

Les polluants du quotidien

La question de la qualité de l'air intérieur est une préoccupation de santé publique.



L'ensemble de la population est concerné, et plus particulièrement les personnes sensibles et fragiles.

Nous passons 80% de notre temps en espace clos ou semi-clos. L'air que nous y respirons peut avoir des effets sur le confort et la santé, depuis la simple gêne jusqu'à l'aggravation ou le développement de pathologies comme les allergies respiratoires.

Quelques exemples de sources de pollution intérieure : tabagisme, moisissures, matériaux de construction, meubles, acariens, produits d'entretien, de bricolage et de décoration, peintures etc.

La question de la qualité de l'air intérieur est donc une préoccupation majeure de santé publique, car l'ensemble de la population est concerné, et plus particulièrement les personnes sensibles et fragiles.

Quelques conseils :

- > aérer dix minutes par jour été comme hiver en ouvrant les fenêtres permet de :
 - renouveler l'air intérieur,
 - réduire la concentration des polluants dans votre logement
- > ventiler : la ventilation permet de renouveler l'air en assurant une circulation générale et permanente. Elle peut être :
 - naturelle : l'air circule dans le logement par des entrées d'air « neuf » et des sorties d'air « pollué » (bouches et grilles d'aération)

(pousses et grilles d'aération)

- mécanique : la VMC (ventilation mécanique contrôlée) est un système électrique de renouvellement automatique et continu de l'air
- > identifier et agir sur les sources de pollution

Des ateliers de prévention existent

Parallèlement des ateliers de prévention pour mieux connaître les polluants de l'habitat et trouver des solutions alternatives, économiques et saines et simples à mettre en œuvre sont régulièrement proposés aux habitants.

En savoir plus

Télécharger le guide de la pollution de l'air intérieur – tous les bons gestes pour un air intérieur plus sain [📄](#)

Information sur le danger des intoxications au monoxyde de carbone

Le monoxyde de carbone est un gaz incolore et inodore. Sa présence résulte généralement d'un mauvais fonctionnement ou d'une mauvaise installation d'appareil à combustion, quel que soit le combustible utilisé : bois, butane, charbon, essence, fuel, gaz naturel, pétrole, propane.

Les intoxications au monoxyde de carbone (CO) représentent la première cause de mortalité par toxique en France.

Quels sont les premiers signes pour reconnaître l'intoxication au monoxyde de carbone ? :

- > maux de tête
- > vertiges et les nausées
- > ensuite peuvent apparaître les pertes de conscience

Quelques conseils lorsque les signes sont là :

- > ouvrir les portes et fenêtres pour aérer
- > quitter les lieux
- > appeler les services de secours (SAMU : 15, Sapeurs Pompier : 18)
- > ne pas réintégrer votre logement sans faire appel à un professionnel qualifié

Pour ne pas s'intoxiquer, jouons la sécurité.

- > confier l'installation et l'entretien des appareils à combustion à des professionnels qualifiés.
- > ne pas obturer les ouvertures d'aération (avec journaux plastiques, papiers peints...)
- > faire ramoner au moins une fois par an les conduits d'évacuation des fumées
- > utiliser les appareils conformément à leur notice d'utilisation fournie par le fabricant
- > ne pas utiliser plus de 5 à 8 minutes, les chauffe-eau non raccordés à un conduit d'évacuation des gaz de combustion vers l'extérieur
- > n'utiliser les appareils mobiles de chauffage munis de dispositifs de sécurité "contrôleurs d'atmosphère" qu'un appoint
- > ne pas faire fonctionner le moteur d'une voiture ou d'un groupe électrogène dans un local fermé
- > ne pas utiliser une cuisinière, un brasero, un barbecue... pour se chauffer

En savoir plus

Prévention Maison / Pollution de l'air intérieur [📄](#)

Intoxications au monoxyde de carbone [📄](#)

Le programme régional santé environnement Bretagne [📄](#)

Des ateliers

Gratuits et d'une durée de 2 heures, des ateliers sont proposés aux futurs parents, aux parents de jeunes enfants, aux grands parents etc. afin de les aider à créer un environnement intérieur sain et réduire l'exposition des enfants aux multiples polluants qui ne sont pas toujours connus et identifiés par le grand public. On y parle des

enfants aux multiples polluants qui ne sont pas toujours connus et reconnus par le grand public. On y parle des multiples sources de pollution intérieure (matériaux, mobiliers, matériel de puériculture, cosmétiques, vêtements, jouets...) avec des réponses concrètes pour préserver la santé de sa famille.

Des ateliers ludiques et interactifs basés sur la fabrication de produits ménagers ou de cosmétiques sont également proposés dans les quartiers. On y trouve des recettes, conseils et astuces simples, économiques et sains à réutiliser chez soi.

En savoir plus

Nesting : Protégez votre enfant en créant un intérieur sain [👉](#)

Publications

Pratik : guide pour un habitat sain

GUIDE

juin 2020

▶ [TÉLÉCHARGER \(2,09MO\)](#)

Pratik : La qualité de l'air dans les écoles

GUIDE

juin 2019

▶ [TÉLÉCHARGER \(4,06MO\)](#)

Contact

Service Promotion de la santé de la ville de Brest

16 rue Alexandre Ribot
29200 Brest

☎ 02 98 00 80 80

🌐 www.sante-brest.net

@ promotion-sante@mairie-brest.fr

NOUS CONTACTER

Vous n'avez pas trouvé l'information que vous cherchiez dans cette page ?



[Consultez notre foire aux questions](#)



[Écrivez-nous](#)

COMMENTAIRES

Commentez cet article

Nom (obligatoire)

Prénom (obligatoire)

NOM (obligatoire)

Courriel (obligatoire)

Commentaire (obligatoire)

Saisir votre commentaire

✖ EFFACER

✓ ENVOYER

Dernière mise à jour le : **25 janvier 2021**



HÔTEL DE METROPOLE

24, rue Coat-ar-Guéven - CS 73826
29238 BREST CEDEX 2
Tel. : 02 98 33 50 50
www.brest.fr

Accueil téléphonique :
02 98 33 50 50
Lundi au Vendredi : 8h-18h
Samedi : 8h30-12h30

HOTEL DE VILLE DE BREST

2, rue Frézier - CS 63834
29238 Brest cedex 2
Tel. : 02 98 00 80 80
www.brest.fr

Accueil téléphonique :
02 98 00 80 80
Lundi au Vendredi : 8h-18h
Samedi : 8h30-12h30