

Fiche 6 : Mêlé-toi de ton air !

Activité courte

Activité longue



8-12 ans

Renforcer sa conscience de soi

Développer des relations constructives

Matériel

- Coton hydrophile
- Vitre
- Stylo
- Annexe
- Fiche d'accompagnement

Introduction :

L'air inspiré à l'intérieur d'un espace clos renferme une multitude de polluants souvent méconnus. Cette activité permettra d'apprendre à les identifier et d'agir sur les comportements afin de prévenir les risques sur la santé.

Objectifs :

- Observer la pollution de l'air intérieur
- Identifier les sources de la pollution de l'air intérieur
- Adopter les bons gestes

Techniques utilisées :

- Expérimentations
- Mots-mêlés

Déroulé de l'animation :

15 min Temps 1 : Expérience

L'animateur invite les participants à nettoyer à l'aide d'un coton hydrophile une vitre (côté intérieur) et à observer le résultat. Il se réfère à la fiche d'accompagnement pour analyser le résultat obtenu.

30min Temps 2 : Les mots-mêlés

L'animateur distribue à chacun des participants une grille de mots-mêlés (Annexe 6.1). Le participant doit retrouver 27 mots écrits à l'horizontale ou à la verticale soit de gauche à droite, de droite à gauche ou du haut vers le bas et du bas vers le haut qui sont sources de pollution de l'air intérieur. Dans un second temps, les participants devront retrouver cinq autres mots dans la grille qui permettront de compléter la phrase située en dessous afin de savoir comment agir pour réduire la pollution de l'air intérieur.

5 min Temps 3 : Conclusion

L'animateur explique les conséquences des polluants de l'air intérieur sur sa santé (voir fiche d'accompagnement).



Pour aller plus loin :

- Dépolluer l'air
- L'air de rien, changeons d'air
- 10 conseils pour préserver la qualité de l'air intérieur

Moi, la santé-environnement et les autres

Moi et la santé-environnement

C'est quoi la santé-environnement ?

Fiche d'accompagnement : Mêle-toi de ton air !



Conclusions



Analyse du résultat de l'expérience :

Même si au départ la vitre semblait propre et transparente, le coton n'est plus très blanc. Le coton est sale car couvert d'impuretés. Les impuretés ramassées par le coton sont des polluants qui proviennent en majeure partie de l'intérieur de l'habitat. Ils varient en fonction de la pièce et de la façon de vivre des personnes qui y habitent. Pour éviter d'inhaler ces polluants en trop grande quantité, il est conseillé d'aérer chaque pièce de l'habitat environ 1/4 d'heure tous les jours été comme hiver afin de les chasser.



Les sources de pollution de l'air intérieur :

Les sources de pollution dans les logements sont nombreuses : tabagisme, moisissures, matériaux de construction, meubles, acariens, produits d'entretien, peintures... C'est ce que l'on appelle la pollution de l'air intérieur (voir infographie en page suivante).

Les principaux risques de la pollution de l'air intérieur sur notre santé :

Les polluants de l'air peuvent causer des allergies, des irritations oculaires, des migraines, des toux, de l'asthme, des maladies cardiovasculaires, ...

Retrouvez dans ce "[guide de la pollution de l'air intérieur](#)" les risques pour la santé et les bons gestes à adopter 



Fiche d'accompagnement : Mêle-toi de ton air !

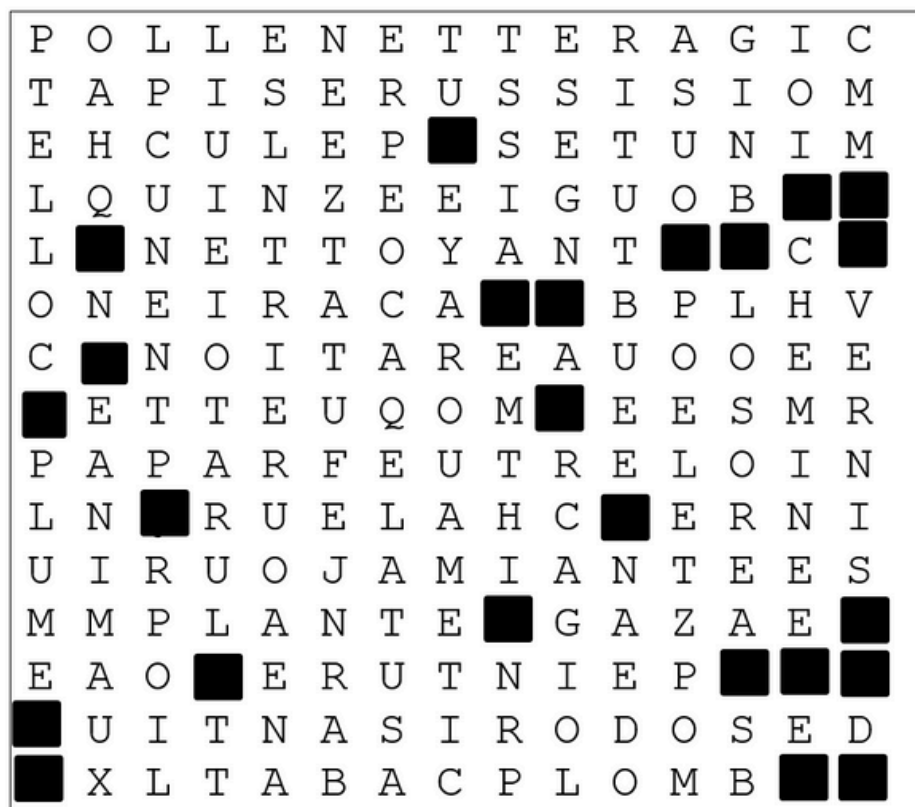
Les sources de pollution dans l'environnement intérieur :



