

# Je peux éviter de polluer l'air de ma maison avec des substances chimiques dangereuses !



## CHEZ MOI...

- J'utilise une large gamme de produits d'entretien et de nettoyage
- Des diffuseurs de parfums sont placés dans les prises
- Les murs sont peints et les planchers sont vernis avec des produits contenant des solvants
- Les moquettes et les revêtements de sol plastiques sont posés avec une colle synthétique
- Les armoires des chambres ou de la cuisine sont en bois aggloméré ou contreplaqué
- Le garage communique avec les autres pièces de la maison
- Une ou plusieurs personnes de la famille fume(nt) à l'intérieur



SI VOUS AVEZ PLUS DE 2  , IL EST TEMPS DE RÉAGIR !

## L'AIR INTÉRIEUR DE LA MAISON EST SOUVENT POLLUÉ PAR DES SUBSTANCES CHIMIQUES (\*) !

Beaucoup de produits, de matériaux et d'équipements dans la maison contiennent des substances chimiques (solvants, dégraissants, désinfectants, conservateurs, plastifiants, retardateurs de flamme...). Elles sont incorporées dans les produits de nettoyage, les cires, les parfums, les produits cosmétiques, les peintures, les colles, les éléments en plastique, les panneaux agglomérés, les tissus, les appareils électriques... pour dissoudre ou lier leurs ingrédients, améliorer leur efficacité, leur résistance, leur tenue...

Très volatiles, ces substances chimiques s'évaporent facilement lors de l'application, du séchage ou de l'installation des produits, matériaux et équipements, et même au cours de leur vieillissement. Nous pouvons alors les respirer.

Ainsi, elles se dégagent des plaquettes WC, des meubles cirés, des diffuseurs de parfums, des vêtements nettoyés à sec, des murs peints, des parquets vitrifiés, des moquettes, des sols plastiques, des armoires en bois aggloméré, des matelas, des tentures, des appareils électroménagers... Elles émanent aussi des appareils de chauffage, des véhicules à moteur, de la fumée de cigarette. La preuve en est l'odeur, parfois tenace, qui flotte dans l'air de la maison.

Les substances chimiques imprègnent la poussière. Elles peuvent aussi se loger pour un temps dans les tapis, les canapés, les textiles, les papiers peints, puis être à nouveau relâchées dans l'air intérieur.

Nous pouvons aussi les absorber par la peau (par exemple, quand nous nous lavons les mains avec du white-spirit).

(\*) LA PLUPART, COMME LE WHITE-SPIRIT, LE TOLUÈNE, LE FORMALDÉHYDE... SONT FABRIQUÉES PAR L'HOMME.

### LES SUBSTANCES CHIMIQUES VOLATILES ET MA SANTÉ

Beaucoup sont des substances dangereuses. Certaines peuvent provoquer des irritations de la peau, du nez, de la gorge, des yeux, une sensation d'inconfort, un état de fatigue, des nausées, une hypersensibilité aux odeurs...

D'autres peuvent être responsables de maladies plus graves : eczéma, allergies, asthme, troubles de l'équilibre, de l'appareil digestif, du foie... Quelques-unes, comme le benzène émis par la fumée de cigarette, sont cancérigènes. D'autres encore peuvent porter atteinte à la fertilité ou au fœtus.

Leur présence dans l'air de la maison est une des causes de l'augmentation importante des allergies, surtout chez les enfants.





## QUE FAIRE ?

### 1. Se poser et poser certaines questions

#### ❖ Ai-je vraiment besoin de ce produit ?

Beaucoup de produits vantés par la publicité sont inutiles, inefficaces, dangereux et... font mal à notre portefeuille. Un bouquet de fleurs ou des pétales séchés mêlés de fruits et d'épices embaument la maison aussi efficacement que les diffuseurs de parfums chimiques.

#### ❖ Puis-je éviter d'utiliser ce produit ?

Souvent, des gestes simples peuvent remplacer des produits nocifs. Par exemple, pour empêcher les projections et l'encrassement du four, réduisons la température de cuisson et disposons un papier sulfurisé sur les taques de cuisson. Un nettoyage régulier de la maison avec un peu d'eau chaude et des détergents doux permet de se passer de produits agressifs...

