



LA POLLUTION DE L'AIR INTERIEUR

Nous passons environ 80% de notre temps dans des lieux fermés, en particulier dans nos logements. La qualité de l'air que l'on y respire influe sur notre santé et notre confort. Elle peut y être moins bonne qu'à l'extérieur puisque l'air intérieur est diffusé en continue. Limiter la pollution de nos logements est une nécessité.

Quels sont les sources de cette pollution ? Quels comportements adopter ? Quels équipements installer ?

Zoom sur la pollution de l'air intérieur !

Quels sont les sources de cette pollution ?

La pollution intérieure peut être de diverses sources. Au fur et à mesure des réglementations thermiques et des réhabilitations, nos logements sont de mieux en mieux isolés et calfeutrés. On évite ainsi la fuite de chaleur vers l'extérieur. En contrepartie, les débits de ventilation ne sont pas toujours suffisants pour éliminer les polluants présents dans le logement.

Ces polluants peuvent provenir de votre décoration, de votre mobilier, des produits d'entretien ou de nos activités (tabagisme, bricolage, cuisine, lavage des sols, etc...).

La pollution peut également être causée par les appareils de combustion (chauffage et chauffe-eau) vétustes ou mal entretenus. Cette pollution est particulièrement dangereuse puisqu'elle peut dégager notamment du monoxyde de carbone (gaz incolore et inodore).

L'humidité, lorsqu'elle est en excès, peut engendrer des problèmes sanitaires et accentue la prolifération de moisissures et des acariens. Un adulte produit environ 55g de vapeur d'heure à l'heure et une lessive 1kg sur son temps de séchage.



Quels comportements adopter ?

La façon la plus efficace et la plus économique de préserver la qualité de l'air de votre logement est d'éviter de le polluer. Il est donc nécessaire de comprendre les indications sur les produits, utiliser des équipements et pratiquer des activités plus « propres », et d'avoir des comportements plus responsables.

L'ESPACE INFO-ENERGIE du Pays d'Artois vous informe !

Août 2016

Vous pouvez désormais adapter vos achats en connaissance de cause grâce à l'étiquette « **émissions dans l'air intérieur** ». Cette étiquette se retrouve sur les produits de construction ou de revêtement. Tous les produits vendus en France portent cet étiquetage depuis le 1^{er} septembre 2013.

Fiez-vous aux logos environnementaux comme l'**écolabel européen**, l'**écolabel nordique** et le logo **Ange Bleu**. Vous pouvez retrouver ces logos sur les produits de peintures, les textiles et chaussures, les gels douche, les lessives, etc...

Concernant les produits de construction, de décoration, d'ameublement, de bricolage ou d'entretien, vous pouvez consulter les fiches de sécurité (FDS) et les fiches de déclaration environnementales et sanitaires (FDES). Ces fiches sont consultables sur le site de l'INIES.

<http://www.inies.fr>

Pour finir, les appareils de chauffage au bois individuels labellisés « **Flamme Verte** » intègrent des exigences de qualité de combustion et d'émissions de particules. Les appareils les plus performants sont ceux obtenant 7 étoiles sur l'étiquette « Flamme Verte ».

<http://www.flammeverte.org/>

Quels équipements installer ?

Dans les logements humides, il est pertinent d'installer une ventilation mécanique que l'on appelle VMC : **Ventilation Mécanique Contrôlée**¹.

Les VMC permettent d'évacuer les polluants et le surplus d'humidité qu'il peut y avoir dans un logement. Il existe plusieurs types de VMC comme les VMC **simple flux** et les VMC **double flux**. Dans les logements construits selon les nouvelles normes thermiques, les VMC double flux sont les plus efficaces puisqu'elles permettent de récupérer la chaleur de l'air vicié pour l'échanger avec l'air neuf. Cependant, ces systèmes perdent de leur efficacité dans les logements anciens à cause du manque d'étanchéité à l'air. Dans ce cas-là, une VMC simple flux (hygroréglable de préférence) devrait suffire pour assainir votre logement.

¹ Voir l'article de l'Espace Info-Energie du Pays d'Artois – Septembre 2015

N'oubliez pas pour la suite :

Les Espaces Info-Energie peuvent également relire vos devis avec vous afin, de vous apporter des conseils techniques et financiers concernant vos travaux de rénovation énergétique.

Retrouvez d'autres informations sur le site de CPIE Villes de l'Artois, rubrique « Espace Info-Energie » : www.cieu.org