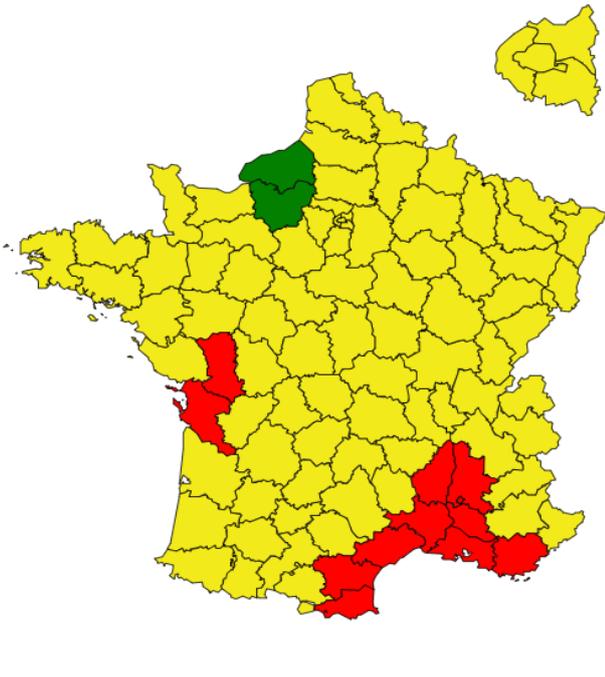


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



LEGENDE

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Les giboulées de pollens !

Ces prochains jours, on retrouvera les fameuses giboulées de mars qui traverseront le pays d'ouest en est et apporteront un peu de répit aux allergiques en venant plaquer les pollens au sol. Les giboulées sont des averses très souvent accompagnées de vent, au cours desquelles grêlons et neige fondante se mêlent à la pluie. Attention toutefois aux belles éclaircies entre deux giboulées qui donneront un temps agréable et doux et seront favorables à l'émission et la dispersion des pollens dans l'air.

Des cumuls de pluie abondants feront baisser les risques d'allergies ce week-end dans l'Aude, la Lozère, l'Hérault, le Gard et les Pyrénées Orientales ainsi que dans les Alpes-Maritimes avec un épisode méditerranéen qui se met en place. Mais attention car le répit sera de courte durée, avec le retour d'un temps ensoleillé et doux en début de semaine prochaine, et des concentrations de pollens de cupressacées (cyprés, genévriers, thuyas...) qui seront encore fortes sur tout le pourtour méditerranéen.

Les pollens d'aulne seront toujours bien présents sur tout le territoire même s'ils sont en perte de vitesse par rapport aux semaines précédentes. Le risque d'allergie associé pour ces pollens d'aulne ne dépassera plus le niveau moyen. Les pollens de frêne continuent leur progression avec des concentrations qui seront fortes entre les averses de pluie et un risque d'allergie qui évoluera entre le niveau moyen et le niveau élevé comme dans certains départements de l'ouest du pays.

Le risque d'allergie sera faible pour les derniers pollens de noisetier présents dans l'air et pour les premiers pollens de charme, urticacées, saules et graminées.

Les pins commencent aussi à polliniser et peuvent jaunir les surfaces extérieures (voitures, trottoirs, balcons...) mais ce ne sont pas des pollens allergisants.

Selon les prévisions du partenariat RNSA-Météo France, les premiers pollens de bouleau sont attendus pour le 24 mars à Paris et à Montluçon. Ces prévisions seront bientôt disponibles pour d'autres villes et seront affinées en fonction de la météo de ces prochains jours mais les allergiques doivent déjà se préparer à des semaines à venir plus compliquées.

Quelques conseils pratiques pour les allergiques : suivez vos traitements et consultez votre médecin en cas de symptômes, consultez régulièrement la carte de vigilance des pollens sur notre site internet, 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 pour éviter que les pollens ne rentrent dans l'habitation, évitez les activités sportives à l'extérieur qui entraînent une surexposition aux pollens. Attention aussi à la pollution atmosphérique qui pourra exacerber les allergies aux pollens dans certaines grandes villes.

