

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

Territoires au niveau d'information :

- **Populations vulnérables ou sensibles :**
 - Limitez les déplacements sur les grands axes routiers et à leurs abords, aux périodes de pointe (7h-10h / 17h-20h) ;
 - Limitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions), autant en plein air qu'à l'intérieur ;
 - En cas de symptômes ou d'inquiétudes, prenez conseil auprès de votre pharmacien ou de votre médecin.
- **Population générale :** il n'est pas nécessaire de modifier les activités habituelles.

Territoires au niveau d'alerte :

- **Populations vulnérables ou sensibles :**
 - Evitez les déplacements sur les grands axes routiers et à leurs abords, aux périodes de pointe (7h-10h / 17h-20h) ;
 - Evitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions), autant en plein air qu'à l'intérieur ;
 - Reportez les activités qui demandent le plus d'effort ;
 - En cas de gêne respiratoire ou cardiaque (par exemple : essoufflement, sifflements, palpitations) :
 - Prenez conseil auprès de de votre pharmacien ou de votre médecin ;
 - Prenez conseil auprès de de votre médecin pour savoir si votre traitement médical doit être adapté le cas échéant ;
 - Privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort.
- **Population générale :**
 - En cas de gêne respiratoire ou cardiaque (par exemple : essoufflement, sifflements, palpitations), prenez conseil auprès de de votre pharmacien ou de votre médecin.
 - Réduisez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions) ;

***Populations vulnérables :** femmes enceintes, nourrissons et jeunes enfants, personnes de plus de 65 ans, personnes souffrant de pathologies cardiovasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques.*

***Populations sensibles :** personnes se reconnaissant comme sensibles lors des pics de pollution et/ou dont les symptômes apparaissent ou sont amplifiés lors des pics (par exemple : personnes diabétiques, personnes immunodéprimées, personnes souffrant d'affections neurologiques ou à risque cardiaque, respiratoire, infectieux).*

Pour connaître le détail des recommandations, consultez [l'arrêté ministériel du 20 août 2014](#)

RECOMMANDATIONS COMPORTEMENTALES (visant à réduire les émissions de polluants)

*IMPORTANT : Pour les territoires en niveau d'alerte, à ces recommandations viennent s'ajouter ou se substituer des actions contraignantes, dont le respect est obligatoire.
Consultez la préfecture de votre département pour connaître ces mesures.*

Recommandations à l'ensemble de la population

- Arrêter d'utiliser les foyers ouverts d'appoint, les appareils de chauffage au bois d'appoint de type inserts, poêles, chaudières installés avant 2000 et les groupes électrogènes
- Maîtriser la température de son logement (chauffer sans excéder 19°C)
- Pour les travaux d'entretien ou de nettoyage, éviter d'utiliser des outils non électriques (tondeuses, taille, haie,...) ainsi que des solvants organiques (white-spirit, peinture, vernis décoratifs, produits de retouche automobile,...)
- Utiliser les modes de transport permettant de limiter le plus possible les émissions de polluants : vélo, transports en commun, co-voiturage... Pour les entreprises, adapter les horaires de travail, faciliter le télétravail
- S'abstenir de circuler avec un véhicule de norme inférieure ou égale à EURO 3 et/ou dont la date d'immatriculation est antérieure au 1^{er} janvier 2006 (hormis les véhicules d'intérêt général visés à l'article R 311-1 du code de la route)
- Eviter la conduite agressive, l'usage de la climatisation ; entretenir régulièrement son véhicule
- Abaisser sa vitesse de 20 km/h sur les voies pour lesquelles la vitesse maximale autorisée est supérieure ou égale à 90km/h

RAPPEL : il est interdit de brûler des déchets verts.

Recommandations aux collectivités territoriales et autorités organisatrices des transports

- Maîtriser la température dans les bâtiments (chauffer sans excéder 19°C)
- Pour les travaux d'entretien ou de nettoyage, éviter d'utiliser des outils non électriques (tondeuses, taille, haie,...) ainsi que des solvants organiques (white-spirit, peinture, vernis décoratifs, produits de retouche automobile,...)
- Promouvoir l'humidification, l'arrosage ou toute autre technique rendant les poussières moins volatiles, notamment aux abords des voiries et lors des chantiers ; réduire l'activité des chantiers générateurs de poussières
- Développer les pratiques de mobilité les moins polluantes : co-voiturage, transports en commun ; adapter les horaires de travail, faciliter le télétravail ; faciliter l'utilisation des parkings relais et transports en communs associés
- Faire en sorte d'éviter la circulation des classes de véhicules les plus polluants (norme inférieure ou égale à EURO 3 et/ou dont la date d'immatriculation est antérieure au 1^{er} janvier 2006 (hormis les véhicules d'intérêt général visés à l'article R 311-1 du code de la route)
- Sensibiliser la population aux effets négatifs sur la consommation et les émissions de polluants d'une conduite agressive des véhicules et de l'usage de la climatisation, ainsi qu'à l'intérêt d'une maintenance régulière du véhicule
- Rendre temporairement gratuit le stationnement résidentiel
- Pratiquer les tarifs les plus attractifs pour l'usage des transports les moins polluants (vélos, transports en commun, véhicules électriques,...)

Recommandations aux agriculteurs

- Reporter l'écobuage ou pratiquer le broyage
- Suspendre les opérations de brûlage à l'air libre de sous-produits agricoles

Recommandations aux industriels

- Mettre en œuvre des dispositions de nature à réduire les rejets atmosphériques, voire réduire l'activité
- Reporter certaines opérations émettrices de [particules](#) et [oxydes d'azote](#) à la fin de l'épisode de pollution
- Reporter le démarrage d'unités à la fin de l'épisode de pollution
- Mettre en fonctionnement, lorsqu'ils existent, des systèmes de dépollution renforcés durant l'épisode de pollution
- Réduire l'activité des chantiers générateurs de poussières et mettre en place des mesures compensatoires (arrosage)
- Réduire l'utilisation des groupes électrogènes

Pour en savoir plus :

- Suivi de la pollution en temps réel et prévision actualisée : www.air-rhonealpes.fr
- Suivi du dispositif préfectoral et des mesures d'urgence : <http://www.rhone-alpes.developpement-durable.gouv.fr/pics-de-pollution-r...>
- Effets de la pollution atmosphérique sur la santé : <http://www.ars.rhonealpes.sante.fr/Air-Exterieur.146182.0.html>