Environnement intérieur

Pistes pour agir au quotidien

#radon #pollution #conseiller en environnement intérieur

Auteur **Pôle ESE** *69002 LYON* Réseau d'acteur

- Éviter les produits odorants (parfums d'intérieur, encens, bougies parfumées, etc.)
- Privilégier les éléments d'origine naturelle et traités avec des produits naturels pour le mobilier, les équipements et lors de travaux - bois massif, terre cuite, grès, faïence, fibres naturelles sans coloration ni traitement chimique - ou, à défaut, aérer souvent la pièce dans laquelle ils sont installés
- Privilégier des revêtements non émetteurs de #COV (carrelage, parquet si traitement naturel, Linoléum, etc.)
- Privilégier le mobilier d'occasion dont les substances toxiques auront eu le temps de se dissiper
- Choisir les produits et peintures de bricolage les plus respectueux de l'environnement (ils le seront aussi davantage pour la santé)

- Limiter l'accès des animaux domestiques aux chambres
- Utiliser les chauffages d'appoint uniquement pour une courte durée et dans une pièce ventilée régulièrement
- Limiter l'humidité : aérer pendant le séchage du linge, mettre un couvercle sur les casseroles pendant la cuisson, aérer les salles d'eau
- Vérifier les risques d'exposition à l' 1>plomb en s'informant
- Vérifier la présence de radon si vous habitez un département classé à risque
- Améliorer les conditions de renouvellement de l'air (à travers des systèmes de ventilation et en ouvrant régulièrement les fenêtres)
- Porter un masque pour appliquer ces produits et faire des pauses à l'extérieur
- Lors de travaux et du ménage, aérer en continu le lieu et passer souvent l'aspirateur pour éliminer un maximum de poussière
- Pour faire le ménage, ne jamais mélanger les produits
- Privilégier l'achat de produits respectueux de l'environnement pour le ménage (bicarbonate de soude, vinaigre d'alcool, savon noir, produits à base de tensioactifs végétaux) et le bricolage (peintures, colles, etc.).

- Établir un auto-diagnostic de son environnement intérieur (ex. « Quiz - Respirez-vous un air sain chez vous ? »)
- En cas d'asthme, d'allergies ou de doute sur un polluant, établir un diagnostic de son environnement intérieur à l'aide un #conseiller en environnement intérieur

> Source : « Prévention Maison / Pollution de l'air intérieur », Santé Publique France - Ministère chargé de la Santé

Les plantes dépolluantes : rêve ou solution ?

Une « plante dépolluante » est une plante censée réduire, grâce à son métabolisme, la quantité des polluants présents dans l'air à l'intérieur des édifices grâce à la faculté de « bioépuration ». Cette notion aurait été introduite par des travaux de la NASA dans le cadre des programmes spatiaux et a été étendue aux plantes cultivées en intérieur.
Suite à ces travaux, l'argument des « plantes dépolluantes » a connu un grand succès commercial.
Cette propriété n'est pas validée scientifiquement au regard des niveaux de pollution généralement rencontrés dans les habitations et des nouvelles connaissances scientifiques dans le domaine, nuance l'Agence de la transition

écologique (Ademe). Aussi, l'étude Phyt'Air, menée par la faculté des Sciences pharmaceutiques et biologiques de Lille, s'est attachée à évaluer en conditions réelles les capacités épuratrices des plantes. Elle a conclu, qu'en conditions réelles, les plantes n'ont aucun impact significatif sur la qualité de l'air intérieur.

Sources : définition Wikipédia et « Les avis de l'Ademe – Plantes et épuration de l'air intérieur » - Ademe