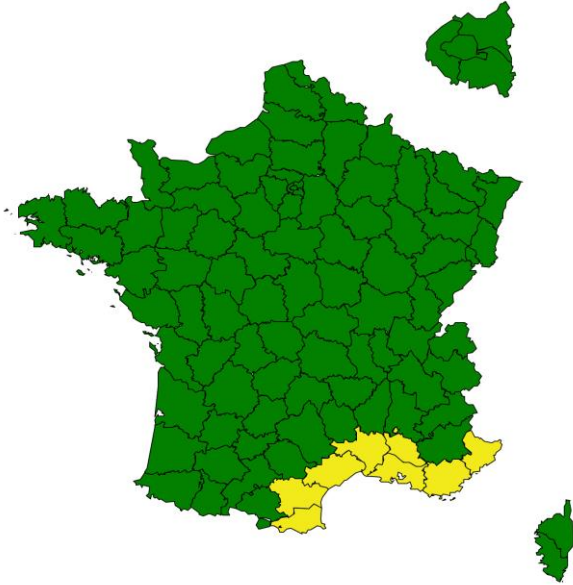


## Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



## LEGENDE

□ nul   ■ faible   ■ moyen   ■ élevé

**Le retour des pollens pour bien démarrer l'année 2025 !**

Le début d'année 2025 nous apporte, comme un cadeau retardataire, le retour des pollens ! Mais rassurez-vous, les mouchoirs peuvent encore rester au fond des poches pour la plupart d'entre nous. Les pollens de noisetier ont fait leur timide apparition dès la mi-décembre, profitant du réchauffement climatique pour fleurir de plus en plus tôt. Mais la neige et le froid mordant de cette semaine jouent les trouble-fêtes, freinant momentanément leur progression. Le risque d'allergie reste faible, mais attention, les bétulacées sont fourbes : restez vigilants si vous êtes sensibles à leurs charmes volatils. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants dans plusieurs régions de France.

Les aulnes (famille des bétulacées eux aussi) devraient pointer le bout de leur nez dans les semaines à venir et gêneront les allergiques lors des journées plus douces, ensoleillées et venteuses. Sur le pourtour méditerranéen, les pollens de Cupressacées (cyprès, genévrier, thuyas...) profitent d'un effet de foehn bien chaleureux ce vendredi 10 janvier, avec des températures flirtant avec les 20 degrés ! Résultat : un risque d'allergie moyen pour cette fin de semaine. Si vous avez prévu une balade sous les cyprès, préparez vos antihistaminiques, votre masque et votre meilleure paire de lunettes de soleil.

Les mimosas (Acacias) commencent à fleurir dans le sud du pays avec des allergies de proximité possibles. Les pollens de frêne, eux aussi font leur entrée timide par le sud avec un risque faible pour l'instant, mais ils seront de plus en plus présents dans les jours à venir surtout autour de la Méditerranée.

Bonne nouvelle pour les habitants du Sud-Ouest : le risque d'allergie restera faible pour les pollens de noisetier et de Cupressacées. Même si les pollens sont encore sages pour la plupart, les acariens et moisissures continuent leur petit festival dans vos maisons chauffées. Prudence donc, même en intérieur : un ménage soigneux et une bonne aération reste le meilleur allié des allergiques.

Toute l'équipe du RNSA vous souhaite une excellente année!

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 :

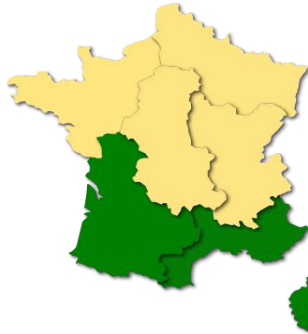
Le RNSA est soutenu par le Ministère des Solidarités et de la Santé et par le Ministère de la Transition écologique et solidaire

