

Bon à savoir

Une famille de
4 personnes
peut produire
28 litres
de vapeur d'eau
en 24H

2 LITRES
POUR LES ANIMAUX

3 LITRES
PRÉPARATION
DES REPAS

3 LITRES
POUR UNE MACHINE
À LAVER

5 LITRES
POUR UNE DOUCHE
OU UN BAIN

8 LITRES
JUSTE PAR LA RESPIRATION

9 LITRES
POUR LE SÉCHAGE
DU LINGE

COMMENT ENLEVER LES MOISSISSURES ?



- Protégez-vous avant de commencer en portant des gants et un masque.
- Frottez la surface avec un chiffon humide et du détergent ménager.
- Puis désinfectez avec un autre chiffon imbibé d'eau de javel ou de vinaigre blanc dilué avec de l'eau froide.
- Lavez bien les chiffons.
- Aérez la pièce.

VOUS AVEZ DES QUESTIONS ? VOUS AVEZ BESOIN D'AIDE ?

Contactez notre Service Relation Client
au 02 40 67 07 37
Nos conseillères et conseillers sont à votre
écoute du lundi au vendredi de 8h30 à 17h

DÉCOUVREZ EN VIDÉO

« Comment nettoyer
ses grilles d'aération »
en flashant ce QR code.



**nantes
MÉTROPOLÉ
HABITAT**
nmh.fr

**nantes
MÉTROPOLÉ
HABITAT**

**PRÉVENIR L'HUMIDITÉ :
LES BONS GESTES POUR
UN INTÉRIEUR SAIN.**

AÉRER SON LOGEMENT : C'EST ESSENTIEL !

L'humidité, source de pollution intérieure

Les activités quotidiennes dans le logement génèrent de l'humidité : les douches, les lessives, la cuisine ou même la respiration.

Sans évacuation, cette humidité stagne et favorise l'apparition de moisissures sur les murs, plafonds, plinthes et joints.

Des conséquences pour la santé

Les moisissures peuvent avoir des conséquences sur la santé des occupants notamment chez les personnes sensibles : nourrissons, jeunes enfants, personnes âgées, femmes enceintes, personnes ayant un déficit immunitaire. C'est pourquoi il est essentiel d'assurer un bon renouvellement de l'air.

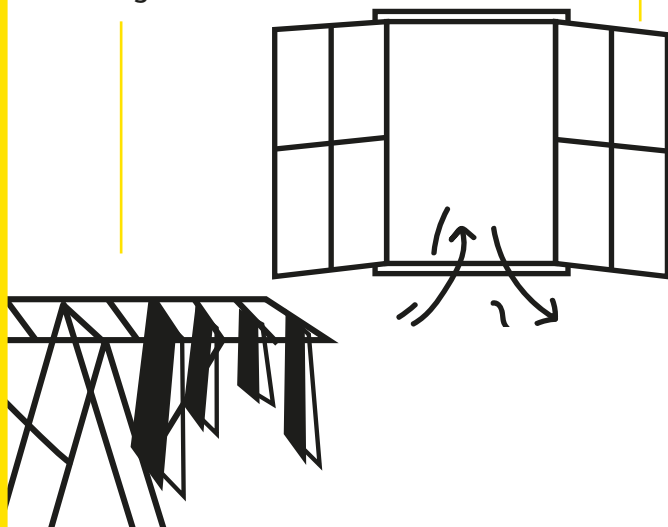
À RETENIR

- Ne bouchez pas les grilles des entrées et sorties d'air, elles sont essentielles pour évacuer l'humidité.
- N'oubliez pas de les nettoyer et aspirer régulièrement !

« Un logement sain est un logement aéré tous les jours »

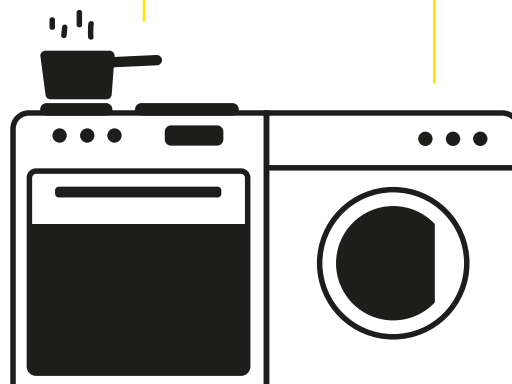
Adoptez les bons gestes anti-humidité !

Pensez à ouvrir la fenêtre lorsque vous étendez du linge.



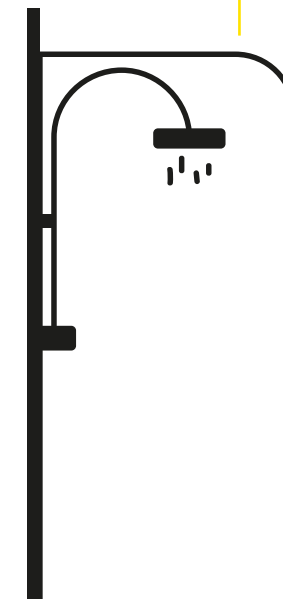
Aérez le séjour, la cuisine et les chambres 15 minutes par jour, idéalement matin et soir pour renouveler l'air intérieur.

Aérez la pièce lorsque vous cuisinez des plats produisant de la vapeur.



Privilégiez un essorage à 1000 tours lorsque cela est possible.

Aérez la salle de bain après les douches.



Évitez de coller vos meubles aux murs.

Chauffez de manière régulière, pas d'arrêt complet du chauffage dans une pièce ou le logement.

