

# AMÉLIORER LA QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR

## DU BON'AIR pour les marmailles !



Parents  
d'élèves

## POUR QUOI ? POUR QUI ?

Depuis de nombreuses années, les études menées par les acteurs du champ Santé-Environnement ont révélé que les milieux intérieurs peuvent avoir de fortes incidences sur notre santé, notamment chez les enfants (respiration de plus grands volumes d'air par rapport à leur poids, appareil respiratoire, digestif et reproducteur immatures et système nerveux central et immunitaire en plein développement) et les femmes enceintes.

Afin d'informer et de sensibiliser la population à cette problématique et avec le soutien des acteurs locaux et régionaux (DEAL, ARS-OI, Rectorat, Conseil Départemental et Atmo Réunion), un groupe de travail s'est réuni autour de la réalisation d'un dépliant visant à informer les parents d'élèves.

*Il donne par ailleurs des conseils quant aux gestes à adopter pour améliorer la qualité de l'air intérieur.*

## REPÉRER LES SIGLES

### ETIQUETTE "ÉMISSIONS DANS L'AIR INTÉRIEUR"



Cette lettre indique le niveau d'émission du produit en polluants volatils dans l'air intérieur d'une pièce : elle comprend un pictogramme accompagné d'une lettre en grand format. La notation s'étend de « A+ » (le produit émet très peu ou pas du tout) à « C » (le produit émet beaucoup).

### LABELS



Ils sont gage de faible impact sur la qualité de l'air : **NF Habitat HQE**, **NF Environnement**, **EU Ecolabel**, **Okotest Nordic Ecolabel**.

### PICTOGRAMMES DE DANGER



# DES GESTES SIMPLES

## GESTE N°1 L'aménagement INTÉRIEUR

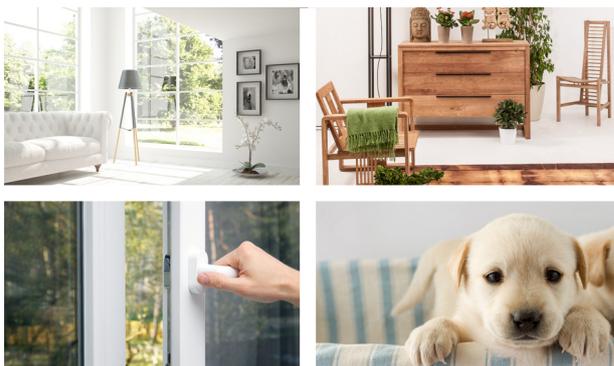
■ **Préférer le mobilier en bois non traité** et limiter le bois aggloméré pour **limiter les émanations de formaldéhyde** (composé organique cancérigène si présent en trop grande quantité). À réception de **mobilier neuf, les déballer** et si une odeur acre et piquante apparaît, les **mettre à dégazer** dans un lieu ventilé, mais non occupé, **pendant 4 semaines**.

■ **Le sigle A/A+** (faible / très faible émission de solvants, présents sur les produits de décoration) **ou les labels NF environnement ou éco-label européen** (ameublement, papeterie, etc.) vous assurent des produits **plus respectueux de l'environnement**.

■ **Penser à aérer pendant / après les travaux.** **Attention :** Les moquettes et les tapis accueillent avec plaisir les allergènes ! (acariens, etc.).

■ Contrairement aux idées reçues, **les plantes vertes** ne dépolluent pas et peuvent être **allergisantes** (ficus, philodendron, etc.) ou **toxiques** (allamanda, laurier rose, certaines sauges, etc.). Renseignez vous auprès d'un professionnel.

■ **Les parfums d'ambiance** type désodorisants, diffuseurs électriques, encens, bougies parfumées, etc., dégagent de nombreuses **substances toxiques**.



