

AÉRATION - VENTILATION

QUELQUES CHIFFRES

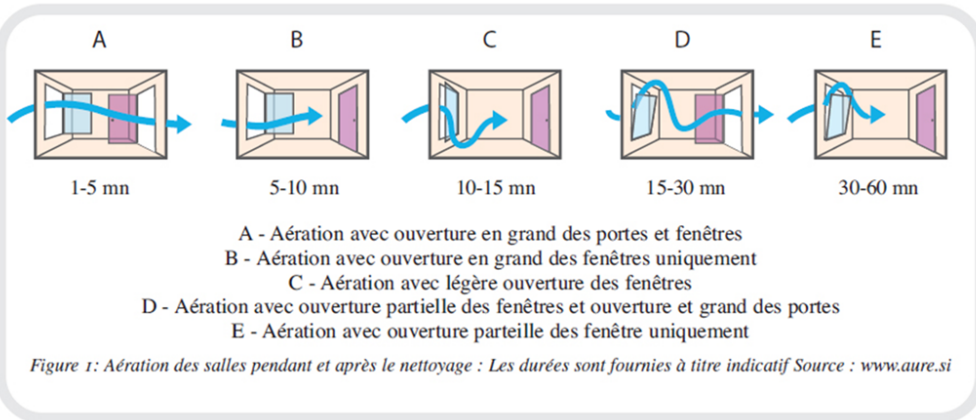
- On respire 100% de notre temps, en moyenne 15 000 litres d'air /jour.
- L'air intérieur est jusqu'à 8 fois plus pollué que l'air extérieur, d'après l'Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur.
- Nous passons environ 80 % du temps dans des lieux fermés, dont une grande partie par jour à notre domicile.

POURQUOI AÉRER ET VENTILER SON LOGEMENT ?

- Pour respirer un air sain : la qualité de l'air intérieur peut avoir un impact sur la santé d'autant plus chez les personnes vulnérables et celles fragilisées sur le plan respiratoire.
- L'aération et la ventilation ont une action complémentaire et sont nécessaires pour un renouvellement de l'air efficace.

4 OBJECTIFS

- **Renouveler** l'air intérieur
- **Réduire la concentration** des polluants dans le logement
- **Réduire l'humidité**, source potentielle de moisissures
- **Évacuer** les mauvaises odeurs



ATTENTION

Si vous avez des enfants en bas âge : ne pas les laisser seuls et les surveiller en permanence lorsque la fenêtre est ouverte.

COMMENT AÉRER ?

Pour être efficace, **aérer** toutes les pièces **plusieurs fois par jour**, pendant **5 à 15 minutes** maximum, en maintenant ouvertes les fenêtres opposées afin de créer une « **chasse d'air** ».



QUAND AÉRER ?

Aérer tous les jours, en hiver comme en été, quel que soit le temps.

Adapter l'aération à vos activités qui génèrent de l'humidité et /ou des polluants :

- En systématique, après la toilette, pendant et après la cuisine, le ménage
- Aérer largement pendant et longtemps après des travaux (bricolage, peinture, utilisation de produits chimiques, ponçage...)
- Aérer la chambre : le matin et le soir avant le coucher (5 min suffisent)

A SAVOIR

L'aération par entrebâillement ou en oscillo-battant n'est pas efficace.

L'aération ne doit pas être longue ou continue, au risque de refroidir les parois et d'y favoriser les phénomènes de condensation avec un risque de développement de moisissures.

Il convient aussi de :

- Aérer davantage si dispositif de ventilation en défaut ou absent.
- Adapter les heures d'aération en fonction de la période de pollinisation et de la pollution extérieure (épandage, trafic routier ...).
- Pendant l'aération : éteindre ou baisser au minimum les appareils de chauffage à proximité des fenêtres sans oublier de les remettre en marche après.

La ventilation, « poumon de la maison », permet de renouveler l'air du logement en y assurant une circulation d'air générale et permanente. Elle est donc indispensable, d'autant plus si celui-ci est thermiquement isolé.

VOTRE VENTILATION

.....

.....

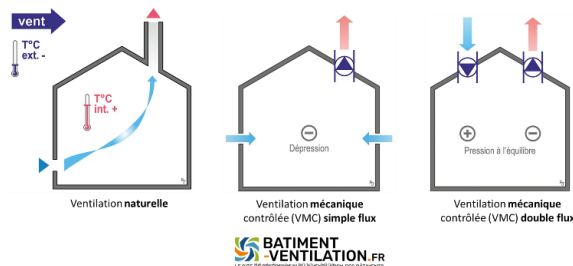
.....

.....

.....

.....

.....



BATIMENT-VENTILATION.FR
LE SITE DE RÉFÉRENCE POUR LA VENTILATION DES BÂTIMENTS

CONSEILS GÉNÉRAUX POUR UN BON ENTRETIEN DE LA VENTILATION

- **Vérifier régulièrement le bon fonctionnement**

Il est possible de placer une feuille de papier toilette devant les bouches d'extraction d'air (pièces humides) : elle doit être attirée vers la bouche.

- **Entretenir les réglettes et les bouches d'extraction d'air tous les trimestres**

Les aspirer ou les nettoyer à l'aide d'un chiffon imprégné d'eau savonneuse additionnée de vinaigre blanc pour éviter toute entrave des entrées et sorties d'air par les poussières.

- **Prévoir une vérification de la VMC**, par un spécialiste selon les recommandations du fabricant.

- **Prévoir un entretien complet de la VMC double flux**, selon les recommandations du fabricant.

DÉFAUTS CONSTATÉS	CONSEILS ADAPTÉS
Système de ventilation incomplet.	Envisager de remédier au défaut de ventilation.
Débit insuffisant des bouches d'extraction d'air.	Aspirer et nettoyer les bouches d'extraction. Si inefficace, envisager une révision.
Vitesse modulable.	Mettre le débit maximal quand production d'humidité.
Fonctionnement en discontinu.	Ne pas l'éteindre (si bruit, contacter l'installateur).
Grilles ou bouches obturées (ou cachées derrière un meuble ou une tapisserie).	Envisager de les désobstruer pour ne pas déséquilibrer le système.
Grilles ou bouches empoussiérées.	Entretenir plus régulièrement.
Absence de détalonnage des portes ou détalonnage insuffisant.	Prévoir un détalonnage suffisant des portes (2cm). En attendant, les maintenir ouvertes.
Pose de « boudin » devant les portes.	Envisager d'enlever « le boudin » (sauf pour la porte d'entrée, du garage ou du sous-sol).
Cran de ventilation non ouvert au niveau des fenêtres de toit.	Envisager de le maintenir ouvert afin d'assurer une circulation d'air.

En cas de location et dysfonctionnement : se rapprocher de votre propriétaire ou bailleur car il appartient au propriétaire d'assurer une ventilation fonctionnelle, suffisante, permanente et adaptée aux volumes des pièces

Si absence de ventilation : la présence d'un système de ventilation est obligatoire pour tous les logements collectifs ou individuels. Son absence peut favoriser l'apparition des phénomènes de condensation ou de moisissures. Envisager d'installer ou de faire installer un dispositif de ventilation.

Pour vous faire accompagner pour les travaux éventuels, pour les propriétaires comme pour les locataires, se rapprocher d'un Conseiller Info Energie de la plateforme FAIRE (service public d'informations et de conseils gratuits au 0 808 800 700 ou www.faire.fr)

Sources :
Guides ADEME « Un air sain chez soi » et « Ventilation » - www.ademe.fr