

# J'agis pour mon air!



# Pourquoi agir pour mon air ?



## Pour ma santé !

La pollution peut entraîner :

- asthme, bronchites, cancer des poumons ;
- AVC, infarctus du myocarde ;
- naissances prématurées, baisse de la fertilité ;
- maux de tête ;
- irritations des yeux ;
- dégradation des défenses de l'organisme...



## Pour la planète !

La pollution peut dégrader  
mon environnement :

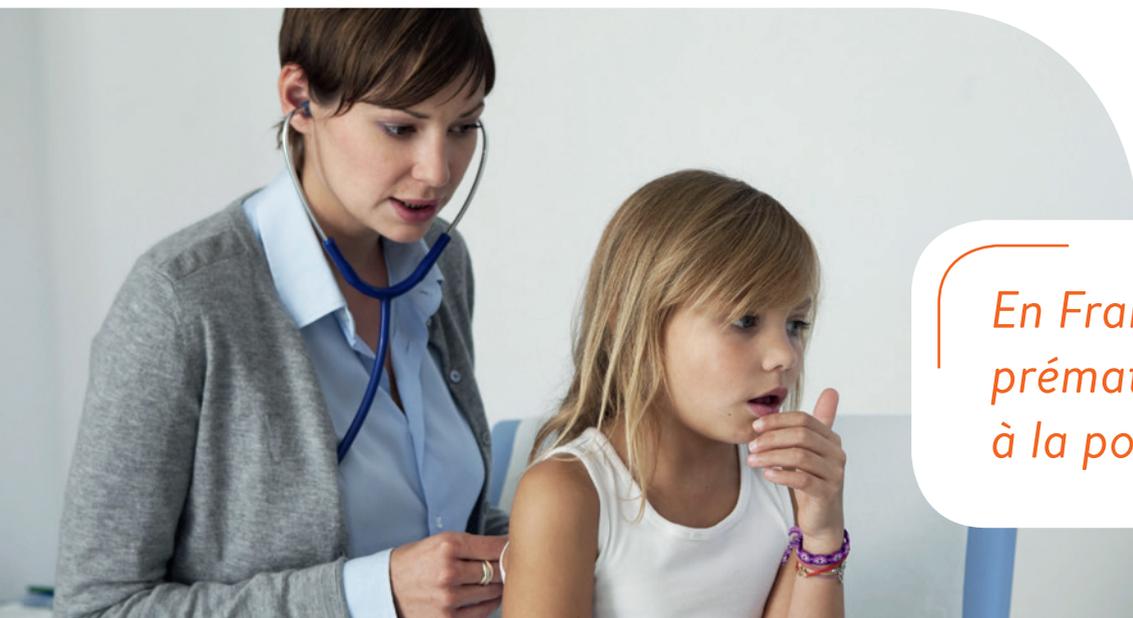
- changement climatique, pluies acides ;
- contamination des sols et de l'eau ;
- dégradation du bâti ;
- altération des végétaux...



## Pour mon porte-monnaie !

- 100 milliards/an  
de coût sanitaire en France<sup>2</sup>

*En France, 48 000 morts  
prématurées/an sont attribuées  
à la pollution aux particules fines<sup>1</sup>*



# J'agis pour mon air !



En cas de pic de pollution,  
**5 bons réflexes**

Au quotidien,  
**5 bonnes mani'air**

  Je limite l'usage de la voiture et des appareils de chauffage/climatisation (notamment cheminée à foyer ouvert).

Je privilégie les modes de déplacement les moins polluants.   

 J'évite de me déplacer près des grands axes routiers aux heures de pointe.

J'adopte une conduite souple et je limite ma vitesse. 

 J'évite de pratiquer une activité physique intense.

J'entretiens et je règle correctement mon véhicule et mon installation de chauffage d'habitation.  

 Je limite le contact avec d'autres irritants (tabac, solvants...).

Je ne brûle pas mes déchets verts. 

 Je respecte toujours mon traitement médical.

Je limite l'usage des pesticides. 

**Je m'informe** sur [www.atmo-nouvelleaquitaine.org](http://www.atmo-nouvelleaquitaine.org) et je retrouve les bulletins quotidiens de l'air, les alertes en cas de pic de pollution et les bons gestes.

**Je m'abonne gratuitement**

sur [www.atmo-nouvelleaquitaine.org/abonnements](http://www.atmo-nouvelleaquitaine.org/abonnements) aux alertes pollution par SMS, par e-mail, au bulletin de l'air du jour et du lendemain.



# Atmo Nouvelle-Aquitaine m'informe

Atmo Nouvelle-Aquitaine est l'observatoire régional agréé par le ministère de l'Écologie pour surveiller 24h/24 et 7j/7 la qualité de l'air de la région.

## Il a pour missions de :



**SURVEILLER**  
la qualité de l'air  
24h/24



**PRÉVOIR**  
les épisodes  
de pollution



**ÉTUDIER**  
pour améliorer  
les connaissances



**INFORMER**  
pour sensibiliser



**ACCOMPAGNER**  
les décideurs  
dans leurs plans d'actions

**Atmo Nouvelle-Aquitaine**

09 84 200 100

contact@atmo-na.org

www.atmo-nouvelleaquitaine.org