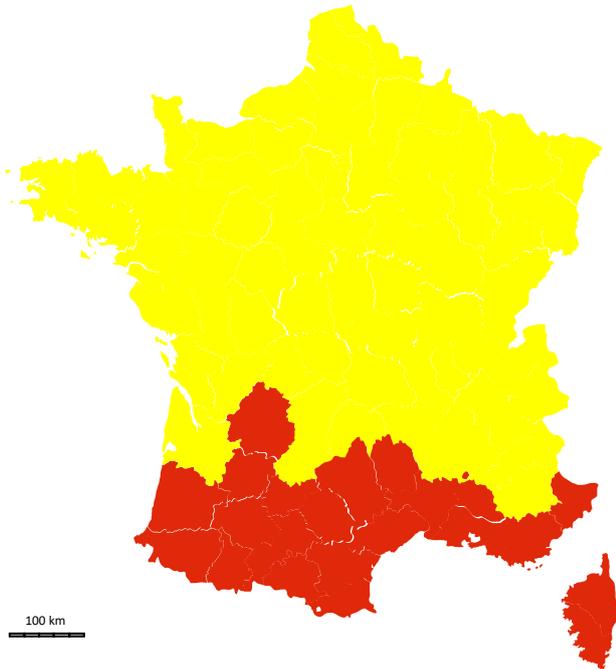


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Légende**  
■ Elevé  
■ Moyen  
■ Faible  
 Nul

**Le 49.3 des pollens !**

Alors que cette semaine le gouvernement utilise le 49.3 pour faire adopter la réforme des retraites, sur le plan des pollens c'est pareil, ils s'imposent en force sur tout le territoire avec le retour d'un temps printanier.

Les concentrations de pollens de Cupressacées (cyprès...) explosent dans le sud du pays de la côte basque à la côte d'azur favorisées par la hausse des températures et le vent. Le risque d'allergie est maximal dans tous les départements du sud-est au sud-ouest de la France. Les allergiques seront fortement gênés en cette mi-mars et doivent bien suivre leurs traitements. Les quantités de pollens de Cupressacées (cyprès...) devraient faiblir à la fin du mois, ce qui fera baisser le risque d'allergie. Les pollens de Cupressacées sont aussi très abondants sur le reste du pays mais avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau moyen.

Le risque d'allergie sera aussi de niveau moyen pour les pollens d'aulne qui perdent un peu de terrain. Le risque d'allergie sera faible pour les derniers pollens de noisetier présents dans l'air et pour les pollens de frêne, charme, saule, peuplier...

Les pollens de pariétaire (Urticacées) restent présents autour de la Méditerranée avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen.

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

Les pollens de graminées sont également déjà présents, notamment sur la façade ouest du pays avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau faible.

Selon les prévisions du partenariat RNSA-Météo France, les premiers pollens de bouleau sont attendus autour du 27 mars à Paris, Lyon et Montluçon. Les allergiques doivent déjà se préparer à des semaines à venir plus compliquées, surtout en avril.

Le retour des averses de pluie ce week-end qui traverseront le pays d'ouest en est pourra apporter un répit temporaire aux allergiques mais attention car, dès que le soleil reviendra, les allergiques seront à nouveau gênés par les pollens.

Quelques conseils pratiques pour les allergiques pour limiter leurs expositions aux pollens et leurs 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'habitacle.

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

Noisetiers



Aulnes



Cupressacées



Frênes



Urticacées



Saules



Peupliers



Charmes



**LEGENDE**

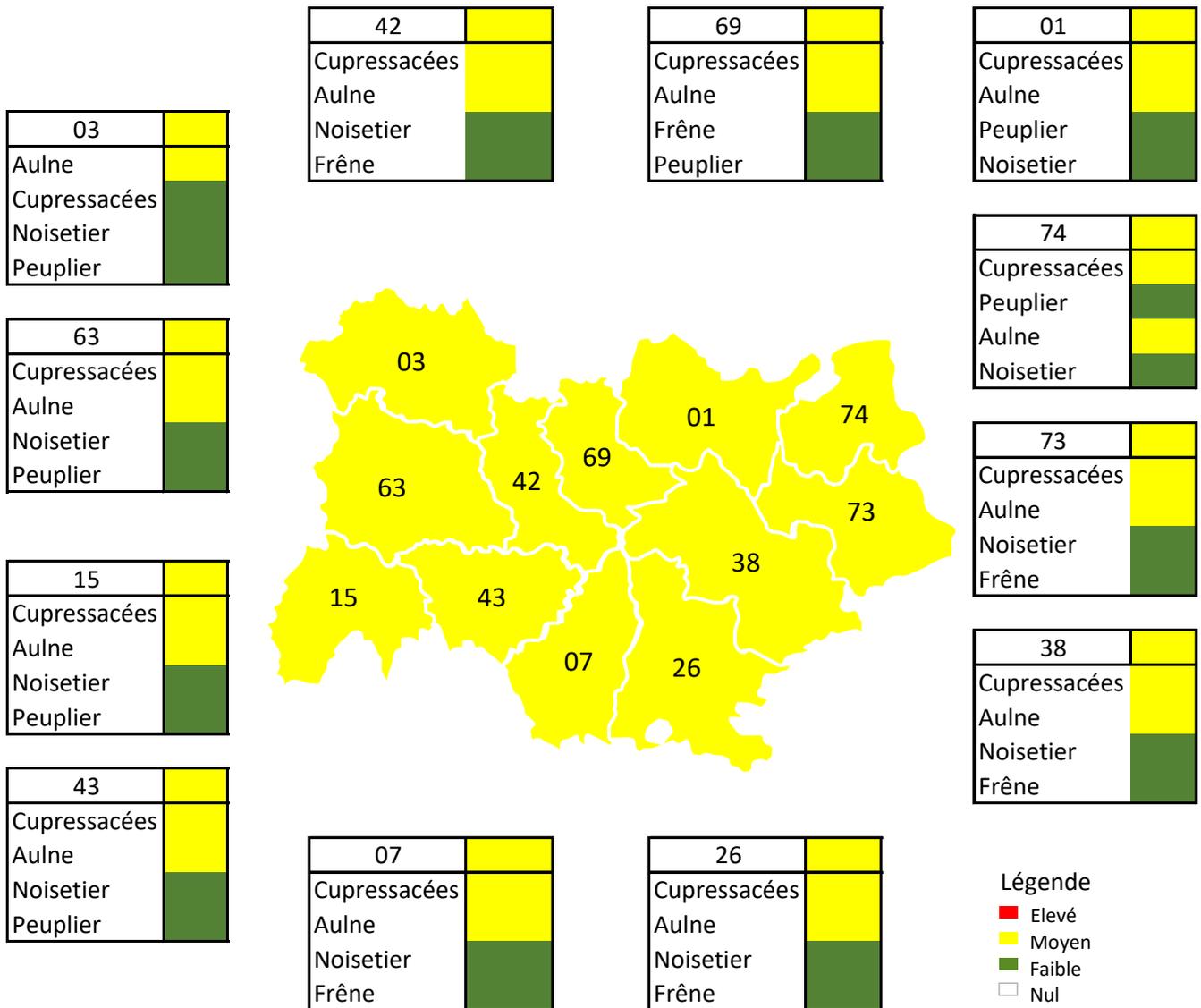
-  Pas encore en floraison
-  En floraison
-  Floraison terminée

