennent des substances toxiques appelées « phthalates ». Enfin, les livres et les jouets en peluche, souvent poussiéreux, favorisent la présence d'acariens, de moisissure et d'autres allergènes.	Conseils de sécurité • Examinez minutieusement tous les articles usagés qui vous sont donnés, surtout s'ils sont dépourvus de leur emballage original. • Débarrassez-vous des vieux jouets ou des jouets en plastique souple pour éviter qu'ils ne tombent sous la main de jeunes enfants. • Faites disparaître les articles peints, fabriqués avant les années 1970 (p. ex., les coffres à jouets ou les meubles). • Songez à rédiger des lignes directrices concernant les jouets usagés.
Les planchers de votre établissement sont-ils principalement recouverts d'une moquette? L'odeur qui émane d'une nouvelle moquette est la preuve que l'air ambiant est chargé de composés organiques volatils ou d'autres produits chimiques. Ceux-ci tendent à s'accumuler si une pièce est mal ventilée et peuvent causer, entre autres malaises, des irritations aux yeux, à la gorge et aux poumons. On sait que certains de ces composés ont des effets encore plus néfastes sur la santé, et notamment sur les fonctions cérébrales. Au fil du temps, la moquette se charge de poussière et de produits chimiques et est propice à la formation de moisissure. À titre comparatif, un mètre carré d'une vieille moquette peut contenir jusqu'à 400 fois plus de poussière qu'un plancher non couvert. Les nettoyeurs pour moquettes, guère mieux, peuvent renfermer des produits chimiques qui irritent les yeux et les voies respiratoires.	Conseils de sécurité • Pensez-y deux fois avant d'installer une moquette dans les aires de jeux. Les tapis, simples à secouer et faciles à laver, et le bois franc sont certes de meilleures options. • Placez un tapis devant la porte d'entrée et lavez-le fréquemment. • Si vous prévoyez retirer la moquette une pièce à la fois, commencez par celle où les enfants jouent le plus souvent. • Passez fréquemment l'aspirateur en vous assurant de bien aérer la pièce. Pour un nettoyage plus en profondeur, utilisez des produits écologiques, moins toxiques. • Si vous préférez la moquette à tout autre revêtement de plancher, privilégiez les fibres naturelles. Laissez la moquette à l'air libre avant de l'installer et évitez l'usage d'adhésifs toxiques. La pièce doit être bien aérée et n'être utilisée qu'une fois l'odeur totalement dissipée.

La salle de bain et le vestiaire

Utilisez-vous un désodorisant pour masquer les odeurs? La plupart des désodorisants contiennent tout un éventail de produits chimiques toxiques utilisés pour masquer les odeurs, pour les neutraliser ou même pour bloquer le nerf olfactif de sorte que l'odeur ne puisse plus être détectée. Pour éviter l'usage de produits chimiques, trouvez et jetez ce qui est à l'origine des mauvaises odeurs ou essayez d'en diluer les effluves pour rendre l'odeur moins inconfortable.	Conseils de sécurité • Utilisez une poubelle munie d'un couvercle hermétique et videz-la aussi souvent que nécessaire. • Assurez-vous de bien ventiler la salle de bain. • Pour éliminer les odeurs dans la salle de bain et le vestiaire, ouvrez une boîte de bicarbonate de soude et placez-la hors de la portée des enfants. Sachez que la zéolite est également très efficace pour neutraliser les mauvaises odeurs.
Nettoyez-vous la cuvette des toilettes, le coulis et les carreaux à l'aide de produits chimiques? Les produits marqués d'un symbole de danger ou faisant l'objet d'une mise en garde renferment assurément des produits chimiques très puissants, souvent toxiques. Les substances nocives sont absorbées par inhalation ou par voie cutanée. Sachez qu'il est facile de garder la cuvette propre sans utiliser de produits chimiques. Par contre, le coulis entre les carreaux, une fois encrassé, est difficile à nettoyer. La meilleure solution est de prévenir la formation de moisissure.	Conseils de sécurité • Retenez qu'une bonne ventilation prévient la formation de moisissure. • Privilégiez les produits d'entretien écologiques. • Faites briller votre salle de bain uniquement avec du bicarbonate de soude et quelques bons coups de brosse. • Si vous utilisez un produit de nettoyage puissant, suivez attentivement les instructions, aérez bien la pièce et surtout tenez les enfants à l'écart. • Si vous prévoyez changer vos carreaux de céramique, choisissez un coulis de couleur foncée; la moisissure y sera moins apparente.
Utilisez-vous un savon antibactérien? Le savon antibactérien n'est pas efficace contre les maladies virales, comme le rhume et la grippe. Il est également difficile de prouver son efficacité réelle contre diverses infections bactériennes. Les gens tendent à faire un usage excessif du savon antibactérien, ce qui peut contribuer à l'émergence de superbactéries, c'est-à-dire des bactéries capables de résister aux produits chimiques conçus expressément pour les éliminer. Le savon ordinaire et l'eau suffisent généralement pour venir à bout de la plupart des microbes.	Conseils de sécurité • Assurez-vous que les membres du personnel et les enfants se lavent les mains s'ils ont fait des jeux extérieurs ou du bricolage, s'ils ont utilisé la salle de bain, s'ils ont caressé un animal, s'ils ont manipulé des ordures, s'ils ont toussé, éternué ou mouché leur nez, s'ils s'apprêtent à manger ou s'ils ont terminé leur repas et s'ils ont été exposés à tout autre risque de contamination. • Suivez une à une les étapes qui suivent pour un lavage efficace : enduisez-vous les mains de savon et frottez-les vigoureusement sous l'eau chaude pendant au moins 15 secondes. Lavez l'intérieur

