

Garantir un environnement sain est essentiel à court et à long termes pour la santé et le bien-être des enfants. Au sein des milieux de vie, les polluants peuvent se concentrer et peuvent être responsables de l'apparition de divers symptômes tels que maux de tête, difficultés de concentration, troubles du sommeil, irritabilité, troubles digestifs (nausées, vomissements...), difficultés respiratoires, fatigue... Les relations entre l'environnement et la santé interpellent de plus en plus en raison de l'augmentation importante de certaines maladies telles que les manifestations allergiques comme l'asthme, dont la fréquence a doublé en 10 ans, et les cancers de l'enfant (leucémies, tumeurs cérébrales), dont l'incidence augmente de 2% chaque année.

Au sujet de la qualité de l'air intérieur, l'ONE a créé un outil de référence intitulé : *L'Air de rien, changeons d'air ! (2013)*.

Il s'adresse à toutes les structures d'accueil collectif des enfants de 30 mois à 18 ans, soucieuses d'améliorer la qualité de l'air intérieur des infrastructures.

L'outil se décline en une brochure et une affiche, toutes deux téléchargeables sur le site de l'ONE (www.one.be/ Professionnels/Publications professionnelles/Accueil de l'enfant/Environnement) ou le site www.centres-de-vacances.be (Rubrique Organisateur/Outils Informations/Environnement). Ces documents sont également disponibles sur demande en version papier (s'adresser à la direction Accueil Temps Libre de l'ONE, 02 542 12 59).

L'affiche, visible à la page 38 développe 5 thématiques prioritaires en termes de pollutions intérieures.

A noter : sur le site de l'ONE, vous trouverez de nombreux autres outils réalisés pour les parents et les professionnels dans le but de leur donner des pistes d'actions pour améliorer la qualité de l'air intérieur, notamment :

- Changeons d'air ! De l'air nouveau à la maison
- QUIZZ : L'air intérieur en 10 questions
- Renouvelons l'air : Mode d'emploi
- Disponibles sur www.one.be (Rubrique Publications Parents)

1 BÉNÉFICIER D'UNE BONNE QUALITÉ D'AIR INTÉRIEUR

ADAPTER LA TEMPÉRATURE (T°) ET LE TAUX D'HUMIDITÉ (HR)¹

De manière générale, la température idéale à l'intérieur des bâtiments se situe entre 18 et 22°C dans les pièces de vie. L'humidité relative devrait se situer idéalement entre 40 et 60%. En dessous de 40%, il fait trop sec pour les voies respiratoires (conséquences de type 'nez bouché', 'gorge sèche', 'toux'). Au-delà de 70%, le risque de développement de moisissures et d'acariens augmente. De plus, la moiteur de l'air ambiant entraîne une sensation de froid obligeant à surchauffer les locaux.

Pour agir de manière efficace et objectiver température et taux d'humidité, il est conseillé d'utiliser un **thermo-hygromètre**.

Si le taux d'humidité n'est pas adéquat, le **premier geste consistera à ouvrir les fenêtres**. Par l'aération des pièces, le taux d'humidité s'équilibrera.

Tableau récapitulatif

Mesure de la température (T°) et du taux d'humidité relative (HR)

- = 2 facteurs de confort /paramètres d'ambiance
- = 2 indicateurs d'un intérieur sain
- = 2 indicateurs à surveiller (moisissures)

Ces paramètres devraient idéalement se trouver entre :
T° 18°-22° / HR 40-60%

Il est préférable de se doter d'un thermo-hygromètre² mécanique ou électrique pour objectiver les différents paramètres.

Une HR inférieure à 40% peut provoquer le dessèchement et/ou une irritation de la peau, des muqueuses et des voies respiratoires. Les particules les plus légères flottent dans l'air, elles peuvent irriter³.

Solution : en cas d'irritation, prendre les poussières et aérer.

Une HR supérieure à 70% provoque de la condensation. Cela favorise le développement de moisissures et d'acariens.

Solutions :

- renouveler régulièrement l'air des locaux en ouvrant les fenêtres vers l'extérieur du bâtiment ;
- intensifier le renouvellement d'air en cas d'activités émettrices de vapeur d'eau (douches, eau qui bout, activités sportives, linge qui sèche...).

1- Pour évoquer le taux d'humidité on parlera « d'humidité relative » ou « HR »..

2- Le thermo-hygromètre permet de mesurer le taux d'humidité et la température ambiante, il peut s'acheter en magasin de bricolage, en quincaillerie, etc.

3- Dans certains locaux, comme des bureaux, le taux d'humidité est régulièrement inférieur à 40 %. Il n'en résulte pas automatiquement un inconfort ou des problèmes d'irritation des muqueuses.