Commentaires :

Lyon : Le Noisetier, le Cyprès, et l'Aulne poursuivent leur floraison

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

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

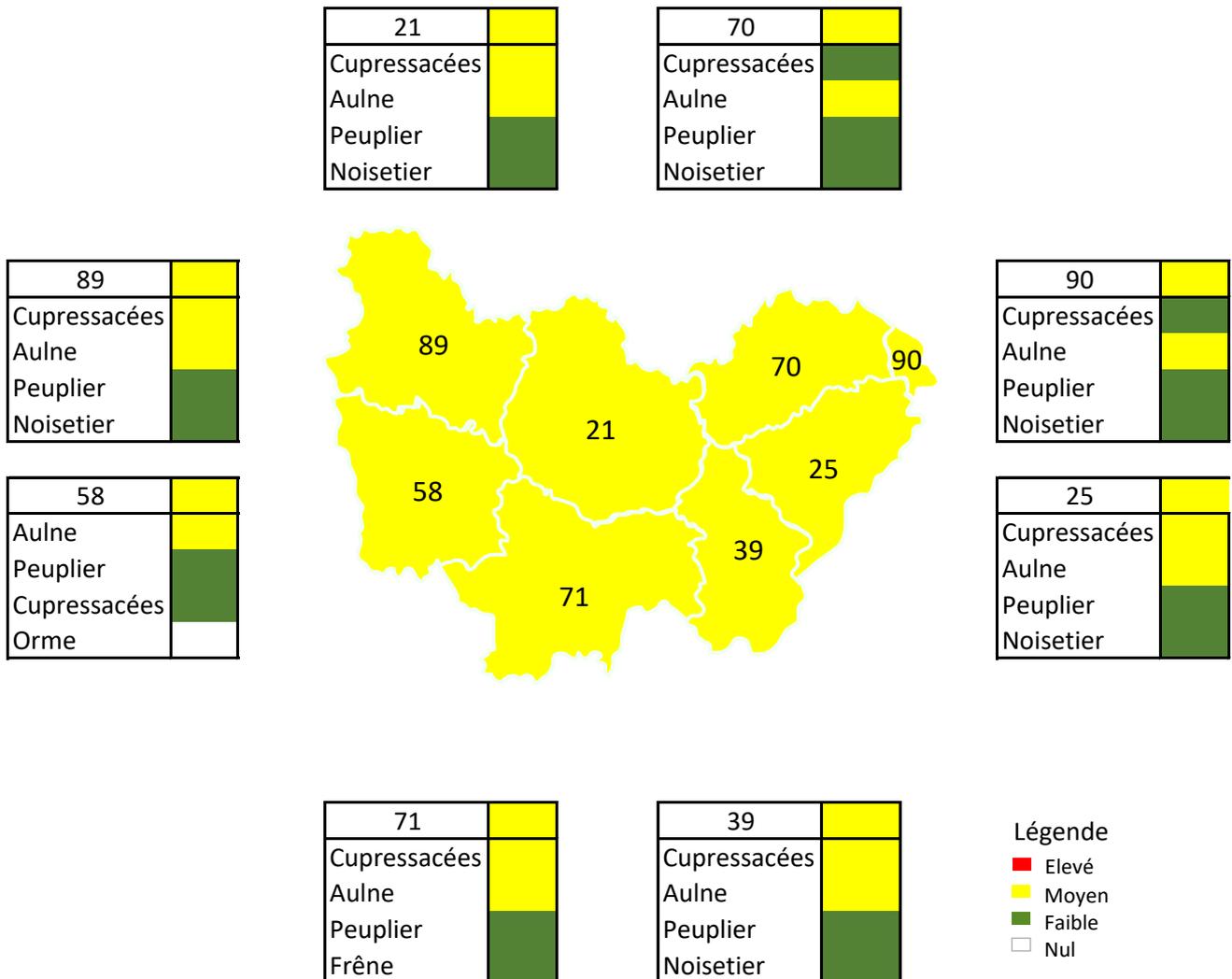


**Commentaire :**  
 Les pollens de bouleau sont annoncés pour dans 10 jours environ. D'ici là les allergiques doivent redoubler de prudence et bien suivre leurs traitements car les pollens seront bien présents dans l'air lors des journées ensoleillées et venteuses notamment les pollens de Cupressacées et d'aulne avec un risque d'allergie de niveau moyen. Ils seront accompagnés par les pollens de noisetier, peuplier et frêne avec un risque de niveau faible.

**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 :**  
 Avec des températures printanières cette semaine, les pollens sont de sortie! Le risque d'allergie sera de niveau moyen pour les pollens de Cupressacées (cyprès...) qui sont les plus abondants dans l'air et pour les pollens d'aulne qui perdent un peu de terrain. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de peuplier, noisetier et frêne. Attention à l'arrivée d'ici la fin du mois des premiers pollens de bouleau.

