****

**ATELIER NESTING**

Protégeons la santé de nos enfants en créant un environnement intérieur sain !

L’atelier Nesting est est animé une fois par mois par Albane Bizollon, sage-femme à la clinique Natecia.

**Présentation de l’atelier**

L’atelier Nesting est un des cinq ateliers proposés gratuitement par la clinique Natecia.

Il s’inscrit dans la volonté de Natecia d’accompagner les mères enceintes tout au long de leur parcours de maternité et de les aider à être pleinement actrices de leur grossesse.

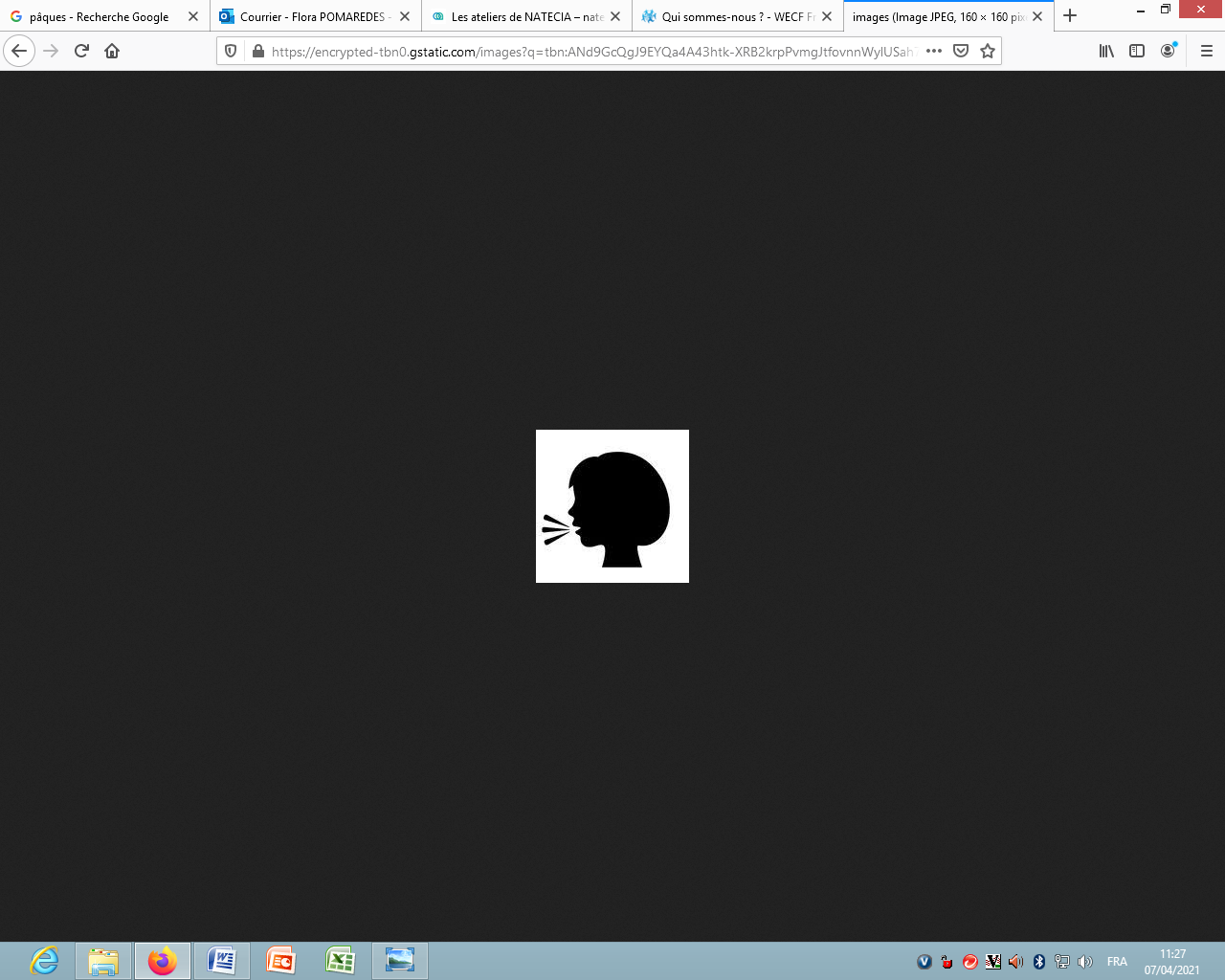
Cet atelier vise à informer les mères sur l’ensemble des produits et des objets dangereux pour leur fertilité et la santé de la famille.

