



Halte-O-Risques

Les risques pour la santé dans votre environnement
Ce que vous pouvez faire!



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada

Les risques pour la santé dans votre environnement :

Ce que vous pouvez faire

Au Canada, nous passons beaucoup de temps à l'intérieur. Il est donc important de veiller à ce que nos maisons soient des lieux sains et sécuritaires.

Ce guide contient de l'information sur certains risques courants pouvant être présents chez vous ainsi que sur leurs effets possibles sur la santé. Il propose également des mesures simples pour réduire votre exposition à ces risques.

Ces mesures sont faciles à mettre en œuvre, même que vous en appliquez peut-être déjà certaines. Vous pourriez toutefois être surpris de voir combien des gestes tout simples peuvent contribuer à protéger votre santé!

Les risques pour la santé présents sous votre toit prennent bien des formes. Certains sont issus de la nature, comme le radon, un gaz qui peut s'infiltrer dans votre maison par le sol sur lequel repose votre fondation. D'autres risques proviennent de substances comme le plomb, ou encore résultent de la façon dont nous utilisons certains produits.

Les risques pour la santé de nature environnementale peuvent se trouver dans l'air, dans l'eau, dans le sol ou dans votre maison. Ils peuvent être inhalés, ingérés, ou absorbés par la peau.

Identifier les risques et mettre en pratique des habitudes assurant un environnement plus sain pour vous et votre famille est plus simple que vous ne le pensez. En étant mieux informé des risques qui peuvent être présents chez vous, vous serez à même de veiller sur votre santé et sur celle de vos proches.



Si vous êtes préoccupé par les risques pour la santé présents dans votre environnement de travail, visitez le site Internet du Centre canadien d'hygiène et de sécurité au travail (www.cchst.ca). Ce site fournit de l'information et des conseils sur les milieux de travail sains et sécuritaires.

Table des matières

Ce que vous pouvez faire : Principes de base

1. Utilisez les produits chimiques ménagers de manière sécuritaire 4
2. Aérez votre maison 7
3. Lavez-vous souvent les mains 7
4. Enlever vos chaussures lorsque vous entrez dans la maison 7

Ce que vous pouvez faire : Améliorer la qualité de l'air intérieur

1. Évitez la fumée secondaire 8
2. Prévenez les infiltrations de monoxyde de carbone dans votre maison 10
3. Mesurez le niveau de radon dans votre maison 11
4. Minimisez le taux d'humidité dans votre maison pour réduire les risques de moisissure 12

Ce que vous pouvez faire : Réduire votre exposition au plomb

1. Le plomb dans la peinture 15
2. Le plomb dans la tuyauterie 16

Ce que vous pouvez faire : Utiliser de façon sécuritaire les produits de consommation

1. Consultez les nouvelles et les avis les plus récents sur les risques potentiels pour la santé 18
2. Baissez le volume — le niveau de bruit des produits de consommation 19

Ce guide contient de l'information sur **ce que vous pouvez faire** pour créer un environnement sain pour vos enfants. Recherchez les encadrés accompagnés d'un symbole en forme de main comme celui-ci pour obtenir des conseils sur les moyens de protéger vos enfants.



Les enfants sont en contact plus étroit avec leur environnement que les adultes. Ils rampent, portent les doigts à la bouche, touchent et goûtent à tout sans savoir si c'est dangereux. Selon leur stade de développement, ils peuvent être plus sensibles à certaines substances.





Ce que vous pouvez faire :

Principes de base

Voici quelques mesures de base pour réduire votre exposition à certains risques potentiels.

1 Utilisez les produits chimiques ménagers de manière sécuritaire

Vous vous servez probablement de nombreux produits chimiques à l'intérieur et autour de votre maison. Il peut s'agir de produits de nettoyage liquides et en poudre, d'agents de polissage, de nettoyeurs de tuyaux, de diluants pour peintures et de liquides lave-glaces. Quels qu'ils soient, les produits chimiques ménagers doivent être utilisés, entreposés et éliminés selon les recommandations.



