

## MESSAGES SANITAIRES LORS DES PICS DE POLLUTION DE L'AIR DESTINES AUX PERSONNES SENSIBLES ET AU GRAND PUBLIC

Lors des pics de pollution de l'air, le maire d'une commune a pour obligation d'informer certaines populations sensibles, ainsi que le grand public. Afin d'améliorer la compréhension des messages habituellement envoyés, la Ville de Grenoble a souhaité **créer des affiches pédagogiques dédiés aux situations d'alerte lors des épisodes de pollution<sup>1</sup>, en mobilisant ses partenaires.**

### Sources et contributeurs

Les recommandations contenues dans ces affiches ont été rédigées sur la base de l'arrêté du 20 août 2014 relatif aux recommandations sanitaires en vue de prévenir les effets de la pollution de l'air sur la santé : [bit.ly/Arrêté140820](http://bit.ly/Arrêté140820), et les visuels « Air santé » élaborés par **Atmo Auvergne Rhône-Alpes**.

L'élaboration de ces affiches a été réalisée par la direction environnement et cadre de vie de la **Ville de Grenoble**, dans le cadre du groupe de travail « Air » du **Réseau Villes Françaises Santé (RFVS)**, associant ainsi les principaux contributeurs suivants :

- les Villes de Grenoble, Montreuil, Nantes et Rennes, avec des personnels en charge de la qualité de l'air, de la santé ou de crèches et établissements de personnes âgées,
- la Direction Générale de la Santé (Ministère de la Santé), l'ADEME,
- des experts de la santé notamment le Haut Conseil de la santé publique (Denis Zmirou)
- les Associations Agréées de Surveillance de la Qualité de l'Air (AASQA) fédérées par ATMO France
- l'Agence Régionale de Santé Auvergne Rhône-Alpes, la DREAL UD38.

Ces affiches ont été réalisées par l'agence TerraPublica sur le modèle de la campagne « Air et Santé » développée par Atmo Auvergne-Rhône-Alpes : <http://www.air-rhonealpes.fr/article/air-et-sante-un-outil-pour-mieux-agir-et-se-protéger>

### 6 publics cibles [dont affiches à visée professionnelle ou pour les usagers], 2 polluants

Des affiches spécifiques ont été réalisées pour 6 publics distincts :

- **Nourrissons** : directeurs de crèches et haltes garderies, parents,
- **Maternels** : directeurs d'écoles maternelles, parents,
- **Primaires/collèges** : écoles primaires, centres aérés, de loisirs ou de vacances, MJC,
- **Personnes âgées** : directeur ou personnel soignant des établissements recevant des personnes âgées : EHPAD, EHPA, Maison des Aidants, antennes du Service Social Personnes Agées, personnels livrant les repas à domicile... ; personnes âgées en établissements ou « isolées » suivies par la Collectivité,
- **Sportifs** : responsables équipements sportif, clubs sportifs, responsables d'évènements sportifs organisés ou soutenus par la commune,
- **Tout public**.

Pour chaque public, certaines d'affiches visent les **professionnels** (le personnel...), les autres visent les **usagers**.

Enfin, un jeu d'affiches est dédié à la pollution par les **particules**, l'autre à l'**ozone** (exceptée l'affiche pour les parents et le grand public qui porte sur les 2 polluants). En cas de concomitance d'un dépassement par les particules et par l'ozone, les conseils s'appliquant à l'ozone priment car ils insistent sur la nécessité de ne pas s'exposer à l'extérieur. Diffuser les recommandations « ozone » (et celles relatives à la canicule le cas échéant).

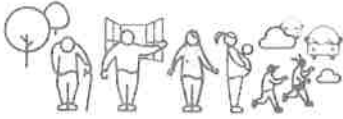
### Conditions de réutilisation

Ces affiches sont publiées sous licence « *Creative Commons - Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 3.0 France (CC BY-NC-ND 3.0 FR)* ». Elles peuvent être réutilisées par tous les acteurs qui le souhaitent. Afin de favoriser cette réappropriation, les fichiers sources sont mis à disposition. Etant donné que ces affiches et les recommandations qu'elles contiennent sont le résultat d'un travail collectif et argumenté, il est possible d'effectuer des modifications concernant **seulement** :

- le remplacement des logos nationaux apposés par défaut sur les affiches par les logos des émetteurs locaux voire ceux de leurs partenaires (ex : Villes X, ARS X, AASQA X, DREAL X, ...),
- du vocabulaire ou des précisions relatives à des problématiques locales (ex : heures pour l'ozone, ...).