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

Cupressacées



Frênes



Noisetiers



Aulnes



Urticacées



Peupliers



Saules



Charmes



Graminées



LEGENDE

 Pas encore en floraison

 En floraison

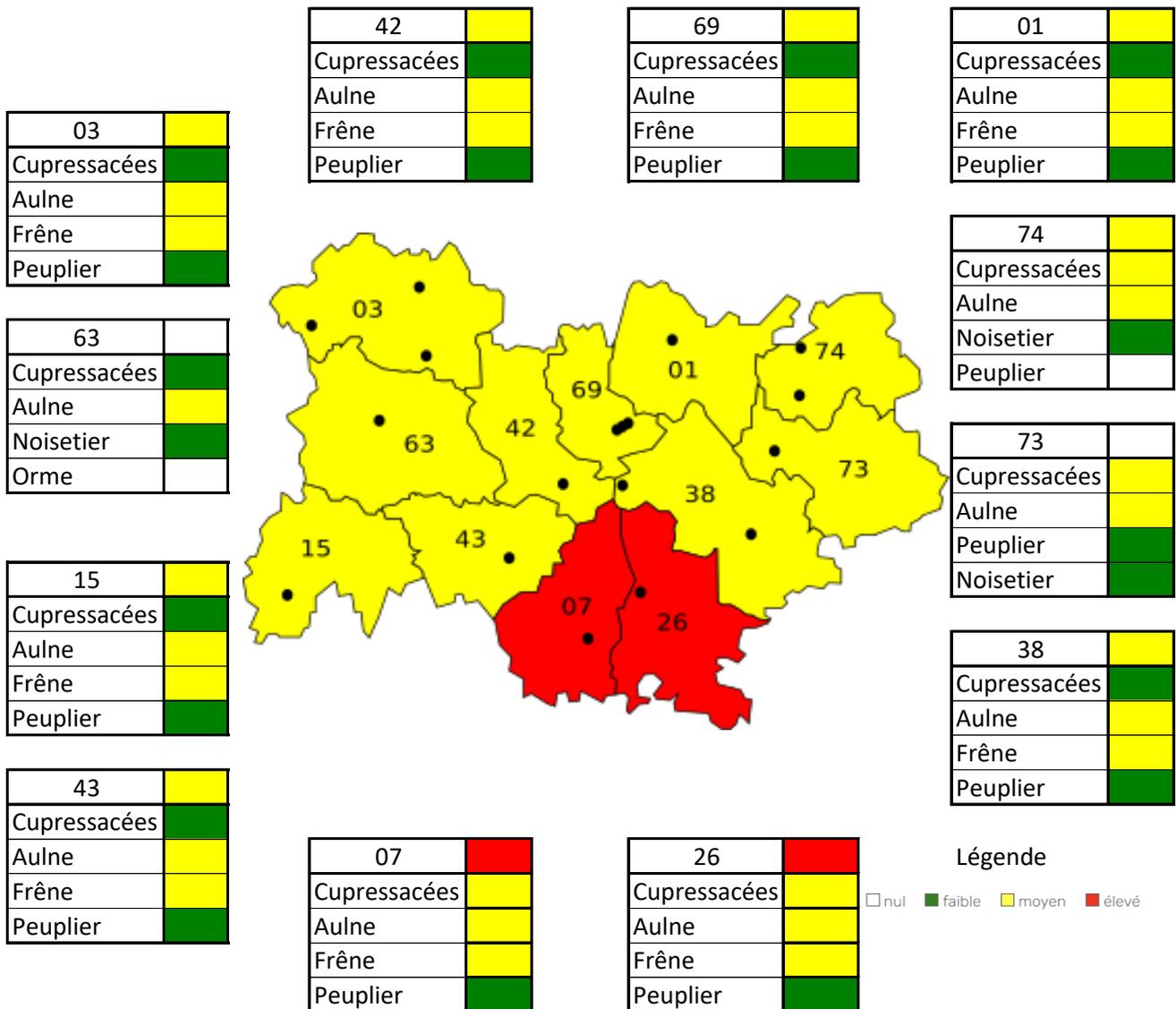
 Floraison terminée

Commentaires :

Lyon : Le Cyprès poursuit sa floraison

REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES

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

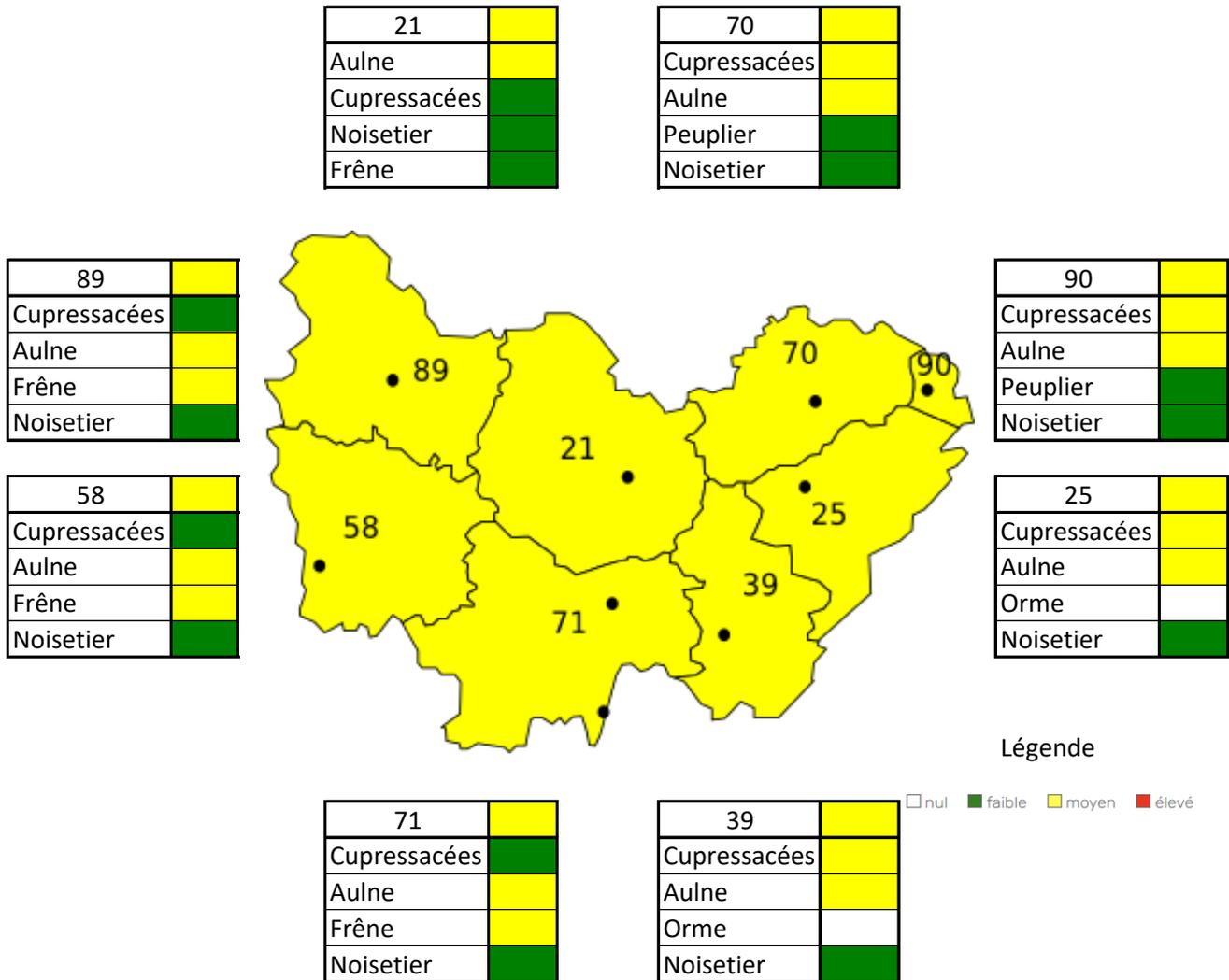


Commentaire :
Attention aux pollens d'aulne, de cupressacées et de frêne qui n'ont pas dit leur dernier mot et seront bien présents dans l'air de la région entre les averses de pluie ces prochains jours pour venir gêner les allergiques avec un risque de niveau moyen. Le risque d'allergie sera même élevé dans l'Ardèche et la Drôme pour le cocktail des pollens de cupressacées, aulne et frêne. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de peuplier et noisetier. Les premiers pollens de bouleau arriveront dans une 15 aine de jours.