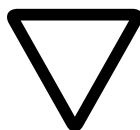
A) Lisez l'étiquette avant d'acheter un produit et suivez les instructions lors de chaque utilisation. Selon la loi, l'étiquette doit indiquer comment utiliser et entreposer le produit de manière sécuritaire. L'étiquette doit également inclure une mise en garde contre les risques potentiels.

Recherchez les symboles suivants sur les produits chimiques ménagers.

Apprenez la signification des symboles si vous ne les connaissez pas. En respectant les instructions, vous éviterez les blessures et pourriez même sauver des vies.

■ Contenants et contenus

La forme autour du symbole est importante, car elle vous renseigne sur ce qui est dangereux, soit le contenant ou le contenu.



Un triangle autour d'un symbole signifie que le contenant est dangereux.



Un octogone autour d'un symbole signifie que le contenu est dangereux.



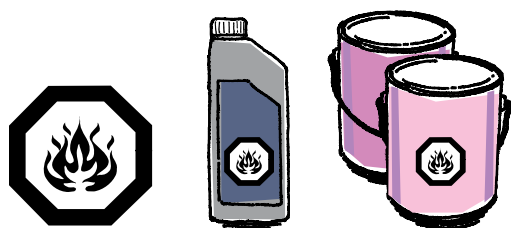
- **Sachez reconnaître les symboles de danger**



Poison — le contenu des produits portant ce symbole est un poison s'il est ingéré, touché ou inhalé.



Corrosif — le contenu des produits portant ce symbole brûle la peau ou les yeux; s'il est ingéré, il peut aussi brûler l'estomac.



Inflammable — le contenu des produits portant ce symbole peut s'enflammer à proximité de sources de chaleur, de flammes ou d'étincelles.



Explosif — les contenants portant ce symbole peuvent exploser s'ils sont chauffés ou percés.

- **Chaque symbole de danger est également accompagné de l'un de ces mots :**

ATTENTION — une mauvaise utilisation du produit peut causer des blessures temporaires. Un décès peut survenir en cas d'exposition extrême.

DANGER — le produit peut causer des blessures temporaires ou permanentes, voire un décès.

DANGER EXTRÊME — l'exposition à une très petite quantité peut causer un décès ou des blessures temporaires ou permanentes. Soyez extrêmement prudent.

B) Entrez tous les produits chimiques dans leur contenant d'origine.

Évitez de garder à l'intérieur de la maison des produits susceptibles de dégager des vapeurs toxiques comme la peinture, les solvants, l'essence, les combustibles ou les vernis. Si possible, entreposez-les dans un bâtiment distinct ou dans un endroit bien ventilé vers l'extérieur. N'achetez que la quantité nécessaire pour vos travaux.

C) Débarrassez-vous des produits restants de manière sécuritaire. Consultez les directives de votre municipalité à cet effet.

- Ne jamais :
 - brûler des contenants de produits chimiques
 - jeter de produits chimiques dans un évier ou aux égouts
 - réutiliser les contenants vides



Vous utilisez un pesticide?

Respectez les directives d'utilisation, d'entreposage et d'élimination des produits chimiques ménagers figurant ci-dessus. N'achetez que la quantité de pesticide dont vous avez besoin et assurez-vous qu'il s'agit d'un produit homologué par Santé Canada en vérifiant le numéro de produit antiparasitaire (LPA) sur l'étiquette.

- Conservez tous vos produits chimiques ménagers sous clé, hors de la vue et de la portée des enfants. Les contenants de produits chimiques ménagers peuvent être dangereux, même s'ils sont scellés ou vides. Ne laissez jamais les enfants jouer avec ceux-ci.



- Pour assurer la sécurité de vos enfants, enseignez-leur la signification des symboles de danger figurant sur les produits. (voir page 5).
- Si vous pensez que votre enfant a ingéré un produit chimique ménager, appelez immédiatement un centre antipoison pour obtenir de l'aide médicale.
 - Vous trouverez le numéro du centre antipoison le plus près de chez vous au début de l'annuaire téléphonique ou en faisant une recherche sur Internet à l'aide des mots clés suivants : *centre antipoison* + (votre province ou territoire). **Conservez ce numéro près de votre téléphone.**