Très complet, cet atelier aborde la chambre du bébé en passant par la rénovation, la décoration, le matériel de puériculture mais aussi les ondes électromagnétiques. De nombreux conseils vous setront donnés sur l’alimentation, l’habillement du bébé, les modes de cuisson et les ustensiles de cuisine à privilégier.

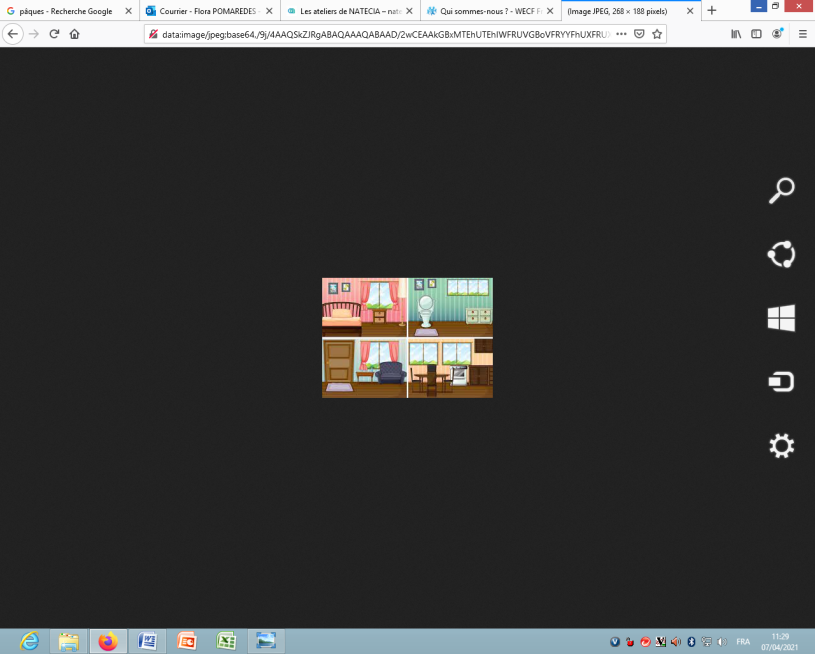
Grâce à cet atelier, vous apprendrez des recettes simples et naturelles pour remplacer les produits ménagers et les lessives du commerce. Vous saurez également repérer et éviter les additifs et les pesticides contenus dans l’alimentation. Enfin, vous découvrirez les utilisations du plastique à éviter pour protéger votre santé et celle de votre famille.

Des fiches pratiques santé-environnement de WECF ( un réseau international d’organisations féminines et environnementales) vous seront fournies.

Ces fiches récapitulent de façon ludique les bons produits et les bonnes manières de faire associés à chaque activité : manger, dormir, s’habiller, jouer, cuire, cuisiner, conserver.

**Déroulement de l’atelier**

L’atelier se déroule en plusieurs temps. Tout d’abord, la sage-femme propose un temps de parole où chaque participante est libre de se présenter et de parler de l’évolution de sa grossesse.

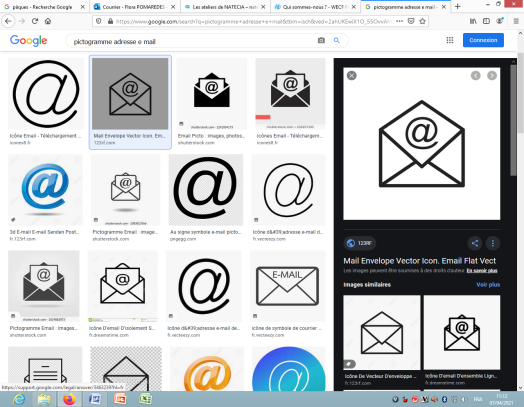
La seconde phase de l’atelier consiste en la réalisation du schéma d’une maison sur lequel les participantes doivent situer dans chaque pièce les produits potentiellement dangereux pour la fertilité et la santé du bébé. Mme Bizollon réalise ce même schéma sur un tableau. Chaque mère peut participer pour donner ses réponses qui seront retranscrites sur le tableau commun.

L’atelier se termine par un jeu pour parfaire sa connaissance des produits sains et des produits dangereux. Sur une grande table sont disposés différents produits et objets de la maison. Les mères doivent classer l’ensemble de ces produits selon trois catégories : les produits très nocifs seront assimilés à un bonhomme rouge, les produits moyennement nocifs à un bonhomme jaune et les produits sains à un bonhomme vert.