RENOUVELER L'AIR

Renouveler l'air est une pratique indispensable pour assurer un environnement intérieur sain. Cela se fait en aérant la pièce, c'est-à-dire en faisant entrer l'air du dehors. Chaque local doit disposer idéalement d'une fenêtre ouvrante ou d'un système de ventilation :

- pour amener à l'intérieur l'oxygène nécessaire à la respiration des êtres humains et renouveler l'air chargé en CO₂ ;
- pour évacuer les mauvaises odeurs ;
- pour évacuer la plupart des polluants intérieurs.⁴

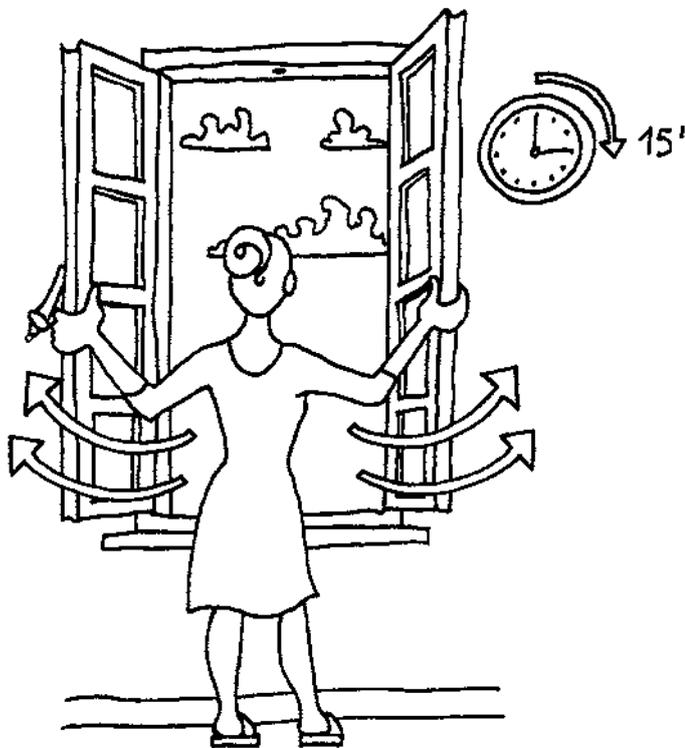
En général, **les locaux doivent être aérés au minimum 2x15 minutes par jour, en ouvrant largement les fenêtres** et/ou les portes, afin de bien faire circuler l'air. Il est important de respecter ce temps-là, principalement en hiver. Au-delà de 15 minutes, les murs se refroidissent. Le chauffage de la pièce concernée nécessitera alors plus d'énergie. Le risque de condensation sur les murs refroidis augmentera.

Trois minutes suffisent si l'on peut créer un courant d'air efficace. Dans les chambres et les dortoirs, la fenêtre sera ouverte 15 minutes avant chaque période de repos et après celle-ci.

Dans la cuisine, lors de la préparation des repas, une hotte à évacuation permet d'évacuer l'humidité et les gaz de cuisson.

On peut parfois observer des développements de moisissures sur certains murs et plafonds. Dans un certain nombre de cas, ces développements résultent d'un phénomène de condensation qui est lui-même la conséquence d'une ventilation inadéquate.

Si une pollution chimique devait avoir lieu (émission de composés organiques volatils, formaldéhyde, monoxyde de carbone...), l'aération systématique et adéquate en réduirait considérablement les effets néfastes.



PROSCRIRE LES DÉSODORISANTS ET DIFFUSEURS DE PARFUM

Les parfums et désodorisants (sprays, bâtons d'encens...) sont également très irritants et peuvent provoquer des maux de tête voire des migraines ainsi que des allergies (ORL, respiratoires et cutanées). Leur emploi est proscrit dans les lieux de vie des enfants. N'oublions pas que le renouvellement d'air est le meilleur remède contre les odeurs désagréables.

L'utilisation des diffuseurs d'huiles essentielles n'est pas recommandée dans les structures collectives.

NETTOYER SAIN ET MALIN

Dans les structures collectives, le nettoyage est nécessaire pour assurer salubrité et hygiène. Cependant, il convient d'être attentif au choix de produits d'entretien car ils peuvent être une source de pollutions intérieures notamment en dégageant des substances chimiques qui se retrouvent dans l'air que nous respirons.

Il est conseillé de choisir des produits respectueux de la santé et de l'environnement en :

- privilégiant un seul nettoyant multi-usage non parfumé,
- respectant le dosage et le mode d'emploi,
- utilisant une lavette microfibre sèche ou humide pour ôter les poussières.

La poussière qui s'accumule est un conglomérat de polluants tant biologiques (acariens) que chimiques (Composés Organiques Volatils – COV⁵). C'est donc un des éléments les plus intéressants à éliminer.

Les labels visibles sur certains produits sont des références utiles pour les consommateurs qui souhaitent utiliser des produits respectueux de l'environnement, de la santé et des conditions sociales de fabrication. La brochure « Les labels sous la loupe » reprend les labels officiels et reconnus en les explicitant. ([www.ecoconso.be/Rubrique Etiquetage](http://www.ecoconso.be/Rubrique_Etiquetage))

À noter : Si vous utilisez un aspirateur, il devrait être idéalement doté d'un filtre HEPA – haute efficacité pour les particules aériennes – qui contribue à ne pas disperser la poussière.