2 Aérez votre maison

- **Faites de l'air.** Assurez-vous d'avoir suffisamment d'air frais dans votre maison. Vous trouverez des renseignements utiles à ce sujet dans les publications sur la ventilation de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) (www.schl.ca).
- **Utilisez une hotte.** Posez une hotte (système d'extraction d'air) au-dessus de votre cuisinière et utilisez-la lorsque vous faites la cuisine, particulièrement s'il s'agit de friture.
- **Ventilez.** Ouvrez les fenêtres lorsque vous faites des travaux de peinture, de vernissage ou lorsque vous posez du tapis.
- **Minimisez les émanations.** Choisissez des peintures, des vernis, des colles et autres produits à faible taux d'émission. Pour vous aider à les choisir, recherchez les logos d'organismes d'homologation indépendants, comme le programme *ÉcoLogo*, qui établit des normes relatives au caractère durable des produits.

3 Lavez-vous souvent les mains

- Se laver souvent les mains permet de prévenir les infections et de réduire le risque d'exposition à des substances nocives. Il est particulièrement important de se laver les mains avant chaque repas.
- Pour bien se laver les mains, il faut les frotter pendant au moins 20 secondes avec du savon et de l'eau chaude.
- Lorsqu'il n'est pas possible de se servir d'eau et de savon, optez pour un antiseptique à base d'alcool.



4 Enlevez vos chaussures lorsque vous entrez dans la maison

- Le sol à l'extérieur de la maison peut contenir certaines substances que vous ne voulez pas retrouver chez vous. Une des façons d'éviter que ces substances nocives se retrouvent dans votre maison est d'enlever vos chaussures.



Ce que vous pouvez faire : **Améliorer la qualité de l'air intérieur**

Comme nous passons beaucoup de temps à l'intérieur, un air de qualité dans sa maison peut contribuer à prévenir des problèmes respiratoires ainsi que d'autres troubles de santé.

1 Évitez la fumée secondaire

Optez pour un environnement sans fumée : fumez à l'extérieur de la maison et de la voiture, ou ne fumez pas du tout.

Même si un fumeur se trouve dans une pièce fermée, la fumée secondaire se propage d'une pièce à l'autre. De plus, des substances chimiques potentiellement nocives peuvent adhérer aux tapis, aux rideaux, aux vêtements, aux aliments, aux meubles, aux jouets et à d'autres surfaces. Elles peuvent même rester dans la pièce ou la voiture longtemps après qu'on y ait fumé.

La fumée secondaire est particulièrement dangereuse pour les enfants, car leurs poumons sont encore en développement. Elle peut même traverser le placenta des femmes enceintes.



Les bébés et les enfants exposés à la fumée secondaire risquent davantage de souffrir d'asthme et d'autres problèmes respiratoires comme la toux, la pneumonie, la bronchite et le croup, ainsi que d'infections de l'oreille. Les bébés qui inhalent la fumée secondaire présentent un risque plus élevé de succomber du syndrome de mort subite du nourrisson.





Quels sont les effets sur la santé?

La fumée secondaire est nocive pour tout le monde. Elle renferme plus de 4 000 produits chimiques, les mêmes que ceux qu'inhalent un fumeur. Au moins 50 de ces produits chimiques sont connus pour causer le cancer. Ils contribuent directement à d'autres maladies, comme l'asthme, les maladies du cœur et l'emphysème, tant chez les fumeurs que les non-fumeurs.

Comment savoir s'il y a un problème?

Si quelqu'un fume dans votre maison ou votre voiture, vous et votre famille êtes exposés à la fumée secondaire.

Que puis-je faire?

Protégez votre famille des effets nocifs de la fumée secondaire en faisant de votre maison et de votre voiture des environnements sans fumée.

- Aucune forme de ventilation ne permet d'éliminer les effets nocifs de la fumée secondaire. Ouvrir les fenêtres de la maison ou de la voiture peut même ramener la fumée vers l'intérieur.
- Les assainisseurs d'air, même s'ils masquent l'odeur de la fumée, ne réduisent aucunement sa toxicité. Même les filtres à air (purificateurs d'air) ne peuvent éliminer la totalité des agents cancérigènes.



Santé Canada recommande de ne pas utiliser des purificateurs d'air qui libèrent intentionnellement de l'ozone pour assainir l'air. L'ozone est un gaz qui peut irriter les yeux, le nez, la gorge et les poumons et il s'agit d'un polluant atmosphérique important.



