

# Stage Habitat-Santé

## Santé environnement formation

Philippe Perrin - Eco-infirmier

"Les Fougères" - 3, rue Hector Berlioz

73100 Aix les Bains - Tél : 04 79 88 99 67

Site : [www.eco-infirmier.fr](http://www.eco-infirmier.fr)

E mail : [eco-ide@club-internet.fr](mailto:eco-ide@club-internet.fr)

## Les horaires :

Samedi de 9h30 à 18 h et

Dimanche de 9h à 16h30

## Pour toute question relative à l'hébergement et la restauration :

- Au Désert - Près de Chambéry. Contact : M. Gandy au 04 79 70 67 27. Site : [www.centredesdeserts.com](http://www.centredesdeserts.com)

- A Caderousse - Près d'Avignon. Contact : Mme et M. Sire au 04 90 51 91 80. E-mail : [marlwin@wanadoo.fr](mailto:marlwin@wanadoo.fr)

- A Penne d'Agenais - Près de Villeneuve sur Lot. Contact : Mme Pinthon au 05.53.36.64.21 ou 06.03.15.34.88. E-Mail : [lpblondin@wanadoo.fr](mailto:lpblondin@wanadoo.fr)

## Pour qui ? Pourquoi ?

Ce stage est destiné

- aux personnes désireuses de construire ou de rénover et qui se posent des questions sur les moyens de construire un habitat plus sain.

- aux personnes déjà installées (locataire ou propriétaire) et qui souhaiteraient repérer et identifier les sources de nuisances ou de pollution dans leur environnement intérieur et connaître quelques règles ou moyens simples pour favoriser une meilleure qualité de vie dans l'habitat.

- aux professionnels de santé qui cherchent à approfondir la dimension de l'éducation à la santé dans leur pratique

- aux professionnels du bâtiment ou de l'aménagement intérieur qui souhaitent ajouter un "plus" à leur activité...

## Nous aurons notamment l'occasion de traiter lors de ce stage ces différents thèmes :

### **Urbanisme et habitat**

Les outils de planification de l'urbanisme

L'habitat indigne (insalubre)

L'humidité

Les acariens

Les couleurs dans l'habitat

La lumière dans l'habitat

L'habitat bio-climatique

L'habitat à haute qualité environnementale

L'habitat à risques allergiques minimales

Les matériaux de construction (bois, paille, béton, brique alvéolée, terre crue...)

### **Eau**

La consommation d'eau dans l'habitat

L'épuration des eaux usées

La récupération des eaux pluviales

Les économies d'eau dans l'habitat

### **Déchets**

La gestion des déchets dans l'habitat

### **Air et isolation**

L'amiante

La pollution de l'air intérieur

Le syndrome des bâtiments malsains

Le monoxyde de carbone, les oxydes d'azote,

les aérosols, les composés organiques volatils...

Les revêtements, les peintures...

Les désodorisants, les diffuseurs d'huiles essentielles...

Les légionelloses

L'ionisation de l'air

Les systèmes de ventilation

Le puits canadien / provençal

Les matériaux d'isolation (laines minérales, végétales, animales....)

L'isolation extérieure  
Le confort d'été (l'origine des surchauffes et les moyens de les limiter)  
La climatisation  
L'aspiration des poussières

### **Bruit**

L'isolation  
Les bruits de voisinage  
La réglementation

### **Les rayonnements non ionisants**

État des connaissances sur les effets sanitaires et les moyens de protection de différentes sources :  
Les lignes très haute tension  
Les champs ELF et les appareils électroménagers  
Les antennes relais  
Les fours micro-ondes

### **Les rayonnements ionisants**

Le radon dans l'habitat (origines, effets sanitaires, situation locale, moyens de protection)

### **L'énergie dans l'habitat**

Les économies d'énergie  
Les énergies renouvelables dans l'habitat  
L'énergie solaire (thermique, photovoltaïque)  
Le chauffage bois  
La géothermie  
Les pompes à chaleur

### **Présentation plus précise de deux thèmes que nous traiterons :**

#### **Le radon**

Il appartient à la famille des gaz rares et en possède les propriétés chimiques (inodore, incolore, sans saveur ...)  
Mais il possède une caractéristique qui le rend dangereux : il est radioactif. Il provient de la désintégration de l'uranium 238 présent dans l'écorce terrestre. Issu du sous sol, il a tendance à se concentrer dans l'habitat où, par inhalation, il va exposer les habitants.

Il est considéré comme la deuxième cause de cancer du poumon par l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé).

Que faut-il savoir sur le radon ?  
Quels sont les résultats des mesures faites localement ?  
Comment le mesurer chez soi ?  
Comment s'en protéger ?

#### **Les champs électromagnétiques**

Générés par de nombreuses sources dans notre quotidien, ces champs sont suspectés avoir de nombreux effets sur la santé.

En 2001, l'OMS les a classés "cancérogène possible".

Il existe pourtant, là encore, des solutions simples pour s'en protéger efficacement...

Quelles sources sont les plus importantes ?  
Comment se soustraire à ces rayonnements ?

#### **A noter :**

- si vous pensez à des thèmes non présentés dans ce document mais qui mériteraient selon vous d'y trouver leur place vous pouvez m'en faire part afin d'une éventuelle intégration.
- Si vous souhaitez participer à ce stage, Je vous contacterai lors de votre inscription pour identifier plus précisément vos attentes afin de mieux être en mesure d'y répondre lors de ces deux jours
- Un document de synthèse reprenant de nombreux thèmes traités vous sera remis.