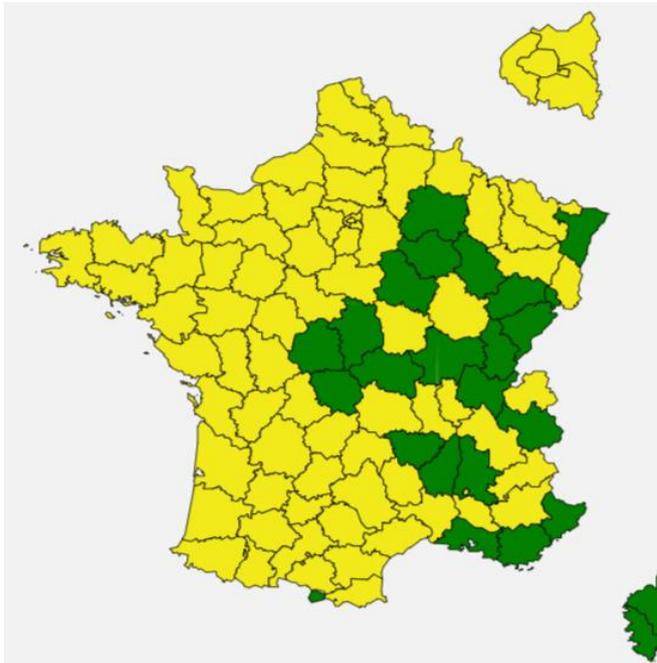


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



LEGENDE

- Nul
- Très faible
- Faible
- Moyen
- Elevé
- Très élevé

**Commentaire national :**

**Un peu de répit avant l'ambrosie !**

Une bonne nouvelle pour les allergiques, les concentrations polliniques sont en baisse et le resteront encore pour cette dernière semaine de juillet ! Le risque d'allergie variera entre le niveau faible et le niveau moyen selon les départements pour les pollens de graminées qui restent la principale menace des allergiques.

L'arrivée des premiers pollens d'ambrosie dans les semaines à venir correspond avec le départ des pollens de graminées qui auront encore bien gênés les allergiques cette année. Si les allergiques aux pollens d'ambrosie n'ont pas encore commencé leur traitement, ils doivent donc impérativement se préparer pour les semaines à venir qui seront compliquées. Le modèle de prévision du RNSA donne la date du 08 août pour le premier jour où la concentration dans l'air de pollen d'ambrosie à feuilles d'armoise devrait être suffisante pour provoquer, sur la région lyonnaise, un risque d'allergie chez les personnes les plus sensibles. Ces dates peuvent être avancées de 3 à 4 jours au Sud de Lyon (moyenne vallée du Rhône), et retardées de 2 à 3 jours au Nord de Lyon (Nivernais, notamment). L'ambrosie continue sa croissance et arrive bientôt en floraison ! Lors de vos vacances, apprenez à la reconnaître, arrachez-la ou signalez-la sur la plateforme signalement ambrosie [www.signalement-ambrosie.fr](http://www.signalement-ambrosie.fr)

Les armoises fleurissent sur tout le territoire, mais leurs pollens allergisants génèrent principalement lors des balades à la campagne. Sur l'ensemble du pays, les pollens d'orties (urticacées) seront encore très abondants dans l'air mais généreront peu les allergiques avec un risque de niveau faible.

Les châtaigniers et les plantains sont en fin de floraison et ne génèrent plus les allergiques.

Attention aux pics de pollution à l'ozone ou aux particules fines en cours dans les grandes villes du pays qui fragiliseront les voies respiratoires et aggraveront les symptômes d'allergie aux pollens.

Quelques bons gestes pour se protéger des pollens et limiter son exposition : prenez votre traitement, consultez un médecin ou un allergologue en cas de symptômes, consultez régulièrement les risques d'allergie sur notre site internet pour adapter votre traitement, rincez vos cheveux le soir, aérez au moins 10 min par jour avant le lever et après le coucher du soleil, évitez de faire sécher le linge à l'extérieur, gardez les vitres des voitures fermées, évitez les activités sportives à l'extérieur qui entraînent une surexposition aux pollens, portez un masque avec des lunettes de soleil et un chapeau !

Samuel Monnier - RNSA

Le RAEP

Le risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP) est établi selon plusieurs critères:

- le type de pollen concerné, chaque espèce n'ayant pas le même pouvoir allergisant;
- la localisation géographique, une même espèce n'a pas le même impact sanitaire selon la zone géographique où elle est présente;
- la quantité de pollen enregistrée.

Le RAEP est ensuite pondéré en fonction des données cliniques (obtenues grâce à un réseau de médecins sentinelles), des données phénologiques (données recueillies auprès de partenaires botanistes) et des prévisions météorologiques.

Vous trouverez sur le site du Ministère des Solidarités et de la Santé les recommandations à suivre en cas de pics polliniques :

<http://social-sante.gouv.fr/sante-et-environnement/air-exterieur/article/pollens-recommandations-sanitaires>

Partenaires nationaux :

Le RNSA est soutenu par le Ministère des Solidarités et de la Santé et par le Ministère de la Transition écologique et solidaire

