

# POUR UN ENVIRONNEMENT DE QUALITÉ

## 1. PARAMÈTRES D'AMBIANCE



Donnez régulièrement à boire de l'eau, même si l'enfant ne réclame pas.

11 Le radon est un gaz radioactif s'échappant naturellement du sous-sol de certaines régions : entre autres les arrondissements de Bastogne, de Neufchâteau et de Verviers ainsi que Court-Saint-Etienne et Villers-la-Ville.

POUR UN ENVIRONNEMENT DE QUALITÉ

**G** arantir un environnement physique sain est essentiel à court et à long terme pour la santé des enfants. Et tout particulièrement au sein de leurs milieux de vie, où les polluants peuvent se concentrer et être responsables de l'apparition de symptômes tels que maux de tête, difficultés de concentration, troubles du sommeil, irritabilité, troubles digestifs, 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 fré-

quence a doublé en 10 ans, et les cancers de l'enfant (leucémies, tumeurs cérébrales) dont l'incidence augmente de 2 % chaque année.

Consciente de la vulnérabilité particulière de l'enfant vis-à-vis des polluants, l'OMS Europe a défini en 2004 un plan d'action ciblé sur les enfants (NEHAPE). La vigilance est donc de mise en matière d'environnement dans les lieux occupés par ceux-ci (domicile, écoles et autres structures d'accueil) afin de limiter autant que faire se peut les contacts avec les allergènes, les irritants et polluants.

### RÉGLAGE DE LA TEMPÉRATURE ET DU DEGRÉ D'HUMIDITÉ

D'une manière générale, la température idéale de l'air intérieur se situe entre 18 et 20° dans les pièces de vie. L'humidité relative doit se situer idéalement entre 40 et 60 %. En dessous de 40 %, il fait trop sec pour les voies respiratoires. 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. L'emploi d'humidificateurs électriques est déconseillé. Les simples humidificateurs près du chauffage sont préférables mais ils doivent être lavés très régulièrement, voire traités à l'eau de Javel (efficace contre les moisissures).

### RENOUVELLEMENT D'AIR QUOTIDIEN

On peut parfois observer des développements de moisissures sur des murs et plafonds. Dans certains 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...), la ventilation systématique et adéquate en réduirait considérablement les effets néfastes, même chose pour le radon<sup>11</sup>.

Renouveler l'air est une pratique indispensable pour assurer un environnement intérieur sain. Cela se fait en ventilant ou en aérant la pièce c'est-à-dire en faisant entrer l'air du dehors. Chaque local devrait disposer d'une fenêtre ouvrante ou au moins oscillante ou d'un système de ventilation (sanitaires). Idéalement, les locaux sont équipés de manière à assurer une circulation d'air continue. En été, la ventilation peut être permanente mais en hiver, l'aération s'effectue en ouvrant une ou plusieurs fenêtres (en fonction

du volume de la pièce) durant 15 minutes maximum pour éviter que la vapeur d'eau ne se condense sur les murs refroidis. 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, une hotte à évacuation vers l'extérieur doit fonctionner lors de la préparation des repas de façon à évacuer l'humidité et les gaz de cuisson.

Il existe des systèmes mécaniques de ventilation où des grilles sont placées aux fenêtres et un système d'extraction d'air permet son renouvellement.

Ce type de système doit être régulièrement entretenu pour être opérationnel.

### RECOMMANDATIONS EN CAS DE VAGUE DE CHALEUR

Les jeunes enfants sont particulièrement à risque de coup de chaleur et de déshydratation. Par ailleurs, les vagues de chaleur sont parfois associées à un pic d'ozone, qui peut induire des manifestations telles que difficultés respiratoires, irritation des yeux et de la gorge, et apparition de maux de tête (voir chapitre bosses et bobos).

#### Recommandations en cas de vague de chaleur

- Gardez les rideaux tirés ou utilisez les protections extérieures (plus efficaces) et fermez les fenêtres pendant les heures chaudes, aérez le matin tôt et en fin de journée.
- Donnez régulièrement à boire, de préférence de l'eau, même si l'enfant ne réclame pas.
- Donnez à boire davantage en cas de vomissements, diarrhée ou fièvre. Utilisez les solutions de réhydratation, sachets à diluer dans de l'eau, en cas de diarrhées fréquentes et/ou abondantes.
- Restez le plus possible à l'intérieur aux moments les plus chauds de la journée.

