es effets sur ta santé

Environ 15 ooo litres d'air passent chaque jour dans nos poumons.
De nombreux gaz et poussières pénètrent dans l'appareil respiratoire par la bouche et le nez.

tu ne te doutes pas toujours que tu peux mettre ta santé en danger.

Les gaz polluants peuvent provoquer des troubles de l'appareil respiratoire comme la bronchite ou les allergies et causer des irritations de la gorge. Les enfants, les personnes âgées, les asthmatiques et les sportifs sont plus sensibles à la pollution de l'air.

des **actions** individuelles pour améliorer la qualité de l'**air**

-1'm

Utiliser des moyens de transport plus propres (marche à pied, vélo, rollers, trottinette...)

Utiliser les transports en commun

Faire du covoiturage

Ne pas prendre la voiture pour de petits trajets (1 km)

En cas de pic de pollution, éviter de faire du sport

> Ne pas surchauffer les pièces de la maison.

composition



- l'Etat et les établissements publics
- les collectivités territoriales
- les industriels
- les associations
 et personnes qualifiées.



135, rue du Faubourg Bannier 45000 ORLEANS

> tél: 02 38 78 09 49 fax: 02 38 78 09 45

www.ligair. fr e-mail: ligair@ligair.fr











Lig'Air est une association régionale créée fin novembre 1996 pour assurer la surveillance de la qualité de l'air en Région Centre.

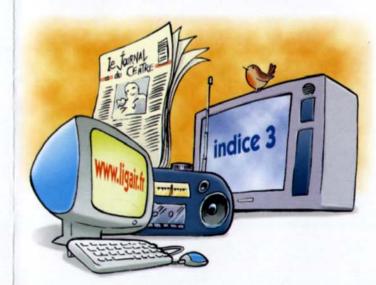
Lig'Air est agréée par le Ministère de l'Aménagement du Territoire et de l'Environnement. A ce titre, elle est membre du réseau national Atmo constitué des 40 réseaux de surveillance de la gualité de l'air.



les stations de mesures en Région Centre



la diffusion de l'information sur l'air



l'indice ATMO de la qualité de l'air

Tu reconnaîtras l'indice ATMO à sa mascotte, la girafe.

