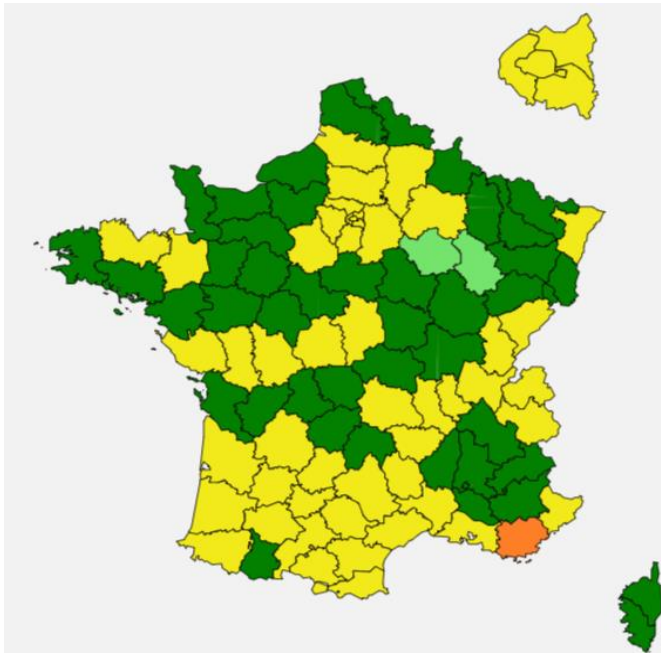


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



LEGENDE

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

**Commentaire national :**

**Du bouleau pour Pâques !**

Cette semaine, des records de chaleur ont été battus dans de nombreuses villes du pays avec des températures largement au-dessus des normales de saison et un temps très ensoleillé qui ont entraîné un fort démarrage des pollens de bouleau avec un risque d'allergie de niveau moyen en Auvergne-Rhône-Alpes, en Ile de France et dans certains départements de l'ouest de la France. Dans le centre et le nord-est du pays le risque d'allergie lié à ces pollens est faible. Mais, l'hiver revient pour Pâques avec une chute des températures et le retour des averses de neige dans le nord qui viendront limiter un peu la dispersion de pollens dans l'air. Les allergiques doivent rester toutefois très prudents car il suffit de seulement quelques grains de pollens de bouleau pour que les symptômes apparaissent.

Les pollens de platane et de chêne seront bien présents pour ce début de mois d'avril, ils se répandront surtout sur la côte Ouest et autour de la Méditerranée avec un risque d'allergie pouvant atteindre le niveau moyen mais qui sera souvent plutôt faible.

Les pollens de Cupressaceae-Taxaceae (dont ceux de cyprès) sont en nette perte de vitesse dans le sud avec un risque d'allergie ne dépassant plus le niveau faible à très localement moyen. En revanche, les pollens d'Urticacées (pariétaires) ont pris le relais et sont de plus en plus présents avec un risque d'allergie pouvant atteindre le niveau moyen comme dans le Var.

Les pollens de graminées continuent leur progression dans le Sud-Ouest avec un risque faible.

Les pollens de saule, charme, peuplier et frêne se répandent comme les œufs de Pâques, présents sur toute la France, ils seront responsables d'un risque d'allergie de niveau faible.

Les pollens de pinacées (pin, sapin, épicéa) sont très abondants dans l'air sur une grande partie du territoire notamment dans le sud mais fort heureusement ils ne sont pas allergisants.

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.

Lorsque vous sortirez pour chercher les œufs de Pâques, méfiez vous des pollens de bouleau si vous y êtes allergiques !

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

Cyprès



Frêne



Chêne



Bouleau



Graminées



Plantain



Urticacées



Charme



Peuplier



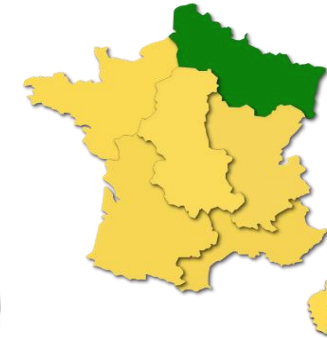
Saule



Platane



Hêtre



LEGENDE

 Pas encore en floraison

 En floraison

 Floraison terminée

Commentaires :

Avignon : La floraison du cyprès est finie mais il reste du pollen sur les fleurs fanées.

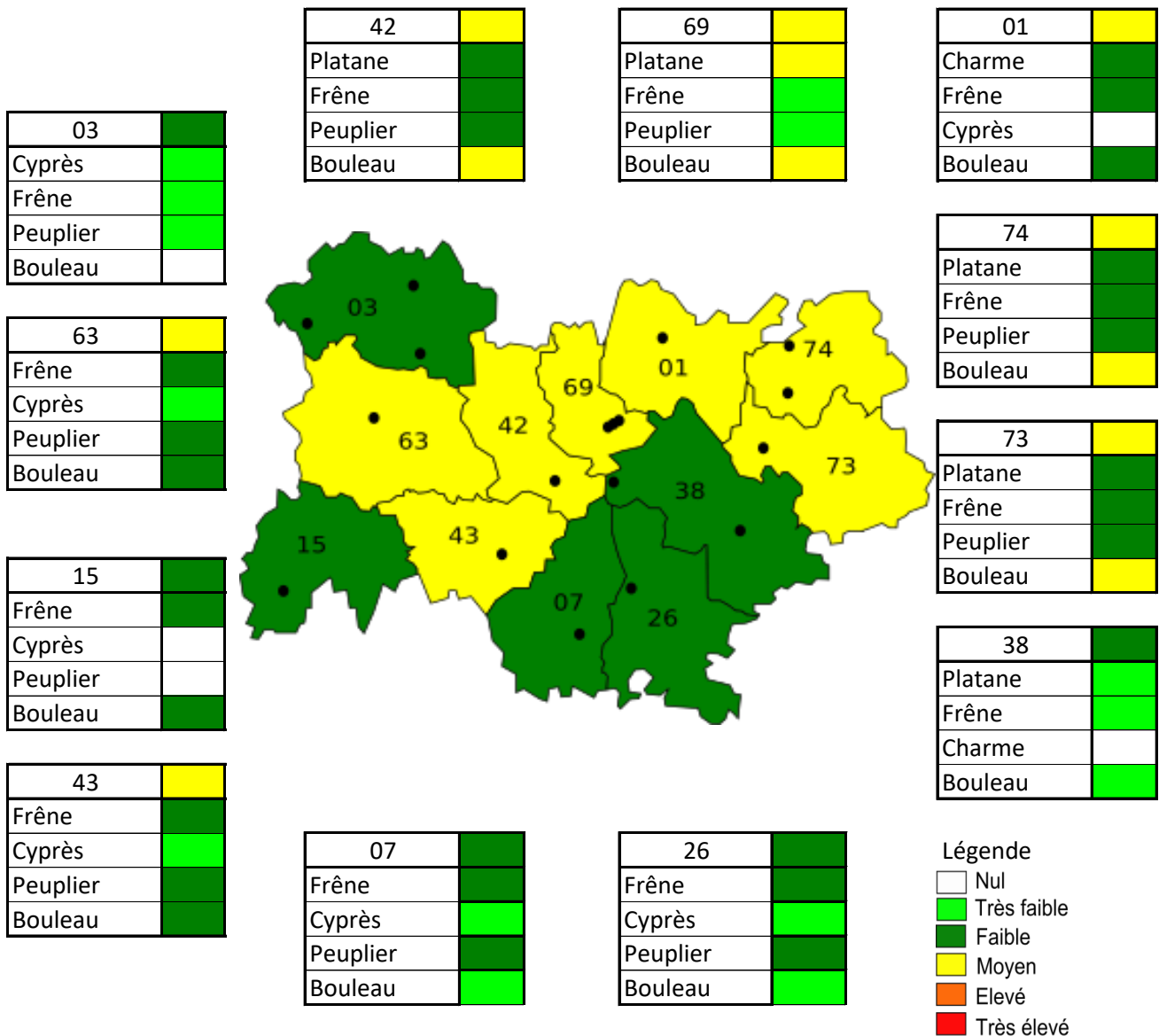
Jardin botanique Jean-Marie Pelt de Nancy : Les saules sont en pleine émission de pollens, les frênes sont toujours en floraison mais sans libération de pollen pour le moment, les charmes sont à présent en floraison, les chatons de bouleaux se développent mais restent condensés, ils ne sont pas encore en floraison.

