

QUALITÉ DE L'AIR,
LES BONS GESTES CITOYENS



L'air est essentiel à la vie : nous respirons 15 000 litres d'air par jour (quand nous buvons 1,5 l d'eau). Aujourd'hui en France, la pollution de l'air est principalement due à notre comportement individuel au quotidien : nos modes de transport, de chauffage et d'élimination des déchets affectent fortement la qualité de l'air et par voie de conséquence notre santé.

« Santé Publique France a conclu que la mauvaise qualité de l'air cause 48 000 décès par an en France et représente la 3ème cause de mortalité après le tabac et l'alcool. Une commission d'enquête sénatoriale a quant à elle chiffré à environ 100 milliards les coûts pour la société chaque année ».

Derrière les pics de pollution qui nous alertent, c'est surtout la pollution de fond, constante et quotidienne qui nuit à notre santé.

Il appartient donc à chacun de nous de veiller à préserver une bonne qualité de l'air en modifiant nos habitudes et en adoptant les bons gestes citoyens.



Avec la participation technique de : AtMO GRAND EST

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFET DE LA RÉGION GRAND EST

Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement

VALORISER SES DÉCHETS VERTS



Avec les feuilles mortes et les mauvaises herbes, on fait comment ?

« Pendant des années, quand revenaient les beaux jours, j'avais pris l'habitude de brûler mes feuilles mortes, les mauvaises herbes et les restes de haie quand je l'avais taillée. Je ne savais pas que c'était interdit et puis les feux de déchets verts me semblaient naturels. Finalement, j'ai compris que toutes les fumées polluent, et que les particules que respire ma famille sont mauvaises pour la santé, qu'elles proviennent d'un pot d'échappement ou d'un tas de feuilles. »

• *Jean-Paul, 62 ans*

UNE PRATIQUE INTERDITE, DANGEREUSE POUR LA SANTÉ ET SURTOUT **TRÈS POLLUANTE POUR L'ENVIRONNEMENT**

(art. L541-2 du Code de l'Environnement)



Le brûlage émet de fortes quantités de particules fines et de composés très toxiques comme les dioxines et les furanes. Associé à des produits pétroliers (essence, huiles, plastiques…), le brûlage s'avère encore plus nocif et constitue un problème sanitaire majeur.

- Le brûlage de 50 kg de déchets verts émet autant de particules fines que 14 000 km parcourus par une voiture essence récente.
- Le brûlage à l'air libre est passible d'une contravention, jusqu'à 450 € pour un particulier *(article 131-13 du Code pénal)*.

LES BONS GESTES



Je composte : je peux transformer les déchets verts du jardin et de la maison en une matière naturelle, le compost.

En ville, je me renseigne : il existe peut-être un composteur partagé près de chez moi.

Ce compost pourra ensuite être utilisé pour enrichir et aérer la terre du jardin.

Cette méthode permet de valoriser les matières biodégradables en produisant de l'engrais naturel qui est bénéfique aux plantes..

Je paille mes cultures : les déchets verts *(résidus de tonte, tapis de feuilles, écorces de bois broyées...)* sont réutilisables au jardin pour recouvrir le sol.

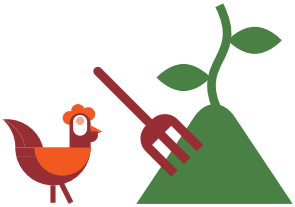
Cette technique a un réel bienfait : elle limite la pousse des mauvaises herbes, évite le dessèchement durant l'été et réduit le nombre d'arrosages. Le paillage enrichira le sol et favorisera sa bonne santé.

Je dépose mes déchets verts à la déchèterie : les municipalités mettent leurs déchèteries à la disposition des résidents.

Selon le règlement de ma collectivité, l'accès en est gratuit et illimité ou bien restreint à un nombre de dépôts gratuits limités. Les déchets verts seront ainsi transformés en compost.

> *À NOTER : des déplacements fréquents vers les déchèteries ont une incidence sur l'environnement : il est donc recommandé d'optimiser vos chargements pour réduire le nombre de transports.*





SE CHAUFFER EFFICACEMENT AU BOIS



Et se chauffer au bois, c'est une bonne idée ?

« Certains disent que le chauffage au bois est polluant alors que d'autres pensent que c'est bon pour les émissions de CO2 et donc pour le climat… »

« Alors, je me suis renseignée et j'ai compris que si le bois est bon pour la planète en tant qu'énergie renouvelable, sa combustion émet beaucoup de particules toxiques qui dégradent la qualité de l'air, surtout quand il est brûlé dans de mauvaises conditions et dans des appareils de chauffage peu performants.

