

La réglementation sur les pics de pollution

La Loi sur l'air et l'utilisation rationnelle de l'énergie du 30 décembre 1996 définit 2 niveaux d'action en fonction des concentrations de polluants mesurés :

le niveau « d'information et de recommandation »

est assuré en Midi-Pyrénées par l'ORAMIP qui diffuse des recommandations pour les personnes vulnérables.

le niveau « d'alerte » est déclenché à l'initiative du préfet qui décide des mesures de restriction ou de suspension des activités polluantes en cause, y compris la restriction de la circulation automobile.

Bien s'informer en Midi-Pyrénées !

Ligne AIR SANTÉ

En savoir plus sur l'impact de la qualité de l'air sur la santé
Tél. 05 61 77 94 44

Qualité de l'air

Stations de mesure en Midi-Pyrénées, prévisions, indices
Observatoire Régional de l'Air en Midi-Pyrénées (ORAMIP)
www.oramip.org

Pollens

Réseau National de Surveillance Aérobiologique (RNSA)
www.pollens.fr

Air intérieur

Observatoire de la Qualité de l'Air Intérieur (OQAI)
www.air-interieur.org

Maladies respiratoires

Comité Départemental contre les Maladies Respiratoires (CDMR 31)
Tél. 05 62 88 44 36

cdmrt31@wanadoo.fr ou www.lesouffle.org

Conseillers médicaux en environnement intérieur

Repères scientifiques

Institut de Veille Sanitaire
www.invs.sante.fr

Agence Française de Sécurité Sanitaire Environnement Travail
www.afsset.fr

DDASS/DRASS

www.midipy.sante.gouv.fr

CAPITAL SANTÉ!



JE M'INFORME SUR
LA QUALITÉ
DE L'AIR
QUE JE RESPIRE

L'air constitue le premier
des éléments nécessaires à la vie.
Chaque jour, un adulte respire
10 000 à 20 000 litres d'air.

Parlez-en avec
votre médecin

La qualité de l'air que nous respirons
a un impact réel sur notre santé.
C'est pourquoi il est important de préserver ce capital commun,
de s'informer sur les pollutions atmosphériques
présentes dans l'air extérieur et à l'intérieur des locaux.
Ensemble, nous pourrons ainsi réduire la pollution et s'en protéger
en adaptant nos comportements et en suivant
des conseils simples au quotidien.

création : Contours 05 34 60 60 66 - RCS Toulouse 391606047 - Photo : PhotoAto - Illustration : Sophie Antray - Mai 2006 - Imprimé sur papier recyclé



DIRECTION RÉGIONALE
DES AFFAIRES SANITAIRES ET SOCIALES
MIDI-PYRÉNÉES



ORAMIP

OBSERVATOIRE RÉGIONAL
DE L'AIR EN MIDI-PYRÉNÉES

Qualité de l'air !

Tous concernés, mais
à des degrés différents

Même si chacun peut être affecté,
certaines personnes sont plus vulnérables
à la pollution de l'air

Les enfants de moins de 8 ans

car leurs poumons ne sont pas complètement formés.

Les personnes âgées,

car la capacité et les défenses respiratoires diminuent avec l'âge.

Les allergiques et les asthmatiques,

plus sensibles aux polluants.

Les insuffisants respiratoires et cardiaques,

déjà fragilisés par leur état de santé.

Les femmes enceintes,

une partie des polluants respirés est transmise à l'enfant.

Les fumeurs,

dont l'appareil respiratoire est déjà irrité par le tabac.

Les sportifs,

qui, de par leur activité respiratoire accrue, sont plus exposés aux polluants.

Que faire ?

Quelques conseils simples pour réduire les pollutions et se protéger

À l'extérieur

- Éviter de laisser les jeunes enfants à proximité des pots d'échappement.
- Aux heures de circulation, éviter de faire du sport ou de laisser les enfants jouer à proximité des axes routiers .
- Éviter de faire le plein de carburant ou d'utiliser sa tondeuse à gazon aux heures chaudes de la journée, en raison des vapeurs d'essence.
- Limiter l'utilisation de son véhicule ou pratiquer le covoiturage dans la mesure du possible.
Les petits trajets effectués, en ville, moteur froid, engendrent une forte surconsommation. Préférer la marche à pied, le vélo et les transports en commun. Aux heures de pointe, c'est à l'intérieur de la voiture que l'on est le plus exposé aux polluants.
- Au volant, adopter une conduite souple et fluide et ne pas laisser tourner le moteur inutilement.

Pour les personnes sensibles en cas de pic de pollution

Éviter les activités sportives de plein air. S'abstenir de sortir pendant les heures les plus chaudes de la journée l'été. Être vigilant vis-à-vis de symptômes évocateurs (toux, gêne respiratoire...) et ne pas hésiter à consulter son médecin.

En cas de pic de pollution, des recommandations sanitaires sont transmises par communiqué.

Abonnement gratuit pour recevoir l'information par email sur www.oramip.org

Un avis médical 24h/24 ? Ligne Air Santé Tél. 05 61 77 94 44

Pic de pollution, pollution de fond et de proximité !

Le pic de pollution Quand ?

La qualité de l'air diffère selon le lieu et l'heure et dépend des **émissions de polluants** (transports, industries, chauffage...) et en grande partie des **conditions météorologiques** (températures, vent, précipitations) qui peuvent favoriser la **dispersion** des polluants, ou leur **concentration** sur une zone particulière.

Par exemple, en air extérieur, en été, **le pic de pollution à l'ozone** se produit quand il y a combinaison de niveaux de polluants élevés et des conditions météo propices : fort ensoleillement, vent nul, températures élevées.

En **2003**, pendant l'été caniculaire, il y a eu **10 jours** de pic de pollution à l'ozone en Midi-Pyrénées.

Pollution de fond et de proximité Où ?

Nous passons en moyenne 20 % de notre temps à l'extérieur et 80 % dans des endroits clos. Les polluants sont aussi bien présents à l'intérieur qu'à l'extérieur.

Dans **l'air extérieur**, les polluants proviennent, pour les deux tiers, des pots d'échappement des véhicules, pour le reste : des industries, chauffages...

Dans **l'air intérieur**, on retrouve les polluants extérieurs, mais on peut également y retrouver la fumée du tabac, les polluants provenant des matériaux de construction, voire du mobilier, des appareils de combustion, des produits d'entretien, des acariens, des moisissures...

La pollution de fond, celle à laquelle nous sommes tous exposés, a plus d'impacts sur la santé que les pics de pollution ; c'est donc chaque jour que nous devons penser à préserver l'air que nous respirons.

À l'intérieur des locaux

- Aérer quotidiennement chaque pièce aux heures les moins polluées pour favoriser la dispersion des polluants (en dehors des heures de forte circulation pour les habitants des centres villes, en évitant les heures les plus chaudes l'été en cas de pollution par l'ozone, lorsqu'il y a moins de vent pour les personnes sensibles aux pollens).
- Ne pas obstruer les bouches d'aération, ni arrêter les VMC.
- Faire vérifier régulièrement ses installations de chauffage. Des installations défectueuses peuvent libérer du monoxyde de carbone qui peut être mortel. Se méfier des chauffages d'appoint sans évacuation des gaz brûlés ; ils présentent eux aussi des risques d'intoxication.
- Ne pas aggraver les effets de la pollution en ajoutant des facteurs irritants tels que tabac, solvants, peintures...