2 Prévenez les infiltrations de monoxyde de carbone dans votre maison

Le monoxyde de carbone (CO) est un gaz nocif qui n'a ni couleur, ni odeur, ni goût.

Le CO se forme lors de la combustion de produits comme le propane, le gaz naturel, l'essence, le mazout, le charbon et le bois. On le trouve aussi dans la fumée secondaire. Des appareils de chauffage, cheminées, cuisinières à gaz ou chauffe-eau mal installés ou fonctionnant mal peuvent également libérer du CO dans votre maison.

Quels sont les effets sur la santé?

Le CO peut causer des problèmes de santé avant même que sa présence soit détectée.

Lorsqu'il est inhalé, le CO réduit la capacité du corps à transporter l'oxygène dans le sang.

Même à de faibles concentrations, le CO peut provoquer des maux de tête ou une sensation de fatigue. À de plus fortes concentrations, ses effets sur la santé peuvent être beaucoup plus graves et même causer la mort.

Comment savoir s'il y a un problème?

La présence de CO ne peut être décelée qu'à l'aide d'un détecteur de monoxyde de carbone.

Que puis-je faire?

■ L'entretien est essentiel

- Rien ne remplace un bon entretien des appareils de chauffage, car les détecteurs de monoxyde de carbone (CO) peuvent ne pas déceler les faibles concentrations de CO susceptibles d'avoir, après un certain temps, des effets néfastes sur votre santé.
- Assurez-vous que les appareils de combustion tels que les appareils de chauffage, les cheminées, les fours à gaz et les chauffe-eau sont bien entretenus et inspectés au moins une fois par année par un spécialiste.



Détecteur de monoxyde de carbone

■ Posez un détecteur de monoxyde de carbone

- Posez au moins un détecteur de monoxyde de carbone (CO) dans la maison. Un détecteur de fumée aide à prévenir les incendies, mais ne vous avertira pas de la présence de CO. Il est important que votre domicile soit équipé d'un détecteur de CO ainsi que d'un détecteur de fumée.
- Posez un détecteur de CO homologué par l'Association canadienne de normalisation (CSA) doté d'une alarme sonore qui vous avertit en cas de concentration élevée de CO dans votre maison. Les meilleurs endroits où poser un détecteur de CO sont les couloirs, à l'extérieur des chambres. Suivez les conseils du fabricant quant à l'utilisation, à l'installation et au remplacement du détecteur. Indiquez sur votre détecteur la date à laquelle il a été installé et celle à laquelle il devra être remplacé.

■ Laissez-les dehors

- N'utilisez jamais de barbecue à l'intérieur.
- Ne vous servez pas d'appareils de chauffage au kérosène ou au mazout dans des espaces clos, sauf s'ils sont spécifiquement conçus pour un tel usage.

■ Pas de moteurs en marche à l'intérieur

- Même si la porte du garage est ouverte, n'y laissez pas un véhicule en marche au ralenti.
- Ne faites jamais fonctionner dans le garage un appareil à essence tel qu'une tondeuse à gazon, un taille-bordures, une souffleuse à neige ou autres appareils.
- Gardez la porte entre la maison et le garage fermée.



3 Mesurez le niveau de radon dans votre maison

Le radon est un gaz incolore, inodore et sans goût qui provient de la désintégration naturelle de l'uranium dans le sol et qui peut être présent chez vous à votre insu. Dans un espace confiné comme une maison, le radon peut s'accumuler et atteindre un niveau de concentration élevé et, après un certain temps, présenter un risque pour la santé.

Au Canada, on trouve du radon dans presque toutes les maisons, mais les concentrations varient d'une maison à l'autre, même si elles sont voisines. La quantité de radon présente dans votre maison dépend de facteurs tels que la quantité d'uranium dans le sol, les voies d'accès du radon à votre maison (fissures dans les fondations, vide sanitaire, puisard) et la ventilation à l'intérieur de votre maison.

Quels sont les effets sur la santé?

L'exposition au radon accroît le risque de développer un cancer du poumon. Il s'agit de la deuxième cause de cancer du poumon après le tabagisme.

