

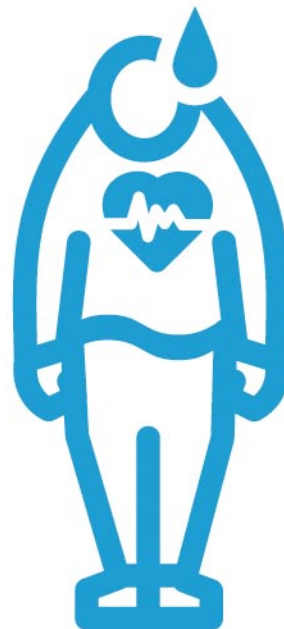
ALERTE – POLLUTION DE L’AIR PAR LES PARTICULES

je protège ma santé



Je continue à vivre normalement.

Je peux me promener,
en évitant les sorties à pied ou en voiture
à proximité des grands axes routiers,
aux heures de pointe (7 h–10 h et 17 h–20 h).
J'évite les efforts entraînant un essoufflement
(respiration par la bouche).



Je surveille mon état de santé.

Si je ressens une gêne respiratoire
ou cardiaque (essoufflement, sifflement,
palpitations...), je le signale au personnel
de soin ou à mon médecin (notamment
pour savoir si mon traitement médical
doit être adapté).



Je continue à aérer les locaux.

J'ouvre les fenêtres 10 mn, 2 fois par jour,
de préférence côté cour et en fin de matinée.
Je ne réduis pas la ventilation.

ANNECY

Grand
Anecy
AGGLOMÉRATION

VALLÉE DE CHAMONIX
MONT-BLANC

Chambéry métropole
Cœur des Bauges
Communauté d'agglomération