Bulletin Phénologique

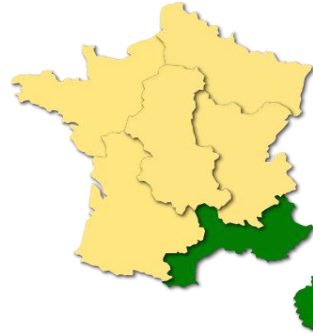
Noisetier






Cupressacées



Frêne



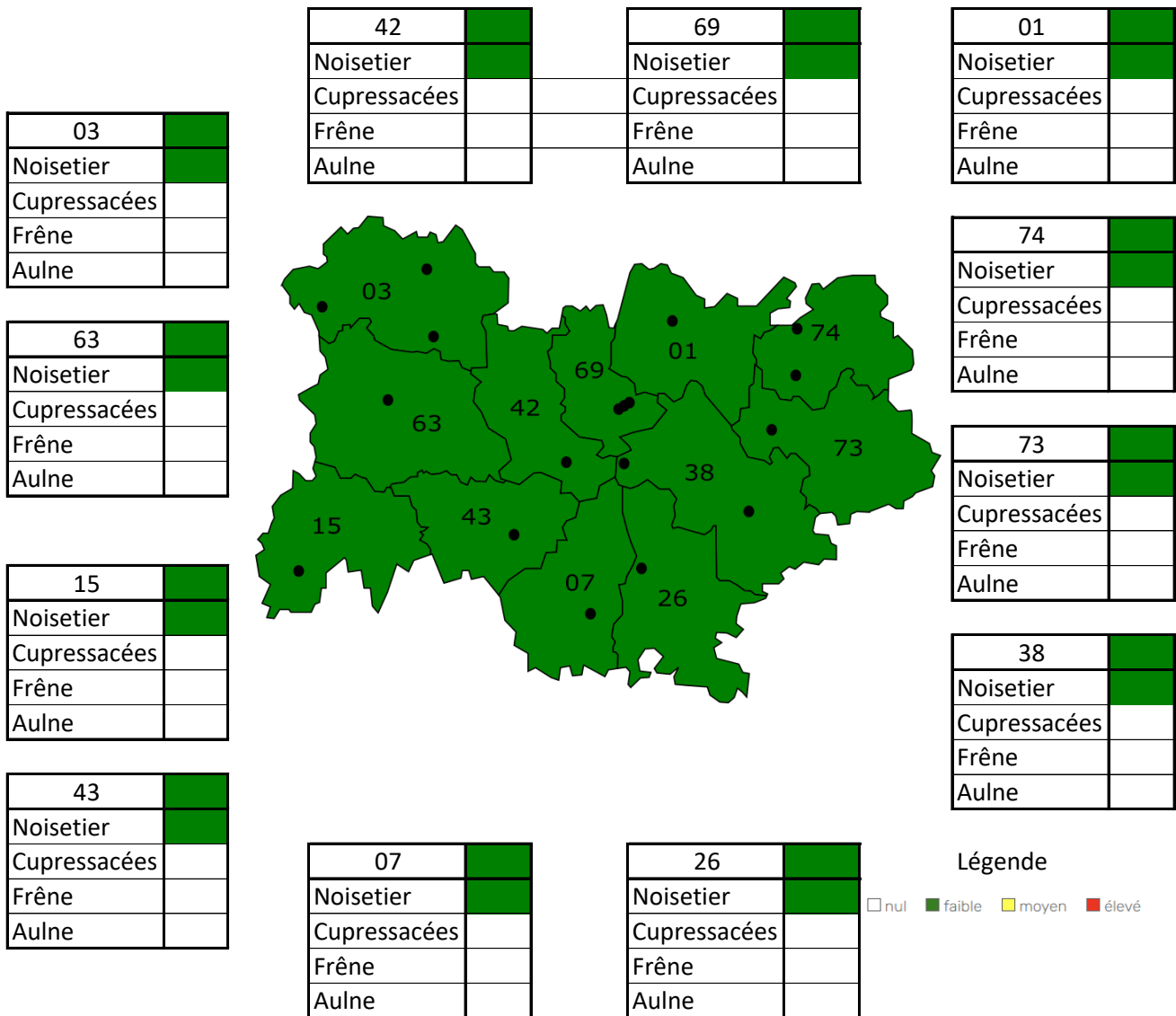
**LEGENDE**

-  Pas encore en floraison
-  En floraison
-  Floraison terminée

Commentaires :

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

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



**Commentaire :**  
 En ce début d'année, les allergiques devront surtout se méfier des pollens de noisetier qui pointent déjà le bout de leur nez même si le risque d'allergie sera faible. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

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

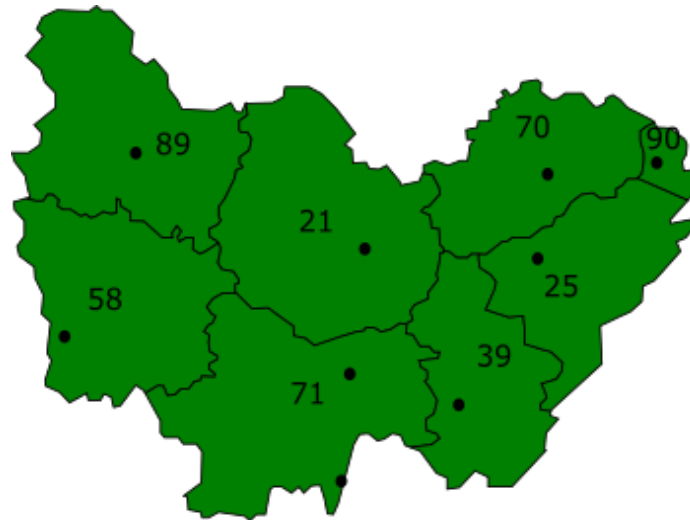
**REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE**

