

QUIZZ

Air intérieur

Questions

Réponses

1

Pourquoi faut-il éviter de mettre des plantes dans une chambre à coucher ?

1. Il peut y avoir développement de moisissures sur la terre ou le pot. De plus les plantes absorbent l'oxygène et rejettent du CO2 la nuit (= la photosynthèse).

2

Dans votre corps, seuls les muscles ont-ils besoin d'air ?

2. Non. Tous les organes ont besoin d'air pour fonctionner, y compris le cerveau (-;-)

3

Le bébé dans le ventre de sa mère respire-t-il ?

3. Oui. C'est l'oxygène du sang de sa mère qui alimente le bébé grâce au cordon ombilical, mais pas avec ses poumons.

4

Pourquoi aérer et ventiler son logement ?

4. Pour renouveler l'air et évacuer les polluants accumulés au cours de la journée ou de la nuit (humidité, poussières, acariens, polluants chimiques, ...). Il faut donc aérer tous les jours même quand il fait froid.

5

Pourquoi ne faut-il pas mélanger deux produits d'entretien ?

5. Cela peut entraîner des réactions chimiques dangereuses.

6

De quoi est constitué un parfum ou une odeur de synthèse ?

6. De molécules chimiques dégradant une odeur soigneusement choisie. Mais elles sont pour certaines classées dans la famille des polluants de l'air intérieur.

Questions issues de la mallette «L'Air Malin» éditée par l'ARS de Lorraine et l'IREPS de Lorraine.

ATMO est sollicitée par les collectivités territoriales pour des diagnostics «air intérieur» dans les locaux accueillant du public (crèches, écoles, ...) ou bâtiments tertiaires.

ATMO, de par son expertise, permet de proposer une stratégie adaptée pour la mesure de l'air intérieur mais également d'identifier les sources de pollutions en cas de valeurs élevées.

En complément du diagnostic, l'association propose une démarche d'information et de sensibilisation à tous les acteurs concernés.

Prospective : ATMO alimente une base de connaissance régionale sur l'air intérieur avec les acteurs publics privés.

EN PARTENARIAT AVEC

Le Réseau Allergolor
et l'Agence de Santé (ARS)

VOTRE CONTACT
AIR INTÉRIEUR :

Bérénice Jenneson
Réfèrente bâtiment

berenice.jenneson@atmo-grandest.eu

→ 5, rue de Madrid
67300 Schiltigheim

Tél. 03 87 74 56 04
www.atmo-grandest.eu

L'EXPERTISE
SCIENTIFIQUE

AtMO
GRAND EST

Air intérieur, un impact pour notre santé

RADON

Émanations des sous-sols granitiques et volcaniques et de certains matériaux de construction.
Cancer du poumon

LÉGIONELLES

Prolifération dans les réseaux d'eau chaude (entre 25 et 45°C), systèmes de climatisation, tours aéro-réfrigérantes, humidificateurs, brumisateurs, jacuzzi,...

Troubles respiratoires (légionellose)

FIBRES

Laines minérales, végétales ou animales pour l'isolation, amiante, matériaux de couverture ou de revêtement, canalisations et conduites, textiles.

Irritations de la peau, des yeux, de la gorge, du nez, allergies cutanées et respiratoires

FUMÉE DE TABAC

Cancer du poumon

OXYDE D'AZOTE

Combustions diverses (gazinière, chauffe-eau, gaz, chauffage au bois, fumée de tabac...)

NO₂ (dioxyde d'azote) : irritation des bronches, aggrave les crises des asthmatiques.

DIOXYDE DE SOUFRE

Combustion du charbon, du fioul
aggrave les crises des asthmatiques

PARTICULES FINES ET FIBRES

(dont amiante)

Air extérieur (pollens, gaz d'échappement, fumées diverses...), spores de moisissures, fumée de tabac, chauffage, (au bois ou au fioul)

Aggravation des maladies respiratoires et cardio-vasculaires, fibroses des poumons et de la plèvre, cancérogènes

PARTICULES FINES

(dont pollens et fumée de tabac)

Air extérieur (pollens, gaz d'échappement, fumées diverses...), spores de moisissures, fumée de tabac, chauffage, (au bois ou au fioul)

Accroissement de la sensibilité aux allergènes, allergies, effet dépendant des polluants qu'elles transportent

ASTHME

6 à 8%

DE LA POPULATION EST CONCERNÉE.

DEUX FOIS PLUS CHEZ L'ENFANT !

En France, on estime le coût de la pollution intérieure à 19 milliards d'euros par an.