Le risque de cancer dépend du niveau de radon dans votre maison, de la durée de l'exposition et du fait que vous soyez un fumeur ou non. L'exposition combinée au radon et au tabac augmente considérablement les risques de cancer du poumon.

Comment savoir s'il y a un problème?

Le SEUL moyen de savoir si vous avez un problème de radon est de soumettre votre maison à un test simple et peu coûteux. Santé Canada recommande une analyse à long terme, sur une période minimale de trois mois, effectuée à l'aide d'un appareil de mesure de radon. La meilleure période pour ce genre d'analyse s'étend de septembre à avril, puisque vos fenêtres sont généralement fermées.

Vous pouvez vous procurer un appareil de mesure de radon dans certaines quincailleries, ou encore, en commander un par téléphone ou sur Internet. Le test de radon peut aussi être effectué par un fournisseur de service qualifié.

Que puis-je faire?

Si le niveau de radon dans votre maison dépasse la norme canadienne de 200 becquerels/m³, prenez les mesures nécessaires pour le faire diminuer. Plus le niveau de radon est élevé, plus il est nécessaire d'agir rapidement.

Si les résultats du test dépassent la norme établie, voici des moyens de réduire le niveau de radon :

- Augmentez la ventilation pour permettre un échange d'air.
- Bouchez toutes les fissures et les ouvertures dans les murs et les planchers de fondation, et autour des tuyaux et des drains.
- Rénovez les planchers de votre sous-sol, surtout les sols en terre battue.

4 Minimisez le taux d'humidité dans votre maison pour réduire les risques de moisissure

Les moisissures sont des champignons qui peuvent être de différentes couleurs et qui se développent dans les endroits humides de votre maison. Elles apparaissent là où le niveau d'humidité est élevé : dans les endroits où il y a une fuite d'eau, dans la cuisine, la salle de bain, la salle de lavage, etc. Elles peuvent se développer sur le bois, le papier et les tissus, les cloisons sèches, l'isolant, l'intérieur des murs ou sur les plafonds suspendus. Le développement de moisissures peut contribuer à une mauvaise qualité de l'air.

Quels sont les effets sur la santé?

Les personnes qui vivent dans des lieux où les moisissures et l'humidité sont présentes peuvent manifester les symptômes suivants :

- Irritation des yeux, du nez et de la gorge
- Toux et accumulation de mucus
- Respiration sifflante et souffle court
- Aggravation des symptômes d'asthme
- Autres réactions allergiques

Comment savoir s'il y a un problème?

- Les moisissures ne sont pas toujours faciles à détecter; il est donc important de vérifier tous les endroits de la maison susceptibles de présenter un taux élevé d'humidité, en particulier s'il y a eu un dégât d'eau.
- Inspectez votre maison à la recherche de signes visibles de moisissure ou de zones présentant un taux d'humidité excessif. Une odeur de terre humide, des taches ou une décoloration sur les planchers, les murs, les fenêtres, les tissus ou les tapis, peuvent indiquer un problème de moisissure. Au besoin, communiquez avec un spécialiste pour obtenir de l'aide.

Que puis-je faire?

- Prévenez l'apparition de moisissure en posant les gestes suivants :



- Recherchez d'éventuels endroits humides dans la maison : sous-sol humide, évier qui fuit, chambres froides ou espace de rangement donnant sur les murs extérieurs, etc.
- Réparez les fuites d'eau dès que vous les apercevez; en cas de fuite ou d'inondation, nettoyez immédiatement la zone touchée.
- Utilisez un ventilateur d'extraction quand vous faites la cuisine ou quand vous utilisez la douche et assurez-vous que le conduit d'évacuation de votre sècheuse et de votre hotte de cuisine mènent vers l'extérieur.
- Scellez soigneusement vos baignoires, lavabos et éviers.
- Évitez l'accumulation d'objets dans le sous-sol.
- Mesurez le taux d'humidité et gardez-le bas : environ 50 % l'été et 30 % par temps froid. Si nécessaire, utilisez un déshumidificateur.
- Si vous découvrez des moisissures :
 - **Si la zone contaminée couvre une surface réduite :** éliminez les moisissures avec de l'eau et du détergent à vaisselle. Il n'est pas nécessaire de vous servir d'eau de javel.
 - **Si la zone contaminée couvre une grande surface :** prenez les précautions nécessaires pour protéger votre santé. Dans ce cas, il peut être souhaitable de faire appel à un professionnel pour éliminer les moisissures.
 - Réglez la cause du problème, qu'il s'agisse d'un dégât d'eau ou d'un taux d'humidité excessif.



