LE VOYAGE DES 1000 PREMIERS JOURS



Édito

La période des 1000 premiers jours s'écoule entre le début d'une grossesse et le deuxième anniversaire de l'enfant. La sensibilité particulière du fœtus et du jeune enfant, ainsi que l'importance de cette période pour construire le capital santé durant toute la vie, est reconnue par les scientifiques du monde entier et soutenue par la politique à travers le projet national des 1000 premiers jours (1).

D'où l'intérêt de transformer cette période en opportunité en apprenant à réduire son exposition aux facteurs environnementaux défavorables tout en augmentant les facteurs propices à la santé.

Venez donc découvrir en bande dessinée (BD) une jeune femme qui raconte à son amie son voyage dans différents pays mettant en évidence les enjeux pour la santé durant les 1000 premiers jours de façon ludique, non anxiogène et proposant des solutions concrètes aux futurs et jeunes parents. Elle met en avant certaines thématiques prioritaires: allaitement, activité physique, air intérieur, perturbateurs endocriniens dans la vaisselle et les jouets, cosmétiques et post accouchement.

Inspirée par l'étude« Approches de communication en santé environnementale dans cinq pays - femmes enceintes et petite enfance » (2), cette BD a été conçue dans le cadre de la Stratégie Régionale petite enfance de l'ARS Nouvelle-Aquitaine sous la direction de Ragnar Weissmann, docteur ès sciences et expert en santé environnementale de l'association Objectif Santé Environnement (OSE), en collaboration avec l'illustratrice Cévany.

Outil universel et accessible de prévention et de promotion de la santé, la BD est également proposée en six planches thématiques pour affichage dans les maternités ou les cabinets libéraux, facilitant aux professionnels des 1000 premiers jours de sensibiliser les futures mères, jeunes parents et leurs familles.

Bonne lecture et découvertes à tous(tes).







* période de vie allant de la grossesse jusqu'aux 2 ans de l'enfant.

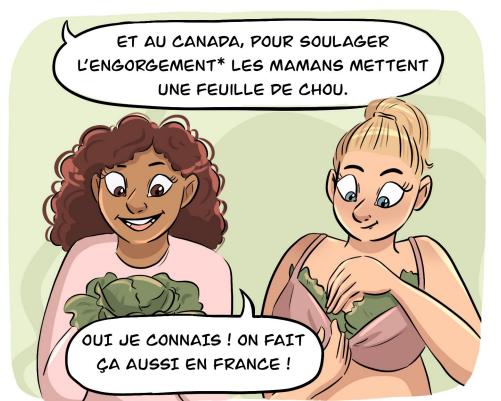






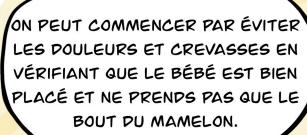
* inflammation du tissu mammaire.

ET CE QUI EST COOL, C'EST QU'IL N'Y A





* accumulation excessive de lait dans le sein.



CAR AVANT TOUTE CHOSE, ON CHERCHE LA CAUSE DES DIFFICULTÉS.



LE SAVIEZ - VOUS?

En cas de mastite ou d'engorgement, continuer d'allaiter l'enfant sur le sein douloureux accélère sa guérison.

EN CAS PE BESOIN, ON PEUT SE TOURNER VERS UN PROFESSIONNEL FORMÉ QUI SAURA NOUS ACCOMPAGNER ET NOUS RASSURER.