# 1.

## PARAMÈTRES D'AMBIANCE



Évitez que les enfants ne jouent au soleil

# 2.

## LUTTE CONTRE LES POLLUANTS

POUR UN ENVIRONNEMENT  
DE QUALITÉ

- Évitez que les enfants ne jouent au soleil, choisissez ou aménagez un endroit ombragé et bien ventilé (parasol, tonnelle...).
- Veillez à ce qu'ils s'habillent légèrement.
- Demandez-leur de porter une casquette, un chapeau ou un foulard sur la tête, en cas de sortie à l'extérieur.
- Veillez à ce qu'ils se protègent la peau contre les coups de soleil en renouvelant régulièrement l'application de crème : préférez les écrans minéraux aux filtres chimiques (précisé sur la composition), utilisez des produits prévus pour les enfants : émulsion E/H c'est-à-dire avec phase grasse majoritaire (plutôt que de l'huile solaire fluide) plus résistante à la transpiration, à l'eau et au sable. Choisissez un indice de protection élevé : FPS 30 minimum, FPS 50 pour les plus jeunes ou les phototypes sensibles (peau et cheveux clairs). Attention l'« écran total » n'existe pas : ne prolongez pas l'exposition au soleil même avec un indice de protection élevé!
- Suivez scrupuleusement les mesures d'hygiène alimentaire puisque le développement des bactéries dans les aliments et l'eau est beaucoup plus rapide par temps chaud.
- Les ventilateurs peuvent offrir une protection relative contre les problèmes dus à la vague de chaleur, mais attention à les garder hors de portée des enfants.

### En cas de pic d'ozone

Éviter les activités physiques intenses. Pour les enfants présentant une affection respiratoire, il est préférable de rester à l'intérieur où les concentrations sont plus basses.

Ces renseignements et les prévisions météorologiques sont disponibles sur les sites [www.health.fgov.be](http://www.health.fgov.be) et [www.irceline.be](http://www.irceline.be)

### Pour en savoir plus

- [www.palou.be](http://www.palou.be)

## L'AMÉNAGEMENT OU LA RÉNOVATION DES LOCAUX

L'aménagement ou la rénovation des locaux doit se faire en tenant compte du risque d'introduire, au cours des travaux, des polluants qui persistent longtemps après ceux-ci.

Principes généraux :

- Vider le plus possible la pièce durant les travaux de rénovation : certains polluants peuvent s'accumuler dans les textiles...
- 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.
- Ranger toujours les produits dans leur emballage d'origine hors de portée des enfants.

**Les peintures** : privilégier les peintures sans adjuvants (ou avec adjuvants végétaux), composées à majorité d'ingrédients d'origine naturelle, respectant la directive européenne en matière de composés organiques volatils (COV). Ne pas utiliser ou récupérer de vieux pots de peintures qui ne répondent pas aux normes actuelles (plomb...) ou qui sont destinées à d'autres usages (peintures pour bateaux...).

Éviter les couleurs vives dues à des pigments

contenant plus souvent des métaux lourds nocifs pour la santé.

**Le revêtement de sol** doit être lisse et facilement lavable : PVC, linoléum (soit non collé et clipsable, soit collé avec une colle EC1), parquet vitrifié ou verni, revêtement en stratifié, carrelage. Le tapis plain et autres tapis (ou carpettes) sont vivement déconseillés.

**L'ameublement** : privilégier le bois naturel (ou le métal). Si ce n'est pas possible, choisir du bois aggloméré à faible taux d'émission de formaldéhyde (panneaux de classe E1) ou appliquer du vernis étanche (solvant aqueux). Éviter l'utilisation de colles riches en COV; penser plutôt à clouer ou visser.

**Les modules et jouets** : outre l'aspect sécurité physique, à produit égal, privilégier celui qui mentionne « convient aux enfants de moins de trois ans » car il respecte des normes plus sévères du point de vue toxicité (absence de certains phtalates...). Les matières plastiques, souvent riches en COV, émettent des odeurs après déballage : si possible les laisser aérer quelques semaines (minimum 15 jours) avant leur introduction dans les lieux de vie des enfants.

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

## 2

# LUTTE CONTRE LES POLLUANTS

### LES ACARIENS ET LES MOISSURES

Il est souhaitable d'éviter l'exposition à des taux élevés d'allergènes tels que les acariens et les moisissures. On pourrait ainsi éviter ou, en tout cas, retarder les manifestations allergiques chez les enfants prédisposés.

La surface des murs ne doit pas comporter de taches ou moisissures.

Les plinthes doivent être nettoyées. L'usage d'un chiffon humide pour entretenir meubles et sol contribue à ne pas disperser la poussière.

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 est aussi à bannir car ils sont potentiellement toxiques et totalement 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.

