

Modèles de textos (version texte simple) : Qualité de l'air

Le présent document présente les messages essentiels que les responsables communautaires peuvent transmettre à leurs réseaux avant, pendant ou après une urgence de santé publique. Il a été élaboré afin de permettre aux partenaires de copier et de coller rapidement des messages dans des fils de texte ou de les traduire rapidement. Merci de contribuer à rendre votre communauté plus sûre !

Pré-événement : SOYEZ PRÊT

Le smog, encore appelé ozone troposphérique, est une pollution atmosphérique. Cette pollution survient lorsque les combustibles fossiles se combinent à la lumière du soleil et créent un brouillard. La suie est une pollution atmosphérique composée de minuscules particules - produits chimiques, terre, fumée et poussière - transportées dans l'air. Le smog et la suie proviennent des véhicules, des usines et de tout ce qui utilise des combustibles fossiles.

Suivez l'actualité locale. La Philadelphie dispose d'un indice de qualité atmosphérique qui permet de suivre les changements quotidiens et horaires. Continuez à vérifier [la qualité atmosphérique](#). Les sources d'information et les agences locales fourniront des mises à jour sur les niveaux de danger.

Le Bureau de gestion des urgences diffuse des informations sur les phénomènes météorologiques violents par le biais d'e-mails et d'alertes SMS gratuits grâce au système d'information de masse de la ville, ReadyPhiladelphia. Pour recevoir des alertes SMS gratuites, veuillez envoyer READYPHILA par SMS au 888-777 ou vous inscrire sur bit.ly/ReadyPhilaAlert.

La pollution atmosphérique affecte la santé de tous, mais elle peut toucher certaines personnes plus que d'autres. Les personnes souffrant de maladies cardiaques ou pulmonaires, très âgées ou très jeunes sont plus exposées. La pollution atmosphérique peut provoquer des crises d'asthme, de la toux, une diminution de la fonction pulmonaire et des accidents vasculaires cérébraux. Protégez-vous de l'air vicié en restant à l'intérieur. Portez un masque de haute qualité si vous devez sortir.

Si vous souffrez d'asthme, de MPOC ou de troubles cardiaques, discutez avec un professionnel de la santé de ce qui vous convient le mieux en cas de problème de qualité de l'air. Les symptômes que vous ressentez peuvent être différents de ceux de votre entourage.

Chacun peut prendre des mesures pour réduire la pollution de l'air. Déplacez-vous à pied, à vélo, en utilisant les transports publics ou en faisant du covoiturage avec d'autres personnes. Si vous conduisez, limitez la durée de fonctionnement de votre moteur et ne laissez pas votre voiture tourner au ralenti.

Préparez une [trousse d'urgence](#). Planifiez à l'avance permet de gagner du temps en cas d'urgence. Pensez à vous approvisionner en équipements de protection tels que des masques KN95 ou N95 pour vous ou d'autres membres de la communauté. Vous pouvez acheter des masques dans la plupart des grandes surfaces ou en trouver plusieurs types dans l'un des [centres de ressources du département de la santé](#).

Maintenez la ventilation intérieure à jour. Nettoyez et changez les filtres régulièrement et veillez à ce que votre bâtiment soit bien isolé. Inscrivez-vous sur [ReadyPhiladelphia](#) pour suivre l'actualité.

Lors de l'événement : SOYEZ PRUDENT

Restez à l'intérieur, dans un espace où l'air est filtré. Les espaces publics peuvent englober un [centre de rafraîchissement urbain](#), un centre commercial ou une bibliothèque. Évitez les activités qui augmentent la pollution de l'air intérieur, comme brûler des bougies, utiliser des cheminées et passer l'aspirateur. Utilisez votre carte ACCESS pour obtenir des billets gratuits ou à prix réduit pour des musées et d'autres activités en salle avec Art Reach. Visitez le site www.art-reach.org ou appelez le 267-515-6720.

Réduire votre consommation d'énergie à domicile. Plus vous consommez d'énergie, plus vous polluez l'air. Il est facile d'abaisser le thermostat ou la température de l'eau. Plus d'informations sur la façon [de réduire la consommation d'énergie](#).

Gardez les fenêtres et les portes fermées. Faire entrer de l'air extérieur contenant certains polluants peut être nocif pour vos poumons. Si vous avez de la climatisation, modifiez les réglages afin de faire circuler l'air à l'intérieur exempts de ces polluants. Faire circuler l'air intérieur est votre meilleure protection.

Buvez de l'eau pour rester hydraté lorsque la qualité de l'air est malsaine.

Maintenez un faible niveau d'activité et limitez le temps passé à l'extérieur. Si vous travaillez à l'extérieur, discutez avec votre employeur des moyens de réduire l'exposition à la pollution et portez un masque.

Toutes les fumées sont dangereuses. La fumée contient de fines particules qui peuvent irriter les yeux et la gorge et causer des problèmes respiratoires. Si vous pouvez éviter de la fumée, vous éviterez tout produit nocif à l'intérieur de la fumée. L'exposition à la fumée peut aggraver certaines maladies existantes.

Post-événement : SOYEZ PRUDENT

Restez en contact avec votre médecin. En cas de symptômes, contactez votre médecin. Un prestataire de soins de santé sera en mesure de vous indiquer comment rester en sécurité et en bonne santé, en fonction des symptômes que vous présentez.

Restez à l'intérieur jusqu'à ce que les conditions s'améliorent. Même si l'air semble sain, il peut être dangereux pour la santé. Continuez à vous abriter sur place jusqu'à ce que les autorités de la ville émettent un message de fin d'alerte. Inscrivez-vous sur [ReadyPhiladelphia](#) pour suivre PDPH et être informé.