



Produits chimiques et polluants dans la maison :

Conseils pour vos projets de bricolage et de rénovation



FAITES-LE
POUR...



UNE
MAISON
SAINE.

Que vous soyez propriétaire ou locataire, vous pouvez réaliser différents projets de rénovation et de bricolage pour personnaliser votre maison. Avant de commencer un projet de bricolage ou de rénovation, voici quelques conseils qui vous aideront à veiller à votre sécurité et à celle de votre famille.



Planification

- 1 Rassemblez le matériel et l'équipement de protection individuelle recommandés pour votre projet.
- 2 Vérifiez la présence d'amiante. Avant 1990, l'amiante était couramment utilisé pour l'ignifugation et l'isolation contre le froid et le bruit. On l'a trouvé dans les matériaux de construction comme l'isolant, les revêtements extérieurs, les carreaux de plancher ou de plafond, le ciment et le plâtre.
 - Vous pouvez communiquer avec un professionnel pour vérifier la présence d'amiante si vous prévoyez des rénovations ou des démolitions et si votre maison contient des matériaux de construction qui, selon vous, pourraient contenir de l'amiante. Si un professionnel trouve de l'amiante, faites-le enlever par un spécialiste qualifié du désamiantage avant de commencer les travaux.
 - Évitez de déplacer vous-même des matériaux contenant de l'amiante, car cela pourrait accroître le risque pour votre santé et celle de votre famille. L'inhalation de fibres d'amiante peut causer le cancer et d'autres maladies.
 - Il n'y a habituellement aucun risque important pour la santé si les matériaux contenant de l'amiante sont solidement liés dans des produits et en bon état, scellés derrière les murs et les planchers, isolés dans un grenier et laissés intacts.





Les maisons construites avant 1991 peuvent avoir de la peinture ou des couches de fond à base de plomb sous la peinture plus récente.

3 Détectez le niveau de radon. Le radon est un gaz radioactif qui provient de la décomposition de l'uranium dans le sol et la roche. Effectuez un test de radon à long terme pendant trois mois pour mesurer la concentration de radon dans votre maison. Les résultats vous aideront à déterminer si vous devez réduire la concentration de radon dans votre maison. Suivez les instructions du nécessaire de test pour placer le détecteur au niveau le plus bas dans votre maison (sous-sol ou rez-de-chaussée) où vous passez au moins quatre heures par jour. L'exposition au radon est la première cause de cancer du poumon chez les non-fumeurs.

- Si votre niveau de radon est élevé, il est préférable de le réduire avant ou pendant les rénovations. Visitez Canada.ca/le-radon pour plus d'information.

4 Vérifiez la présence de peinture au plomb. Les maisons construites avant 1991 peuvent avoir de la peinture ou des couches de fond à base de plomb sous la peinture plus récente. Faites tester la peinture de votre maison si vous pensez qu'elle peut contenir du plomb. Un inspecteur certifié peut mesurer les concentrations de plomb dans la peinture de votre maison, ou vous pouvez envoyer des échantillons de copeaux de peinture par la poste à un laboratoire d'analyse.

- S'il y a de la peinture à base de plomb dans votre maison, pensez à faire appel à un professionnel pour l'enlever. Peindre par-dessus peut être une option acceptable si on évite d'abîmer la peinture au plomb sous-jacente. Évitez de sabler, gratter ou brûler la peinture au plomb, car cela pourrait libérer de la poussière nocive.

- Le plomb peut avoir de nombreux effets nocifs sur la santé, en particulier sur le cerveau, le système nerveux, le système sanguin et les reins. L'exposition au plomb, même à de faibles concentrations, présente le plus grand risque pour les jeunes enfants parce que leur corps est encore en développement.

5 Repérez les moisissures. Inspectez votre maison pour repérer les signes visibles de moisissure ou les endroits où il y a trop d'humidité. Repérez les taches ou les décolorations sur les planchers, les murs, les carreaux de fenêtre, les tissus et les tapis. Vérifiez s'il y a une odeur « terreuse » de moisi.

- Si vous trouvez de petites quantités de moisissures, nettoyez-les avec de l'eau et du savon à vaisselle. Vous n'avez pas besoin d'utiliser un javellisant.
- Pensez à embaucher un professionnel pour nettoyer de grandes étendues de moisissure, ou si la moisissure revient constamment après le nettoyage.
- Assurez-vous de régler la cause sous-jacente (dommages causés par l'eau, trop d'humidité ou manque de ventilation) pour empêcher la moisissure de revenir.
- L'exposition à la moisissure peut entraîner des effets sur la santé, comme l'irritation des yeux, du nez et de la gorge, et aggraver les symptômes de l'asthme.