De plus, mon habitude de faire couver le feu toute la nuit est la pratique la plus polluante qui soit. Les dépôts de suie dans le foyer et sur la vitre auraient dû me mettre la puce à l'oreille ! »

• *Chloé, 33 ans*

QUAND CHAUFFAGE **PEU POLLUANT** RIME AVEC PERFORMANCE ET **ÉCONOMIE D'ÉNERGIE**



Dans une cheminée traditionnelle à foyer ouvert, sans vitre de protection ni enceinte de combustion, le bois brûle à l'air libre avec un mauvais rendement car beaucoup de chaleur est perdue dans les fumées : un foyer ouvert consomme 7 fois plus de bois qu'un foyer performant avec insert.

De plus, ce type d'équipement pollue à la fois l'air intérieur de la maison et l'air extérieur, émettant 70 fois plus de particules que le foyer fermé labellisé *« flamme verte 7 étoiles »*.

LES BONS GESTES

J'opte pour un appareil de chauffage performant et bien dimensionné, avec un rendement élevé : dans un poêle surdimensionné, la combustion «au ralenti» dégage plus de substances polluantes.

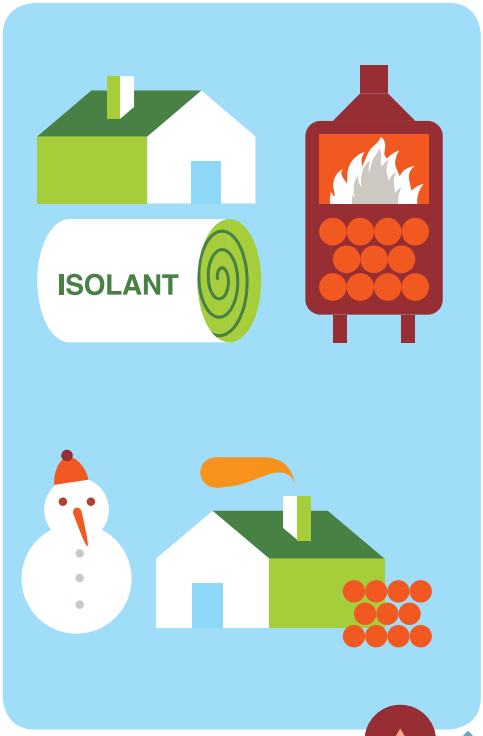
- Aide aux choix de votre appareil
  www.flammeverte.org/

Je brûle du bois de qualité pour un chauffage efficace : je suis vigilant sur la qualité du bois, (je choisis du bois sec, produit localement, certifié si possible ou à défaut exempt de produits chimiques) ; je le stocke dans un endroit aéré et couvert.
Je fais entretenir mon chauffage par un professionnel qualifié deux fois par an conformément à la réglementation en vigueur et je procède à un ramonage régulier.
Le rendement en sera plus élevé, je ferai des économies et limiterai la pollution.

- Pour en savoir plus :
  http://ademe.typepad.fr/files/guide_ademe_se_chauffer_au_bois.pdf

J'isole mon logement : c'est un bon moyen de réduire mes besoins en chauffage. Pour plus d'efficacité, je dois d'abord isoler les combles, puis les murs. Les fenêtres ne viennent qu'en dernier. Je contribue ainsi à améliorer mon confort intérieur.

- Vous trouverez des conseils techniques et financiers sur :
  http://renovation-info-service.gouv.fr/





AIDES DE L'ÉTAT

L'achat d'un appareil de chauffage performant est éligible à des primes ou au crédit d'impôt pour la transition énergétique.

D'autres aides sont possibles : les subventions de l'ANAH (sous condition de revenus) et l'éco-prêt à taux zéro.

- Pour en savoir plus :
  www.ecologique-solidaire.gouv.fr

SE DÉPLACER AU QUOTIDIEN



Et la voiture, c'est automatique ?