	comme l'extérieur. Rincez-vous les mains à l'eau courante et séchez-les bien. • Le savon antibactérien devrait servir uniquement là où le besoin est réel, par exemple, dans les établissements médicaux. • Enseignez aux enfants une chanson qu'ils pourraient fredonner pendant qu'ils se lavent les mains; c'est une bonne façon de les garder concentrés à la tâche le temps d'un nettoyage minutieux.
Y a-t-il de la moisissure au plafond, sur les murs, sur le coulis ou sous le lavabo? La moisissure prolifère si elle se trouve en présence d'humidité et de débris de nourriture. Elle s'attaque aux matériaux, comme le bois, le papier et les tissus. Les spores qu'elle produit se dispersent dans l'air et provoquent des allergies, des crises d'asthme et d'autres problèmes de santé. La meilleure façon de combattre la moisissure est de contrôler le taux d'humidité. Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 36).	Conseils de sécurité • Évitez de créer un milieu propice à la formation de moisissure. Maintenez vos pièces sèches et propres. Réglez sans tarder tout problème de plomberie. • Installez des ventilateurs raccordés à l'extérieur et faites-les fonctionner régulièrement. • Pour nettoyer la moisissure, armez-vous de gants de caoutchouc et d'un masque et frottez avec de l'eau mélangée à un détergent non parfumé (évitiez l'eau de Javel). Rincez avec un linge mouillé et séchez bien pour éliminer la moisissure de surface. Interdisez l'accès aux enfants et aux personnes souffrant d'asthme ou d'allergies. • Si la moisissure couvre une large surface, si elle se régénère constamment ou si un type de moisissure en particulier vous incommode, demandez l'aide d'un expert. Pour en savoir plus, rendez-vous à l'adresse www.toronto.ca/health/mould.htm (en anglais seulement). • Jetez tout article qui, après maints nettoyages, présente toujours des traces de moisissure ou ne semble jamais vouloir sécher. • Pour en savoir plus sur la moisissure, visitez le site Web de la Société canadienne d'hypothèques et de logement à l'adresse www.cmhc-schl.gc.ca.

