Master is-PRNT
Prévention des Risques et Nuisances Technologiques

Faculté de Pharmacie
Aix*Marseille Université

UNIV AIR
Respirons mieux !

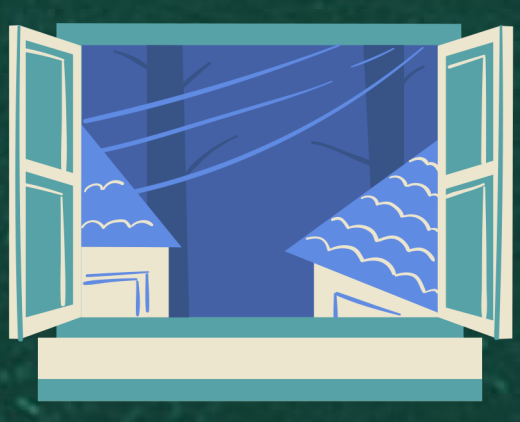
Les étudiants du master PRNT vous présentent

Se protéger face à pollution de l'air

Respirer la vie tout en protégeant son souffle : c'est possible !

Des gestes simples du quotidien

Privilégier les modes de déplacements doux : marche à pied, vélo et éviter de circuler lors des heures de pointe



Aérer son logement, renouveler l'air plusieurs fois par jour pour éviter une concentration des polluants

Limiter l'utilisation des désodorisants d'intérieurs, encens et bougies qui sont fortement émetteurs de composés organiques volatils en air intérieur

Éviter l'usage de cigarette en intérieur.
Le tabac est fortement émetteur de monoxyde de carbone, benzène, nicotine, particules, aldéhydes ...

Des actions à long terme

Assurer la rénovation thermique des bâtiments : 20% des habitations du parc résidentiel sont considérées comme des "passoires thermiques"

Réduire sa consommation d'électricité : associée à une isolation efficace, cette mesure permet d'éviter la production de plusieurs centaines de kilos de CO2 dans l'atmopshère

Privilégier les achats en circuit court afin de limiter l'import de produits, processus générateur de pollution liée au transport

RÉFÉRENCES

- https://www.airparif.asso.fr/agir-pour-la-qualite-de-lair/gestes-quotidiens-pour-reduire-son-impact-sur-la-pollution
- https://www.teqoya.fr/comment-lutter-contre-pollution/
- https://www.argusdelassurance.com/assurance-dommages/construction/assurance-construction-l-enjeu-de-la-renovation-energetique.227418