Si vous pensez avoir un problème de moisissure que vous ne pouvez régler vous-même, Santé Canada et la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL) vous recommandent de communiquer avec un inspecteur qualifié en qualité de l'air qui vous conseillera sur la qualité de l'air dans les bâtiments.

Ces inspecteurs peuvent effectuer une inspection visuelle afin de déterminer quelles sont les zones problématiques et émettre des recommandations pour améliorer la situation.

La SCHL donne une formation aux inspecteurs en bâtiments et à d'autres professionnels. Elle peut aussi vous fournir une liste des ressources de votre région. Visitez www.schl.ca.



Si vous louez un logement ou un espace de travail, adressez-vous au propriétaire en cas de problème de moisissure. Les droits et les obligations des propriétaires et des locataires sont de compétence provinciale et territoriale. Des renseignements concernant les différends entre locataires et propriétaires, ainsi que les droits et obligations de chacun sont disponibles auprès de votre gouvernement provincial ou territorial.





Ce que vous pouvez faire : **Réduire votre exposition au plomb**

Le plomb est un métal extrêmement toxique présent à l'état naturel dans la croûte terrestre et qui compte de nombreux usages industriels.

Quels sont les effets sur la santé?

Le plomb peut avoir de nombreux effets nocifs sur la santé, notamment sur le système nerveux, le système sanguin et les reins.

L'exposition au plomb, même à de faibles concentrations, peut entraîner des troubles d'apprentissage et d'autres effets néfastes sur le développement de l'enfant. Les femmes enceintes doivent également faire preuve de vigilance car le plomb peut traverser le placenta.

L'une des façons de réduire l'exposition de vos enfants au plomb est de diminuer la quantité de poussière dans la maison. La terre et la poussière qui s'y trouvent sont deux des principales sources de plomb chez les enfants de moins de six ans. Épousseter, passer l'aspirateur et passer la vadrouille sont des moyens de réduire la quantité de poussière à l'intérieur.





1 Le plomb dans la peinture

Si votre maison a été construite avant les années 1960, il est probable que de la peinture à base de plomb ait été utilisée, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur. Dans les maisons construites entre les années 1960 et 1990, il est possible de trouver de petites quantités de plomb dans la peinture.

Comment savoir s'il y a un problème?

Si vous pensez que la peinture de votre maison contient du plomb, vous pouvez faire effectuer une analyse.

- Un inspecteur certifié peut mesurer le niveau de plomb présent dans la peinture de votre maison; vous pouvez aussi envoyer des éclats de peinture à un laboratoire d'analyse.
- Pour trouver un inspecteur ou un laboratoire dans votre région, communiquez avec le Conseil canadien des normes (www.scc.ca) ou l'Association canadienne des laboratoires d'analyse environnementale (www.cala.ca), faites une recherche en ligne, ou consultez la rubrique *Laboratoires d'analyses et d'essais* de votre annuaire téléphonique.



Que puis-je faire?

- Si la peinture à base de plomb est en bon état et ne se trouve pas sur une surface ou un objet qu'un enfant pourrait mettre dans sa bouche, le risque d'exposition est minime. Il est alors préférable de ne pas toucher à la peinture ou de repeindre par-dessus.
- Si la peinture à base de plomb est fendillée, qu'elle s'effrite, s'écaille ou pèle, ou si elle se trouve sur une surface ou un objet accessible aux enfants, voici comment s'y prendre pour l'enlever :
 - Évitez d'utiliser une sableuse, un pistolet à air chaud ou une lampe à souder pour retirer la peinture des maisons anciennes; ces outils peuvent créer des poussières ou des vapeurs contenant du plomb.
 - Servez-vous d'un décapant chimique, de préférence sous forme de pâte applicable à l'aide d'un pinceau.
 - Les décapants chimiques renferment des substances qui sont elles aussi dangereuses pour la santé; utilisez-les avec prudence. Assurez-vous que les enfants et les femmes enceintes ne se trouvent pas à proximité des travaux et portez toujours des lunettes de protection, des gants et un masque de bonne qualité.
 - Consultez le livret intitulé *Le plomb dans votre maison* de Santé Canada avant d'entreprendre tout projet de rénovation d'une demeure ancienne.

