

Respect

Excellence

Intégrité

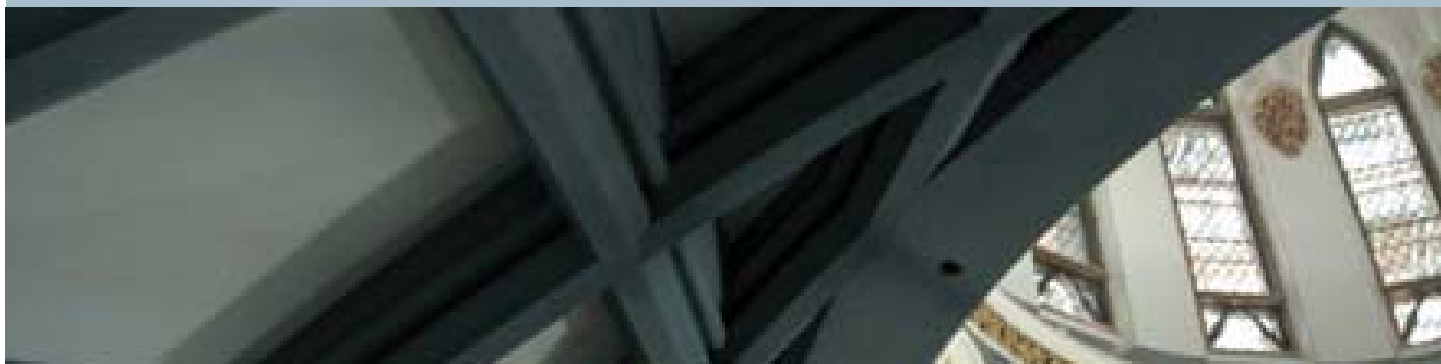
Leadership



Qualité de l'air intérieur

Conseils pour améliorer la qualité de
l'air dans votre bureau

Novembre 2000, révisé en avril 2005



Travaux publics et
Services gouvernementaux
Canada

Public Works and
Government Services
Canada

Canada



Qualité de l'air intérieur

Conseils pour améliorer la qualité de l'air dans votre bureau

Novembre 2000, révisé en avril 2005

Travaux publics et Services gouvernementaux Canada se préoccupe de la qualité de l'air intérieur que vous respirez. Lorsqu'on examine les problèmes de qualité de l'air intérieur signalés par les gestionnaires immobiliers, on découvre souvent que la qualité de l'air diminue à cause de légers problèmes faciles à éviter si tout le monde y met du sien.

Nous avons élaboré cette brochure pour vous aider à repérer les facteurs qui pourraient avoir des effets sur la qualité de l'air intérieur de votre lieu de travail. Vous y trouverez des conseils pratiques sur la façon de l'améliorer.

Notre but premier est de vous fournir des locaux qui sont sûrs, salubres et confortables.

Alors bonne lecture et respirez mieux!

QU'EST-CE QUE LA QUALITÉ DE L'AIR INTÉRIEUR?

À l'extérieur, l'air pur se trouve en abondance. Malheureusement, nous passons le plus clair de notre temps à l'intérieur, entourés de murs, de meubles, de papier, de plastique, de produits chimiques, d'aliments et de poussière et, bien sûr, de gens. L'ensemble de tous ces éléments peut détériorer la qualité de notre air intérieur.

À Travaux publics et Services gouvernementaux Canada, notre devoir est de vous offrir la meilleure qualité d'air intérieur possible. Pour ce faire, nous nous employons à vous fournir de l'air pur et climatisé et à éliminer ou à réduire les polluants présents dans votre milieu de travail.

La réduction à la source est la meilleure façon d'obtenir une bonne qualité de l'air intérieur. La ventilation, soit faire pénétrer de l'air extérieur à l'intérieur, n'a pour effet que de diluer les niveaux de polluants à l'intérieur.

