



Verbraucherzentrale Südtirol  
Centro Tutela Consumatori Utenti

*Die Stimme der VerbraucherInnen  
La voce dei consumatori*

## Centro Tutela Consumatori Utenti

Via Dodiciville 2

39100 Bolzano

Tel. 0471 975597

info@verbraucherzentrale.it

---

## Guida online: abitare sano e sostenibile

Mar 11/10/2022 - 10:54



Abitare in un luogo sano e confortevole significa qualità di vita - ed è qualcosa su cui possiamo intervenire in prima persona prestando attenzione ad alcuni dettagli e occupandoci di ciò che ci circonda.

Rispetto alle generazioni passate, oggi trascorriamo circa l'80-90% del nostro tempo al chiuso, per lo più in casa. Con lo smart working questa tendenza si è ulteriormente rafforzata. Vivere in un'abitazione sana è quindi fondamentale per il nostro benessere e la nostra salute. È importante che gli interni non rilascino sostanze pericolose: oltre agli arredi e ai tessuti, sono soprattutto i materiali da costruzione a emettere inquinanti nocivi. Non vanno poi dimenticate le muffe, che possono inquinare l'aria interna e diventare un pericolo per l'uomo e gli animali domestici.

Non basta considerare solo la quantità e l'effetto delle varie sostanze potenzialmente presenti nell'aria domestica. Ogni persona, infatti, reagisce in modo diverso alle diverse sostanze: per gli anziani, ma anche per i neonati e le persone con una salute fragile, il rischio di ammalarsi o di assistere a un'intensificazione dei sintomi è molto più elevato.

## **Sapevate che l'aria interna può contenere fino a cinque volte più inquinanti di quella esterna?**

Questo opuscolo spiega quali fattori determinano un ambiente di vita sano, dove si nascondono le fonti di sostanze tossiche dentro casa e cosa ciascuno di noi può fare per stare meglio tra le mura domestiche.

È disponibile qui sotto.

La guida è un lavoro congiunto del Bildungs- und Energieforum AFB in collaborazione con il Centro Tutela Consumatori Utenti e le Casse Raiffeisen Alto Adige.



*La salute non è tutto,  
ma senza la salute tutto è niente.  
(Arthur Schopenhauer)*

opuscolo\_abitare sano\_2022.pdf 1.19 MB