---

Bulletin Phénologique

Graminées



Plantain



Oseille



Urticacées



Armoise



Ambroisie



**LEGENDE**

 Pas encore en floraison

 En floraison

 Floraison terminée

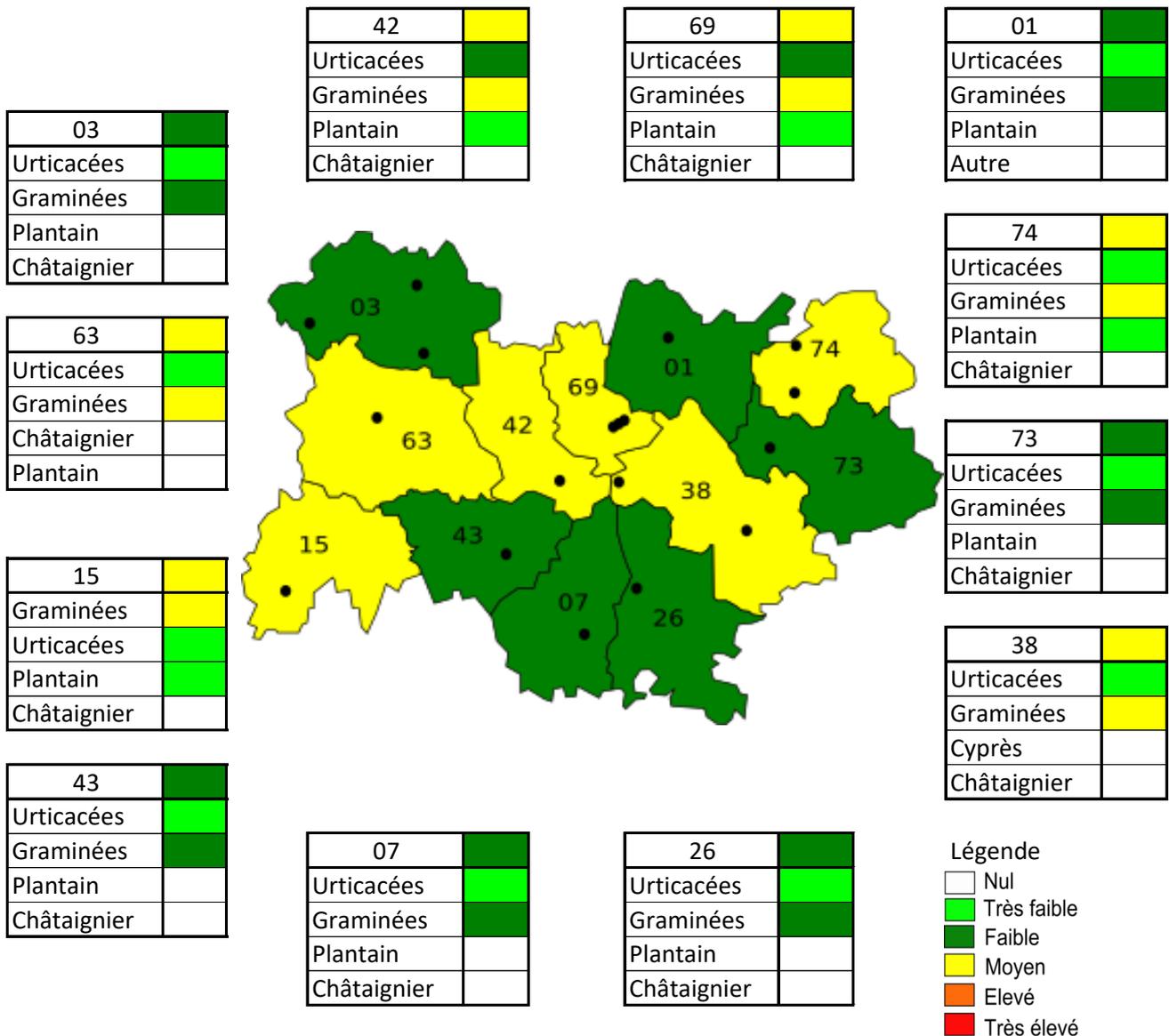
**Commentaires :**

Lyon : l'Ambroisie débute sa floraison.

Jardin botanique de Nancy : Les plantains lancéolés et majeurs sont en pollinisation, tout comme les orties et pariétaires de la famille des urticacées. Concernant les graminées, l'ivraie vivace émet encore du pollen, la houlque laineuse remonte en floraison. L'armoise commune et l'ambroisie de la collection "plantes médicinales" sont également en pollinisation.

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



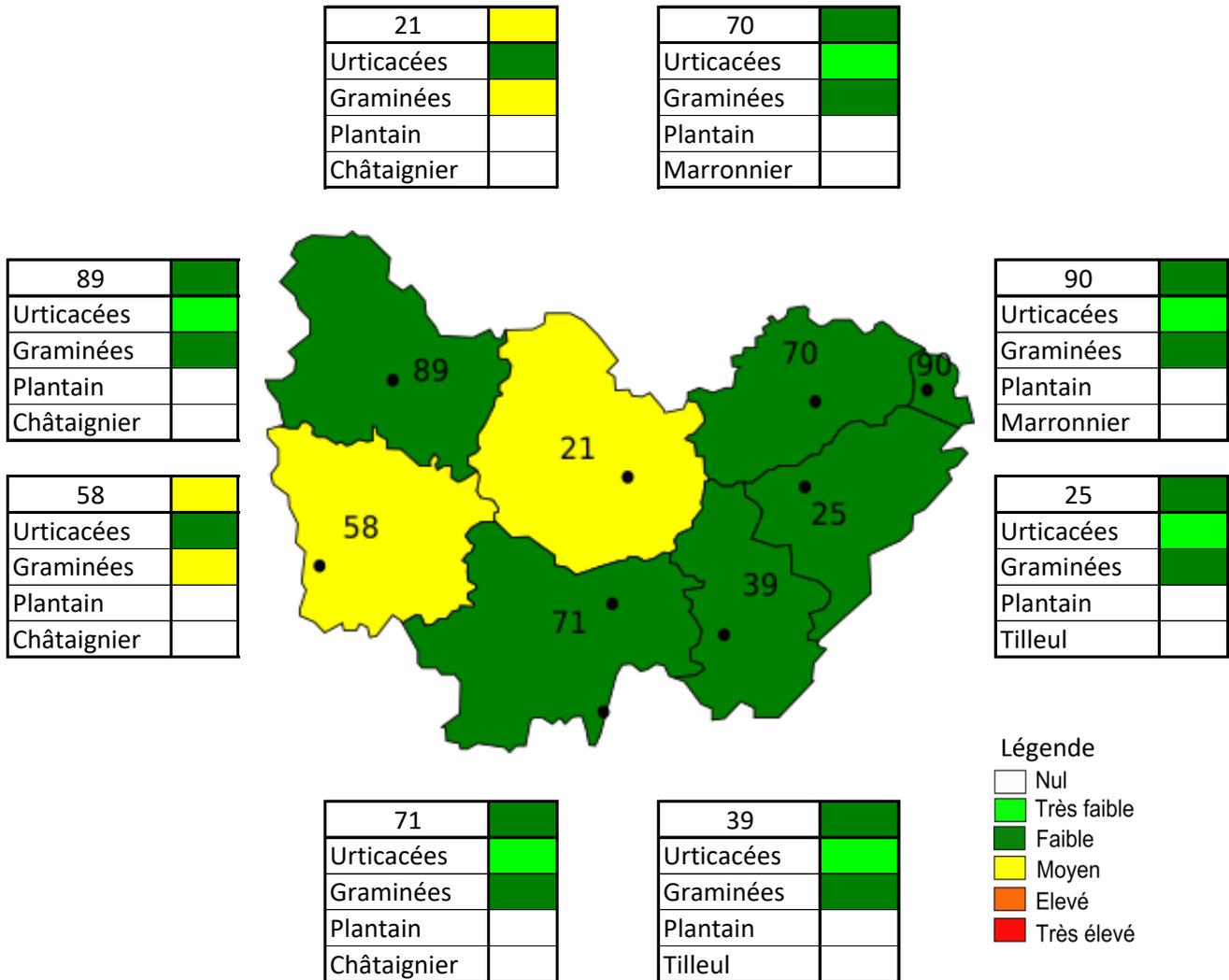
Commentaire :  
 Les allergiques auront un peu de répit pour ces derniers jours de juillet avant l'arrivée des pollens d'ambrosie qui sont très allergisants. Les quelques graminées qui jouent les prolongations seront responsables d'un risque d'allergie de niveau faible à moyen selon les départements. Le risque d'allergie sera bien plus faible pour les pollens d'urticacées (orties) et de plantain. Les averses orageuses pourront faire baisser encore d'avantage les concentrations polliniques dans l'air et soulager ainsi les allergiques.