Source : <https://www.santepubliquefrance.fr/determinants-de-sante/pollution-et-sante/air-et-environnements-interieurs/articles/quelles-sont-les-sources-de-pollution-de-l-air-interieur>

Annexe 6.1 : Grille de mots-mêlés

Cette grille de mots mêlés cache 27 mots qui sont sources de pollution de l'air intérieur. Saurez-vous les retrouver ?
Les mots peuvent être écrits à l'horizontale ou à la verticale, soit de gauche à droite ou de droite à gauche, soit du haut vers le bas ou du bas vers le haut.



Liste des polluants intérieurs à retrouver dans la grille :

Acarien	Moquette
Aérosol	Nettoyant
Amiante	Peinture
Animaux	Peluche
Buée	Plante
Bougie	Plomb
Chaleur	Plume
Cheminée	Poêle
Cigarette	Poil
Colle	Pollen
Désodorisant	Tabac
Feutre	Tapis
Gaz	Vernis
Moisissure	

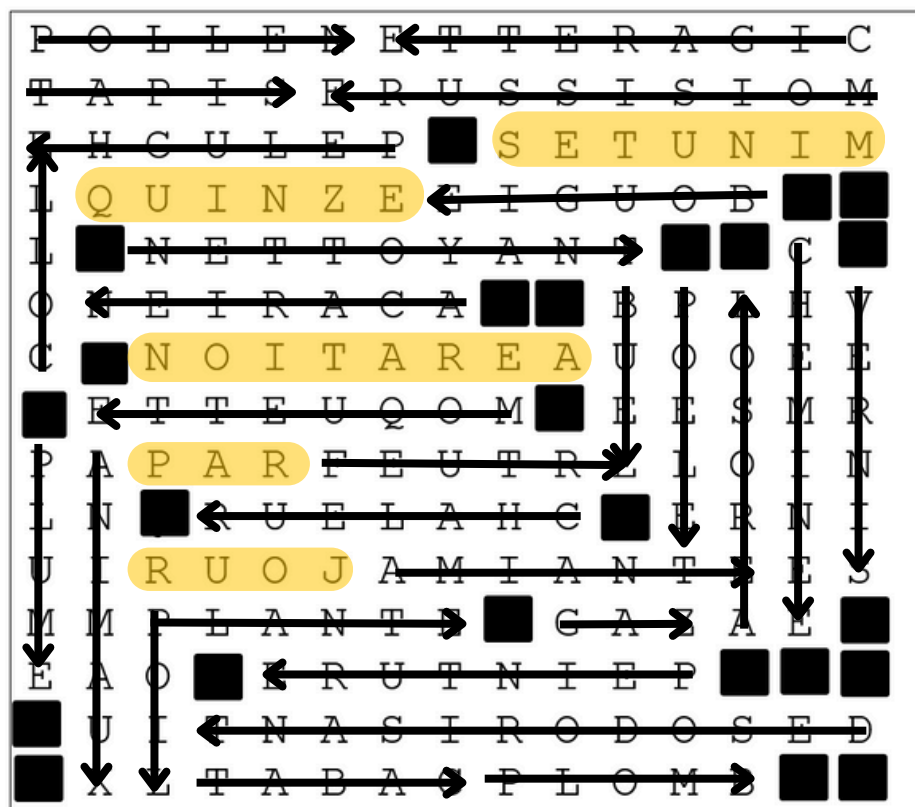
Il reste encore une étape !

Trouver les 5 mots manquants qui te permettront de compléter la phrase située en dessous de la grille afin de savoir comment agir pour réduire la pollution de l'air intérieur.

A _ _ _ _ _ Q _ _ _ _ _ M _ _ _ _ _ P _ _ J _ _ _ _ été comme hiver !

Annexe 6.1 : Grille de mots-mêlés - Réponses

Cette grille de mots mêlés cache 27 mots qui sont sources de pollution de l'air intérieur. Saurez-vous les retrouver ?
Les mots peuvent être écrits à l'horizontale ou à la verticale, soit de gauche à droite ou de droite à gauche, soit du haut vers le bas ou du bas vers le haut.



Liste des polluants intérieurs à retrouver dans la grille :

Acarien	Moquette
Aérosol	Nettoyant
Amiante	Peinture
Animaux	Peluche
Buée	Plante
Bougie	Plomb
Chaleur	Plume
Cheminée	Poêle
Cigarette	Poil
Colle	Pollen
Désodorisant	Tabac
Feutre	Tapis
Gaz	Vernis
Moissure	

Il reste encore une étape !

Trouver les 5 mots manquants qui te permettront de compléter la phrase située en dessous de la grille afin de savoir comment agir pour réduire la pollution de l'air intérieur.

A _ _ _ _ _ Q _ _ _ _ _ M _ _ _ _ _ P _ _ J _ _ été comme hiver !