> CÉVANY X OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT

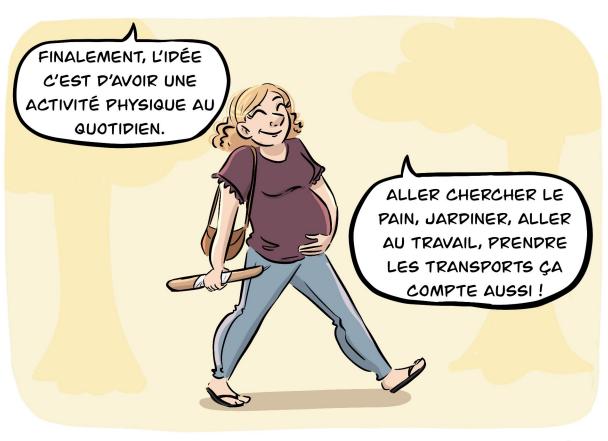




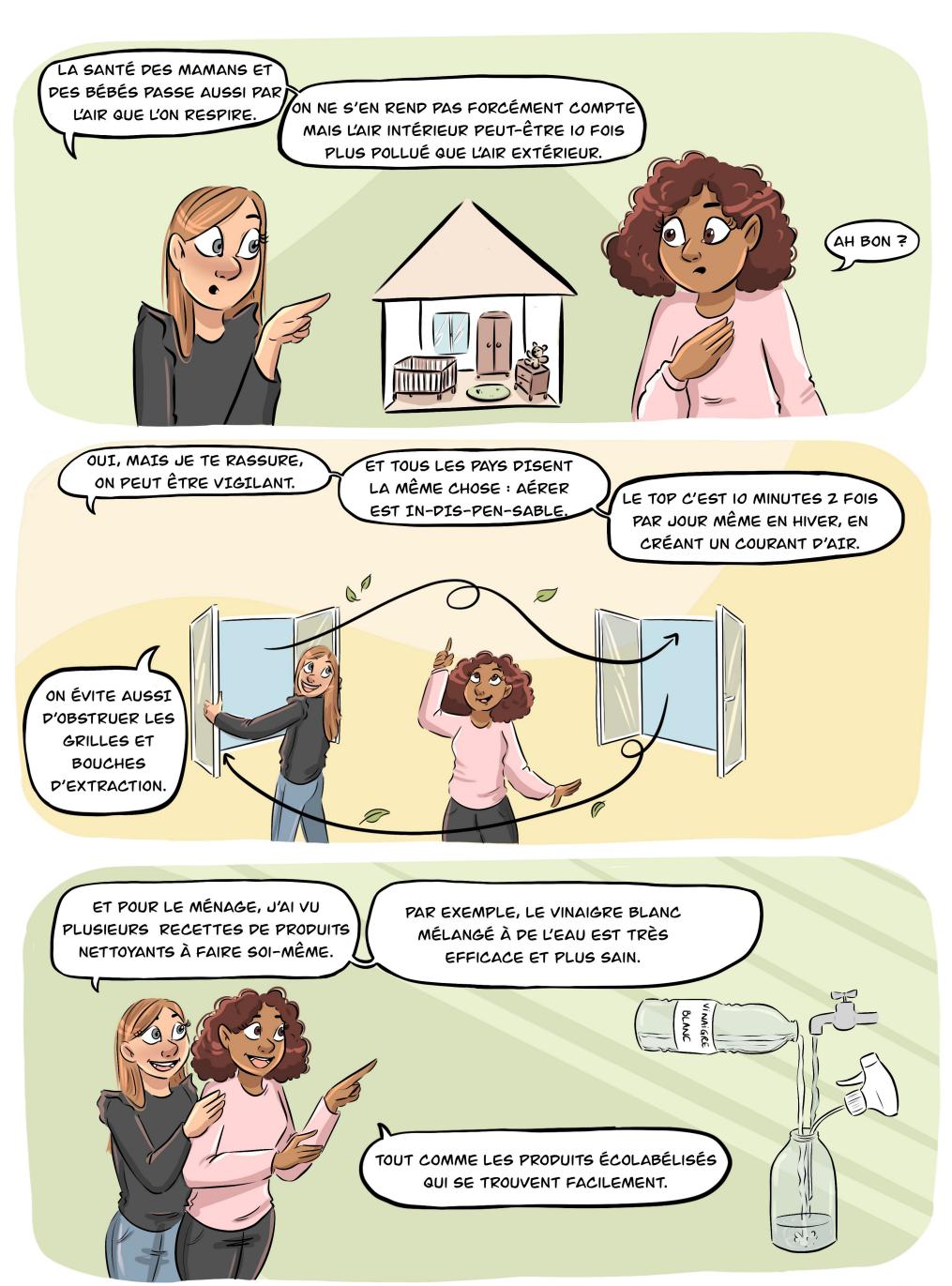






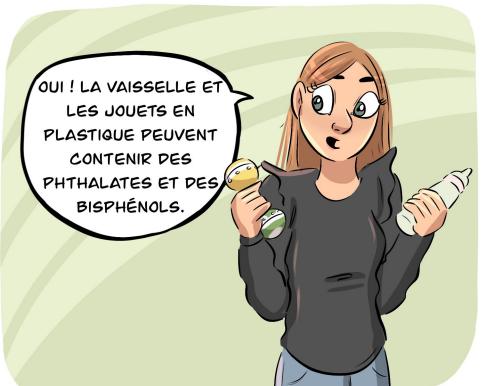


CÉVANY X OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT



CÉVANY X OBJECTIF SANTÉ ENVIRONNEMENT



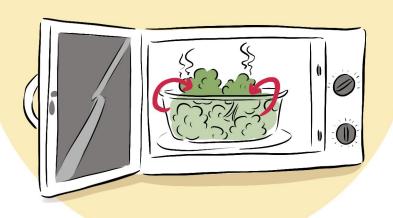


EN SUÈDE ET EN ALLEMAGNE, LES CONTENANTS SONT PLUTÔT EN VERRE OU EN PORCELAINE.



