

Mon logement a besoin d'air ! L'air intérieur et ma santé

Environnement intérieur

Mots clés

allergie

Nous passons en moyenne 80 à 90 % de notre temps dans des espaces clos : logements, bureaux, écoles, transports... Mais de nombreux toxiques s'accumulent dans ces locaux au point qu'aujourd'hui l'air intérieur est souvent plus pollué que l'air extérieur.

Il est reconnu que la qualité de l'air joue un rôle significatif dans l'accroissement de diverses pathologies chroniques et allergiques respiratoires.

Ce livret traite des sources de pollution et d'allergies dans l'environnement intérieur et des moyens d'agir pour les limiter. Une dizaine de problématiques sont abordées mais cela n'est pas exhaustif, il s'en ajoute bien d'autres...

Mise à jour de cette page :

29/01/2026

[Ressources pour comprendre et transmettre](#)

Format :

[Brochure](#)

Année :

2020

Auteur :

[CAP Tronçais](#)

Editeur :

CAP Tronçais

Consulter la brochure

http://site.compoz.fr/patro/CMS/modules/dl/1204657833/Monlogementabesoin_d_air_...