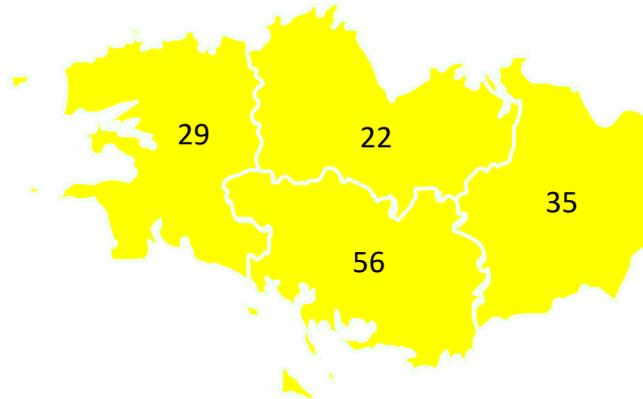
Aides régionales complémentaires :  
 Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

**REGION BRETAGNE**

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

|              |   |
|--------------|---|
| 22           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Noisetier    |  |
| Peuplier     |  |

|              |   |
|--------------|---|
| 29           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Noisetier    |  |
| Pin          |  |



|              |   |
|--------------|---|
| 35           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Noisetier    |  |

|              |   |
|--------------|---|
| 56           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Noisetier    |  |
| Pin          |  |

Légende

-  Elevé
-  Moyen
-  Faible
-  Nul

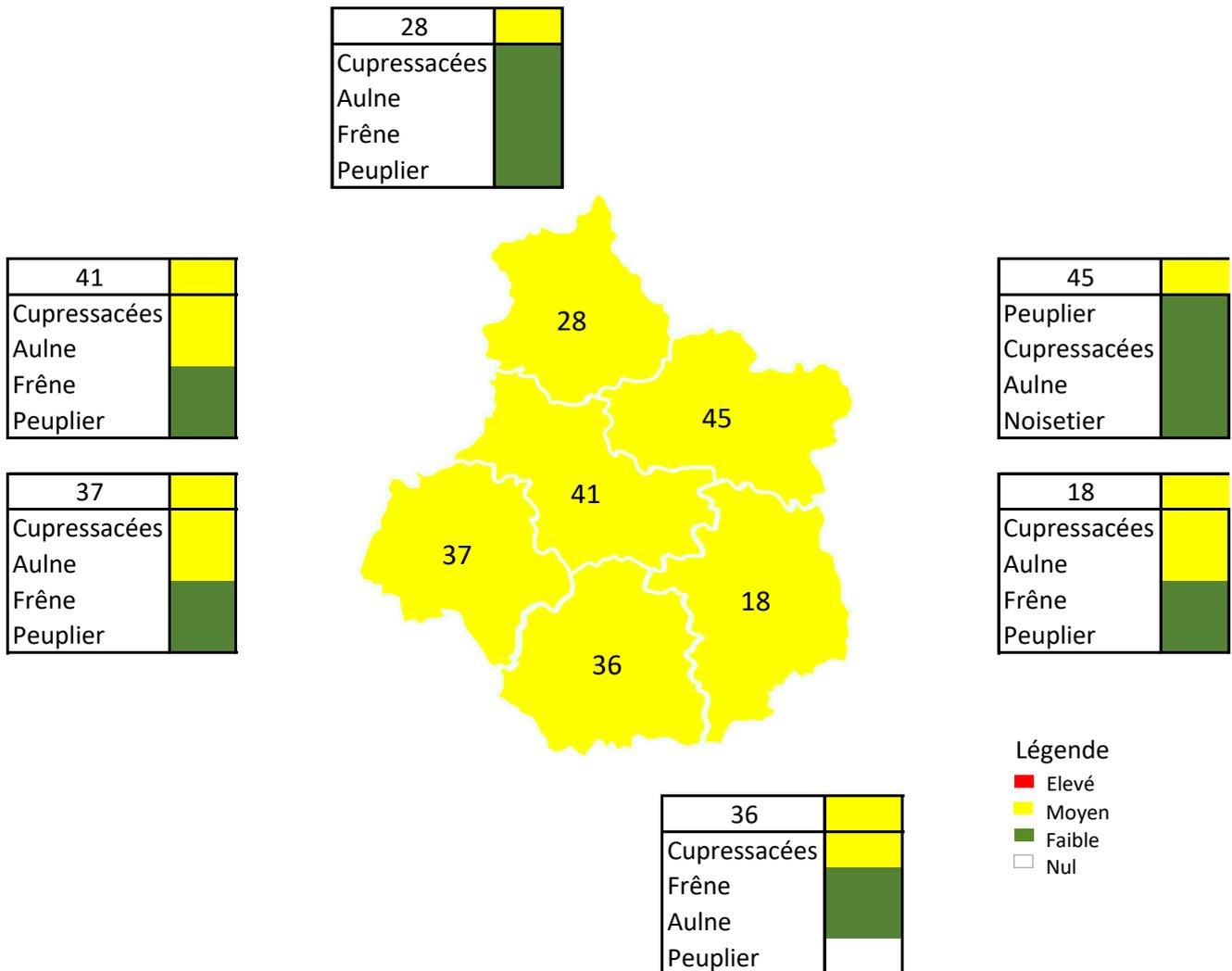
Commentaire :

Entre les averses de pluie, on retrouvera des pollens de Cupressacées, aulne, noisetier et peuplier avec un risque d'allergie global de niveau moyen. La pluie viendra toutefois plaquer les pollens au sol et apporter un peu de répit aux allergiques. Les premiers pollens de bouleau devraient arriver d'ici une dizaine de jours dans la région et ils gêneront très vite les allergiques qui doivent anticiper leurs traitements.

