Saviez-vous que les substances chimiques sont présentes partout : dans l'air, dans le sol, dans l'eau, dans les produits et dans les aliments. Chaque jour, nous sommes exposés à un certain nombre de substances chimiques pouvant entrer dans le corps, que ce soit par ingestion, par respiration ou par contact cutané. La présence d'une substance chimique dans l’organisme ne signifie pas toujours qu'elle aura une incidence sur notre santé. En fait, les risques que présentent les substances chimiques vont dépendre de plusieurs facteurs comme :

* La quantité à laquelle vous êtes exposé
* le type de produit chimique ou de polluant
* le moment et la durée de l’exposition
* votre âge et votre état de santé général
* la façon dont vous êtes exposé (avec l’air, les produits, les aliments, l’eau et le sol)

Ajoutons que certains groupes de personnes comme les enfants et les personnes enceintes peuvent être plus sensibles ou touchés par l’exposition aux substances chimiques.

Vous trouverez dans le tableau ci-dessous, une grande sélection d’infographies, de guides et de vidéos. Ces ressources ont été développées dans le but d’outiller la population sur les effets à la santé de certaines substances chimiques et des façons de réduire les risques.

Adaptées pour le grand public, je souhaite que ces ressources puissent ouvrir la discussion entre vous et les participants du programme sur des sujets qui ne sont pas toujours bien connus.

|  |  |
| --- | --- |
| **Sujet du produit ou page** | **Lien vers le produit**  |
| Guide pour une maison saine  | [guide-maison-saine.pdf (canada.ca)](https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/healthy-home/guide/guide-maison-saine.pdf) |
| Conseils pour les locataires  | [produits-chimiques-polluants-maison-conseils-pour-locataires.pdf (canada.ca)](https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/healthy-home/guide/produits-chimiques-polluants-maison-conseils-pour-locataires.pdf) |
| Conseils pour la grossesse et arrivée du bébé  | [produits-chimiques-polluants-maison-conseils-grossesse-préparation-arrivee-bebe.pdf (canada.ca)](https://www.canada.ca/content/dam/hc-sc/documents/services/healthy-home/guide/produits-chimiques-polluants-maison-conseils-grossesse-pr%C3%A9paration-arrivee-bebe.pdf%22%20%5Ct%20%22_blank) |
| 10 conseils pour une maison saine  | [Conseils pour protéger votre famille contre les produits chimiques et les polluants - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/maison-saine/dix-conseils.html) |
| Amiante dans la maison  | [Infographie : L'amiante à la maison - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/lamiante-maison-infographie-2018.html) |
| Plomb dans l’eau - Aérateur de robinets  | [Infographie: Nettoyage des aérateurs de robinets - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-nettoyage-aerateurs-robinets.html) |
| Plomb dans l’eau - filtre a eau  | [Infographie: Se procurer un filtre à eau potable - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-procurer-filtre-eau-potable.html) |
| Talc  | [L’évaluation finale du talc conclut que cette substance est nocive pour la santé humaine - infographie - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/talc-infographie.html) |
| Moisissures  | [Moisissure : Qu’est-ce que c’est, causes, effets sur la santé, qui est à risque, dans votre maison, prévenir (infographie) - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-moisissure.html) |
| Monoxyde de carbone  | [Infographie: Monoxyde de carbone - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-monoxyde-de-carbone.html%22%20%5Ct%20%22_blank) |
| Maintenir et améliorer la qualité air intérieur  | [Infographie: Maintenir et améliorer la qualité de l’air intérieur - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-ameliorer-la-qualite-de-lair-interieur.html) |
| Composés organiques volatils  | [Composés organiques volatils (COV) - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/qualite-air/contaminants-air-interieur/composes-organiques-volatils.html) |
| Fumée feux foret et purificateur d’air  | [Fumée des feux de forêt 101 : Utilisation d’un purificateur d’air pour filtrer la fumée des feux de forêt - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/utilisation-purificateur-air-portatif-fumee-feux-foret.html) |
| La cuisson et qualité de l’air | [Fiche de renseignements : La cuisson et la qualité de l’air intérieur - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/fiche-de-renseignements-cuisson-et-qualite-lair-interieur.html) |
| Le radon : Il y en a dans votre maison  | [Le radon : Il y en a dans votre maison - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/sante-environnement-milieu-travail/rapports-publications/radiation/radon-votre-maison-sante-canada-2009.html) |
| Le radon- Devrais-je effectuer un test  | [Devrais-je effectuer un test de radon? (infographie) - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/securite-et-risque-pour-sante/devrais-effectuer-test-radon.html) |
| Le radon- ce que vous devez savoir  | [Le Radon- Ce que vous devez savoir - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/services/sante/publications/radon-ce-que-vous-devez-savoir.html) |
| Le radon – Vidéo  | [Qu'est-ce que le radon? - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/video/quest-ce-que-le-radon.html%22%20%5Ct%20%22_blank)[Le Radon : Ce que vous devez savoir - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/video/radon-ce-que-vous-devez-savoir.html) |
| Comment appliquer les écrans solaires - video  | [Application adéquate des écrans solaires : Comment les appliquer - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/video/ecran-solaire-appliquer.html) |
| Conseils pour les écrans solaires  | [Affiche : ÉCRANS SOLAIRES Conseils - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/medicaments-et-produits-sante/affiche-ecrans-solaires-conseils.html) |
| 3 façons de se protéger lors d’une vague de chaleur  | [Trois façons de vous protéger lors d’une vague de chaleur extrême - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/trois-facons-proteger-vague-chaleur-extreme.html) |
| Garder les enfants à l’abri de la chaleur  | [Gardez les enfants à l’abri de la chaleur! Protégez votre enfant de la chaleur accablante - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/gardez-enfants-abri-chaleur-accablante.html) |
| Demeurez en santé dans la chaleur  | [Infographie: Demeurez en Santé dans la Chaleur - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/publications/vie-saine/infographie-demeurez-sante-chaleur.html) |
| Guide alimentaire canadien  | [Guide alimentaire canadien (canada.ca)](https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/) |
| Recommandations en matière d’alimentation saine  | [Recommandations en matière d’alimentation saine - Guide alimentaire canadien (canada.ca)](https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/recommandations-en-matiere-dalimentation-saine/) |
| Saluburité des aliments pour les femmes enceintes  | [La salubrité des aliments pour les femmes enceintes - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/salubrite-aliments-pour-populations-vulnerables/salubrite-aliments-pour-femmes-enceintes.html) |
| Température interne cuisson  | [Affiche : La force du nombre - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/services/sante/publications/aliments-et-nutrition/infographie-temperatures-securitaires-interne.html) |
| Votre enfant est-il en sécurité ?  | [Votre enfant est-il en sécurité? - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-produits-consommation/rapports-publications/education-consommateurs/votre-enfant-securite/votre-enfant-est-securite.html) |
| Votre enfant est-il en sécurité ? A l’heure du coucher   | [Votre enfant est-il en sécurité? À l'heure du coucher - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-produits-consommation/rapports-publications/education-consommateurs/votre-enfant-securite/heure-coucher.html) |
| Votre enfant est-il en sécurité à l’heure du jeu  | [Votre enfant est-il en sécurité? - À l'heure du jeu - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-produits-consommation/rapports-publications/education-consommateurs/votre-enfant-securite/heure-jeu.html) |
| Visible a à porter de câlin conseils pour le porte-bébé/  | [Visible et à portée de câlin - Canada.ca](https://www.canada.ca/fr/sante-canada/services/securite-produits-consommation/rapports-publications/education-consommateurs/visible-portee-calin.html) |