Logonna-Daoulas : Pour le chêne et le frêne, le démarrage de la floraison est assez inégale. Je les ai mis car un ou deux parmi les arbres que j'observe sont en fleurs.

Nord : exposition ces dernières 24h de la floraison des arbres fruitiers (cerisiers, pruniers) et d'ornement

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

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



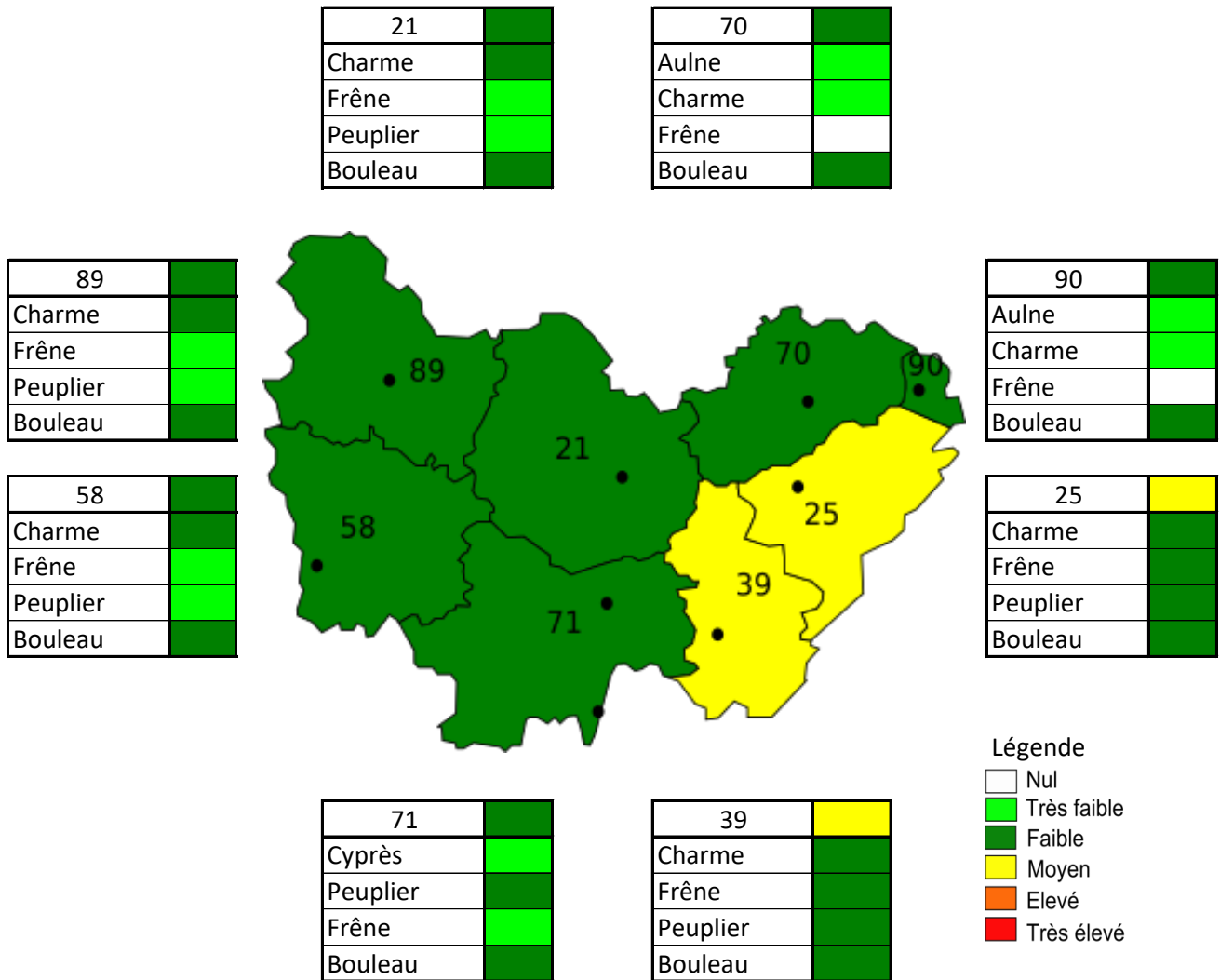
**Commentaire :**  
 Avec un temps très doux et ensoleillé cette semaine, les pollens de bouleau ont démarré leur floraison très fort avec déjà de belles quantités de pollens dans l'air pour gêner les allergiques. Le risque d'allergie sera faible à moyen selon les départements pour ces prochains jours. Le retour d'un temps plus froid limitera un peu la dispersion des pollens dans l'air. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de frêne, de platane, de peuplier, de cyprès, de charme et de saule. A noter aussi le début de floraison des chênes.

