Annexe 3: Qualité de l'air intérieur

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
En cas d'activité physique intérieure, aérer son logement 10 minutes avant et après.	L'air intérieur peut être plus pollué que l'air extérieur. La pollution émise dans les lieux clos (peintures, sols, matériels sportifs...) s'ajoute aux polluants provenant de l'extérieur. Pendant l'effort, le volume d'air brassé par les poumons passe d'environ 6/8 litres par minute au repos à 80/150 litres par minute, selon l'intensité de l'exercice. Aérer son logement pour respirer un air sain !	OQAI https://www.oqai.fr/fr/pollution/s/categories/les-polluants-de-l-air-interieur		Aération	A	A	Il conviendrait de préciser la source.
Aérer au moins 10 minutes deux fois par jour en ouvrant les fenêtres pour créer un courant d'air dans la pièce.	L'air intérieur que nous respirons 80 % de notre temps (chez nous, au travail, dans les transports en commun...) est 5 à 7 fois plus pollué que l'air extérieur. En plus de l'air extérieur qui y pénètre s'ajoutent des polluants spécifiques de l'air intérieur (polluants chimiques, fibres, particules...). Une exposition répétée et durable, même à des doses parfois très faibles, peut aggraver ou être à l'origine de pathologies chroniques.	Infographie MSS : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/a4_airinterieur.pdf		Aération	A	A	Il convient d'apporter des précisions pour les populations vulnérables. Par ailleurs, la formulation de ce qui est indiqué dans les précisions doit être plus rigoureuse ("5 à 7 fois plus pollué")
Aérer très largement pendant et après les activités de nettoyage.	Les produits ménagers courants contiennent des substances issues de la pétrochimie nocives pour la santé. 91% des produits testés dans une étude sur les produits ménagers émettent du formaldéhyde, une substance cancérigène avérée pour l'homme, d'après le CIRC (Centre international de recherche sur le cancer)	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Aération	A	A	Il faut ajouter la notion d'humidité associée au nettoyage et qu'il convient d'évacuer l'humidité.
Faire sécher le linge le plus souvent possible à l'extérieur ou dans une pièce bien ventilée, en laissant les fenêtres ouvertes.	Un air trop humide ou trop sec provoque une sensation d'inconfort (sensation de froid ou sensation de sécheresse dans les voies respiratoires...). Pour se sentir bien, le taux d'humidité doit être compris entre 35 et 60 %	ADEME : https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	Guide de la pollution de l'air intérieur de l'Inpes : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_l_air_interieur.pdf	Aération	A	A	Il faut remplacer les termes "bien ventilée" par "bien aérée". Dans les précisions il faut retirer la mention de l'ai sec qui n'est pas pertinente et ajouter le développement de moisissures.
Ventiler après les activités qui produisent beaucoup d'humidité (bain, douche, lessive, cuisson, etc.) pour éviter la condensation de l'eau sur les surfaces (murs, meubles, etc.).	Les moisissures se développent principalement dans les pièces humides mal ventilées (salles de bains...) et sur les murs mal isolés. Leurs spores peuvent envahir l'ensemble du logement. Elles ont des effets négatifs sur la santé, elles exacerbent les allergies respiratoires et l'asthme.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br/ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	ANSES : https://huit.re/anses-moisissures	Aération	C	B	Le message apporte de la confusion (aération/ventilation). Une autre formulation du message doit être apportée.
Eviter de faire sécher le linge à l'intérieur (sinon, aérer).	Si vous utilisez un sèche-linge, vérifiez que l'air de l'appareil est évacué vers l'extérieur ou videz et nettoyez régulièrement le réservoir d'eau si votre appareil fonctionne avec un système à condensation.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br/ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Aération	A	A	Il faut remplacer les précisions apportées par celles énoncées précédemment. Ce qui est indiqué au sujet des sèche-linges et des réservoirs d'eau consitue un message de recommandation en soi.
Aérer pendant plusieurs jours les pièces dans une habitation qui vient d'être construite ou rénovée ou après installation de nouveaux mobiliers ou décoration.	Les matériaux et mobiliers neufs contiennent des Composés Organiques Volatils qui s'évaporent dans votre logement et ont des effets négatifs sur la santé (troubles respiratoires, irritation des yeux, réactions allergiques...). Les COV sont contenus dans de nombreux produits et matériaux tels les désodorisants, les laques, les vernis, les peintures, les colles, les parquets, les solvants, les cires, les produits nettoyants, etc.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br/ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Aération	B	A	Il faut renforcer l'aération et parler de plusieurs semaines et non de plusieurs jours. Il faut aérer beaucoup plus souvent et plus largement.
Aérer son logement deux fois par jour en ouvrant les fenêtres pendant 10 minutes.	Attention : Ne jamais laisser un enfant seul dans une pièce avec une fenêtre ouverte ou sur un balcon, il risquerait de chuter. Pour cela, il est conseillé de ne jamais placer de meubles ou objets sous les fenêtres ou sur le balcon.	Santé publique France https://www.agir-pour-bebe.fr/fr/adopter-les-bons-gestes-pour-ameliorer-son-air-interieur		Aération	C	C	Message redondant avec celui énoncé précédemment. Les précisions ne sont pas en lien avec la recommandation.

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Même en hiver, il est important d'aérer son logement en ouvrant les fenêtres.	Durant l'aération, il est conseillé d'éteindre ou de baisser au minimum les appareils de chauffage du logement pour ne pas dépenser inutilement de l'énergie. Veillez à les remettre en marche une fois les fenêtres refermées.	Guide de la pollution de l'air intérieur de l'Inpes : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_lair_interieur.pdf		Aération	A	A	
Veiller à ce qu'il y ait toujours un espace d'environ 2 cm sous les portes intérieures pour permettre à l'air de circuler.	L'air intérieur que nous respirons 80 % de notre temps (chez nous, au travail, dans les transports en commun...) est 5 à 7 fois plus pollué que l'air extérieur. Alternative possible : fermer les portes le moins possible.	ADEME / https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	Guide "ventilation" ADEME : https://www.ademe.fr/ventilation-indispensable-logement-confortable-sain	Aération	A	A	Les précisions doivent être reformulées et apporter une explication sur la hauteur de 2 cm préconisée dans le message.
Penser à ouvrir ses fenêtres après avoir pris une douche, étendu du linge humide pour le faire sécher, cuisiné, passé l'aspirateur, fait le ménage, bricolé...	On retrouve plus de 900 substances chimiques dans notre air intérieur. Ces substances émanent des vapeurs et fumées de cuisine, des produits d'entretien et de bricolage, ou encore des moisissures liées à l'humidité du logement.	ADEME / https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	Guide de la pollution de l'air intérieur de l'Inpes : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_lair_interieur.pdf	Aération/moisissures	C	C	Le message concentre plusieurs messages.
