Ordonnance Verte

Saint Hilaire la Palud

Le principe :

Pendant la grossesse, adopter une alimentation biologique, permet de limiter l'exposition aux perturbateurs endocriniens.

L'ordonnance verte est un dispositif innovant pour favoriser une alimentation saine pendant la grossesse grâce à des paniers de légumes issus de l'agriculture biologique de saison et des ateliers pratiques pour adopter de meilleures habitudes alimentaires.

Les perturbateurs endocriniens :

Les perturbateurs endocriniens sont des substances chimiques présentes dans de nombreux produits du quotidien, Ils peuvent dérégler le fonctionnement des glandes endocrines, qui jouent pourtant un rôle essentiel dans la croissance, le métabolisme, la reproduction ou encore le développement du cerveau.

Chez la femme enceinte, ces substances chimiques peuvent entraîner des troubles hormonaux ou métaboliques.

Chez le bébé, elles peuvent perturber le développement du cerveau, du système reproducteur ou du système immunitaire, et parfois provoquer des malformations ou un retard de croissance.

Les perturbateurs endocriniens sont partout autour de nous :

- Dans certains plastiques ;
- Dans les cosmétiques ;
- Dans les produits ménagers ;
- Dans les pesticides présents sur certains fruits et légumes.

Fonctionnement :

Le dispositif est **ouvert aux femmes enceintes résidant à Saint Hilaire la Palud**.

Pour bénéficier des 25 paniers gratuits d'une valeur de 15 euros, vous devez suivre les étapes suivantes :

❶ **Inscription en mairie** (fiche d'inscription et Ordonnance verte accessibles sur le site de la mairie)

❷ **Faire remplir l'Ordonnance Verte** par le professionnel de santé de votre choix (certains professionnels de santé sont déjà en possession de l'ordonnance verte).

❸ **Participer à deux ateliers obligatoires** :

* atelier 1 : Vivre ma grossesse sans perturbateurs endocriniens ;

* atelier 2 : Repenser mon assiette pour mon bébé et la planète.

(Liste des prestataires jointe)

❹ **Une fois l'ordonnance complétée ainsi que la fiche d'inscription, les remettre en mairie** pour bénéficier de 12 bons « paniers de légumes bio gratuits » dans un premier temps, les 13 autres bons seront délivrés après attestation de la présence aux ateliers de sensibilisation aux perturbateurs endocriniens.

Vos engagements :

En participant au programme, vous vous engagez à :

- Participer aux ateliers obligatoires
- Récupérer votre panier de légumes chaque semaine le dimanche sur le marché de St Hilaire la Palud auprès du maraîcher de 9h à 13h,
  Ou au coccimarket, rte de Marans
- Remettre un bon au maraîcher ou au cocci pour chaque panier reçu.