Aides régionales complémentaires :  
 Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

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

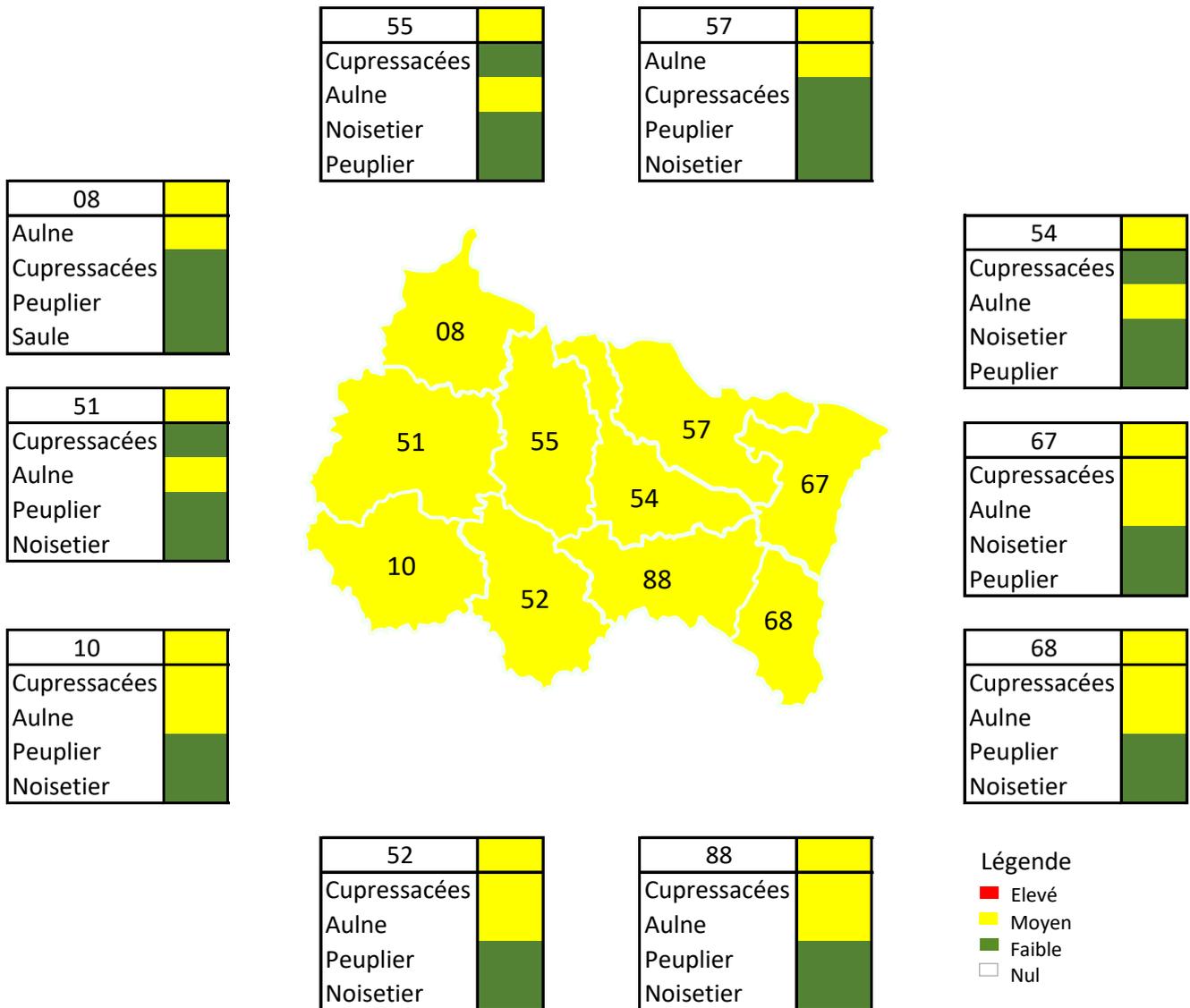


**Commentaire :**  
 Beaucoup de pollens dans l'air en cette mi-mars avec plusieurs espèces en floraison : cupressacées (cyprès...), frêne, peuplier, aulne, noisetier...le risque d'allergie sera de niveau moyen pour les pollens d'aulne et de Cupressacées et de niveau faible pour les autres pollens. Les allergiques aux pollens de bouleau doivent se préparer à des semaines à venir plus compliquées avec l'arrivée des premiers pollens dans quelques jours.

Aides régionales complémentaires :  
 Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

