

Annexe B : Liste de vérification pour un milieu de vie sans danger pour les enfants

Liste de vérification pour les garderies et les centres de la petite enfance

Votre établissement présente-t-il un danger pour les femmes enceintes et les enfants? Les questions qui suivent (et les réponses que vous y donnerez) vous permettront de déterminer si vos installations sont saines et si elles présentent des risques pour la santé des femmes enceintes et des enfants. La liste qui suit soulève les questions environnementales que vous devez vous poser à vous-même et aux autres. Vous avez donc en main l'information qu'il vous faut pour créer un environnement sain. (Si vous répondez par l'affirmative à l'une ou l'autre des questions suivantes, veuillez cocher la case correspondante.)

L'établissement

- Votre établissement est-il situé à proximité d'une zone industrielle?
- Y a-t-il des travaux de rénovation en cours?
- Le bâtiment a-t-il été construit avant 1977?
- Est-ce que la peinture s'écaille?
- Y a-t-il un endroit dans votre établissement où vous rangez des produits de nettoyage, de la peinture, des solvants ou des pesticides?

La salle de jeu et la salle d'apprentissage

- Le personnel et les enfants retirent-ils leurs chaussures en entrant?
- Les tout-petits s'amuse-t-ils avec des jouets en plastique souple?
- Est-ce que le matériel utilisé pour le bricolage dégage de fortes odeurs?
- Acceptez-vous les jouets usagés?
- Les planchers de votre établissement sont-ils principalement recouverts d'une moquette?

La salle de bain et le vestiaire

- Utilisez-vous un désodorisant pour masquer les odeurs?
- Nettoyez-vous la cuvette des toilettes, le coulis et les carreaux à l'aide de produits chimiques?
- Utilisez-vous un savon antibactérien?
- Y a-t-il de la moisissure au plafond, sur les murs, sur le coulis ou sous le lavabo?
- Utilisez-vous un thermomètre à mercure?

La cuisine

- Nettoyez-vous le four à l'aide de produits chimiques?
- Avez-vous un problème de vermine (fourmis, coquerelles, souris)?
- Utilisez-vous une cuisinière au gaz?
- Servez-vous souvent des repas à base de thon?
- Servez-vous souvent des aliments riches en graisses animales?

À l'extérieur

- Les structures de jeux sont-elles faites de bois traité à l'arséniate de cuivre chromaté (ACC), mieux connu sous le nom de « bois traité sous pression »?
- Les enfants jouent-ils à l'extérieur les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise?
- Les autobus scolaires laissent-ils tourner leur moteur au ralenti près des aires de jeux ou des zones d'embarquement?
- Le gazon est-il traité aux pesticides?
- Est-ce que les aires de jeux sont situées à proximité de bâtiments ou de clôtures dont la peinture s'écaille?

Quelques précisions et conseils de sécurité

L'établissement

Votre établissement est-il situé à proximité d'une zone industrielle?

Une usine n'est pas forcément polluante et insalubre. Il faut toutefois reconnaître que certaines d'entre elles contribuent à la pollution de l'air ou contaminent la nappe phréatique. Mais ce n'est pas là le seul désavantage à s'établir à proximité d'une zone industrielle. Par exemple, la présence continue de bruits intenses et la circulation nettement plus dense peuvent être incommodantes. Aussi, il y a peut-être des risques que le terrain ait déjà servi à des fins industrielles, ce qui augmente considérablement les dangers de contamination.

Conseils de sécurité

- Tous les établissements devraient être munis d'un bon système de ventilation, entretenu sur une base périodique par un spécialiste.
- Si l'eau provient d'un puits, le ministère de l'Environnement recommande de procéder à une analyse périodique de l'eau pour déceler toute trace de polluants chimiques.
- Si vous avez des doutes, fondés ou non, concernant la qualité de l'air dans votre collectivité, attaquez le problème de front. Faites part de vos préoccupations à votre centre de santé communautaire ou joignez-vous à des citoyens qui partagent vos inquiétudes.
- L'emplacement que vous choisirez pour votre établissement devrait être en retrait de toute source apparente de pollution (p. ex., la pollution de l'air, le bruit et la circulation).