#### ❖ Comment savoir si un produit est dangereux ?

Les produits dangereux portent sur leur emballage des symboles (un dessin noir sur fond orange). Apprenons à les dépister et à les reconnaître. Ils sont fréquents sur les produits d'entretien et de bricolage.



L'étiquette doit aussi nous avertir des risques pour la santé, des risques d'explosion..., et nous donner des conseils de sécurité. Les phrases « conserver le récipient bien fermé », « ne pas fumer pendant l'utilisation »... peuvent nous mettre en alerte.

En cas de doute, n'hésitez pas à demander conseil au responsable du rayon ou réclamez-lui la fiche de sécurité du produit. Elle vous sera utile pour vous informer auprès d'associations d'environnement.

#### ❖ Existe-t-il des produits alternatifs ?

Oui, souvent, il existe des produits plus sains (voyez les adresses au verso). Utiliser des peintures à l'eau évite de devoir se laver les mains et de nettoyer les pinceaux avec du white-spirit. Attention, qu'elle soit « à l'eau » ou à l'huile, une peinture peut contenir des solvants nuisibles à la santé. Depuis le 1<sup>er</sup> janvier 2007, la teneur en solvants volatils doit être indiquée sur l'étiquette des peintures. Il existe des peintures naturelles à la chaux ou à l'argile sans solvants.







## 2. Et si je choisis malgré tout un produit dangereux ou s'il n'existe pas d'alternatives

### Comment limiter les risques pour ma santé et l'environnement ?

Je ne fume pas à l'intérieur de la maison. J'évite les bombes aérosols qui projettent leur contenu en gouttelettes facilement respirables. Avant d'appliquer un produit, je lis la notice d'utilisation et j'applique les protections requises (gants, lunettes, masque...). Je respecte les dosages (ceux-ci visent déjà une utilisation généreuse du produit).

J'éloigne les enfants et je respecte le temps requis avant de réoccuper les locaux. Je range les produits en hauteur dans un local fermé (inaccessible aux enfants en bas âge).



Je porte les restes de produits, les chiffons souillés et les emballages au parc à conteneurs (les substances

chimiques nuisent aussi à l'environnement).

### 3. Dans tous les cas, aérer la maison

Pour évacuer le plus possible les substances dangereuses présentes dans l'air de la maison, j'aère les pièces tous les jours, 15 minutes le matin et, si possible, 15 minutes le soir (pas plus longtemps en hiver pour ne pas refroidir la maison).

J'aère aussi le garage et j'évite que les polluants produits par la voiture et les activités de bricolage n'entrent dans la maison.



## QUI CONTACTER ?

- En cas d'ingestion ou d'inhalation accidentelle
- ▶ Centre Antipoisons : 070.245.245 (urgences)
- Je cherche des informations générales sur les produits chimiques ou les autres polluants dans la maison
- ▶ Espace Environnement : 071.300.300 (permanence du lundi au vendredi de 9H30 à 12H30)  
Rue de Montigny 29  
6000 Charleroi  
www.espace-environnement.be  
www.sante-habitat.be
- Je veux rénover ou construire ma maison avec des matériaux sains
- ▶ Espace Environnement : 071.300.300 (permanence du lundi au vendredi de 9H30 à 12H30)
- ▶ Nature & Progrès : 081.323.063 (permanence le vendredi de 9H00 à 12H00)  
Rue de Dave 520  
5100 Jambes  
www.natpro.be
- Je cherche des produits plus sains pour aménager ou entretenir ma maison
- ▶ Réseau Eco-consommation : 071.300.301 (permanence du lundi au vendredi de 9H30 à 12H30 et de 13H30 à 16H30)  
Boulevard de Fontaine, 27  
6000 Charleroi  
www.ecoconso.be
- Je crois que mes problèmes de santé sont liés à la présence de polluants dans ma maison
- ▶ Votre médecin généraliste  
Il peut contacter Espace Environnement pour obtenir les coordonnées d'un service d'analyse des milieux intérieurs

# Communiquez cette information à vos voisins !



RÉGION WALLONNE

Avec le soutien de la Ministre de la Santé, de l'Action sociale et de l'Égalité des Chances



Espace Environnement