4- Les polluants intérieurs peuvent être introduits lors d'activités de bricolage ou manuelles ou lors du nettoyage des espaces. Voir à ce propos les pages 30 à 42 de la brochure « L'air de rien, changeons d'air ! », citée précédemment.

5- Les Composés Organiques Volatils (COV) sont une famille de substances chimiques d'origine naturelle ou de synthèse. Il existe plus de 300 COV. Certains sont plus irritants, agressifs ou nocifs que d'autres. Ils sont toujours composés de carbone et d'autres éléments tels que l'hydrogène, l'oxygène, le soufre. Ils peuvent aisément se retrouver sous forme gazeuse dans l'atmosphère et ont comme caractéristique de s'évaporer à la température ambiante, ce qui leur donne la possibilité de se propager dans toutes les pièces du bâtiment.

LE TABAGISME

Il est interdit de fumer à l'intérieur dans les lieux publics et collectifs. Les fenêtres ouvertes ne permettent pas d'éliminer tous les produits toxiques contenus dans la fumée de tabac. Ces produits restent présents dans l'air durant de nombreuses heures (48 heures pour une cigarette fumée). Si vous fumez à l'extérieur, ne le faites **jamais en présence des enfants, ni à proximité du bâtiment** ; la fumée peut pénétrer par une fenêtre entrouverte ou une porte non étanche.

L'AMÉNAGEMENT OU LA RÉNOVATION DES LOCAUX

Les décisions concernant l'aménagement et la rénovation des locaux sont le plus souvent prises par les pouvoirs organisateurs ou directions. Une partie importante des recommandations qui suivent leur sont donc adressées.

Cependant, les enseignants, animateurs et autres professionnels ou volontaires en charge des enfants peuvent être attentifs à certaines précautions à prendre et sensibiliser leurs responsables à opter pour des solutions favorables à un environnement de qualité et donc à la santé des enfants dont ils ont la responsabilité. Les recommandations qui suivent leur sont donc également utiles.

L'aménagement ou la rénovation des locaux doit se faire en tenant compte du risque d'introduire, au cours des travaux, des polluants. Les composés organiques volatils (COV) émis par les matériaux de construction peuvent persister durant des mois, voire des années. C'est au début que les nouveaux objets dégagent le plus de COV.

Principes généraux :

- Veiller à ce que les enfants ne soient pas présents lors des travaux.
- Vider idéalement la pièce durant les travaux de rénovation : certains polluants peuvent s'accumuler (dans les textiles par exemple).
- Prendre connaissance des précautions d'usage (notées sur l'emballage ou la fiche technique du produit) : notamment le temps de séchage, l'aération nécessaire, les dosages, la nécessité de porter des vêtements de protection, des gants et/ou un masque, le temps conseillé avant la réoccupation des lieux.
- Toujours ranger les produits dans leur emballage d'origine hors de portée des enfants.
- Ne pas conserver inutilement des fins de pots de peinture, de colle... Pour les éliminer, une filière spécialisée est à respecter : parcs à conteneurs pour les entités communales wallonnes et Bruxelles-propre (www.arp-gan.be) pour la Région bruxelloise.

Points d'attention :

- **Lors de l'achat d'une peinture**, vérifier le taux d'émission de COV (Composés Organiques Volatils) et choisir une peinture à faible émission.

Une directive européenne, en application depuis le 1er janvier 2010, fixe des limites pour les émissions de COV des peintures et vernis. Pour une peinture murale, la limite est de 30g/l. Pour les peintures écologiques, les émissions se situent en

général en dessous de 10g/l. Une peinture à l'argile en produira entre 0,03 et 0g/l. Attention, une laque pour métal peut émettre encore jusqu'à 300g/l de COV.

- Ne pas utiliser ou récupérer de vieux pots de peinture qui pourraient encore contenir du plomb, ou qui sont destinées à d'autres usages (peintures pour bateaux...).
- Éviter les couleurs vives. Même si des pigments alternatifs existent, les pigments utilisés habituellement dans l'élaboration des couleurs vives contiennent des métaux lourds (nocifs pour la santé).
- Demander la fiche technique, plus exhaustive.
- Voir « les étiquettes sans prise de tête » Eco-conso :
- www.ecoconso.be/fr/Et-pourquoi-pas-les-peintures

Pour le choix du revêtement de sol, il est conseillé de privilégier un sol lisse et facilement lavable : par exemple linoléum, parquet vitrifié ou verni, carrelage.

L'ameublement : Il est préférable d'opter pour du bois massif, ou éventuellement des meubles en métal. Si ce n'est pas possible, choisir du bois aggloméré à faible taux d'émission de formaldéhyde.

Clouer et visser sont des alternatives intéressantes à l'usage de colle.

L'achat de mobilier de seconde main en bon état et sans moisissures peut également être une alternative intéressante. Les COV, s'il y en a, seront en grande partie éliminés.

