

Inondations printanières: ne laissez pas la moisissure l'emporter!

Saviez-vous qu'après une infiltration d'eau, la moisissure peut se développer aussi vite qu'en 48 heures?

Les inondations peuvent gravement endommager votre logement, mais aussi nuire à votre santé en cas de croissance de moisissures. L'humidité et la moisissure dans les logements font augmenter le risque de symptômes allergiques respiratoires des personnes sensibles à la moisissure.

Les principaux symptômes sont:

· une irritation des yeux, du

nez et de la gorge;

· une toux et une accumulation de flegme;

· une respiration sifflante et un essoufflement; et

· une aggravation des symptômes de l'asthme.

Après une inondation ou un dégât d'eau majeur, il est important d'agir vite pour éviter une propagation de la moisissure :

· Jetez les objets imbibés d'eau qui ne peuvent pas être asséchés comme les matelas, les meubles rembourrés, le

papier et les cartons.

· Ne gardez pas des articles moisies une fois le logement nettoyé.

· Puisque nous passons de longues heures au lit, les oreillers, les couvertures et les jouets en peluche doivent être exempts de moisissure. Les jouets en peluche devraient être considérés comme de la literie puisqu'ils sont souvent utilisés comme coussins ou qu'ils reposent tout près du visage des enfants.



CANADA.CA/HEALTH

Canada

OUVERTURE - MAI 2021

LE REPAIRE YOGA

CRÉER LE MOUVEMENT. EN SOI. AU-DELÀ.



Marie-Eve Godin, fondatrice de la communauté Le Repaire Yoga, vous invite à la grande ouverture de son studio à

L'Hôtel Spa Le Suisse

en Mai 2021!

Forte de ses formations multiples en musique, en réadaptation physique et en enseignement du yoga, cette passionnée du mouvement à l'esprit ludique saura vous accompagner dans votre cheminement personnel vers votre mieux-être. Un endroit sécuritaire sera à votre disposition pour retrouver toute votre vitalité et ainsi devenir la meilleure version de vous-même!

Rien de moins!

La mission : Créer le mouvement. En soi. Au-delà.