Utilisez-vous un thermomètre à mercure? Le mercure est un métal dangereux qui peut avoir des effets néfastes sur le développement du cerveau et sur les fonctions cérébrales. Il est dangereux d'inhaler les vapeurs de mercure qui s'échappent lorsqu'un thermomètre à mercure se brise. Et le risque est d'autant plus grand si la pièce est mal ventilée. Les thermomètres à mercure ne sont pas les seuls responsables de la pollution par le mercure. Ce métal est une source constante de contamination, surtout parce qu'il se concentre dans la chaîne alimentaire aquatique.	Conseils de sécurité • Jetez les thermomètres à mercure avec les déchets ménagers dangereux. • Choisissez d'autres types de thermomètre (p. ex., un thermomètre numérique ou un thermomètre auriculaire à infrarouge). • Si un thermomètre à mercure se brise, gardez les enfants à distance, éteignez le système de ventilation et communiquez avec votre service de santé publique. Surtout, évitez de nettoyer le déversement à l'aide d'un aspirateur ou d'un balai.
--	--

La cuisine

Nettoyez-vous le four à l'aide de produits chimiques? La plupart des nettoyeurs pour le four s'accompagnent de nombreuses mises en garde et d'une longue liste d'instructions et de procédures à suivre en cas d'urgence. Ils sont parmi les produits domestiques les plus toxiques vendus sur le marché. Offerts en vaporisateur ou en aérosol, ils se dispersent aisément dans l'air. Heureusement, il y a bien des façons de réduire, voire d'éviter, l'usage de ces produits chimiques dangereux.	Conseils de sécurité • Essayez des produits moins toxiques, que vous trouverez assez facilement dans les magasins d'aliments naturels, de produits écologiques et autres. • N'attendez pas que le four soit encrassé. Un nettoyage régulier vous évitera d'utiliser des produits chimiques puissants. • Pour un nettoyage efficace et sans danger, diluez d'abord du bicarbonate de soude dans de l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte. Enduisez le four de cette préparation et laissez reposer toute la nuit. Au matin, frottez avec un chiffon. • Avant d'utiliser un produit du marché, lisez attentivement les instructions, ventilez bien la pièce et tenez les enfants à l'écart.
Avez-vous un problème de vermine (fourmis, coquerelles, souris)? Il n'est jamais agréable de cohabiter avec la vermine. Le poil, les squames et les excréments des insectes et des rongeurs peuvent aggraver les problèmes d'asthme et d'allergies. La présence de ces parasites n'est jamais tolérée bien longtemps, et augmente le recours aux pesticides. À l'intérieur cependant, ces	Conseils de sécurité • Gardez les parasites à distance en éliminant tout ce qui peut les attirer; par exemple, nettoyez la moisissure, lavez bien les comptoirs et placez la nourriture dans des contenants hermétiques. • Avant d'utiliser du poison, tentez d'abord votre chance en posant des pièges. Si les résultats ne sont pas concluants, achetez des appâts sous

