



**SENSIBILISATION DES BONS GESTES
POUR UNE MEILLEURE QUALITÉ DE L'AIR**



L'AIR C'EST LA VIE

La qualité de l'air que nous respirons dans nos foyers dépend de notre environnement extérieur mais pas uniquement !



15 000 L

d'air respiré en moyenne par personne par jour

En prendre conscience est un premier pas vers un air plus sain. Il faut donc rester vigilants pour éviter de laisser dans nos foyers des polluants souvent bien méconnus.

EVALUER LA QUALITÉ DE L'AIR

L'INDICE ATMO EST UN INDICATEUR POUR PRÉVOIR CHAQUE JOUR LA QUALITÉ DE L'AIR.

Indice Atmo de la qualité de l'air

à partir du 04/01/2021



IL EST DÉFINI SUR UNE ÉCHELLE DE 6 QUALIFICATIFS ET EST CALCULÉ GRÂCE AUX MESURES DE 5

L'INDICE FRANÇAIS ATMO EST DÉFINI CHAQUE JOUR POUR TOUTE LA FRANCE.

IL EST REPRÉSENTATIF DE LA POLLUTION AMBIANTE, DITE "POLLUTION DE FOND".

IL NE PREND PAS EN COMPTE LES PHÉNOMÈNES DE PROXIMITÉ (AUTOMOBILE ET INDUSTRIELLE), NI LES POLLUANTS NON RÉGLEMENTÉS, LES PARTICULES ULTRAFINES OU LES POLLENS.

80%

de notre temps passé en intérieur alors que l'air intérieur est jusqu'à 10 fois plus pollué que l'air extérieur.

50 à 75 CL

d'eau évaporée chaque semaine dans un logement occupé par 4 personnes (respiration, transpiration, ...)