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

21	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

70	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

89	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□



90	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

58	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

25	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

71	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

39	■
Noisetier	■
Cupressacées	□
Frêne	□
Aulne	□

□ nul ■ faible □ moyen ■ élevé

Légende

Commentaire :

Attention aux premiers pollens de noisetier qui sont là avec un risque d'allergie de niveau faible. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

Aides régionales complémentaires :

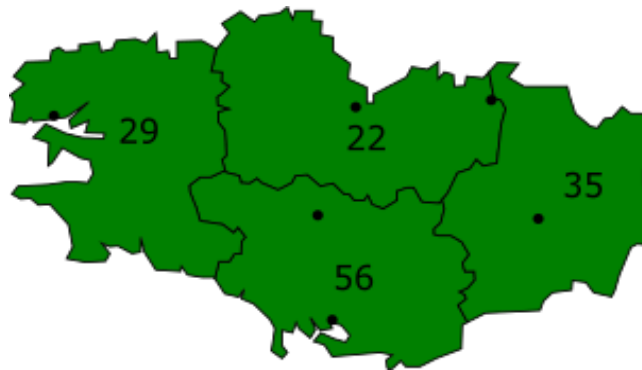
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté

**REGION BRETAGNE**

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

22	■
Noisetier	■
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

29	■
Noisetier	■
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	



35	■
Noisetier	■
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

56	■
Noisetier	■
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

Légende

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

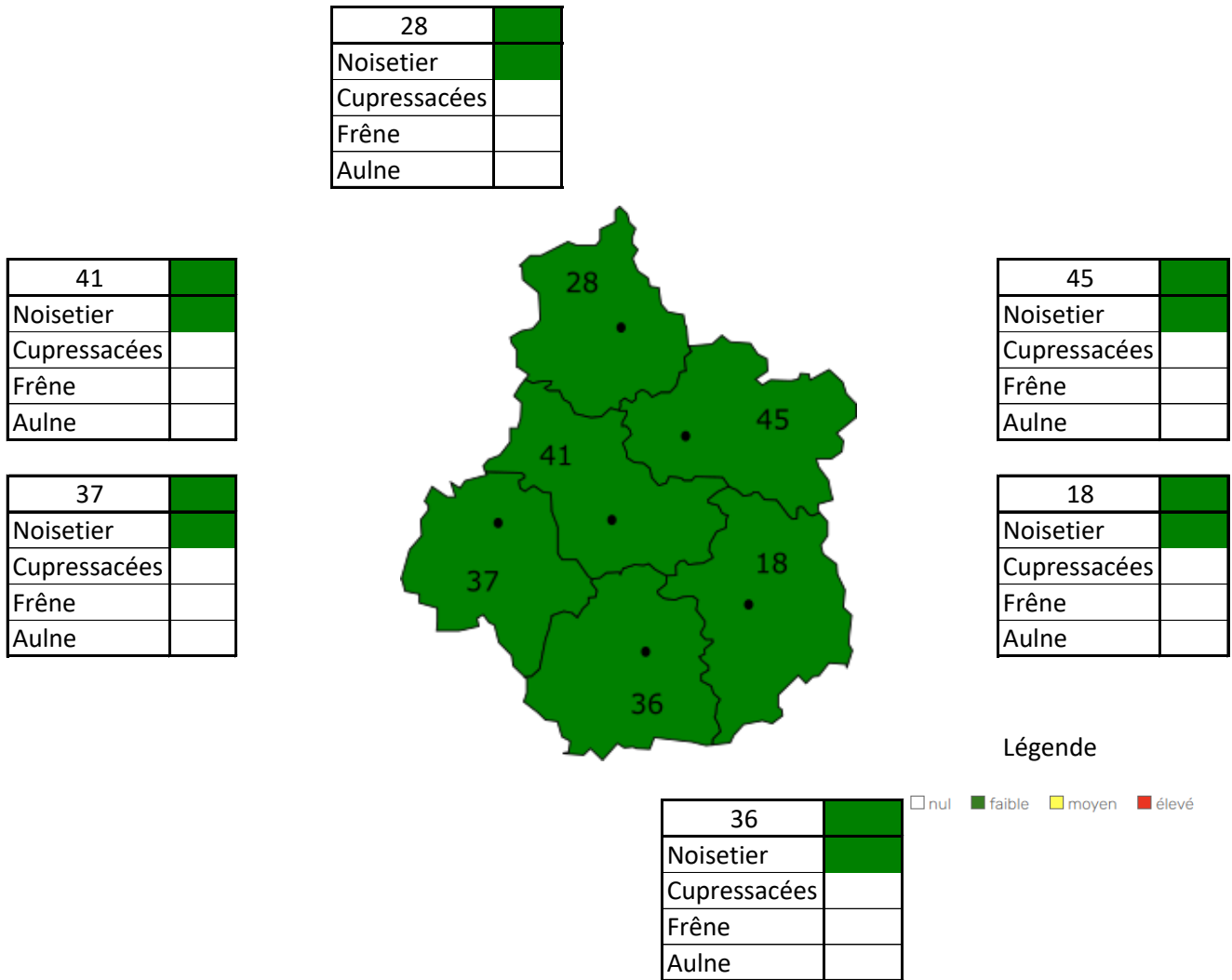
Commentaire :