Aides régionales complémentaires :

ARS Auvergne Rhône Alpes - Atmo Auvergne Rhône Alpes - Métropole de Lyon - Ville de Lyon  
 Agglomération de Bour en Bresse - Ville de Montluçon - Alpes Contrôle Chambéry

**REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :

Les pollens de graminées resteront la principale gêne des allergiques. Les concentrations sont toutefois en baisse et le risque d'allergie sera de niveau faible à moyen. Les belles journées estivales seront à redouter par les allergiques car elles favoriseront la dispersion des pollens dans l'air. Les pollens d'urticacées (orties) restent très abondants dans l'air mais avec un risque d'allergie ne dépassant pas le niveau faible. Attention aux pollens d'ambrosie qui arrivent et qui gêneront fortement les allergiques au mois d'août.

Aides régionales complémentaires :

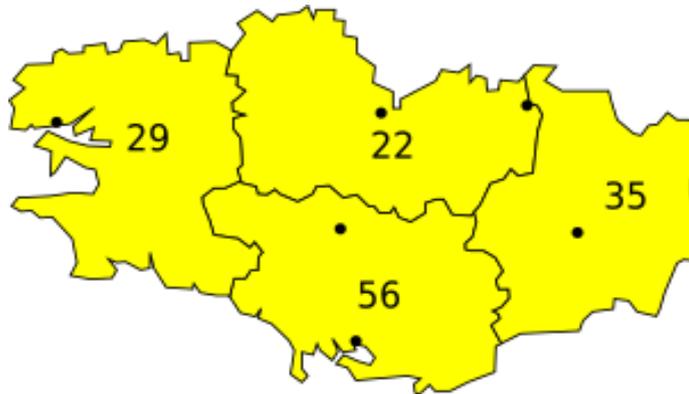
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

**REGION BRETAGNE**

Prévision du risque allergique d'exposition aux pollens (RAEP) pour la période

22	Jaune
Urticacées	Vert clair
Châtaignier	Vert clair
Graminées	Jaune
Plantain	Blanc

29	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Châtaignier	Blanc
Plantain	Vert clair



35	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Châtaignier	Vert clair
Plantain	Blanc

56	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Châtaignier	Vert clair
Graminées	Jaune
Plantain	Blanc

- Légende
- Nul
  - Très faible
  - Faible
  - Moyen
  - Elevé
  - Très élevé

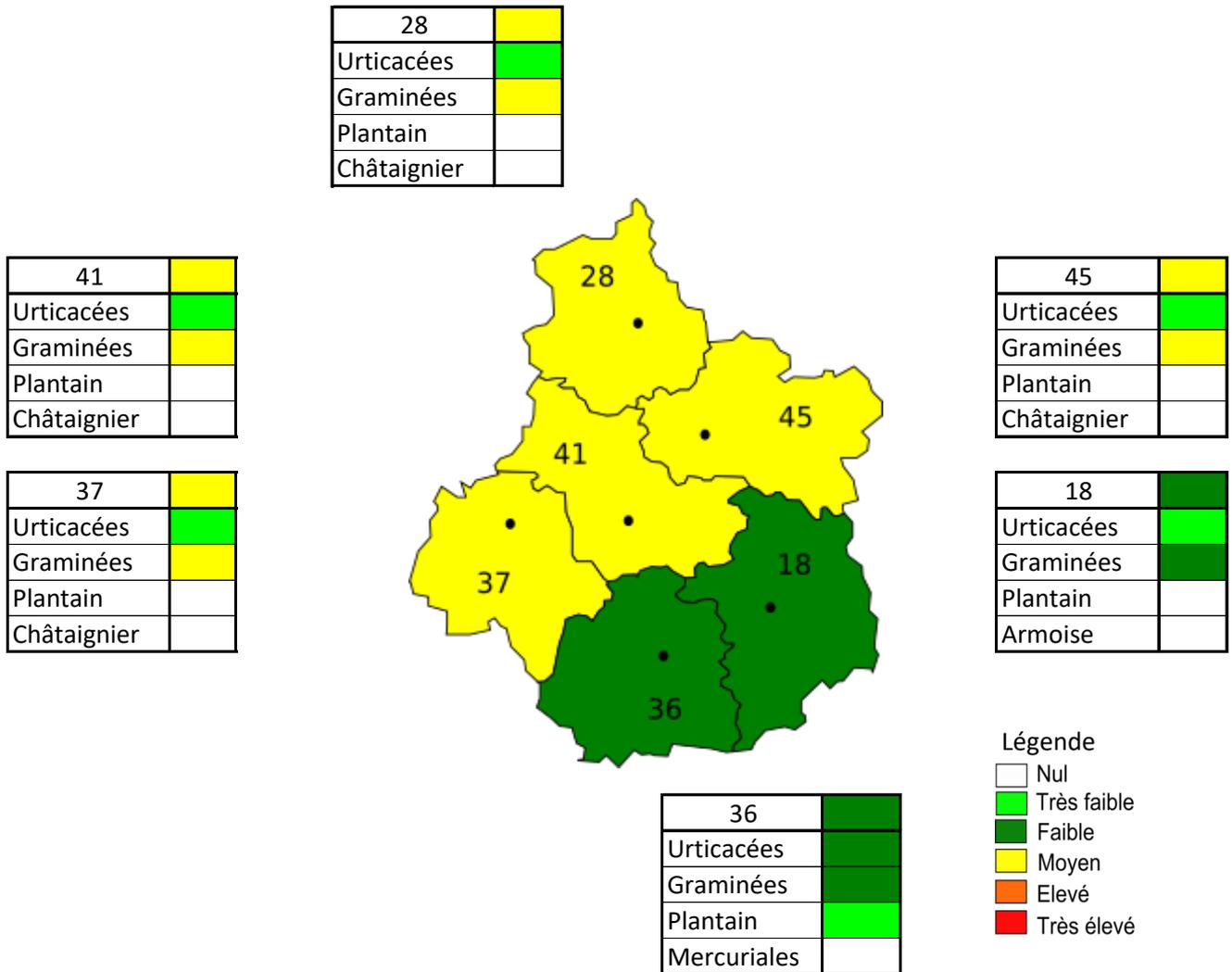
**Commentaire :**

Dans le ciel des allergiques on retrouvera des pollens de graminées même s'ils perdent du terrain. Ils gêneront les allergiques lors des journées ensoleillées avec un risque de niveau moyen. Lorsque la pluie sera présente, le risque d'allergie sera faible. Les pollens d'urticacées et de châtaignier restent très abondants mais avec un risque d'allergie ne dépassant pas le niveau faible.

