



# A toute pollution sa solution

PERSPECTIVES

La mauvaise qualité de l'air n'est pas une fatalité. Il est possible d'agir pour un air plus pur. En ville comme chez soi. Chacun peut prendre ses responsabilités.

MICHEL DE MUELENAERE

Il n'est pas inutile de le rappeler : la pollution de l'air est classée « cancérogène de type 1 » (c'est-à-dire avéré) pour les êtres humains par le Centre international de recherche sur le cancer (Circ) qui dépend de l'Organisation mondiale de la santé (OMS). Certes, il est difficile de s'arrêter de respirer (en tout cas sur une longue durée), mais il est possible d'adopter quelques gestes simples pour être moins exposé à un air vicié et... pour éviter de produire soi-même de la pollution. On estime qu'en moyenne, un tiers de notre exposition à la pollution a lieu à la maison, un tiers au travail et le dernier tiers lors de nos déplacements. C'est donc partout qu'il faut agir.

## 1

### S'informer

Il existe de plus en plus d'informations sur la pollution, sur les sources et sur la qualité de l'air en temps réel. C'est en étant bien informé qu'on agit le mieux et qu'on adapte son comportement pour se protéger, ou lors de pics de pollution. A Bruxelles, le site de l'administration régionale de l'environnement, Bruxelles-Environnement, informe sur l'état de la qualité de l'air en temps réel pour la Région et donne des prévisions pour les jours à venir. Plus de précisions ? La Cellule interrégionale de l'environnement communique en temps presque réel les mesures des treize stations disséminées sur le territoire de la Région bruxelloise (et celles des stations en Wallonie).

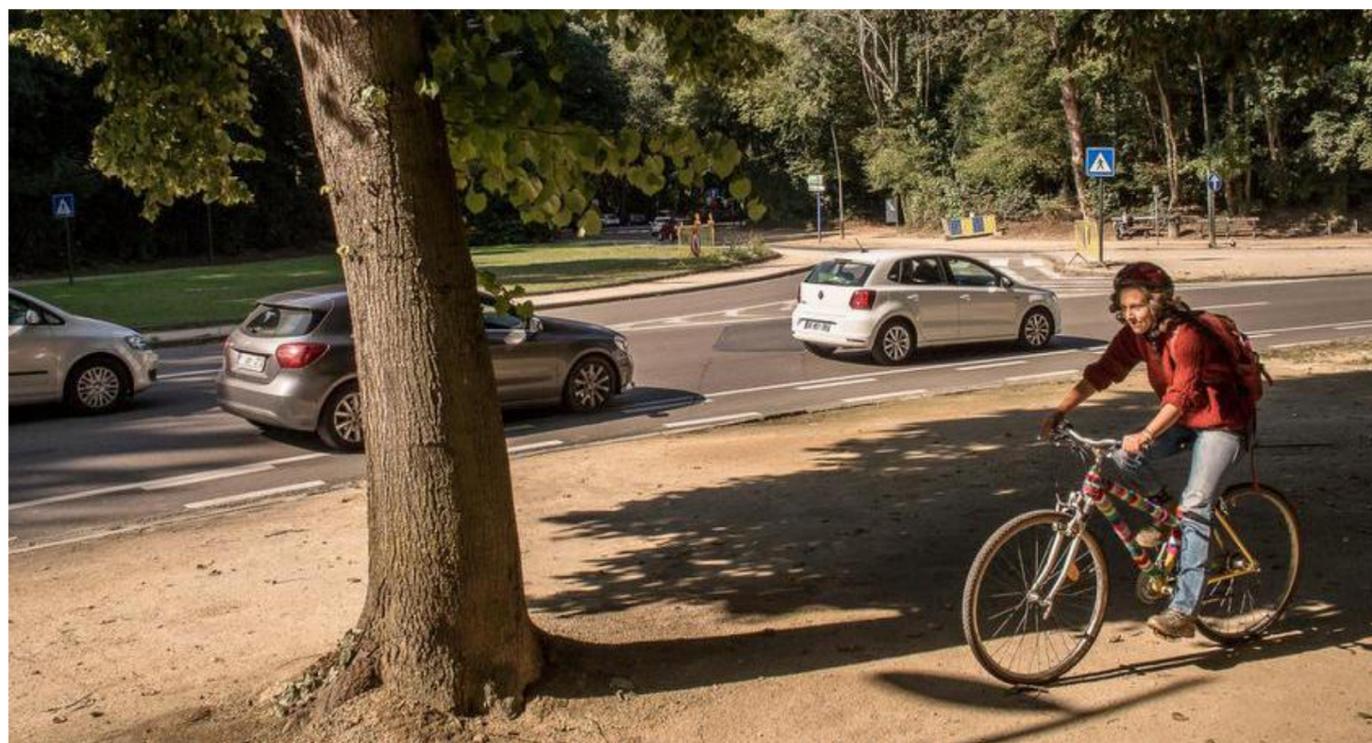
Des applications pour smartphone peuvent également s'avérer utiles : Brussels Air donne l'indice global de qualité de l'air et le résultat des stations de mesure. Mieux, Bel'Air utilise la géolocalisation pour fournir, à l'endroit où on se trouve, un indice de pollution basé sur les mesures, les conditions météo, le trafic routier et les émissions industrielles. Le résultat est tiré des mesures et de modélisations. Pour le territoire bruxellois, il permet aussi de visualiser en temps réel les axes les plus pollués.

