

Détoxifier la chambre

Par Valery Anne, publié le 10/04/2009 15:01:44

Les adultes y passent près de dix heures par jour. Les bébés, presque le double... Comment en bannir les substances les plus toxiques ?

Régis Saulnier, conseiller médical en environnement intérieur au sein de la société Paris Espace éco, est catégorique : « Bien des allergies et autres problèmes de santé pourraient être évités, simplement en dormant dans un environnement contenant moins de polluants chimiques, provenant des colles, des peintures, des revêtements PVC... ». Ainsi le formaldéhyde, présent dans la plupart des maisons, est - en dehors de ses propriétés cancérigènes - un facteur aggravant de l'allergie aux acariens. Il faut donc choisir des matériaux certifiés sans polluant, des isolants naturels tels la laine le bois et le chanvre, des peintures naturelles comme celles de marques Keim, Auro ou Biofa. **Et la surprise est parfois au rendez-vous. Certaines sont plutôt moins onéreuses que leurs homologues conventionnelles (35,90 euros, les 2,5 litres chez Ecolisse contre 40,90 euros les 2,5 litres chez Dulux Valentine)...** Mais, globalement, les matériaux naturels, encore peu distribués, restent entre 10 et 20 % plus chers.

Pour les sols, il faut bannir la moquette ou choisir une version pure laine teintée naturellement, comme celles de la marque Cholleton. On sélectionnera plutôt un parquet huilé ou un linoléum. Pour la literie, on évite les traitements ignifuges et anti-acariens, souvent allergisants. On préférera un sommier utilisant du bois certifié PEFC et un coton bio pour le couil du matelas et du sommier. Les ondes électromagnétiques sont aussi problématiques. « Je vois souvent des chambres qu'une fine cloison sépare d'une borne wifi. Il ne devrait y avoir aucun matériel de ce type à moins de deux mètres du dormeur », conclut Régis Saulnier.

nos bonnes adresses

Paris Espace éco

Un espace de conseil et de vente de matériaux ainsi qu'un réseau d'artisans compétents.

30, rue Saint-Petersbourg, VIIIE.

>01-53-43-83-84

>www.parisespace-eco.com

L'Express.fr <http://www.lexpress.fr/outils/imprimer.asp?id=753248>

1 sur 2 22/04/2009 15:17