Pour éviter le développement de moisissures, aérer quotidiennement son logement notamment lors d'activité produisant de l'humidité (douche, cuisine, séchage du linge...).	Les moisissures ont des effets négatifs sur la santé, elles exacerbent les allergies respiratoires et l'asthme. En cas de détection de moisissure, il est déconseillé aux personnes atteintes de pathologies respiratoires de nettoyer elles-mêmes les moisissures. Contacter son propriétaire si le problème est récurrent.	ADEME / https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	CLER Réseau pour la transition énergétique https://huit.re/fiche-moisissure	Aération/moisissures	A	A	
Les plantes n'ont pas d'effet "dépolluant" sur l'air intérieur.	Les tests réalisés démontrent que dans les bâtiments, l'efficacité d'épuration de l'air par les plantes seules est inférieure à l'effet du taux de renouvellement de l'air sur les concentrations de polluants. L'aération et la ventilation restent bien plus efficaces que l'épuration par les plantes.	ADEME https://www.ademe.fr/plantes-epuration-lair-interieur		Aération/ventilation	A	A	
Utiliser un purificateur d'air chez soi ne garantit pas un air sain.	Les épurateurs d'air (appareils, sprays assainissants...) n'ont pas d'efficacité prouvée en conditions réelles d'utilisation. L'aération et la ventilation restent les moyens les plus efficaces d'améliorer votre air intérieur. (lien vers le l'avis Plantes et épuration de l'air intérieur de l'ADEME)	Expertise Anses sur les épurateurs d'air : https://www.anses.fr/fr/content/%C3%A9purateurs-d%E2%80%99air-int%C3%A9rieur-une-efficacit%C3%A9-encore-%C3%A0-d%C3%A9montrer	ADEME / https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	Aération/ventilation	A	A	
Il est conseillé de chauffer son logement entre 19 et 21 °C dans les pièces de vie (salon, salle à manger...), et à 17 °C dans les chambres à coucher.	Un logement surchauffé est un logement trop sec, ce qui peut entraîner l'assèchement des muqueuses des voies respiratoires. 1° degré en plus = 7% de consommation en plus. N'oubliez pas de baisser le chauffage quand vous vous absentez et lors de beaux jours au printemps et à l'automne.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_mieux_se_chauffer/		Chauffage	A	A	
Dans un feu de cheminée : ne pas utiliser du bois de récupération, souillé, peint ou vernis.	Ces types de bois pourraient dégager des substances toxiques ou corrosives en brûlant et encrasser votre appareil. Les pigments contenus dans les bois peints contiennent des métaux toxiques.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	Il faut modifier les précisions : c'est le conduit et non l'appareil qui est encrassé.
Pour le chauffage au bois, préférer une cheminée à foyer fermé plutôt qu'à foyer ouvert.	L'utilisation d'un foyer fermé préserve mieux la qualité de votre air intérieur car elle limite l'émission de particules fines.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hierarchisation	Commentaire du HCSP
Si votre système de chauffage a plus de 15 ans, il est conseillé de le faire remplacer.	Un système de chauffage moderne permet de se chauffer mieux et moins cher, en émettant moins de polluants dans l'air. Il est conseillé de choisir une chaudière à haute performance énergétique, une chaudière au bois, ou encore une pompe à chaleur. www.faire.gouv.fr est le service public qui vous guide dans vos travaux de rénovation énergétique.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/fiche-entretien-des-chaudieres.pdf		Chauffage	A	A	
Utiliser du bois sec plutôt que du bois humide pour se chauffer.	Le bois humide fournit moins d'énergie qu'un bois sec, libère plus de substances polluantes dangereuses pour la santé, et encrasse votre appareil de chauffage. Choisir des bûches qui ne présentent pas de moisissures, dont l'écorce se détache facilement, qui sont légères et dont les flammes sont bleues lorsqu'elles brûlent.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	
Pour le chauffage au bois, privilégier l'achat de bûches, plaquettes ou granulés porteurs de labels ou de marques de qualité.	Un bois de mauvaise qualité brûle moins bien et peut potentiellement dégager des substances chimiques dans l'air. Les labels recommandés sont notamment : NF Bois de Chauffage, France bois bûches, Din+, EN plus... Les combustibles bois porteurs de mentions PEFC et FSC proviennent de forêts gérées durablement.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	
Pour le chauffage au bois, faire sécher les bûches trop humides pendant 18 mois dans un lieu bien ventilé.	Il est conseillé d'entreposer les bûches coupées sur des palettes ou des tasseaux, sous un abri couvert et bien ventilé ou une bâche respirante.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	
Entreposer le combustible du chauffage au bois dans un local sec et bien ventilé (garage, cave ventilée), de préférence légèrement surélevé.	Un bon stockage permet au bois de bien sécher et aux granulés de garder toute leurs qualités. Prévoir 10 à 15 bûches à côté de votre foyer, 24 à 48 heures avant de les utiliser pour parfaire le séchage.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	
Si le bois brûle trop vite dans votre poêle ou cheminée, vérifier que le tirage est bien réglé.	Le tirage est l'aspiration créée dans le conduit de cheminée. S'il est trop fort, l'appareil surconsomme et gaspille de l'énergie, tout en émettant davantage de particules fines. Si vous constatez que les flammes sont aspirées dans le conduit, selon le type d'appareil, réduisez la clé de tirage en vous référant à la notice ou faites vérifier la vitesse de l'extracteur.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	A	A	
Si le bois brûle mal dans votre appareil de chauffage et qu'une épaisse fumée se dégage, vérifier le tirage.	Le tirage est l'aspiration créée dans le conduit de cheminée. S'il est insuffisant, la combustion est de médiocre qualité, donc votre installation pollue davantage et son rendement diminue. Pour les poêles à bûches, ouvrir les clés de tirage. Vérifier aussi que le conduit de fumée est étanche et n'est pas encrassé ou obstrué.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	B	B	Le message doit être complété, notamment avec l'ouverture immédiate des entrées d'air.
Pour le chauffage au bois, privilégier les bûches de bois feuillu dense (hêtre, charme, châtaignier, chêne, frêne, robinier).	Ces bois fournissent beaucoup d'énergie et procurent une plus grande autonomie à votre appareil. Les autres essences (feuillus tendres, résineux) sont plutôt réservées à l'allumage.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	C	C	
Afin de réduire les émissions de particules fines lors de l'allumage d'un feu, privilégier l'allumage inversé/par le haut.	La combustion du bois produit beaucoup de polluants, comme des particules fines, qui contribuent à dégrader la qualité de l'air extérieur. Avec l'allumage inversé, les gaz générés par la combustion sont étouffés dans les flammes et finissent à leur tour en combustibles, au lieu de se transformer en gaz polluants	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Chauffage	B	voir commentaire	Le message concerne la pollution atmosphérique. Il pourrait faire l'objet d'un tableau Annexe à part qui concernerait les sujets à la frontière entre environnement extérieur et environnement intérieur (habitat).