Les allergiques doivent se méfier des premiers pollens de noisetier qui seront présents avec un risque d'allergie de niveau faible lors des journées ensoleillées. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

Aides régionales complémentaires :  
 Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

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

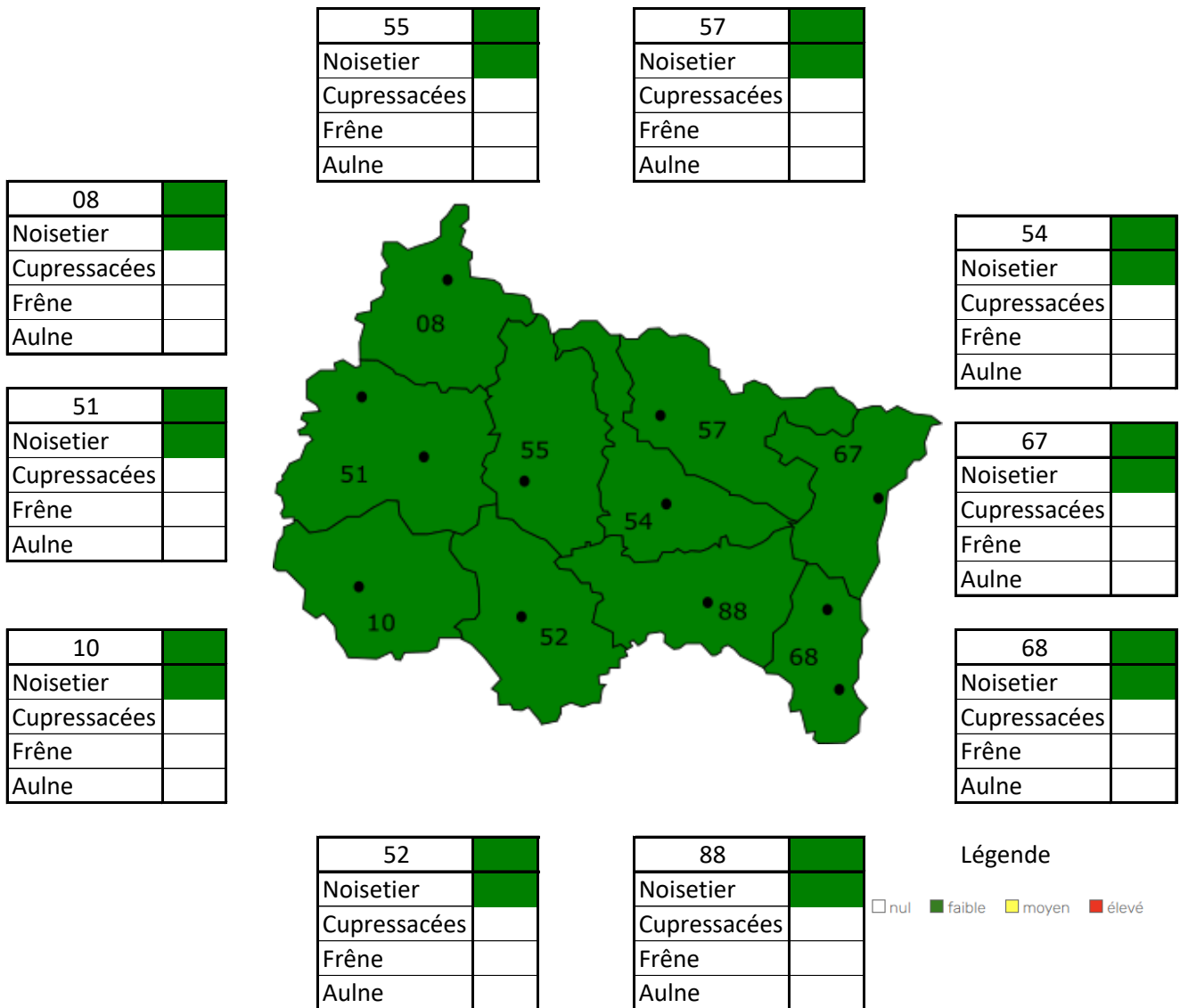


**Commentaire :**  
 Dans le ciel des allergiques on retrouvera essentiellement des pollens de noisetier avec un risque d'allergie de niveau faible. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