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 :

Pas de doutes, les pollens de bouleau arrivent et commencent déjà à gêner les personnes allergiques avec un risque de niveau faible à moyen. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements. Les autres pollens présents dans l'air tel que les cyprès, peuplier, frêne et charme gêneront moins les allergiques. Le retour d'un temps plus froid et même de la neige la semaine prochaine freinera un peu les ardeurs des pollens.

Aides régionales complémentaires :

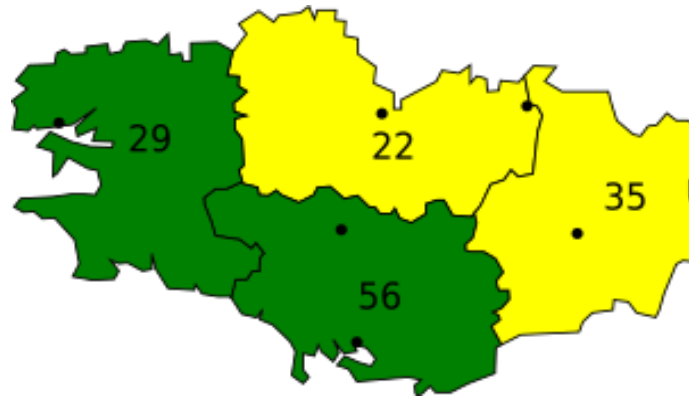
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

**REGION BRETAGNE**

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

22	Jaune
Cyprès	Vert clair
Saule	Vert clair
Peuplier	Blanc
Bouleau	Jaune

29	Vert foncé
Cyprès	Vert clair
Saule	Vert clair
Aulne	Blanc
Bouleau	Vert clair



35	Jaune
Bouleau	Jaune
Saule	Vert foncé
Cyprès	Blanc
Frêne	Vert foncé

56	Vert foncé
Cyprès	Vert clair
Saule	Vert clair
Peuplier	Blanc
Bouleau	Vert foncé

Légende

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

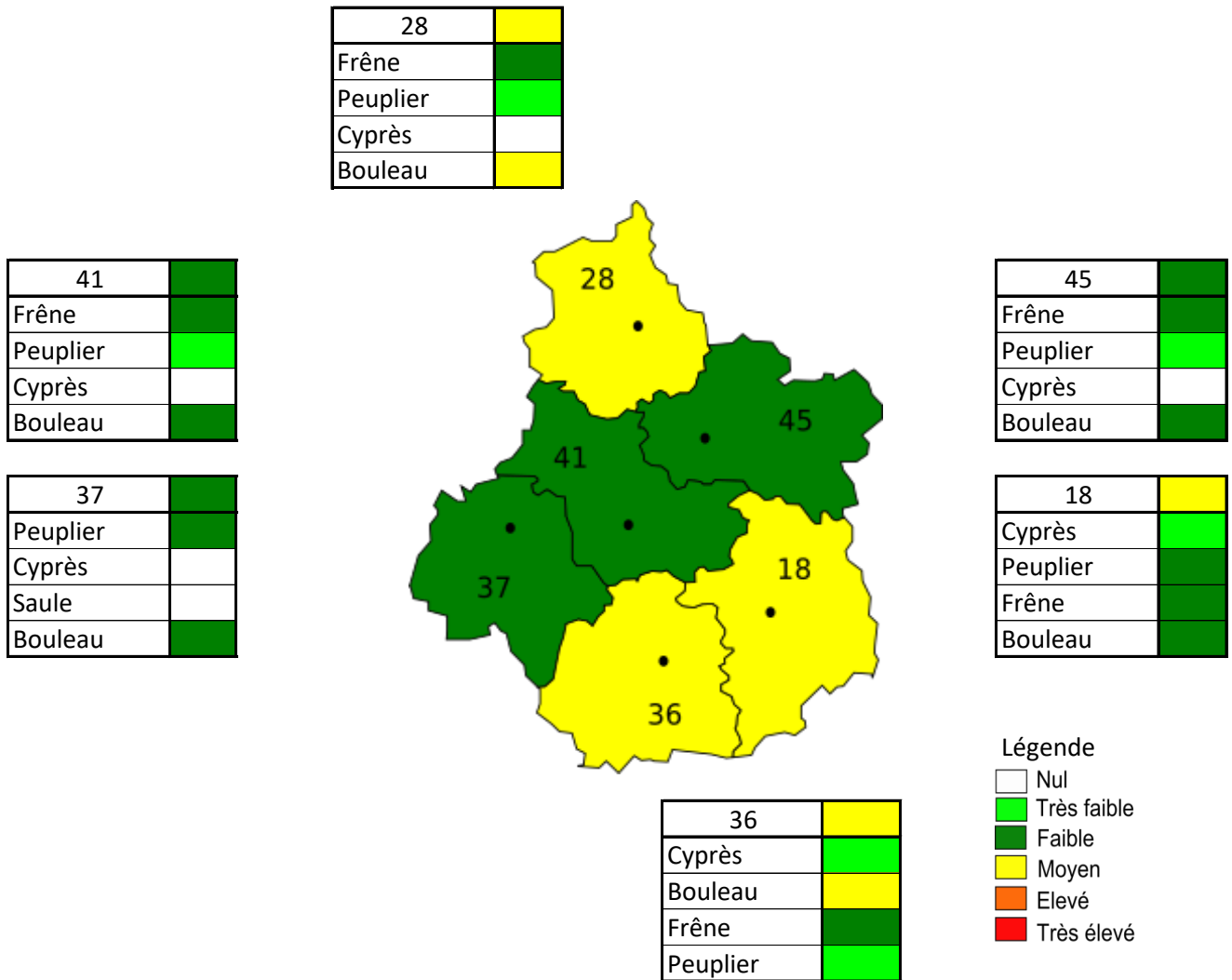
Commentaire :

Pour ce long week-end de Pâques, les allergiques devront surtout se méfier des pollens de bouleau qui sont présents dans l'air déjà depuis quelques jours avec un risque d'allergie associé de niveau faible à moyen selon les départements. Les pollens de cyprès, peuplier, saule et frêne seront responsables d'un risque d'allergie plus faible.