Lors du choix du matériel pour les activités (jeux, mobilier...) :

Principes généraux :

- aérer la nouvelle acquisition dans une pièce bien ventilée non fréquentée par les enfants (au moins jusqu'à ce que l'odeur de neuf, de plastique ait disparu),
- lire les recommandations du fabricant,
- jeter au plus vite les emballages plastiques,
- prendre connaissance des instructions de sécurité et d'entretien.

Il est prudent de vérifier les composants au moment de l'achat de ces articles.

Pour les textiles (tentures, coussins...) : choisir des textiles lavables à 60° (pour éliminer les acariens, laver au minimum 4 à 6 fois par an).

Le **choix du matériel pour les activités manuelles** (marqueurs, gouaches, colles) peut également avoir un impact sur l'environnement et la santé des enfants et des encadrants. Un tableau détaillé permettant de s'orienter lors des achats est disponible dans la brochure « L'air de rien, changeons d'air » à destination des structures collectives de 3 à 18 ans (pages 36-39).

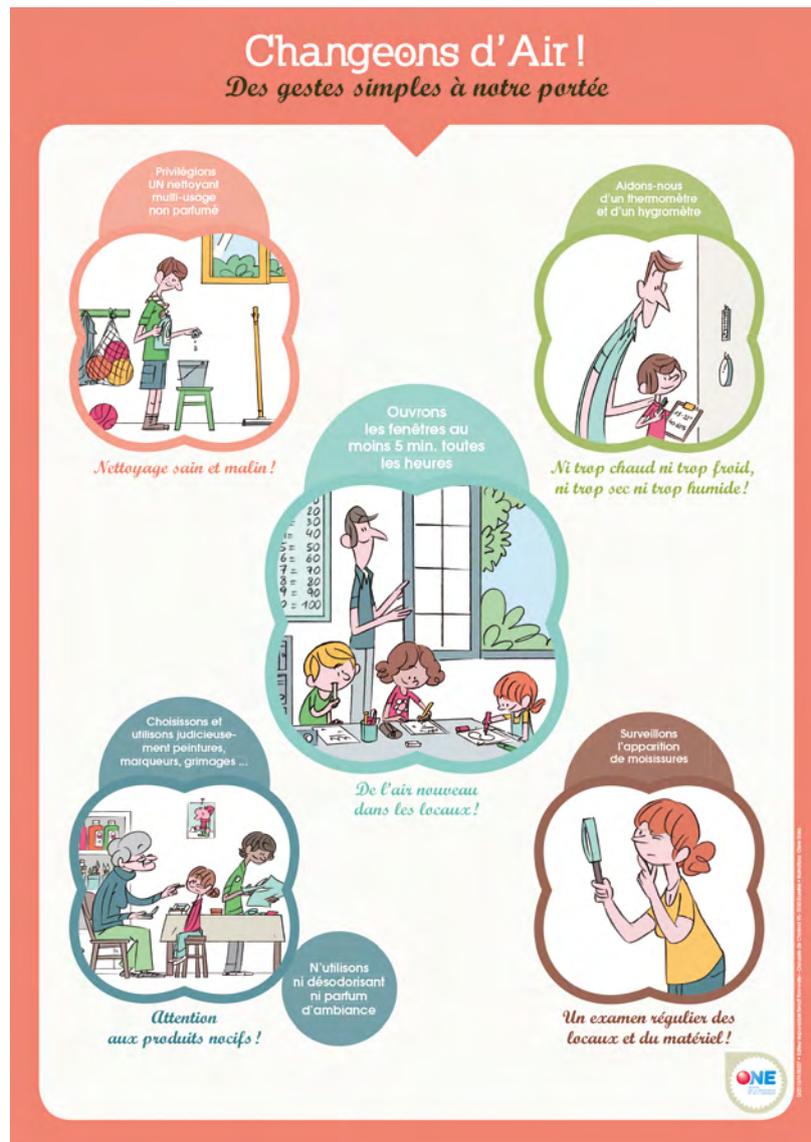
Quelques conseils généraux pour proposer **des jouets** variés ayant un impact minimal sur la santé :

- acheter moins de jouets, privilégier la qualité ;
- éviter les jouets parfumés ;
- ne pas se fier à la mention CE car elle n'est pas contrôlée par un organisme indépendant ;

- débarrasser les jouets neufs de leur emballage et les laisser aérer à l'air libre pour évacuer les composés organiques volatils avant de les donner aux enfants ;
- acheter des jouets d'occasion. La majeure partie des substances nocives volatiles aura eu le temps de se dégager.

Attention cependant pour cette solution : le jouet doit être en parfait état.

- Bien choisir les produits de grimage (voir à ce propos les pages 42 à 44 de la brochure « L'air de rien, changeons d'air ! », citée plus haut).



LES ACARIENS ET LES MOISSURES

Les acariens sont des animaux minuscules (0,2 à 0,5 mm). Ils se développent dans une ambiance chaude et humide et se nourrissent de peaux mortes, ongles, cheveux, moisissures...

