

Changez d'air



Un concours vidéo

pour sensibiliser les élèves de CM1-CM2
à la **qualité de l'air intérieur**



Vidéo lauréate

Année scolaire 2022-2023



École Léon Berland
Limoges (87)



Classe de CM2
de M^{me} Marie-Charlotte MARTIN

> Visionnez la vidéo !



Les bons gestes à adopter

pour améliorer la qualité de l'air intérieur



J'aère au moins 10 minutes par jour, particulièrement la cuisine et la salle de bain, surtout lorsque je cuisine, que je fais le ménage, ou que je bricole.



Je ne fume pas à l'intérieur.



J'évite l'abondance de tapis et moquettes qui favorisent l'accumulation de poussières et d'acariens.



Je diminue l'utilisation des produits en spray (parfums, laques) pour limiter l'inhalation de substances nocives.



J'évite d'utiliser les encens, bougies, parfums d'intérieur, papiers d'Arménie, antimoustique sur prise...



Je privilégie les produits d'entretien et de bricolage écolabellisés ou naturels (bicarbonate, vinaigre blanc, savon noir...). Je diminue les quantités et rebouche bien après toute utilisation.



J'évite les chauffages d'appoint mobiles par combustion et je ne les allume jamais en continu.



Je fais sécher mon linge en extérieur. Sinon, j'ouvre la fenêtre.



Je ne bouche pas les systèmes de ventilation (VMC) ou les aérateurs.



Je fais vérifier par un professionnel une fois par an tous mes appareils à combustion (gaz, ffour...).



J'évite de laisser mes animaux de compagnie s'installer sur le canapé ou sur le lit (poussières, acariens...).