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Nettoyer régulièrement les brûleurs de votre cuisinière à gaz.	Les cuisinières à gaz produisent du dioxyde d'azote, un gaz irritant pouvant causer des problèmes respiratoires chez les personnes sensibles comme les asthmatiques. Il est préférable d'utiliser du vinaigre blanc mélangé à de l'eau chaude. Les grilles peuvent être placées au lave vaisselle. Les brûleurs de la cuisinière à gaz sont propres lorsque l'on obtient une flamme bleue et courte dans chaque orifice. Une flamme bien réglée ne doit pas noircir le fond des casseroles.	MADININAIR https://www.madininair.fr/A-la-maison		Gaz dangereux	A	A	Les précisions doivent être revues.
Tous les ans, avant l'hiver, faire vérifier son système de chauffage par un-e professionnel-le qualifié-e.	Une chaudière au fioul, gaz, bois, charbon ou multicom bustible doit faire l'objet d'un entretien annuel. Un défaut d'entretien peut être à l'origine d'intoxication au monoxyde de carbone, un gaz inodore et invisible dangereux pour la santé. Une chaudière entretenue régulièrement a une durée de vie plus longue, consomme moins de combustible, et produit donc moins de gaz à effet de serre et de polluants. Si vous êtes chauffé par une chaudière collective, l'entretien doit être effectué à l'initiative du propriétaire ou du syndicat des copropriétaires de l'immeuble.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/defaul t/files/assets/documents/fiche-entretien-des-chaudieres.pdf		Gaz dangereux	A	A	Les précisions doivent être revues (entretien par les locataires également).
En hiver, tester avec un détecteur s'il y a du radon dans mon habitation pour protéger ses poumons.	Pour savoir si son logement se trouve sur un sol qui émet des quantités significatives de radon, une carte du potentiel radon de sa commune est consultable sur le site de l'IRSN (lien vers: https://www.irsn.fr/FR/connaissances/Environnement/expertises-radioactivite-naturelle/radon/Pages/5-cartographie-potentiel-radon-commune.aspx#.YEDeUqHLTIV)	proposition DGS/EA2		Gaz dangereux	A	A	Le message doit être reformulé : il faut conserver uniquement l'exposition au radon.
Faire ramoner sa cheminée ou son poêle une fois par an pour éviter les intoxications et les incendies.	Sans ramonage régulier, le conduit de fumée d'un appareil de chauffage au bois s'encrasse et peut même se boucher, augmentant le risque d'intoxications au monoxyde de carbone. Le monoxyde de carbone est un gaz inodore et invisible dangereux pour la santé. Éviter l'utilisation de bûches de ramonage, elles n'ont pas prouvé leur efficacité. Le ramonage régulier du conduit de cheminée permet aussi de réduire le dégagement de substances polluantes dans l'air extérieur.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/defaul t/files/assets/documents/guide-pratique-chauffage-au-bois-mode-emploi.pdf		Gaz dangereux	C	A	Le message n'est pas précis : il concerne le conduit d'évacuation et non la cheminée.
Il est déconseillé d'utiliser un chauffage mobile d'appoint (radiateur électrique, bain d'huile ou au gaz) en continu.	Ces appareils sont conçus pour une utilisation brève uniquement (2h maximum), dans une pièce bien aérée. S'ils constituent l'unique source de chauffage de votre logement, ils peuvent être à l'origine d'intoxication au monoxyde de carbone et favoriser l'apparition de moisissures du fait du dégagement d'humidité.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/defaul t/files/assets/documents/guide-pratique-chauffer-mieux-moins-cher.pdf		Gaz dangereux	C	C	Le message apporte de la confusion. Il s'agit d'une interprétation erronée du message original. Une autre formulation du message doit être apportée.
Le [département] est classé prioritaire face au risque radon, il existe des mesures de réduction appropriées en fonction de la concentration en radon dans son logement.	En zone d'exposition au radon, les méthodes d'atténuation sont choisies au cas par cas : - améliorer le renouvellement de l'air intérieur; - renforcer l'étanchéité entre le sol et le bâtiment; - mettre le logement en surpression via une ventilation double flux par exemple, pour ne pas retenir le radon dans le sol.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Gaz dangereux	A	A	
En raison des risques incendies, ne faites pas fonctionner un groupe électrogène ou un barbecue dans un local fermé.	Pour les consommateurs qui font un usage fréquent du barbecue à charbon de bois, privilégier l'usage de charbon de bois épuré (> 85% de carbone ou de catégorie A) plutôt que de charbon de bois ordinaire.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	ANSES la cuisson au barbecue: https://www.anses.fr/fr/system/files/Anses-CuissonauBBQ.pdf	Incendie	B	B	Le message est à reformuler. Les précisions ne sont pas en lien avec la recommandation.

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Il est fortement déconseillé de se chauffer avec le four d'une cuisinière (porte ouverte), un radiateur de camping destiné à l'extérieur, un brasero ou un appareil radiant de chantier : ils peuvent provoquer des incendies.	faire.fr est le service public qui vous guide dans vos travaux de rénovation énergétique.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/brosures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Incendie	A	A	Le message est à reformuler (risque CO). Les précisions ne sont pas en lien avec la recommandation.
Il est conseillé de décorer son logement avec des produits dont l'étiquette "Emissions dans l'air intérieur" est au niveau A+.	Depuis 2013, tous les produits de construction et décoration (cloisons, revêtements de sols, isolants, peintures, vernis, colles, adhésifs) sont munis d'une étiquette qui indique leur niveau d'émission en polluants volatils, du moins polluant A+ au plus polluant C.	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	MTE https://www.ecologie.gouv.fr/etiquetage-des-produits-construction	Matériaux de construction/décoration	A	A	
Lors de travaux, avant tout achat de matériaux, penser à prendre le temps de consulter l'étiquette "Emissions dans l'air intérieur" qui signale de façon simple et lisible le niveau d'émission en polluants COV. Le niveau d'émission y est décrit sur une échelle allant de A+ (faible) à C (forte).	Les Composés Organiques Volatils (COV) sont des substances chimiques qui s'évaporent plus ou moins rapidement dans l'air à la température ambiante, entraînant ainsi des impacts directs et indirects sur l'homme, les animaux et la nature. Les COV sont contenus dans de nombreux produits et matériaux tels les désodorisants, les laques, les vernis, les peintures, les colles, les parquets, les solvants, les cires, les produits nettoyants, etc.	Air breizh, https://www.airbreizh.asso.fr/les-bonnes-pratiques/		Matériaux de construction/décoration	A	A	Même avec des produits A+ il faut aérer régulièrement : c'est un message à diffuser.
