



L'Ecolabel européen est la certification écologique officielle européenne.

La marque NF Environnement est l'écolabel français.

Le label Ecocert est le plus exigeant : il est le plus apte à garantir que les produits sont réellement écologiques, sans composant toxique pour la santé.



J'agis pour protéger les personnes les plus fragiles !

Le fœtus et les jeunes enfants sont nettement plus vulnérables et leur exposition aux substances chimiques peut nuire à leur développement. J'anticipe les travaux de rénovation de la chambre de bébé pour aérer et éliminer les émanations nocives.

Je privilégie les jouets en fibre naturelle, en bois brut, en tissu...

J'évite les jouets parfumés, ceux dégageant une forte odeur de plastique.

Je limite l'utilisation des produits d'entretien ainsi que des crèmes et cosmétiques.

Résumé des bons gestes

- J'aère mon habitation au moins 10mn matin et soir.
- Je n'obstrue pas les aérations.
- Je fais vérifier chaque année les appareils de chauffage et la ventilation mécanique contrôlée (VMC).
- J'évite les parfums d'intérieur et tout ce qui contient des composés organiques volatils (COV).

Pour en savoir plus

L'agence de l'environnement et de la maîtrise de l'énergie :

<http://www.ademe.fr>

Des conseils et situations interactives pour une maison plus sûre et plus saine :

<http://www.prevention-maison.fr>

Le projet **Nesting** vous propose une mine d'informations précises et détaillées sur son site internet pour vous aider à créer un environnement sain :

<http://www.projetnesting.fr>

Association locale de

Cette brochure a été réalisée avec le soutien financier de l'Agence Régionale de Santé des Pays de la Loire, de la Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement et de la Région des Pays de la Loire.



Pays de la Loire

POUR UN INTÉRIEUR PLUS SAIN



Reconnaître les sources de pollution et s'en prémunir

UFC-Que Choisir Union Régionale des Pays de la Loire

Commission Santé

1 place du Martray 44000 Nantes

Tel : 02 40 12 07 43

Courriel : contact@nantes.ufcquechoisir.fr

Mars 2016 – Attention : ne pas jeter sur la voie publique !

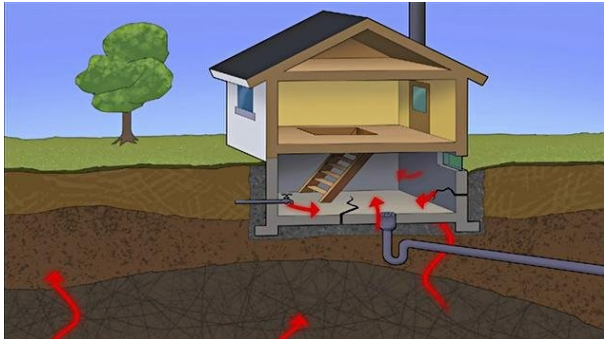
La pollution liée à l'emplacement de la maison : le radon

Le **radon** est un gaz radioactif d'origine naturelle émanant notamment des sous-sols granitiques.

Il s'infiltré par les fissures et défauts de joints des habitations.

Le radon est classé **cancérigène certain** et serait responsable de 2000 décès par an en France.

En cas de tabagisme actif le risque de développer un cancer du poumon est 25 fois supérieur par rapport à un non-fumeur (INVS).



J'agis

- J'aère mon logement pendant 10mn matin et soir, été comme hiver.
- Je colmate les fissures des sols et des murs.
- En cas de suspicion d'exposition, je mesure mon exposition au radon grâce à un dosimètre.

Les équipements de chauffage et de ventilation

La présence d'humidité due à une aération insuffisante ou à un système de ventilation non entretenu peut être à l'origine du développement de moisissures dont les émissions de spores peuvent être allergisantes voire toxiques.

Des appareils mal entretenus ou mal réglés peuvent également être à l'origine d'émission de monoxyde de carbone : gaz inodore, incolore, non irritant, toxique voire mortel en moins d'1 heure.



J'agis

- Je ventile après les activités qui produisent beaucoup d'humidité (douche, cuisson des aliments...) ; j'évite de faire sécher le linge à l'intérieur.
- Je fais vérifier et entretenir ma chaudière et ma VMC une fois par an.
- Je répare les fuites et les infiltrations d'eau le plus rapidement possible. Si des moisissures apparaissent, je lave sans délai les surfaces contaminées avec de l'eau de javel.

Les produits d'entretien

91 % des produits ménagers contiennent des substances chimiques toxiques et ils peuvent en émettre longtemps après leur utilisation.

Tous les produits odorants (spray, désodorisants d'intérieur, huiles essentielles, encens...) dégagent des COV dont certains peuvent être toxiques.

J'agis !

- Pour mes achats je me fie aux écolabels.
- Je n'achète que les produits ménagers dont j'ai besoin.
- J'évite d'utiliser de façon intensive des insecticides, parfums d'ambiance, bougies, encens.

Les produits de bricolage et de travaux

Les matériaux de construction, d'isolation, de finition et de décoration peuvent être à l'origine d'une dégradation de la qualité de l'air intérieur par émission de composés organiques volatiles.



J'agis !

Avant d'acheter je lis bien les étiquettes car elles me donnent des indications utiles.

L'étiquette COV concerne les produits de construction, les revêtements de mur ou de sol et les peintures et vernis. Elle indique le niveau d'émission des produits en polluants volatils.