<p>Y a-t-il des travaux de rénovation en cours?</p> <p>Les travaux de rénovation (p. ex., démolir un plancher, abattre un mur et retirer une applique murale) peuvent libérer des matières contaminées, que ce soit de la poussière, des particules d'amiante, des fibres minérales, du plomb, des pesticides et de la moisissure. De même, l'étape de la reconstruction n'est pas exempte de dangers : les nouveaux matériaux peuvent contenir des substances potentiellement nocives, notamment des composés organiques volatils, de la poussière et des fongicides. L'avantage des travaux de rénovation, c'est qu'ils permettent de créer un milieu plus sain si les matériaux et les produits utilisés sont choisis avec soin et si le travail est réalisé selon les normes d'usage.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pendant les rénovations, les femmes enceintes et les jeunes enfants devraient rester à l'écart, jusqu'à ce que les travaux soient terminés et que les lieux aient été nettoyés et aérés. • Planifiez les rénovations par temps doux, pour pouvoir travailler fenêtres ouvertes dans un endroit bien aéré; prenez soin d'éliminer la poussière régulièrement pour éviter qu'elle ne se disperse. • Choisissez des matériaux de construction naturels et robustes requérant un minimum de finition et d'entretien. Vous contribuerez ainsi à préserver les ressources naturelles et à réduire la contamination de l'air intérieur. • Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 125-126).
<p>Y a-t-il un endroit dans votre établissement où vous rangez des produits de nettoyage, de la peinture, des solvants ou des pesticides?</p> <p>De nombreux produits d'entretien à usage domestique ou commercial contiennent des substances potentiellement dangereuses. Ces produits peuvent dégager des émanations toxiques pour les enfants. Même s'ils sont rangés dans des contenants hermétiques, le danger n'est pas totalement écarté. Avec le temps, le sceau d'étanchéité perd de son efficacité et peut laisser échapper des substances chimiques. Les risques se multiplient si les produits sont entreposés dans des endroits non ventilés, comme les placards. Enfin, les enfants peuvent aussi être victimes d'une intoxication accidentelle. Soyez prévenant en réduisant au minimum l'utilisation et l'éventail de produits toxiques.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Lisez les étiquettes et laissez sur les tablettes les produits qui affichent tout un éventail de symboles de danger (corrosif, explosif, etc.). • Optez pour des produits écologiques ou non toxiques. Si vous croyez que seul un produit toxique peut venir à bout de la tâche à accomplir, n'achetez que le strict nécessaire et suivez attentivement les consignes de sécurité. • Utilisez les produits de nettoyage dans une pièce bien aérée. Interdisez l'accès aux enfants jusqu'à ce que l'odeur se soit dissipée. • Rangez tous les produits d'entretien dans des contenants hermétiques, soigneusement étiquetés, puis mettez-les sous clé. Si vous ne comptez pas réutiliser un produit, jetez l'excédent avec les déchets ménagers dangereux. • Pour en connaître davantage sur le sujet, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 120-121).

Le bâtiment a-t-il été construit avant 1977?

En 1976, la réglementation fédérale a imposé une limite à la quantité de plomb autorisée dans les peintures d'intérieur vendues au Canada. Quant à la peinture d'extérieur, elle pouvait, avant les années 1950, contenir jusqu'à 70 % de plomb en poids. Ainsi, si votre bâtiment a été construit avant 1976, la peinture intérieure et extérieure présente probablement une forte concentration de plomb. Cela dit, la peinture à base de plomb, en elle-même, est inoffensive; la situation se complique si elle s'écaille et si la surface peinte doit être restaurée, que ce soit par des travaux de ponçage ou par la démolition des murs.

Est-ce que la peinture s'écaille?

Le plomb contenu dans les éclats de peinture et dans la poussière peut avoir des effets néfastes sur la santé. Les enfants sont d'autant plus à risque qu'ils ont tendance à tout porter à leur bouche, pour le plaisir de découvrir. Ainsi, les éclats de peinture les intéressent tout autant que leurs mains couvertes de poussière contaminée. Le plomb est plus facilement assimilé par le fœtus, les bébés et les enfants; il peut nuire au développement du cerveau et altérer leurs fonctions cérébrales. Il a été scientifiquement prouvé que le plomb est nocif pour le fœtus et les enfants, quelle qu'en soit la teneur.

Conseils de sécurité

- Il n'y a aucune inquiétude à se faire si la peinture est en bon état. Si toutefois ce n'est pas le cas, il importe d'appliquer un produit d'étanchéité ou de couvrir les surfaces endommagées au moyen de cloisons sèches ou de lambris. Prenez garde de ne jamais poncer, gratter ni utiliser un pistolet à air chaud pour décaper la peinture à base de plomb.
- Pendant les rénovations, les femmes enceintes et les enfants devraient rester à l'écart, jusqu'à ce que l'endroit ait été soigneusement nettoyé. Il importe également d'éliminer la poussière régulièrement tout au long des travaux.
- Époussetez souvent, à l'aide d'un chiffon humide, le rebord des fenêtres, les moulures et toute autre surface où la poussière aurait pu s'accumuler. Pour nettoyer les planchers, utilisez une vadrouille humide.
- Pour en savoir plus, consultez le site Web de la Société canadienne d'hypothèques et de logement à l'adresse www.cmhc-schl.gc.ca ou celui de Santé Canada à l'adresse www.hcsc.gc.ca/iyh-vsv/prod/index_f.html.
- Les services de garderie aux États-Unis doivent se plier à certaines normes pour prévenir une exposition au plomb; pour en connaître les détails, parcourez le chapitre 5 du *National Health and Safety Performance Standards* à l'adresse <http://nrc.uchsc.edu/CFOC/index.html> (en anglais seulement).