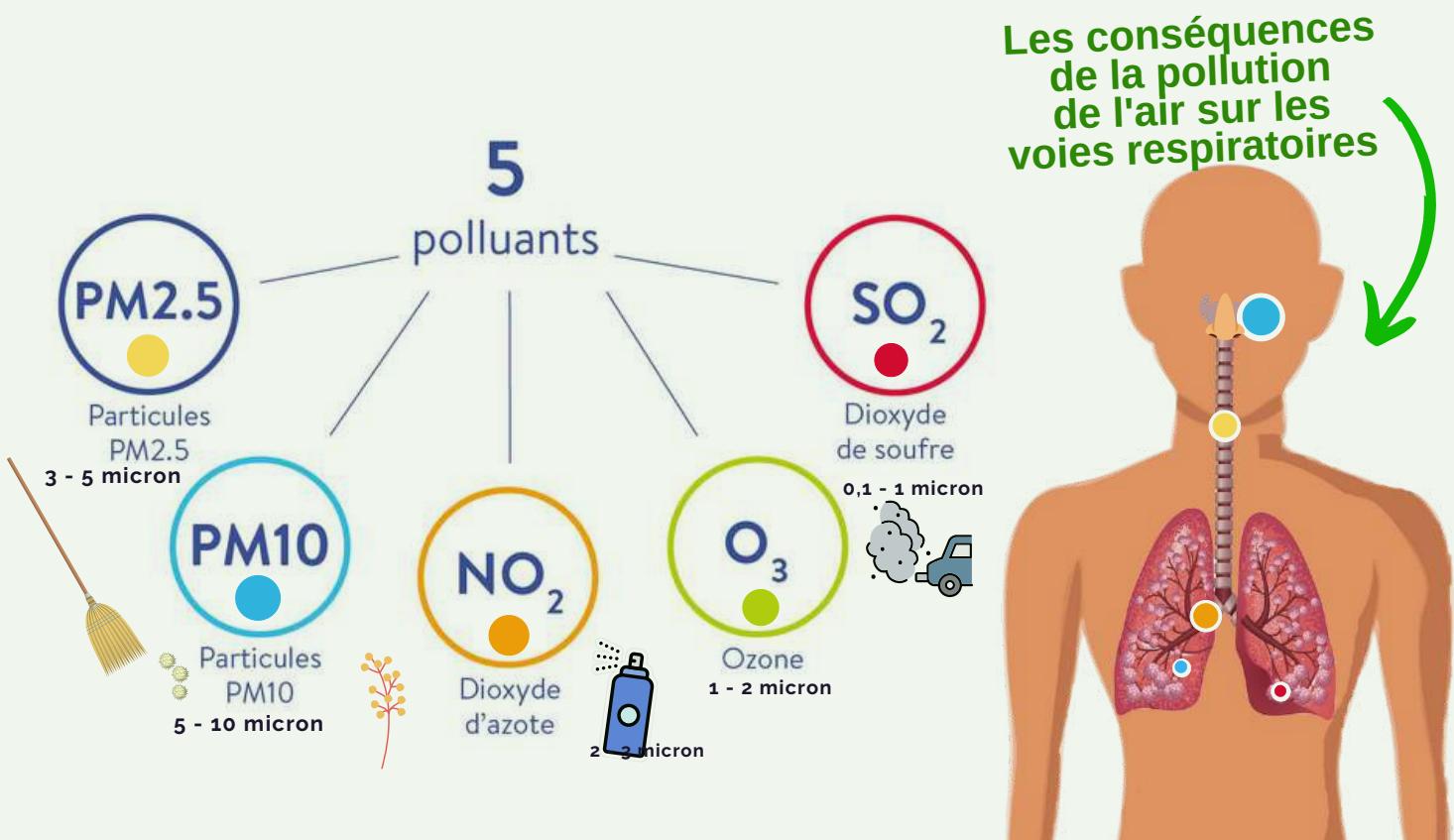
10 minutes

d'aération pour renouveler l'air d'une pièce.

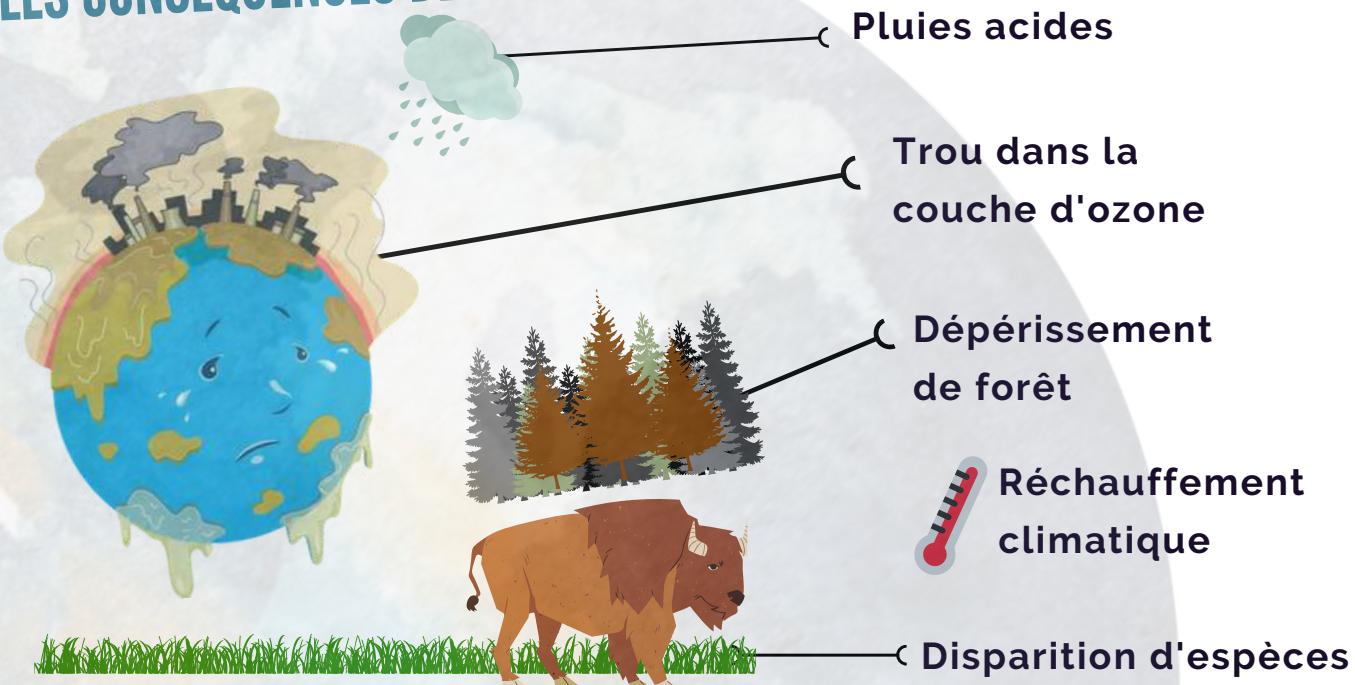
4000

composés chimiques contenus dans la fumée de tabac, dont au moins 50 cancérogènes.