**REGION GRAND EST**

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



**Commentaire :**

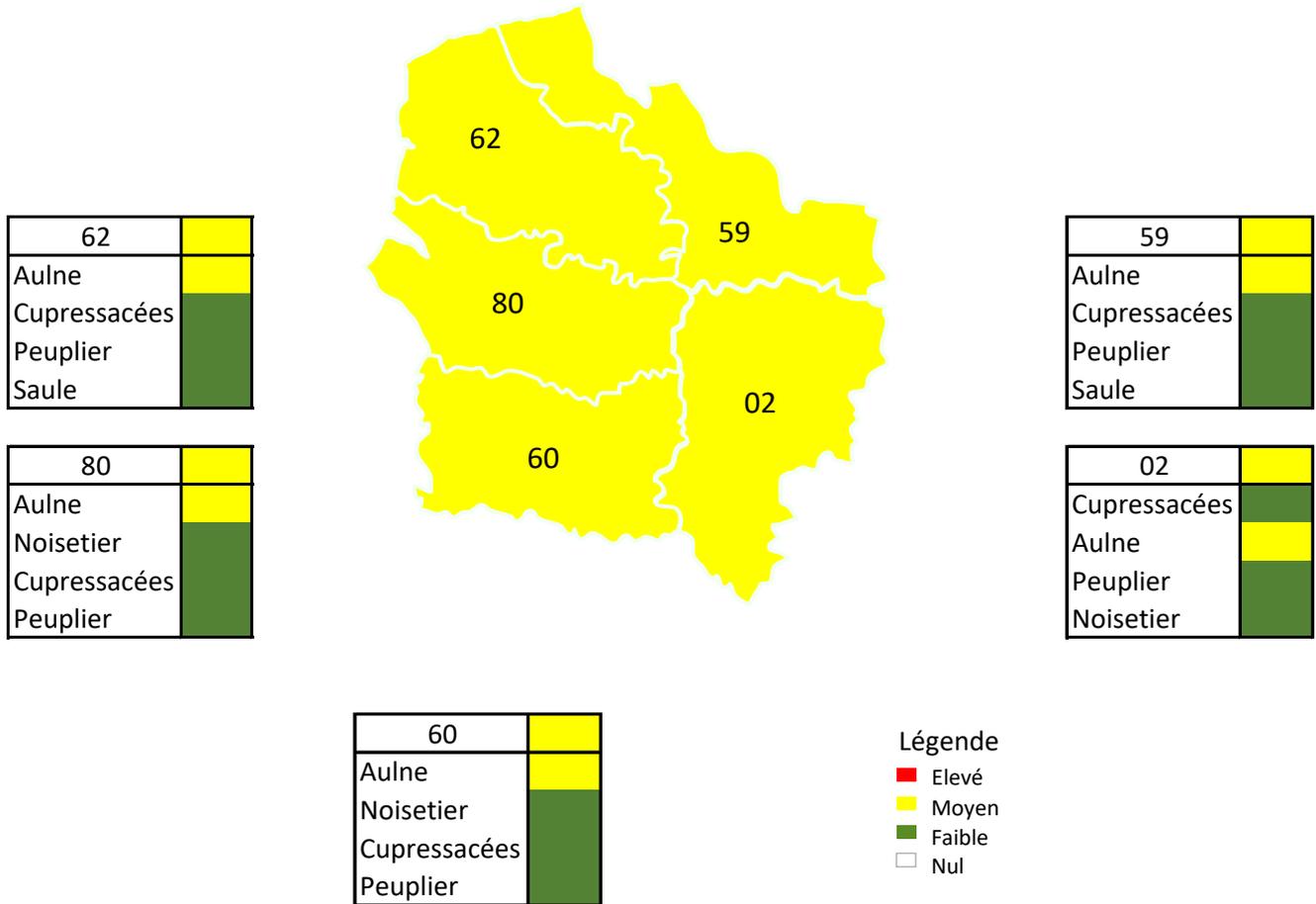
L'ensemble de la région est en risque d'allergie de niveau moyen à cause des pollens de Cupressacées (cyprès...) et d'aulne qui sont encore bien présents dans l'air grâce à un temps printanier. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de peuplier, noisetier, frêne, saule... Les allergiques doivent surtout surveiller de près l'arrivée d'ici la fin du mois des premiers pollens de bouleau qui sont très allergisants.

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 :**  
En attendant les premiers pollens de bouleau qui arriveront fin mars, les allergiques pourront être gênés ces prochains jours par les pollens d'aulne avec un risque d'allergie de niveau moyen lors des journées douces, ensoleillées et venteuses. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de frêne, peuplier, cupressacées et noisetier.

**Aides régionales complémentaires :**  
Atmo Hauts de France - Association pour la Prévention de la Pollution Atmosphérique de Hauts de France

**REGION ILE DE FRANCE**

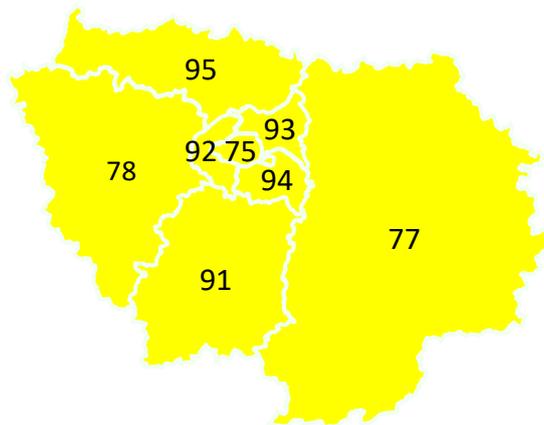
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

|              |  |
|--------------|--|
| 95           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 93           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 78           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Peuplier     |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 77           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |



|              |  |
|--------------|--|
| 91           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 75           |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Aulne        |  |
| Noisetier    |  |

Légend

- Elevé
- 
- 

|              |  |
|--------------|--|
| 92           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 94           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Frêne        |  |

|  |
|--|
|  |
|--|

Commentaire :