Aides régionales complémentaires :  
Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

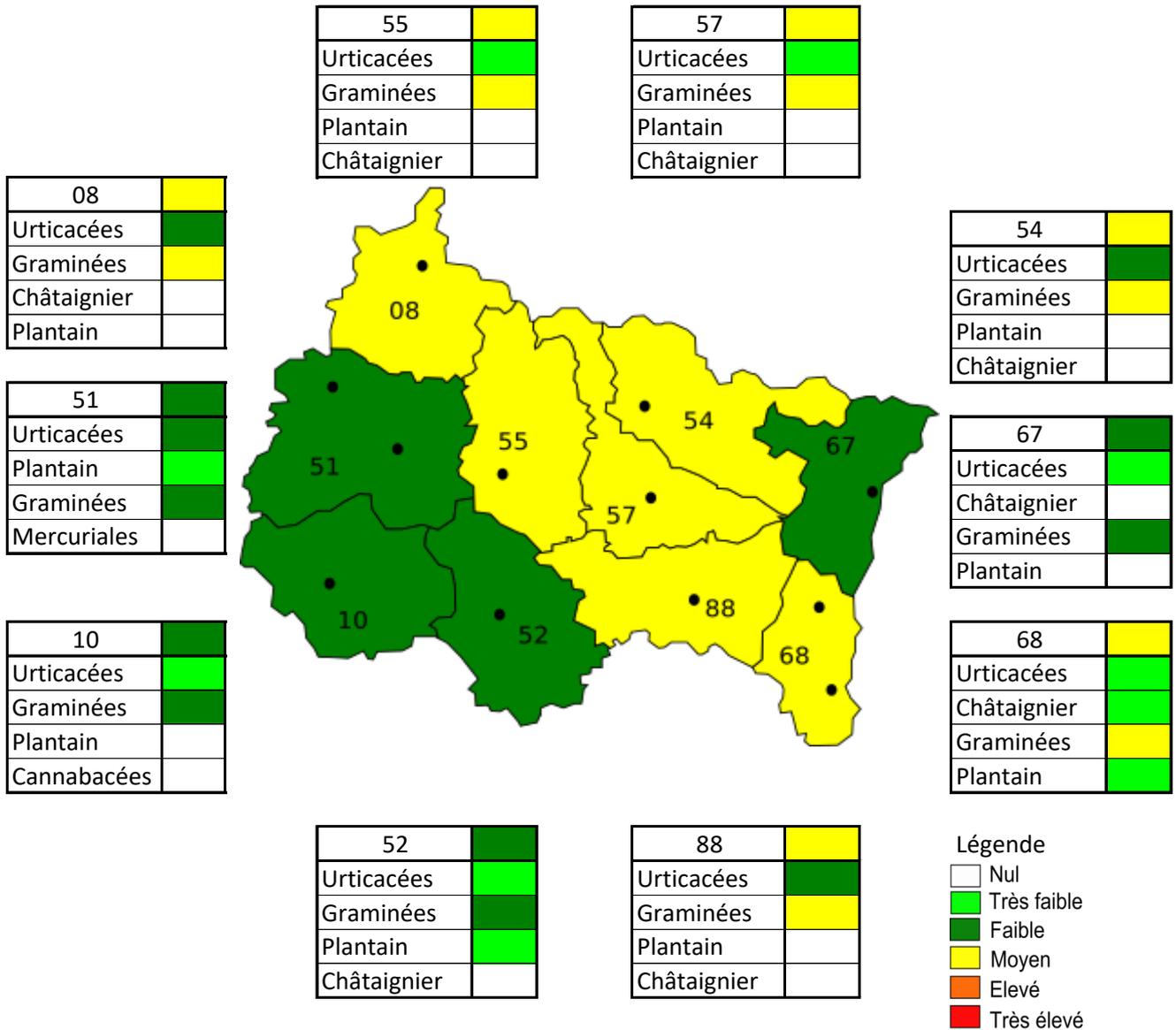
Au nord de la région, le risque d'allergie sera de niveau moyen pour les pollens de graminées tandis qu'il sera faible au sud. Les allergiques pourront mieux respirer lors des journées pluvieuses mais devront se méfier des journées ensoleillées. Les allergiques doivent rester prudent et bien suivre leurs traitements. Les pollens d'urticacées, de plantain et de châtaignier gêneront moins les allergiques avec un risque d'allergie ne dépassant pas le niveau faible.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

**REGION GRAND EST**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :

Le risque d'allergie reste au niveau faible à moyen pour les pollens de graminées qui continueront de gêner un peu les allergiques. Attention aux pollens d'armoise lors des ballades à la campagne qui pourront gêner aussi les plus sensibles. L'ambroisie va commencer sa floraison et est à surveiller de près par les allergiques car les pollens d'ambroisie sont très allergisants. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens d'urticacées (orties), de plantain et de châtaignier.

Aides régionales complémentaires :

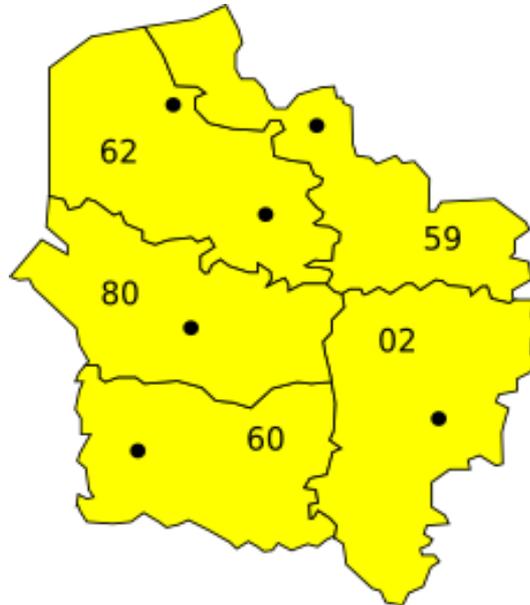
Atmo Grand Est - Nouvel Hôpital Universitaire de Strasbourg