2 Le plomb dans la tuyauterie

La tuyauterie des maisons construites avant 1975 peut comprendre des canalisations (aussi appelées entrées de service) en plomb, ou encore des soudures ou des pièces qui contiennent du plomb. Ce plomb peut se dissoudre dans l'eau qui stagne dans les tuyaux.

Comment savoir s'il y a un problème?

Il est possible de vérifier auprès de la municipalité ou du service d'approvisionnement en eau s'il existe des entrées de service en plomb dans le quartier. Un plombier peut déterminer si votre entrée de service (tuyau d'alimentation) est en plomb. Vous pouvez également examiner vous-même ce tuyau. Il est fort probable qu'il soit fait de plomb ou qu'il en contienne s'il est souple, s'il s'égatigne facilement lorsqu'on le gratte avec un couteau ou s'il est de couleur noir grisâtre.


Si votre tuyauterie a des entrées de service en plomb, des soudures ou des pièces à base de plomb, il est possible de faire analyser l'eau du robinet pour déceler la présence de plomb dans l'eau. Certaines municipalités ont mis sur pied un programme d'échantillonnage, alors que d'autres font l'analyse de l'eau sur demande. Il se peut aussi que vous deviez prélever vous-même des échantillons et les faire analyser par un laboratoire agréé.

Pour trouver un inspecteur ou un laboratoire dans votre région, communiquez avec le Conseil canadien des normes (www.scc.ca) ou l'Association canadienne des laboratoires d'analyse environnementale (www.cala.ca), faites une recherche en ligne, ou consultez la rubrique *Laboratoires d'analyses et d'essais* de votre annuaire téléphonique.



Que puis-je faire?

- Laissez couler l'eau jusqu'à ce qu'elle soit bien froide avant de la boire ou de l'utiliser pour faire la cuisine, surtout quand il s'agit de préparations pour nourrissons. Cela est particulièrement important lorsque l'eau est restée dans les tuyaux pendant une période prolongée, comme en début de matinée.
- Ne vous servez jamais de l'eau chaude du robinet pour boire ou cuisiner.
- Communiquez avec votre service local de santé publique si vous croyez être exposé à une concentration élevée de plomb dans l'eau potable de votre maison.



Pour savoir quelles sont les autres mesures à prendre pour réduire l'exposition de vos enfants au plomb, consultez le livret *Le plomb dans votre maison* de Santé Canada.





Ce que vous pouvez faire :

Utiliser de façon sécuritaire les produits de consommation

1 Consultez les nouvelles et les avis les plus récents sur les risques potentiels pour la santé

- Santé Canada publie des avis et des mises en garde sur les produits pour informer la population des risques potentiels pour leur santé associés à un mauvais usage de certains produits de consommation. Visitez le portail sur la sécurité des consommateurs de Santé Canada à www.sante.gc.ca/consommateur pour accéder aux services suivants :

- Avis et mises en garde concernant les produits de consommation.
- Mises en garde et rappels concernant les cosmétiques.
- Abonnement au bulletin électronique sur la sécurité des produits de consommation afin de recevoir les nouvelles et les renseignements les plus récents au sujet des efforts déployés par Santé Canada dans le domaine de la sécurité des produits de consommation.

Les abonnés reçoivent des mises à jour, en ce qui a trait à la sécurité des produits de consommation, lorsque des avis et des mises en garde aux consommateurs, des renseignements, des retraits du marché de produits de consommation ou des documents de consultation sont affichés sur le site Web de Santé Canada.

Évitez d'acheter des jouets pour enfants qui produisent des bruits forts. Recherchez des jouets sonores munis d'un bouton de volume ou d'un bouton d'interruption du son, de manière à pouvoir réduire ou supprimer le son. Souvenez-vous que les enfants tiennent parfois les jouets trop près de leurs oreilles.





