

# ALERTE – POLLUTION DE L’AIR

Écoles  
maternelles

## Je protège la santé des jeunes enfants

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l'année!



### Je maintiens la récréation.

Je privilégie les activités calmes en plein air comme à l'intérieur.

Lors d'un épisode de pollution aux particules :

**j'évite les sorties à proximité des grands axes routiers aux heures de pointe (7 h-10 h et 17 h-20 h).**

Lors d'un épisode de pollution à l'ozone : j'évite les sorties aux moments les plus chauds (13 h-20 h).



### Je surveille l'apparition de gêne respiratoire.

(asthme ou symptômes évocateurs : fatigue, mal de gorge, nez bouché, toux, essoufflement, sifflements, palpitations...)



### Je continue d'aérer les locaux.

2 fois 10 min par jour, de préférence côté cour et en début de matinée ou la nuit en été.

**Je ne réduis pas la ventilation.**

Écoles,  
collèges  
lycées

## Je protège la santé des enfants et des ados

des  
gestes  
à adopter  
toute  
l’année!



**Je maintiens les activités  
des enfants en plein air  
comme à l’intérieur.**

Je programme uniquement des activités physiques d’intensité faible ou modérée, en évitant les moments les plus chauds (13 h–20 h) lors d’un épisode de pollution à l’ozone.



**Je reporte les activités  
physiques intenses.\***

(compétition, cross, match, évaluation)

Lors d’un épisode de pollution aux particules,

**j’évite les sorties à proximité des grands  
axes routiers aux heures de pointe  
(7 h–10 h et 17 h–20 h).**

\* Activités susceptibles d’entraîner un essoufflement c’est-à-dire une respiration par la bouche.



**Je surveille l’apparition  
de gêne respiratoire.**

(asthme ou symptômes évocateurs : fatigue, mal de gorge, nez bouché, toux, essoufflement, sifflements, palpitations...)



**Je continue d’aérer les locaux.**

2 fois 10 min par jour, de préférence côté cour et en fin de matinée en hiver ou la nuit en été.

**Je ne réduis pas la ventilation.**