La salle de jeu et la salle d'apprentissage

<p>Le personnel et les enfants retirent-ils leurs chaussures en entrant?</p> <p>De nombreuses substances présentes à l'extérieur, comme les métaux, les pesticides et les excréments d'animaux, parviennent à s'infiltrer à l'intérieur en adhérant aux chaussures, aux pattes des animaux de compagnie et aux roues des poussettes ou des chariots d'épicerie. Elles s'incrustent notamment dans la poussière, les planchers et la moquette. Souvent assis par terre, les jeunes enfants côtoient ces substances de près. Une bonne façon de les protéger est d'éviter le plus possible de contaminer l'air intérieur avec de la poussière ou des saletés provenant de l'extérieur.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none">• Demandez aux usagers du centre de retirer leurs chaussures en entrant. Vous pourriez leur faciliter la tâche en plaçant un tapis ou une chaise à l'entrée.• Les tapis d'entrée empêchent la poussière et les saletés de pénétrer à l'intérieur. Lavez-les fréquemment et séparément.• Encouragez le port de chaussures ou de chaussettes d'intérieur.• Aménagez une aire d'accueil où les parents pourront déposer et prendre leurs enfants sans devoir circuler dans l'établissement.• Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 117).
<p>Les tout-petits s'amuse-t-ils avec des jouets en plastique souple?</p> <p>Certains jouets d'enfant sont faits de polychlorure de vinyle (ou vinyle) auquel on a ajouté des phthalates pour leur donner un peu de souplesse. Ces jouets, que les enfants mettent dans leur bouche et mâchouillent, peuvent libérer des substances toxiques. En plus d'être présents dans l'air intérieur, les phthalates sont utilisés dans la fabrication de produits en plastique, de vernis à ongles, de cosmétiques et de certains emballages alimentaires. On soupçonne les phthalates d'être à l'origine de nombreux problèmes de santé (p. ex., le dysfonctionnement du système reproducteur de l'homme). En raison des pressions exercées par les consommateurs et par les instances gouvernementales, certains fabricants utilisent aujourd'hui d'autres matières plastiques. Contrairement à l'Union européenne, le Canada n'a pas encore banni, à titre préventif, l'usage de phthalates dans la fabrication des jouets. En attendant, Santé Canada recommande aux parents de jeter les anneaux de dentition et les hochets en vinyle souple.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none">• La plupart des matières recyclables portent un numéro, inscrit à l'intérieur du logo de recyclage. Servez-vous de ce code pour reconnaître facilement les articles en polychlorure de vinyle, qui sont désignés par le chiffre 3. Malheureusement, les jouets en vinyle ne sont pas tous étiquetés. Par mesure de précaution, évitez d'acheter des jouets faits d'un matériau qui a l'apparence du vinyle, en particulier, les anneaux de dentition.• Avant d'acheter un jouet ou un autre article en plastique, vérifiez si l'emballage précise l'absence de polychlorure de vinyle ou de phthalates. En cas de doute, communiquez avec le fabricant.• Utilisez des contenants en verre, en céramique ou en acier inoxydable pour faire réchauffer le lait et les aliments. Sous l'action de la chaleur, les phthalates contenus dans le plastique se diffusent et contaminent les aliments.• Favorisez les produits qui ne sont pas faits de vinyle souple; soyez particulièrement vigilant pour le choix, par exemple, d'un imperméable, d'un rideau de douche et d'une housse de poussette.

Est-ce que le matériel utilisé pour le bricolage dégage de fortes odeurs?

Le matériel et les accessoires de bricolage peuvent contenir des substances nocives pour les enfants. Par exemple, on a détecté du plomb dans des crayons, de la peinture et de la craie. De plus, les solvants présents dans la colle et les surligneurs peuvent dégager des composés organiques volatils. Ne vous méprenez pas : un produit est considéré comme *non toxique* s'il ne provoque pas une intoxication aiguë et rapide; ses effets n'ont pas nécessairement été évalués à long terme.

Les étiquettes en disent long sur l'innocuité d'un produit :

- Recherchez la mention « non toxique ».
- Assurez-vous que l'étiquette n'affiche aucun symbole de danger ni aucune mise en garde spécifique (p. ex., nocif en cas d'ingestion).
- Recherchez les sceaux AP (produit approuvé) et CL (certifié comme étant dûment étiqueté), que l'organisme américain Arts and Creative Materials Institute appose sur les produits conformes à la norme ASTM D-4236.
- Notez le pays de fabrication et soyez particulièrement vigilant si le produit a été fabriqué à l'étranger. En effet, les normes en matière de santé, d'environnement et d'hygiène au travail, s'il en est, ne sont pas aussi strictes d'un pays à l'autre.