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

**REGION GRAND EST**

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



Commentaire :

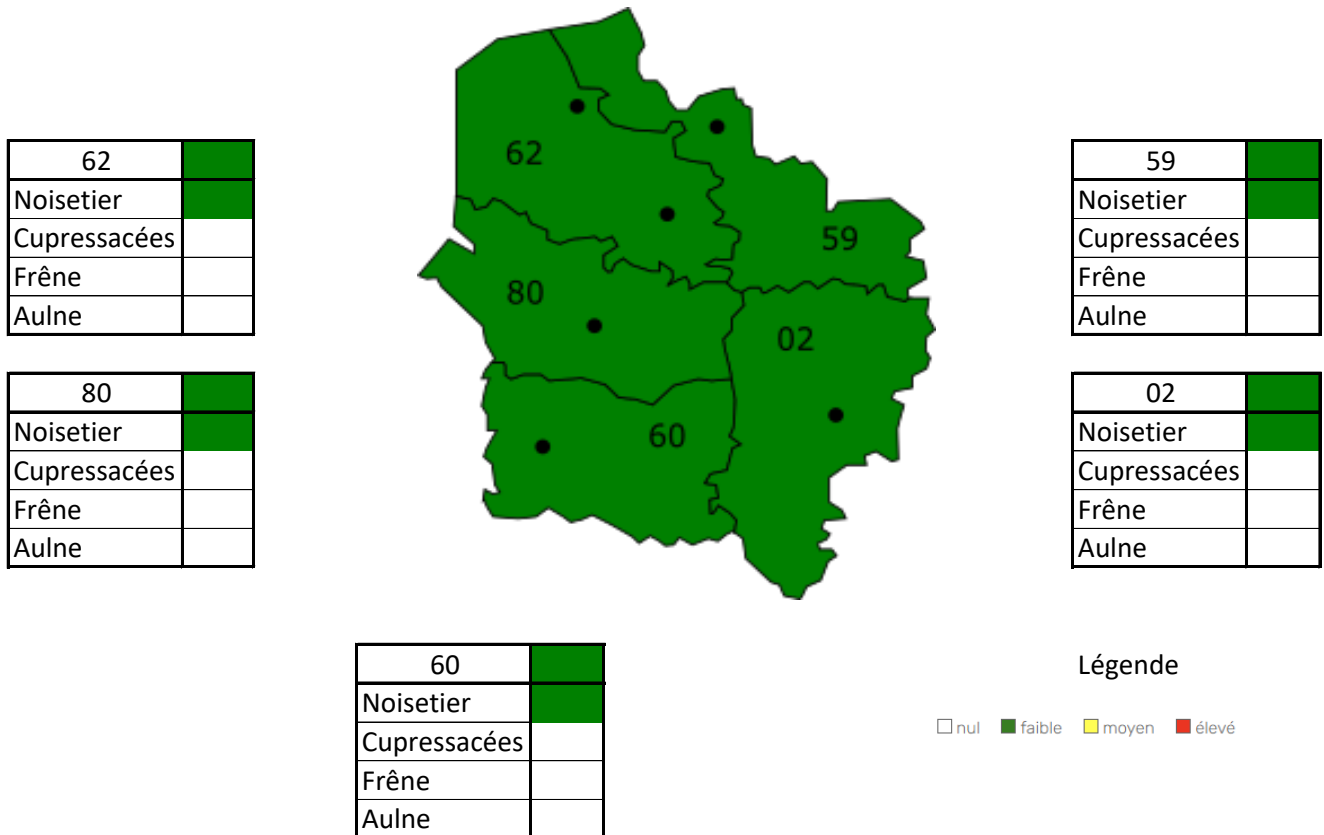
Le froid freine un peu la floraison des arbres mais les premiers pollens de noisetier sont déjà là avec un risque d'allergie associé de niveau faible. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens 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 :

Le noisetier est le premier arbre à fleurir et libère ses pollens allergisants. Le risque d'allergie sera faible pour l'instant grâce aux froid et à la neige qui ont fait leur grand retour en ce début d'année. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