Choisir les produits de construction et de décoration selon l'usage à en faire (par exemple, pas de peinture réservée aux travaux d'extérieur à l'intérieur des habitations).	Depuis 2013, tous les produits de construction et décoration (cloisons, revêtements de sols, isolants, peintures, vernis, colles, adhésifs) sont munis d'une étiquette qui indique leur niveau d'émission en polluants volatils, du moins polluant A+ au plus polluant C.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/brosures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Matériaux de construction/décoration	A	A	Les précisions ne correspondent pas au message. Il convient de parler du respect des conditions d'usage.
Lors de l'achat de produits de construction, de décoration ou d'ameublement, il est important de se renseigner auprès des fabricants sur les émissions chimiques potentielles de ces produits.	Depuis 2013, tous les produits de construction et décoration (cloisons, revêtements de sols, isolants, peintures, vernis, colles, adhésifs) sont munis d'une étiquette qui indique leur niveau d'émission en polluants volatils, du moins polluant A+ au plus polluant C.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/brosures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Matériaux de construction/décoration	C	C	Le message semble plus destiné à des professionnels qu'à des particuliers.
Limiter l'utilisation de parfums d'ambiance, bougies ou encens.	Dans les environnements intérieurs, la combustion d'encens représente une source significative de polluants volatils (notamment de benzène) et de particules. En cas d'utilisation, bien aérer son logement.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/brosures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Matériaux de construction/décoration	A	A	
En cas d'achat de mobilier en bois aggloméré, jeter rapidement le carton d'emballage et aérer souvent pendant les quinze jours suivant.	Le bois aggloméré dégage des composés organiques volatils (COV) dangereux pour la santé. Les COV se propagent dans l'air et dans les poumons : ils peuvent provoquer des troubles respiratoires, des irritations des yeux, du nez et de la gorge, des réactions allergiques...Lorsque c'est possible, préférer les meubles en bois massif plutôt qu'en bois aggloméré.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_products-menagers/index.html		Matériaux de construction/décoration	B	A	Il faut parler plutôt de semaines que de jours.
Nettoyer les traces de moisissures dans son logement. Elles sont parfois bien visibles mais elles peuvent aussi être cachées derrière une plinthe, du papier peint par exemple.	Les moisissures ont des effets négatifs sur la santé, elles exacerbent les allergies respiratoires et l'asthme. Ne laissez pas les moisissures se développer, elles sont néfastes pour votre santé. Nettoyez-les dès les premières traces de leur apparition et recherchez la cause (par exemple fuites d'eau, capillarité, infiltration, etc.). (lien vers le guide pratique de l'ADEME pour les éliminer en toute sécurité : https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-moisissures-cstb_2015.pdf)	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison		Moisissures	A	A	Il faut un message complémentaire sur les moisissures cachées qui doivent être recherchées en cas de dégâts des eaux.
En cuisine, mettre un couvercle sur les casseroles et activer la hotte aspirante pour réduire l'humidité dans son logement et économiser de l'énergie.	L'humidité d'un logement peut avoir des effets néfastes sur la santé et déclencher des allergies et/ou de l'asthme. Elle favorise la colonisation de champignons microscopiques plus communément appelés moisissures. Mettre un couvercle sur les casseroles vous permettra aussi de réduire votre consommation d'énergie !	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	Guide de la pollution de l'air intérieur de l'Inpes	Moisissures	A	A	

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Réparer les fuites, les infiltrations d'eau (toitures, tuyauterie, plomberie, joints) le plus rapidement possible pour éviter les moisissures.	La présence de moisissures dans les pièces humides peut-être également le signe d'une mauvaise ventilation.	https://www.madinair.fr/A-la-maison		Moisissures	A	A	Les précisions doivent concerner les moisissures.
Après un dégât des eaux, assécher le plus rapidement possible et remplacer si nécessaire les matériaux fortement endommagés (matelas, tapis, meubles recouverts de tissus, placoplâtre, etc.).	Les moisissures ont des effets négatifs sur la santé, elles exacerbent les allergies respiratoires et l'asthme.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	ANSES https://www.anses.fr/fr/content/1%E2%80%99exposition-aux-moisissures-pr%C3%A9sentes-dans-1%E2%80%99air-ext%C3%A9rieur-exacerbe-1%E2%80%99asthme-chez-les	Moisissures	A	A	
Il est préférable de sortir les plantes d'intérieur à l'extérieur pour les traiter afin d'éviter que les pesticides ne se répandent dans l'air de le logement.	Si c'est impossible, ouvrir largement les fenêtres pendant le traitement et quelques heures après. Utiliser des produits naturels (comme un mélange vinaigre blanc, eau et sel) ou des produits labélisés Ecolabel.	Guide Inpes: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_l_air_interieur.pdf		Pesticides	A	A	Il faut un autre message sur les produits à utiliser pour le traitement des plantes.
En jardinant, éviter de pulvériser des pesticides par temps venteux.	Les 3/4 du volume des produits appliqués seraient perdus et pollueraient l'air extérieur. Ne pas jeter les restes de produits à la poubelle, les rapporter en magasin de jardinage ou en déchèterie.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf		Pesticides	B	voir commentaire	
Pour lutter contre les mauvaises herbes, il est conseillé de recouvrir le sol de déchets verts plutôt que d'utiliser des pesticides.	Cette technique permet d'éviter la repousse des mauvaises herbes, d'utiliser de grandes quantités de déchets verts (feuilles mortes, fleurs fanées, tontes de pelouse sèche), de retenir l'eau et de protéger le sol et sa micro-faune. Depuis janvier 2019, la vente des pesticides chimiques est interdite.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf		Pesticides	B	voir commentaire	Le message concerne l'air extérieur. Il pourrait faire l'objet d'un tableau Annexe à part qui concernerait les sujets à la frontière entre environnement extérieur et environnement intérieur (habitat) - Il s'agirait d'une 5ème annexe où migreraient les mesures qui concernent les jardins et des mesures de sécurité à l'intérieur / prévention des accidents, plus d'autres messages provenant des travaux du HCSP sur l'habitat.