Aides régionales complémentaires :  
Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

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



**Commentaire :**

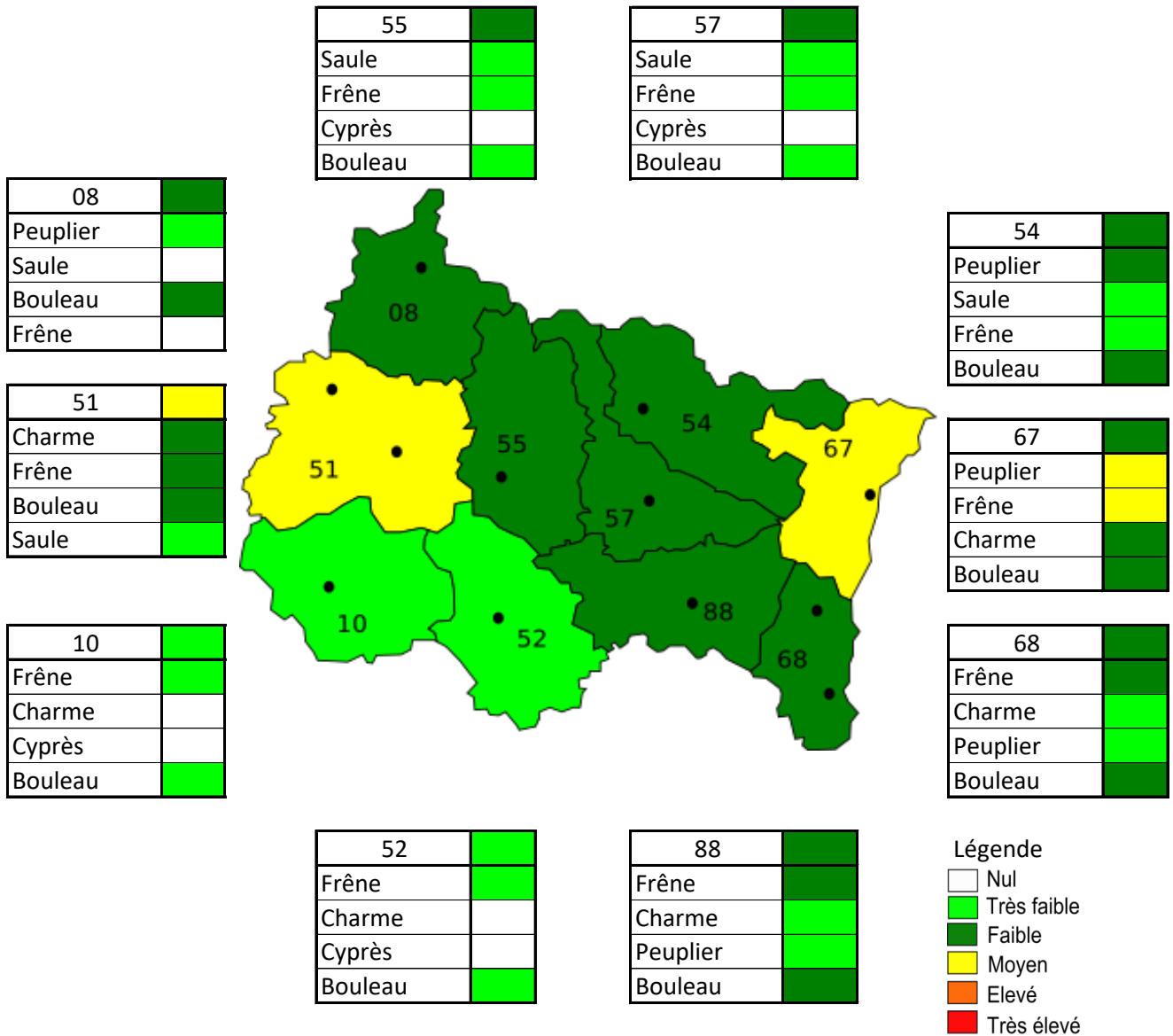
Les pollens de bouleau sont là et pourront gêner les allergiques pour ce week-end de Pâques. Le risque d'allergie sera faible à moyen. D'autres pollens sont aussi présents dans l'air mais avec un risque d'allergie plus faible. Les personnes allergiques doivent bien suivre leurs traitements et se protéger des pollens surtout lors de leurs sorties à l'extérieure. Ils doivent bien penser aussi à aérer leurs logements plutôt le matin tôt ou le soir tard quand il y a moins de pollens dans l'air.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

**REGION GRAND EST**

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



**Commentaire :**

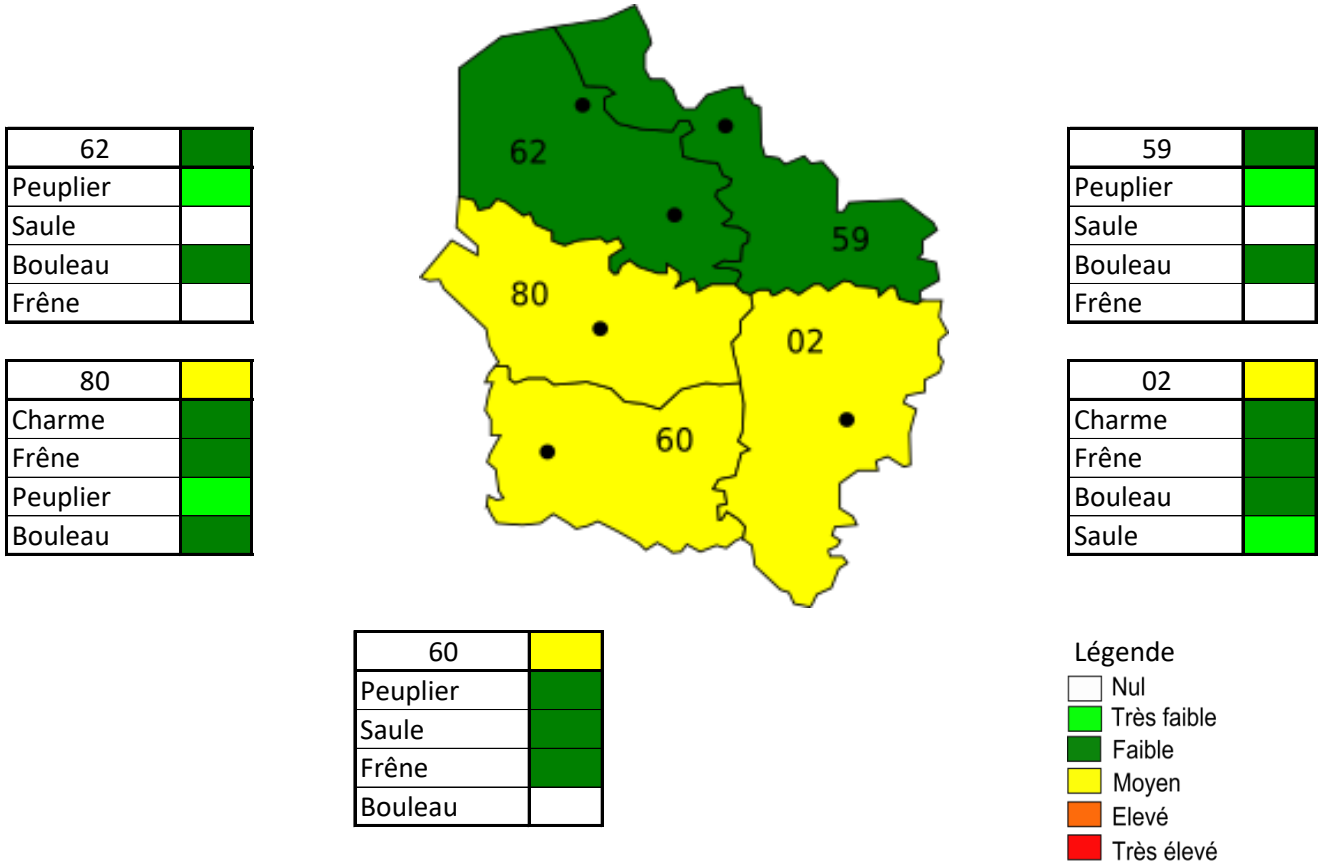
Le risque d'allergie sera faible dans la région sauf autour de Strasbourg où les pollens de frêne et de peuplier restent bien présents avec un risque de niveau moyen. Les allergiques doivent surtout surveiller l'arrivée des premiers pollens de bouleau même si le risque d'allergie sera faible au début. Il suffit de seulement quelques grains de pollens de bouleau pour que les symptômes apparaissent chez les personnes allergiques. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de frêne, de charme, de peuplier et de saule.