Aides régionales complémentaires :
ARS Auvergne Rhône Alpes - Atmo Auvergne Rhône Alpes - Métropole de Lyon - Ville de Lyon
Agglomération de Bourg 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 d'aulne, de frêne et de cupressacées restent les plus abondants dans l'air avec un risque d'allergie associé de niveau moyen. Les averses de pluie annoncées ce week-end apporteront un peu de répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de noisetier, saules, charmes, peupliers... Les allergiques doivent se préparer à des semaines plus compliquées en avril surtout ceux qui sont allergiques aux pollens de bouleau.

Aides régionales complémentaires :

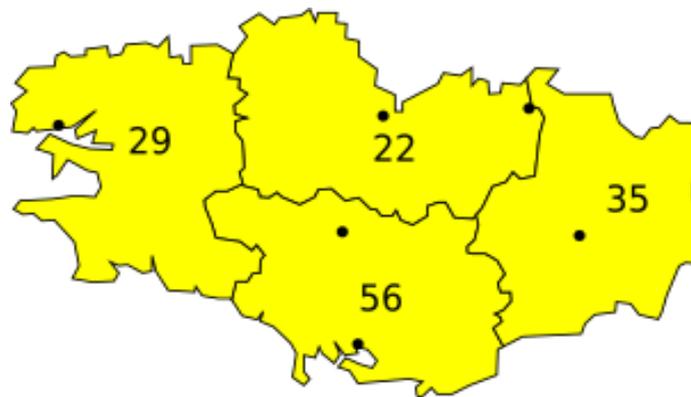
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

REGION BRETAGNE

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

22	■
Pin	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■

29	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Saule	■



35	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Frêne	■
Pin	■

56	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Pin	■

Légende

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Commentaire :
Les pollens d'aulne et de frêne seront responsables d'un risque d'allergie moyen entre les averses de pluie. Les allergiques ne seront pas gênés par les pollens de pin qui ne sont pas allergisants. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de noisetier et cupressacées. Attention aux pollens de bouleau qui vont bientôt arriver et gêneront les allergiques à partir de la fin du mois.

Aides régionales complémentaires :
Association CAPT'AIR

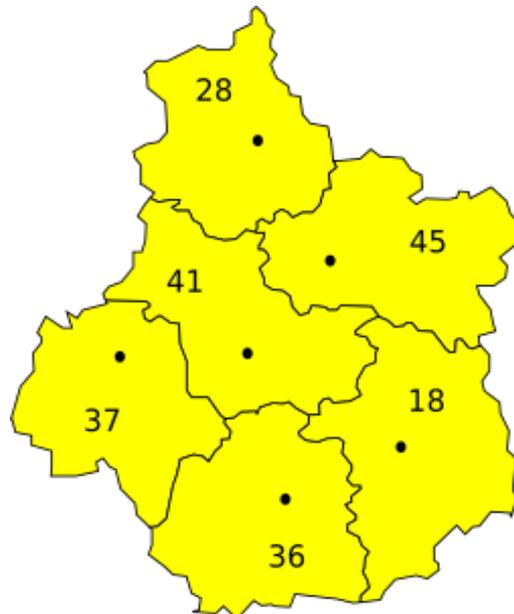
REGION CENTRE VAL DE LOIRE

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

28	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Frêne	■
Orme	■

41	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Frêne	■
Peuplier	■

37	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Frêne	■
Orme	■



45	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Frêne	■
Peuplier	■

18	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Frêne	■
Orme	■

Légende

36	■
Cupressacées	■
Frêne	■
Aulne	■
Orme	■

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Commentaire :

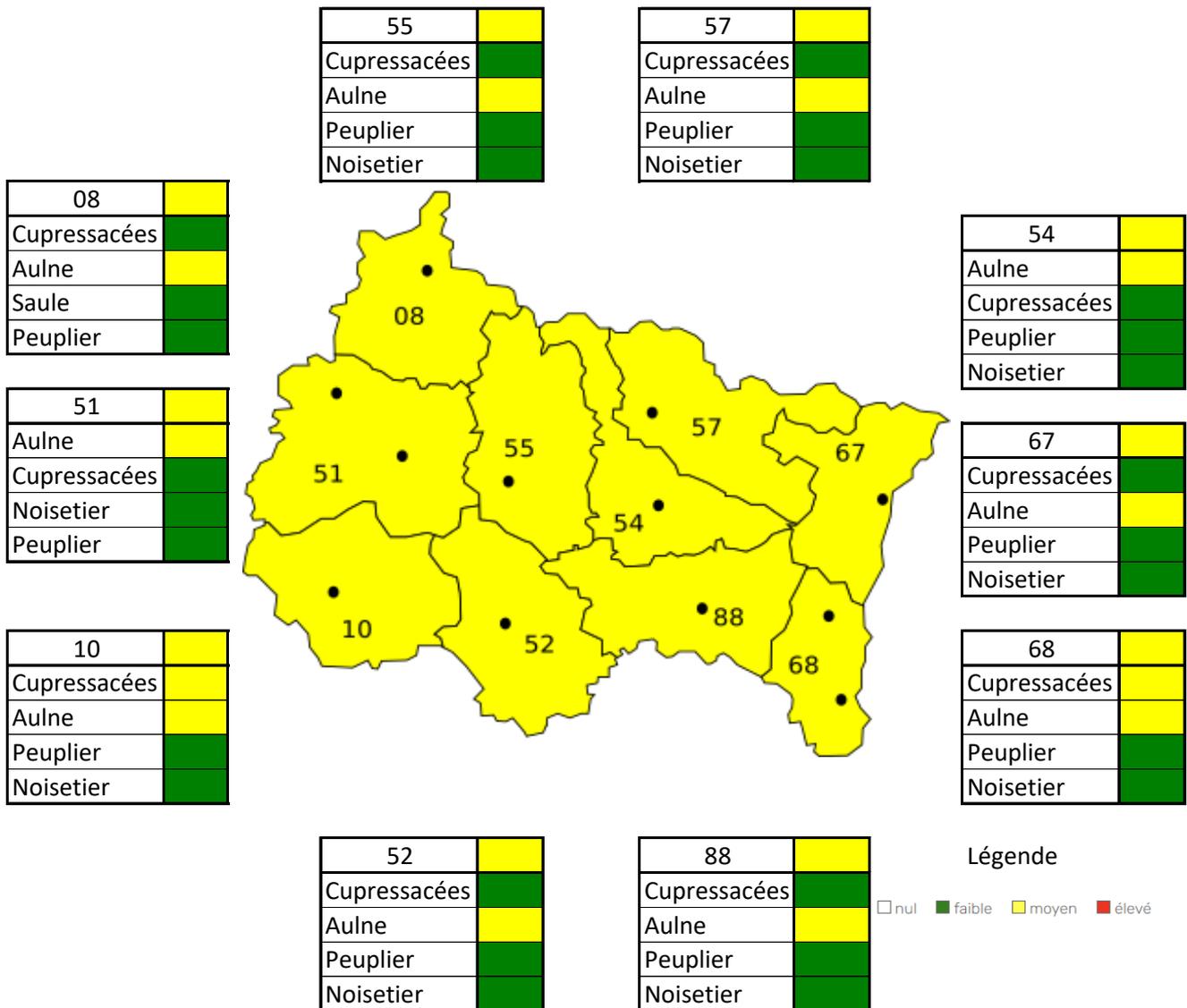
Les aulnes et les frênes poursuivent leur floraison avec un risque d'allergie associé de niveau moyen. Ils sont accompagnés par les pollens de cupressacées, de peuplier, de saule et de charme avec un risque d'allergie plus faible. Les allergiques aux pollens de bétulacées doivent anticiper leur allergie avec le grand retour dans 2 semaines environ des pollens de bouleau.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