Pour prévenir le développement de moisissures, il s'agit avant tout de maîtriser le problème d'humidité. Si l'humidité est liée à des phénomènes de condensation, un renouvellement d'air régulier peut répondre à la question. En cas d'infiltration ou d'humidité ascensionnelle, le recours aux professionnels est nécessaire. 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 éliminer les moisissures :

- Si leur développement n'est pas trop étendu (inférieur à 1 m<sup>2</sup>), vous pouvez nettoyer les surfaces contaminées d'abord de façon approfondie avec un détergent habituel puis avec de l'eau de Javel diluée 5 fois (1 dose d'eau de Javel pour 4 doses d'eau). Choisissez les présentations d'eau de Javel non parfumée, prête à l'emploi soit à 12°. 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.
- Si la surface colonisée se révèle supérieure à 1 m<sup>2</sup>, 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.

Voir aussi : [www.oasis-allergies.org](http://www.oasis-allergies.org).

### LE TABAGISME

Il est interdit de fumer à l'intérieur de locaux pouvant accueillir des enfants. 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.

### L'EMPLOI DE PESTICIDES

Les pesticides sont des produits chimiques vendus sous différents conditionnements (solution, poudre, diffuseurs, shampoing anti-poux, colliers pour animaux domestiques...). Ils sont 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, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur de la structure. Leur emploi (et leur présence) dans les lieux de vie doit également être banni puisque le problème n'est pas seulement lié au moment de leur emploi mais au fait qu'ils se répandent facilement (car certains sont volatils) et persistent au sein de l'habitat. 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. Ces méthodes doivent être utilisées en priorité : moustiquaires et essence de citronnelle, peigne (électrique), vinaigre et essence de lavande contre les poux, bois de cèdre ou orange piquée de clous de girofle contre les mites, ventilation régulière, systèmes hermétiques pour les déchets... À noter que l'emploi d'huiles essentielles, substances très concentrées, doit rester limité et nécessite de lire attentivement les notices.

## ■ 2 ■

# LUTTE CONTRE LES POLLUANTS

Le recours aux pesticides devient dès lors tout à fait exceptionnel (si la situation le justifie) 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 réoccuper les lieux trop rapidement, se laver les mains après utilisation et stocker les produits hors de portée des enfants, sous clé, dans leur emballage d'origine.

Dans le cas d'infestation d'éléments transportables comme des matelas, des couvertures, il est préférable, si vous n'avez pas de solution alternative, d'effectuer le traitement à l'extérieur le plus longtemps possible avant leur utilisation et de les laisser aérer un maximum avant de les réintroduire dans les locaux.

### Pour en savoir plus

- [www.espace-environnement.be](http://www.espace-environnement.be) et [www.sante-habitat.be](http://www.sante-habitat.be)
- Biocides et pesticides : pas sans risques !, SPF Santé publique, Sécurité de la chaîne alimentaire et Environnement, Bruxelles 2007. Téléchargeable sur le portail : [belgium.be](http://belgium.be)>home>publications >environnement

## LES DÉSODORISANTS ET DIFFUSEURS DE PARFUM

Les parfums et désodorisants (sprays...) 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.

## LES AUTRES SUBSTANCES CHIMIQUES DANGEREUSES

Il s'agit essentiellement des produits d'entretien (détachants, dégraissants, cires...), de bricolage (colles, peintures...) et des désinfectants (dettol d'ailleurs peu efficace, eau de javel...) : 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, en l'absence des enfants, prenez le temps de lire la notice d'utilisation et d'appliquer les protections recommandées (gants, masque...), respectez les dosages, aérez suffisam-

ment et attendez le temps requis avant de réoccuper les locaux.

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

Les substances utilisées en présence des enfants (bricolages...) seront choisies selon le critère de qualité « non toxique, spécifique pour les jeunes enfants » même si elles sont plus onéreuses (marqueurs et peintures à l'eau...)

De même, une série de matériaux utilisés dans le cadre de l'aménagement (tapis-puzzle, coussins...) peuvent être toxiques soit parce qu'ils dégagent des composés volatils soit parce qu'ils contiennent des produits tels que les retardateurs de flamme bromés, des pesticides... Il est prudent de vérifier les composants au moment de l'achat de ces articles (lire la notice reprenant la composition et les instructions de sécurité). Après déballage, il est préférable de les laisser aérer pendant plusieurs semaines (minimum 15 jours) dans un endroit inaccessible aux enfants et de toujours stocker les emballages en-dehors des pièces de vie des enfants. Ces articles sont à remplacer si des fragments s'en détachent (usure).

## LE MONOXYDE DE CARBONE (CO)

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 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, chauffage d'appoint, four au gaz).

L'obstruction de l'arrivée d'air de la chaufferie empêche une combustion complète du carburant et favorise donc la libération de CO. De même 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 et le poêle à bois.