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 allergiques doivent se méfier des bouleaux qui commencent tout juste à fleurir. Les concentrations polliniques seront encore assez faible surtout avec le temps froid et neigeux annoncé après Pâques. Le cocktail des pollens de peuplier, frêne, charme et bouleau pourra donner un risque d'allergie moyen dans le sud de la région. Le risque d'allergie sera plus faible au nord.

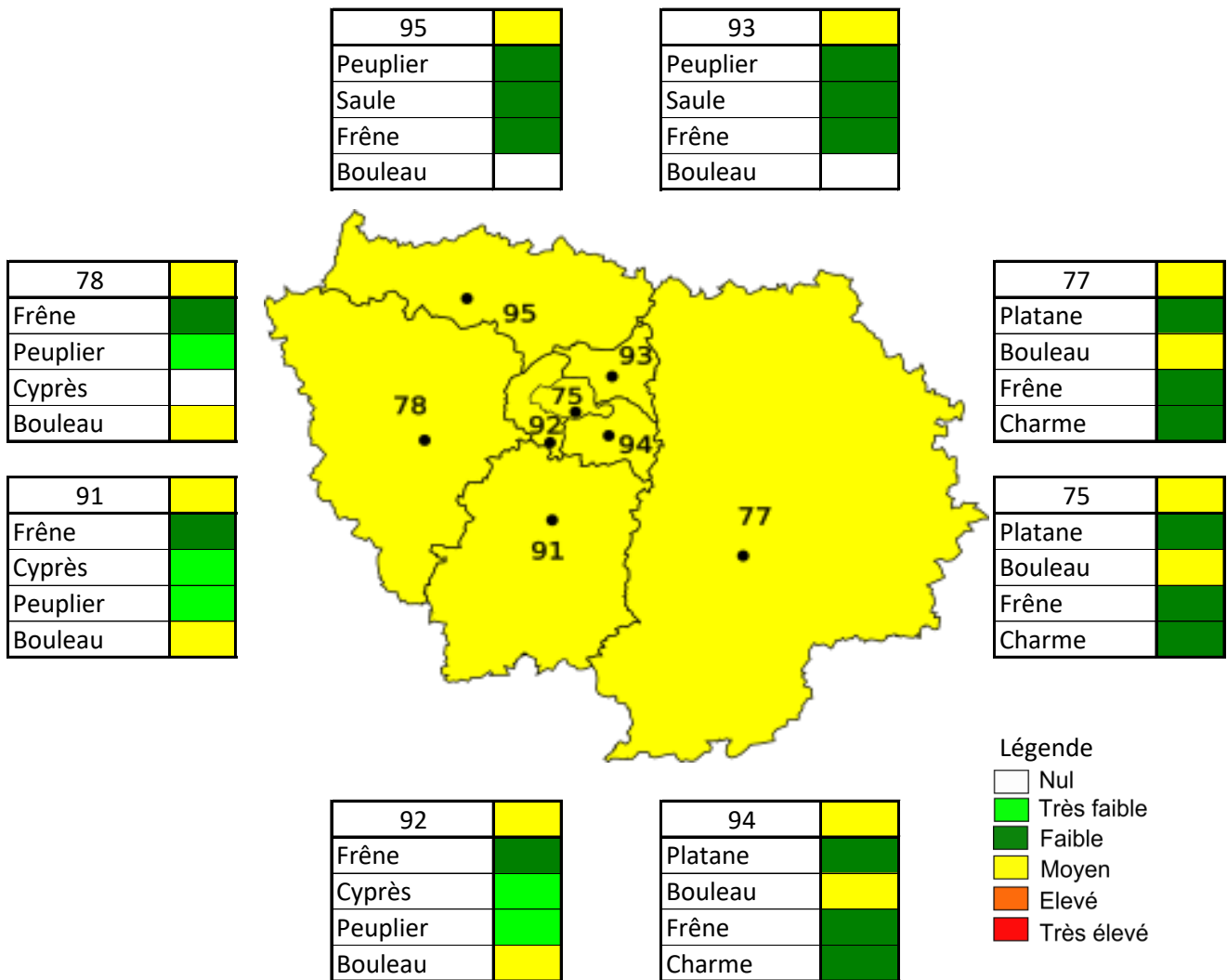
Aides régionales complémentaires :

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 :