REGION GRAND EST

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

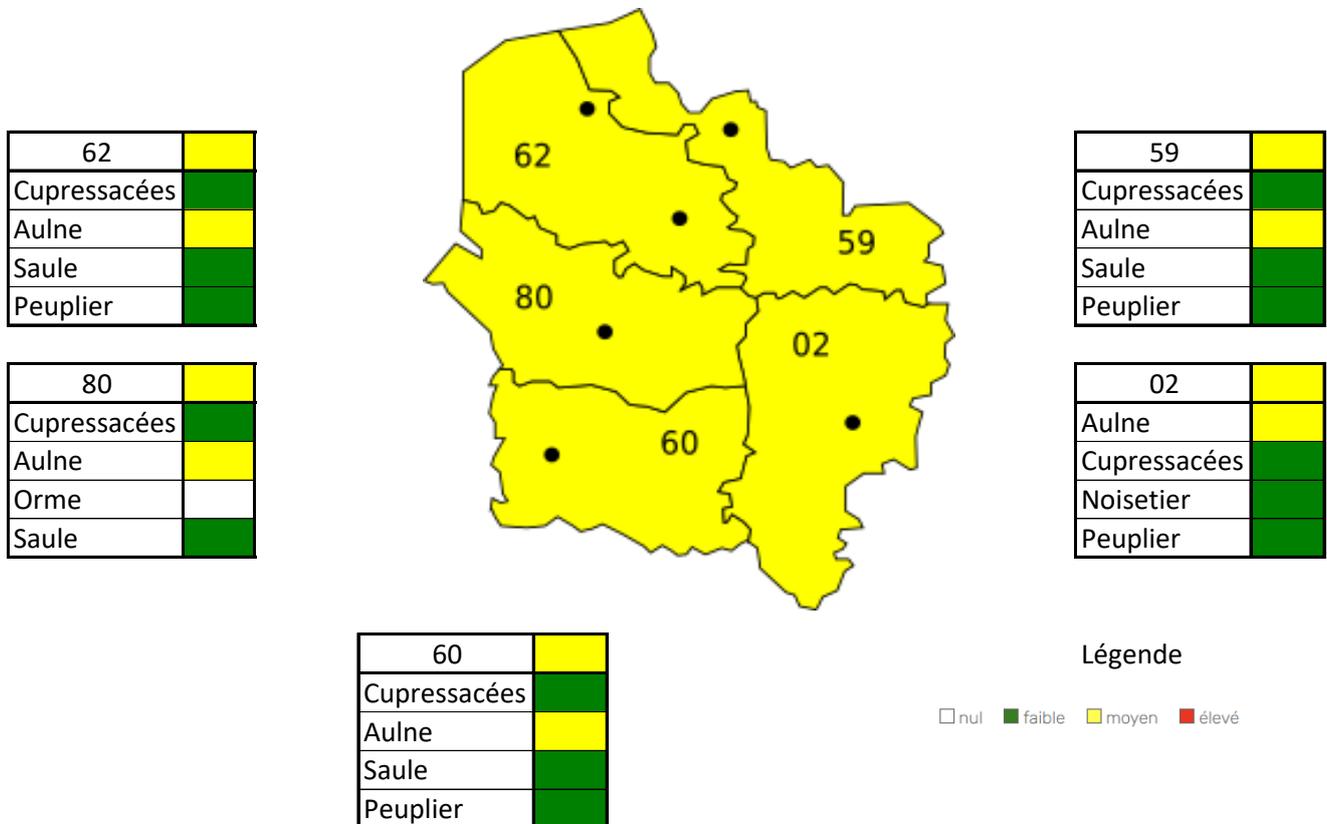


Commentaire :
 Les pollens d'aulne perdent peu à peu du terrain avec un risque d'allergie qui ne dépassera plus le niveau moyen. Malheureusement, le répit sera de courte durée car les pollens de bouleau prendront le relais dans 2 semaines et viendront gêner fortement les allergiques. Le risque d'allergie sera de niveau faible pour les pollens de cupressacées, peuplier, noisetier, frêne et saule. Les averses de pluie annoncées en fin de semaine apporteront du répit aux allergiques.