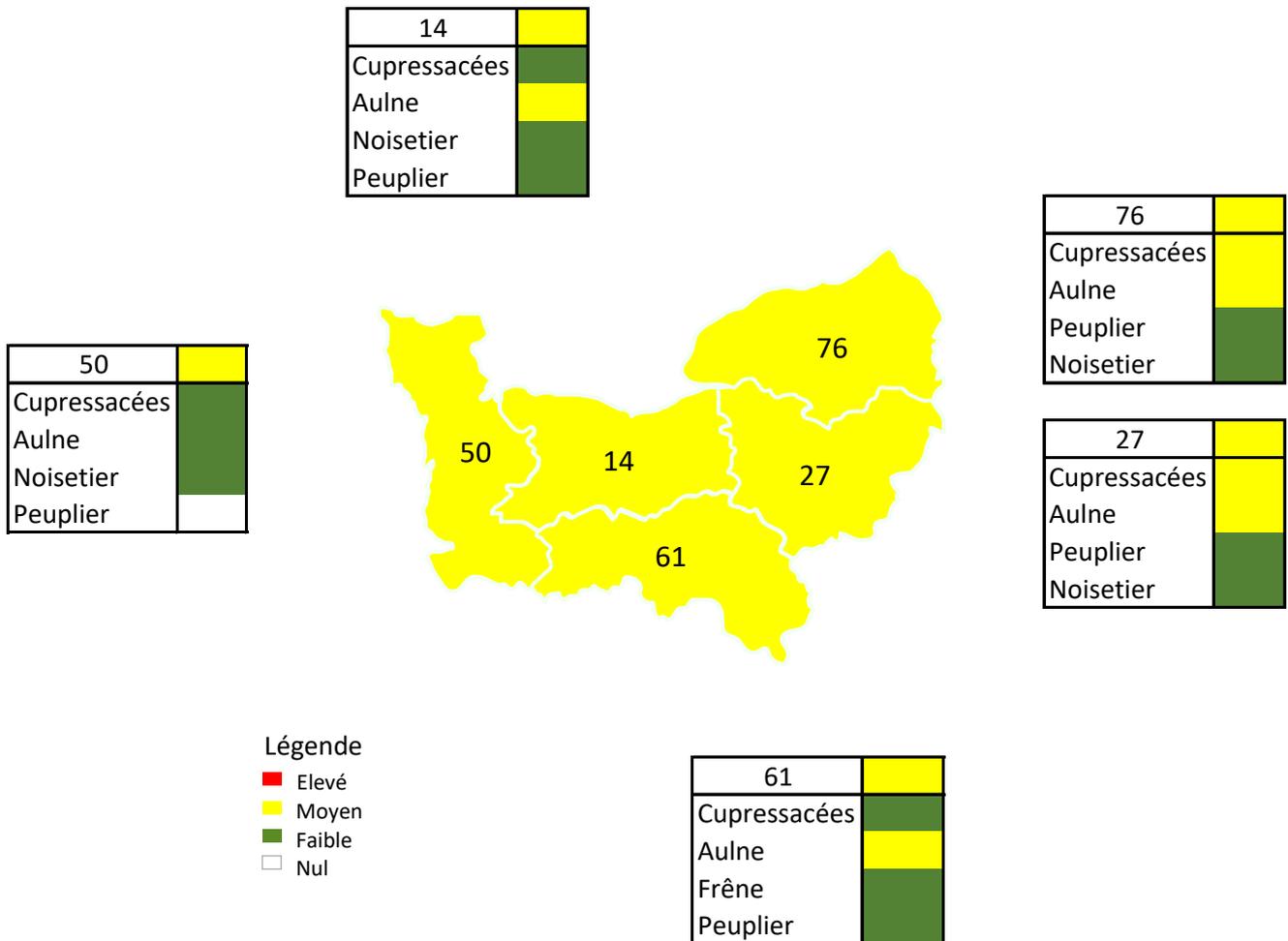
Avec un temps printanier pour cette mi-mars, les pollens sont de sortie! Le cocktail des pollens de Cupressacées (cyprès...), aulne, peuplier, frêne et noisetier donnera un risque d'allergie global de niveau moyen lors des journées ensoleillées, douces et venteuses. Le risque d'allergie sera en baisse sous les averses de pluie qui viendront plaquer les pollens au sol. Les bouleaux entreront en floraison vers le 27 mars et deviendront la principale gêne des allergiques qui doivent se préparer à des semaines à venir compliquées.

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 allergiques doivent se méfier des pollens de Cupressacées (cyprès...) et aulne qui pourront leur chatouiller le nez lors des journées ensoleillées et venteuses avec un risque d'allergie associé de niveau moyen. Les pollens de bouleau arriveront à la fin du mois et prendront le relai de leurs cousins les aulnes et les noisetiers pour gêner les allergiques. Les peupliers et frênes sont aussi en pleine floraison mais avec un risque d'allergie de niveau faible.

Aides régionales complémentaires :  
 Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

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

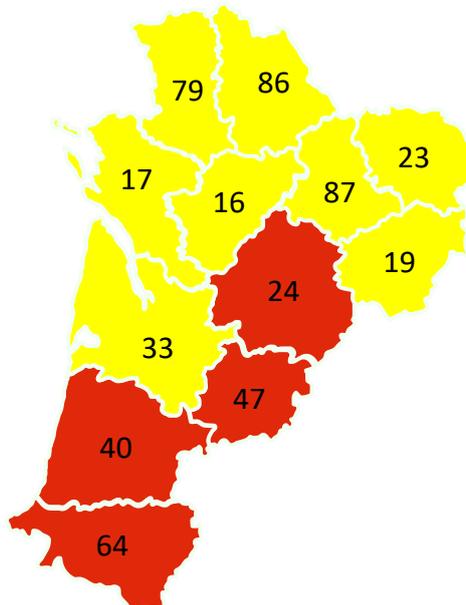
|              |  |
|--------------|--|
| 79           |  |
| Frêne        |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Orme         |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 16           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 86           |  |
| Cupressacées |  |
| Frêne        |  |
| Aulne        |  |
| Peuplier     |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 87           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 17           |  |
| Cupressacées |  |
| Frêne        |  |
| Aulne        |  |
| Peuplier     |  |



|              |  |
|--------------|--|
| 23           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Noisetier    |  |
| Peuplier     |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 33           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Pin          |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 19           |  |
| Aulne        |  |
| Cupressacées |  |
| Peuplier     |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 40           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 24           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 64           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Noisetier    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 47           |  |
| Cupressacées |  |
| Aulne        |  |
| Frêne        |  |
| Peuplier     |  |

Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

Commentaire :

