

VOTRE MAISON, VOUS LA MANGEZ BIO?

Saviez-vous que nous passons en moyenne 80% de notre temps dans des bâtiments et que, contrairement aux idées reçues, l'air intérieur peut être dix fois plus pollué qu'à l'extérieur? Pourtant, les impacts de ces polluants sur la santé sont bien réels. Des solutions existent pour «mieux» respirer.

JOËLLE LORETAN

«Pourquoi se soucie-t-on du contenu de nos assiettes et si peu du contenu de nos murs?» C'est la question posée par le philosophe de la ville et de l'architecture Philippe Simay (voir encadré) lors des dix ans de l'association Materium à Genève en mars dernier. S'il évoquait alors les enjeux écologiques, sociaux et géopolitiques des matériaux, nous nous intéressons ici à leur impact sur la qualité de l'air intérieur. Car étonnamment, ce que nous respirons nous échappe encore. «Nous méconnaissons l'élément air, alors que nous en consommons 10 000 à 12 000 litres par jour», déplore Joëlle Goyette Pernot, déléguée radon de l'Office fédéral de la santé publique pour la Suisse romande et professeure à la HEIA-FR.

Autre paradoxe: on informe et on sensibilise beaucoup sur la question de l'air extérieur, mais presque pas sur l'air intérieur. «Le seul polluant intérieur qui soit réglementé par une ordonnance en Suisse est le radon» relève celle qui est également responsable du Centre romand de la qualité de l'air intérieur et du radon (croqAIR). Elle souligne par ailleurs que l'air peut se dégrader après une rénovation: en isolant et en rendant nos bâtiments étanches, nous oublions souvent le renouvellement de l'air. «Les économies d'énergie ne doivent pas se faire au détriment de la qualité de l'air intérieur», pointe-t-elle. Son appel est simple: développer une vraie curiosité pour ce qu'on respire chez soi. «Il faut éveiller les consciences, donner envie de se renseigner sur comment faire mieux en s'intéressant à des matériaux plus naturels et des techniques constructives plus saines.» C'est précisément ce que nous souhaitons faire à travers ces lignes.

L'origine des polluants intérieurs

Les sources d'émission sont multiples. Elles proviennent principalement des matériaux utilisés dans la construction, en lien direct avec l'air intérieur. «Colles, joints en silicone, peintures synthétiques, poussières fines issues des isolants, vernis ou encore résines», détaille Stéphane Fuchs, architecte et fondateur du bureau ATBA (Genève). «A cela s'ajoutent les contaminants biologiques, tels que les moisissures et les acariens». Il souligne également qu'un espace en dépression et ventilé peut être pollué par des sources extérieures, comme une zone fumeur située à proximité d'une bouche d'aspiration, une route ou encore une zone industrielle. Sans oublier le radon, un gaz radioactif naturel qui s'infiltre dans les bâtiments par le sous-sol et constitue la deuxième cause de cancer du poumon en Suisse, après le tabagisme¹. «Dans nos bâtiments, il y peut y

avoir des centaines, voire des milliers de substances préoccupantes pour la santé», confirme Philippe Favreau, toxicologue et responsable de laboratoire au Service de l'air, du bruit et des rayonnements non ionisants (SABRA) de l'Etat de Genève. Il prône des matériaux durables pour «gérer l'existant sans répéter les erreurs du passé», citant l'amiante, interdite en 1989, mais source d'assainissements lourds et coûteux aujourd'hui encore. «La législation peut avoir du retard sur les connaissances scientifiques. C'est pourquoi on doit faire attention aujourd'hui à ne pas faire des erreurs pour demain.»

Des impacts sur la santé

Les conséquences sanitaires d'une exposition aux polluants sont quant à elles plus ou moins sérieuses, allant de simples irritations et maux de tête à des cancers ou problèmes de stérilité (voir schéma). Des maladies environnementales toutefois difficiles à relier à une cause unique, car c'est leur cumul, le «cocktail chimique» qui pose problème. Et pour évaluer la qualité de son air, fiez-vous à vos sens: une odeur persistante ou des symptômes récurrents sont des signes d'alerte. La solution pour baisser la charge polluante? Eviter de charger l'air avec des polluants et aérer régulièrement!

Car si l'on aime pointer les causes extérieures, on se débrouille aussi très bien tout seul pour se pomper l'air. «L'occupant est le principal pollueur de son lieu de vie» note l'aérobiologiste Joëlle Goyette Pernot. «Brûler des bougies ou de l'encens, diffuser des huiles essentielles, fumer, utiliser des peintures non écologiques ou certains produits d'hygiène ou d'entretien émissifs, tout ce qu'on fait dans un espace fermé impacte la qualité de l'air intérieur.» Elle déconstruit au passage le mythe de la bonne odeur dans les logements. «Plus un produit sent, plus il est composé de substances chimiques. Eau chaude, vinaigre et savon noir suffisent souvent à laver sa maison.» Elle invite toutefois à rester humble face à l'ampleur de la tâche, le sujet de la qualité de l'air intérieur n'étant pas encore intégré dans la formation des architectes, même si certains convaincus montrent la voie.