Conseils de sécurité

- Avant d'utiliser un produit, lisez l'étiquette et suivez attentivement les instructions. Si l'étiquette n'indique pas clairement que le produit est sécuritaire, communiquez avec le fabricant pour vous assurer qu'aucune précaution n'est requise en présence de jeunes enfants.
- Prévenez les risques d'inhalation accidentelle en évitant d'acheter des produits en poudre ou en vaporisateur. Optez plutôt pour des produits vendus sous forme de liquide, de gel ou de crème. Si toutefois vous devez préparer un mélange de poudre et d'eau, faites-le en l'absence des enfants et dans un endroit bien aéré.
- La charpie accumulée sur le filtre de la sècheuse renferme une quantité de substances toxiques. Elle ne doit pas être utilisée pour fabriquer du papier ou faire du bricolage.
- Privilégiez les produits à base d'eau à ceux qui contiennent des solvants; par exemple, la colle de caoutchouc et les surligneurs à base de solvants sont à éviter.
- Pendant les périodes de bricolage, assurez-vous de ne jamais laisser les enfants sans surveillance, ne leur permettez pas de manger ou de boire et aérez bien la pièce.
- Une fois l'activité terminée, veillez à ce que les membres du personnel et les enfants se lavent bien les mains. Nettoyez minutieusement l'aire de travail. Essuyez le plancher à l'aide d'une vadrouille humide (et non un balai). Remettez tout le matériel et les accessoires dans leurs contenants originaux et rangez-les hors de la portée des enfants.
- Pour en savoir plus sur le sujet, consultez le document intitulé *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement* (p. 123-124). La Fédération canadienne des services de garde à l'enfance a également préparé une feuille-ressource, à l'adresse www.cfc-efc.ca/docs/cccf/rs021_fr.htm. De plus, vous pouvez lire les conseils de sécurité proposés par la Children's Health

	<p>Environmental Coalition, à l'adresse www.checnet.org/healthhouse/virtualhouse/index.asp (en anglais seulement).</p>
<p>Acceptez-vous les jouets usagés? Les jouets qu'on vous donne arrivent rarement dans leur emballage original et, souvent, l'étiquette du fabricant est arrachée. Par conséquent, vous ignorez tout des mesures de précaution à prendre, de l'âge requis pour qu'un enfant utilise le produit en toute sécurité, des matériaux qui entrent dans la fabrication du produit et des coordonnées du fabricant. De plus, les jouets peints, s'ils ont été fabriqués avant 1970, peuvent contenir du plomb ou d'autres substances toxiques. Les normes actuelles, plus rigoureuses, proscrivent de nombreux jouets autrefois tolérés; c'est le cas, par exemple, des anneaux de dentition, qui contiennent des substances toxiques appelées « phthalates ». Enfin, les livres et les jouets en peluche, souvent poussiéreux, favorisent la présence d'acariens, de moisissure et d'autres allergènes.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Examinez minutieusement tous les articles usagés qui vous sont donnés, surtout s'ils sont dépourvus de leur emballage original. • Débarrassez-vous des vieux jouets ou des jouets en plastique souple pour éviter qu'ils ne tombent sous la main de jeunes enfants. • Faites disparaître les articles peints, fabriqués avant les années 1970 (p. ex., les coffres à jouets ou les meubles). • Songez à rédiger des lignes directrices concernant les jouets usagés.
<p>Les planchers de votre établissement sont-ils principalement recouverts d'une moquette? L'odeur qui émane d'une nouvelle moquette est la preuve que l'air ambiant est chargé de composés organiques volatils ou d'autres produits chimiques. Ceux-ci tendent à s'accumuler si une pièce est mal ventilée et peuvent causer, entre autres malaises, des irritations aux yeux, à la gorge et aux poumons. On sait que certains de ces composés ont des effets encore plus néfastes sur la santé, et notamment sur les fonctions cérébrales. Au fil du temps, la moquette se charge de poussière et de produits chimiques et est propice à la formation de moisissure. À titre comparatif, un mètre carré d'une vieille moquette peut contenir jusqu'à 400 fois plus de poussière qu'un plancher non couvert. Les nettoyeurs pour moquettes, guère mieux, peuvent renfermer des produits chimiques qui irritent les yeux et les voies respiratoires.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pensez-y deux fois avant d'installer une moquette dans les aires de jeux. Les tapis, simples à secouer et faciles à laver, et le bois franc sont certes de meilleures options. • Placez un tapis devant la porte d'entrée et lavez-le fréquemment. • Si vous prévoyez retirer la moquette une pièce à la fois, commencez par celle où les enfants jouent le plus souvent. • Passez fréquemment l'aspirateur en vous assurant de bien aérer la pièce. Pour un nettoyage plus en profondeur, utilisez des produits écologiques, moins toxiques. • Si vous préférez la moquette à tout autre revêtement de plancher, privilégiez les fibres naturelles. Laissez la moquette à l'air libre avant de l'installer et évitez l'usage d'adhésifs toxiques. La pièce doit être bien aérée et n'être utilisée qu'une fois l'odeur totalement dissipée.

