

## Arrêté du 13 mars 2018

### MESSAGES SANITAIRES À DESTINATION DES POPULATIONS VULNÉRABLES, DES POPULATIONS SENSIBLES ET DE LA POPULATION GÉNÉRALE

Les messages ci-après définissent les informations et recommandations à diffuser aux populations en fonction de la nature de la pollution et des contextes locaux.

Messages sanitaires en cas de dépassement (prévu ou constaté) des seuils (1) d'information et de recommandation et en cas de dépassement (prévu ou constaté) des seuils d'alerte fixés pour les polluants suivants : particules de taille inférieure à 10 micromètres (PM10), dioxyde d'azote (NO2), dioxyde de soufre (SO2), ozone (O3) :

POPULATIONS CIBLES	MESSAGES SANITAIRES
<p><u>Populations vulnérables</u> :</p> <p>Femmes enceintes, nourrissons et jeunes enfants, personnes de plus de 65 ans, personnes souffrant de pathologies cardiovasculaires, insuffisants cardiaques ou respiratoires, personnes asthmatiques.</p> <p><u>Populations sensibles</u> :</p> <p>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).</p>	<p>Dans tous les cas :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé ;</li> <li>- privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort ;</li> <li>- prenez conseil auprès de votre médecin pour savoir si votre traitement médical doit être adapté le cas échéant.</li> </ul> <p>En cas d'épisode de pollution aux polluants PM10, NO2, SO2 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- évitez les zones à fort trafic routier, aux périodes de pointe ;</li> <li>- privilégiez les activités modérées.</li> </ul> <p>En cas d'épisode de pollution à l'O3 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- évitez les sorties durant l'après-midi lorsque l'ensoleillement est maximum ;</li> <li>- évitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions) en plein air ; celles peu intenses à l'intérieur peuvent être maintenues.</li> </ul>
<p>Population générale</p>	<p>Dans tous les cas :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- en cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé. ;</li> <li>- privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort.</li> </ul> <p>En cas d'épisodes de pollution aux polluants PM10, NO2, SO2 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- réduisez, voire reportez, les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions).</li> </ul> <p>En cas d'épisode de pollution à l'O3 :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions) à l'intérieur peuvent être maintenues.</li> </ul>