En cas de d'interrogation, vous pouvez contacter les acteurs de votre région : Villes, Agence Régionale de Santé, Association Agréée de Surveillance de la Qualité de l'Air...

<sup>1</sup> Il a été décidé de ne pas créer de visuel spécifique pour la phase d'information, compte tenu de sa courte durée.



## ANNEXE : LA QUALITÉ DE L'AIR, UN ENJEU SANITAIRE

### 3 « polluants » majeurs en France

La France bénéficie d'un **dispositif de suivi continu et d'observation de la qualité de l'air** par les AASQA (Associations Agréées pour la Surveillance de la Qualité de l'Air) qui met en évidence la pollution de l'air et les leviers d'action.

- **les particules et les oxydes d'azote**

Les sources de pollution sont principalement les transports routiers et le chauffage individuel au bois non performant. Sont particulièrement touchés les centres villes et les abords des grands axes de circulation urbains et périurbains. Les pics de pollution par les particules sont principalement rencontrés en hiver.

- **l'ozone**

Issu de la transformation des oxydes d'azote et des composés organiques volatils sous l'effet des rayons solaires, les épisodes de pollution ont lieu surtout en été et en zone rurale.

### Effets sur la santé

La pollution atmosphérique augmente les risques pour la santé, en particulier les maladies cardio-vasculaires (accidents vasculaires cérébraux, troubles cardiaques, ...) et pulmonaires (asthme, broncho-pneumopathie chronique obstructive...). Malgré l'amélioration continue de la qualité de l'air, ceci reste un enjeu sanitaire majeur. En effet, 60 % de la population française respire un air dont certains composants dépassent les normes réglementaires<sup>2</sup>. 48 000 décès prématurés chaque année sont imputables à la pollution par les particules fines. Cette pollution réduirait de deux ans l'espérance de vie des populations dans les villes les plus polluées, et de 9 mois dans les zones rurales<sup>3</sup>. En cause ? Non pas les pics de pollution, mais pour une large part l'exposition quotidienne et régulière aux polluants atmosphériques.

*GRENOBLE Dans la métropole grenobloise, de 3 à 7 % des décès et de 3 à 10 % des nouveaux cas de cancer du poumon seraient imputables à la pollution de l'air chaque année<sup>4</sup>.*

### Bon à savoir

Les effets sur la santé augmentent avec le niveau de pollution (il n'existe pas d'effet de seuil) : Donc **plus on améliore la qualité de l'air, mieux on se porte !** C'est pourquoi il faut aussi réduire nos émissions de polluants, par exemple en adoptant des modes de déplacements moins polluants (marche, vélo, transports collectifs...) et en optimisant l'usage de nos chauffages au bois (changer les appareils non performants, utiliser du bois sec...), ou en ne brûlant pas nos déchets verts.

De plus, les effets nocifs de la pollution de l'air s'accumulent jour après jour : l'exposition régulière à la pollution de l'air impacte notre santé, même en dehors des pics de pollution. C'est pourquoi la plupart des **recommandations de ces affiches sont valables tout au long de l'année.**

Il y a des bénéfices pour l'ensemble des populations concernées de **maintenir une certaine activité physique**, même en cas de pic, dans des conditions favorables (parc, coulée verte,... moins exposés à la pollution de l'air).

### Pour en savoir plus

**Questions Réponses, Air extérieur et santé, septembre 2016, direction générale de la santé, Ministère des solidarités et de la santé.** [bit.ly/Air-Santé](http://bit.ly/Air-Santé)

Certaines personnes sont plus vulnérables ou plus sensibles que d'autres à la pollution de l'air, du fait de leur capital santé ou de leur âge : consulter toutes les informations utiles sur ce sujet dans la rubrique « Air extérieur » du site du Ministère chargé de la Santé : <http://solidarites-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/>

<sup>2</sup> Source Ministère de l'Écologie 2010

<sup>3</sup> Source Institut de veille sanitaire (INVS)

<sup>4</sup> Etude publiée en 2016 par l'Institut pour l'Avancée des Biosciences, Centre de recherche Inserm / CNRS / Université Grenoble Alpes, Atmo Auvergne Rhône-Alpes & Co

# ALERTE – POLLUTION DE L’AIR PAR LES PARTICULES

Parents

## Je protège la santé des nourrissons et des jeunes enfants

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l'année!