La salle de bain et le vestiaire

<p>Utilisez-vous un désodorisant pour masquer les odeurs?</p> <p>La plupart des désodorisants contiennent tout un éventail de produits chimiques toxiques utilisés pour masquer les odeurs, pour les neutraliser ou même pour bloquer le nerf olfactif de sorte que l'odeur ne puisse plus être détectée. Pour éviter l'usage de produits chimiques, trouvez et jetez ce qui est à l'origine des mauvaises odeurs ou essayez d'en diluer les effluves pour rendre l'odeur moins incommode.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none">• Utilisez une poubelle munie d'un couvercle hermétique et videz-la aussi souvent que nécessaire.• Assurez-vous de bien ventiler la salle de bain.• Pour éliminer les odeurs dans la salle de bain et le vestiaire, ouvrez une boîte de bicarbonate de soude et placez-la hors de la portée des enfants. Sachez que la zéolite est également très efficace pour neutraliser les mauvaises odeurs.
<p>Nettoyez-vous la cuvette des toilettes, le coulis et les carreaux à l'aide de produits chimiques?</p> <p>Les produits marqués d'un symbole de danger ou faisant l'objet d'une mise en garde renferment assurément des produits chimiques très puissants, souvent toxiques. Les substances nocives sont absorbées par inhalation ou par voie cutanée. Sachez qu'il est facile de garder la cuvette propre sans utiliser de produits chimiques. Par contre, le coulis entre les carreaux, une fois encrassé, est difficile à nettoyer. La meilleure solution est de prévenir la formation de moisissure.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none">• Retenez qu'une bonne ventilation prévient la formation de moisissure.• Privilégiez les produits d'entretien écologiques.• Faites briller votre salle de bain uniquement avec du bicarbonate de soude et quelques bons coups de brosse.• Si vous utilisez un produit de nettoyage puissant, suivez attentivement les instructions, aérez bien la pièce et surtout tenez les enfants à l'écart.• Si vous prévoyez changer vos carreaux de céramique, choisissez un coulis de couleur foncée; la moisissure y sera moins apparente.
<p>Utilisez-vous un savon antibactérien?</p> <p>Le savon antibactérien n'est pas efficace contre les maladies virales, comme le rhume et la grippe. Il est également difficile de prouver son efficacité réelle contre diverses infections bactériennes. Les gens tendent à faire un usage excessif du savon antibactérien, ce qui peut contribuer à l'émergence de superbactéries, c'est-à-dire des bactéries capables de résister aux produits chimiques conçus expressément pour les éliminer. Le savon ordinaire et l'eau suffisent généralement pour venir à bout de la plupart des microbes.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none">• Assurez-vous que les membres du personnel et les enfants se lavent les mains s'ils ont fait des jeux extérieurs ou du bricolage, s'ils ont utilisé la salle de bain, s'ils ont caressé un animal, s'ils ont manipulé des ordures, s'ils ont toussé, éternué ou mouché leur nez, s'ils s'apprêtent à manger ou s'ils ont terminé leur repas et s'ils ont été exposés à tout autre risque de contamination.• Suivez une à une les étapes qui suivent pour un lavage efficace : enduisez-vous les mains de savon et frottez-les vigoureusement sous l'eau chaude pendant au moins 15 secondes. Lavez l'intérieur

	<p>comme l'extérieur. Rincez-vous les mains à l'eau courante et séchez-les bien.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Le savon antibactérien devrait servir uniquement là où le besoin est réel, par exemple, dans les établissements médicaux. • Enseignez aux enfants une chanson qu'ils pourraient fredonner pendant qu'ils se lavent les mains; c'est une bonne façon de les garder concentrés à la tâche le temps d'un nettoyage minutieux.
<p>Y a-t-il de la moisissure au plafond, sur les murs, sur le coulis ou sous le lavabo?</p> <p>La moisissure prolifère si elle se trouve en présence d'humidité et de débris de nourriture. Elle s'attaque aux matériaux, comme le bois, le papier et les tissus. Les spores qu'elle produit se dispersent dans l'air et provoquent des allergies, des crises d'asthme et d'autres problèmes de santé. La meilleure façon de combattre la moisissure est de contrôler le taux d'humidité. Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement</i> (p. 36).</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Évitez de créer un milieu propice à la formation de moisissure. Maintenez vos pièces sèches et propres. Réglez sans tarder tout problème de plomberie. • Installez des ventilateurs raccordés à l'extérieur et faites-les fonctionner régulièrement. • Pour nettoyer la moisissure, armez-vous de gants de caoutchouc et d'un masque et frottez avec de l'eau mélangée à un détergent non parfumé (évitiez l'eau de Javel). Rincez avec un linge mouillé et séchez bien pour éliminer la moisissure de surface. Interdisez l'accès aux enfants et aux personnes souffrant d'asthme ou d'allergies. • Si la moisissure couvre une large surface, si elle se régénère constamment ou si un type de moisissure en particulier vous incommode, demandez l'aide d'un expert. Pour en savoir plus, rendez-vous à l'adresse www.toronto.ca/health/mould.htm (en anglais seulement). • Jetez tout article qui, après maints nettoyages, présente toujours des traces de moisissure ou ne semble jamais vouloir sécher. • Pour en savoir plus sur la moisissure, visitez le site Web de la Société canadienne d'hypothèques et de logement à l'adresse www.cmhc-schl.gc.ca.

