



Conseils pour éliminer les moisissures dans votre maison

Épauler la Communauté et Retirer les Barrières (ECRoB)

Il est essentiel de nettoyer votre maison et de lutter contre la prolifération des moisissures pour maintenir un environnement de vie sain. Pour lutter contre les moisissures, il est essentiel d'utiliser des produits sans parfums et les moins toxiques possible et qui éliminent le plus efficacement les moisissures sans introduire de produits chimiques nocifs dans la maison. Voici quelques conseils pour nettoyer les petites surfaces de moisissures avec des nettoyants naturels et établir un programme de nettoyage régulier (**pour les surfaces plus importantes, consultez un professionnel**):

1. **La sécurité avant tout:** avant de commencer les travaux de nettoyage, veillez à vous protéger en portant des gants, un masque et des lunettes de protection afin d'éviter tout contact direct avec les spores de moisissures et les produits de nettoyage.
2. **Ventilation:** Ouvrez les fenêtres et les portes pour améliorer la ventilation pendant le processus de nettoyage. Une bonne circulation de l'air permet de réduire la concentration de spores de moisissures dans l'air.
3. **Le vinaigre:** Le vinaigre blanc dilué est un anti-moisissure naturel. Utilisez un mélange à parts égales de vinaigre et d'eau pour nettoyer les surfaces moisies.
4. **Le bicarbonate de soude:** Créez une pâte en mélangeant du bicarbonate de soude à de l'eau. Appliquez la pâte sur les surfaces moisies, frottez doucement et rincez à l'eau.
5. **Évitez l'eau de Javel:** Bien que l'eau de Javel soit couramment utilisée pour nettoyer les moisissures, elle peut dégager des vapeurs nocives et ne pas être efficace pour éliminer tous les types de moisissures. Optez pour les solutions naturelles mentionnées ci-dessus, qui sont plus sûres et plus respectueuses de l'environnement.

Établir un calendrier de nettoyage régulier:

Établissez un programme de nettoyage régulier afin de prévenir la formation de moisissures et maintenir un environnement propre. Voici une suggestion de routine:

- Chaque semaine: Dépoussiérez les surfaces, passez l'aspirateur sur les tapis et les tissus d'ameublement. Utilisez un chiffon en microfibre humide pour dépoussiérer les



- surfaces, y compris les zones propices à la formation de moisissures, comme les salles de bains et les sous-sols.
- Tous les mois: Nettoyez en profondeur les salles de bains, y compris les baignoires, les douches, les lavabos et les toilettes. Utilisez des nettoyeurs naturels pour éliminer toute trace de moisissure visible.
- Tous les 3 à 6 mois: Nettoyez les rideaux, les stores et les bouches d'aération. Ces zones peuvent accumuler de la poussière et des spores de moisissure au fil du temps.
- Chaque année: Inspectez et nettoyez le système de ventilation de votre maison, y compris les filtres et les conduits d'air. Cette inspection permet de maintenir une bonne qualité de l'air intérieur et de réduire le risque de développement de moisissures.

Conseils de prévention:

Pour minimiser la croissance des moisissures dans votre maison, appliquez les mesures préventives suivantes:

- Réparez rapidement les fuites et les dégâts des eaux.
- Essuyez immédiatement la condensation sur les fenêtres. Surveillez la condensation tout au long de l'année.
- Maintenez un taux d'humidité adéquat dans votre maison, idéalement entre 30 et 50%.
- Veillez à une bonne ventilation dans les zones sujettes à l'humidité, telles que les salles de bains et les cuisines.
- Utilisez des ventilateurs d'extraction ou ouvrez les fenêtres lorsque vous cuisinez ou prenez une douche afin d'éliminer l'excès d'humidité.

Consultez toujours les étiquettes des produits pour connaître les instructions d'utilisation et suivez les précautions de sécurité recommandées. N'oubliez pas que si vous constatez une prolifération importante de moisissures ou si vous n'êtes pas sûr de pouvoir nettoyer certaines zones, il est préférable de demander l'aide d'un professionnel pour garantir une élimination efficace et sûre des moisissures.