Change-toi toi-même

Lorsqu'il est devenu indépendant en 1999, l'architecte Stéphane Fuchs a pris le virage des matériaux écologiques. «J'ai toujours été proche de la nature, alors dès que j'ai pu faire mes propres choix, j'ai voulu être aligné avec ce qui m'inspirait au niveau personnel.» Depuis, il n'a cessé de se former sur la construction «bio»: matériaux, biologie de l'habitat, écobiologie des lieux,



Le spécialiste pour la protection et la cosmétique du béton

www.desax.ch

écobilans, valorisation des matériaux, etc. Ses premiers mandats? Des coopératives! «De travailler de manière itérative avec des futurs habitants qui se soucient de leur habitat dès le premier trait de crayon dans un but de concilier l'écologie, le social et l'architecture était très motivant.» C'est entre autres la lecture des écrits de Suzanne Déoux, médecin ORL et pionnière en santé environnementale, qui l'a «réveillé» se souvient-il. Lui qui a pris les chemins de traverse depuis bientôt trente ans encourage les professionnels de la construction à oser changer leurs habitudes. Il rappelle qu'intégrer un concept de qualité de l'air dans un projet ne coûte pas plus cher et que «si le maître d'ouvrage exprime sa volonté dès le départ, l'architecte a des solutions à disposition.»

Nicolas Massard incarne ces professionnels qui ont osé changer: patron d'une entreprise familiale (3^e génération) de plâtrerie-peinture à Agiez (VD), il ne travaille qu'avec des matériaux naturels, comme la chaux, l'argile, le silicate et il confirme. «Certains confrères ont peur de se tromper ou de ne pas savoir comment faire, alors ils ne changent pas leurs habitudes, et c'est dommage.» Lui ne reviendrait en arrière pour rien au monde, sinon pour s'inspirer de son aïeul. «J'ai décidé de faire comme mon grand-père, qui n'utilisait aucun produit nocif pour la santé. C'est bon pour les clients, mais aussi pour les ouvriers qui ne respirent plus des solvants toute la journée.» Et si son père avant lui a cédé aux chants des sirènes de l'industrie pétrochimique et leurs produits synthétiques vendus comme «moins chers et plus rapides à appliquer», Nicolas Massard est revenu aux sources. «Bien sûr il a fallu retrouver un savoir-faire, mais en plus de préserver l'environnement à la santé, cela nous démarque des autres entreprises.»

SRF, Zurich
Architecture: Penzel Valier

S'informer et se former

L'Etat de Genève a lancé le dispositif THQMAT², une boîte à outils pour les professionnels souhaitant réduire l'usage de matériaux problématiques: recommandations et informations, fiches pratiques, ligne de support téléphonique gratuit et formation «Habitat sain: quels matériaux choisir?» dispensée à l'HEPIA, complète depuis deux ans. «Les personnes qui souhaitent aller plus loin peuvent signer une charte et faire certifier leurs projets Low-COV, selon le protocole Minergie ECO» précise Philippe Favreau, chef de projet THQMAT, qui ajoute que «le dispositif n'est pas

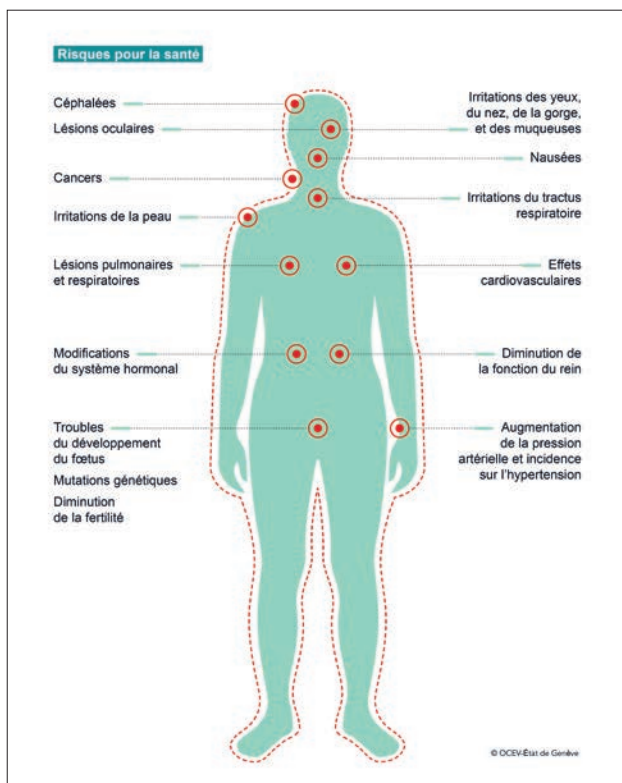
Protection anti-graffiti
Protection du béton
Desax-Cosmétique du béton
Décoration du béton
Nettoyage du béton