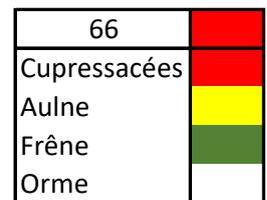
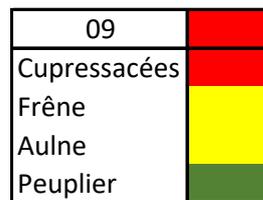
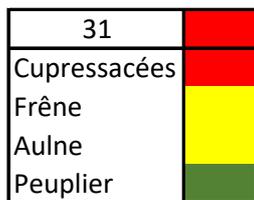
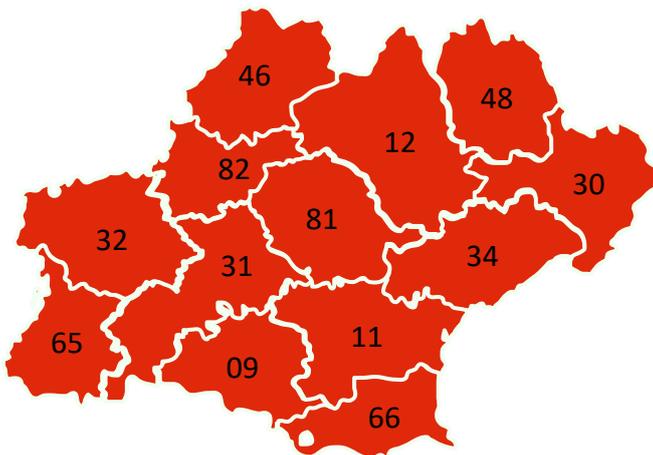
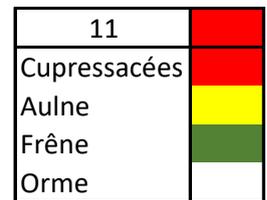
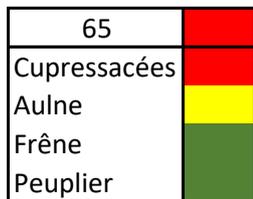
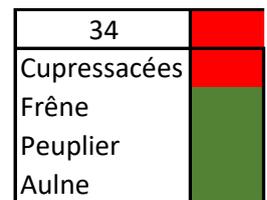
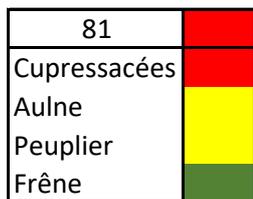
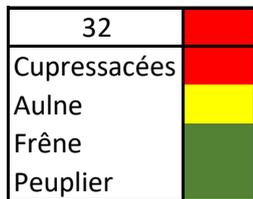
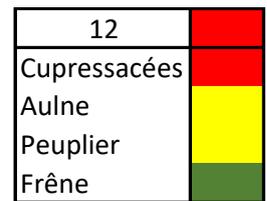
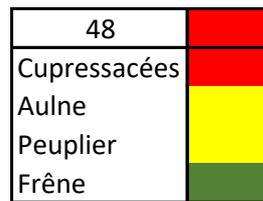
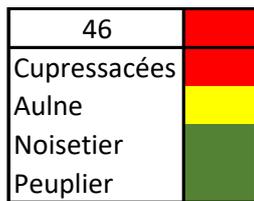
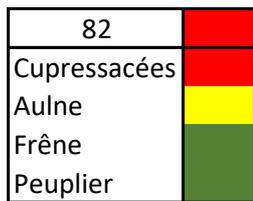
Le sud de la région est touché par les pollens de Cupressacées (cyprès...) qui sont très abondants dans l'air et gêneront fortement les allergiques surtout lors des journées printanières et venteuses avec un risque d'allergie associé de niveau élevé. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens d'aulne et plus faible pour les pollens de frêne, peuplier et noisetier. Dans le nord de la région, les pollens de Cupressacées et d'aulne seront un peu moins présents avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau moyen. A noter le début de floraison des pins sans risque associé et le début de floraison des graminées avec un risque faible.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

**REGION OCCITANIE**

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



Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

Commentaire :

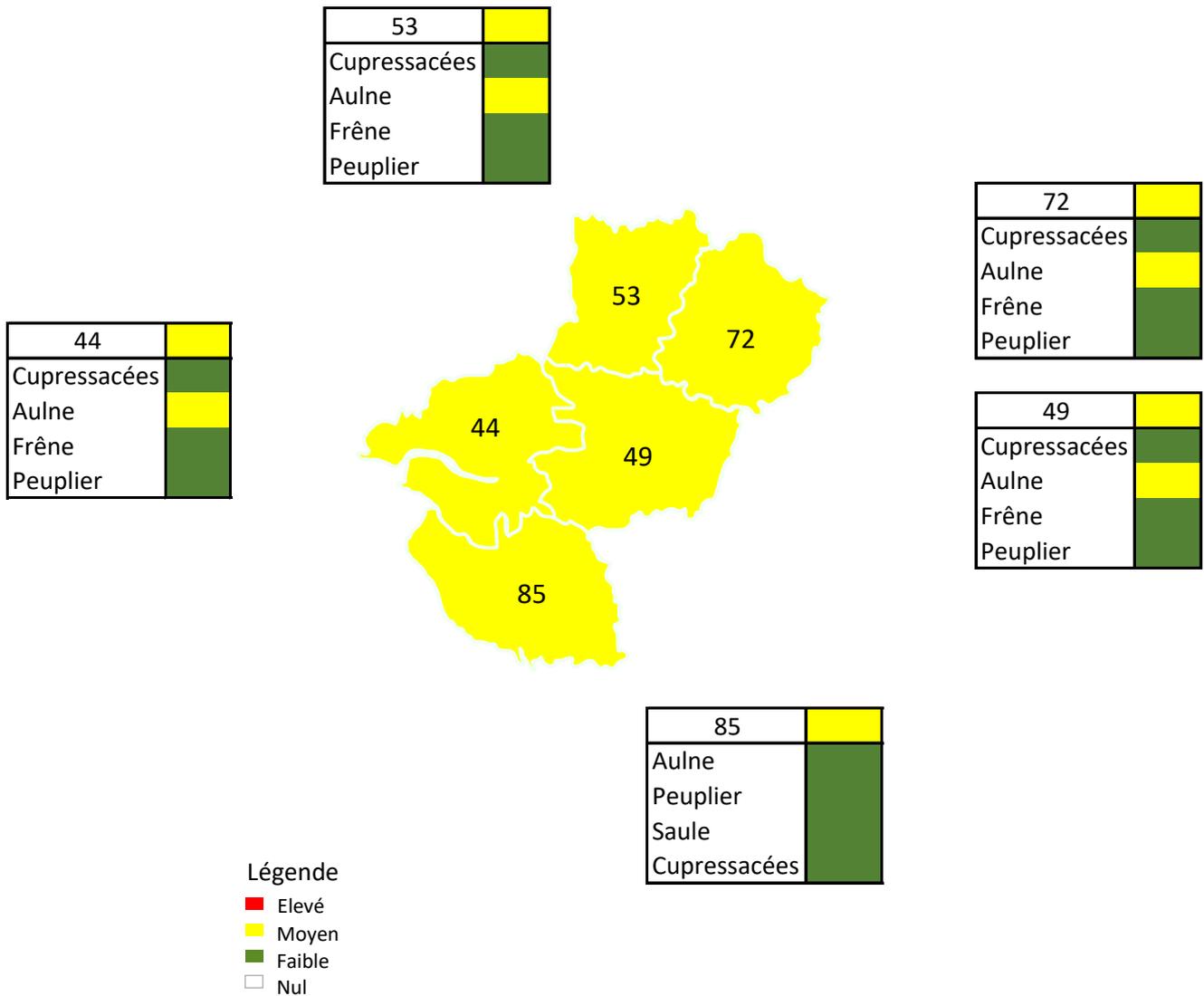
Alerte rouge dans toute la région pour les pollens de Cupressacées (cyprès...) qui sont très présents dans l'air à la faveur d'un temps doux et venteux. Les allergiques doivent limiter leur exposition et bien suivre leurs traitements. Les concentrations de pollens de cyprès devraient baisser à partir de la fin mars. Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens d'aulne et de frêne et plus faible pour les pollens de peuplier qui sont moins allergisants. Les pollens de pin pourront jaunir les surfaces extérieures mais ils ne sont pas allergisants.

