Liberté • Égalité • Fraternité
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DE LA SANTÉ

~ Qualité de l'air ~

ÉPISODE DE POLLUTION DE L'AIR À L'OZONE

LES GESTES À ADOPTER POUR PROTÉGER VOTRE SANTÉ

L'ozone est un polluant particulièrement irritant, en particulier sur le système respiratoire et le système cardiovasculaire. Ses effets (aggravés par des températures élevées) peuvent affecter une grande partie de la population, mais certaines personnes sont plus à risque.

Populations sensibles et vulnérables :

Évitez les sorties l'après-midi lorsque l'ensoleillement est maximal

Évitez la pratique d'activités physiques ou sportives intenses en plein air.
Celles peu intenses en intérieur peuvent être maintenues

Population générale :

Évitez la pratique d'activités physiques ou sportives intenses en plein air.
Celles se déroulant en intérieur peuvent être maintenues

Soyez vigilants et adoptez les gestes spécifiques vis-à-vis des personnes vulnérables et sensibles

Et dans tous les cas :

Continuez d'aérer les locaux au moins 10 minutes par jour, hiver comme été

Si vous ressentez une gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé.
Et privilégiez les sorties plus brèves et demandant le moins d'efforts

LE SAVIEZ-VOUS ?

- L'ozone est un polluant dit « secondaire » car il n'est pas directement rejeté dans l'atmosphère par une activité (industrie, transport…). Il se forme par des réactions chimiques entre plusieurs polluants sous l'action des rayons UV du soleil et en l'absence de vent. Il est surtout présent en été.
- Il est capable de se disperser sur de grandes distances et ainsi traverser toute l'Europe.

POUR PLUS D'INFORMATIONS

- ***http://solidarites-sante.gouv.fr • Dossier « qualité de l'air extérieur »***
- ***http://ecologique-solidaire.gouv.fr • Dossier « air »***
- ***https://www.ineris.fr • Dossier thématique « ozone »***

Rédaction : Direction générale de la Santé - Réalisation : DICOM des ministères sociaux, sur la base des affiches réalisées par la Ville de Grenoble avec le réseau français des villes-santé de l'OMS (RFVS) - Février 2018