<p>Utilisez-vous un thermomètre à mercure?</p> <p>Le mercure est un métal dangereux qui peut avoir des effets néfastes sur le développement du cerveau et sur les fonctions cérébrales. Il est dangereux d'inhaler les vapeurs de mercure qui s'échappent lorsqu'un thermomètre à mercure se brise. Et le risque est d'autant plus grand si la pièce est mal ventilée. Les thermomètres à mercure ne sont pas les seuls responsables de la pollution par le mercure. Ce métal est une source constante de contamination, surtout parce qu'il se concentre dans la chaîne alimentaire aquatique.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jetez les thermomètres à mercure avec les déchets ménagers dangereux. • Choisissez d'autres types de thermomètre (p. ex., un thermomètre numérique ou un thermomètre auriculaire à infrarouge). • Si un thermomètre à mercure se brise, gardez les enfants à distance, éteignez le système de ventilation et communiquez avec votre service de santé publique. Surtout, évitez de nettoyer le déversement à l'aide d'un aspirateur ou d'un balai.
--	--

La cuisine

<p>Nettoyez-vous le four à l'aide de produits chimiques?</p> <p>La plupart des nettoyeurs pour le four s'accompagnent de nombreuses mises en garde et d'une longue liste d'instructions et de procédures à suivre en cas d'urgence. Ils sont parmi les produits domestiques les plus toxiques vendus sur le marché. Offerts en vaporisateur ou en aérosol, ils se dispersent aisément dans l'air. Heureusement, il y a bien des façons de réduire, voire d'éviter, l'usage de ces produits chimiques dangereux.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Essayez des produits moins toxiques, que vous trouverez assez facilement dans les magasins d'aliments naturels, de produits écologiques et autres. • N'attendez pas que le four soit encrassé. Un nettoyage régulier vous évitera d'utiliser des produits chimiques puissants. • Pour un nettoyage efficace et sans danger, diluez d'abord du bicarbonate de soude dans de l'eau jusqu'à l'obtention d'une pâte. Enduisez le four de cette préparation et laissez reposer toute la nuit. Au matin, frottez avec un chiffon. • Avant d'utiliser un produit du marché, lisez attentivement les instructions, ventilez bien la pièce et tenez les enfants à l'écart.
<p>Avez-vous un problème de vermine (fourmis, coquerelles, souris)?</p> <p>Il n'est jamais agréable de cohabiter avec la vermine. Le poil, les squames et les excréments des insectes et des rongeurs peuvent aggraver les problèmes d'asthme et d'allergies. La présence de ces parasites n'est jamais tolérée bien longtemps, et augmente le recours aux pesticides. À l'intérieur cependant, ces</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Gardez les parasites à distance en éliminant tout ce qui peut les attirer; par exemple, nettoyez la moisissure, lavez bien les comptoirs et placez la nourriture dans des contenants hermétiques. • Avant d'utiliser du poison, tentez d'abord votre chance en posant des pièges. Si les résultats ne sont pas concluants, achetez des appâts sous

<p>produits ont tendance à rester longtemps en suspension dans l'air. Les enfants y sont donc largement exposés; sachez que la contamination de l'air intérieur par des pesticides a des effets beaucoup plus néfastes sur la santé que la consommation d'aliments traités aux pesticides. Enfin, gardez à l'esprit que l'accès à des produits toxiques augmente les risques d'une intoxication accidentelle.</p>	<p>forme de gel ou de crème. Évitez les produits en poudre ou en vaporisateur afin de prévenir les risques d'inhalation.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Si vous devez utiliser un pesticide, choisissez le moins toxique et suivez attentivement les instructions. Veillez à ne jamais l'appliquer en présence des enfants. Aussi, il est de votre devoir d'informer les parents et le personnel de la situation. • Pour en savoir plus, visitez le site Web de l'Agence de réglementation de la lutte antiparasitaire de Santé Canada à l'adresse www.pmr-arla.gc.ca ou celui du <i>Pesticide Action Network North America</i> à l'adresse www.panna.org (en anglais seulement).
<p>Utilisez-vous une cuisinière au gaz? Les cuisinières au gaz, si elles sont mal entretenues, peuvent libérer des particules ou des gaz toxiques (p. ex., le monoxyde de carbone et le dioxyde d'azote). À fortes concentrations, ces gaz irritent les yeux et les poumons et peuvent causer des maux de tête, des nausées, la somnolence et même la mort.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Assurez-vous que le ventilateur de la hotte de cuisinière est raccordé à l'extérieur. Lorsque vous cuisinez, faites-le fonctionner ou ouvrez une fenêtre pour bien aérer la pièce. • Faites inspecter votre cuisinière au gaz chaque année ou si quelque chose vous semble anormal. • N'utilisez jamais la cuisinière au gaz pour chauffer une pièce.
<p>Servez-vous souvent des repas à base de thon? Le poisson, y compris le thon en conserve, est une excellente source de protéines et d'acides gras oméga3. Malheureusement, tous les poissons contiennent une quantité variable de méthylmercure, une substance qui, on le sait, a des effets néfastes sur le développement du cerveau. De toutes les espèces de thon, c'est le thon léger en conserve qui contient la plus faible concentration de méthylmercure, tandis que le thon blanc (p. ex., le germon), le thon frais ou le thon surgelé contiennent des concentrations plus élevées. Les autorités compétentes ne s'entendent pas sur la quantité de thon recommandée aux femmes enceintes et aux enfants. Les plus strictes limitent la consommation à deux repas par semaine pour les</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rien n'empêche les femmes enceintes, les femmes qui allaitent et les enfants de moins de 15 ans de consommer du poisson, à la condition de le choisir avec soin. Évitez les espèces à haute teneur de mercure, comme l'espadon, le requin, le thazard et le thon frais. Par contre, le thon léger en conserve, les crevettes, le saumon, la goberge, la barbu de rivière, l'aiglefin, la truite d'élevage, le tilapia et la plie sont des choix plus avisés. • Si vous achetez du thon en conserve, privilégiez le thon en flocons ou le thon léger plutôt que le thon blanc (p. ex., le germon). • Pour en savoir plus, consultez le document intitulé <i>Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et</i>