Comme conseils de prévention, il convient

- de vérifier que le service incendie ait déclaré les installations conformes ;
- de vérifier qu'il y ait eu un contrôle récent (endéans l'année) ;
- 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.

## 2

# LUTTE CONTRE LES POLLUANTS



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

**POUR UN ENVIRONNEMENT  
DE QUALITÉ**

## 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 habitations construites avant les années 50 et non encore rénovées. 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 aient le moins possible accès à des peintures écaillées (particulièrement au niveau des fenêtres et des radiateurs);
- nettoyer régulièrement les carrelages et les sols à l'eau (ne pas utiliser de balai ni d'aspirateur, même préalablement) car les poussières se dispersent avec le plomb qu'elles peuvent contenir, et laver les jouets régulièrement;
- aérer régulièrement (pour chasser l'humidité);
- demander aux enfants de se laver les mains avant chaque repas;
- faire écouler l'eau du robinet quelques instants avant consommation, si les canalisations sont susceptibles d'être en plomb (remplir un seau d'eau le matin avant d'utiliser l'eau comme boisson);
- laver soigneusement les légumes et les fruits;
- ne pas employer pour l'alimentation de la vaisselle à usage décoratif, non expressément prévue pour un usage alimentaire.

## LA POLLUTION DE L'EAU

Outre les problèmes déjà mentionnés liés à la présence de plomb dans les tuyaux d'adduction d'eau alimentaire, l'eau peut être contaminée par des micro-organismes. Assurez-vous que l'eau que vous employez pour la cuisine et comme boisson soit de l'eau potable (robinets extérieurs, puits, sources...). Si un adoucisseur est branché sur l'eau froide, il est déconseillé de la boire.

Consommez l'eau rapidement ou placez-la au réfrigérateur pendant maximum 24 heures.

En l'absence de réfrigérateur, conservez l'eau 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 (jer-

ricanes, bidons...). Le cas échéant, avant leur ré-emploi, 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.

Concernant les baignades, privilégiez les bains dans de l'eau courante plutôt que dans de l'eau stagnante. En été, certains lacs et cours d'eau peuvent cependant être contaminés entre autres par des salmonelles et des entérobactéries. Ces microbes provoquent des gastro-entérites. Renseignez-vous préalablement sur les lieux de baignade auprès de l'Administration Communale.

## L'ESPACE EXTÉRIEUR

Soyez attentifs aux sources de polluants de l'espace extérieur : zones de trafic intense ou industries. Choisissez des lieux plus distants et/ou à l'abri de vents dominants qui porteraient les polluants. Renseignez-vous le cas échéant à l'Administration Communale.

Certaines plantes, fruits ou baies peuvent être toxiques en cas d'ingestion (if, cytise, arum, belladone...) mais parfois même par contact (lierre grimpant, troène, thuya...) : vous pouvez obtenir des renseignements précis auprès du Centre Antipoisons (070 245 245 ou [www.poissoncentre.be](http://www.poissoncentre.be)). Certains fruits, ramassés au sol ou à faible hauteur, peuvent être contaminés par les matières fécales d'animaux infectés (renards, chiens...) : mûres, myrtilles, fraises des bois, framboises... De manière générale, recommandez aux enfants de ne pas ingérer de fruits ni de champignons au cours des promenades et activités extérieures.

Un 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 des irritants respiratoires. Pour les conseils d'entretien des bacs à sable, voir page 21.

## 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.

## ■ 2 ■

# LUTTE CONTRE LES POLLUANTS

Ces poubelles seront vidées et nettoyées régulièrement. Renseignez-vous auprès du propriétaire ou de la Commune sur les possibilités d'évacuation des sacs-poubelles.

### Pour aller plus loin

- « Il était une fois... ma chambre, mon univers, ma santé : Guide d'accompagnement pour les professionnels de la santé » Ceres, édition 2004.
- Eco-conso asbl : [www.ecoconso.be](http://www.ecoconso.be) / adresse : rue Nanon, 98 –5000 Namur/Tél : 081 730 730 /mail : [info@ecoconso.be](mailto:info@ecoconso.be)
- Fédération Inter-Environnement Wallonie : [www.sante-environnement.be](http://www.sante-environnement.be)
- Espace environnement : [www.espace-environnement.be](http://www.espace-environnement.be) (fiches pratiques : [www.sante-habitat.be](http://www.sante-habitat.be)) / adresse : rue de Montigny, 29- 6000 Charleroi/ Tél : 071 300 300 / mail : [info@espace-environnement.be](mailto:info@espace-environnement.be).
- Site [www.one.be](http://www.one.be) : documents téléchargeables tels que « L'air de rien, changeons d'air ».