**REGION HAUTS DE FRANCE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

62	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Châtaignier	Blanc
Plantain	Blanc

80	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Plantain	Blanc
Mercuriales	Blanc



59	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Châtaignier	Blanc
Plantain	Blanc

02	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Plantain	Vert clair
Graminées	Jaune
Mercuriales	Blanc

60	Jaune
Urticacées	Vert foncé
Graminées	Jaune
Plantain	Vert clair
Châtaignier	Blanc

Légende

Blanc	Nul
Vert clair	Très faible
Vert foncé	Faible
Jaune	Moyen
Orange	Elevé
Rouge	Très élevé

Commentaire :

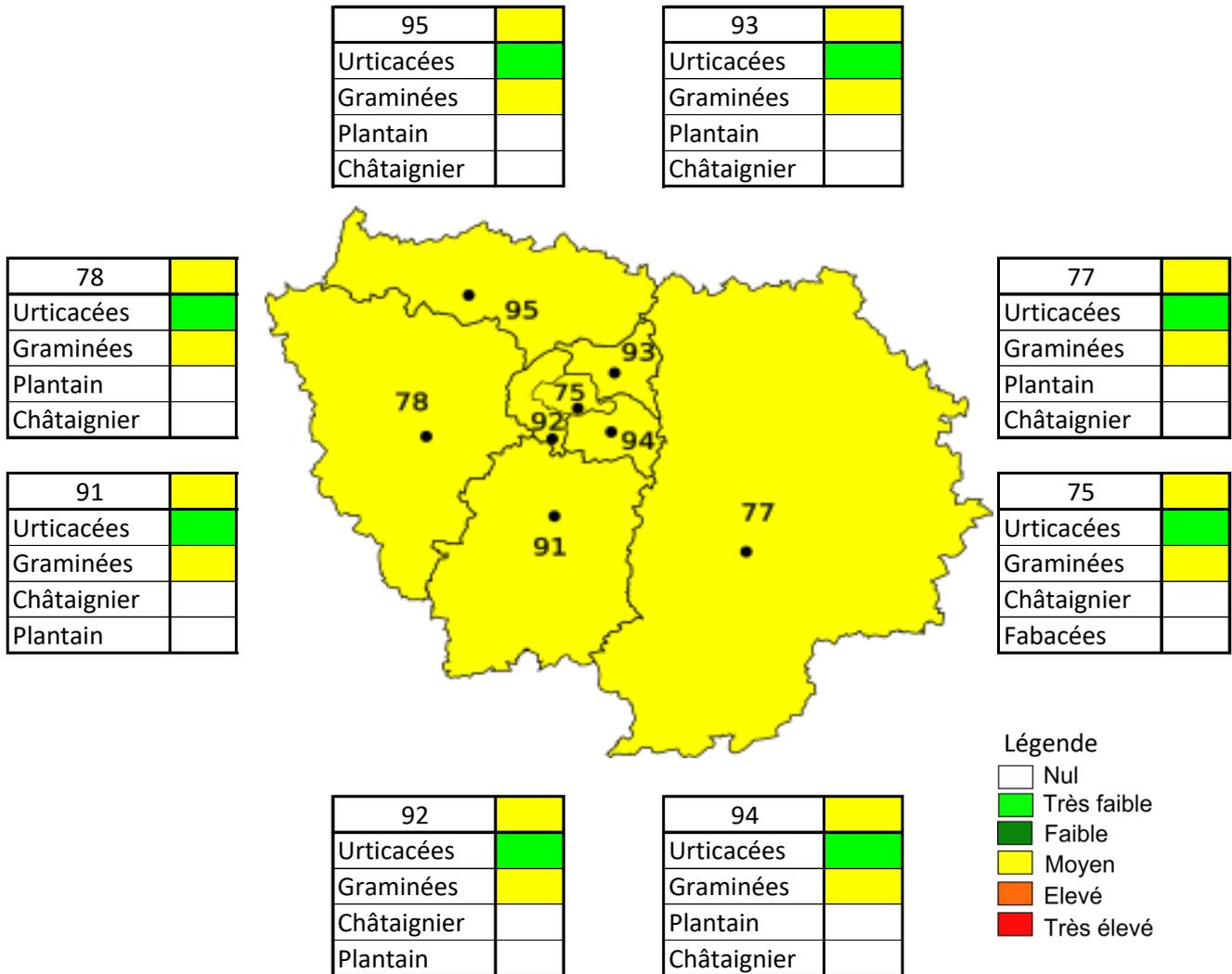
L'ensemble de la région est en alerte jaune avec un risque de niveau moyen qui concernera essentiellement les pollens de graminées qui jouent les prolongations. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens d'urticacées (orties) et très faible pour les quelques derniers pollens de plantain. Les allergiques doivent bien penser à suivre leurs traitements et aérer leurs logements de préférence le matin tôt ou le soir tard pour éviter les plus fortes concentrations de pollens dans l'air.

Aides régionales complémentaires :

Atmo Hauts de France - Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique de Hauts de France

