



# CANICULE :

## METTRE EN PLACE UN ACCUEIL PROPICE AU BIEN-ÊTRE DES ENFANTS

Au cours de l'été, la température extérieure peut atteindre des valeurs très élevées qui peuvent se répercuter sur la température intérieure du bâtiment et le bien-être de ses occupants.

On appelle, **vague de chaleur** ou **canicule**, un réchauffement important de l'air pendant quelques jours à quelques semaines, avec ou sans averses intermittentes. Ces canicules sont de plus en plus fréquentes ces dernières années et les milieux d'accueil sont amenés à devoir gérer ces situations plus souvent qu'avant, alors que les bâtiments ne sont pas toujours conçus pour rester frais.

Au niveau de notre métabolisme, nous disposons d'un système de régulation de la température corporelle qui maintient celle-ci à un niveau constant, grâce notamment à la transpiration. En cas de chaleur trop importante ou de longue durée (surtout si l'humidité ambiante est élevée), transpirer ne suffit pas et la température corporelle peut s'élever. Ce sont donc des moments critiques qu'il faut savoir gérer en milieu d'accueil car les enfants sont particulièrement à risque de coup de chaleur et de déshydratation.

Dans cet article, nous faisons le tour de la question pour **proposer des moyens de se préserver de la surchauffe**, aussi bien par **les équipements** permettant de garder les locaux au frais, que par **les bonnes attitudes à adopter auprès des enfants**.

### GARDER LA FRAÎCHEUR DU BÂTIMENT

#### ✓ ADAPTER SON COMPORTEMENT D'OCCUPATION :

- Repérer l'orientation par rapport au soleil et savoir à quelle période de la journée une pièce est exposée.
- Éviter d'ajouter des sources de chaleur dans les pièces, via des appareils électriques.

#### ✓ BARRER LA ROUTE AUX RAYONS DU SOLEIL :

- Dans la journée, aux heures les plus chaudes, il est conseillé de fermer portes et fenêtres et de tirer les rideaux/les stores pour empêcher la chaleur d'entrer.
- Privilégier les protections solaires qui se trouvent à l'extérieur des bâtiments (stores, volets, auvents,...) et qui arrêteront les rayons du soleil avant qu'ils ne puissent chauffer les vitres des fenêtres. Les protections solaires intérieures sont beaucoup moins efficaces.

#### ✓ AÉRER ET RENOUVELER L'AIR :

Amener de l'air frais dans le bâtiment en ouvrant les fenêtres, tôt le matin ou tard le soir, voire, si cela est possible en toute sécurité, la nuit, via des fenêtres ne donnant pas sur la rue.

Cette aération naturelle permettra également de renouveler l'air, élément indispensable pour un intérieur sain et un bon confort d'occupation. Pour rappel, l'air intérieur est souvent plus pollué que l'air extérieur<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> Voir coffret « L'air de rien, changeons d'air ! » - Fiche « Pourquoi et comment renouveler l'air d'un milieu d'accueil ? » ONE 2016

☑ **RAFRAÎCHIR L'AIR AMBIANT :**

## LES VENTILATEURS

Pendant la journée, l'utilisation de ventilateurs peut être une solution à la surchauffe. Privilégier **les ventilateurs de plafond**, qui brassent l'air de toute la pièce.

Les ventilateurs sur pied peuvent être utilisés, même si leur efficacité est moindre. Attention dans ce cas à ce qu'ils ne soient pas accessibles pour les enfants et que ceux-ci ne soient pas dans le courant d'air brassé.



### Comment ça marche ?

Le ventilateur n'apporte pas d'air frais, il brasse l'air présent dans la pièce.

Par cette action, il peut aussi renforcer l'effet de l'aération naturelle.

Par le mouvement rotatif des pales, il accélère l'évaporation de la sueur sur la peau, ce qui donne une sensation de fraîcheur.

### Le saviez-vous ?

Les ventilateurs sur pied peuvent engendrer un peu de chaleur s'ils sont branchés sur une prise de courant. Il est inutile de laisser tourner ce type de modèle en l'absence d'occupants dans la pièce.



### RENCONTRE

## Où la température reste confortable, même en pleine canicule

Rencontre avec Mme SIMON, directrice de la Crèche « Royale Le Nid », à Ixelles (Bruxelles)

Dans cette structure, qui peut accueillir jusqu'à 110 enfants, répartis en 6 sections, plusieurs méthodes sont utilisées pour garder le bâtiment frais.