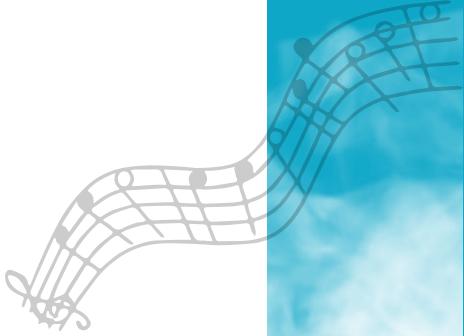
LES CAUSES ET LES CONSÉQUENCES



LES CONSÉQUENCES DE LA POLLUTION DE L'AIR SUR LA PLANÈTE



LA CHANSON K Li T R

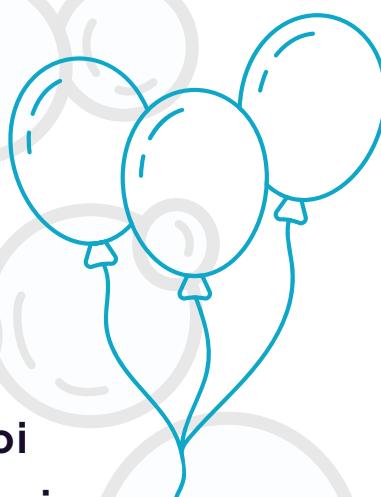


Le carburant est sale, les filtres sont encombrés
Les COV font mal, notre tête dans la fumée
Pour l'air tous dans le bal, pollution tous troublés
On va toucher le graal, si on est motivé

REFRAIN :

J'aère la maison
Plus de marche a pied
J'Choisis mes produits
Je dis STOP à la clope
K Li T R !! K Li T R !!

K Li T R
K Li T R
K Li T R
K Li T R



Invisible et partout, il s'infiltre chez toi
Bougies odeur bambou, aère tu es le roi
Dans la rue c'est trop fou, t'as le gaz dans les voies
Rassure toi on dit tout, c'est vrai aussi pour moi

REFRAIN

15m³ tous les jours, pour garder la santé
Les particules autour, ça rentre dans le nez
Protégeons nos amours, petits gestes réguliers
Arrête de faire ton lourd, on peut se protéger

REFRAIN

LES SOLUTIONS - LES BONS GESTES

Il est important d'éliminer le plus de polluants possible, de veiller dans ses activités à réduire, les sources de pollution

(par exemple : l'usage excessif de produits ménagers ou de parfums d'intérieurs) et d'évacuer l'humidité en excès.

Pour cela, il est essentiel de renouveler suffisamment l'air à la maison, en aérant régulièrement.

Nous devons tous agir pour améliorer la qualité de l'air.

Des solutions simples existent comme par exemple :



EN CAS D'ÉPISODE DE POLLUTION

J'évite les activités physiques et sportives intenses

J'évite les zones fortement polluées

Je me surexpose pas à des substances irritantes

Je prends conseil auprès de mon pharmacien ou de mon médecin en cas de symptômes

J'aére mon habitation en dehors des heures de pointe

LA CHANSON Pic D'Ozone

ALERTE ! PIQUE D'ZONE !

ALERTE ! PIQUE D'ZONE !

ALERTE ! ALERTE ! ALERTE !

ALERTE ! ALERTE ! ALERTE !

ALERTE ! PIQUE D'ZONE !



REFRAIN :

Ça pique dans la zone, c'est le pic d'ozone

Le soleil rayonne et mon air s'empoisonne

Ça pique dans la zone, c'est le pic d'ozone

Le soleil rayonne et mon air s'empoisonne

Dans la rue c'est le diesel

Le pollen tire ses ailes

Météo qui s'en mêle

Pollution qui déferle

Le Pschitt dans la maison

La moquette du salon

Le chauffe-eau en bouchon

Particules aux poumons



REFRAIN

Tous les soirs tu aères

Je nettoie ma chaudière

Moins de transport oui j'adhère

Produits purs - Serpillière

REFRAIN (ad libitum)

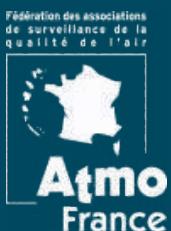
ALERTE !
PIQUE D'ZONE
ALERTE ! ALERTE !
ALERTE ! ALERTE !
PIQUE D'ZONE !

ALERTE !
PIQUE D'ZONE
ALERTE ! ALERTE !
ALERTE ! ALERTE !
PIQUE D'ZONE !

LA JOURNÉE NATIONALE DE LA QUALITÉ DE L'AIR EST CÉLÉBRÉE CHAQUE ANNÉE EN FRANCE LE TROISIÈME MERCREDI DU MOIS DE SEPTEMBRE, ET CELA SERA LE 20 SEPTEMBRE POUR CETTE ANNÉE 2023. LA JOURNÉE NATIONALE DE LA QUALITÉ DE L'AIR A ÉTÉ CRÉÉE EN 2019 AFIN DE SENSIBILISER LES GENS SUR L'IMPORTANCE DE RESPIRER UN AIR NON POLLué



**RETRouvez plus d'éléments
sur www.atmo-france.org**



www.lechapiteauvert.fr



Re_fashion



ECO DDS

CONTENUR

