

Tout sur la qualité de l'air

Sept moyens simples pour améliorer la qualité de l'air de votre maison

- 1. Vérifiez la cuisine, la salle de bain et le sous-sol** pour voir s'il y a des taux excessifs d'humidité pouvant causer de la moisissure et des odeurs. Si c'est le cas, demandez l'aide d'un professionnel pour régler ce problème.
- 2. Pensez à remplacer vos nettoyants commerciaux par des nettoyants naturels** tels que le vinaigre et le bicarbonate de soude, ou par des produits verts sans fragrance.
- 3. Faites inspecter tous les ans les principaux appareils de votre maison**, surtout votre appareil de chauffage, votre thermopompe et votre système de climatisation central.
- 4. Prêtez particulièrement attention à vos moquettes.** Les nouvelles moquettes peuvent constituer une source de formaldéhyde, tandis que les vieilles contiennent parfois de la moisissure, des odeurs et d'autres contaminants malsains tels que des acariens. Gardez toutes vos moquettes aussi propres et sèches que possible. On considère que les aspirateurs dotés d'un filtre HEPA (haute efficacité pour les particules de l'air) et les aspirateurs centraux sont les plus efficaces. Si vous shampooinez votre moquette, veuillez suivre très attentivement les directives, car vous pourriez vous exposer à de la poussière de savon. Si votre moquette a été endommagée par l'eau et qu'elle est moisie, vous devriez l'enlever.
- 5. Installez des détecteurs de monoxyde de carbone** partout dans la maison et ne faites jamais tourner le moteur de votre voiture dans le garage — surtout si ce dernier est attenant à la maison.
- 6. N'entreposez pas de pesticides, de vieux pots de peinture ni autres produits chimiques** dans votre sous-sol ou votre garage. Demandez à votre municipalité comment vous débarrasser de ces produits.
- 7. Passez au vert (littéralement) avec des filtres à air vivants** en faisant pousser des plantes dans votre maison, surtout des fougères de Boston, des plantes-araignées, des caoutchoucs (*Ficus elastica*) et des palmiers.