

# Assainir vos murs : les réflexes pour une maison saine

---

## Les réflexes quotidiens pour un air sain

- Aérez toutes les pièces de votre logement au moins 10 minutes, deux fois par jour, été comme hiver.
- Maintenez un taux d'humidité relative compris entre 40 % et 60 %.
- Surveillez l'absence de condensation sur les vitres, signe d'un taux d'humidité trop élevé.

## Entretien et vérifications périodiques

- Nettoyez régulièrement les bouches d'aération et les grilles de ventilation (VMC).
- Inspectez l'état des joints de silicone dans les salles de bain et cuisines tous les 6 mois.
- Vérifiez l'absence de fuites sous les éviers, lavabos et autour des cumulus en passant la main sur les tuyaux.

## Optimiser l'aménagement de votre logement

- Laissez un espace de 5 à 10 cm entre vos meubles et les murs extérieurs pour favoriser la circulation de l'air.
- Assurez-vous que les meubles encombrants ne bloquent jamais les entrées d'air situées au-dessus des fenêtres.

## Agir face à l'humidité et aux moisissures

- Si le taux d'humidité dépasse durablement 70 %, utilisez un déshumidificateur électrique.
- En cas d'apparition de moisissures sur une surface inférieure à 1 m<sup>2</sup>, nettoyez avec de l'eau savonneuse ou du vinaigre blanc.
- Portez systématiquement des gants et un masque lors du nettoyage de zones moisies.