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)



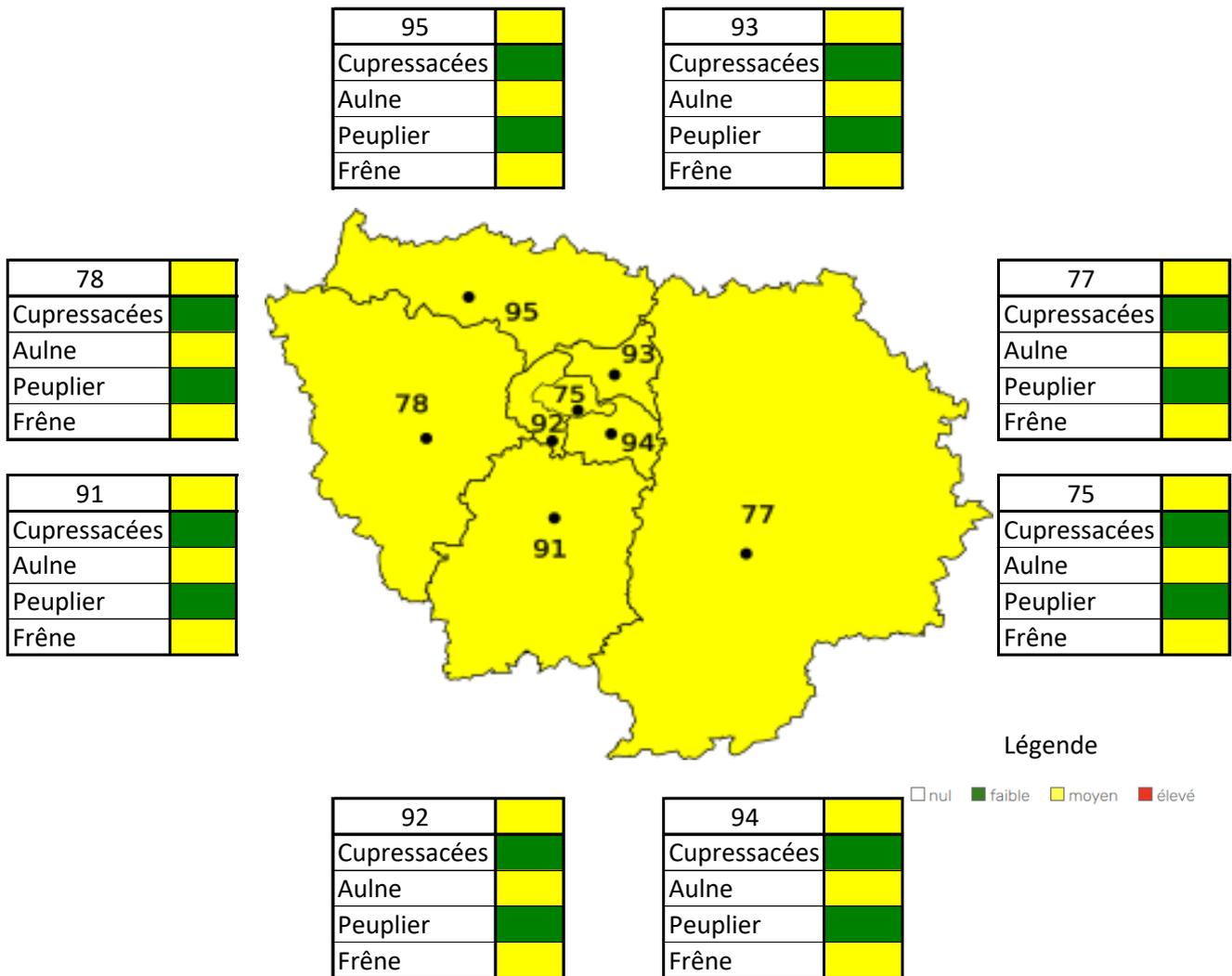
Commentaire :
 Les pollens d'aulne restent la principale menace des allergiques même s'ils perdent du terrain. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et faible pour les pollens de cupressacées, saule, peuplier et frêne. Les allergiques doivent rester prudents surtout lors des journées plus douces et ensoleillées. Attention aux pollens de bouleau qui arrivent dans quelques semaines et gêneront eux aussi les personnes allergiques aux bétulacées.

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 :

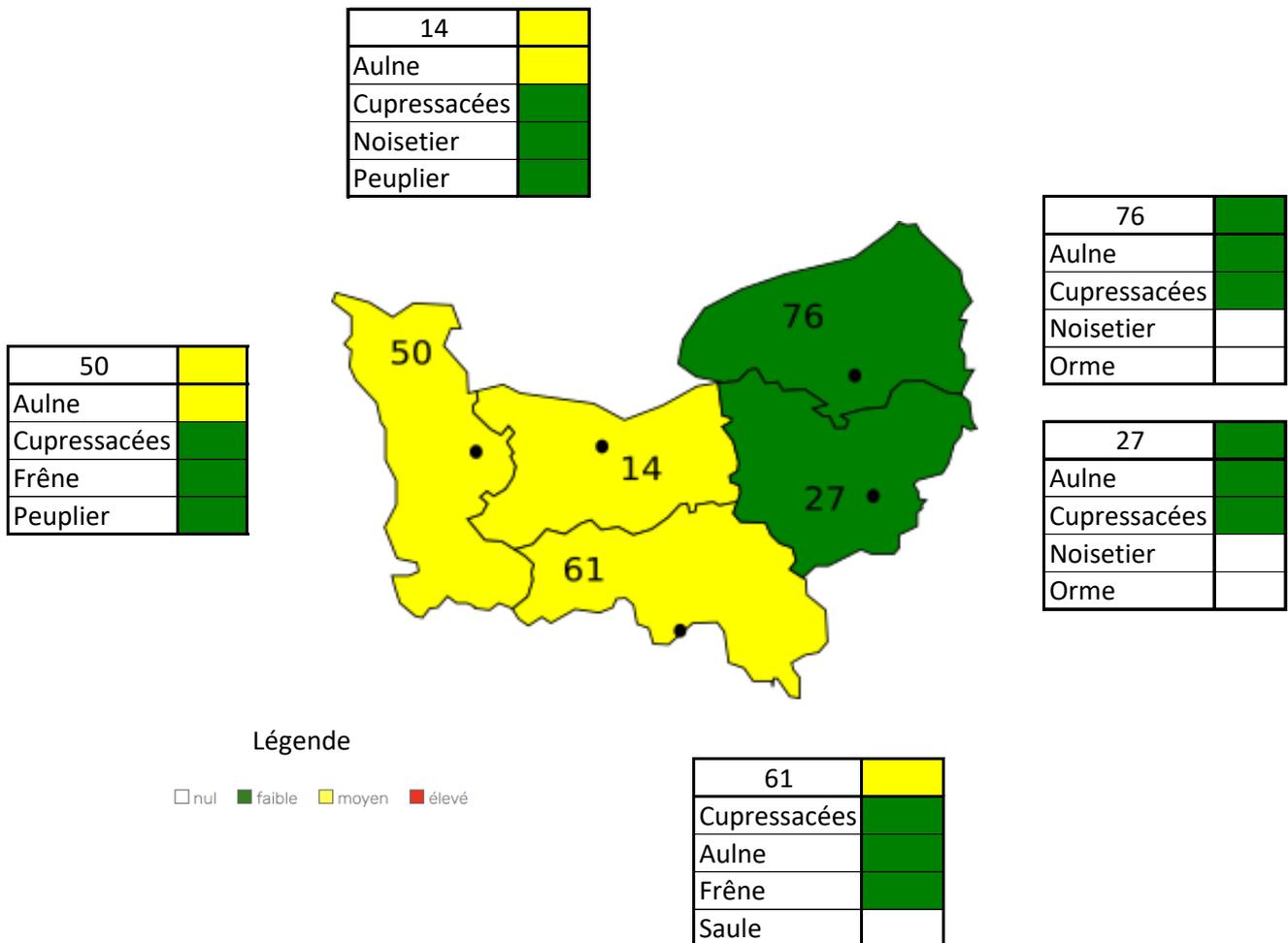
Le risque d'allergie sera de niveau moyen pour les pollens d'aulne et de frêne qui seront encore bien présents dans l'air entre les averses de pluie. Le risque d'allergie sera de niveau faible pour les pollens de cupressacées, de peuplier, de saule et de charme. Les allergiques doivent redoubler de prudence et bien suivre leurs traitements. Attention car les premiers pollens de bouleau sont attendus pour le 24 mars à Paris et les allergiques doivent se préparer à des semaines compliquées. La pollution atmosphérique peut exacerber les symptômes d'allergie!

