

**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**

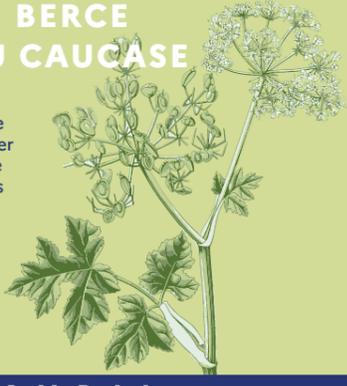
La saison des pollens commence. Avec Recosanté, soyez informés quotidiennement du risque d'allergie chez vous et des bons gestes à adopter.




**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](http://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**