

## Aide-mémoire: «aérer correctement»

---

### Situation initiale

Dans de nombreux bâtiments, de la condensation peut se former rapidement, en particulier durant la saison froide. Cela peut notamment engendrer les dégâts suivants:

- Infestations de moisissures sur les fenêtres et les murs intérieurs et extérieurs
- Pénétration de la condensation/de l'humidité à l'intérieur des fenêtres
- Tâches d'humidité sur les murs intérieurs et extérieurs
- Décollage du papier peint
- Détérioration des meubles

Bien souvent, les conséquences de ces phénomènes ne sont pas seulement gênantes du point de vue esthétique; elles peuvent également nuire à votre santé (problèmes d'hygiène).

### Origine

L'air des habitations contient toujours une certaine quantité de vapeur d'eau (invisible à l'œil nu). Plus l'air est froid, moins il peut absorber de vapeur d'eau. Lorsque l'air se refroidit, il libère cette humidité sous forme de condensation, laquelle se constate principalement sur les composants en contact avec le froid, comme les fenêtres, les murs ou les portes. Les murs, les plafonds, les coins et les parois extérieures directement situées contre des meubles (espace étroit) sont particulièrement menacés en raison d'un manque de circulation d'air qui favorise le refroidissement et l'apparition de condensation. La condensation se forme également lorsque l'air est enrichi en humidité, par exemple du fait de vapeur d'eau provenant de la cuisine, de la salle de bain ou encore de plantes. Nous en produisons également lorsque nous respirons. Dans une chambre à coucher froide, seules la respiration et la transpiration d'un individu peuvent déjà entraîner la formation de condensation.

**Important: ne pas faire sécher son linge humide dans l'appartement!**

### Solutions

L'apparition de condensation a deux causes principales:

- L'isolation des bâtiments (façades, toits, fenêtres, portes). Les bâtiments de plus en plus étanches rendent impossible tout échange d'air naturel, comme c'était le cas dans les anciens édifices.
- Une aération insuffisante et/ou un système d'aération défectueux.

Plus un bâtiment est étanche, plus il est important d'aérer régulièrement. L'humidité doit être évacuée sans gaspiller inutilement de l'énergie.

## Conseils pour aérer et économiser de l'énergie

- Aérer correctement signifie: ouvrir en grand les fenêtres trois à cinq fois par jour pendant 5 minutes (**aération par à-coups**). Attention: ouvrir les fenêtres en battant n'a pas l'effet escompté et accroît votre consommation d'énergie.
- Plus il fait froid à l'extérieur, plus le temps d'aération doit être bref.
- Si possible, aérer le matin après le réveil. L'humidité n'aura pas eu le temps de pénétrer dans les murs et les meubles et pourra donc être évacuée plus rapidement vers l'extérieur.
- Ouvrir les fenêtres afin de faire un courant d'air vers l'extérieur et pas d'une pièce à l'autre.
- Si vous ne possédez pas de fenêtres dans votre salle de bain, aérer au mieux en ouvrant une fenêtre à proximité pour éviter que la vapeur ne se répande dans le reste de l'appartement. Aérer surtout après avoir pris une douche ou un bain.
- En cas d'apparition de quantités importantes de vapeur d'eau (p. ex. lorsque vous faites la cuisine), l'évacuer le plus rapidement possible. Veillez également à bien fermer les portes de la pièce pour confiner la vapeur.
- Aérer après le repassage.
- Aérer aussi quand il pleut. L'air froid de l'extérieur est plus sec que l'air chaud présent dans votre appartement.
- Si de la condensation se forme sur une vitre intérieure, cela indique que ce sont des fenêtres solides mais aussi que l'air de la pièce est trop humide. Il faut donc aérer sans tarder.
- Voici quelques valeurs de référence pour une **température ambiante idéale**:
  - Chambre à coucher: 17°-20° C
  - Salon et cuisine: 20°-21° C
  - Salle de bain: 22° C
  - Un degré de plus ou de moins: variation d'environ 6% des coûts de chauffage (à la hausse ou à la baisse).
- Si vous possédez des volets roulants que vous fermez tous les soirs, vous pouvez également économiser entre 5 et 10% d'énergie.
- Ne placez pas de **grands meubles** trop près de murs froids car cela empêche l'air de circuler et engendre de la condensation. Gardez idéalement 5 à 10 cm d'espace entre les murs et vos meubles.
- A l'aide d'un hygromètre, vous pouvez vérifier si l'humidité est trop élevée dans votre appartement. L'humidité relative devrait se situer entre 40 et 60%.

**Remarque: aérer correctement n'élimine pas la moisissure déjà existante!**

**Aérer régulièrement permet d'éviter les dégâts causés par l'humidité, augmente la durée de vie de votre appartement et de votre mobilier, et surtout protège votre santé.**