Les acariens de poussières se retrouvent dans les textiles (matelas, peluches, tapis...). Les acariens de stockage se retrouvent plutôt au niveau des aliments, des murs humides, des moisissures...

Ils peuvent être allergisants et provoquer :

- des démangeaisons,
- des rhinites,
- de l'asthme.

Les moisissures sont des champignons microscopiques qui se développent sur les matières organiques. Les moisissures provoquent des spores. Ces spores forment des taches colorées (visibles à l'œil nu). Certaines spores se retrouvent dans l'air. Inhalées, ces spores sont responsables d'allergies respiratoires chez les personnes sensibilisées.

Il est souhaitable d'éviter l'exposition à des taux élevés d'allergènes tels que les acariens et les moisissures. Les manifestations allergiques chez les enfants prédisposés peuvent ainsi être évitées ou retardées.

Les actions à entreprendre préventivement et en cas d'allergies se trouvent à la page 17 de la brochure « L'air de rien, changeons d'air » à destination des structures collectives de 3 à 18 ans.

Voir aussi le chapitre 7 consacré aux allergies.

Points d'attention à propos des acariens et des moisissures :

Les matelas et les couvertures devraient être en matière synthétique. Il faut éviter la laine et les plumes de même que la literie imprégnée de produits anti-acariens (voir étiquetage). Dans le cas d'une ancienne literie, l'usage de ces produits en spray est à bannir car ils sont potentiellement toxiques et inefficaces puisqu'ils n'enlèvent pas les excréments allergisants. De manière générale, la literie devra être propre, en bon état et remplacée régulièrement. Les lits de camp et les matelas pneumatiques posent moins de problèmes à ce niveau.

Un air intérieur chargé de trop d'humidité peut amener le phénomène de condensation. Le ruissellement d'eau provoquera le développement de moisissures principalement aux endroits plus froids.

Il est recommandé de favoriser un séchage rapide du linge et des surfaces humides. Pour empêcher les moisissures de s'installer derrière les meubles et les objets, il faut éviter d'adosser ceux-ci contre les murs froids et aérer régulièrement les armoires.

Pour rappel, idéalement le taux d'humidité dans l'air doit se situer entre 40 et 60% (à objectiver à l'aide d'un thermo-hygromètre). Si le taux d'humidité est trop élevé, il convient d'aérer correctement les locaux afin de prévenir l'apparition des moisissures (voir le tableau récapitulatif p.35)

Pour éliminer les moisissures :

- Si leur développement n'est pas trop étendu (inférieur à 1m²), vous pouvez nettoyer les surfaces contaminées d'abord de façon approfondie à l'aide d'une éponge humide (jamais à sec⁶) avec un détergent multi-usages ou du vinaigre pur. Le nettoyage doit être effectué avec une éponge synthétique jusqu'à disparition complète des moisissures et il sera suivi d'un rinçage à l'eau claire. Pensez à porter masque et gants et à aérer le local pendant le nettoyage. Recommencez l'opération si les moisissures réapparaissent et vérifiez l'efficacité des travaux effectués.
- Ensuite, il est préférable de procéder à une opération appelée l'encapsulation. Il s'agit de repeindre la surface séchée afin de couvrir les traces éventuellement restantes de moisissures.
- Si la surface colonisée se révèle supérieure à 1m², vous devez faire venir une entreprise spécialisée dans ce domaine.

Ce traitement devra être réalisé en l'absence des enfants car pendant le nettoyage les spores de moisissures risquent d'être en concentration importante dans l'air intérieur.

Focus

Qu'en est-il si les locaux sont occupés de manière temporaire par une collectivité ?

On prendra l'exemple d'un mouvement de jeunesse qui loue un bâtiment pour organiser le camp d'été. Un premier conseil à donner lors des visites et du choix du lieu d'activités est d'observer si les murs présentent des moisissures. Si c'est le cas, cette observation démontre un manque de salubrité des locaux. Dans cette situation, il sera opportun d'envisager avec le propriétaire le nettoyage des surfaces concernées ou... de choisir un autre endroit pour le camp.

→ Voir les recommandations concernant l'infrastructure p.22.

→ Site web d'Espace environnement www.sante-habitat.be

LES PESTICIDES

Les pesticides sont des produits chimiques vendus sous différents conditionnements (solution, poudre, diffuseurs, shampooing anti-poux, colliers pour animaux domestiques...) destinés à lutter contre les organismes vivants indésirables (insecticides, anti-acariens, fongicides, herbicides...). Ils nous contaminent par voie cutanée, respiratoire mais aussi alimentaire. Ils peuvent être présents dans les locaux de manière plus insidieuse comme les produits anti-acariens qui imprègnent matelas et housses, les produits d'entretien du bois qui contiennent des fongicides...

