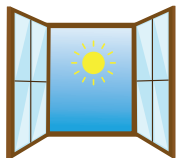


COMMENT BIEN AÉRER SON LOGEMENT ?

JE CHANGE MES HABITUDES

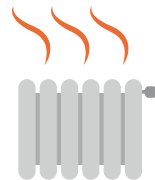
Dans la maison, nous produisons beaucoup de vapeur d'eau en respirant et en transpirant, mais aussi lorsque nous cuisinons, prenons une douche, faisons la vaisselle, etc.



J'aère en ouvrant en grand les fenêtres de chaque pièce du logement **10 à 15 minutes par jour même en hiver**. J'évite de fumer dans mon logement.



Je nettoie régulièrement les aérations de mon logement **et ne les obture pas**. Je sèche mon linge dans une pièce aérée et porte fermée. J'équipe mon sèche-linge d'un système approprié pour que la vapeur ne s'évacue pas dans le logement.



Je chauffe en continu mon logement (séjour à 19°C et chambres à 17°C). Quand je sors de chez moi, je diminue mon chauffage, **je ne le coupe pas**. Si je m'absente plusieurs jours, je le laisse à 10°C, mais je ne l'éteins pas ! Je ne dispose aucun meuble devant les radiateurs.

J'AI DES PROBLÈMES D'HUMIDITÉ DANS MON LOGEMENT SI ...

- 1 quand je prépare les repas, des gouttes d'eau coulent sur les murs de la cuisine.
- 2 les fenêtres sont souvent couvertes de buée.
- 3 les peintures s'écaillent, les papiers peints se décollent et des tâches de moisissure apparaissent aux angles des murs extérieurs et des plafonds, derrière les meubles, sur les rideaux ou les cadres.



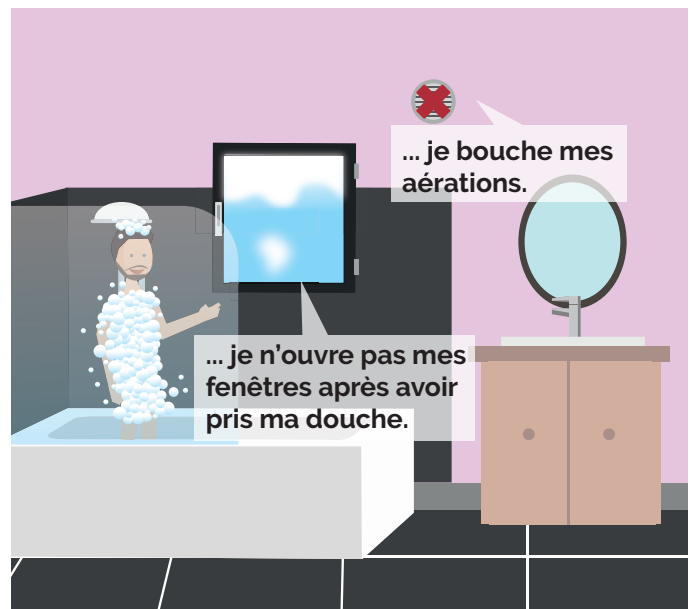
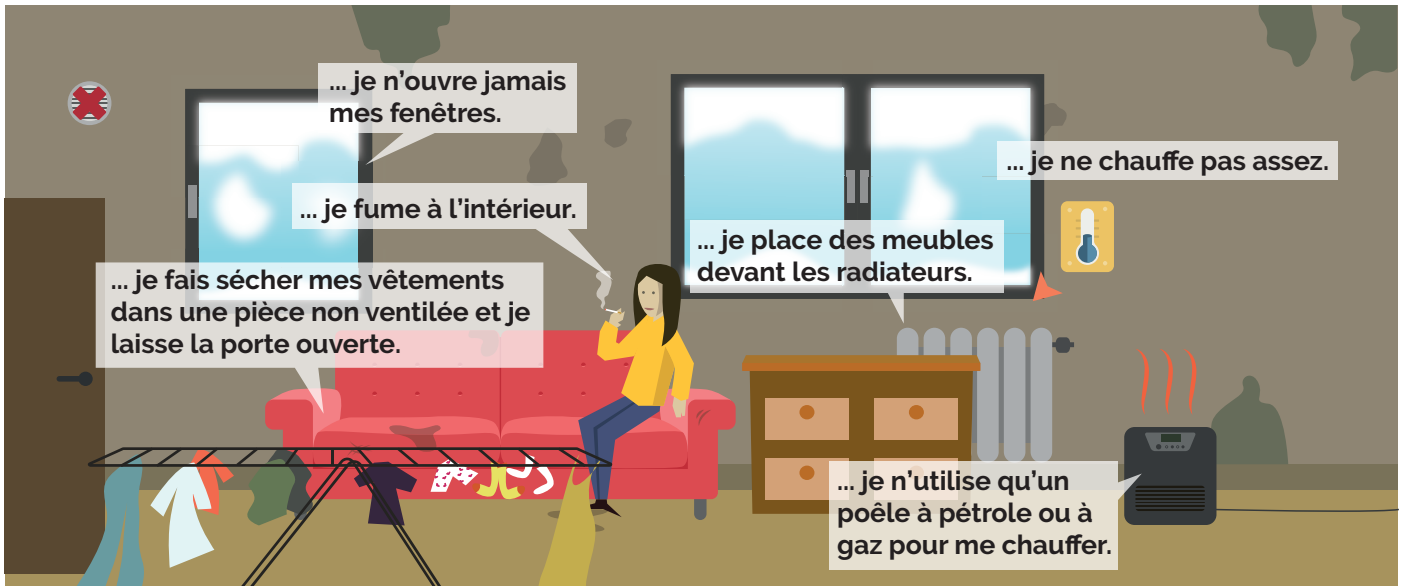
300 000 MORTS / AN TUÉS AU MONOXYDE DE CARBONE

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz incolore, inodore et mortel qui provient d'une mauvaise combustion du gaz, du pétrole ou du bois.

Nous déconseillons fortement d'utiliser un chauffage d'appoint au pétrole ou au gaz car les polluants sont rejetés directement dans le logement.

Offrez suffisamment d'oxygène à vos appareils de chauffage en assurant une bonne ventilation de votre logement. Ne bouchez pas les systèmes de ventilations de votre logement.

J'AI DES MAUVAISES HABITUDES SI ...



Lorsque je prépare les repas, il y a de la buée sur les fenêtres.

Et oui ! Dans la cuisine, comme dans la salle de bain, nous produisons beaucoup de vapeur d'eau. Pour que cette humidité n'envahisse pas toute la maison, il faut fermer la porte et aérer la pièce au moment de la préparation des repas et après une douche.



Dans les chambres, les vitres sont couvertes de buée le matin.

C'est normal ! En dormant, nous produisons de la vapeur d'eau par transpiration et respiration. Si nous n'aérons pas, cette humidité risque de se condenser derrière les meubles ou sur les vêtements. Il est bon d'ouvrir en grand les fenêtres le matin pendant 15 minutes en baissant le chauffage. Même en hiver, les murs n'ont pas le temps de se refroidir et l'air frais sera très vite réchauffé. Même lorsqu'il pleut, l'air froid extérieur est toujours plus sec que l'air chaud intérieur.



Toutes les pièces doivent être aérées en fonction de l'humidité que l'on y produit.

Aérons les pièces dans lesquelles nous produisons beaucoup de vapeur d'eau et dans lesquelles nous sommes nombreux. L'humidité provoque une ambiance étouffante et les murs humides entraînent une sensation de froid qui oblige à chauffer trop la maison et augmentent ainsi la consommation d'énergie.