



Allergies respiratoires : Acariens à l'école, salle de sieste...

Les allergènes qui vivent dans nos intérieurs viennent polluer l'air que l'on respire, il est en de même pour les salles de classes, la cantine, les lieux collectifs.

LA BONNE CONDUITE A TENIR

- ✓ Aérer votre salle tous les jours, été comme hiver, de 10 à 30 minutes pour renouveler l'air intérieur.
 - ✓ La poussière doit être faite avec un chiffon humide pour emprisonner les éléments allergisants et non un plumeau qui ne fait que déplacer les allergènes.
 - ✓ Aérer aussi après avoir passer l'aspirateur qui peut rejeter de la poussière allergisante par sa grille d'aération (idéalement avoir des filtres HEPA).
 - ✓ Pour les salles de sieste, les draps, peluches, plaids doivent être lavés régulièrement à une température minimum de 60/70 degrés pour éliminer les acariens (message à transmettre à tous les parents).
 - ✓ Evitez au maximum les moquettes, tentures, rideaux qui sont des nids parfaits pour les acariens.
 - ✓ N'achetez pas de produits acariens "très tendances" qui contiennent des insecticides dangereux pour la santé et qui feraient respirer des produits nocifs aux enfants.
- Les acariens craignent le froid et la lumière : vous pouvez par exemple sortir
- ✓ les matelas, les tapis, les peluches en plein hiver par température négative pendant 1 heure pour en éliminer une partie.