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 :
 Dans le ciel des allergiques, en cette mi mars, on retrouvera entre les averses de pluie, des pollens d'aulne, de cupressacées, de frêne, de saule, de peuplier et de charme...Avec un risque d'allergie qui évoluera entre le niveau faible et le niveau moyen selon les départements. Les allergiques doivent surtout surveiller de près le début de floraison des bouleaux dans quelques semaines.

Aides régionales complémentaires :
 Air Normand - APRIAN

REGION NOUVELLE-AQUITAINE

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

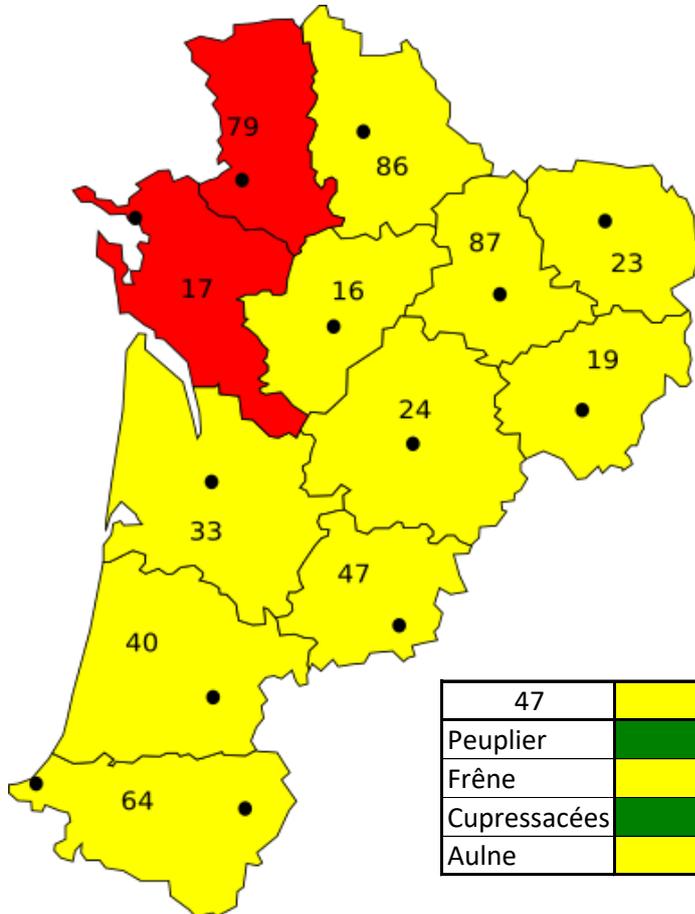
79	■
Frêne	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Peuplier	■

16	■
Frêne	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Peuplier	■

86	■
Cupressacées	■
Frêne	■
Aulne	■
Orme	■

87	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Frêne	■

17	■
Frêne	■
Cupressacées	■
Peuplier	■
Aulne	■



23	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Frêne	■

33	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Frêne	■

19	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Frêne	■

40	■
Cupressacées	■
Peuplier	■
Frêne	■
Aulne	■

24	■
Cupressacées	■
Aulne	■
Frêne	■
Noisetier	■

64	■
Aulne	■
Cupressacées	■
Noisetier	■
Frêne	■

47	■
Peuplier	■
Frêne	■
Cupressacées	■
Aulne	■

■ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Légende

Commentaire :