DESAX
Belles surfaces en béton

DESAX AG
Ernetschwilerstr. 17
8737 Gommiswald
T 055 285 30 85

DESAX AG
Felsenastr. 17
3004 Bern
T 031 552 04 55

DESAX SA
Ch. des Larges-Pièces 4
1024 Ecublens
T 021 635 95 55



une construction administrative déracinée. C'est un outil qui a été conçu par et pour les professionnels de la construction, et il est unique en Suisse.» But du dispositif: accompagner les professionnels de la construction dans le choix de matériaux sains. Car «si le milieu de la construction connaît bien les substances désormais interdites (comme l'amiante), il possède encore peu de connaissances sur celles qui sont préoccupantes aujourd'hui» relève-t-il. Or, nos bâtiments constituent d'énormes stocks de matériaux mis en œuvre pour durer cinquante à cent ans. «Il faut faire les bons choix maintenant, car ils nous engagent pour des décennies et moins il y a de substances problématiques et plus cela simplifie les rénovations, la déconstruction, le réemploi, la réutilisation ou le recyclage» rappelle le toxicologue. Sa collègue Flora Madic, déléguée à la transition environnementale, a travaillé sur l'accompagnement au changement au sein du dispositif THQMAT, car «il ne suffit pas d'énoncer le problème pour qu'une nouvelle habitude s'ancre», explique-t-elle. «Il faut encore mobiliser, montrer les avantages, indiquer les chemins de l'action, permettre de tester l'action et lever les obstacles.» Elle ajoute que le but de la démarche est d'accompagner de manière bienveillante et incitative, et rappelle que la question des matériaux écologiques, c'est finalement comme l'alimentation: «moins c'est transformé et plus c'est sain». Et vous, vous la mangez bio votre maison? ■

Plus d'infos sur la qualité d'air intérieur: Observatoire romand et tessinois de la qualité de l'air intérieur www.ortqai.ch

¹ Source: Office fédéral de la santé publique

² Un dispositif pour un air intérieur sain et des techniques constructives durables:

> <https://chk.me/RHkm6wy>

«CE QUI EST DURABLE, C'EST CE QUI SE TRANSFORME ET S'ADAPTE»

Philosophe de la ville et de l'architecture, maître de conférence à l'École nationale supérieure d'architecture de Paris-Belleville et à l'HEPIA Genève, Philippe Simay est coauteur (avec Armelle Choplin) du livre «Matériaux, un contre-catalogue» (La Découverte, mai 2026).



Lors des 10 ans de Materium, vous avez dit qu'on se soucie du contenu de nos assiettes mais pas de nos murs. D'où vient cette conviction?

Nous sommes à un moment de bascule écologique dont nous mesurons chaque jour les effets environnementaux et sociaux. La nécessité de construire autrement s'impose et tout le monde semble d'accord pour intégrer davantage en biosourcé ou des matériaux de réemploi. Les filières de l'écoconstruction sont prêtes. Pourtant, il y a encore une certaine inertie, due à des freins normatifs et assuranciers, à des habitudes et à des intérêts de groupes.

Vous parlez de matériaux «hégémoniques», «vassalisés» et «récalcitrants». Qu'est-ce que cela signifie?

Dans ce livre, nous proposons une analyse politique du capitalisme industriel pour rendre compte de l'omniprésence du béton, de l'acier ou du plastique. Il s'agit aussi de montrer comment d'autres matériaux ont été «enrôlés» dans cette logique industrielle. Prenez le bois: on a remplacé les forêts mixtes par des plantations mono-spécifiques de résineux, parce qu'ils poussent plus vite et se plient facilement à un processus de production capitaliste. D'autres résistent, comme la terre crue ou la pierre brute. Ce sont des matériaux récalcitrants, qui refusent la standardisation. A l'opposé, colles et résines, omniprésentes, servent plus à détruire qu'à assembler: impossible de séparer deux éléments collés, donc impossible de les réparer ou de les réemployer. Ces colles sont devenues une arme du productivisme. Cette irréversibilité ne laisse aucune place à l'ajustement, à la réflexion, à la transformation lente. On nous dit que ça colle pour toujours, mais ce qui est vraiment durable, c'est ce qui se transforme et s'adapte.

Que dit de nous le fait qu'on ne se soucie pas du contenu de nos maisons?

Qui pourrait nommer les matières qui composent sa maison, d'où viennent-elles, comment elles ont été transportées et transformées, leur impact environnemental et social? Nous n'en savons rien. Or, les matières ne sont pas neutres. Le béton ou la terre crue ne nous mettent pas en relation avec le monde de la même façon. Quand j'animais «Habiter le monde» sur Arte, j'ai vu des sociétés qui portaient un discours symbolique, politique et constructif riche sur leur façon d'habiter, car elles étaient en lien avec des matières provenant de leur environnement proche. Nous savons construire des habitats techniquement extraordinaires, mais notre capacité à habiter est paradoxalement plus pauvre. On a commencé par se soucier de nos assiettes, il est temps de s'occuper de nos murs. Il y a une urgence à retrouver un rapport vivant aux matériaux. Comme la nourriture ou le vêtement, l'habitat est l'un des trois piliers qui portent nos existences, là aussi où l'industrie est la plus féroce. Aujourd'hui, il y a des alternatives sérieuses, avec des matériaux bio ou géosourcés et de réemploi. Je suis tous les jours stupéfait par le dynamisme de ces filières. C'est ce qui me donne confiance pour l'avenir.