**Je sors mon enfant  
et je maintiens mes activités  
habituelles.**

Je choisis le porte-bébé ou le vélo pour  
le surélever par rapport à la route.



**Je privilégie les parcs  
et les rues peu fréquentées.**

J'évite les sorties à pied ou en voiture  
à proximité des grands axes routiers, notamment  
aux heures de pointe (7 h–10 h et 17 h–20 h).



**Je surveille l'apparition  
de gêne respiratoire**

(asthme ou symptômes évocateurs :  
fatigue, mal de gorge, nez bouché, toux,  
essoufflement, sifflements, palpitations...).  
Je consulte le médecin ou le pharmacien  
si besoin.



**Je continue d'aérer  
mon habitation.**

2 fois 10 min par jour de préférence côté cour,  
en fin de matinée en hiver.

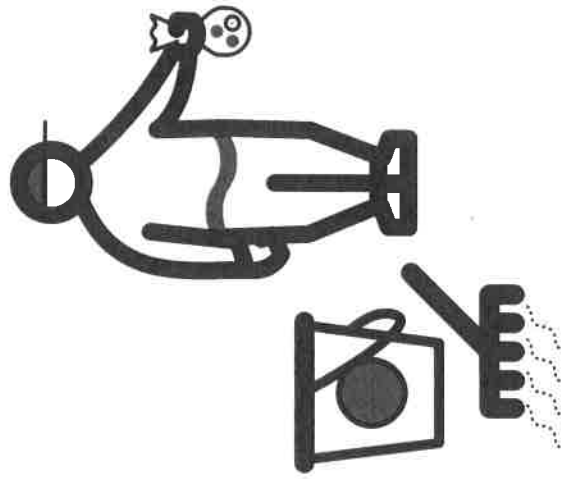
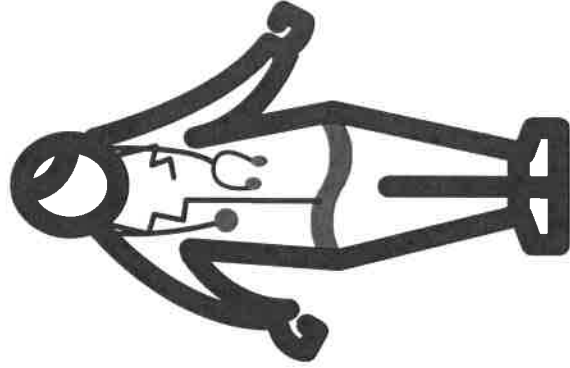
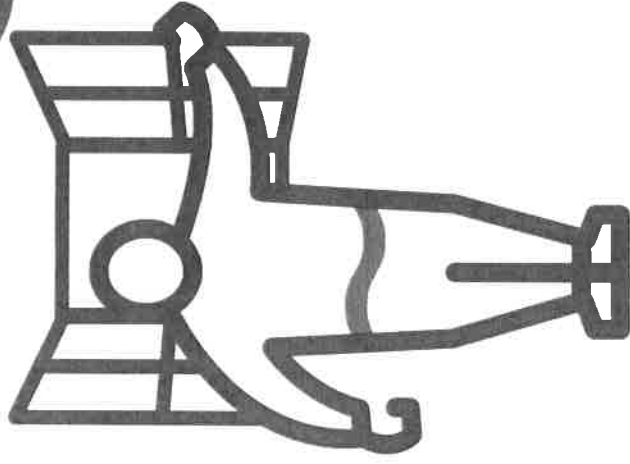
Je ne réduis pas la ventilation.  
Je n'utilise pas ma cheminée à foyer ouvert  
ni mon vieux poêle non performant.

# ALERTE - POLLUTION DE L'AIR PAR LES PARTICULES

## Je protège la santé des jeunes enfants

Écoles  
maternelles

des  
gestes  
à adopter  
à toute  
l'année!



### Je maintiens la récréation.

Je privilégie les activités calmes  
en plein air comme à l'intérieur.  
J'évite les sorties à proximité des grands  
axes routiers aux heures de pointe  
(7h-10h et 17h-20h).

