

# Chacun a le droit à respirer un air qui ne nuise pas à sa santé

Loi LAURE 30/12/1996

(Loi sur l'Air et l'Utilisation Rationnelle de l'Énergie)

Association  
loi 1901

Gouvernance  
et financement  
partagés

Atmo Occitanie  
Observatoire de  
la qualité de l'air  
en Occitanie

Modèle  
d'organisation  
unique

Agréé pour la  
surveillance de  
la qualité de l'air  
et la diffusion de  
l'information sur le  
territoire régional

## Nos missions

**Prévoir la qualité de l'air et les épisodes de pollution** pour le jour-même et le lendemain

**Inform**er les citoyens, les instances locales, nationales et européennes

**Scénariser et évaluer** les actions et plans territoriaux

**Surveiller en continu** la qualité de l'air sur toute la région

## Nos valeurs

### Transparence

+ de 100 rapports et études publiés par an sur [www.atmo-occitanie.org](http://www.atmo-occitanie.org)

### Compétence, Efficacité, Expertise

**Travaux expertisés et audités** par le Laboratoire Central de Surveillance de la Qualité de l'Air. Approche pluridisciplinaire

### Indépendance

Décision équitablement répartie entre les 4 collèges du Conseil d'Administration : **État, collectivités, territoriales, acteurs économiques, associations et personnes qualifiées**

L'air : invisible,  
incolore, inodore...  
indispensable à la vie !

## L'air : qu'est-ce que c'est ?

C'est un mélange de gaz constituant l'atmosphère sur Terre.

78%  
de diazote (N<sub>2</sub>)

21%  
de dioxygène (O<sub>2</sub>)

1%  
de gaz divers  
et de **polluants**  
(O<sub>3</sub>, NO<sub>x</sub>, PM<sub>10</sub>,  
PM<sub>2.5</sub>, ...)

15 000  
litres d'air/jour  
respirés par un  
adulte en bonne  
santé

### Info santé

La pollution  
atmosphérique est  
à l'origine de différentes  
pathologies respiratoires,  
cardiovasculaires,  
du système  
reproducteur...

## La pollution de l'air

C'est la modification de la composition de l'air par  
des polluants nuisibles pour la santé, l'environnement  
et le climat. Ces polluants proviennent des activités  
humaines ou de sources naturelles.

### Agriculture

Engins agricoles,  
écobuage, épandage  
de pesticides et d'engrais...

### Habitations et services

Chauffage bois, fioul,  
gaz, produits d'entretien...

### Transports

Voitures, camions,  
avions, bateaux...

### Industries

Chimiques,  
agroalimentaires,  
production d'énergies,  
incinérateurs...

D'où vient  
la pollution ?

### Sources naturelles

Pollens, feux, embruns,  
poussières désertiques...

 Pollution  
atmosphérique

**Polluants  
de l'air :**  
impact à  
court terme

**Gaz à effet  
de serre :**  
impact à  
moyen terme

# Les principaux polluants surveillés en Occitanie

Provoquant environ 40 000 décès\* par an en France, la pollution de l'air est l'une des trois premières causes de mortalités prématurées évitables avec le tabac et l'alcool

## L'ozone O3

Résultat d'une réaction photochimique entre polluants

**NOx**  
Oxydes d'azote

**COV**  
Composés  
Organiques  
Volatils

**O3**  
Ozone

Rayons  
UV + Fortes  
chaleurs

Info  
santé

Irrite l'appareil  
respiratoire et  
les yeux

Enjeux en  
Occitanie

Partout en  
Occitanie, en  
particulier dans  
l'est de la région  
qui est plus  
ensoleillé

Info  
santé

Irrite les bronches,  
provoque des crises  
d'asthme

## Les oxydes d'azote NOx

Emis lors de combustion, principalement  
par le trafic routier

Enjeux en  
Occitanie

Près des  
axes routiers  
des principales  
agglomérations

Info  
santé

Plus les particules  
sont fines, plus  
elles pénètrent  
profondément dans  
l'appareil respiratoire.

## Les particules PM

### Les particules en suspension PM10

Émises par le chauffage au bois,  
les activités agricoles, les activités  
industrielles et les transports

### Les particules fines PM2.5

Émises par le chauffage au bois,  
lors d'activités d'écobuage ou  
de brûlage de déchets végétaux

Point  
info

Des polluants  
émergents sont à surveiller !

Comme les pesticides et  
les particules ultrafines :  
leur suivi est ponctuel car  
non-réglémenté dans l'air

Enjeux en  
Occitanie

Près des  
logements, des  
zones d'activités  
industrielles et agricoles  
et dans les vallées  
encaissées retenant  
la pollution

# Changeons d'air... pour notre santé et l'environnement !

## J'agis au quotidien

**40% des trajets en voiture  
font moins de 3 km** dans  
les agglomérations\*



**J'utilise des transports moins  
polluants :** marche, vélo, trottinettes,  
transports en commun...

**Températures idéales recommandées :**  
**17°C** dans la chambre  
**19°C à 21°C** dans les pièces de vie\*\*



**Chez moi, si j'ai froid,**  
je mets un pull au lieu  
d'augmenter le chauffage

**50 kg de déchets végétaux** brûlés  
émettent autant de particules  
PM10 qu'un **véhicule diesel roulant**  
à **90km/h** durant **12 000 km**



**Si j'ai des déchets végétaux,**  
je ne les brûle pas,  
**ça pollue et c'est interdit !**

**L'air intérieur est en général  
plus pollué que l'air extérieur**



**Tous les jours, j'ouvre  
les fenêtres au moins  
10 min par jour**

Pour les particuliers et  
les collectivités, **l'usage  
des pesticides est interdit**



**Je jardine  
sans pesticides**

## Je me protège pendant un épisode de pollution



**Je limite mes déplacements** pendant les heures de pointe.

**Je réduis les activités physiques** intenses et en extérieur.

**Je me renseigne** auprès de mon médecin si besoin.



**Les personnes enceintes, âgées,  
malades, mais aussi les enfants  
et les nourrissons sont plus  
sensibles à la pollution.**

Il leur est recommandé  
de se protéger surtout lors  
d'épisode de pollution.

**Pour en savoir plus :**



Il y a toujours  
une période de  
ma vie où je suis  
une personne  
vulnérable.