

Jeudi 4 mars 2021

### Particules PM10



Vendredi 5 mars 2021

### Particules PM10



**PAS D'ÉPISODE DE POLLUTION**  
pas d'épisode de pollution

**INFORMATION - RECOMMANDATIONS**  
information et recommandations  
Dépassement du seuil d'information et recommandations  
**Particules PM10** (moyenne journalière) : 50 µg/m<sup>3</sup>

**ALERTE SUR PERSISTANCE**  
alerte sur persistance  
Dépassement du seuil d'information et recommandations 2 jours et plus  
**Particules PM10** (moyenne journalière) : 50 µg/m<sup>3</sup> prévu le jour-même et le lendemain

**ALERTE - ALERTE**  
alerte  
Dépassement du seuil d'alerte  
**Particules PM10** (moyenne journalière) : 80 µg/m<sup>3</sup>

## Explication de l'épisode et évolution

**Polluant concerné : particules PM10**



Les **particules PM10** sont des particules en suspension. Origines principales : activités économiques (industrielles et agricoles), trafic automobile, chauffage.

Atmo Hauts-de-France prévoit ce jeudi 04 mars la fin de l'épisode de pollution aux particules PM10 sur le Nord, le Pas-de-Calais, la Somme, l'Oise et l'Aisne. Cet épisode de pollution a débuté le 01 mars 2021.

Le mercredi 03 mars, le seuil d'information et recommandation (50 µg/m<sup>3</sup> en moyenne journalière) a été dépassé pour tous les 5 départements en Hauts-de-France.

Aujourd'hui (04 mars) et demain (05 mars), les concentrations en particules PM10 diminuent en lien avec le changement de conditions météorologiques (pluies, vents plus forts, couche limite plus élevée...). Au vu des conditions météorologiques plus dispersives que les jours précédents et des modèles de prévision de la qualité de l'air, les concentrations de particules PM10 devraient rester inférieures au seuil d'information et de recommandation sur l'ensemble de la région.

## Mesures préfectorales



Les **Préfets** informent que les mesures recommandées ou obligatoires pour la réduction des émissions de polluants, adaptées selon la situation, sont disponibles auprès des préfetures de département.

L'ensemble des recommandations est disponible sur les sites Internet des préfetures.

## Recommandations comportementales

De façon générale, il est recommandé :

- d'utiliser les moyens de transport les moins polluants : vélo, transports en commun, covoiturage...
- de réduire la vitesse de circulation.
- de réduire les émissions de polluants des acteurs économiques (industrie et agriculture).
- Il est interdit de brûler des déchets verts à l'air libre, et ce, toute l'année.
- de maîtriser vos consommations énergétiques liées au chauffage (notamment au bois, émetteur de polluants atmosphériques).

### Recommandations sanitaires



L'Agence Régionale de Santé rappelle les recommandations du Haut Conseil de la Santé Publique.



#### Pour la population à risques :

(nourrissons et jeunes enfants, femmes enceintes, personnes de plus de 65 ans, personnes asthmatiques ou souffrant de pathologies cardiovasculaires ou respiratoires, personnes sensibles lors des pics de pollution)

#### Pour les particules PM10 :

- évitez les zones à fort trafic routier, aux périodes de pointe
- privilégiez les activités modérées

#### Pour l'ozone :

- évitez les sorties durant l'après-midi lorsque l'ensoleillement est maximum ;
- évitez les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions) en plein air ; celles peu intenses à l'intérieur peuvent être maintenues.



#### Pour la population générale :

##### Pour les particules PM10 :

- privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort.
- réduisez, voire reportez, les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions).

##### Pour l'ozone :

- les activités physiques et sportives intenses (dont les compétitions) à l'intérieur peuvent être maintenues.

#### Dans tous les cas :

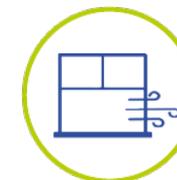
**en cas de gêne respiratoire ou cardiaque, prenez conseil auprès d'un professionnel de santé ; privilégiez des sorties plus brèves et celles qui demandent le moins d'effort.**

### Question / Réponses



#### Peut-on sortir avec un nourrisson pendant un épisode de pollution ?

Les sorties à l'extérieur peuvent être maintenues mais de durée limitée, et à l'écart des sources de pollution (axes routiers).



#### Peut-on continuer à aérer son logement pendant un épisode de pollution ?

En cas de pic de pollution, il est recommandé **poursuivre les pratiques habituelles d'aération** et de ventilation : aérer son logement 10 à 15 minutes, une à deux fois par jour.



#### Est-il recommandé de porter un masque en épisode de pollution ?

Les masques sont souvent non-certifiés FFP1, notamment pour les cyclistes, donc quasi inefficaces vis à vis de la pollution atmosphérique. Il est plutôt recommandé de circuler calmement, et d'adapter son itinéraire, en s'éloignant des axes à fort trafic.

**Les recommandations ou obligations concernant le port du masque en lien avec l'épidémie de COVID sont quant à elles prioritaires et édictées par les autorités compétentes (ARS, Préfecture).**



#### Est-on également exposé à l'intérieur de son véhicule ?

L'habitacle d'un véhicule ne protège pas de la pollution de l'air présente à l'extérieur, et concentre même les polluants à l'intérieur. Il est recommandé d'**aérer régulièrement son véhicule** pour réduire la concentration des polluants à l'intérieur. Il est toutefois préférable d'éviter d'aérer son véhicule à proximité de sources de pollution (trafic dense, tunnels), et pendant les moments de la journée où le niveau de pollution est le plus élevé.

### Contacts

#### Prévisions



#### Atmo Hauts-de-France

<https://www.atmo-hdf.fr>  
06 76 41 28 61

> S'abonner gratuitement aux alertes

Chaque jour, notre prévision est disponible à partir de 12h00, après la validation et l'analyse des données.

Les prévisions de la qualité de l'air sont susceptibles d'évoluer quotidiennement en lien avec le changement de situation et les prévisions météorologiques.

#### Mesures d'urgence



##### Préfectures

**Aisne**  
03 23 21 82 82

**Nord**  
03 20 30 59 59

**Oise**  
03 44 06 12 34

**Pas-de-Calais**  
03 21 21 20 00

**Somme**  
03 22 97 80 80

#### Effets sur la santé



##### Agence Régionale de Santé

<http://www.hauts-de-france.ars-sante.fr>  
03 62 72 86 27