

AiR

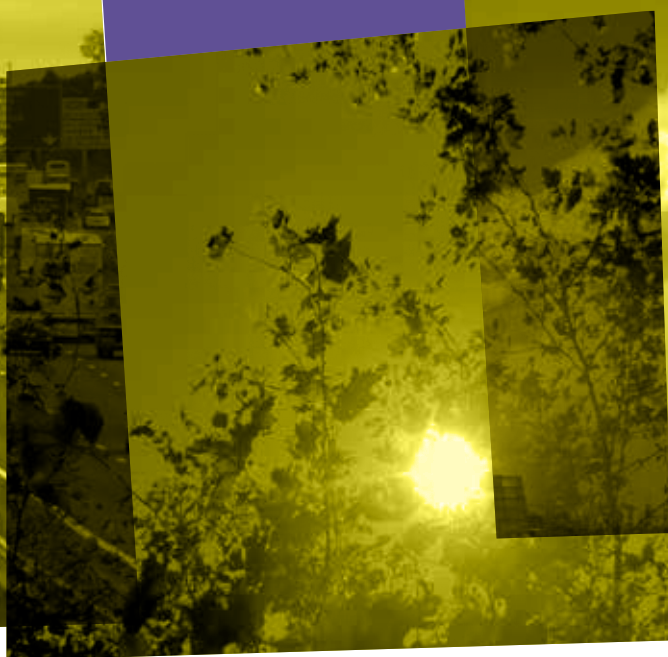


LANGUEDOC-ROUSSILLON

Membre agréé du réseau Atmo

LA POLLUTION DE L'AIR

15 000 LITRES D'AIR CHAQUE JOUR DANS MES POUMONS
DES QUESTIONS ?



L'AIR UN ENJEU, DE SANTÉ

15 000 LITRES D'AIR TRANSITENT CHAQUE JOUR DANS NOS POUMONS, UN CHIFFRE COLOSSAL POUR UNE FONCTION VITALE DONT NOUS NE SOMMES PAS TOUJOURS CONSCIENTS. L'AIR EST LE PREMIER DES ÉLÉMENTS INDISPENSABLES À LA VIE, MAIS C'EST AUSSI UN ÉLÉMENT SOUMIS À LA POLLUTION HUMAINE.

EN LANGUEDOC-ROUSSILLON, LA SURVEILLANCE ET L'INFORMATION SUR LA QUALITÉ DE L'AIR SONT ASSURÉES PAR AIR LR, OBSERVATOIRE INDÉPENDANT AGRÉÉ PAR LE MINISTÈRE EN CHARGE DE L'ÉCOLOGIE.

LA POLLUTION DE L'AIR, C'EST QUOI ?

L'air est plus ou moins contaminé par des **polluants gazeux ou solides d'origine naturelle** (émission par la végétation, les océans, les volcans ...) ou **produits par les activités humaines** (trafic routier, chauffage, industries, travaux agricoles, activités domestiques...). Les polluants de l'air sont très nombreux. Même si leurs concentrations sont très faibles, ils peuvent avoir des effets sur la santé et sur l'environnement.

TOUS CONCERNÉS !

Les effets de la pollution de l'air sur la santé dépendent de la toxicité du polluant, de sa concentration et de la durée de l'exposition. Ils sont variables d'un individu à l'autre. Les **populations sensibles** sont principalement les nourrissons et les jeunes enfants, les personnes âgées, allergiques ou asthmatiques, les sportifs et les fumeurs.

A court terme, l'exposition aux polluants peut provoquer des symptômes irritatifs au niveau des yeux, du nez et de la gorge, mais peut également favoriser la survenue d'un infarctus du myocarde, aggraver des pathologies respiratoires chroniques (asthme, bronchite...), voire provoquer le décès.

A long terme, et même à de faibles niveaux, la pollution atmosphérique peut induire des effets sanitaires comme la survenue d'un cancer du poumon, d'une maladie cardiorespiratoire, d'une naissance prématurée, d'une altération de la fonction cognitive chez l'enfant ou d'une démence chez les personnes âgées.



LA POLLUTION DE L'AIR EXTÉRIEUR ET LES PARTICULES FINES SONT CLASSÉES CANCÉROGÈNES PAR LE CENTRE INTERNATIONAL DE RECHERCHE SUR LE CANCER (CIRC), AGENCE SPÉCIALISÉE DE L'ORGANISATION MONDIALE DE LA SANTÉ (OMS).



LES PRINCIPAUX POLLUANTS

Les principaux polluants atmosphériques se classent en deux grandes familles : les polluants primaires et les polluants secondaires.

Les polluants primaires sont directement issus des sources de pollution, principalement liées aux activités humaines. Les polluants secondaires ne sont pas directement rejetés dans l'atmosphère, mais proviennent de réactions chimiques qui se produisent entre gaz. C'est le cas, notamment, de l'ozone.

POLLUTION DE L'AIR : UNE PROBLÉMATIQUE AUSSI EN AIR INTÉRIEUR

Si les polluants de l'air extérieur (dioxyde d'azote, ozone, particules, benzène...) pénètrent aussi à l'intérieur des bâtiments, l'air intérieur recèle également ses propres polluants. De nombreux polluants se trouvent ainsi à l'intérieur par les matériaux de construction, les meubles, les peintures, les appareils de chauffages et de cuisson, les aérosols ... **Renouveler régulièrement l'air intérieur** en ouvrant les fenêtres, aux heures fraîches du matin et du soir quand le trafic routier est plus faible, permet d'évacuer ces polluants et de se préserver de leurs effets.