<p>poissons à faible teneur en mercure. Par contre, le thon blanc (p. ex., le germon) et le thon rouge en conserve ne doivent pas être consommés plus d'une fois par mois.</p>	<p><i>l'environnement</i> (p. 69). Vous pouvez également lire le feuillet d'information à l'adresse http://action.web.ca/home/nutritio/attach/fish-facts-for-families-feb05.pdf (en anglais seulement) ou visiter le site Web de Santé Canada (www.hc-sc.gc.ca/ahc-asc/media/advisories-avis/2002/2002_41_f.html).</p>
<p>Servez-vous souvent des aliments riches en graisses animales?</p> <p>Les aliments riches en graisses animales peuvent être une source de polluants organiques persistants. En effet, ces substances nocives s'accumulent dans les graisses animales et se retrouvent en très fortes concentrations chez les animaux au sommet de la chaîne alimentaire. Elles regroupent divers composés : des pesticides aujourd'hui interdits (comme le DDT), des produits chimiques industriels également bannis mais toujours présents dans l'environnement (p. ex., les biphényles polychlorés), les dioxines (le polluant le plus toxique connu jusqu'ici) et d'autres substances apparentées à la dioxine (comme les éthers de diphényle polybromés, des ignifuges utilisés abondamment dans les produits de consommation). Les polluants organiques persistants ont, ou sont soupçonnés d'avoir, de nombreux effets néfastes sur la santé; le fœtus et les enfants, plus vulnérables que les adultes, sont particulièrement à risque.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • L'apport en graisses animales devrait être réduit dans le régime alimentaire des enfants. Choisissez des viandes maigres et des produits laitiers faibles en gras. Notez toutefois que les enfants de moins de deux ans puisent dans le lait entier des éléments nutritionnels fondamentaux. • Faites cuire la viande, le poisson et la volaille de façon à pouvoir extraire le gras en cours de cuisson. Retirez la peau qui recouvre le poisson ou la volaille. • Choisissez autant que possible les aliments situés au bas de la chaîne alimentaire. Par exemple, le tofu et les légumineuses sont naturellement riches en protéines végétales. • Si vous pouvez consacrer une partie de votre budget à l'achat de produits biologiques, privilégiez les aliments qui se trouvent au sommet de la chaîne alimentaire, comme la viande, la volaille, les œufs et les produits laitiers.

À l'extérieur

Les structures de jeux sont-elles faites de bois traité à l'arséniate de cuivre chromaté (ACC), mieux connu sous le nom de « bois traité sous pression »?

L'ACC est un produit chimique utilisé pour la préservation du bois. Il contient de l'arsenic, une substance cancérigène bien connue. En 2004, il a été graduellement retiré du marché de la construction résidentielle. Aujourd'hui, le Canada interdit son utilisation à des fins non industrielles. Les structures en bois traité acheté avant janvier 2004, et le sol sur lequel elles reposent, peuvent contenir des traces d'arsenic auxquelles les enfants peuvent être directement exposés; les jeunes enfants sont d'autant plus à risque qu'ils ont l'habitude de tout porter à leur bouche. Pour en savoir plus, consultez le document intitulé *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement* (p. 44).

Conseils de sécurité

- Lavez les mains des enfants ayant été en contact avec du bois traité à l'ACC.
- Couvrez les tables de pique-nique faites de bois traité sous pression.
- Les organismes de réglementation ne recommandent pas d'éliminer les structures en bois traité à l'ACC. Des études ont démontré que l'application d'un produit d'étanchéité pénétrant (et non de la peinture) constitue une façon efficace d'emprisonner une quantité considérable d'arsenic. Il est conseillé de sceller le bois traité périodiquement (chaque année ou tous les deux ans).
- Aménagez l'aire de jeux en retrait des structures de bois traité. Plantez des arbustes ou des plantes couvre-sol autour des structures de bois traité afin de garder les enfants à distance.
- Bien que l'ACC ait été graduellement retiré du marché, tout le bois traité sous pression contient un certain type de pesticide. Des précautions d'usage s'imposent.

Les enfants jouent-ils à l'extérieur les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise?

Non seulement les enfants passent-ils plus de temps à l'extérieur, mais ils sont plus actifs que les adultes. Dans l'essoufflement, ils inspirent plus profondément, et généralement par la bouche. Par conséquent, ils sont doublement exposés à la pollution de l'air, qui peut avoir des effets néfastes sur le développement et la santé de leurs poumons. Les journées où la qualité de l'air est jugée mauvaise, les médias diffusent des avertissements de smog et présentent des mesures à prendre pour prévenir ou réduire l'exposition aux polluants atmosphériques.