Il est tout à fait déconseillé d'employer des pesticides en présence d'enfants ou de femmes enceintes ou allaitantes, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur de la structure. Leur emploi dans les lieux où les enfants vivent, doit également être banni car ces **produits volatils** se répandent facilement et persistent au sein de la collectivité. Les enfants et les adolescents sont plus sensibles aux effets secondaires de ces substances.

L'exposition chronique à ces produits peut provoquer des symptômes généraux tels que maux de tête, nausées, fatigue mais aussi de l'irritation (muqueuses oculaires et respiratoires). Ils peuvent être à l'origine de réactions allergiques ainsi que de perturbations du système hormonal (baisse de la fertilité, puberté précoce) et/ou du système immunitaire voire même de cancers.

Il existe des méthodes alternatives pour prévenir et lutter contre les organismes vivants indésirables. Elles doivent être utilisées en priorité : moustiquaire, peigne fin et vinaigre contre les poux ; bois de cèdre ou orange piquée de clous de girofle contre les mites ; ventilation régulière, systèmes hermétiques pour les déchets ménagers et les langes...

Le recours aux pesticides devient dès lors tout à fait exceptionnel en cas d'échec des autres méthodes. Dans ces situations, il est préférable d'utiliser des vaporisateurs plutôt que des sprays, des solutions aqueuses plutôt que des solvants volatils. Il est indispensable de respecter les précautions d'usage : suivre les directives du fabricant (doses préconisées), couvrir les aliments, le matériel de cuisine, les jouets, aérer un maximum après utilisation, ne pas occuper les lieux trop rapidement, se laver les mains après utilisation et stocker les produits hors

6- Utiliser un torchon sec disperserait les spores des moisissures.

de portée des enfants, sous clé, dans leur emballage d'origine.

Pour en savoir plus :

- Consulter le site du SPF Santé publique : www.health.belgium.be
- Biocides et pesticides : pas sans risques !, SPF Santé publique, Sécurité de la chaîne alimentaire et Environnement, Bruxelles 2007. Téléchargeable sur le portail : www.belgium.be (Rubrique Publications-Environnement)

LES AUTRES SUBSTANCES CHIMIQUES DANGEREUSES

Il s'agit essentiellement des produits d'entretien (détachants, dégraissants, cires...), de bricolage (colles, peintures...) et les désinfectants (dont l'eau de Javel⁷) : ils libèrent des Composés Organiques Volatils qui peuvent provoquer des irritations et accentuer des manifestations allergiques, mais surtout certains (comme le benzène et le formaldéhyde) sont considérés comme cancérigènes.

Lors de leur emploi, toujours en l'absence des enfants, il est important de prendre le temps de lire la notice d'utilisation d'appliquer les protections recommandées (gants, masque...) et de respecter les dosages. Un temps suffisant d'aération est souvent requis avant de réoccuper les locaux.

Ces produits doivent être rangés dans leur emballage d'origine, dans un local fermé, inaccessible aux enfants.

LE MONOXYDE DE CARBONE (CO)

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz très dangereux. Il ne sent pas, ne se voit pas, ne se goûte pas. Il peut être mortel.

Le monoxyde de carbone est émis suite à la combustion incomplète de tout combustible carboné par une unité de production d'eau chaude (chauffe-eau) ou par un chauffage (chaudière, poêle, chauffage d'appoint, four au gaz). L'obstruction de l'arrivée d'air de la chaufferie empêche une combustion complète

UNE MAUVAISE COMBUSTION PEUT ENTRAÎNER UNE INTOXICATION AU CO. LA COULEUR DE LA FLAMME PERMET DE NOUS REPÉRER

Appareil de combustion au gaz :



Flamme jaune orange

=

DANGER



Flamme bleue

=

SÉCURITÉ

du carburant et favorise donc la libération de CO. Il en va de même pour les foyers et les fours de cuisinières au gaz dont la combustion est mal réglée. Les causes les plus fréquentes d'intoxication au CO sont le chauffe-eau défectueux dans la salle de bains, le poêle à bois et les systèmes de chauffage d'appoint à combustion.

Les signes cliniques d'intoxication sont identiques chez l'enfant et l'adulte : maux de tête, vertiges, fatigue, nausées, vomissements, voire perte de connaissance, coma.

Le CO est plus léger que l'air et diffuse rapidement en hauteur ; une contamination à distance est donc possible (intoxication à l'étage alors que la chaudière défectueuse se trouve dans la cave). La gravité de l'intoxication dépend du temps d'exposition et de la quantité de gaz inhalé.

Suspicion d'intoxication au CO

112

Aide en cas d'urgence : 112

Ce numéro peut être formé gratuitement à partir de tout GSM, partout en Europe.

Que faire en cas de suspicion d'intoxication au CO :

1. évacuer immédiatement la zone suspecte,
2. fermer les portes sur son passage,
3. appeler les secours 112.

Une intoxication au CO peut aussi survenir par exemple en hiver, dans un local collectif chauffé. La présence de CO provoque chez les personnes exposées chroniquement à de faibles quantités de CO, des symptômes assez vagues : maux de tête, lourdeurs d'estomac, palpitations, faiblesses musculaires, difficultés de concentration, modifications de l'humeur.