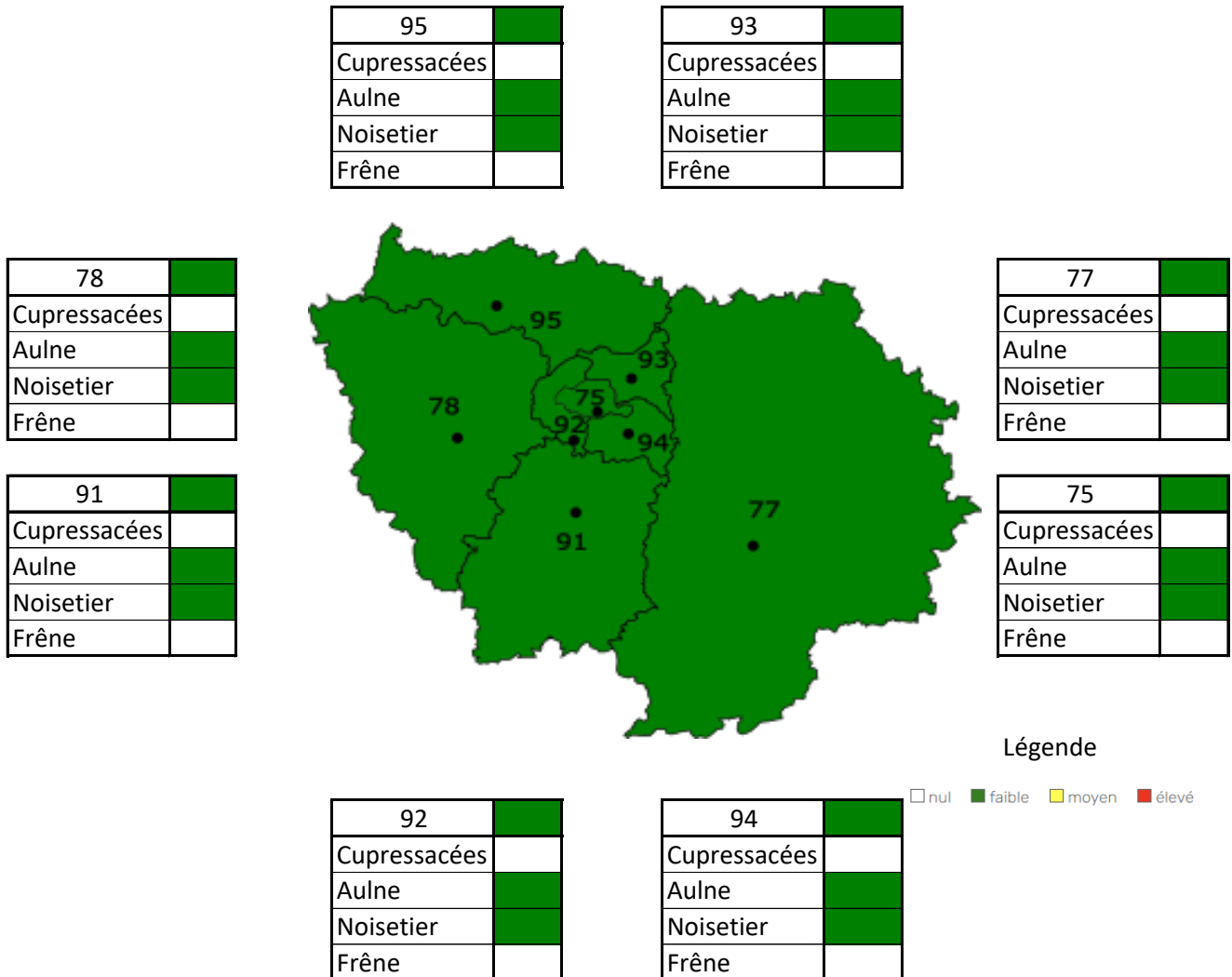
Aides régionales complémentaires :