Reconnaissez les risques et assurez la sécurité de vos enfants



Les enfants sont curieux de nature et ne sont pas toujours en mesure de reconnaître et d'éviter les dangers. Vous pouvez prévenir bien des blessures en surveillant attentivement vos enfants et en vous assurant que leur environnement est sécuritaire.

- Consultez le guide de Santé Canada intitulé *Votre enfant est-il en sécurité?* Ce guide fournit des renseignements sur toutes sortes de sujets, dont les stores et les cordons de stores, les porte-bébés, les sucres, les tapis de jeu, les poussettes, etc.
- La loi fédérale établit des normes de sécurité très strictes concernant les jouets pour enfants. Consultez le document *Conseils de sécurité en matière de jouets* de Santé Canada pour obtenir des renseignements sur les jouets sécuritaires et leur bonne utilisation.



2 Baissez le volume — le niveau de bruit des produits de consommation

Les niveaux de bruit les plus élevés parmi les produits de consommation proviennent des appareils stéréo personnels qui ont des écouteurs ou un casque d'écoute et un lecteur de musique portatif. Il peut s'agir de radios, d'appareils de lecture de disques compacts, de cassettes, ou de fichiers de musique, comme les lecteurs MP3. Certains jouets produisent également des bruits très forts.

Quels sont les effets sur la santé?

L'utilisation à des volumes très élevés de certains produits de consommation, comme des jouets et des lecteurs de musique personnels, peut engendrer une perte permanente de l'ouïe.

Comment savoir s'il y a un problème?

- Si une personne située à un mètre de vous doit crier pour être entendue, le niveau sonore du jouet ou de l'appareil stéréo personnel est probablement trop élevé et peut être dangereux.

Que puis-je faire?

- Limitez votre exposition aux bruits forts.





Utilisation sécuritaire des produits de consommation

- Abonnez-vous au bulletin électronique sur la sécurité des produits de consommation sur le site www.sante.gc.ca/consommateur.
- Informez-vous des risques pour les enfants et assurez leur sécurité.
- Baissez le volume des lecteurs de musique personnels et des jouets.



Pour en savoir davantage sur ces risques et sur d'autres risques environnementaux, visitez

Canadiensensante.gc.ca/

Halte-O-Risques

ou composez le

1 800 O-Canada

(1-800-622-6232)

ATS 1-800-926-9105



Gouvernement
du Canada

Government
of Canada

Canada



Halte-O-Risques

Ce que vous pouvez faire!



Principes de base

- Lisez l'étiquette des produits que vous achetez et suivez les instructions qui y figurent lors de chaque utilisation.
- Aérez votre maison, ouvrez les fenêtres lorsque vous faites des travaux de peinture ou de vernissage, ou encore lorsque vous posez du tapis, et utilisez un système de ventilation qui évacue l'air à l'extérieur lorsque vous cuisinez, particulièrement lorsque vous faites de la friture.
- Choisissez des peintures, des vernis, des colles et autres produits à faible taux d'émission.
- Lavez-vous souvent les mains et retirez vos chaussures lorsque vous entrez chez vous.



Dans votre maison

- Optez pour un environnement sans fumée : fumez à l'extérieur de la maison et de la voiture, ou ne fumez pas du tout.
- Faites inspecter vos appareils de chauffage, cheminées, fours à gaz et chauffe-eau chaque année et installez un détecteur de monoxyde de carbone.
- Mesurez le niveau de radon dans votre maison.
- Minimisez le taux d'humidité dans votre maison pour réduire les risques de moisissure.



Pour en savoir davantage sur ces risques et sur d'autres risques environnementaux, visitez Canadiensensante.gc.ca/Halte-O-Risques

Pour commander des publications de Santé Canada, visitez santecanada.gc.ca

ou composez le 1 800 O-Canada (1-800-622-6232), ATS 1-800-926-9105

© Sa Majesté la Reine en droit du Canada, représentée par la ministre de la Santé, 2010.

SC Pub. : 100030

ISBN : 978-1-100-93569-0

N° au catalogue : H128-1/10-596F

This publication is also available in English under the title
HAZARDCHECK Hazards in your environment: What you can do!