→ Info /conseil : www.centreatipoisons.be ou 070 245 245.

7- L'eau de Javel ne nettoie pas et ne détartre pas ; elle désinfecte et blanchit. Elle ne peut être utilisée que dans certaines circonstances (voir brochure « L'air de rien, changeons d'air » pages 28-29).

Comme conseils de prévention, il convient de mentionner non seulement le fait de vérifier que le service incendie ait déclaré les installations conformes, qu'il y ait eu un contrôle récent (endéans l'année) mais aussi de contrôler régulièrement la perméabilité des grilles d'aération basse (ventilation d'air frais) et haute (évacuation d'un éventuel gaz toxique) de la chaufferie. Les chauffages d'appoint inadéquats sont à proscrire (brasero, appareils d'appoint fonctionnant 24 heures sur 24, chauffage à pétrole lampant...) surtout quand la ventilation est insuffisante.

LE PLOMB

Actuellement, dans notre pays, l'intoxication au plomb chez l'enfant (< 6 ans) est le plus souvent consécutive à l'inhalation et l'ingestion de poussières chargées de plomb (écaillés de vieilles peintures, poussières libérées lors de travaux de rénovation ou par l'humidité, proximité de certaines industries) ou l'absorption d'eau chargée en plomb (anciennes tuyauteries).

Les sources de plomb doivent être recherchées surtout dans les bâtiments construits avant les années 50 et non encore rénovés. Des travaux de rénovation doivent être réalisés lorsque les peintures sont écaillées et/ou s'il y a des tuyauteries en plomb.

Pour éviter une contamination par le plomb, il convient de :

- s'assurer que les enfants n'aient pas accès à des peintures écaillées (particulièrement au niveau des fenêtres et des radiateurs) ;
- faire écouler l'eau du robinet quelques instants avant consommation (remplir un seau d'eau le matin avant d'utiliser l'eau comme boisson) ;
- employer expressément pour servir les repas, de la vaisselle prévue pour un usage alimentaire (pas de vaisselle à usage décoratif).

Attention si une peinture au plomb s'écaille, il est nécessaire d'interpeller le responsable des lieux qui devra faire retirer les peintures et repeindre les surfaces.

LA POLLUTION DE L'EAU

L'eau peut être contaminée par des micro-organismes. C'est pourquoi il faut s'assurer que l'eau employée pour la cuisine et comme boisson soit de l'eau potable (attention aux robinets extérieurs, puits, sources, etc.). **En Belgique, l'eau courante est de très bonne qualité et peu chère. Sa consommation est à privilégier.**

Que l'eau soit en bouteille ou en carafe, elle devra être consommée rapidement ou placée au réfrigérateur pendant maximum 24 heures.

En l'absence de réfrigérateur, l'eau doit être conservée dans un endroit frais ou, si possible, en immergeant le récipient hermétiquement fermé dans un cours d'eau. Tout récipient destiné à conserver de l'eau doit être soigneusement nettoyé et rincé, si nécessaire avec de l'eau bouillante (jerricans, bidons...). Le cas échéant, avant leur réemploi, les récipients d'aspect douteux peuvent être stérilisés, après un nettoyage correct, avec un procédé de stérilisation à froid (comprimés vendus en pharmacie) mais ils doivent être soigneusement rincés.

Les procédés de filtration de l'eau ne constituent pas une garantie car, mal utilisés, ils peuvent également être contaminés (développement de bactéries).

L'eau en bouteille n'est pas stérile : il est également conseillé de la conserver au réfrigérateur (ou du moins au frais) et de la

consommer dans les 24 heures après ouverture.

À noter : il est conseillé de mettre de l'eau à disposition permanente des enfants mais l'eau doit être renouvelée régulièrement et disposée dans un endroit frais.

Concernant les baignades, l'eau courante plutôt que l'eau stagnante est à privilégier. En été, certains lacs et cours d'eau peuvent cependant être contaminés, entre autres par des salmonelles et des entérobactéries. Ces microbes provoquent des gastroentérites.

Pour connaître la qualité des eaux de baignade de votre région : la page « Etat bactériologique des zones de baignade en Région wallonne », sur le site: aquabact.environnement.wallonie.be/login.do

LES POLLUANTS ET LES SUBSTANCES TOXIQUES DE L'ESPACE EXTÉRIEUR

Il est indispensable d'être attentif aux sources de polluants de l'espace extérieur : **zones de trafic intense ou industrielles**. Les lieux à privilégier sont ceux les plus distants et/ou à l'abri de vents dominants qui porteraient ces polluants.

Si les activités sont organisées près d'un **site nucléaire** ou une **entreprise Seveso**, voir chapitre 1, page 26

Le cas échéant, l'Administration Communale peut fournir ces renseignements.

Certaines plantes, fruits ou baies peuvent être toxiques en cas d'ingestion (if, cytise, arum, belladone...) mais parfois même par contact (lierre grim pant, troène, thuya, Berce du Caucase...).