## 2

### Se protéger de la pollution

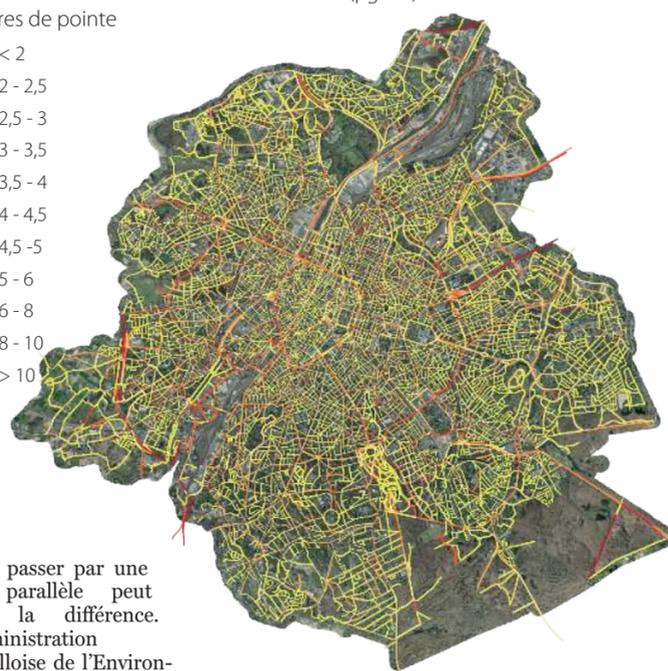
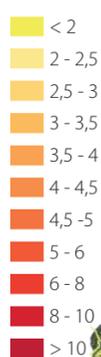
La pollution de l'air extérieur est une chose, mais il ne faut pas négliger celle de l'air intérieur, parfois plus importante encore. Une règle de base : aérer son logement. Au moins une demi-heure par jour. Et en tout cas le matin et le soir, avant et après les heures de pointe. Même en cas de pic de pollution, on peut aérer : l'air intérieur peut être plus pollué encore qu'au dehors. De préférence, ne pas aérer en ouvrant les fenêtres qui donnent sur la rue ; privilégier les ouvertures à l'arrière de l'habitation... C'est d'autant plus pertinent si l'on habite sur un axe à fort trafic, voire une rue canyon où peuvent se concentrer les polluants.

Pour les déplacements, il est préférable, si on le peut, d'éviter les heures de pointe en décalant son trajet plus tôt ou plus tard. En route, éviter de passer par les axes les plus chargés en trafic automobile et les plus embouteillés. La pollution peut diminuer fortement à quelques dizaines de mètres



## Concentration en black carbon ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ )

Heures de pointe



Source : Bruxelles Environnement

près : passer par une rue parallèle peut faire la différence.

L'administration bruxelloise de l'Environnement a modélisé les axes routiers les plus pollués en heures de pointe et en heures creuses et en a tiré une carte. C'est tout aussi valable si on marche, si on fait du vélo ou si on se déplace en voiture. Contrairement à ce qu'on pourrait croire, celle-ci ne protège pas du tout contre la pollution, au contraire. Les polluants pénètrent dans l'habitation et y restent piégés, surtout si l'auto est coincée dans les embouteillages. Selon l'Agence française de l'environnement, sur un périphérique, la concentration en dioxyde d'azote peut être quatre à cinq fois supérieure dans un habitacle de voiture qu'au centre-ville et jusqu'à 15 fois pour une voiture circulant dans un tunnel routier embouteillé. Dans ce cas, il faut fermer les ouvertures de la ventilation. Ces précautions sont d'autant plus valables s'il y a de jeunes enfants dans la voiture. Conduire son enfant en voiture à l'école n'est donc pas toujours une bonne idée...

Les enfants sont plus exposés à la pollution. Ils respirent plus vite et ils sont plus fragiles. Pour une même exposition, les effets sanitaires seront plus grands lors de périodes de plus forte vulnérabilité, des « fenêtres de vulnérabilité », dont l'enfance fait partie.

Rouler à vélo, même sur un axe fort chargé, réduit l'exposition à la pollution, surtout si on pédale calmement : on circule plus rapidement et on est exposé moins longtemps aux polluants. Emprunter les transports en commun, surtout ceux qui évitent les grands axes, particulièrement le tram, est salutaire. Evidence : pour les promenades, éviter les axes routiers, se diriger vers le centre d'un espace vert, là

où on est le plus éloigné de la rue. Les mesures de CurieuzenAir ont montré qu'entre le centre du parc de Bruxelles ( $18,89 \mu\text{g}/\text{m}^3$ ) et la bordure du parc du côté de la rue de la Loi ( $25,77 \mu\text{g}/\text{m}^3$ ), il y a déjà une sérieuse différence.