Le bâtiment (1911) a une **conception** qui le rend agréable à occuper en cas de temps chaud. Mme SIMON nous indique : « Il n'y a pas de problème de surchauffe, même quand il fait très chaud dehors. Les murs sont épais, on a de très hauts plafonds, beaucoup de fenêtres et donc une capacité d'aération très, très bonne. On a de petites fenêtres battantes au-dessus donc on peut toujours [aérer] même quand les enfants sont présents, ils n'ont pas l'air [directement sur eux]. »

Dans 4 des 6 sections, **l'aération par ouverture des fenêtres** est la seule technique nécessaire pour atteindre les températures recommandées. Cette aération permet également de chasser les polluants à l'extérieur et d'amener un air neuf.

Dans la journée, portes et fenêtres sont fermées et les tentures sont tirées. La section munie d'une baie vitrée est protégée par une tente solaire.

2 sections, celles des « bébés 2 » et des « grands 2 », ont été équipées, il y a environ 25 ans, de plusieurs **ventilateurs de plafond** chacun, réparti de manière à maximiser le brassage de l'air.

Ces appareils sont utilisés « surtout l'été pour la chambre des « grands 2 ». Chez les « bébés 2 » c'est déjà un petit peu au printemps, dès que la chaleur revient ».



### Pourquoi dans ces sections ?

Chez les « bébés 2 », le plafond est plus bas et chez les « grands 2 », le haut plafond a permis la construction d'une mezzanine où se passent les temps de repos. A cet endroit, « la hauteur de plafond est vraiment basse. ». Dans ces deux espaces « on sent vraiment l'intérêt [du ventilateur] ».

Les ventilateurs procurent une réelle sensation de bien-être, comme nous le confie la directrice « Si on oublie de les mettre en route on se rend compte tout d'un coup qu'il fait lourd et puis il suffit de les mettre en route et on sent rapidement la différence. On le voit dans l'état des enfants aussi. Ils se sentent mieux, on le voit chez les bébés. Je n'ai pas chiffré la différence [de température] mais en tous cas, le ressenti est agréable ». La section des « bébés 2 » est d'ailleurs « l'une des plus agréables en été ».

En-dehors de la température, nous nous sommes posé la question d'une éventuelle nuisance sonore lors de la rotation des ventilateurs. Mme SIMON nous rassure : « ça n'a jamais posé problème. Parce qu'il y a différents niveaux de vitesse et donc quand [les puéricultrices] veulent vraiment « donner un coup » d'aération, elles mettent au maximum.

Quand les enfants sont là, évidemment elles diminuent.

*Pareil pour les bébés, elles ne vont pas mettre au maximum quand il y a des enfants au sol. ».*

Le modèle de ventilateur de la crèche possède 5 vitesses. Seules les vitesses 1 et 2 sont utilisées en présence des enfants. Les vitesses plus rapides sont utilisées le matin pour maximiser l'aération naturelle.

### Quel entretien pour un tel équipement ?

« Chaque année au printemps, quand on va commencer [l'utilisation], les ouvriers les nettoient et resserrent les vis ». Cet entretien annuel est la seule démarche à effectuer pour un système sûr et performant.

En dehors des solutions techniques, la Crèche « Royale Le Nid » a également réfléchi à son organisation, en équipe. Mme SIMON nous explique : « En temps de canicule, ce qui se fait beaucoup en dehors de la section des tout-petits, c'est un accueil à l'extérieur [le matin]. Comme on a un grand espace de jardin, s'il fait très chaud, même à 7h30 quand on ouvre, les puéricultrices vont accueillir dans le jardin et pendant tout le temps de début de journée où elles sont dehors avec les enfants, elles aèrent énormément leurs sections et puis, elles ferment pendant les périodes de chaleur. Et on ne ressort et on ne réouvre les fenêtres et les portes, qu'en fin de journée ».