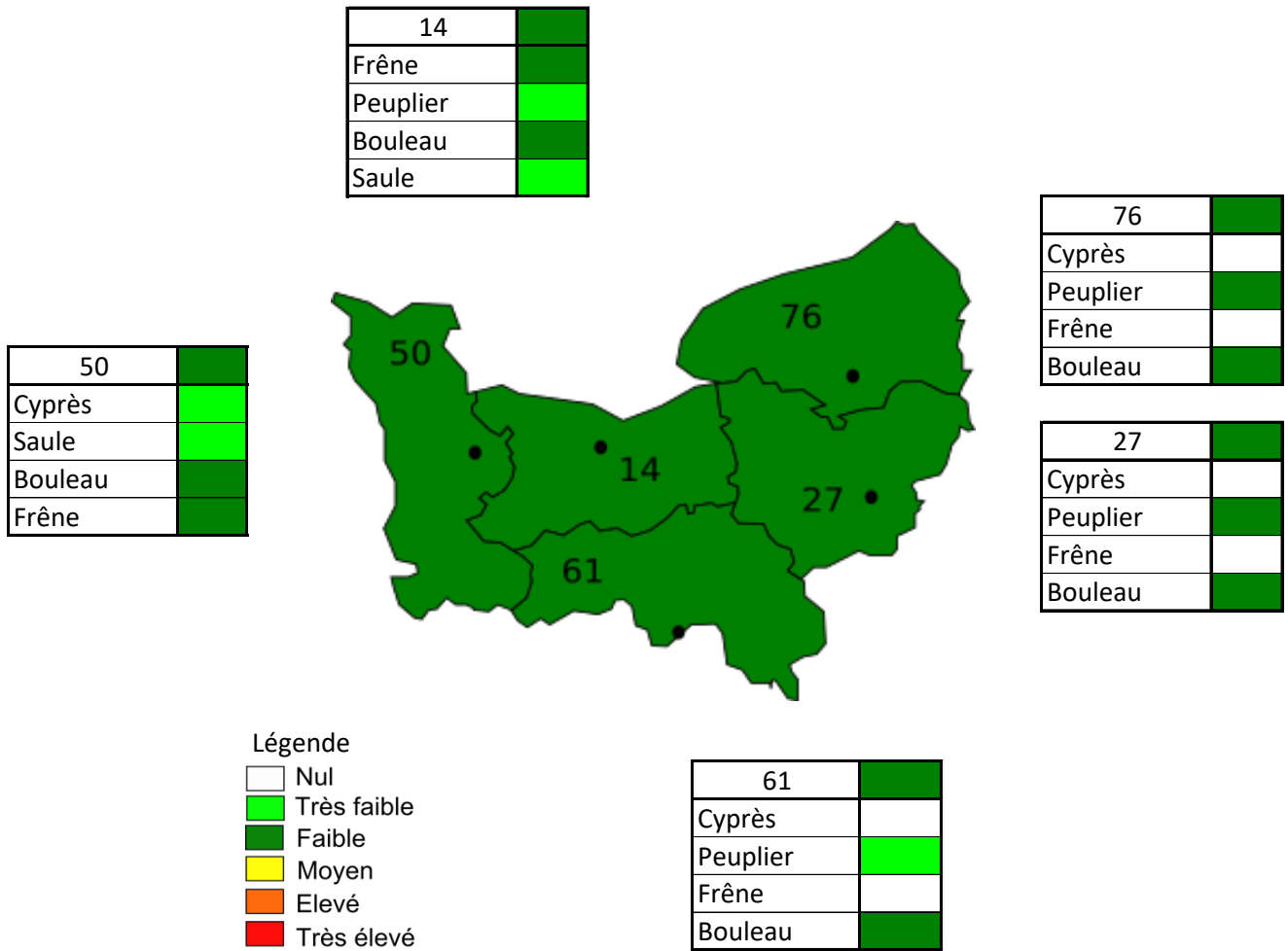
Avec un temps très doux et ensoleillé cette semaine, les pollens de bouleau démarrent fort avec un risque d'allergie associé de niveau moyen. Les pollens de platane aussi font leur entrée et prennent la tête du classement des pollens avec un risque d'allergie de niveau faible. Les pollens de charme, de saule et de frêne n'ont pas dit leur dernier mot et pourront aussi gêner les allergiques avec un risque d'allergie ne dépassant toutefois pas le niveau faible. Le retour d'un temps plus froid et humide à Pâques apportera un peu de répit aux allergiques.

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 :**

Le risque d'allergie est faible pour les pollens de bouleau, de peuplier, de frêne et de saule essentiellement. Il le restera ces prochains jours avec un temps qui s'annonce plus froid et humide. Les allergiques aux pollens de bouleau doivent rester prudents car il suffit de seulement quelques grains de pollens pour que les symptômes apparaissent et la floraison ne fait que débuter.

Aides régionales complémentaires :  
Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