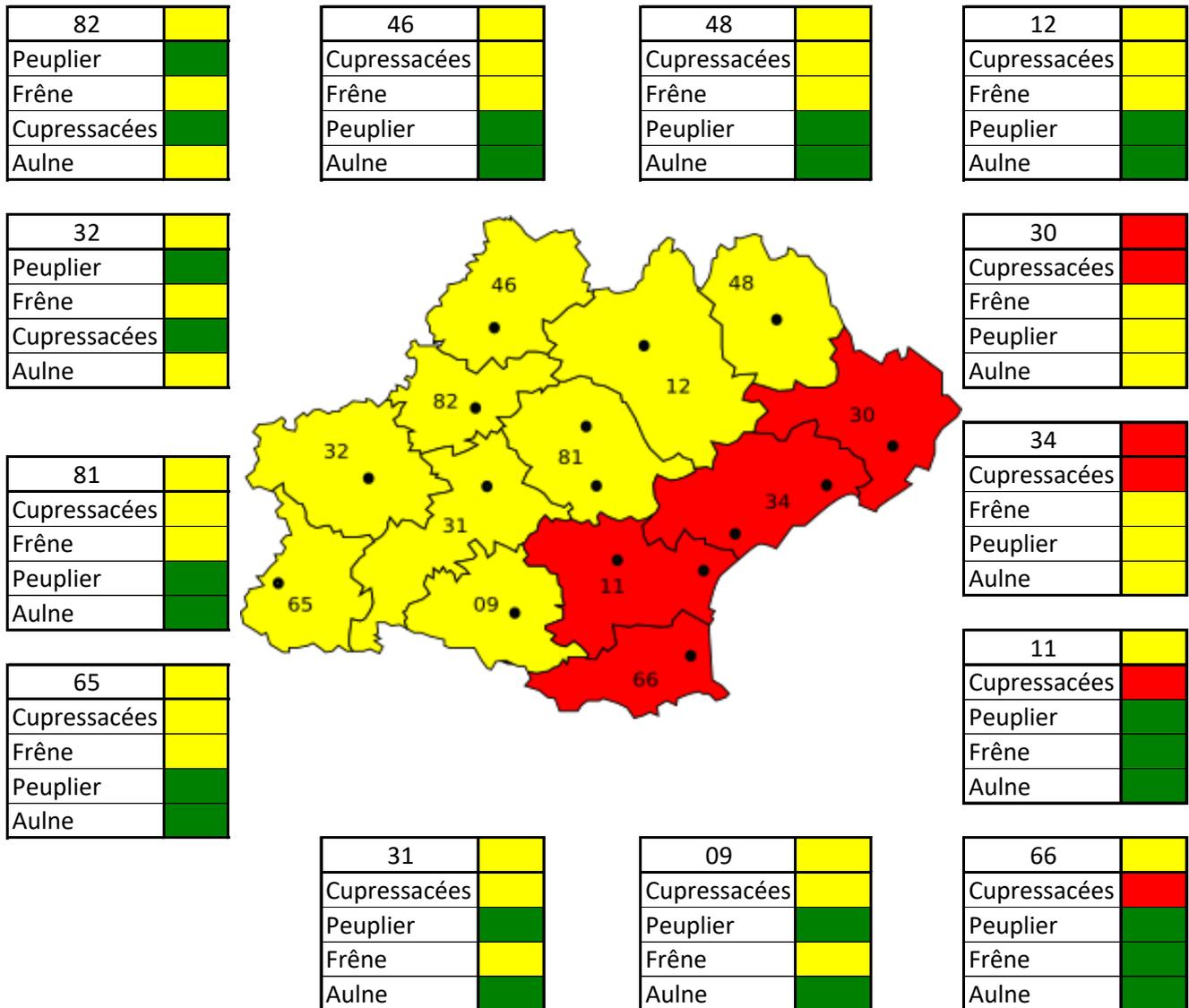
Les frênes sont en pleine floraison dans la région avec un risque d'allergie de niveau moyen à localement élevé. Ils viendront gêner les allergiques entre les averses de pluie. Ils seront accompagnés par les pollens de cupressacées, noisetier, aulne...avec un risque d'allergie faible à moyen.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

REGION OCCITANIE

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



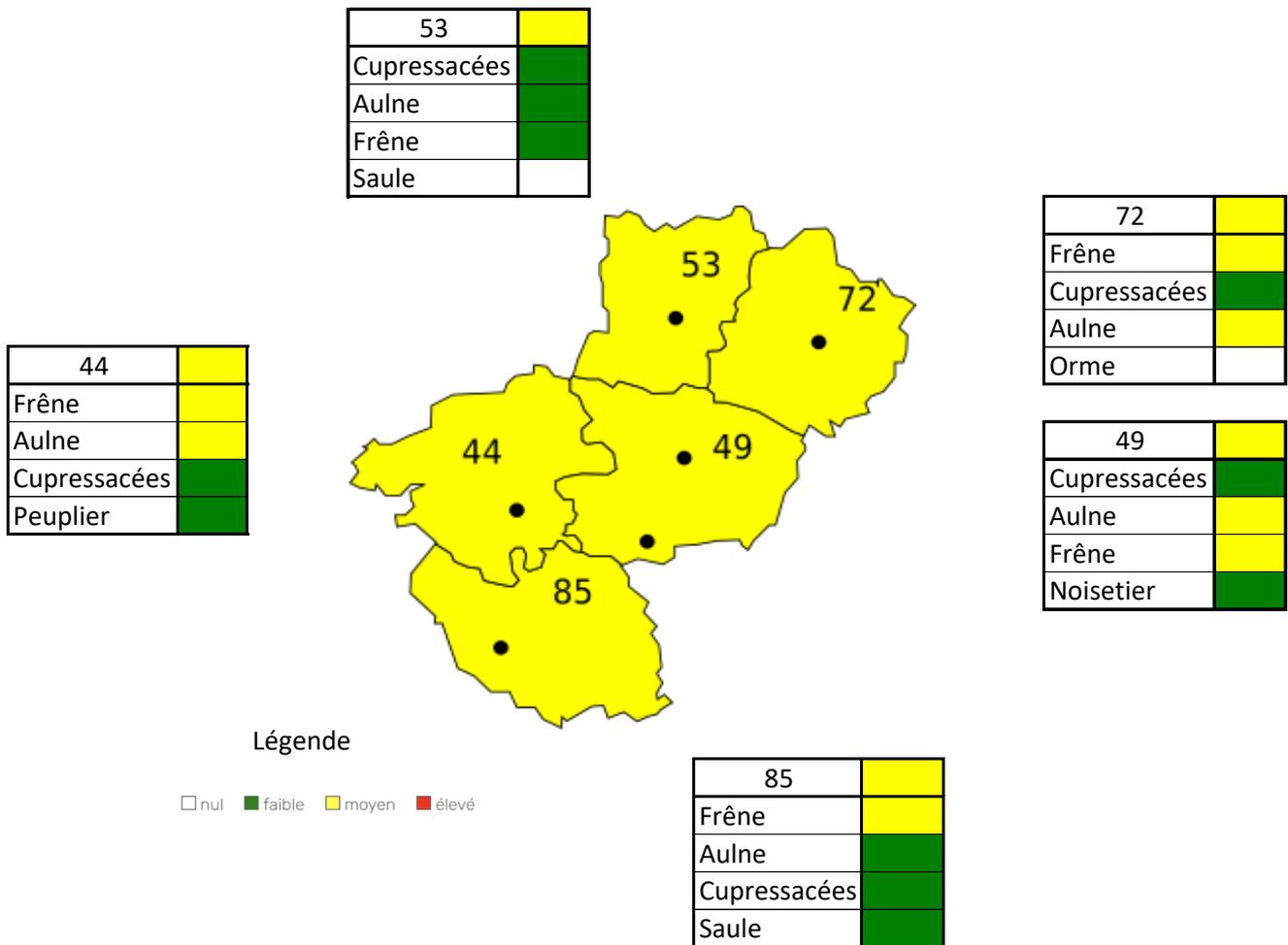
Légende □ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Commentaire :
Les averses de pluie annoncées ce week-end apporteront du répit aux allergiques. Mais attention car le répit sera de courte durée, avec le retour d'un temps ensoleillé et doux en début de semaine prochaine, et des concentrations de pollens de cupressacées (cyprés, genévriers, thuyas...) qui seront encore fortes sur tout le pourtour méditerranéen. Le risque d'allergie sera moyen dans l'ouest de la région et concernera les pollens de cupressacées, de peuplier, de frêne et d'aulne.