## LES SYSTÈMES DE CLIMATISATION

Si, malgré les mesures ci-dessus, un système d'air conditionné ou un climatiseur s'avère nécessaire dans le milieu d'accueil pour atteindre les températures recommandées, voici quelques points d'attention :

- ✓ éviter que l'air pulsé par l'appareil soit dirigé directement sur les enfants,
- ✓ s'assurer d'un bon entretien du climatiseur. Un entretien, inadéquat ou trop peu fréquent, peut avoir des conséquences fâcheuses pour la santé, comme la diffusion de légionellose<sup>2</sup>, notamment pour les systèmes centralisés,
- ✓ veiller à respecter les instructions d'utilisation,
- ✓ régler le climatiseur de façon à ce qu'il fasse toujours plus frais dans l'espace repos que dans l'espace d'activités,
- ✓ veiller à maintenir, entre les différents espaces intérieurs, une amplitude thermique maximale d'environ 5°C,
- ✓ contrôler régulièrement le taux d'humidité de la pièce climatisée avec un hygromètre lors de l'utilisation de l'appareil. Certains systèmes ont tendance à assécher l'air, ce qui peut mener à une irritation des muqueuses (gorge, nez,...), un dessèchement de la peau et donc un inconfort des enfants, en particulier pendant un temps de repos. D'autres systèmes vont au contraire charger l'air en humidité. Un taux d'humidité relative optimal est compris en 40 et 60%<sup>3</sup>.

La climatisation, pour être efficace, doit fonctionner toutes fenêtres fermées.

Il est à noter que la climatisation ne peut être considérée comme une panacée pouvant régler les erreurs de conception ou de gestion d'un bâtiment<sup>4</sup>. De même, il est important de différencier climatisation et renouvellement de l'air : la climatisation n'a pas pour vocation d'amener un air frais et neuf à l'intérieur.

### 2 TYPES PRINCIPAUX DE CLIMATISATION EXISTENT :

- La climatisation **centrale**, pour tout le bâtiment.

Le système centralisé en hauteur est à privilégier car l'air chaud monte, il est donc plus efficace.

- La **climatisation d'appoint**.

Plusieurs systèmes existent. Pour ce type de climatiseur, il revient à l'utilisateur de vider régulièrement le bac d'eau pour éviter tout risque de contamination.

Ces appareils ne pouvant s'installer au plafond, il faut être particulièrement attentif à ce que les enfants ne soient pas dans le flux d'air et n'aient pas accès au système, ni au cordon d'alimentation.

<sup>2</sup> Voir Coffret « L'air de rien, changeons d'air ! » - Fiche Les légionelles - ONE 2016

<sup>3</sup> Voir Fiche Humidité-Moisissures « L'air de rien, changeons d'air ! » et chapitre sur la température ambiante et l'humidité relative p. 30

<sup>4</sup> Brochure « La santé dans les milieux d'accueil de la petite enfance » ONE 2019

<sup>4</sup> Impact sanitaires des installations de climatisation, ANSES, 2004, p.32

## UNE TEMPÉRATURE MAXIMUM IMPOSE-T-ELLE LA FERMETURE DU MILIEU D'ACCUEIL ?

Il n'y a pas de température maximum qui impose une fermeture mais si les conditions d'accueil deviennent trop difficiles (selon des caractéristiques propres à chaque milieu d'accueil, type de bâtiment, isolation insuffisante, orientation plein Sud et grandes baies vitrées, par exemple), le milieu d'accueil devra en informer les parents afin qu'ils aient la possibilité d'offrir de meilleures conditions à domicile ou à l'extérieur du milieu d'accueil.

Pour les températures extrêmes, nous encourageons les accueillant(e)s à solliciter leurs responsables afin de voir quels choix sont possibles.

S'il faut en arriver à fermer le milieu d'accueil, il s'agira de s'assurer que les enfants ne seront pas soumis à des conditions encore plus défavorables à la maison. Cette décision doit donc être prise dans l'intérêt des enfants et des personnes travaillant dans les milieux d'accueil.

## ASSURER LE BIEN-ÊTRE DES ENFANTS

Pendant les heures d'accueil, il faudra veiller à :

- ✓ habiller les enfants légèrement,
- ✓ donner régulièrement à boire de l'eau (toutes les 30 minutes, voire 15, en cas de forte chaleur), même si l'enfant n'en demande pas ; pour les plus grands, laisser à disposition les gobelets afin qu'ils puissent s'hydrater à la demande,
- ✓ donner à boire davantage, en cas de vomissements, diarrhées ou fièvre,
- ✓ éventuellement rafraîchir l'enfant : bain, serviettes humides,
- ✓ rester le plus possible à l'intérieur aux moments les plus chauds de la journée (entre 12h et 16h),

- ✓ les équiper d'un chapeau (ou d'un foulard sur la tête) et de lunettes de soleil, en cas de sortie à l'extérieur (sorties qui doivent rester limitées, tôt le matin, par exemple),
- ✓ pour les moments à l'extérieur, ne pas laisser les enfants jouer au soleil : aménager un endroit ombragé et bien ventilé (parasol ou tonnelle),
- ✓ suivre scrupuleusement les mesures d'hygiène alimentaire puisque le développement des bactéries dans les aliments et l'eau est beaucoup plus rapide par temps chaud.