Conseils de sécurité

- Vérifiez chaque jour les rapports sur la qualité de l'air. Si un avertissement de smog est émis, choisissez des activités extérieures moins exigeantes ou de plus courte durée. Surveillez les enfants, particulièrement ceux qui souffrent d'asthme, pour repérer tout signe d'inconfort. Il est essentiel d'avoir toujours de l'eau à portée de la main et d'entrecouper les activités de périodes de repos.
- Pour réduire l'exposition aux polluants atmosphériques, évitez les marches ou les promenades en poussette dans les rues achalandées, surtout aux heures de pointe.
- Engagez-vous, en votre nom et au nom de la profession, à réduire la pollution de l'air. Par

	<p>exemple, prenez moins souvent la voiture et économisez l'énergie.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pour en savoir plus, rendez-vous à l'adresse www.toronto.ca/health/smog/pdf/smog_playing_outdoors_fact_sheet.pdf (en anglais seulement).
<p>Les autobus scolaires laissent-ils tourner leur moteur au ralenti près des aires de jeux ou des zones d'embarquement?</p> <p>La plupart des autobus scolaires au Canada sont munis d'un moteur au diesel. Les enfants à bord, et particulièrement ceux assis à l'arrière, peuvent être exposés aux gaz d'échappement, un mélange de produits chimiques qui trouble le système respiratoire et est considéré comme un agent cancérigène potentiel. Lorsque les vitres de l'autobus sont fermées et que le moteur tourne au ralenti, les passagers et les enfants qui circulent à proximité du véhicule sont grandement exposés aux émissions toxiques.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Dissuadez ou empêchez les conducteurs de laisser tourner le moteur au ralenti. • Les zones d'embarquement et les stationnements devraient être en retrait des aires de jeux ou des prises d'air extérieures de l'établissement. • Militez pour faire adopter un règlement qui obligerait les autobus scolaires à utiliser un carburant plus propre et pour favoriser la recherche de technologies plus écologiques.
<p>Le gazon est-il traité aux pesticides?</p> <p>De nombreuses municipalités ont adopté un règlement concernant l'usage de pesticides à l'extérieur; pourtant, les pesticides continuent d'être abondamment utilisés, notamment sur les pelouses et dans les jardins. Les enfants y sont davantage exposés, car ils passent beaucoup de temps à l'extérieur, se roulent par terre, se mettent les mains dans la bouche et négligent parfois de bien se laver les mains.</p> <p>Les pesticides, sous l'effet du vent, dérivent vers les propriétés voisines et peuvent même s'immiscer à l'intérieur de votre établissement. Ils peuvent également se propager en adhérant aux chaussures, aux pattes des animaux de compagnie et aux roues des poussettes.</p>	<p>Conseils de sécurité</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prenez soin de votre pelouse et de votre jardin sans recourir aux pesticides; utilisez plutôt des produits non toxiques. Pour en savoir plus sur l'entretien naturel des pelouses, consultez le guide du <i>Toronto Public Health</i> intitulé <i>Pesticide Free: A Guide to Natural Lawn and Garden Care</i> à l'adresse www.toronto.ca/health/pesticides/natural_lawn_guide.htm (en anglais seulement). • Insistez pour que les enfants se lavent les mains après avoir joué dehors et avant de se mettre à table. • Encouragez les membres de votre collectivité à réduire l'usage de pesticides. • Proposez que des mesures soient adoptées afin de protéger les enfants contre les pesticides.

Est-ce que les aires de jeu sont situées à proximité de bâtiments ou de clôtures dont la peinture s'écaille?

Jusqu'en 1976, la peinture pouvait contenir une concentration très élevée de plomb afin de prolonger sa durée. La teneur en plomb était donc généralement plus élevée dans la peinture d'extérieur, exposée aux intempéries. Le sable et le sol à proximité des bâtiments ou d'autres structures peintes peuvent avoir été contaminés par le plomb ou d'autres métaux provenant des éclats de peinture ou de la poussière produite par d'anciens travaux de réfection. Les enfants, qui ont l'habitude naturelle de tout porter à leur bouche, sont plus susceptibles d'être exposés à ces contaminants. Dans la plupart des cas, il n'est ni difficile ni coûteux de régler le problème : il suffit d'empêcher les enfants de jouer près des endroits à risque.

Conseils de sécurité

- Empêchez les enfants de jouer à proximité des structures peintes (appelées communément « ligne de contamination »), tout particulièrement si vous croyez que la construction date de 20 ans ou plus. Délimitez l'endroit au moyen de clôtures, d'arbustes ou de plantes couvre-sol.
- Rafraîchissez régulièrement la peinture extérieure afin d'éviter qu'elle ne s'abîme.
- Prenez soin d'éliminer régulièrement la poussière pendant les travaux de réfection ou de rénovation pour éviter qu'elle ne se disperse et contamine le sol.
- Cultivez vos légumes ou vos fines herbes à distance raisonnable d'une structure peinte.

Adaptation du matériel préparé par Susanne Burkhardt du Groupe de travail écologique de l'Association pour la santé publique de l'Ontario et du document *Ce qu'il faut savoir sur la santé des enfants et l'environnement*.