



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

Liberté
Égalité
Fraternité



EN EXTÉRIEUR

Mon environnement extérieur, ma santé

Au fil des saisons comment profiter de notre environnement à l'extérieur ?
Chaque mois, retrouvez informations et conseil sur une thématique.



POLLUTION ATMOSPHÉRIQUE

4300 décès attribuables chaque année en Auvergne-Rhône-Alpes à l'exposition aux particules fines.

JANVIER

CHENILLES PROCESSIONNAIRES DU PIN

Attention, c'est en février que ces chenilles, aux poils extrêmement urticants, commencent à descendre du pin.

FÉVRIER

POLLENS

La saison des pollens commence. Avec Recosanté, soyez informés quotidiennement du risque d'allergie chez vous et des bons gestes à adopter.

MARS

BERCE DU CAUCASE

Fin avril est la meilleure période pour commencer la destruction de cette plante invasive avec les protections adaptées.

AVRIL

MOUSTIQUE TIGRE

Partout, pendant la belle saison, supprimez les eaux stagnantes.

MAI

AMBROISIE

En juin, si vous en repérez, agissez en signalant sur signalement-ambroisie.atlsante.fr et en arrachant les plants d'ambroisie.

JUIN

Eaux de Baignade

Consultez la qualité des eaux des 283 baignades contrôlées de notre région.

JUILLET

CANICULE

Certaines personnes sont plus vulnérables aux fortes chaleurs ; veillez sur elles particulièrement lors de ces épisodes.

AOÛT

TIQUES

Après une balade en forêt, examinez attentivement tout votre corps et retirez la tique avec un tire-tique.

SEPTEMBRE

RISQUES AUDITIFS

Les écouteurs : pas à plus de 60% du volume maximum et pas plus d'une heure par jour.

OCTOBRE

TÉLÉPHONES MOBILES

Pour réduire votre exposition aux radiofréquences, utilisez un kit mains-libres ou le haut-parleur.

NOVEMBRE

TRANSPORTS

La circulation routière entraîne du bruit et de la pollution. Privilégiez autant que possible la marche à pied ou le vélo : c'est bon pour votre santé et pour l'environnement.

DÉCEMBRE

Pour accéder à plus d'informations sur chaque thématique, scannez le QR code associé ou consultez www.auvergne-rhone-alpes.ars.sante.fr

EN INTÉRIEUR

Mon environnement intérieur, ma santé

Au fil des saisons comment profiter de notre environnement à l'intérieur ?
Chaque mois, retrouvez informations et conseil sur une thématique.



MOISSISSURES

Connaissiez-vous les gestes du quotidien pour prévenir l'apparition de moisissures dans votre logement ?



JANVIER

SATURNISME

Dans les logements anciens, surveillez l'état des peintures : elles peuvent contenir du plomb et, lorsqu'elles sont dégradées, intoxiquer les enfants.



FÉVRIER

PISCINES

À la piscine, savonnez-vous et passez les deux pieds dans le pédiluve avant d'aller vous baigner !



MARS

TRAVAUX DE RÉNOVATION

Pour vos travaux de rénovation, choisissez préférentiellement les produits de construction et de décoration étiquetés A+ pour les émissions dans l'air intérieur.



AVRIL

AMIANTE

Interdit en France depuis 1997, l'amiante reste toujours présent dans de nombreux bâtiments construits avant cette date. Attention aux travaux sur les matériaux contenant de l'amiante.



MAI

PRODUITS MÉNAGERS

Vinaigre blanc, bicarbonate de soude, savon noir... sont des produits ménagers non polluants. Essayez-les !



JUIN

EAU POTABLE

Pour la boire sans modération, consultez les résultats de l'analyse de l'eau de votre réseau.



JUILLET

PUNAISES DE LIT

Au retour des vacances, vérifiez qu'il n'y ait pas de punaises de lit dans vos bagages.



AOÛT

LÉGIONELLES

Vous revenez de vacances : laissez couler l'eau bien chaude de tous les robinets et notamment ceux de la douche



SEPTEMBRE

MONOXYDE DE CARBONE

Avant l'hiver, pensez impérativement à faire vérifier vos installations de chauffage par un professionnel qualifié.



OCTOBRE

RADON

C'est un gaz radioactif d'origine naturelle, inodore, incolore et qui peut s'accumuler dans votre logement sans vous en apercevoir.



NOVEMBRE

AÉRATION VENTILATION

Aérez chaque pièce au minimum 10 minutes par jour, y compris en hiver !



DÉCEMBRE