### Je surveille l'apparition de gêne respiratoire

(asthme ou symptômes évocateurs : fatigue,  
mal de gorge, nez bouché, toux, essoufflement,  
sifflements, palpitations...)

### Je continue d'aérer les locaux.

2 fois 10 min par jour, de préférence côté cour  
et en fin de matinée en hiver ou la nuit en été.  
Je ne réduis pas la ventilation.

Écoles,  
collèges

## Je protège la santé des enfants

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l’année!



**Je maintiens les activités  
des enfants en plein air  
comme à l’intérieur.**

Je programme uniquement des activités  
physiques d’intensité faible ou modérée.



**Je reporte les activités  
physiques intenses\***

(compétition, cross, match, évaluation).

J’évite les sorties à proximité des grands  
axes routiers aux heures de pointe  
(7 h–10 h et 17 h–20 h).

\* Activités susceptibles d’entraîner un essoufflement  
c’est-à-dire une respiration par la bouche.



**Je surveille l’apparition  
de gêne respiratoire.**

(asthme ou symptômes évocateurs : fatigue,  
mal de gorge, nez bouché, toux, essoufflement,  
sifflements, palpitations...)



**Je continue d’aérer les locaux.**

2 fois 10 min par jour, de préférence côté cour  
et en fin de matinée en hiver ou la nuit en été.

Je ne réduis pas la ventilation.

# ALERTE – POLLUTION DE L'AIR PAR LES PARTICULES

Établissements  
sportifs

## Je protège la santé des sportifs

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l'année!



**Je maintiens les activités  
en plein air comme  
à l'intérieur.**

Je programme uniquement des activités  
physiques d'intensité faible ou modérée.

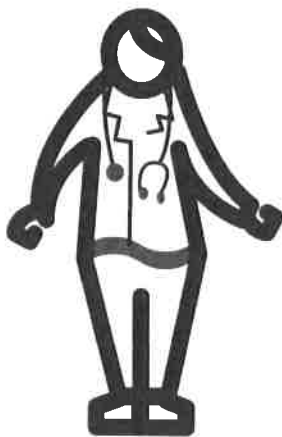


**Je reporte les activités  
physiques intenses\***

(compétition, cross, match, évaluation),  
en plein air comme à l'intérieur.

J'évite la proximité des grands axes aux heures  
de pointe (7 h-10 h / 17 h-20 h).

\* Activités susceptibles d'entraîner un essoufflement  
c'est-à-dire une respiration par la bouche.



**Je surveille**

**les personnes sensibles\*.**

Je suis attentif à l'apparition de symptômes  
évocateurs, comme : fatigue, mal de gorge,  
nez bouché, toux, essoufflement,  
sifflements, palpitations...

\* Pathologies cardio-vasculaires, insuffisants cardiaques,  
asthmatiques, personnes de plus de 65 ans.



**Je continue d'aérer les locaux.**

2 fois 10 min par jour de préférence  
côté cour, en fin de matinée en hiver  
ou la nuit l'été.

Je ne réduis pas la ventilation.

## Je protège ma santé

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l'année!



**Je sors normalement  
et maintiens mes activités  
en plein air comme  
à l'intérieur.**

Je programme uniquement des activités  
physiques d'intensité faible ou modérée.



**Je reporte les activités  
physiques intenses\***

(compétition, cross, match, évaluation).

J'évite les sorties :

- à proximité des grands axes aux heures  
de pointe (7 h-10 h / 17-20 h)

\* Activités susceptibles d'entraîner un essoufflement  
c'est-à-dire une respiration par la bouche.



**Personnes sensibles\*.**

Je suis attentif à l'apparition de symptômes  
évoqueurs, comme : fatigue, mal de gorge,  
nez bouché, toux, essoufflement,  
sifflements, palpitations...

Je consulte le médecin  
ou le pharmacien si besoin.

\* Personnes de plus de 65 ans à pathologie  
chronique respiratoire ou cardiaque.



**Je continue à aérer les locaux.**

2 fois 10 min par jour de préférence  
côté cour, en fin de matinée en hiver.

Je ne réduis pas la ventilation.

Je n'utilise pas ma cheminée à foyer ouvert  
ni mon vieux poêle non performant