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



**REGION ILE DE FRANCE**

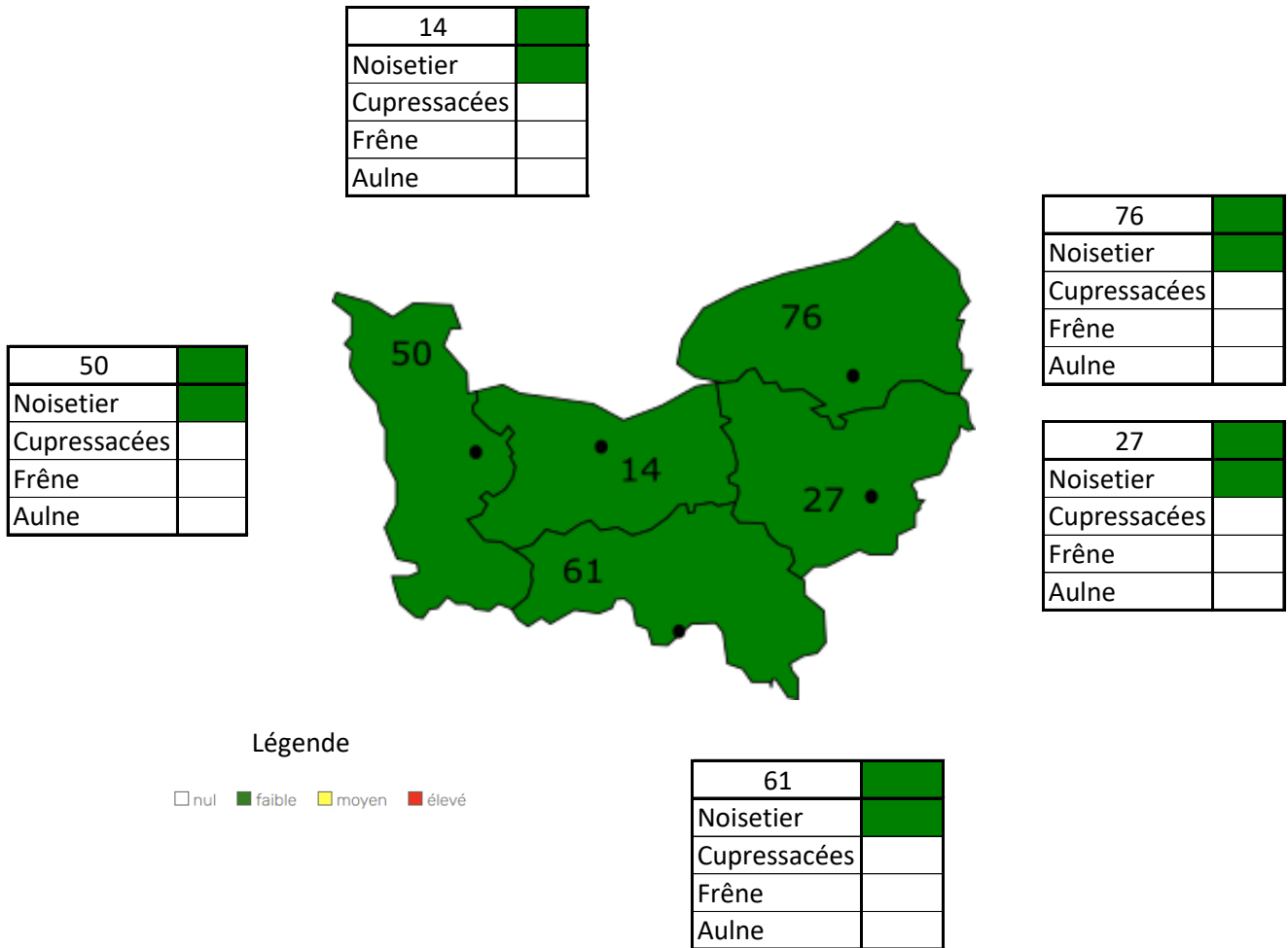
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



**Commentaire :**  
 En ce début d'année 2025, les premiers pollens d'aulne et de noisetier (famille des bétulacées pointent le bout de leur nez avec un risque d'allergie associé de niveau faible pour l'instant. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants certains jours plus doux et ensoleillé.

**REGION NORMANDIE**

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



Commentaire :

Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de noisetier en ce début d'année 2025. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

Aides régionales complémentaires :

Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

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

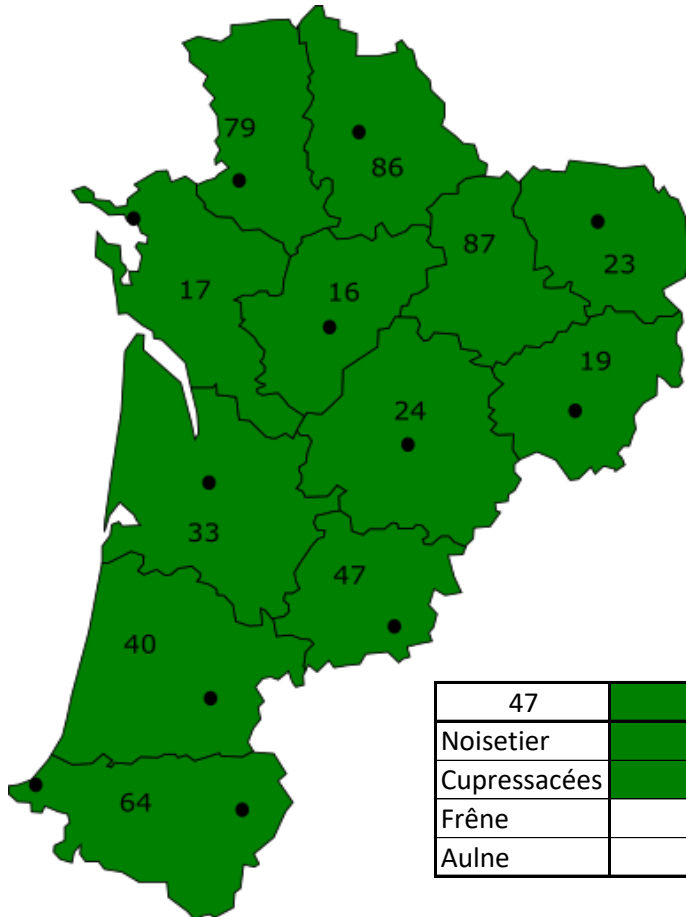
79	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