Pour lutter contre les mauvaises herbes sur les terrasses ou dans les allées du jardin, utiliser de l'eau bouillante plutôt que des produits chimiques.	Les pesticides contiennent des substances toxiques pour la santé et l'environnement. Utiliser, par exemple, l'eau de cuisson.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf		Pesticides	B	voir commentaire	
Limiter l'usage d'insecticides en favorisant la présence de prédateurs naturels dans son jardin.	Des exemples d'installations : - installer des nichoirs pour les hirondelles et les mésanges, prédateurs de chenilles et de moustiques ; - créer des tas de bois pour les crapauds et les hérissons qui s'attaquent aux limaces ; - disposer des pots remplis de paille et retournés pour les perceoreilles friands de pucerons.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf		Pesticides	B	voir commentaire	
Laver les sols de son logement une fois par semaine afin de se débarrasser des poussières contenant notamment des polluants.	La poussière peut entraîner des allergies ou de l'asthme chez les personnes sensibles.	Proposition MSS/EA		Poussière	B	A	Le message doit être reformulé : notion de lavage humide, aspirateur à filtres.
Il est conseillé de passer l'aspirateur deux fois par semaine dans son logement pour réduire la poussière.	La poussière peut entraîner des allergies ou de l'asthme chez les personnes sensibles.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Poussière	B	A	Le message doit être reformulé (aspirateur à filtres).
Les petits objets ou bibelots sont des pièges à poussière, il est important de les nettoyer régulièrement à l'aide d'un chiffon en microfibre.	Vous pouvez sinon les placer dans une vitrine.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Poussière	A	A	
Chez soi, éviter l'abondance de tapis, de moquettes et de tentures qui favorisent l'accumulation de poussières.	La poussière entraîne des allergies et/ou de l'asthme chez les personnes sensibles. Passer l'aspirateur deux fois par semaine dans votre logement pour les limiter.	Guide Inpes: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_l_air_interieur.pdf		Poussière	C	B	Le message doit être reformulé car la problématique concerne davantage les populations sensibles.

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Lors de travaux, il est conseillé de passer l'aspirateur régulièrement pour éliminer la poussière générée.	La poussière peut entraîner des allergies ou de l'asthme chez les personnes sensibles.	Guide Inpes: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_l_air_interieur.pdf		Poussière	C	C	Il faut parler de nettoyage humide.
Nettoyer les sols de son logement avec un mélange à base d'eau plutôt qu'un balayage simple pour éviter la remise en suspension des poussières.	La poussière est une accumulation de micro-particules contenant des polluants, des acariens ou encore des pollens. Lorsqu'elle est inhalée, elle peut entraîner des réactions respiratoires et allergiques. Les aspirateurs équipés de filtres HEPA (Haute Efficacité pour les Particules Aériennes) sont les plus efficaces pour retenir les poussières.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Poussière	A	A	
Ne pas s'exposer à des facteurs irritants (fumée de tabac, utilisation de solvants en espace intérieur, chauffage au bois, exposition aux pollens en saison...).	Un solvant a le pouvoir de dissoudre d'autres substances. La colle ou le vernis sont par exemples des solvants.	Avis du HCSP relatif aux messages sanitaires à diffuser lors d'épisodes de pollution de l'air ambiant par les particules, l'ozone, le dioxyde d'azote et/ou le dioxyde de soufre du 15 novembre 2013.	Avis du HCSP relatif à l'information et aux recommandations à diffuser en vue de prévenir les risques sanitaires liés aux pollens allergisants 28 avril 2016	Produits chimiques	C	A	
Il est conseillé de laver les textiles (linge de maison, vêtements, etc.) avant utilisation.	Les textiles neufs contiennent des produits chimiques présents dans les teintures.	AirParif https://www.airparif.asso.fr/pollution/air-interieur-generalites		Produits chimiques	A	A	
Les expositions répétées au trichlorure d'azote (NCI3) et aux trihalométhanes (THM) présents à la fois dans l'eau et dans l'air des piscines couvertes peuvent jouer un rôle dans l'apparition ou l'aggravation de l'asthme infantile.	Le problème majeur de qualité d'air intérieur provient de la réaction entre les produits de chloration de l'eau et les substances d'origine organique apportées par les nageurs (via la sueur, la salive, etc.). Cette réaction donne naissance à des polluants présents à la fois dans l'eau et dans l'air : le trichlorure d'azote (NCI3) et les trihalométhanes (THM). Leurs teneurs sont très variables et augmentent, avec le nombre de baigneurs, la température de l'eau et de l'air, le degré de chloration et la mauvaise ventilation du bâtiment. Les effets sanitaires tels que les irritations oculaires cessent dès que l'exposition s'arrête, mais les expositions répétées peuvent jouer un rôle dans l'apparition ou l'aggravation de l'asthme infantile.	ATMO ARAhttps://www.atmo-auvergnerhonealpes.fr/article/activites-physiques-et-qualite-de-lair-bien-respirer-pour-bien-bouger		Produits chimiques	C	C	
Aérer les vêtements après un nettoyage à sec chez le pressing.	Le perchloréthylène (également appelé tétrachloroéthylène, PER ou perchlo) est un solvant très volatil utilisé dans les pressings, notamment pour le nettoyage à sec des vêtements. Ce produit est nocif pour l'environnement et l'homme, il irrite les voies respiratoires.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Produits chimiques	A	A	
Nettoyer le plus souvent possible sans produits chimiques avec de la vapeur d'eau, des chiffons humides ou en microfibrés.	Les produits ménagers courants contiennent des substances issues de la pétrochimie nocives pour la santé. Ces substances peuvent provoquer des allergies, des difficultés respiratoires, ou encore de l'asthme. Le rejet des substances chimiques après utilisation entraîne une pollution de l'air et de l'eau. La plupart des produits d'entretien se retrouvent dans les eaux usées domestiques (liquide vaisselle, lessive, déboucheur...). Ces eaux sont acheminées vers les stations d'épuration, mais toutes les molécules chimiques n'y sont pas éliminées avant leur rejet dans le milieu naturel.	https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20g%C3%A9%20de%20qualit%C3%A9.	Produits ménagers/bricolage	C	A	

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiéarchisation	Commentaire du HCSP
Privilégier l'achat de produits ménagers labellisés Écolabel européen.	L'Écolabel européen est un label écologique officiel européen qui promeut des produits respectueux de l'environnement et de la santé tout au long du cycle de vie. Le rejet des substances chimiques après utilisation entraîne une pollution de l'air et de l'eau. La plupart des produits d'entretien se retrouvent dans les eaux usées domestiques (liquide vaisselle, lessive, déboucheur...). Ces eaux sont acheminées vers les stations d'épuration, mais toutes les molécules chimiques n'y sont pas éliminées avant leur rejet dans le milieu naturel.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/achats-responsables-et-ecolabel-europeen_010324.pdf	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20gage%20de%20qualit%C3%A9.	Produits ménagers/bricolage	B	B	Renvoyer vers des produits labellisés (site ADEME)
Pour les tâches ménagères, se limiter aux quelques produits qui semblent indispensables et réduire les quantités utilisées.	91% des produits testés dans une étude sur les produits ménagers émettent du formaldéhyde, une substance cancérigène avérée pour l'homme, d'après le CIRC (Centre international de recherche sur le cancer). Éviter les produits suivants : eau de javel, déboucheurs de canalisation, vaporisateurs (décapants pour four, lave-vitres, désodorisants, assainissants).	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html	https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20gage%20de%20qualit%C3%A9.	Produits ménagers/bricolage	C	B	Il faut reformuler en conseillant de limiter le nombre de produits.
