

Fiche pédagogique

Nettoyer sa VMC

Assurer un air sain chez soi

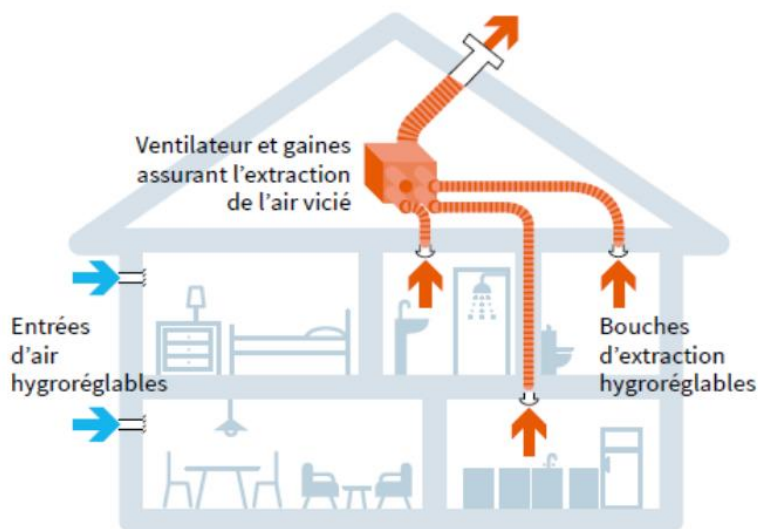
La ventilation et l'aération sont indispensables pour assurer une bonne qualité de l'air intérieur du logement. Nous verrons dans cette fiche comment entretenir correctement son système de ventilation

Remarque : nous aborderons ici l'entretien des Ventilations Mécaniques Contrôlées (VMC) simple flux. Pour les autres types de ventilation, nous recommandons de consulter le guide suivant : [Guide ADEME « Un air sain chez soi »](#)

| | |
|------------------|--|
| Temps | 30 minutes |
| Matériel | Une feuille de papier toilette |
| Notions abordées | Fonctionnement d'un système de ventilation |

Principe de la ventilation dans le logement

PRINCIPE DE LA VMC SIMPLE FLUX HYGRORÉGLABLE



La ventilation a pour but de réguler le taux d'humidité et de renouveler l'air vicié pour assurer une bonne qualité de l'air dans le logement.

Pour réaliser cela, les Ventilations Mécaniques Contrôlées (VMC) simple flux, possèdent des bouches d'extraction qui aspirent l'air dans les pièces humides (cuisine, WC, salle de bain) et des bouches d'entrée d'air, souvent placées au-dessus des menuiseries, dans les autres pièces. Ainsi l'air peut circuler dans tout le logement.



Une aération quotidienne de 5 à 10 minutes

En l'absence d'une ventilation mécanique continue, nous recommandons d'aérer votre logement 5 à 10 min par jour, fenêtres grandes ouvertes, même en hiver.

Entretien de sa VMC simple flux

S'assurer du bon fonctionnement de sa ventilation

Pour s'assurer que l'air circule bien dans le logement, il s'agira de vérifier son système de ventilation :

| | |
|--|---|
| <p style="text-align: center;">Bouche d'entrée d'air</p>  | <p>Vérifier qu'elles ne sont pas obstruées</p> |
| <p style="text-align: center;">Bouche d'extraction</p>  | <p>Vérifier leur bon fonctionnement : Pour cela, il s'agira de mettre un morceau de papier toilette devant. Si celui-ci est attiré vers la bouche, cela signifie que la bouche est aspirante et donc qu'elle fonctionne correctement.</p> |

Nettoyer les bouches d'extraction

Nettoyez une fois par trimestre les bouches d'extraction et les bouches d'entrée d'air : déclipsez la partie amovible et lavable et repositionnez-la après nettoyage.

Attention : ne mouillez pas les parties fixes des entrées d'air hygroréglables, vous nuiriez à leur bon fonctionnement.

Nous recommandons également de faire réaliser l'entretien de votre VMC tous les trois ans par un spécialiste.

Pour en savoir plus sur les types de ventilation et sur les autres aspects de la rénovation énergétique, bénéficiez d'un conseil neutre et gratuit en contactant un conseiller éco-rénovez :

- infoenergie@cpie-paysdaix.com
- eco-renovez.fr

Pour bénéficier de conseils gratuits, neutres et indépendants, rendez-vous sur :



eco-renovez.fr
en Pays d'Aix