**REGION ILE DE FRANCE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :

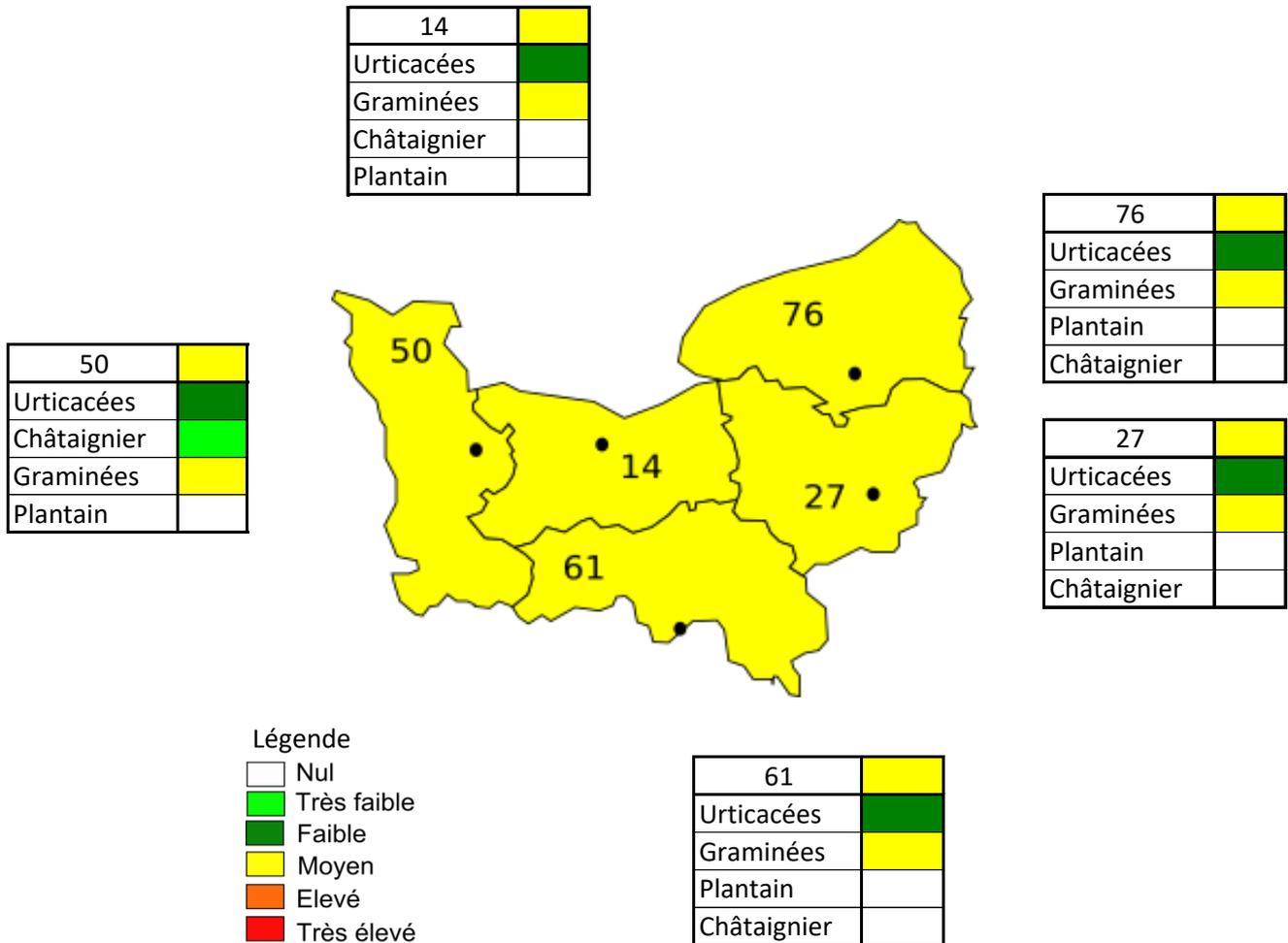
Enfin un peu de répit pour les allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de graminées qui perdent du terrain et très faible pour les pollens d'urticacées (orties). Les pollens de châtaignier et de plantain sont en fin de pollinisation et ne gêneront plus les allergiques. Attention à la pollution atmosphérique qui pourra excacerber les symptômes chez les allergiques aux pollens.

Aides régionales complémentaires :

Conseil Régional d'Ile de France - Service Parisien de Santé Environnementale

**REGION NORMANDIE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)


**Commentaire :**

Les concentrations de pollens de graminées sont en baisse et bientôt ils disparaîtront de la circulation. En attendant, les allergiques doivent rester prudents lors des journées ensoleillées qui favoriseront la dispersion des pollens dans l'air. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de graminées et faible pour les pollens d'urticacées (orties) qui sont moins allergisants.

Aides régionales complémentaires :

Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

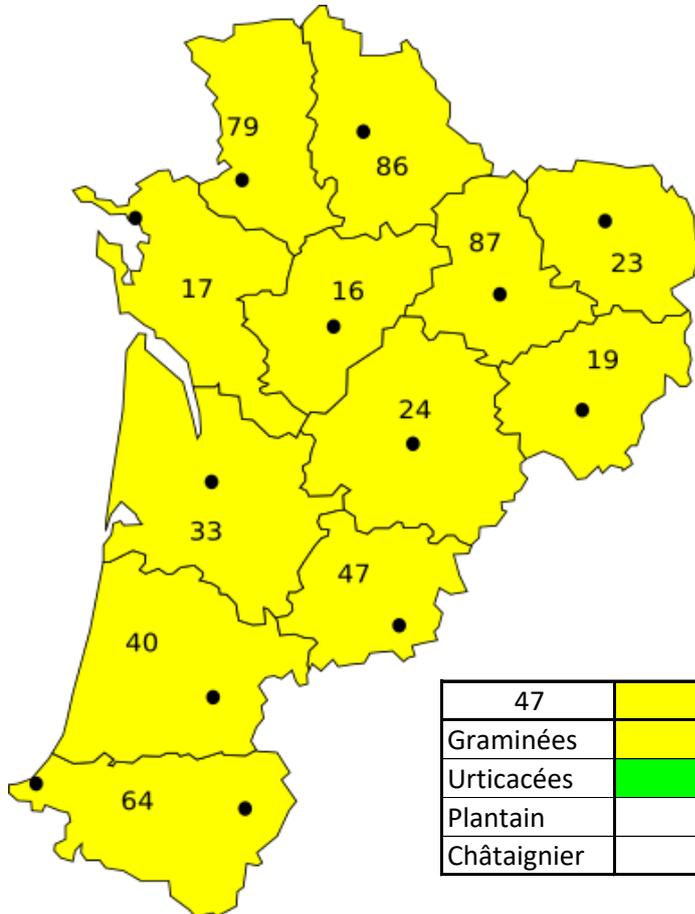
79	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