produits ont tendance à rester longtemps en suspension dans l'air. Les enfants y sont donc largement exposés; sachez que la contamination de l'air intérieur par des pesticides a des effets beaucoup plus néfastes sur la santé que la consommation d'aliments traités aux pesticides. Enfin, gardez à l'esprit que l'accès à des produits toxiques augmente les risques d'une intoxication accidentelle.	forme de gel ou de crème. Évitez les produits en poudre ou en vaporisateur afin de prévenir les risques d'inhalation. • Si vous devez utiliser un pesticide, choisissez le moins toxique et suivez attentivement les instructions. Veillez à ne jamais l'appliquer en présence des enfants. Aussi, il est de votre devoir d'informer les parents et le personnel de la situation. • Pour en savoir plus, visitez le site Web de l'Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire de Santé Canada à l'adresse www.pmr-arla.gc.ca ou celui du <i>Pesticide Action Network North America</i> à l'adresse www.panna.org (en anglais seulement).
Utilisez-vous une cuisinière au gaz? Les cuisinières au gaz, si elles sont mal entretenues, peuvent libérer des particules ou des gaz toxiques (p. ex., le monoxyde de carbone et le dioxyde d'azote). À fortes concentrations, ces gaz irritent les yeux et les poumons et peuvent causer des maux de tête, des nausées, la somnolence et même la mort.	Conseils de sécurité • Assurez-vous que le ventilateur de la hotte de cuisinière est raccordé à l'extérieur. Lorsque vous cuisinez, faites-le fonctionner ou ouvrez une fenêtre pour bien aérer la pièce. • Faites inspecter votre cuisinière au gaz chaque année ou si quelque chose vous semble anormal. • N'utilisez jamais la cuisinière au gaz pour chauffer une pièce.
Servez-vous souvent des repas à base de thon? Le poisson, y compris le thon en conserve, est une excellente source de protéines et d'acides gras oméga3. Malheureusement, tous les poissons contiennent une quantité variable de méthylmercure, une substance qui, on le sait, a des effets néfastes sur le développement du cerveau. De toutes les espèces de thon, c'est le thon léger en conserve qui contient la plus faible concentration de méthylmercure, tandis que le thon blanc (p. ex., le germon), le thon frais ou le thon surgelé contiennent des concentrations plus élevées. Les autorités compétentes ne s'entendent pas sur la quantité de thon recommandée aux femmes enceintes et aux enfants. Les plus strictes limitent la consommation à deux repas par semaine pour les	Conseils de sécurité • Rien n'empêche les femmes enceintes, les femmes qui allaitent et les enfants de moins de 15 ans de consommer du poisson, à la condition de le choisir avec soin. Évitez les espèces à haute teneur de mercure, comme l'espadon, le requin, le thazard et le thon frais. Par contre, le thon léger en conserve, les crevettes, le saumon, la goberge, la barbu de rivière, l'aiglefin, la truite d'élevage, le tilapia et la plie sont des choix plus avisés. • Si vous achetez du thon en conserve, privilégiez le thon en flocons ou le thon léger plutôt que le thon blanc (p. ex., le germon). • Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et</i>

poissons à faible teneur en mercure. Par contre, le thon blanc (p. ex., le germon) et le thon rouge en conserve ne doivent pas être consommés plus d'une fois par mois.	<i>l'environnement</i> (p. 69). Vous pouvez également lire le feuillet d'information à l'adresse http://action.web.ca/home/nutritio/attach/fish-facts-for-families-feb05.pdf (en anglais seulement) ou visiter le site Web de Santé Canada (www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/media/advisories-avis/2002/2002_41_f.html).
Servez-vous souvent des aliments riches en graisses animales? Les aliments riches en graisses animales peuvent être une source de polluants organiques persistants. En effet, ces substances nocives s'accumulent dans les graisses animales et se retrouvent en très fortes concentrations chez les animaux au sommet de la chaîne alimentaire. Elles regroupent divers composés : des pesticides aujourd'hui interdits (comme le DDT), des produits chimiques industriels également bannis mais toujours présents dans l'environnement (p. ex., les biphényles polychlorés), les dioxines (le polluant le plus toxique connu jusqu'ici) et d'autres substances apparentées à la dioxine (comme les éthers de diphényle polybromés, des ignifuges utilisés abondamment dans les produits de consommation). Les polluants organiques persistants ont, ou sont soupçonnés d'avoir, de nombreux effets néfastes sur la santé; le fœtus et les enfants, plus vulnérables que les adultes, sont particulièrement à risque.	Conseils de sécurité • L'apport en graisses animales devrait être réduit dans le régime alimentaire des enfants. Choisissez des viandes maigres et des produits laitiers faibles en gras. Notez toutefois que les enfants de moins de deux ans puisent dans le lait entier des éléments nutritionnels fondamentaux. • Faites cuire la viande, le poisson et la volaille de façon à pouvoir extraire le gras en cours de cuisson. Retirez la peau qui recouvre le poisson ou la volaille. • Choisissez autant que possible les aliments situés au bas de la chaîne alimentaire. Par exemple, le tofu et les légumineuses sont naturellement riches en protéines végétales. • Si vous pouvez consacrer une partie de votre budget à l'achat de produits biologiques, privilégiez les aliments qui se trouvent au sommet de la chaîne alimentaire, comme la viande, la volaille, les œufs et les produits laitiers.

