



COMMENT NETTOYER SON LOGEMENT ?

POUR UN MÉNAGE SAIN ET DURABLE



L'hygiène domestique au quotidien contribue à préserver la santé et le confort des occupants. Le nettoyage régulier des surfaces permet en particulier de limiter les expositions aux polluants et la propagation de maladies infectieuses.

Les 3 conseils à retenir

1. ADAPTER LA FRÉQUENCE DU MÉNAGE

Au moins une fois par semaine.
Plus souvent selon le nombre d'occupants et leur fragilité, le niveau de saleté des surfaces et la présence d'animaux.

2. SE PROTÉGER PENDANT LE MÉNAGE

Respecter les consignes d'emploi des produits d'entretien éventuellement utilisés, en particulier :
- les doses d'application recommandées,
- les précautions de sécurité (port de gants le cas échéant).

3. PRATIQUER UN MÉNAGE ÉCO-RESPONSABLE

Limiter l'usage des produits d'entretien.

Éviter les lingettes et gants à usage unique.

Privilégier les produits naturels ou écolabellisés et sans odeur.

Trier les déchets et emballages des produits.



La propreté n'a pas d'odeur



Les étapes du ménage



1. OUVRIR LES FENÊTRES POUR AÉRER PENDANT ET APRÈS LE MÉNAGE



2. RANGER ET DÉPOUSSIÉRER AVANT DE NETTOYER

Le dépoussiérage est réalisé avec un chiffon microfibre, sec ou humidifié, ou à l'aide d'un aspirateur, si possible équipé d'un filtre à très haute efficacité.



3. POUR ÉLIMINER LES SALISSURES, PRIVILÉGIER LE NETTOYAGE À L'EAU

En routine, l'utilisation des tissus en microfibres imprégnés d'eau, sans détergent, suffit pour nettoyer. Pour les salissures plus grasses, l'ajout de détergent (savon, liquide vaisselle...) peut être nécessaire.

Le nettoyage à la vapeur permet un lavage en profondeur des salissures sans utilisation de produits chimiques.

Vérifier au préalable que le nettoyage à l'eau ou à la vapeur est adapté à la surface.



NETTOYER, CE N'EST PAS DÉSINFECTER

Les désinfectants (bactéricides, virucides, fongicides) sont rarement nécessaires. Leur utilisation doit être limitée car ils peuvent favoriser l'apparition de résistances bactériennes dans l'environnement.



Astuces pratiques de ménage

COMMENT BIEN DÉPOUSSIÉRER ?

Les poussières domestiques peuvent être chargées en contaminants (acariens, particules fines, pesticides...) qui peuvent être remis en suspension lors du ménage.

Entretenez votre aspirateur régulièrement :
videz et nettoyez le sac,
changez le filtre.
Privilégiez, un tissu humide
ou un tissu électrostatique.



Pour bien dépoussiérer, pensez à laver le tissu microfibre, y compris à haute température.

POUR EN SAVOIR PLUS :

- Conseils pratiques pour le ménage dans la cuisine, la salle de bain et les toilettes.
- Moisissures dans les logements : comment les éviter et les traiter ?

Les réflexes pour éviter les accidents liés au ménage

Ranger les produits ménagers hors de portée des enfants, dans un placard fermé.

Ne pas transvaser dans une autre bouteille un produit d'entretien.

Ne jamais mélanger les produits.

Attention aux préparations « maisons » car certaines recettes et la manipulation d'ingrédients à l'état pur peuvent présenter des risques graves.



EN CAS D'ACCIDENT, MÊME EN L'ABSENCE DE SYMPTÔMES :

Appeler immédiatement le 15
ou un centre antipoison.
Ne pas boire, ni manger, ni se faire vomir.
Garder l'emballage ou le prendre en photo.