16	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Scrofulaire	■

86	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Mercuriales	■

87	■
Urticacées	■
Graminées	■
Châtaignier	■
Plantain	■

17	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■



23	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

33	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

19	■
Urticacées	■
Graminées	■
Châtaignier	■
Plantain	■

40	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

24	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

64	■
Urticacées	■
Graminées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

47	■
Graminées	■
Urticacées	■
Plantain	■
Châtaignier	■

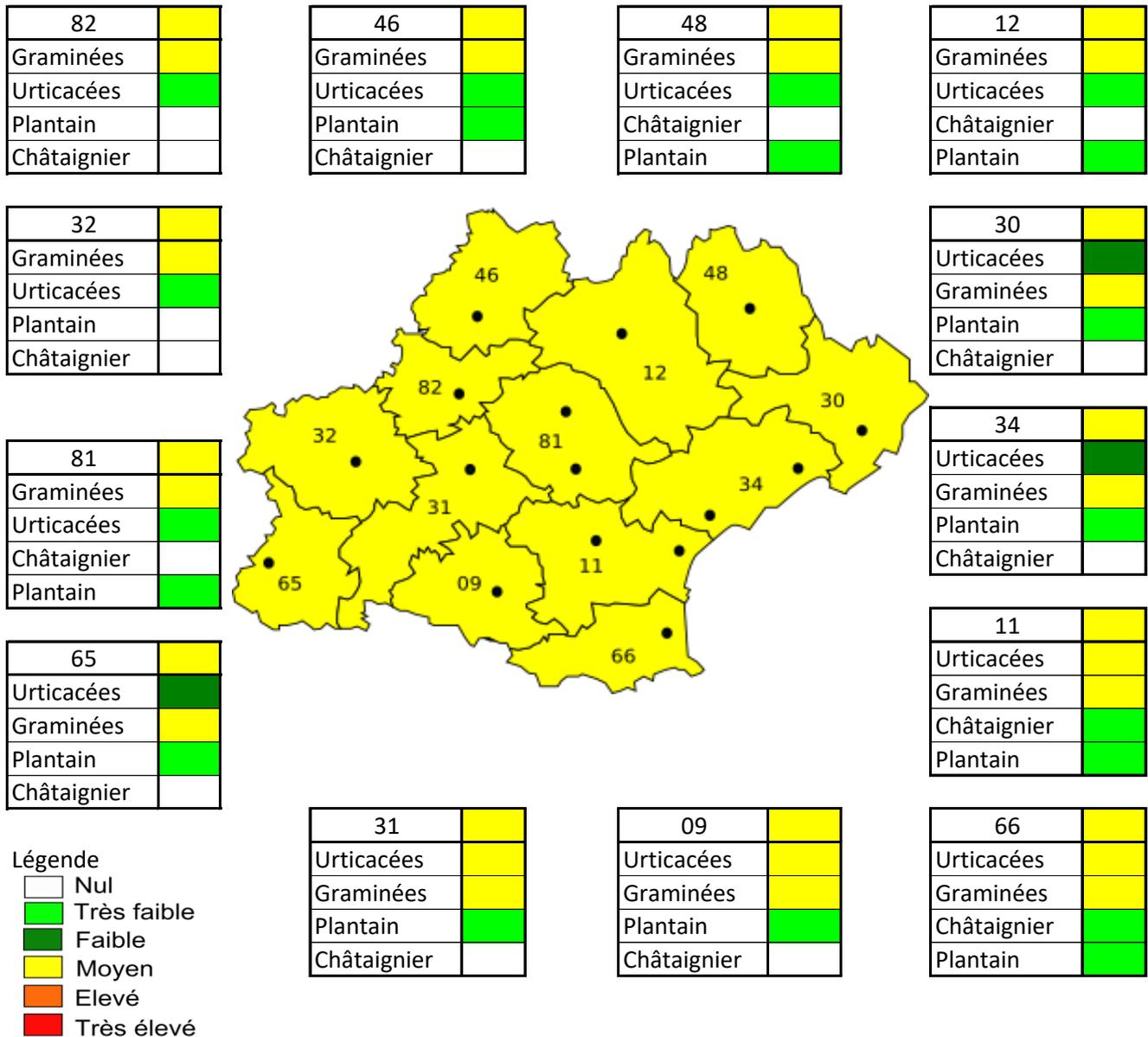
Légende  
 ■ Nul  
 ■ Très faible  
 ■ Faible  
 ■ Moyen  
 ■ Elevé  
 ■ Très élevé

Commentaire :  
 La principale gêne sera pour les pollens de graminées qui sont encore bien présents dans l'air sur toute la région avec un risque d'allergie moyen. Seules les averses orageuses pourront faire baisser les concentrations de pollens et apporter un peu de répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera de niveau faible pour les pollens d'urticacées (orties) qui sont les plus abondants dans l'air. Le risque d'allergie sera très faible pour les pollens de plantain. Attention à l'ambrosie qui va débiter ces prochains jours sa floraison et gêner les allergiques.

Aides régionales complémentaires :  
 ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