« Comme tout le monde, la voiture a toujours été pour moi synonyme d'autonomie, de liberté. Je décide quand je pars, j'arrive exactement là où je le souhaite.
Avec les embouteillages, j'ai commencé à réfléchir autrement. J'ai essayé les transports en commun et j'ai découvert que je pouvais gagner du temps, m'occuper pendant le trajet et réaliser des économies substantielles.
Avec un peu d'organisation, j'ai vu que je pouvais changer mes habitudes.
Aujourd'hui, nous n'avons plus qu'une voiture et trois vélos.
On respire mieux, on fait du sport, on arrive plus vite à destination et finalement... on pollue moins. »

• *Christelle, 44 ans*

LA VOITURE : UN VÉHICULE QUI **POLLUE ET QUI NE NOUS PROTÈGE PAS** DE LA POLLUTION DU TRAFIC



Contrairement aux idées reçues, l'automobiliste au volant est bien plus exposé à la pollution de l'air qu'un cycliste ou un piéton.
Dans les zones urbanisées, le vélo est souvent le moyen de déplacement le plus rapide.

Une étude réalisée à Strasbourg a montré qu'une baisse de 20 % du trafic automobile (autrement dit, ne pas utiliser sa voiture un jour sur cinq) permettrait d'améliorer sensiblement la qualité de l'air.

LES BONS GESTES



Je privilégie les modes actifs (marche à pied, vélo...) : c'est idéal pour se maintenir en forme et, pour des distances supérieures à 5 km ou en zone de relief, je peux utiliser un vélo à assistance électrique.

J'utilise les transports en commun ou les services de transport à la demande mis à disposition par les collectivités.

Je choisis le covoiturage : cela permet de faire des économies pour le conducteur et le passager, de limiter les émissions polluantes et de partager un moment de convivialité.

Je pratique l'éco-conduite et je surveille le chargement de mon véhicule. J'adopte une conduite modérée et souple à la fois pour réaliser des économies de carburant et pour limiter l'impact sur l'environnement. Je ne transporte pas de charges inutiles car toute charge superflue entraîne une surconsommation de carburant.

Je fais entretenir mon véhicule et je veille au bon fonctionnement des systèmes anti-pollution (pot catalytique, filtre à particules...)

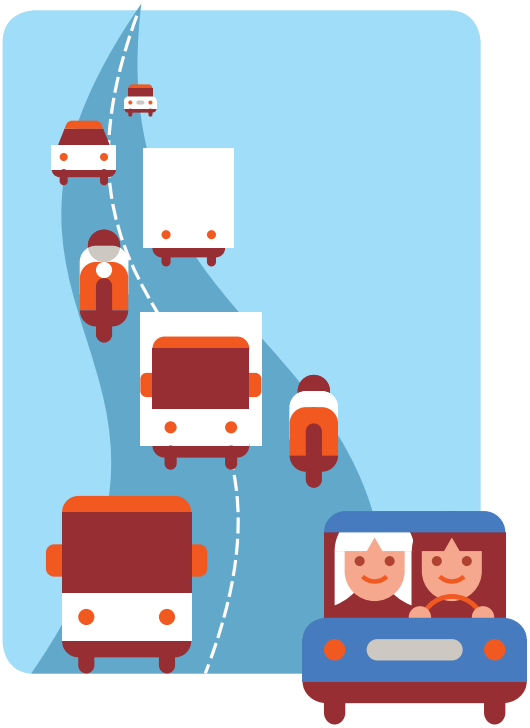
J'achète un véhicule faiblement émetteur et je l'identifie grâce au certificat « CRIT'AIR »

- Pour en savoir plus :
  www.certificat-air.gouv.fr

AIDES DE L'ÉTAT

Les aides de l'État et la prime à la conversion des véhicules visent à accélérer la sortie du parc des véhicules essence et diesel les plus anciens, donc les plus polluants.

- Pour en savoir plus :
  www.asp-public.fr
  www.ecologie-solidaire.gouv.fr





« Il appartient donc à chacun de prendre sa place dans le cercle vertueux… »

Le citoyen

• *adopte les bons gestes au quotidien*



TOUS PARTENAIRES

Les collectivités

• *fixent les stratégies locales*
• *mettent en œuvre des actions*

AtMO GRAND EST

• *surveille*
• *informe*
• *accompagne*

Les entreprises

L'agriculture

• *limitent les émissions polluantes*

L'État et l'Europe

• *fixent le cadre* • *L'État met en œuvre les mesures d'urgence en cas de pic de pollution, en France.*

Source : Ministère de la Transition Énergétique et Solidaire - Agence Citizen Press - Illustrations Tino - Conception graphique : B.Bayle Communication.

PEFC 10-31-1436

Avec la participation technique de : AtMO GRAND EST

Direction Régionale de l'Environnement, de l'Aménagement et du Logement

Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
PRÉFET DE LA RÉGION GRAND EST