

Protéger les enfants

à la maison

Une maison heureuse

Rendez votre domicile plus sûr et plus sain pour votre famille.

Comment les dangers présents chez vous affectent vos enfants



Les enfants sont les plus exposés aux dangers domestiques car leur corps en pleine croissance a besoin de plus d'air et d'eau proportionnellement à leur taille par rapport aux adultes. Les enfants passent également plus de temps par terre et mettent plus d'objets à leur bouche que les adultes. **Gardez les sols plus propres en les dépoussiérant, en passant la serpillière humide et en passant l'aspirateur régulièrement. N'oubliez pas non plus de vous déchausser avant d'entrer.**



Les produits cosmétiques et de soins personnels sont parmi les substances les plus courantes trouvées dans les cas d'intoxication chez les enfants de moins de 6 ans. **Aidez à prévenir les cas d'empoisonnement en rangeant les produits de nettoyage, les produits de soins personnels et les pesticides dans des placards verrouillés, hors de portée des enfants.**



L'air et la poussière à l'intérieur de votre maison peuvent avoir un impact considérable sur votre santé. Dans l'État de Washington, environ 129 300 enfants de moins de 18 ans souffrent d'asthme. La moisissure, le pollen, certains produits chimiques et d'autres petites particules présentes dans l'air à l'intérieur peuvent déclencher des crises d'asthme. **Pour améliorer la qualité de l'air à l'intérieur, ouvrez les fenêtres lorsque le temps et la sécurité le permettent.**



Les produits chimiques présents dans les produits ménagers tels que les nettoyeurs, les meubles et les matériaux de construction peuvent pénétrer dans l'air et la poussière de votre domicile. Ces produits chimiques peuvent nuire à la croissance et au développement de vos enfants. **Choisissez des produits de nettoyage plus sûrs portant l'étiquette de certification Environmental Protection Agency (EPA) Safer Choice.**



Les personnes enceintes, celles qui pourraient devenir enceintes et les parents qui allaitent doivent également être prudents en ce qui concerne les produits chimiques pouvant nuire à la santé et au développement cérébral des bébés.

Heureusement, vous pouvez rendre votre domicile un endroit plus sûr pour que vos enfants puissent l'explorer et que toute la famille puisse en profiter.

Pour en savoir plus sur la manière de rendre votre domicile plus sûr et plus sain, appelez ou visitez le site :

- ▶ **Washington Department of Health** : 1-877-485-7316 (**language access**) ou doh.wa.gov/healthyhomes
- ▶ **Washington Poison Center** : 1-800-222-1222
- ▶ **Green and Healthy Homes Initiative** : greenandhealthyhomes.org
- ▶ **Northwest Justice Project** pour les problèmes entre propriétaire et locataires : 1-877-211-9274
- ▶ **Safer Choice** produits certifiés : epa.gov/saferchoice
- ▶ **SafeKids.org** pour des conseils sur la sécurité des enfants

Pour demander ce document dans un autre format, appelez le 1-800-525-0127. Les clients sourds ou malentendants peuvent appeler le 711 (Washington Relay) ou envoyer un e-mail à civil.rights@doh.wa.gov.

Une maison saine,

Gardez

Votre maison :

Bien-entretenu

Pour s'occuper des problèmes mineurs avant qu'ils ne deviennent plus importants :

- ▶ Apprenez comment rester en sécurité pendant les réparations de votre maison.
- ▶ Réparez les peintures qui s'écaillent et se détachent afin de réduire votre exposition au plomb contenu dans la peinture et la poussière.
- ▶ Demandez à votre professionnel de santé de faire tester votre enfant pour le plomb.
- ▶ Testez votre domicile pour le radon, un gaz naturel dangereux. Trouvez un kit de test dans votre magasin de bricolage local.
- ▶ Si vous avez un puits privé, testez-le chaque année pour les produits chimiques tels que l'arsenic et les nitrates.

Sèche

Pour prévenir la moisissure, la pourriture de bois et les parasites :

- ▶ Réparez les fuites d'eau.
- ▶ Nettoyez et séchez les zones endommagées par l'eau.
- ▶ Utilisez des ventilateurs aspirants dans votre cuisine et vos salles de bains.
- ▶ Utilisez un déshumidificateur ou un purificateur d'air haute efficacité pour les particules en suspension dans l'air (High Efficiency Particulate Air, ou HEPA) dans les pièces où vous passez le plus de temps.

Sans contaminants

Pour réduire les produits chimiques qui peuvent nuire à la santé, à la croissance et au développement :

- ▶ Déplacez les produits de nettoyage et les pesticides dans un placard fermé à clé, hors de portée des enfants.
- ▶ Choisissez des produits de nettoyage plus sûrs portant l'étiquette de certification EPA Safer Choice.
- ▶ Vérifiez les étiquettes des meubles et des produits pour enfants pour vous assurer qu'ils sont fabriqués sans retardateurs de flamme.
- ▶ Appelez le service des déchets solides de votre ville pour savoir comment vous débarrasser des déchets ménagers dangereux tels que les nettoyeurs, la peinture et les piles.
- ▶ Optez pour des récipients de conservation en verre, en céramique ou en acier inoxydable. Les matières plastiques peuvent libérer des produits chimiques dans vos aliments.



Que vous viviez dans une maison individuelle, un appartement, un mobile home ou tout autre type de logement, suivez ces conseils pour rendre votre domicile plus sûr et plus sain pour votre famille.

Sans parasites

Pour se débarrasser des cafards et des souris qui peuvent déclencher des réactions allergiques et transmettre des maladies :

- ▶ Scellez les fissures et les trous.
- ▶ Conservez les aliments dans des contenants hermétiquement fermés.

À température contrôlée

Pour réguler la température et l'humidité et réduire votre exposition aux températures extrêmes de chaleur et de froid :

- ▶ Inspectez régulièrement les systèmes de chauffage et de climatisation.
- ▶ Consultez les fournisseurs de services publics de votre ville pour trouver des ressources et des moyens d'économiser l'énergie.

Bien ventilée

Pour réduire les produits chimiques qui peuvent polluer l'air chez vous (parfois plus pollué que l'air extérieur) :

- ▶ Ouvrez les fenêtres lorsque le temps et la sécurité le permettent.
- ▶ Faites de votre domicile et de votre voiture des espaces sans tabac.
- ▶ Remplacez les vieux poêles à bois par des poêles à gaz, à granulés ou certifiés EPA plus propres.

Sûre

Pour réduire le risque de blessures :

- ▶ Installez des barrières de sécurité en haut et en bas des escaliers, et posez des protections sur les fenêtres pour prévenir les chutes.
- ▶ Installez un détecteur de monoxyde de carbone et un détecteur de fumée à chaque étage de votre maison.

Propre

Pour éliminer les produits chimiques piégés dans la poussière intérieure :

- ▶ Déchaussez-vous avant d'entrer.
- ▶ Dépoussiérez, passez la serpillière et l'aspirateur régulièrement. Utilisez un aspirateur équipé d'un filtre HEPA.
- ▶ Lavez-vous les mains avant de manger et après avoir joué dehors.