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

79	■
Cyprès	■
Bouleau	■
Peuplier	■
Charme	■

16	■
Cyprès	■
Charme	■
Peuplier	■
Platane	■

86	■
Cyprès	■
Bouleau	■
Frêne	■
Peuplier	■

87	■
Cyprès	■
Frêne	■
Charme	■
Saule	■

17	■
Cyprès	■
Platane	■
Frêne	■
Peuplier	■

23	■
Cyprès	■
Frêne	■
Peuplier	■
Saule	■

33	■
Platane	■
Chêne	■
Mûrier	■
Cyprès	■

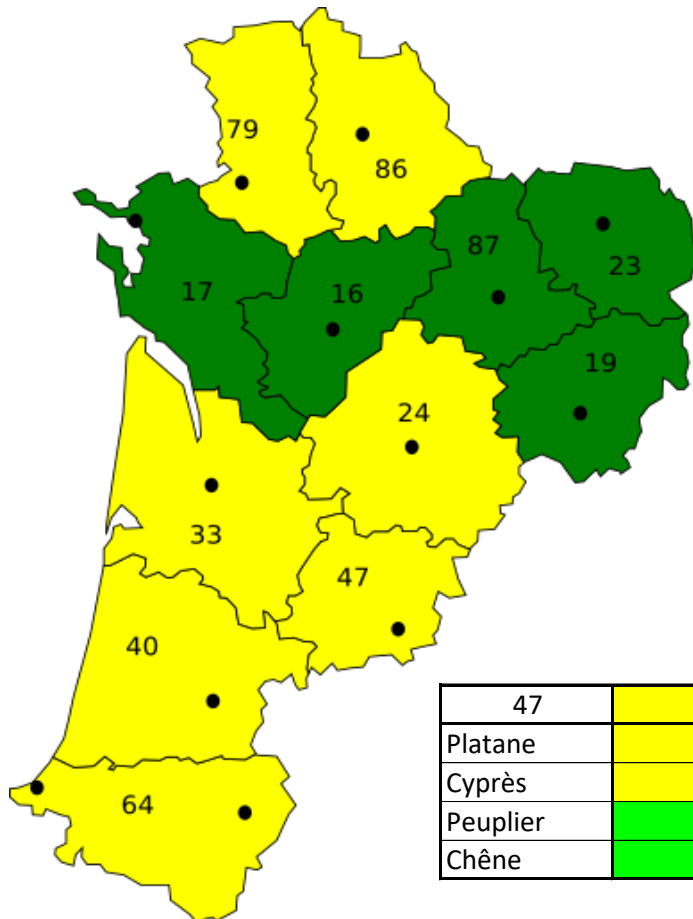
19	■
Cyprès	■
Frêne	■
Charme	■
Saule	■

40	■
Platane	■
Chêne	■
Mûrier	■
Cyprès	■

24	■
Cyprès	■
Charme	■
Platane	■
Bouleau	■

64	■
Cyprès	■
Charme	■
Platane	■
Bouleau	■

47	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■



Légende

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

Commentaire :  
 Dans le sud de la région on retrouvera des pollens de cyprès et de platane avec un risque d'allergie de niveau moyen. Dans le nord de la région il faudra se méfier des pollens de bouleau avec un risque d'allergie faible à moyen. Les pollens de chêne, de charme, de peuplier, de frêne et de graminées sont aussi présents dans l'air avec un risque d'allergie plus faible. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements et rester prudent pour ce long week-end de Paques.

**REGION OCCITANIE**

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

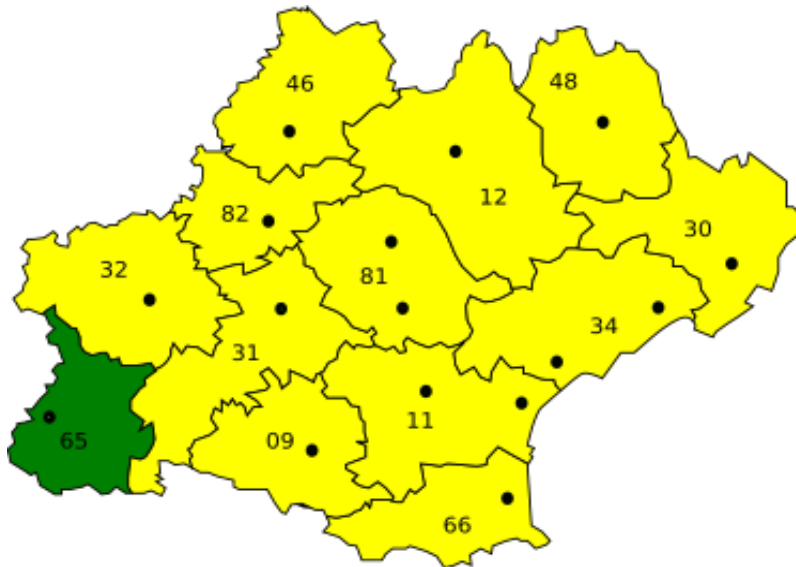
82	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