COMMUNIQUER: VOILÀ LA CLÉ

Il est très important que vous signaliez les problèmes que vous éprouvez en raison de l'air de votre lieu de travail. C'est simple: il suffit de communiquer avec votre gestionnaire des installations ou votre gestionnaire immobilier. (Le titre peut varier selon le ministère ou même le bâtiment dans lequel vous travaillez.) Habituellement, la personne avec qui vous communiquez pour faire remplacer une lampe ou faire augmenter ou diminuer le chauffage est votre gestionnaire des installations. Dans certains cas, il existe un numéro de dépannage centralisé où vous pouvez signaler les problèmes.

QU'EST-CE QUE JE RESPIRE?

De nos jours, les ingénieurs conçoivent les bâtiments de manière à fournir 10 litres d'air frais par personne, par seconde. C'est beaucoup d'air! Parfois, pendant l'hiver et l'été, jusqu'à 85 p. cent de l'air intérieur est recyclé puisque les systèmes de bâtiment ne peuvent chauffer ni refroidir davantage d'air frais. L'air recyclé est mélangé à l'air frais, filtré et conditionné plusieurs fois l'heure pour fournir un confort thermique et la ventilation des lieux.

MAIS POURQUOI NE POUVONS-NOUS PAS OUVRIR LES FENÊTRES?

Les très grands bâtiments fonctionnent comme des puits de cheminées géantes, particulièrement pendant l'hiver lorsqu'il faut chauffer l'air intérieur. Si les gens laissent les fenêtres ouvertes à chaque étage, l'air frais est introduit à la base et l'air chaud est repoussé vers le haut. Il s'agit de l'effet cheminée. En conséquence, ceux qui se trouvent aux étages inférieurs gèlent et ceux qui travaillent aux étages supérieurs étouffent.

En raison de cet effet de cheminée, il est préférable d'avoir un milieu régulé mécaniquement pour obtenir un confort thermique et de l'air propre filtré pour tout le monde.

AIDEZ-NOUS À VOUS AIDER!

Voici quelques-unes des situations les plus courantes et faciles à éviter qui influent sur la qualité de l'air intérieur.

N'obstruez pas les bouches d'aération avec des meubles ou d'autres objets, car l'air ne pourra plus circuler et vous empêcherez le chauffage et le refroidissement adéquats des lieux.

N'obstruez pas les événements horizontaux des baies vitrées avec des objets comme des livres et des dossiers, car l'air ne peut pas circuler normalement contre la fenêtre, ce qui diminue l'apport d'air frais et favorise la condensation sur la vitre. La condensation peut entraîner des dommages causés par l'humidité et la moisissure qui peuvent entraîner des problèmes de santé pour les personnes allergiques ou hypersensibles.

Les ingénieurs conçoivent les bâtiments de façon à répartir l'air dans les espaces de travail en fonction de besoins précis. Les prises d'air ne fournissent pas le même volume d'air; par conséquent, si la vôtre semble distribuer plus ou moins d'air, cela ne signifie pas nécessairement qu'il y a un problème. Communiquez avec votre gestionnaire des installations si vous avez besoin d'aide. En essayant de régler les problèmes vous-même, vous pourriez aggraver votre cas. En conséquence, n'obstruez jamais les bouches d'aération avec du ruban adhésif pour arrêter les courants d'air. Vous pourriez modifier la circulation d'air, non seulement dans votre bureau, mais aussi dans les bureaux voisins. Informez votre gestionnaire des installations qu'il y a un courant d'air afin qu'il puisse prendre les mesures nécessaires.

N'essayez jamais de régler ou de réorienter vous-même le système de ventilation et ne déplacez pas les carreaux de plafond. Ces interventions pourraient modifier la circulation d'air dans l'ensemble de l'espace à bureaux.

Si votre lieu de travail comporte un thermostat réglable, prenez quelques instants pour comprendre son fonctionnement avant de modifier les réglages. Il pourrait réguler la température dans d'autres aires de travail que la vôtre. Si vous le réglez, vous pouvez diminuer le confort de vos collègues.

