# Alerte pollution à l’ozone en Île-de-France – Recommandations et restrictions

En raison d’un épisode persistant de pollution à l’ozone, le seuil d’alerte est dépassé en Île-de-France à compter du **jeudi 14 août 2025**. Des mesures d’urgence et recommandations sanitaires sont mises en place par le Préfet de Police.

**Recommandations sanitaires**

- **Pour les personnes vulnérables** (femmes enceintes, enfants, personnes âgées, personnes souffrant de pathologies cardiaques ou respiratoires, asthmatiques) :
  - Éviter les zones à fort trafic, surtout aux heures de pointe.
  - Limiter les activités physiques intenses, surtout en extérieur.
  - Privilégier les sorties courtes et peu exigeantes physiquement.
  - En cas de gêne respiratoire ou cardiaque, consulter un professionnel de santé.
- **Pour tous** :
  - Réduire ou reporter les activités sportives intenses.
  - Éviter d’utiliser des produits irritants à l’intérieur (produits ménagers, désodorisants…).
  - Continuer d’aérer brièvement chaque jour.
  - Éviter de fumer ou de faire du feu.

**Restrictions de circulation**

- Circulation différenciée : certains véhicules les plus polluants ne peuvent pas circuler (voir détail sur le site de la préfecture).
- Encouragement au covoiturage, à l’utilisation des transports en commun ou de modes de déplacement doux (marche, vélo).
- Limiter les déplacements en voiture, surtout pour les véhicules diesel anciens.

**En savoir plus**
Consultez la qualité de l’air en temps réel : www.airparif.fr
Plus d’informations sur les mesures et les dérogations : ici

Documents
message d'alerte
affiche informations

décision