### COMMENT CHOISIR UNE BONNE CRÈME SOLAIRE (FOURNIE PAR LE MILIEU D'ACCUEIL OU LES PARENTS) ?

Il faut préférer les écrans minéraux aux filtres chimiques et utiliser des produits pédiatriques : émulsion E/H, c'est à dire avec phase grasse majoritaire, plus résistante à la transpiration, à l'eau et au sable.

Il faudra choisir un indice de protection élevé : FPS 30 minimum, FPS 50 pour les plus jeunes ou les phototypes sensibles (peau et cheveux clairs). Attention l'« écran total » n'existe pas : ne pas prolonger l'exposition même avec un indice de protection élevé !



**Respecter les dates de péremption ! De manière générale, elle sera d'un an maximum. Noter la date quand vous démarrez son utilisation.**

Il est toujours risqué de réutiliser le fond du tube de l'année précédente ; la crème ne sera plus aussi efficace car elle peut avoir été contaminée par du sable ou d'autres éléments et a potentiellement chauffé au soleil. Il est donc conseillé d'acheter en petite quantité sinon le risque de gaspillage est important. Si le parent amène lui-même la crème solaire, lui demander un petit tube NEUF et noter la date d'ouverture. De cette manière, la crème solaire périmée ou « altérée » ne sera pas utilisée.

## EN CAS DE PIC D'OZONE

L'ozone est un gaz naturellement présent dans l'atmosphère. Cependant, en cas d'épisode de chaleur, sa concentration peut être plus importante et créer des irritations respiratoires. En cas de pic d'ozone (généralement annoncé par les infos-météo), il faudra éviter les activités physiques extérieures et pour les enfants présentant une affection respiratoire, il est parfois préférable de rester à l'intérieur (où les concentrations sont plus basses). Ces renseignements et les prévisions météorologiques sont disponibles sur les sites : [www.health.fgov.be](http://www.health.fgov.be) et [www.irceline.be](http://www.irceline.be).

## SI CERTAINS SYMPTÔMES APPARAISSENT VOUS DEVEZ RÉAGIR RAPIDEMENT...

Malgré l'application des recommandations habituelles, les jeunes enfants sont particulièrement à risque de coup de chaleur, d'hyperthermie et de déshydratation.

**Des maux de tête**, une **fatigue** et une sensation de **faiblesse**, des **nausées**, la **peau fraîche, pâle et moite**, une élévation plus ou moins importante de la **température corporelle**, des **étourdissements**...

## QUE FAIRE ?

- ✓ lui rafraîchir la tête (le front, les tempes et le cou), les bras et le corps avec de l'eau,
- ✓ lui faire boire des solutions de réhydratation orale (ORS qui fait partie de la pharmacie de base conseillée en milieu d'accueil), par petites quantités,
- ✓ prendre sa température,
- ✓ surveiller et appeler le médecin si la température persiste ou si l'état de l'enfant ne s'améliore pas.

Si le coup de chaleur est plus important, le **pouls** peut s'accélérer, la température corporelle dépasser 40°C, la **respiration** devenir plus **difficile**, la **peau** devenir sèche, **rouge** et chaude, l'enfant peut devenir **confus** et une **perte de connaissance** est même possible. Il s'agit d'une **URGENCE MÉDICALE**.

## POUR EN SAVOIR PLUS :

- Flash Accueil N° 20 : « Le soleil, ombres et lumières »
- Brochure « La santé dans les milieux d'accueil » p.31 - ONE 2019
- Brochure « Une infrastructure au service du projet d'accueil » ONE 2018
- Coffret « L'air de rien changeons d'air ! » ONE 2016
- [www.palou.be](http://www.palou.be) : « Le petit garçon qui voulait devenir l'ami du soleil »

Isabelle DELINTE,  
Référente Santé ONE

Héloïse PAPILLON,  
Cellule eco-conseil