N'OUBLIEZ PAS VOS COLLÈGUES

Les habitudes personnelles influent souvent sur la qualité de l'air d'un milieu de travail. Même si beaucoup de petits problèmes pris séparément ne sont pas graves, chaque particule de pollution s'ajoute aux autres. En vous rappelant les conseils simples énoncés ci-dessous, vous ferez votre part pour favoriser un milieu de travail propre, inodore et agréable.

Gardez le coin-repas ou le coin-café propre afin qu'il ne diffuse pas d'odeurs.

Essuyez les renversements d'eau ou de café. Les moisissures se forment dans les endroits humides ou mouillés.

Rappelez-vous que peu de gens apprécient l'odeur des vêtements de sport, des chaussures humides ou d'autres odeurs.

Évitez de porter des eaux de toilette et des lotions après rasage au parfum prononcé. Beaucoup de personnes sont sensibles ou même allergiques à celles-ci.

Utilisez le moins possible de correcteur liquide et de marqueurs magiques. Lorsque vous ne les utilisez pas, remettez le bouchon ou le capuchon.

Évitez d'employer des désodorisants. Ils ne font que masquer les odeurs. Se servir d'une odeur

pour en masquer une autre équivaut simplement à ajouter des polluants dans l'air.

Prenez soin de vos plantes et assurez-vous que l'assiette de la jardinière ne déborde pas. Si votre plante est malade, ayez recours à des conseils de professionnels. Ne tentez pas de la traiter avec des produits chimiques.

SUR LE PLAN PERSONNEL

Nous réagissons tous différemment aux facteurs que nous rencontrons dans le lieu de travail. Vous devez prendre tous les problèmes au sérieux et en parler avec votre gestionnaire des installations. Rappelez-vous que l'augmentation du stress et de l'inconfort causés par le lieu de travail ne fait de bien à personne.

N'oubliez pas que des facteurs environnementaux et des facteurs reliés au travail autres que la qualité de l'air intérieur peuvent causer du stress et des maux de tête. Mentionnons par exemple le reflet des écrans d'ordinateur, le clignotement des lampes fluorescentes, un éclairage inadéquat et le bruit.

Si vous avez des problèmes en raison de votre lieu de travail et que vos collègues n'en ont pas, il se pourrait que vous soyez plus sensible que les autres à votre milieu. Si vous pensez que c'est le cas, informez votre superviseur et considérez la possibilité de consulter un médecin. Si vous connaissez la cause de votre inconfort, votre superviseur ou votre gestionnaire des installations pourrait peut-être modifier votre poste de travail en conséquence.

CONVERSION DES ESPACES À BUREAUX

Au moment de convertir des espaces de bureaux, il est fort probable que vous ayez besoin de conseils sur la qualité de l'air intérieur que vous obtiendrez facilement en communiquant avec Travaux publics et Services gouvernementaux Canada par l'entremise de votre gestionnaire des installations.

Les systèmes de ventilation modernes sont conçus et adaptés à la configuration des locaux et aux activités particulières des organisations. Les conduits d'aération et les événements font partie de cette conception. Lorsque la configuration des espaces change, vous pouvez également avoir besoin de modifier le système de distribution d'air.

Assurez-vous que le gestionnaire des installations soit informé de toute modification à la disposition des lieux, de sorte qu'il ou elle puisse évaluer adéquatement vos besoins en matière de ventilation.

Si vous convertissez un espace de bureaux en une salle de réunion ou une salle d'attente, il vous faudra davantage d'air et de climatisation pour accommoder un plus grand nombre de

personnes. Nous pouvons vous conseiller sur le système de régulation approprié.

Si vous convertissez un espace de bureaux ouvert en bureaux individuels fermés, vous pourriez avoir besoin de nouveaux thermostats et de nouveaux appareils de distribution d'air afin d'assurer la circulation d'une quantité d'air suffisante et une température adéquate. Une fois de plus, parlez-en avec votre gestionnaire des installations.