Respecter les doses d'utilisation des produits d'entretien, d'hygiène et de bricolage conseillées sur l'étiquette.	Les produits d'entretien et de bricolage courants libèrent des molécules polluantes (pesticides, métaux, résidus des médicaments, cosmétiques...) dans l'eau et l'environnement. Ces molécules, appelées micropolluants, peuvent être toxiques pour la faune et la flore des milieux aquatiques.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	B	C	
Utiliser des produits d'entretiens naturels pour les tâches ménagères.	Les produits d'entretiens issus de l'industrie ont des effets néfastes sur la santé humaine, et sur l'environnement (pollution de l'air, et de l'eau). Utiliser par exemple le savon noir, le bicarbonate de soude, le vinaigre blanc, le citron... Attention, ces produits sont acides ou basiques et doivent quand même être utilisés avec précaution.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html	https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20gage%20de%20qualit%C3%A9.	Produits ménagers/bricolage	C	B	Le message apporte confusion.
Éviter la vaporisation de produits en spray qui dégagent des COV (Composés Organiques Volatils) nocifs pour la santé.	Les Composés Organiques Volatils (COV) sont des substances chimiques qui s'évaporent plus ou moins rapidement dans l'air. Ils peuvent provoquer des troubles respiratoires, des irritations des yeux, du nez et de la gorge, des réactions allergiques... Conserver les produits en spray, les diffuseurs d'huiles essentielles et les parfums d'intérieur hors de portée des enfants.	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison		Produits ménagers/bricolage	A	A	
Lors de la fabrication de produits ménagers maison, limiter le nombre d'ingrédients et les quantités d'huiles essentielles.	Conserver les produits en spray, les diffuseurs d'huiles essentielles et les parfums d'intérieur hors de portée des enfants.	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20gage%20de%20qualit%C3%A9.	Produits ménagers/bricolage	C	C	Le message n'est pas suffisamment précis.
Lors du bricolage, limiter l'usage de solvants (colle, essence, vernis...) qui présentent des risques pour la santé et l'environnement.	Un solvant a le pouvoir de dissoudre d'autres substances : l'acétone, les alcools, la térébenthine ou le white spirit sont par exemples des solvants. Les solvants usagés, les restes de peinture ou les colles doivent être apportés en déchèterie.	https://www.airparif.asso.fr/_pdf/les-petits-gestes-au-quotidien.pdf		Produits ménagers/bricolage	B	A	Le message devrait expliquer le lien avec la qualité de l'air, ajouter la notion d'aération et utiliser une formulation positive en proposant des alternatives.
Lors de travaux de bricolage, sortir régulièrement de la pièce pour faire des pauses.	Les produits utilisés pour le bricolage contiennent des substances toxiques pour la santé. Ne pas oublier d'aérer pendant toute la durée des travaux et plusieurs semaines après.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	C	C	
Lors de travaux de bricolage, refermer les récipients pour éviter qu'ils ne s'évaporent et les ranger toujours hors de portée des enfants, dans un endroit aéré.	Les produits utilisés pour le bricolage contiennent des substances toxiques pour la santé. Ne pas oublier d'aérer pendant toute la durée des travaux et plusieurs semaines après.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	A	A	Une meilleure formulation peut mettre en avant l'aération.

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Bricoler à l'extérieur lorsque c'est possible, de préférence le matin ou le soir pour éviter les heures de fort ensoleillement.	Depuis 2013, tous les produits de construction et décoration (cloisons, revêtements de sols, isolants, peintures, vernis, colles, adhésifs) sont munis d'une étiquette qui indique leur niveau d'émission en polluants volatils, du moins polluant A+ au plus polluant C.	ATMO BFC https://www.atmo-bfc.org/tout-sur-l-air/agir-pour-l-air		Produits ménagers/bricolage	C	A	Les précisions ne sont pas adaptées. Reformuler en mettant l'accent sur la température extérieure.
Lors de travaux de bricolage, porter des protections adaptées (masque, lunettes, gants) lors de la manipulation de produits chimiques ou lors du ponçage.	Les produits d'entretien et de bricolage courants contiennent des substances issues de la pétrochimie nocives pour la santé.	MADININAIR https://www.madininair.fr/A-la-maison	https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20page%20de%20qualit%C3%A9	Produits ménagers/bricolage	B	A	Reformuler le message par rapport au mode d'emploi des équipements.
Stocker ses produits de bricolage dans un lieu adéquat, loin des espaces de vie (éviter le stockage dans la cuisine ou la salle de bain).	Les produits d'entretien et de bricolage courants contiennent des substances issues de la pétrochimie nocives pour la santé. Les mettre hors de portée des enfants et équiper le local de stockage d'un extincteur (les solvants contenus dans certains produits sont inflammables).	MADININAIR https://www.madininair.fr/A-la-maison		Produits ménagers/bricolage	A	A	Il faut ajouter la notion de local aéré dans les précisions.
Lors de l'utilisation de produits ménagers ou de bricolage, respecter les dosages et les consignes d'utilisation des produits sur les étiquettes (ex : « ne pas utiliser dans un local fermé », « ne pas inhaler les vapeurs », « temps de séchage des peintures à respecter »...).	Pour connaître la signification des pictogrammes de danger présents sur les étiquettes : https://huit.re/pictogrammes-produits . (site du MTE) Une étiquette « 100 % naturel » ou « à base de produits naturels » peut être trompeuse.	QQA, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/briches-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	MTE https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/13108-2_Produits_ménagers_nouveaux-pictos-danger_DEF_Web.pdf	Produits ménagers/bricolage	A	A	
Lors de l'utilisation de produits ménagers ou de bricolage, faire attention aux pictogrammes de danger sur les étiquettes. Utiliser les produits dans des endroits aérés.	Consulter la signification des pictogrammes de danger présents sur les étiquettes sur https://www.ecologie.gouv.fr/sites/default/files/13108-2_Produits_ménagers_nouveaux-pictos-danger_DEF_Web.pdf Une étiquette « 100 % naturel » ou « à base de produits naturels » peut être trompeuse.	QQA, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/briches-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Produits ménagers/bricolage	A	A	Dans la formulation du message, ne pas oublier les mélanges.