La liste des plantes toxiques et une explication sur leur dangerosité sont consultables auprès du Centre Antipoisons : 070 245 245 ou www.centreatipoisons.be

Si l'activité comprend le ramassage de fruits : certains fruits comestibles (framboises, mûres...) ramassés au sol ou à faible hauteur peuvent être contaminés par les matières fécales d'animaux malades (renards, chiens...). De manière générale, il est conseillé de cueillir les fruits au-dessus d'un mètre.



De manière générale, recommandez aux enfants de ne pas ingérer de fruits ni de champignons au cours des promenades et activités extérieures.

Il est, par contre, interdit de toucher et de cueillir des champignons avec les enfants, sauf dans le cas où l'activité est encadrée par un spécialiste, qui possède, le cas échéant, les autorisations requises.

Une attention particulière doit être portée aux bacs à sable qui peuvent devenir une source d'infections, surtout parasitaires (larves présentes dans les excréments de chats ou de chiens, certaines variétés de champignons...). Par ailleurs, les particules fines peuvent être des irritants oculaires et, si elles sont inhalées, des irritants respiratoires.

Quelques conseils :

- aérer très régulièrement le sable avec un râteau et enlever les éventuels corps étrangers et le retourner si possible une fois par trimestre ;
- les enfants qui ont joué dans le sable doivent se laver les mains ;

- s'il y a eu contamination par de l'urine, des selles, des vomissements ou des excréments d'animaux, enlever les souillures. Il est possible d'effectuer des analyses en laboratoire si des problèmes infectieux semblent liés à la fréquentation du bac à sable.

À consulter : la brochure « Sécurité des aires de jeux » (p. 116), téléchargeable sur le site du SPF Economie (economie.fgov.be)

L'ÉVACUATION DES DÉCHETS

Les déchets attirent les nuisibles (rongeurs, fourmis, guêpes...). Dès lors, ils seront triés et stockés hors des lieux de vie, dans des poubelles hermétiques garnies de sacs-poubelles résistants. Ces poubelles seront vidées et nettoyées régulièrement.

N'oubliez pas de vous renseigner auprès du propriétaire ou de la commune sur les modalités d'évacuation des sacs-poubelles.

3 LES RAYONNEMENTS ÉLECTRO-MAGNÉTIQUES

Des questions se posent aujourd'hui sur les effets des ondes électromagnétiques de radiofréquence (GSM, Wi-Fi...) sur la santé des enfants. Les principales études réalisées concernent les effets de l'exposition aux ondes de la téléphonie mobile sur la santé chez les adultes, et ne permettent pas d'apporter une réponse univoque (il existe de nombreux résultats contradictoires et des biais dans les études) mais ont abouti au classement des ondes électromagnétiques en catégorie 2B, c'est à dire « peut-être cancérigènes ».

Des études sont en cours chez les enfants, mais il faut prendre en compte certaines spécificités : l'absorption des ondes est plus élevée chez les enfants que chez les adultes en raison de caractéristiques anatomiques, leur tissu cérébral est en développement, et l'exposition des enfants d'aujourd'hui sera plus longue que celle des adultes nés avant l'ère du sans-fil. Au final, il s'agit donc d'une question de gestion de l'incertitude scientifique, et à ce titre, il y a une certaine logique à ne pas utiliser un outil quand ce n'est pas nécessaire. Il est important de noter aussi le fait que l'intensité des champs électromagnétiques produits par l'usage de la téléphonie mobile est nettement supérieure à l'intensité des champs électromagnétiques générés par les bornes Wi-Fi. Il est donc recommandé de ne pas porter de GSM aux oreilles des petits enfants, et pour les plus grands, de privilégier l'oreillette ou l'envoi de SMS.

Certaines personnes se présentent comme « hypersensibles aux ondes ». Toutefois, les études n'ont pas permis à l'heure actuelle de mettre en évidence une association claire entre l'exposition aux ondes et les symptômes. Des recherches sont toujours en cours. Il est important d'exclure d'autres causes médicales susceptibles de provoquer les symptômes chez l'enfant.

Pour aller plus loin :

- ONE : documents de la campagne sur la qualité de l'air intérieur téléchargeables dont « L'air de rien, changeons d'air, Outil à destination des structures collectives de 3 à 18 ans », www.one.be
- Eco-conso asbl : www.ecoconso.be / adresse : rue Nanon, 98 – 5000 Namur /Tél : 081 730 730 /mail : info@ecoconso.be
- Fédération Inter-Environnement Wallonie : iewonline.be
- Espace environnement : www.espace-environnement.be (fiches pratiques : www.sante-habitat.be) / adresse : rue de Montigny, 29- 6000 Charleroi/ Tél : 071 300 300 / mail : info@espace-environnement.be.
- Inter-environnement Bruxelles : www.ieb.be
- ASBL Hypothèse spécialisée dans la promotion de la qualité de l'air intérieur à l'école : www.hypothese.be