Tout cela constitue la mise en service des locaux. Ceux qui sont réaménagés doivent être remis en service.

LES EFFETS DES MACHINES DE BUREAU

Même les machines de bureau ont des effets sur le milieu de travail. Certaines produisent de la chaleur et d'autres dégagent des produits chimiques. La qualité de l'air intérieur peut se détériorer si elles ne sont pas adéquatement installées et utilisées. Si vous croyez que vos machines de bureau polluent votre milieu de travail, signalez-le à votre gestionnaire des installations. On vous dira si le système de ventilation existant suffit à renouveler l'air ou s'il faut le régler.

Entre-temps, vous devriez savoir ce qui suit:

Avant d'installer des appareils comme des photocopieurs ou des imprimantes, laissez votre gestionnaire des installations déterminer le meilleur emplacement pour chaque appareil et décider si vous aurez besoin d'une ventilation particulière. Dans certains cas, il faudra placer l'équipement dans une pièce distincte dotée de hottes d'extraction qui évacueront l'air vicié directement à l'extérieur.

Si les machines de bureau salissent votre lieu de travail, le réchauffent ou dégagent des odeurs, il est temps d'évaluer la situation.

Si une déchiqueteuse produit beaucoup de poussière, il se pourrait qu'il faille l'installer dans une pièce spécialement ventilée.

Un calendrier d'entretien devrait être mis en place pour l'ensemble de l'équipement et, habituellement, on a recours à des entrepreneurs privés pour l'entretien.

L'HUMIDITÉ ET VOTRE CONFORT

L'humidité est importante pour le confort de votre lieu de travail. Cependant, dans beaucoup d'anciens bâtiments, il est difficile d'atteindre les niveaux d'humidité confortables par temps froid. On obtient même, bien souvent, des niveaux d'humidité qui causent la condensation des vitres, l'apparition de moisissure et de champignons et d'humidité sur les murs. Cela peut être

dommageable aussi bien pour les gens que pour les bâtiments.

Vous ferez votre part en suivant ces consignes:

Signalez toute condensation excessive des fenêtres.

Signalez toutes les fuites d'eau.

Surveillez la formation de dépôts ou de moisissure sur les refroidisseurs d'eau . Ces derniers exigent un nettoyage régulier.

Arrosez les plantes avec soin en évitant de verser de l'eau sur la moquette où de la moisissure peut apparaître.

Évitez d'utiliser des humidificateurs individuels. L'eau qu'ils contiennent peut être contaminée et polluer l'air ambiant.

Si vous trouvez que l'air est trop sec, demandez qu'on vérifie le niveau d'humidité.

POLLUANTS CHIMIQUES

Les lieux de travail contiennent toujours des matériaux qui dégagent de petites quantités de produits chimiques, de sorte qu'il vous faut veiller à suivre les consignes suivantes:

Rebouchez fermement et entreposez dans un endroit sûr tous les produits chimiques de bureau, comme les solvants et les produits de nettoyage.

Choisissez des produits à faible odeur ou des produits qui dégagent moins de produits chimiques.

N'utilisez pas de générateur d'ozone au travail (ni à la maison à cette fin). L'ozone est un gaz toxique.

EN CONCLUSION

Que Travaux publics et Services gouvernementaux Canada construise, loue, rénove ou remette à neuf des bâtiments, il s'engage à rendre votre lieu de travail le plus confortable possible.

En suivant les conseils de cette brochure, vous ferez votre part pour que la qualité de l'air intérieur soit une priorité - c'est un effort collectif.

Et rappelez-vous que si vous avez un problème concernant la qualité de l'air intérieur, nous

disposons de matériel de mesure, de listes de contrôle préventives et de spécialistes qui peuvent aider à améliorer la situation.

Ensemble, on peut s'entraider.