Dans son logement, stocker les produits chimiques loin des sources de chaleur, dans un endroit ventilé.	Les produits ménagers courants contiennent des substances issues de la pétrochimie nocives pour la santé. 91% des produits testés dans une étude sur les produits ménagers émettent du formaldéhyde, une substance cancérigène avérée pour l'homme, d'après le CIRC (Centre international de recherche sur le cancer).	QQA, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/briches-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html#:~:text=91%20%25%20des%20produits%20m%C3%A9nagers%20Les,pas%20un%20page%20de%20qualit%C3%A9	Produits ménagers/bricolage	A	A	Il faut ajouter la notion de local aéré (au lieu de ventilé) dans le message.
Éviter d'utiliser des déboucheurs de canalisation chimiques. Ils contiennent des substances toxiques pour la santé et l'environnement.	Ces produits contiennent des acides forts extrêmement nocifs, qui causent des brûlures de deuxième, voire de troisième degré. Utiliser du bicarbonate de soude, ou encore une ventouse ou un furet pour retirer les bouchons.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	C	C	Le message concerne plus la prévention des accidents domestiques que l'air intérieur. Il est intéressant dans un sens de réduction de l'exposition aux substances chimiques.
Ne pas utiliser trop d'eau de javel, très irritante pour les voies respiratoires. Aérer longuement après utilisation.	L'eau de javel augmente significativement le risque d'infections respiratoires chez l'enfant (sinusites, bronchites, otites, grippe, pneumonie). Les bonnes pratiques à respecter : - Ne pas diluer l'eau de javel dans de l'eau chaude : une réaction chimique pourrait provoquer la formation de dérivés de chlore très toxiques pour la peau, les muqueuses, les bronches et les yeux. - Ne pas mélanger l'eau de javel avec un acide comme le vinaigre blanc : le mélange peut créer des gaz irritants et toxiques pour les voies respiratoires et les yeux. L'urine étant un acide, éviter de verser de l'eau de javel dans vos toilettes. - Ne pas utiliser d'eau de javel si votre logement est équipé d'une fausse septique : elle risque de tuer les bonnes bactéries qui font fonctionner la fausse.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	C	A	La formulation du message devrait être plus positive et proposer des alternatives. Dans les précisions corriger l'orthographe : "fosses"

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Lors de travaux de bricolage, faire attention à l'amiante. Faire appel à un professionnel qualifié en cas d'intervention directe sur des matériaux amiantés.	L'usage de l'amiante est interdit en France depuis le 1er janvier 1997, mais certains matériaux mis en œuvre avant cette date peuvent en contenir (calorifugeages des conduits de chauffage, plaques de faux plafonds, amiante ciment pour les canalisations, bardage ou toitures, certains revêtements de sols...).	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	B	A	Il faut être extrêmement vigilant en termes de communication sur le risque amiante et ajouter la notion qu'en cas de doute il faut systématiquement faire appel à un professionnel. Ce type de message s'applique aussi pour les peintures au plomb.
Lors de travaux de rénovation, choisir des peintures acryliques ou minérales ne contenant pas ou peu de solvants organiques.	Les solvants organiques fluidifient la peinture, facilitent son application et permettent le nettoyage des équipements. Mais, ils présentent des risques pour la santé, polluent l'environnement (émission de COV) et sont très inflammables. Tous les restes de peinture doivent être apportés en déchèterie.	ADEME https://multimedia.ademe.fr/infographies/infographie_produits_menagers/index.html		Produits ménagers/bricolage	C	C	Il s'agit de message ancien. Il faut préférer l'étiquetage A+.
Eviter les lieux qui ont fait l'objet de travaux récents.	Les matériaux et mobiliers neufs contiennent des Composés Organiques Volatils qui s'évaporent dans votre logement et ont des effets négatifs sur la santé (troubles respiratoires, irritation des yeux, réactions allergiques...). Les COV sont contenus dans de nombreux produits et matériaux tels les désodorisants, les laques, les vernis, les peintures, les colles, les parquets, les solvants, les cires, les produits nettoyants, etc.	AirParif https://www.airparif.asso.fr/pollution/air-interieur-generalites		Produits ménagers/bricolage	C	C	
Préférer l'achat de produits d'entretien non-parfumés pour réduire le risque d'allergies.	Privilégier l'achat de produit ayant obtenu un label « Allergènes Contrôlés » développé par l'Association de recherche clinique en allergologie et asthmologie. Une odeur agréable ne signifie pas que le produit est sain et/ou efficace.	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf		Produits ménagers/bricolage	A	A	Il faut renvoyer vers le site de l'ADEME s'agissant des produits labellisés.
Effectuer ses travaux de bricolage quand le temps le permet, de manière à pouvoir bien aérer son logement.	Les produits utilisés pour le bricolage contiennent des substances toxiques pour la santé (solvants, détergents, acides...).	ATMO BFC https://www.atmo-bfc.org/tout-sur-l-air/agir-pour-l-air	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-moins-produits-toxiques.pdf	Produits ménagers/bricolage	C	C	
Faire un diagnostic de la qualité de son air intérieur grâce à l'outil gratuit "Un bon air chez moi"	"Un bon air chez moi" est un site développé par le Ministère de la Transition Ecologique et Solidaire pour sensibiliser sur l'air intérieur. Vous pouvez répondre en 5 minutes au premier quizz sur le thème "Aération, humidité et chauffage".	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison		QAI	B	A	Le message doit être reformulé. Le site est très utile. Il faut indiquer plutôt "vérifier ses pratiques".
Réaliser une enquête sur la qualité de l'air à son domicile, effectuée par un.e conseiller.e médical.e en environnement intérieur (CMEI).	Un.e CMEI enquête au domicile des personnes qui en font la demande – par le biais d'un médecin, et sur prescription de celui-ci – réalise des prélèvements (poussière, moisissures...) et des mesures d'allergènes, et établit un diagnostic permettant ensuite de mettre en œuvre des mesures pour l'éviction des polluants domestiques, et d'adapter son habitat. (lien vers www.cmei-france.fr/)	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison		QAI	B	A	Le message doit être reformulé car l'enquête doit faire l'objet d'une prescription médicale.
Fumer à l'intérieur de son logement est fortement déconseillé, même avec les fenêtres ouvertes.	L'air intérieur que nous respirons 80 % de notre temps (chez nous, au travail, dans les transports en commun...) est 5 à 7 fois plus pollué que l'air extérieur.	Guide Inpes: https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/Guide_IN_PES_Pollution_de_l_air_interieur.pdf		Tabac	C	A	Les précisions sont sans rapport avec le message et doivent être reformulées, s'agissant de la composition du tabac, de la mention des espaces clos et du tabagisme passif.