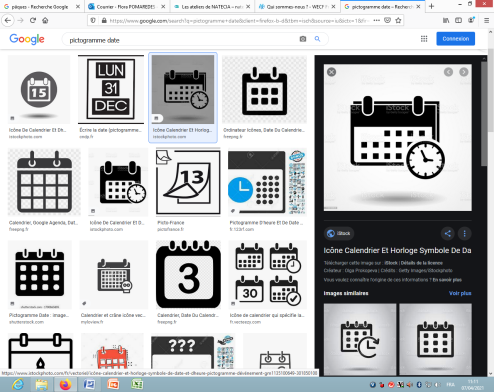
N’attendez-pas !

Soyez actrice de votre santé et

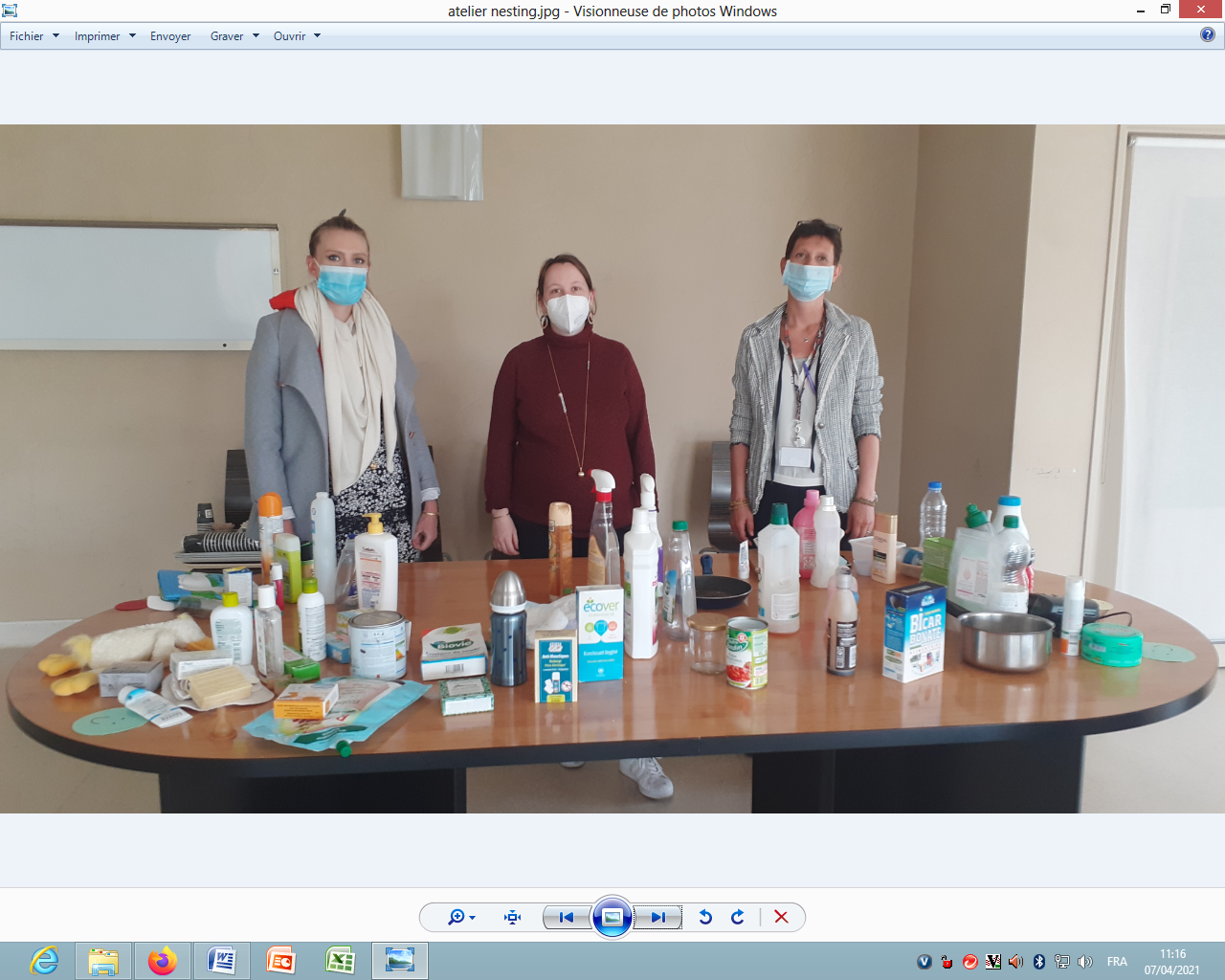
de celle de votre bébé !