\$ Achat

- 1 **Envisagez l'achat des produits étiquetés « à faible émission » ou « à faible teneur en COV »**, qui peuvent donc dégager moins de composés organiques volatils (COV). Les matériaux de construction, comme la peinture, le vernis et la colle dégagent souvent une odeur assez prononcée qui provient des émissions contenant des COV. Les COV peuvent causer des problèmes respiratoires, des maux de tête et l'irritation des yeux, du nez et de la gorge.
- 2 Si vous achetez un produit en bois composite, tel qu'un meuble, une armoire, un comptoir ou un revêtement de sol, **choisissez des produits de bois composite qui respectent les limites d'émission établies de formaldéhyde**. Ces produits portent l'étiquette « TSCA Title VI compliant/conforme au titre VI de la TSCA ». Le formaldéhyde est un COV courant.

Travail

- 1 **Lisez l'étiquette** et suivez toutes les instructions relatives à la sécurité, à l'utilisation et à l'élimination lors de l'utilisation de produits chimiques ménagers.
 - Ne mélangez jamais les produits chimiques ménagers. Certains mélanges, comme l'eau de Javel et l'ammoniaque, peuvent produire des gaz nocifs.
 - Repérez et comprenez les symboles de danger figurant sur le devant des produits chimiques ménagers.
 - Si vous soupçonnez qu'une personne a subi les effets nocifs d'un produit chimique ménager, appelez immédiatement un centre antipoison ou votre fournisseur de soins de santé.
- 2 **Portez l'équipement de protection individuelle recommandé**, comme des vêtements de protection, des gants, des lunettes de sécurité et des masques, comme décrit sur vos produits chimiques ménagers.
- 3 **Scellez l'aire de travail** pour réduire le déplacement de la poussière et de fumées du projet vers d'autres parties de la maison.
- 4 **Ouvrez les fenêtres ou utilisez des ventilateurs d'extraction** pour bien ventiler votre maison pendant et après les rénovations et d'autres travaux. Prendre des pauses d'air frais au besoin.
- 5 Si possible, **tenez les enfants, les personnes enceintes et les adultes vulnérables** à l'écart de l'aire de travail.



Ouvrez les fenêtres ou utilisez des ventilateurs d'extraction pour bien ventiler votre maison pendant et après les rénovations et d'autres travaux.



Nettoyage, entreposage et élimination

- 1 Nettoyez soigneusement votre maison** après les projets et les rénovations pour éliminer et limiter la poussière et les autres particules. Nettoyez les planchers à revêtement dur et autres surfaces dures avec un chiffon ou une vadrouille humide pour enlever la poussière et la saleté. Si possible, utilisez un aspirateur muni d'un filtre à haute efficacité (HEPA) pour y piéger toutes les petites particules en plus de la poussière.
- 2** Si le travail était particulièrement poussiéreux, pensez à **changer le filtre** de votre système de chauffage.
- 3 Nettoyez les pinceaux**, les vêtements de travail et les chaussures immédiatement après le travail.
- 4 Rangez vos produits** dans leurs contenants d'origine bien fermés. Mettez-les sous clé et hors de la portée et de la vue des enfants et des animaux de compagnie.
 - Dans la mesure du possible, rangez les produits chimiques, les contenants de carburant et les appareils à essence dans un bâtiment non attenant à la maison (comme une remise) afin de vous protéger contre l'exposition aux composés organiques volatils (COV). Si vous vivez dans un appartement ou un appartement en copropriété, consultez votre propriétaire ou votre conseil d'administration à ce sujet.
- 5** Suivez les directives municipales sur la façon **d'éliminer les déchets ménagers dangereux**.
 - Ne brûlez jamais les produits chimiques ménagers ou leurs contenants.
 - Ne mettez pas les produits chimiques dans les éviers ni dans les toilettes. Une élimination appropriée aidera à prévenir la contamination de notre sol, de notre air et de notre eau.



**Pour plus d'informations sur
le maintien d'une maison saine,
veuillez visiter Canada.ca/maison-saine**

  @CANenSante



Si possible, utilisez un aspirateur muni d'un filtre à haute efficacité (HEPA) pour y piéger toutes les petites particules en plus de la poussière.