**REGION OCCITANIE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



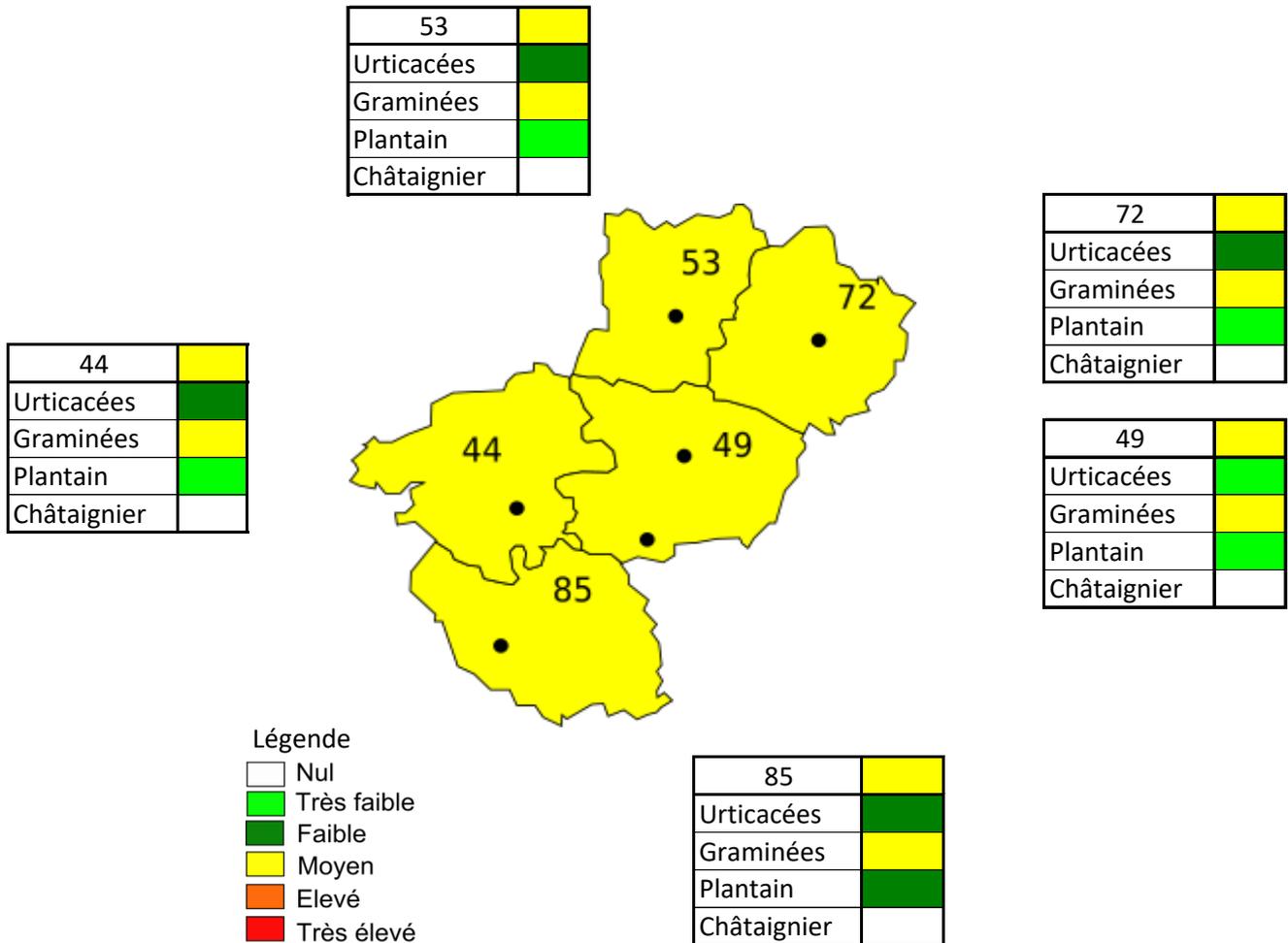
**Commentaire :**

Les pollens d'urticacées et de graminées pourront encore gêner les allergiques en cette fin juillet avec un risque de niveau moyen. Les allergiques doivent aussi surveiller la floraison de l'armoise et de l'ambroisie. Les pollens de plantain et de châtaignier arrivent en fin de floraison et le risque d'allergie associé sera très faible. Les averses orageuses apporteront un peu de répit aux allergiques.

Aides régionales complémentaires :  
 ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



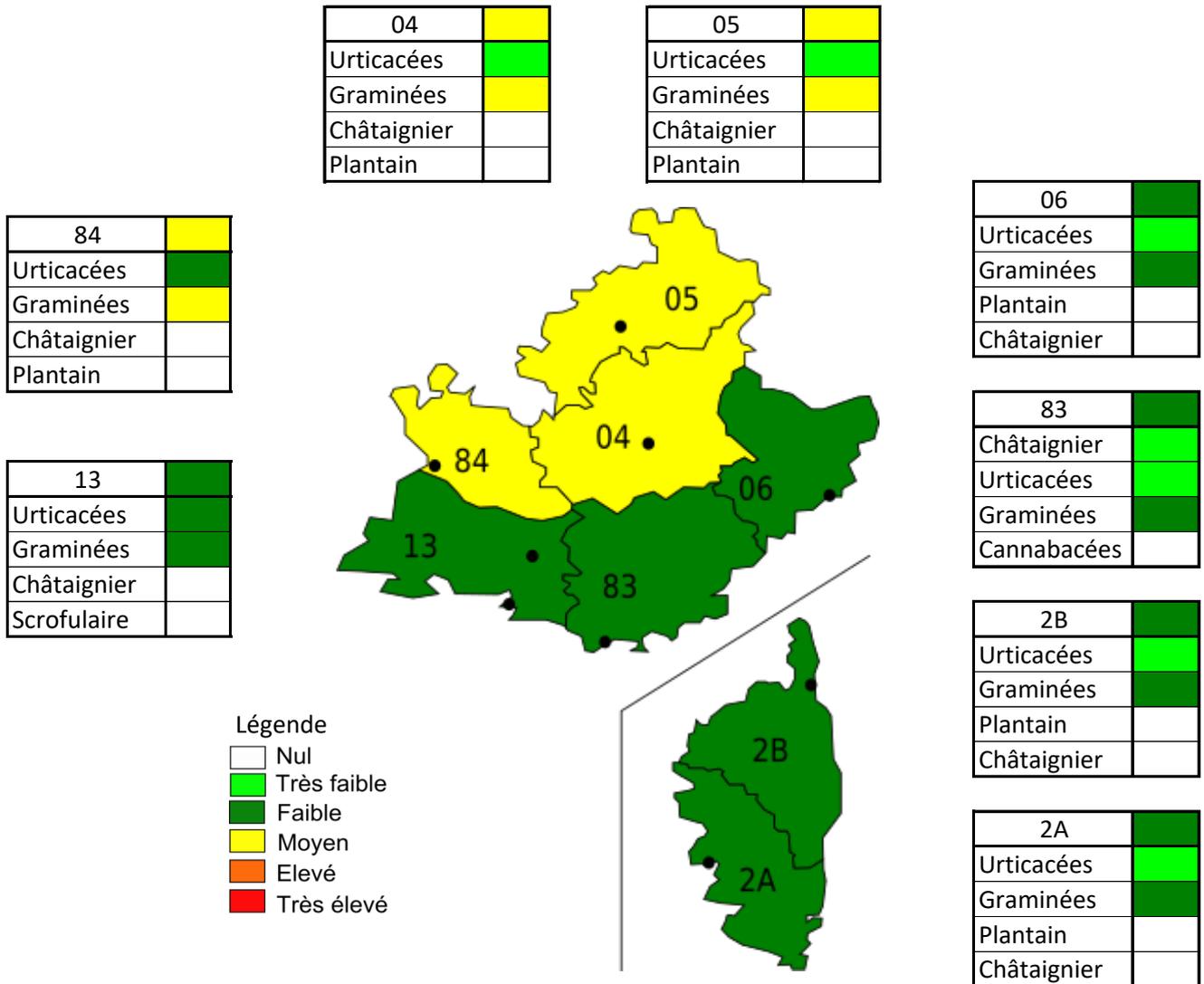
Commentaire :

En tête du classement des pollens on retrouve des pollens d'urticacées (orties) avec un risque d'allergie de niveau faible. Les pollens de graminées n'ont pas dit leur dernier mot et pourront encore gêner les allergiques avec un risque de niveau moyen. Les allergiques doivent rester prudents et bien penser à se protéger des pollens. A noter aussi la floraison de l'armoise qui pourra gêner les allergiques surtout lors des ballades à la campagne.

Aides régionales complémentaires :  
Air Pays de Loire

**REGION PROVENCE ALPES CÔTES D'AZUR - CORSE**

Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**

Peu de pollens dans l'air. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de graminées au nord de la région et faible autour de la Méditerranée. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens d'urticacées, de plantain et de châtaignier. Les vacanciers peuvent respirer tranquillement, ils ne devraient pas être gênés par les pollens. Attention en revanche à l'armoise et l'ambrosie qui arrivent en floraison et pourront gêner les personnes sensibles surtout dans le nord de la région.

Aides régionales complémentaires :

ARS Provence Alpes Côtes d'Azur - AECAP - Air Provence Alpes Côtes d'Azur