Source : étude Anses 2014

FORMALDÉHYDE ET BENZÈNE

Isolants, moquettes, textiles, colles, peintures, produits de bricolage, meubles, fumée de tabac, vernis, colles, encres

Formaldéhyde et benzène : cancérogènes avérés pour l'Homme

MOISSISSURES

Les moisissures prolifèrent dans une ambiance humide, chaude et mal aérée

Aggravation des crises d'asthme, de la sensibilité aux rhinites, trachéites, bronchites, aspergilloses...

25 à 30%

DE LA POPULATION DES PAYS INDUSTRIALISÉS EST ALLERGIQUE. UN DOUBLEMENT EN 20 ANS !

ALLERGÈNES D'ACARIENS

(dont pollens)

Les acariens prolifèrent dans les poussières, la literie, les canapés et fauteuils en tissu, les tapis, les moquette, les rideaux

Rhinites, conjonctivites, aggravation des crises d'asthme

MONOXYDE DE CARBONE

Appareils de chauffage et de production d'eau chaude par combustion, mal réglés ou peu

Angoisse, aggravation des maladies cardiovasculaires

COMPOSÉS ORGANIQUES VOLATILS

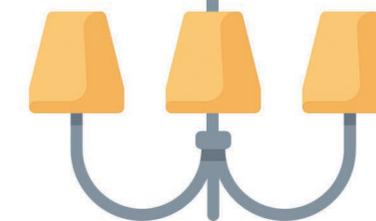
Matériaux de construction ou de décoration, mobilier, produits d'entretien, cuisson des aliments, fumée de tabac...

Troubles respiratoires, irritation des yeux, du nez, de la gorge, réactions allergiques des asthmatiques

RISQUES À COURT TERME

RISQUES À LONG TERME

4 CONSEILS POUR...



Qualité de l'air intérieur Qualité de vie



NOUS PASSONS
80%
DE NOTRE TEMPS
À L'INTÉRIEUR



www.atmo-grandest.eu

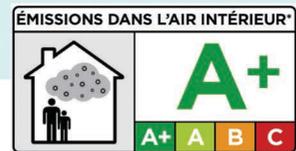
4 points d'attention pour mon air intérieur / qualité de l'air, qualité de vie

D'où peut venir la pollution de notre air intérieur ?

1

JE CONSTRUIS, JE RÉHABILITE : JE CHOISIS LA BONNE ÉTIQUETTE !

- Il y a 4 classes (A+, A, B, C), la classe A+ indiquant le taux d'émissions le plus faible. Cet étiquetage est applicable depuis le 1^{er} janvier 2012 pour les nouveaux produits et le 1^{er} septembre 2013 pour les produits existants. Elle a pour objet d'attester la conformité des produits ou services aux référentiels qui portent sur la qualité environnementale des produits.



2

PRODUITS D'ENTRETIEN : VIGILANCE

- Choisir un lieu de stockage ventilé, ou avec la possibilité d'aération : les locaux doivent bénéficier d'un système de ventilation et/ou d'une aération naturelle.
- Bien choisir et respecter les dosages prescrits : un surdosage ou mélange peuvent entraîner des risques pour la santé. L'étiquetage vous informe des dangers d'utilisation.
- Toujours aérer, pendant et après les activités de nettoyage : permet une circulation de l'air et une évacuation plus facile des éventuels polluants.

3

MA MAISON RESPIRE

- Les maisons performantes, économes en énergie, sont souvent étanches à l'air. Faites le bon choix de la ventilation et soyez attentif au lieu d'implantation de votre prise d'air (éviter la proximité d'un lieu de pollution).
- La ventilation d'un bâtiment et le respect des taux réglementaires de renouvellement d'air sont indispensables pour :
 - éliminer les pollutions de l'air,
 - préserver la santé et le confort des occupants,
 - prévenir certaines pathologies du bâtiment liées à l'humidité (condensation et moisissures).

4

HUMIDITÉ ET TEMPÉRATURE : LE BON NIVEAU

- Un intérieur trop humide favorise la condensation et le développement de moisissures.
 - Un intérieur surchauffé peut nuire à la santé.
- Le taux optimal d'humidité relative dans l'air d'un logement se situe entre 35 et 55%, pour une température entre 18° et 22°C.



→ des matériaux et produits de construction, de décoration, du mobilier,...



→ des produits d'entretien de la maison, des désodorisants, parfums d'intérieur, bougies, encens, insecticides,...

→ des produits de toilette, des cosmétiques...

→ de nos activités ou nos habitudes (tabagisme, cuisine, bricolage, lavage, jardinage...)

→ de nos animaux familiers, des moisissures, des habitants indésirables de nos logements (insectes, acariens, ...)

→ de nos appareils d'équipement (chauffage, climatisation, ...)