46	■
Frêne	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Charme	■

48	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

12	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

32	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■



30	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

81	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

34	■
Platane	■
Pin	■
Cyprès	■
Frêne	■

65	■
Platane	■
Cyprès	■
Peuplier	■
Chêne	■

11	■
Platane	■
Mûrier	■
Cyprès	■
Pin	■

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

31	■
Platane	■
Cyprès	■
Charme	■
Mûrier	■

09	■
Platane	■
Cyprès	■
Charme	■
Mûrier	■

66	■
Platane	■
Mûrier	■
Cyprès	■
Pin	■

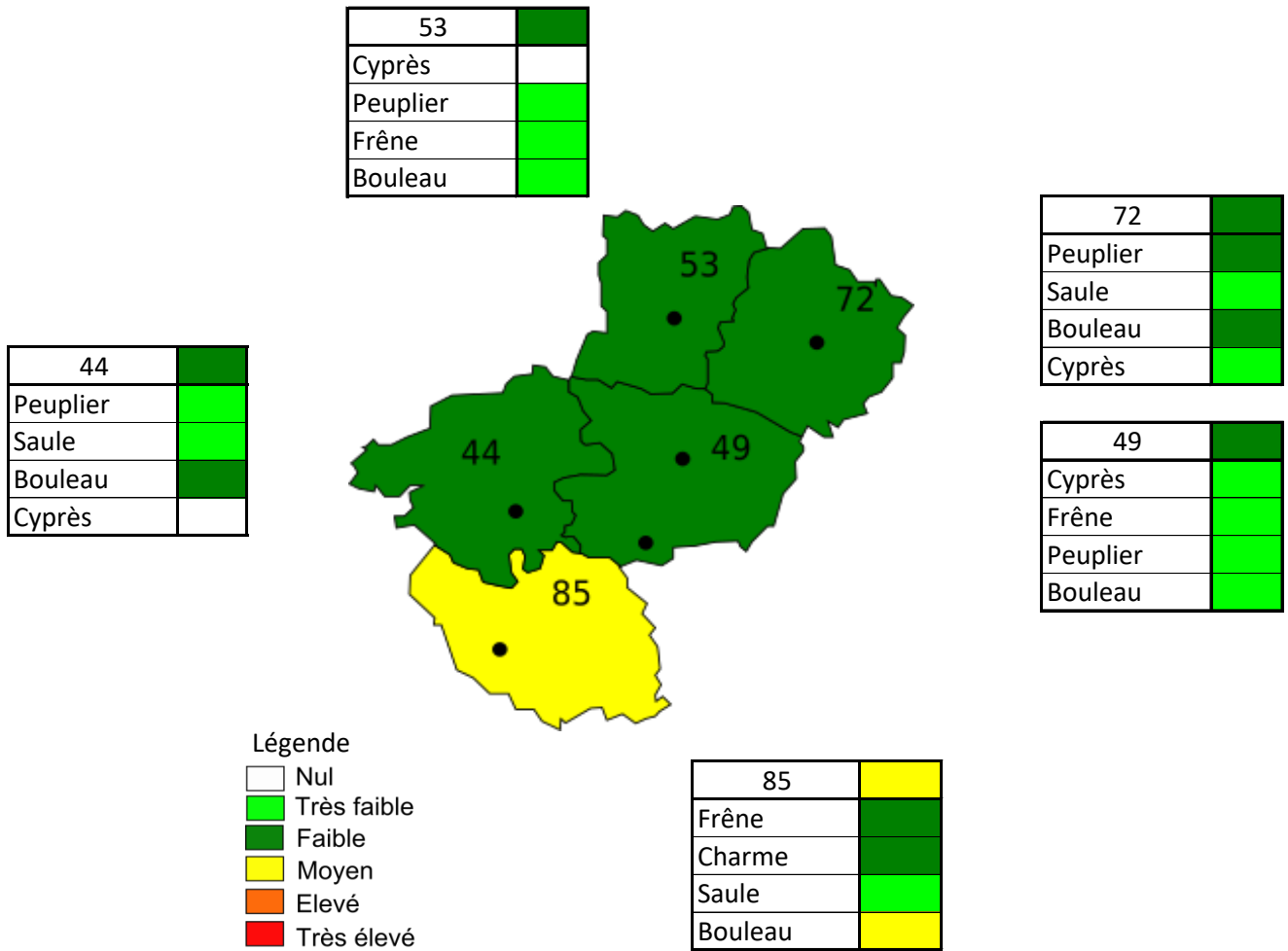
**Commentaire :**

Les pollens de platane sont en tête du classement avec un risque d'allergie de niveau moyen. Ils sont accompagnés par les pollens de cyprès qui sont aussi en perte de vitesse avec un risque d'allergie moyen. Les autres pollens sont les pollens de chêne, de peuplier, de charme et de frêne avec un risque d'allergie plus faible. A noter aussi la floraison des pinacées (pin, sapin, épicéa) sans risque pour les allergiques même s'ils pourront jaunir les surfaces extérieures.

Aides régionales complémentaires :  
 ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

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



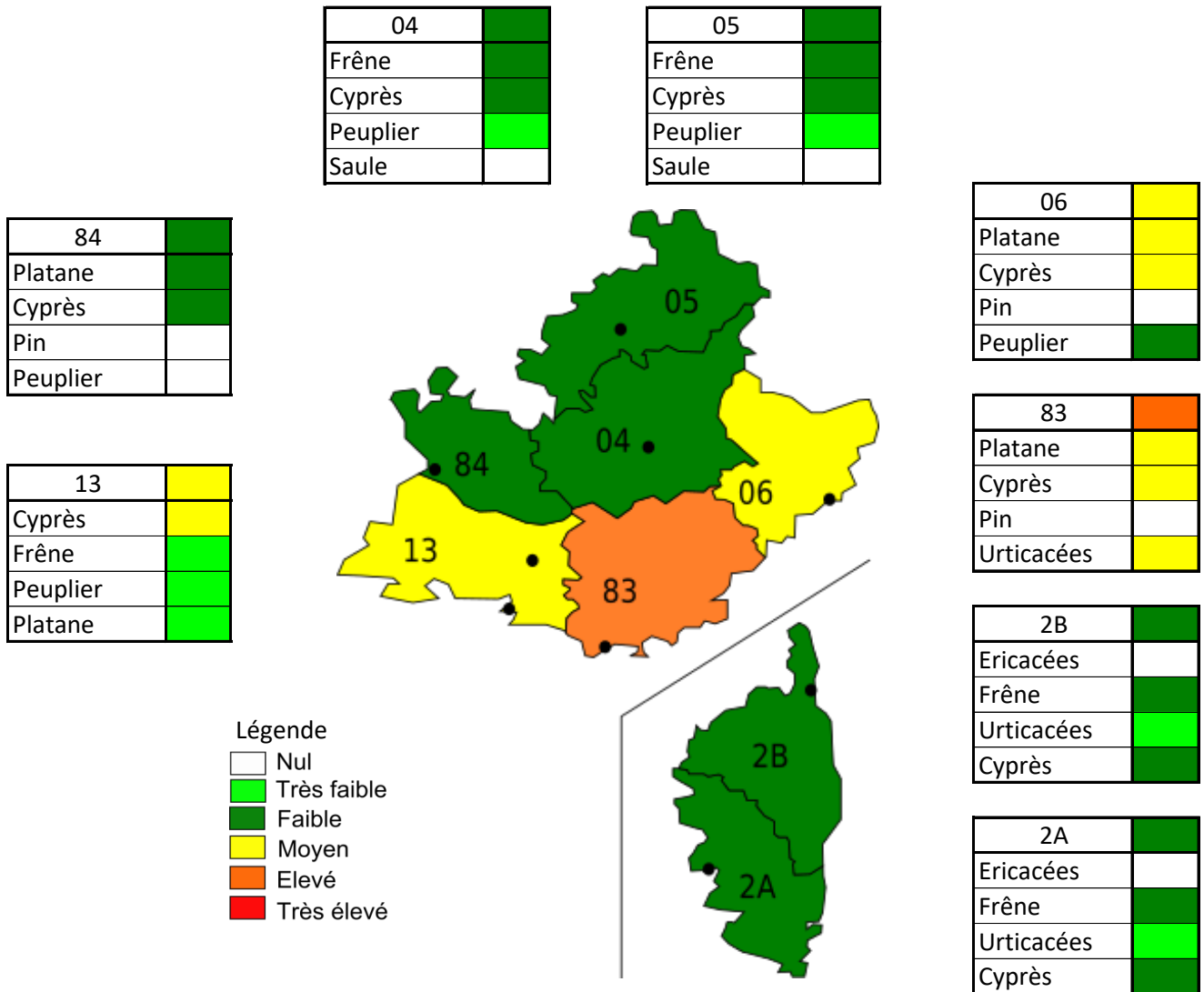
**Commentaire :**

Attention aux pollens de bouleau qui sont bien là avec un risque d'allergie associé de niveau faible à moyen. Ils sont accompagnés par les pollens de frêne, charme, saule, peuplier avec un risque d'allergie de niveau faible. Les journées ensoleillées favoriseront la dispersion des pollens dans l'air et les allergiques doivent 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 :**

Les pollens de platane ne sont pas confinés et gêneront les allergiques avec un risque de niveau faible à moyen. On retrouvera aussi des pollens de cyprès avec un risque d'allergie de niveau faible à moyen aussi. Les pollens de pin sont très présents dans l'air mais fort heureusement pour les allergiques ce ne sont pas des pollens allergiants. Le risque d'allergie sera faible à moyen aussi pour les pollens d'urticacées (pariétaires). Dans le Var, le cocktail des pollens de cyprès, platane, urticacées donnera un risque d'allergie global élevé lors des journées ensoleillées.

Aides régionales complémentaires :

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