Aides régionales complémentaires :

ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

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

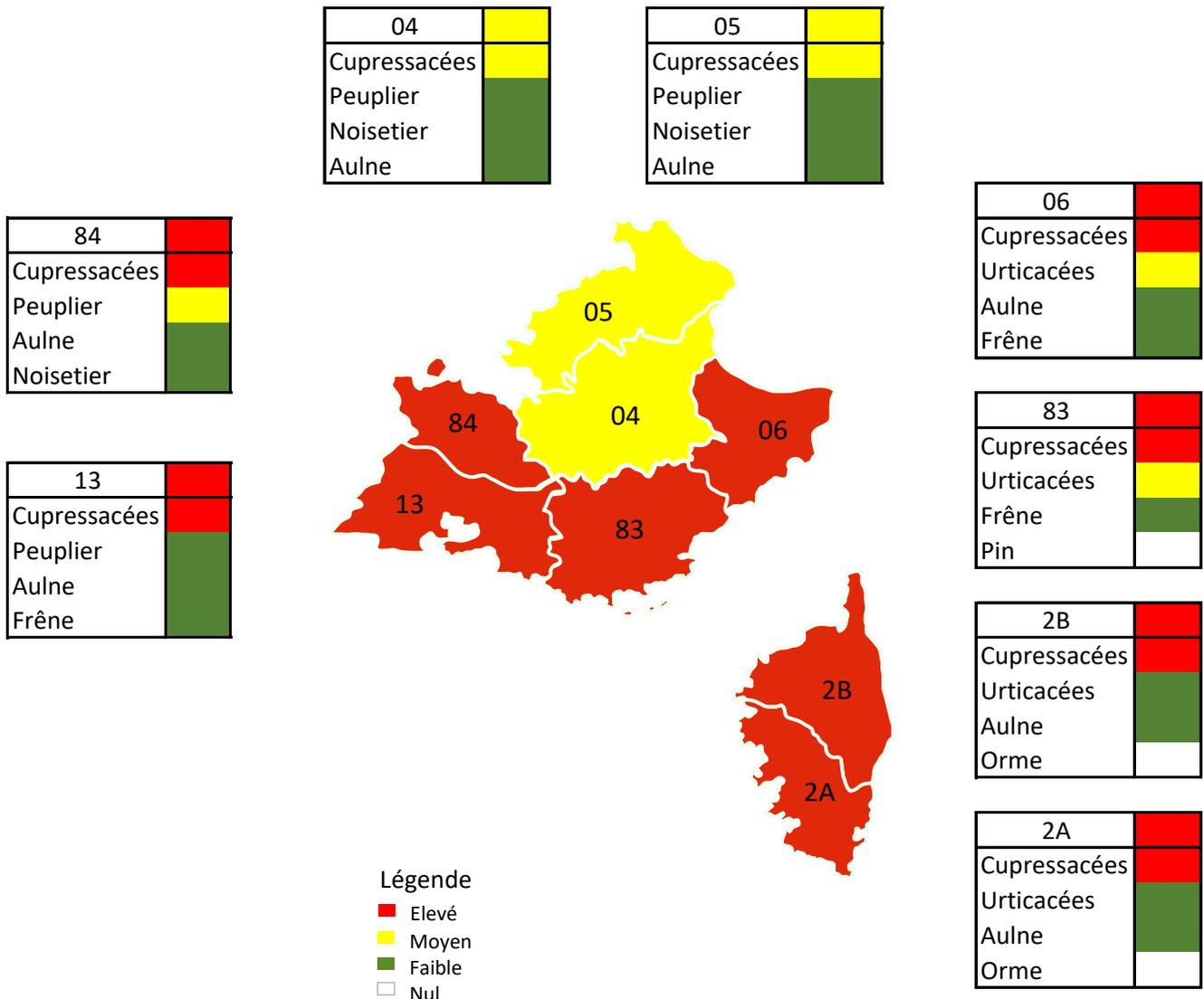


**Commentaire :**  
 Dans le ciel des allergiques on retrouvera des pollens d'aulne et de Cupressacées (cyprés...) essentiellement avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de peuplier, frêne, saule...Les premiers pollens de bouleau arriveront à la fin du mois et les allergiques doivent se préparer à des semaines compliquées en avril.

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 :**

Les concentrations de pollens de Cupressacées (cyprés...) sont forte autour de la Méditerranée et le risque d'allergie reste au niveau élevé surtout lors des journées ensoleillées, douces et venteuses. Le risque d'allergie sera faible à moyen pour les pollens de pariétaires (urticacées) qui montent en puissance et faible pour les pollens de peuplier, aulne, noisetier et frêne. Les allergiques devraient pouvoir mieux respirer en avril même si les pollens de platanes et de chênes prendront le relais des cupressacées.

**Aides régionales complémentaires :**

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