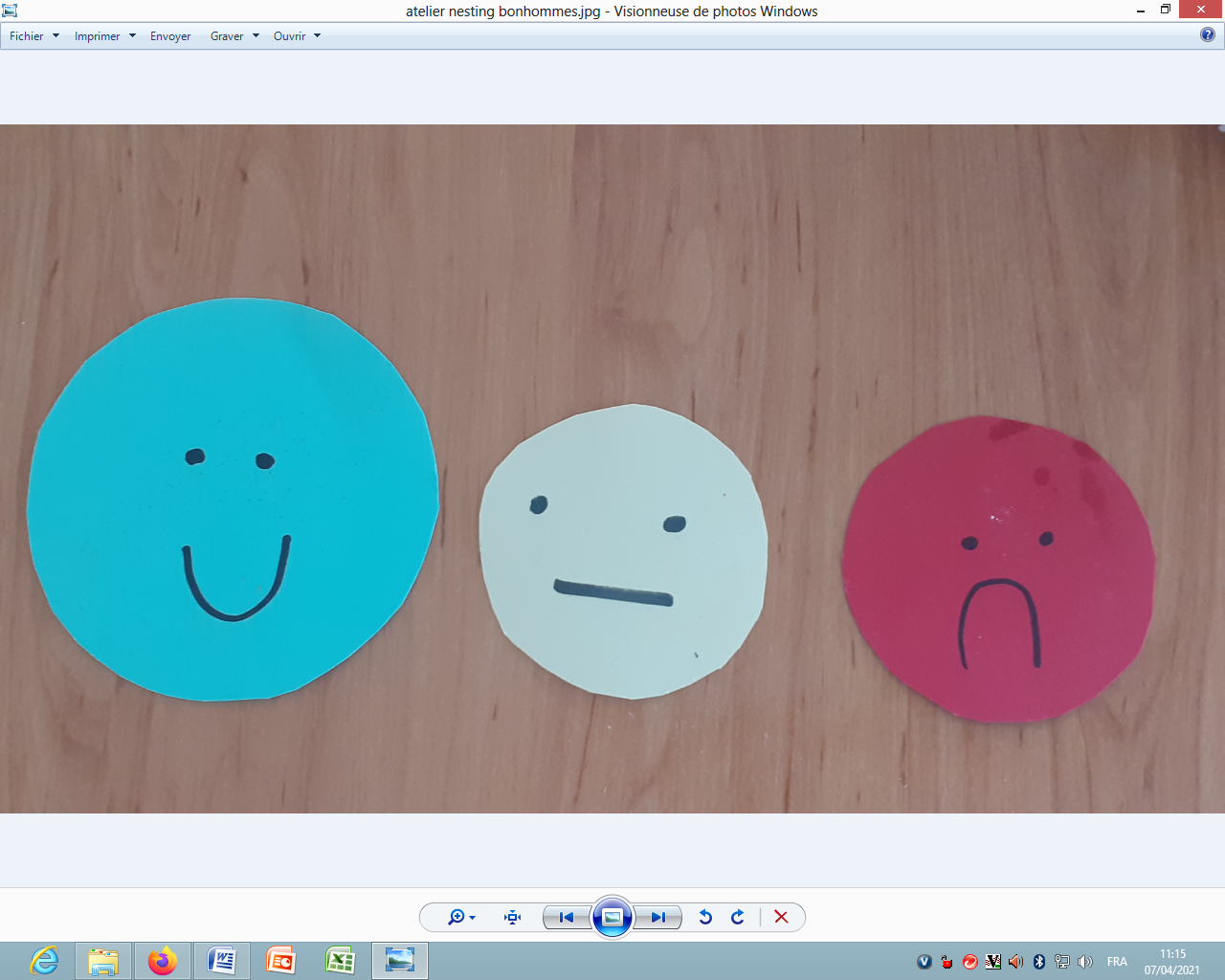
Profitez de cet atelier pour protéger et préserver votre santé et celle de votre bébé en vous inscrivant à:

[nesting.natecia@gmail.com](mailto:nesting.natecia@gmail.com)

Pour retrouver les prochaines dates de l’atelier, rendez-vous sur :

<https://natecia.fr/les-ateliers-de-natecia/>





?