## GESTE N°2 Renouveler L'AIR INTÉRIEUR

■ **Aérer au moins 2 fois 20 minutes par jour** (et quand vous bricolez, faites la cuisine, le ménage ou après la douche) et quelle que soit la saison (pensez à couper la climatisation pendant l'aération en été) **permet d'éliminer les divers polluants** de l'air intérieur. En cas de **proximité de sources de pollution extérieure** (industrie, voie de circulation importante, etc.), privilégier les ouvrants des **façades non exposées** en dehors des heures de pointe du trafic routier.

■ **Ventiler :** le fonctionnement permanent de la ventilation générale permet de **maintenir la qualité de votre air intérieur...** (évitiez de fermer les grilles et bouches d'aération (VMC), pensez à les nettoyer régulièrement).

## GESTE N°3 Les gestes quotidiens pour un LOGEMENT SAIN

■ Même à la fenêtre, les **composés toxiques de la cigarette** peuvent entrer dans la maison et s'imprégner dans les tissus.

■ **Les poils** de nos chers **animaux de compagnie** sont porteurs **d'allergènes** : évitez de les faire entrer dans **les chambres** !

■ **Moustiques :** Préférer la **lutte anti vectorielle** Eviter l'utilisation de **produits anti moustiques** (aérosols) **dans la maison** en présence des enfants. **Aérer systématiquement après usage**. Les spirales ne s'utilisent qu'à l'extérieur.

**Pour s'en protéger RDV sur le site de l'ARS-OI :**  
[www.ocean-indien.ars.sante.fr/moustiques-maladies-la-reunion](http://www.ocean-indien.ars.sante.fr/moustiques-maladies-la-reunion)

# DES GESTES SIMPLES

GESTE  
N°4

## Réduire les risques D'INTOXICATION au monoxyde de carbone ET Etre vigilant

- Éviter l'utilisation d'appareils mobiles de chauffage à pétrole ou à gaz comme chauffage d'appoint (sinon bien les entretenir en vous référant à la notice).
- Vérifier et entretenir les installations de production d'eau chaude (chauffe eau à gaz) et les conduits de fumée par un professionnel qualifié **une fois par an**.
- Trop d'humidité dans le logement entraîne l'augmentation des **moisissures**, favorise les **allergies** et dégrade votre habitation.
- Un accident est vite arrivé avec **les enfants** en bas âge : **lorsque vous ouvrez les fenêtres, pensez à les surveiller !**
- Penser à **faire entretenir** (1 fois par an) par des professionnels les **installations de climatisation** (nettoyage des filtres, ...).
- **Une vigilance plus importante** est préconisée pour les **femmes enceintes**, les **nourrissons**, les **enfants**, les **personnes âgées** et les malades, plus sensibles aux polluants de l'air intérieur.



GESTE  
N°5

## Le ménage : LE PROPRE N'A PAS D'ODEUR !

- Limiter le nombre de produits ménagers en préférant les **produits multi usages de qualité écologique** (Eco-label européen, marque NF environnement). Ils signalent des produits limitant leur impact sur l'environnement et **éviter les pictogrammes de danger**. Les **stocker** dans un **local bien ventilé** et bien respecter les conditions d'utilisation (ne pas faire de mélanges et respecter les dosages prescrits).
- **Eviter les produits** contenant des **antibactériens** qui favorisent les bactéries résistantes.
- Pensez aux **recettes de grand-mère** : savon noir, savon de Marseille, bicarbonate de soude, vinaigre blanc.  
**Recettes maison :**  
<http://www.ecomatismes.fr/mes-5-produits-essentiels-pour-lentretien/>
- Les **aspirateurs avec filtres HEPA** (Haute Efficacité sur les Particules Aériennes) sont plus efficaces pour retenir les poussières, particules et allergènes.
- **Ne pas utiliser de désinfectant** (type Javel) **quotidiennement** (sauf cas particuliers: épidémie infectieuse, traitement ponctuel de tâches et/ou de moisissures).
- **Aérer pendant et après le ménage.**

### Un bon air chez moi

<http://unbonairchezmoi.developpement-durable.gouv.fr/#section-home>

### Mon cartable sain

<http://cartable-sain-durable.fr>

DU BON'AIR pour les marmailles !