Aides régionales complémentaires :
ARS Occitanie - CHU de Nîmes

REGION PAYS DE LOIRE

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

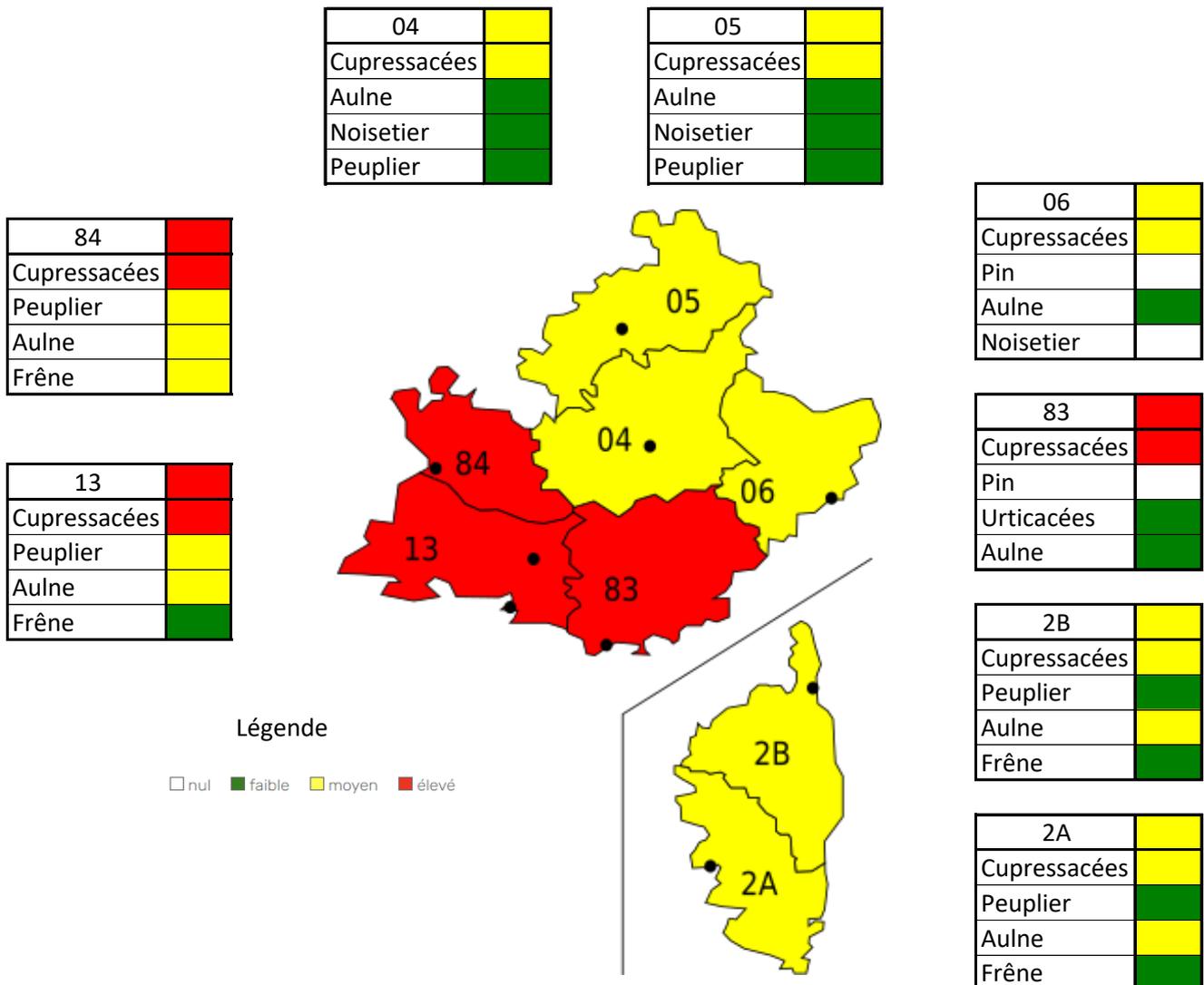


Commentaire :
Les aulnes et les frênes sont en pleine floraison et pourront gêner les allergiques entre 2 giboulées de pluie. Le risque d'allergie associé sera de niveau moyen. Les saules, cupressacées, noisetiers et peupliers gêneront moins les allergiques. Le début de la floraison des bouleaux approche et les allergiques doivent redoubler de prudence et bien suivre leurs traitements.

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 :
Le risque d'allergie restera élevé dans le Vaucluse, les Bouches du Rhône et le Var pour les pollens de cupressacées (cyprès, genévriers, thuyas...). Seule la pluie pourra apporter un peu de répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera moyen dans les autres départements pour les pollens de cupressacées et d'aulne. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de frêne, peuplier et urticacées. La pluie annoncée ce week-end viendra faire baisser les risques d'allergie.

Aides régionales complémentaires :
ARS Provence Alpes Côtes d'Azur - AECAP - Air Provence Alpes Côtes d'Azur