À l'extérieur

Les structures de jeux sont-elles faites de bois traité à l'arséniate de cuivre chromaté (ACC), mieux connu sous le nom de « bois traité sous pression »? L'ACC est un produit chimique utilisé pour la préservation du bois. Il contient de l'arsenic, une substance cancérigène bien connue. En 2004, il a été graduellement retiré du marché de la construction résidentielle. Aujourd'hui, le Canada interdit son utilisation à des fins non industrielles. Les structures en bois traité acheté avant janvier 2004, et le sol sur lequel elles reposent, peuvent contenir des traces d'arsenic auxquelles les enfants peuvent être directement exposés; les jeunes enfants sont d'autant plus à risque qu'ils ont l'habitude de tout porter à leur bouche. Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 44).	Conseils de sécurité • Lavez les mains des enfants ayant été en contact avec du bois traité à l'ACC. • Couvrez les tables de pique-nique faites de bois traité sous pression. • Les organismes de réglementation ne recommandent pas d'éliminer les structures en bois traité à l'ACC. Des études ont démontré que l'application d'un produit d'étanchéité pénétrant (et non de la peinture) constitue une façon efficace d'emprisonner une quantité considérable d'arsenic. Il est conseillé de sceller le bois traité périodiquement (chaque année ou tous les deux ans). • Aménagez l'aire de jeux en retrait des structures de bois traité. Plantez des arbustes ou des plantes couvre-sol autour des structures de bois traité afin de garder les enfants à distance. • Bien que l'ACC ait été graduellement retiré du marché, tout le bois traité sous pression contient un certain type de pesticide. Des précautions d'usage s'imposent.
Les enfants jouent-ils à l'extérieur les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise? Non seulement les enfants passent-ils plus de temps à l'extérieur, mais ils sont plus actifs que les adultes. Dans l'essoufflement, ils inspirent plus profondément, et généralement par la bouche. Par conséquent, ils sont doublement exposés à la pollution de l'air, qui peut avoir des effets néfastes sur le développement et la santé de leurs poumons. Les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise, les médias diffusent des avertissements de smog et présentent des mesures à prendre pour prévenir ou réduire l'exposition aux polluants atmosphériques.	Conseils de sécurité • Vérifiez chaque jour les rapports sur la qualité de l'air. Si un avertissement de smog est émis, choisissez des activités extérieures moins exigeantes ou de plus courte durée. Surveillez les enfants, particulièrement ceux qui souffrent d'asthme, pour repérer tout signe d'inconfort. Il est essentiel d'avoir toujours de l'eau à portée de la main et d'entre couper les activités de périodes de repos. • Pour réduire l'exposition aux polluants atmosphériques, évitez les marches ou les promenades en poussette dans les rues achalandées, surtout aux heures de pointe. • Engagez-vous, en votre nom et au nom de la profession, à réduire la pollution de l'air. Par

	exemple, prenez moins souvent la voiture et économisez l'énergie. • Pour en savoir plus, rendez-vous à l'adresse www.toronto.ca/health/smog/pdf/smog_playing_outdoors_fact_sheet.pdf (en anglais seulement).
Les autobus scolaires laissent-ils tourner leur moteur au ralenti près des aires de jeux ou des zones d'embarquement? La plupart des autobus scolaires au Canada sont munis d'un moteur au diesel. Les enfants à bord, et particulièrement ceux assis à l'arrière, peuvent être exposés aux gaz d'échappement, un mélange de produits chimiques qui trouble le système respiratoire et est considéré comme un agent cancérigène potentiel. Lorsque les vitres de l'autobus sont fermées et que le moteur tourne au ralenti, les passagers et les enfants qui circulent à proximité du véhicule sont grandement exposés aux émissions toxiques.	Conseils de sécurité • Dissuadez ou empêchez les conducteurs de laisser tourner le moteur au ralenti. • Les zones d'embarquement et les stationnements devraient être en retrait des aires de jeux ou des prises d'air extérieures de l'établissement. • Militez pour faire adopter un règlement qui obligerait les autobus scolaires à utiliser un carburant plus propre et pour favoriser la recherche de technologies plus écologiques.
Le gazon est-il traité aux pesticides? De nombreuses municipalités ont adopté un règlement concernant l'usage de pesticides à l'extérieur; pourtant, les pesticides continuent d'être abondamment utilisés, notamment sur les pelouses et dans les jardins. Les enfants y sont davantage exposés, car ils passent beaucoup de temps à l'extérieur, se roulent par terre, se mettent les mains dans la bouche et négligent parfois de bien se laver les mains. Les pesticides, sous l'effet du vent, dérivent vers les propriétés voisines et peuvent même s'immiscer à l'intérieur de votre établissement. Ils peuvent également se propager en adhérant aux chaussures, aux pattes des animaux de compagnie et aux roues des poussettes.	Conseils de sécurité • Prenez soin de votre pelouse et de votre jardin sans recourir aux pesticides; utilisez plutôt des produits non toxiques. Pour en savoir plus sur l'entretien naturel des pelouses, consultez le guide du <i>Toronto Public Health</i> intitulé <i>Pesticide Free: A Guide to Natural Lawn and Garden Care</i> à l'adresse www.toronto.ca/health/pesticides/natural_lawn_guide.htm (en anglais seulement). • Insistez pour que les enfants se lavent les mains après avoir joué dehors et avant de se mettre à table. • Encouragez les membres de votre collectivité à réduire l'usage de pesticides. • Proposez que des mesures soient adoptées afin de protéger les enfants contre les pesticides.