ADOPTER LES BONNES PRATIQUES ... PAS SEULEMENT EN CAS DE PIC DE POLLUTION DE L'AIR

- Laisser sa voiture au garage, privilégier le vélo, les transports en commun et le covoiturage
 - Conduire en souplesse et respecter les limitations de vitesse
- Entretien et régler correctement son véhicule et son installation de chauffage d'habitation



LES ODEURS : NUISANCES OLFACTIVES

Une odeur est toujours un signal et la loi reconnaît comme une pollution « *toute substance olfactive susceptible de provoquer des nuisances olfactives excessives* ». Souvent, odeur et pollution toxique ne sont pas liées. Mais respirer certaines odeurs, même à des niveaux de concentration non directement toxiques, peut constituer une vraie gêne pour la santé.

TÉMOIN D'UNE ODEUR ?
SIGNALEZ LA SUR www.air-lr.org

LES POLLENS : GARE AUX ALLERGIES

Plus de 20 % de la population française souffre d'allergies respiratoires. Il existe un lien entre pollution, pollens et allergies. La pollution agit à la fois sur les pollens en modifiant leur structure, et sur les muqueuses respiratoires en modifiant leur sensibilité.

Retrouvez les bulletins polliniques
sur www.air-lr.org

LA POLLUTION DE L'AIR EN LANGUEDOC-ROUSSILLON : UN FORT ENSOLEILLEMENT, PLUS D'OZONE !

Comme l'ensemble du Sud méditerranéen, le Languedoc-Roussillon est particulièrement **affecté par les phénomènes de pollutions photochimiques**, favorisés par un fort ensoleillement et des températures élevées. L'**ozone** est le principal indicateur de cette pollution qui se développe généralement sur de vastes zones géographiques.

Les concentrations les plus importantes d'ozone sont mesurées de mai à octobre, période pendant laquelle la région connaît un afflux touristique important, notamment sur le littoral.



L'OZONE FAIT L'OBJET D'UNE SURVEILLANCE CONTINUE SUR CERTAINES ZONES GÉOGRAPHIQUES. DES PROCÉDURES D'INFORMATION DES POPULATIONS ET DE RECOMMANDATIONS SONT DÉCLENCHÉES LORS D'ÉPISODES DE POLLUTION IMPORTANTS.



Il est reconnu à chacun le droit de respirer un air qui ne nuise pas à sa santé et d'être informé de la qualité de l'air qu'il respire.

Code de l'environnement L220-1



SURVEILLER ET INFORMER SUR LA QUALITÉ DE L'AIR EN LANGUEDOC-ROUSSILLON : LA MISSION D'AIR LR

La qualité de l'air diffère selon le lieu et l'heure ; elle dépend des émissions de polluants, mais aussi des conditions météorologiques : température, vent et précipitations favorisent la dispersion des polluants.

Face aux enjeux sanitaires liés à la qualité de l'air, les pouvoirs publics définissent des niveaux de pollution au-delà desquels des actions temporaires ou permanentes de réduction des émissions polluantes sont mises en œuvre.

En Languedoc-Roussillon, la surveillance et l'information sur la qualité de l'air sont assurées par **AIR LR, observatoire indépendant agréé**. Chaque année, **AIR LR surveille plusieurs dizaines de polluants dont une quinzaine font l'objet d'une réglementation française ou européenne** (benzène, dioxyde d'azote, dioxyde de soufre, hydrocarbures légers, monoxyde de carbone, ozone, métaux toxiques, particules en suspension).

DÉFINITIONS :

Seuil de recommandation et d'information : seuil au-delà duquel une exposition de courte durée présente un risque pour les personnes particulièrement fragilisées ou sensibles à la pollution de l'air (enfants, personnes âgées, patients atteints de maladies respiratoires...)

Seuil d'alerte : seuil au-delà duquel une exposition de courte durée présente un risque pour l'ensemble de la population ou de dégradation de l'environnement.

QUE FAIRE EN CAS DE PIC DE POLLUTION ?

- Éviter les activités physiques et sportives en extérieur comme en intérieur, privilégier les activités calmes, tout faire pour éviter de respirer trop d'air pollué
- Éviter les zones fortement polluées : grandes artères, rues encaissées ... toute zone de trafic dense
- Éviter de prendre sa voiture pour ne pas aggraver le phénomène de pollution, privilégier le covoiturage et les transports en commun
- Penser à renouveler l'air intérieur de son domicile aux heures fraîches du matin et du soir quand le trafic routier est plus faible
- Consulter son médecin si des symptômes gênants apparaissent.



État

AIR
LANGUEDOC-ROUSSILLON,
observatoire indépendant agréé pour la surveillance
et l'information sur l'air, est administré par un Conseil
équilibré en 4 collèges

Industriels

Collectivités

Associations



AIR Languedoc Roussillon
Les Echelles de la Ville, Antigone
3, place Paul Bec
34000 Montpellier
Tél.: 04 67 15 96 60
Fax: 04 67 15 96 69
E-Mail: info@air-lr.org

www.air-lr.org

devenez partenAIRe

➤ Recevez gratuitement les indices de **la qualité de l'air et les alertes pollution**

➤ Retrouvez toutes **les mesures en temps réel**



www.air-lr.org



https://twitter.com/AIR_LR