Ne pas fumer à l'intérieur, surtout en présence d'enfants ou de femmes enceintes.	Le tabagisme maternel pendant la grossesse augmente le risque de survenue : - d'accidents gravidiques comme les hématomes rétroplacentaires et les placentas bas insérés, - de retard de croissance intra-utérin, - de prématurité, - de mort subite du nourrisson - une consommation globale de soins plus importante dans la petite enfance.	OQAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/broschures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Tabac	C	A	Le message devrait déconseiller de fumer dans les espaces clos, quels qu'ils soient et quelles que soient les populations présentes.

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
Si une personne fume, augmenter l'aération de la pièce.	L'aération et la ventilation restent les moyens les plus efficaces d'améliorer votre air intérieur.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br-ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Tabac	C	C	
Ne jamais éteindre la ventilation mécanique contrôlée (VMC) de son logement et la nettoyer régulièrement.	Pour nettoyer la VMC, déclipser la partie amovible et lavable et la repositionner après nettoyage. Attention : ne pas mouiller les parties fixes des entrées d'air hygroscopiques, cela risque de nuire à leur bon fonctionnement.	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-ventilation-logement-confortable-sain.pdf	Ventilation	A	A	
En cas d'humidité dans son logement, faire contrôler le système de ventilation. L'air intérieur n'est certainement pas assez renouvelé.	L'humidité d'un logement peut avoir des effets néfastes sur la santé et déclencher des allergies et/ou de l'asthme. Elle favorise la colonisation de champignons microscopiques plus communément appelés moisissures.	ADEME https://particuliers.ademe.fr/maison/menage/comment-assainir-lair-partout-dans-la-maison		Ventilation	B	A	Le terme "certainement" doit être remplacé par "peut-être". Dans les précisions il faut penser à d'autres sources d'humidité.
Faire un entretien complet de votre VMC tous les 3 ans environ avec un spécialiste (nettoyage, maintien des gaines, vérification des entrées d'air, etc.)	L'air que l'on respire à l'intérieur est souvent moins bonne qualité que l'air extérieur. Renouveler suffisamment l'air de son logement en ouvrant les fenêtres quelques minutes par jour n'est parfois pas suffisant. Une ventilation mécanique contrôlée permet un meilleur renouvellement de l'air à condition de l'entretenir et de ne pas boucher les ouvertures.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br-ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-ventilation-logement-confortable-sain.pdf	Ventilation	A	A	
Utiliser et entretenir sa hotte de cuisine (nettoyer ou changer les filtres) régulièrement.	Il existe deux types de hottes aspirantes : - les hottes à extractions : elles rejettent l'air aspiré à l'extérieur du bâtiment par un conduit d'évacuation. - les hottes à recyclage : elles renvoient dans la cuisine l'air aspiré et filtré.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br-ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Ventilation	B	A	Il faut compléter les précisions s'agissant de l'entretien des hottes et du risque d'exposition au monoxyde de carbone en présence de chaudière à proximité.
Il est déconseillé d'installer une hotte raccordée à l'extérieur dans une pièce où se trouve également un appareil raccordé à un conduit de fumée car cela peut perturber gravement son fonctionnement.	Il est préférable d'installer dans ce cas une hotte à recyclage d'air et de consulter un installateur.	QOAI, "les bons gestes pour un bon air". https://www.oqai.fr/fr/media/br-ochures-et-guides/135-oqai-les-bons-gestes		Ventilation	B	A	Dans les précisions, il faut renforcer la rédaction en indiquant que l'installation de hotte à recyclage d'air est impérative (attention aux intoxications au monoxyde de carbone)
Il est important de bien entretenir le système de ventilation de son logement : ne pas boucher les entrées et sorties d'air, nettoyer et dépolluier les grilles régulièrement.	Faire vérifier les systèmes de ventilation mécanique contrôlée (VMC) tous les 3 ans par un.e spécialiste.	proposition DGS/EA	ADEME https://www.ademe.fr/sites/default/files/assets/documents/guide-pratique-ventilation-logement-confortable-sain.pdf	Ventilation	A	A	La fréquence doit être précisée : deux fois par an ?
En voiture, éviter d'aérer son véhicule à proximité d'autres sources de pollution, par exemple en zone de trafic dense ou dans les tunnels.	Lors d'une forte densité de trafic, dans un tunnel ou sur un axe congestionné, il est préférable de configurer sa voiture en ventilation à débit moyen, en mode recyclé avec vitres fermées. Cela permet de limiter l'infiltration du NO2, des particules et d'autres polluants issus du trafic. Le mode recyclé ne doit pas être gardé trop longtemps (moins de 5 min à deux passagers et moins de 15 minutes à un passager), pour éviter l'accumulation de CO2 dans l'habitacle, pouvant provoquer une perte de l'attention. Lien : l.incubateur.net/oWVM En savoir plus	proposition DGS/EA1 sur la base de l'Arrêté du 13 mars 2018 relatif aux recommandations sanitaires	https://www.airparif.asso.fr/en-voiture#:~:text=Dans%20les%20tunnels%2C%20les%20concentrations,sur%20les%20axes%20moins%20fr%C3%A9quent%C3%A9s. (source précision)	Voiture	C	C	Le message concerne l'air extérieur. A reformuler.
Même lorsque la qualité de l'air est mauvaise, il est nécessaire d'aérer son logement pour faire circuler l'air.	Ouvrir les fenêtres au moins 10 minutes, de préférence tôt le matin et tard le soir, en dehors des heures de pointe. Les heures de pointe où les taux de pollution sont les plus élevés sont généralement entre 7h-10h et entre 17h-20h.	Infographies MSS : https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pollution_generale.pdf https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pollution_enfants.pdf https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/pollution_age.pdf		Aération	A	A	

conseils	précisions	sources (1)	sources (2)	Catégories	Validation	Hiérarchisation	Commentaire du HCSP
L'hiver, en cas de qualité de l'air mauvaise, éviter les feux de cheminée d'agrément.	La combustion de biomasse (feux de cheminée, feux agricoles et feux de jardins), comme toute combustion, émet divers polluants atmosphériques. Les émissions sont majoritairement issues des appareils non performants (foyers fermés et poêles anciens ou foyers ouverts) du parc domestique.)	https://www.ademe.fr/expertises/energies-renouvelables-en-production-reseaux-stockage/passer-a-l'action/produire-chaaleur/dossier/bois-biomasse/bois-energie-qualite-lair		Chauffage	C	A	Le message concerne l'air extérieur.