Est-ce que les aires de jeu sont situées à proximité de bâtiments ou de clôtures dont la peinture s'écaille?

Jusqu'en 1976, la peinture pouvait contenir une concentration très élevée de plomb afin de prolonger sa durée. La teneur en plomb était donc généralement plus élevée dans la peinture d'extérieur, exposée aux intempéries. Le sable et le sol à proximité des bâtiments ou d'autres structures peintes peuvent avoir été contaminés par le plomb ou d'autres métaux provenant des éclats de peinture ou de la poussière produite par d'anciens travaux de réfection. Les enfants, qui ont l'habitude naturelle de tout porter à leur bouche, sont plus susceptibles d'être exposés à ces contaminants. Dans la plupart des cas, il n'est ni difficile ni coûteux de régler le problème : il suffit d'empêcher les enfants de jouer près des endroits à risque.

Conseils de sécurité

- Empêchez les enfants de jouer à proximité des structures peintes (appelées communément « ligne de contamination »), tout particulièrement si vous croyez que la construction date de 20 ans ou plus. Délimitez l'endroit au moyen de clôtures, d'arbustes ou de plantes couvre-sol.
- Rafraîchissez régulièrement la peinture extérieure afin d'éviter qu'elle ne s'abîme.
- Prenez soin d'éliminer régulièrement la poussière pendant les travaux de réfection ou de rénovation pour éviter qu'elle ne se disperse et contamine le sol.
- Cultivez vos légumes ou vos fines herbes à distance raisonnable d'une structure peinte.

Adaptation du matériel préparé par Susanne Burkhardt du Groupe de travail écologique de l'Association pour la santé publique de l'Ontario et du document *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement*.

Meilleur Départ : Le Centre de ressources sur la maternité, les nouveau-nés et le développement des jeunes enfants de l'Ontario

a/s Centre ontarien d'information en prévention (COIP)

180, rue Dundas Ouest, bureau 1900

Toronto (Ontario) M5G 1Z8

Téléphone : 416.408.2249

Ligne sans frais pour l'Ontario : 1.800.397.9567

Télécopieur : 416.408.2122

Courriel : meilleurdepart@meilleurdepart.org



À propos du Centre de ressources sur la maternité, les nouveau-nés et le développement des jeunes enfants de l'Ontario

Le Centre de ressources a pour mission d'aider les fournisseurs de services de l'Ontario qui font la promotion de la santé à améliorer la santé des futurs parents et de leurs jeunes enfants. Subventionné par le gouvernement de l'Ontario, Meilleur départ est l'un des principaux programmes du Centre ontarien d'information en prévention. Il a pour objectif de concevoir des stratégies dans quatre grands secteurs : la consultation, la formation, la recherche et la diffusion d'information. Le Centre de ressources s'intéresse à de nombreux sujets liés de près ou de loin à la santé avant, pendant et après la grossesse ainsi qu'aux sujets associés au développement des enfants.