

# Ce que vous pouvez faire ?

## Faites la différence sans fragrances



Choisissez des produits sans fragrances à la maison et au travail



Soutenez les politiques sans parfums dans les écoles, les hôpitaux, les lieux de travail et les transports publics



Sensibilisez les autres aux risques pour la santé des produits parfumés



Exprimez-vous lorsque les espaces ne sont pas sains ou inclusifs

**Sans fragrances n'est pas une préférence,  
Il s'agit d'un besoin d'accessibilité.**

Créons des environnements où respirer est sécuritaire pour tous.

En savoir plus à [aseq-ehaq.ca](http://aseq-ehaq.ca)

**Ensemble, nous pouvons bâtir des environnements plus sains et plus inclusifs.**

Connectez-vous avec nous



 @aseqehaq1  
 @aseq.ehaq  
 @aseqehaq  
 @aseq-ehaq  
 @aseq-ehaq4924

[aseq-ehaq.ca](http://aseq-ehaq.ca)



L'ASSOCIATION POUR LA SANTÉ ENVIRONNEMENTALE DU QUÉBEC  
ENVIRONMENTAL HEALTH ASSOCIATION OF QUEBEC



Financé en partie par le Programme de partenariats pour le développement social - Volet personnes handicapées



## La face cachée des Parfums

Sans fragrances, ce n'est pas qu'une question de préférence.  
*C'est une question de santé.*





## Que contient vraiment votre parfum ?

Les fragrances sont plus qu'une odeur agréable. La plupart des parfums et des produits parfumés contiennent des dizaines, voire des centaines de substances chimiques, dont un grand nombre :

- ✦ **Sont dérivés du pétrole**
- ✦ **Ne figurent pas sur les étiquettes des produits**
- ✦ **Incluent des allergènes et des sensibilisateurs connus**
- ✦ **Peuvent contenir des phtalates et des composés organiques volatils (COV) liés à des problèmes de santé**



Les ingrédients des fragrances sont considérés comme des « secrets commerciaux » en vertu de la législation canadienne, de sorte que les entreprises ne sont pas tenues de les divulguer.

## Les effets des fragrances sur la santé

### Qui est concerné—et comment ?

Les substances chimiques des fragrances ne restent pas seulement sur la peau. Elles pénètrent dans l'air et affectent les personnes qui se trouvent à proximité. Pour de nombreuses personnes, en particulier celles qui ont la sensibilité chimique multiple (SCM), ces expositions déclenchent des symptômes graves.



**Maux de tête ou migraines**



**Difficultés respiratoires**



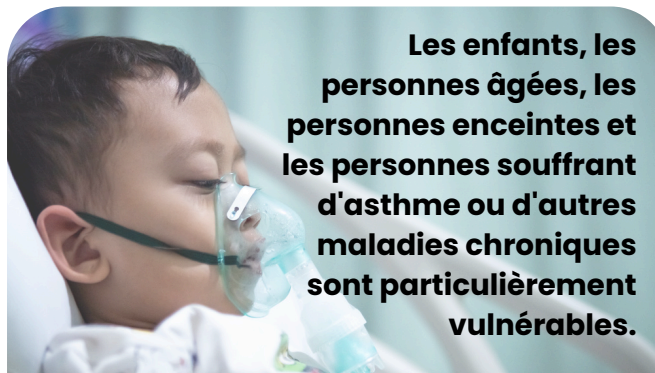
**Vertiges ou nausées**



**Fatigue et brouillard cérébral**



**Irritation de la peau**



**Les enfants, les personnes âgées, les personnes enceintes et les personnes souffrant d'asthme ou d'autres maladies chroniques sont particulièrement vulnérables.**

## Une vue d'ensemble

Les fragrances sont partout, et c'est une question de santé publique.

### Les parfums sont utilisés dans :



#### Soins personnels

Parfums, shampoings, déodorants



#### Articles ménagers

Détergents pour le linge, produits d'entretien



#### Espaces publics

Désodorisants, savons pour les mains, parfums utilisés dans les systèmes de chauffage, ventilation et climatisation

### L'exposition aux substances chimiques des fragrances est liée à :



- **Asthme et affections respiratoires**
- **Perturbation endocrinienne**
- **Symptômes neurologiques**
- **Risque accru de développer la SCM**