

# L'importance de la qualité de notre environnement intérieur

---

***Nous passons plus de 85% de notre temps dans un environnement intérieur (habitation, locaux professionnels, transports,...).***

Contrairement à ce que la plupart des gens pensent, l'air intérieur peut être plus pollué que l'air extérieur. En effet, nos espaces de vie concentrent souvent des pollutions potentiellement néfastes pour la santé des occupants.

Les polluants qui affectent l'intérieur des habitations et des espaces professionnels peuvent provenir de l'extérieur du bâti, comme par exemple les gaz d'échappement. Mais la plupart du temps, la présence de ces polluants est liée à la multiplication des sources potentielles à l'intérieur de l'habitat: matériaux et produits de construction, d'aménagement, produits d'entretien, humidité, moisissures, monoxyde de carbone, etc.

On constate également que la mauvaise qualité de l'air intérieur est le plus souvent liée au renouvellement insuffisant de l'air dans les pièces de vie.

Des effets néfastes sur la santé peuvent être engendrés par la présence de polluants dans l'air intérieur. Le confort de vie et la sécurité des occupants peuvent également être altérés.

Les polluants peuvent, par exemple, causer des maux de tête, des vertiges, provoquer des allergies et des affections au niveau respiratoire, mais aussi contribuer à des symptômes de types eczéma, irritations de la peau, du nez et des yeux ou être à l'origine de troubles de l'appareil digestif. Certains peuvent porter atteinte à la fertilité et d'autres sont cancérigènes.

Les polluants n'affectent pas de manière égale tous les être humains. Certains sont plus sensibles que d'autres. Les fœtus, les enfants et les adolescents, de par leur croissance, sont plus vulnérables que les adultes.

Par ailleurs, il est démontré que l'amélioration de la qualité de l'environnement intérieur peut avoir des effets positifs sur la santé. Dans la plupart des situations, les changements de comportements et d'habitudes peuvent considérablement y contribuer. L'ONE a pris en compte l'importance de cette thématique notamment en collaborant à deux projets d'enquête dans les Milieux d'Accueil. Il ressort de ces collaborations que les personnes sensibilisées aux enjeux de la thématique sont, pour la plupart, prêtes à adapter leurs comportements.

L'ONE a voulu intégrer cette préoccupation sanitaire liée aux pollutions intérieures dans un Arrêté relatif à l'infrastructure des Milieux d'Accueil (Article 31). Il a semblé primordial de généraliser la sensibilisation et l'information sur les enjeux en santé environnementale à tous les milieux d'accueil (collectifs et familiaux) en leur proposant également des alternatives concrètes pour initier le changement de comportements de tous les acteurs de terrain.

C'est avec beaucoup de plaisir que nous vous présentons le coffret d'outils « L'air de rien, changeons d'air ». Fruits d'un travail pluridisciplinaire, il a comme objectif de proposer une démarche volontaire pour améliorer la qualité de l'air des MA collectifs et familiaux en informant – sensibilisant – proposant des recommandations.

## **L'AIR DE RIEN, CHANGEONS D'AIR: outils à disposition des milieux d'accueil**

Le coffret se compose de différents outils, qui abordent la question de l'environnement intérieur de manière pragmatique et variée sous différents supports papiers. Les liens entre les outils permettent d'entrer petit à petit dans la matière en fonction du rythme et des besoins de chacun.

La brochure contextualise, en guise d'introduction, la thématique et place le cadre d'action.

L'affiche permet en un coup d'œil, d'attirer l'attention sur les thématiques importantes en termes d'environnement intérieur. Le questionnaire d'auto-évaluation permet de dresser un bilan de votre milieu d'accueil au niveau de votre infrastructure d'accueil et de vos habitudes de travail. C'est un moyen de se poser des questions sur votre environnement intérieur.

Les 12 fiches thématiques,... chacune de ces fiches aborde une thématique précise selon le canevas suivant :

- De quoi s'agit-il?
- Où peut-on le trouver?
- Quels sont les effets sur la santé?
- Que faire?
- Pour en savoir plus?

## **DIFFUSION**

Si vous n'avez pas eu l'occasion d'assister à l'une des journées de présentation en subrégion, vous pourrez vous procurer le coffret et ainsi découvrir son entièreté en prenant contact avec votre coordinatrice accueil ou votre agent conseil. Des ateliers sont également prévus en subrégions pour les accueillantes autonomes.

Nadine VANDERHEYDEN  
Eco-conseillère ONE