A la maison, des précautions s'imposent également. Faire un feu de bois, surtout avec un feu ouvert, aggrave non seulement la pollution extérieure mais dégrade aussi l'air à l'intérieur de la maison. Il est préférable de cuisiner à l'électricité plutôt qu'au gaz et d'éviter de causer trop de fumée en cuisant les aliments. La prudence s'impose avec les cosmétiques, la peinture et les produits d'entretien. Certains d'entre eux sont des causes majeures de pollution intérieure. Enfin, surtout, ne pas fumer.

## 3

### Réduire ses propres émissions

L'essentiel des émissions de  $\text{NO}_2$  étant lié au trafic routier, la recette est évidente : il faut moins rouler. Dans la mesure du possible, préférer la marche, le vélo ou les transports en commun : en ville, c'est chose facile. Pour rappel, 30 minutes d'activité physique modérée quotidienne réduisent le risque de maladie (cardiovasculaire, cancer, diabète...) de 30%. Si être actif n'est pas possible, rouler avec une voiture plus petite, plus légère, qui consomme moins. Éviter un moteur diesel, préférer l'essence. Mieux en-

On estime qu'en moyenne, un tiers de notre exposition à la pollution a lieu à la maison, un tiers au travail et le dernier tiers lors de nos déplacements. C'est donc partout qu'il faut agir.

© ALESSIA CAPASSO.

## Donnez votre avis

Comment améliorer la qualité de l'air à Bruxelles ? C'est la question qui est posée aux habitants et habitantes de la ville tout au long de l'année, par la campagne « Bruxelles pour un air pur » organisée par l'ASBL Ecas (European Citizen Action Service). Les habitants de dix villes européennes sont invités à se joindre à une campagne de crowdsourcing similaire. Jusqu'à la fin du mois, les particuliers peuvent poster leurs idées sur une plateforme en ligne. Entre avril et juin, ils pourront proposer des solutions pour résoudre les problèmes les plus cités. Entre juillet et septembre, ils seront invités à voter pour leurs idées favorites. Entre octobre et décembre, ils pourront formuler des propositions de politiques publiques sur la qualité de l'air à partir des solutions proposées. Les organisateurs de l'initiative s'engagent à ce que « les idées les plus populaires atteignent les responsables politiques européens et qu'ils les prennent en compte dans leurs décisions ».

M.D.M.

Infos : [www.ecas.org](http://www.ecas.org).

core, rouler en voiture électrique. Partager sa voiture, covoiturer, c'est de la pollution en moins, pour soi et pour les autres. Rouler à l'économie, c'est aussi émettre moins de polluants. A l'arrêt, on éteint le moteur.

A la maison, le raisonnement est le même : toute mesure qui réduit la consommation diminue également la pollution. Donc, la maison doit être très bien isolée. On peut baisser la température : cela fait économiser du gaz, du mazout et cela réduit les émissions polluantes sans que le confort soit affecté. Pour le chauffage, veiller à bien entretenir son installation et opter plutôt pour une pompe à chaleur. En tout cas, remplacer une vieille chaudière par un appareil à très haute performance énergétique.

## 4

### Les entreprises peuvent agir

Au travail aussi des mesures peuvent être prises pour se préserver de la pollution. Ce sont des mesures de réduction de la consommation d'énergie, mais il s'agit aussi de s'assurer que la ventilation des bâtiments fonctionne correctement, notamment que la prise d'air est installée à l'abri de la pollution. Généralement, elle se fait sur le toit ou sur la façade arrière, mais il vaut mieux s'en assurer, surtout si le bâtiment se trouve à front d'une rue à fort trafic, ce qui est assez fréquent à Bruxelles. Dans sa politique de mobilité, l'employeur peut lui aussi choisir d'encourager l'utilisation des transports en commun et des modes actifs par ses employés - par exemple en leur accordant une indemnité kilométrique vélo ou en réduisant le recours à des voitures de société.

## 5

### Pousser les politiques ?

Des mesures sont prises pour réduire le trafic automobile, pour investir dans les modes de déplacement soutenables et sortir des moteurs thermiques. Des gains importants sont attendus en matière de qualité de l'air. Mais il est toujours possible d'aller plus vite et de faire mieux. Chaque citoyen peut ainsi - seul, en comité de quartier, en association de parents - interpeller ses autorités locales et régionales, l'école de ses enfants ou son entreprise, pour leur demander des mesures favorisant les transports en commun, la marche et le vélo, d'apaiser les quartiers, de créer des rues scolaires, de préserver les grands espaces verts qui réduisent la place de la voiture et créent des îlots de fraîcheur en été, d'encourager les technologies les plus respectueuses de l'environnement et de la qualité de l'air...

Infos : <https://qualitedelair.brussels/> et <https://www.ircline.be/fr>.