LE SAVIEZ-VOUS?

Les contenants en plastique peuvent libérer des polluants dans les aliments, surtout quand ils sont chauffés.



ON PEUT AUSSI LIMITER LES ÉCRANS ET LE VOLUME SONORE DES JOUETS POUR PROTÉGER LA SANTÉ DES TOUT PETITS.

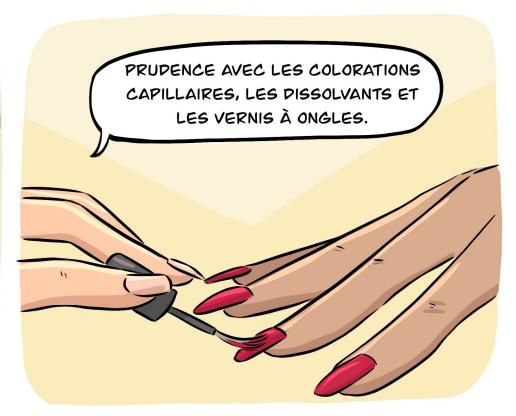


MERCI POUR TOUTES CES INFOS INTÉRESSANTES, CE N'EST PAS SI COMPLIQUÉ FINALEMENT.

















ILS SONT TOUT AUTANT CONCERNÉS PAR LA SANTÉ DE LA FUTURE MÈRE ET DES ENFANTS.



LEUR IMPLICATION ET
LEUR SOUTIEN PENDANT
LA GROSSESSE ET
APRÈS SERONT
BÉNÉFIQUES POUR TOUT
LE MONDE.



L'ARRIVÉE D'UN BÉBÉ PEUT-ÊTRE UN GRAND BOULEVERSEMENT POUR LES PARENTS ET LE COUPLE. LA FATIGUE EST NORMALE.



ON PEUT AUSSI SE SENTIR
TRISTE ET AVOIR ENVIE PE
PLEURER. IL PEUT S'AGIR D'UN
BABY-BLUES, C'EST COURANT,
MAIS ÇA PASSE ASSEZ VITE.

MAIS, ON DOIT RESTER ATTENTIF SI ÇA DURE PLUS LONGTEMPS CAR IL PEUT S'AGIR D'UNE DÉPRESSION POST-PARTUM. CETTE MALADIE PEUT ÊTRE DIFFICILE À SURMONTER TOUTE SEULE. ON PEUT DEMANDER DE L'AIDE À UN PROFESSIONNEL.





BD réalisée par Objectif Santé Environnement avec le soutien de l'Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine (ARS NA)

CONTENU ET SCÉNARIO:

Ragnar Weissmann

(Objectif Santé Environnement - OSE) **Cévany**

ILLUSTRATION & CONCEPTION GRAPHIQUE:

Cévany

(autrice BD indépendante)

RELECTURE:

Catherine Plesse

(Sage-femme, ex-coordinatrice médicale Périnatalité Bretagne)

Takako Iri

(Sage-femme, Réseau Périnat Nouvelle-Aquitaine - RPNA)

DROITS D'UTILISATION

Cette bande dessinée est mise à disposition gratuitement sous réserve de créditer l'auteur. Pas d'utilisation commerciale - Pas de modification

CITATION

WEISSMANN, Ragnar. Le voyage des 1000 premiers jours. OSE, Cévany, ARS NA, 2023, 10 p.

SOURCES

1 - www.1000-premiers-jours.fr, Santé Publique France
 2 - Ragnar Weissmann, Jennifer OSES Nicolas Nocart, Laurent Chevallier.
 Approches de communication en santé environnementale dans cinq pays -femmes enceintes et petite enfance. OSE, ARS NA, Global Life, POLLENS, 2021/06, 17 p.

Retrouvez la BD dans la rubrique outils sur: https://www.objectifsanteenvironnement.com







