



GUIDE *pour la bonne santé de bébé*

L'ENVIRONNEMENT QUI ENTOURE VOTRE ENFANT EST IMPORTANT POUR SA SANTÉ !

Les bébés et les jeunes enfants sont très sensibles à l'environnement qui les entoure. Ils sont exposés quotidiennement à des substances toxiques notamment lors des prises alimentaires, des soins d'hygiène... **Le capital santé de votre enfant se constitue dès le plus jeune âge et doit être préservé.**

Les structures d'accueil du territoire se mobilisent pour vous conseiller et vous accompagner au mieux afin de prendre soin de la santé et du bien-être de vos enfants. Cette démarche de prévention et de sensibilisation s'inscrit dans une dynamique collective.



LA COURONNE
CHARENTE

NOS RECOMMANDATIONS

Le choix des produits proposés ci-après, à titre d'exemple, fait suite à une recherche sur différentes applications, dont « Que choisir » et « Quelcosmétique », et à un travail avec l'ARS (Agence Régionale de Santé). Pour en savoir plus, nous vous invitons à vous rendre sur le site WECF. Vous y trouverez des fiches pratiques « santé environnementale » (cosmétiques bébés, vêtements enfants, perturbateurs endocriniens...)

www.wecf-france.org

NOS PETITS CONSEILS

Avant tout achat, choisissez des produits :

- ✓ Avec la liste la plus courte possible de composants
- ✓ Évitez le phénoxyéthanol, le parabène et les composés d'isothiazolinone
- ✓ Évitez les parfums et les eaux de parfum
- ✓ Évitez les lingettes pré-imprégnées
- ✓ Quels que soient les produits lavants utilisés, pensez à bien rincer et sécher la peau de votre enfant

LES BIBERONS EN VERRE

Réchauffer des liquides au micro-ondes (lait, soupe, etc.) dans un biberon en plastique favorise la migration de particules nocives pour votre enfant. Il est conseillé d'utiliser des biberons en verre.

Exemples de produits :

- Tommee Tippee
- Mam
- Avent
- Dodie Kit
- Nuk

Concernant le choix de la tétine, en silicone ou caoutchouc, quelques précisions à savoir :

- Les tétines en caoutchouc, 100% naturel (sans adjuvants toxiques) de couleur marron, sont plus souples, mais peuvent être allergisantes. Elles peuvent avoir un certain goût et une certaine odeur.
- Les tétines en silicone sont plus dures. Elles sont sans odeur et résistent bien au lavage.

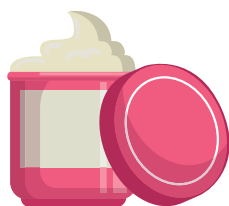
Il est conseillé de changer les tétines tous les 3 mois



NOS PETITS CONSEILS

- ✓ Le nettoyage des biberons se fait simplement à l'eau et au produit vaisselle (lavage à la main ou au lave-vaisselle)
- ✓ Il est indispensable de nettoyer le biberon juste après l'utilisation
- ✓ Sachez qu'il vous est possible de trouver des biberons en verre dans de nombreux supermarchés
- ✓ Le verre ne s'abîme pas ; les biberons en verre peuvent donc être réutilisés pour plusieurs enfants (fratries)

LES SOINS DU SIÈGE



La peau de votre bébé est très perméable. Il vous est conseillé de veiller à la composition des produits utilisés.

CHANGE

En cas d'urine, il est conseillé de nettoyer le siège de votre enfant uniquement à l'eau.

En cas de selles, il existe deux solutions dont voici des exemples de produits :

PROTECTION DU SIÈGE (HYDRATATION)

Exemples de produits :

- **BIOLANE** pâte à l'eau gel d'aloë vera
- **RIVADOUCE** crème pour le change
- **POMMETTE** crème pour le change

Utilisation d'un savon (à privilégier)

- **Love & Green** gel lavant corps et cheveux
- **RIVADOUCE** gel lavant surgras bébé bio
- **MUSTELA** gel lavant bio sans parfum

EN CAS D'ÉRYTHÈME

- **OXYPLASTINE** (sans prescription médicale)
- **BÉRAPANTHEN®** pommade (avec ou sans prescription médicale)

Utilisation d'un liniment

- **Love & Green** bioliniment à l'huile d'olive bio
- **SAFORELLE** liniment oléo-calcaire
- **MUSTELA** liniment dermo-protecteur

NOS PETITS CONSEILS

- ✓ En cas d'allaitement, pensez aux pouvoirs cicatrisants et hydratants du lait maternel ; à appliquer avec du coton ou une lingette en tissu imbibée entièrement
- ✓ Pensez à mettre un linge en coton afin d'éviter le contact direct avec la couche
- ✓ Lorsque cela est possible, laissez le siège à l'air

LA CRÈME SOLAIRE

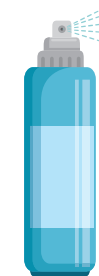
Il est conseillé de limiter l'exposition de votre enfant au soleil. Si vous devez utiliser de la crème solaire, vérifiez bien la composition afin de limiter les produits chimiques.

Exemples de produits :

- **ALPHANOVA BÉBÉ** lait solaire très haute protection
- **CATTIER** crème protection solaire
- **LOVEA KIDS** protection 100 minérale spray hydratant

NOS PETITS CONSEILS

- ✓ Évitez l'exposition aux heures chaudes
- ✓ Pensez aux chapeaux, lunettes de soleil
- ✓ Laissez un tee-shirt à votre enfant
- ✓ Hydratez votre enfant régulièrement





LA COURONNE, VILLE PILOTE POUR LUTTER CONTRE LES POLLUANTS ENVIRONNEMENTAUX

Forte de son engagement depuis plusieurs années en faveur de la santé de ses habitant.e.s, la Ville de La Couronne a été retenue par l'ARS en 2021, l'association EKOLONDOÏ et l'agence Alicse, pour bénéficier du Programme SAFE-LI® et devenir **la commune charentaise pilote en matière de lutte contre les polluants environnementaux.**

La Maison de la Petite Enfance, accompagnée par Anne Lafourcarde, ingénieure chimiste et experte en santé environnementale, a établi un plan d'actions visant à limiter l'exposition des enfants aux substances les plus préoccupantes. **L'accueil de loisirs maternel, la Toute Petite Section de l'école du Parc et le multi-accueil collectif et familial** sont associés à cette démarche.

La lutte contre les polluants environnementaux a vocation à s'étendre à l'ensemble des projets afin de protéger les habitant.e.s, des plus jeunes (crèche, écoles, collèges...) aux plus âgé.e.s.

** Le Programme SAFE-LI® est un accompagnement sur le long terme, pour installer le changement et surtout le pérenniser.*

Conception www.marionetpetronille.com • Crédits Photos : UNSPLASH / Lucy Wolski, Daniel Thomas, Ryan Fields
• PEXELS / Keira Burton • Ne pas jeter sur la voie publique.