16	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

86	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

87	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

17	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	



23	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

33	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

19	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

40	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

24	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

64	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

47	
Noisetier	
Cupressacées	
Frêne	
Aulne	

Légende  
 □ nul ■ faible □ moyen ■ élevé

Commentaire :

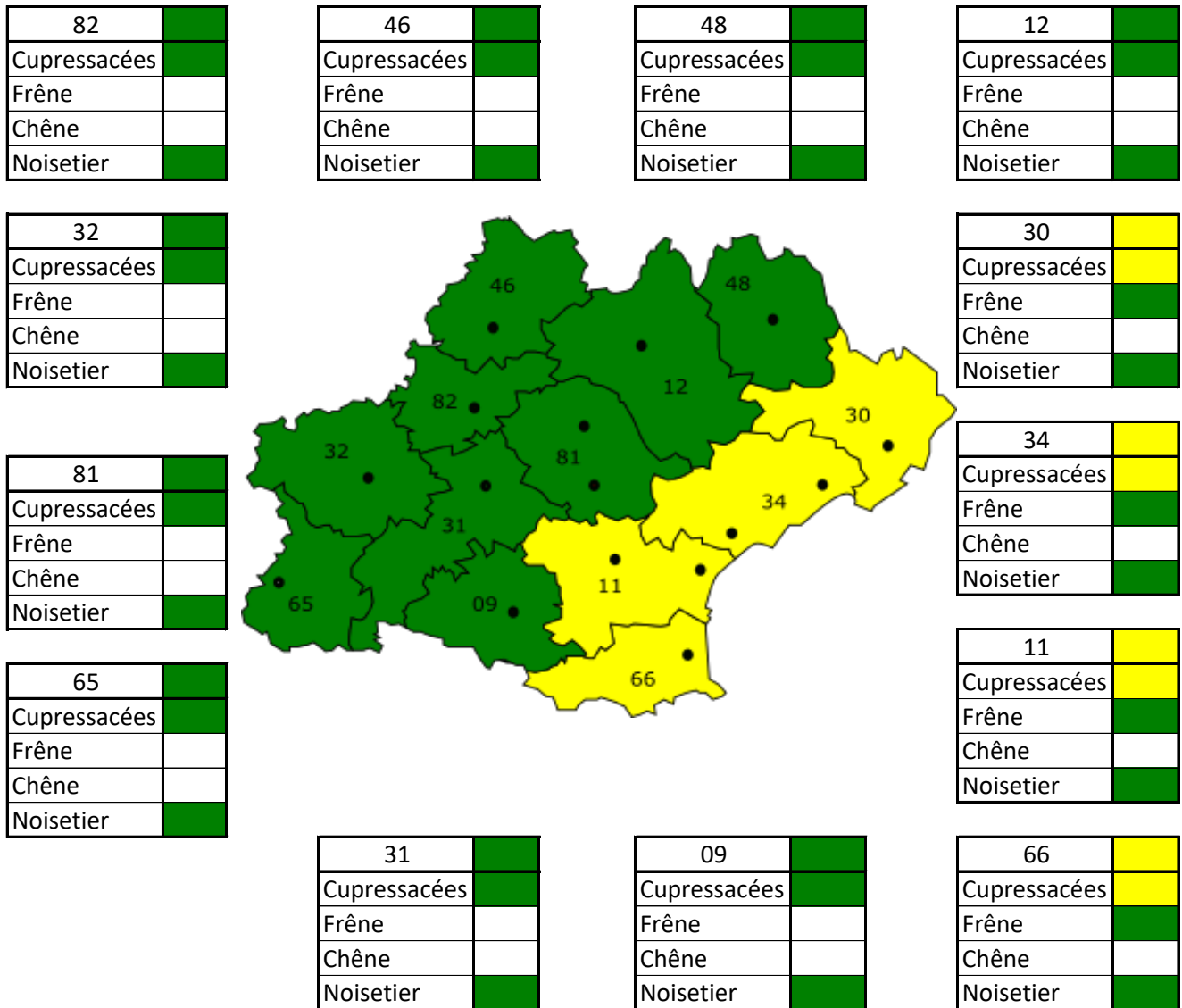
Dans la région, le risque d'allergie sera faible pour les pollens de noisetier et de Cupressacées. Les allergiques doivent redoubler de prudence surtout lors des journées plus douces, ensoleillées et venteuses.

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 :**

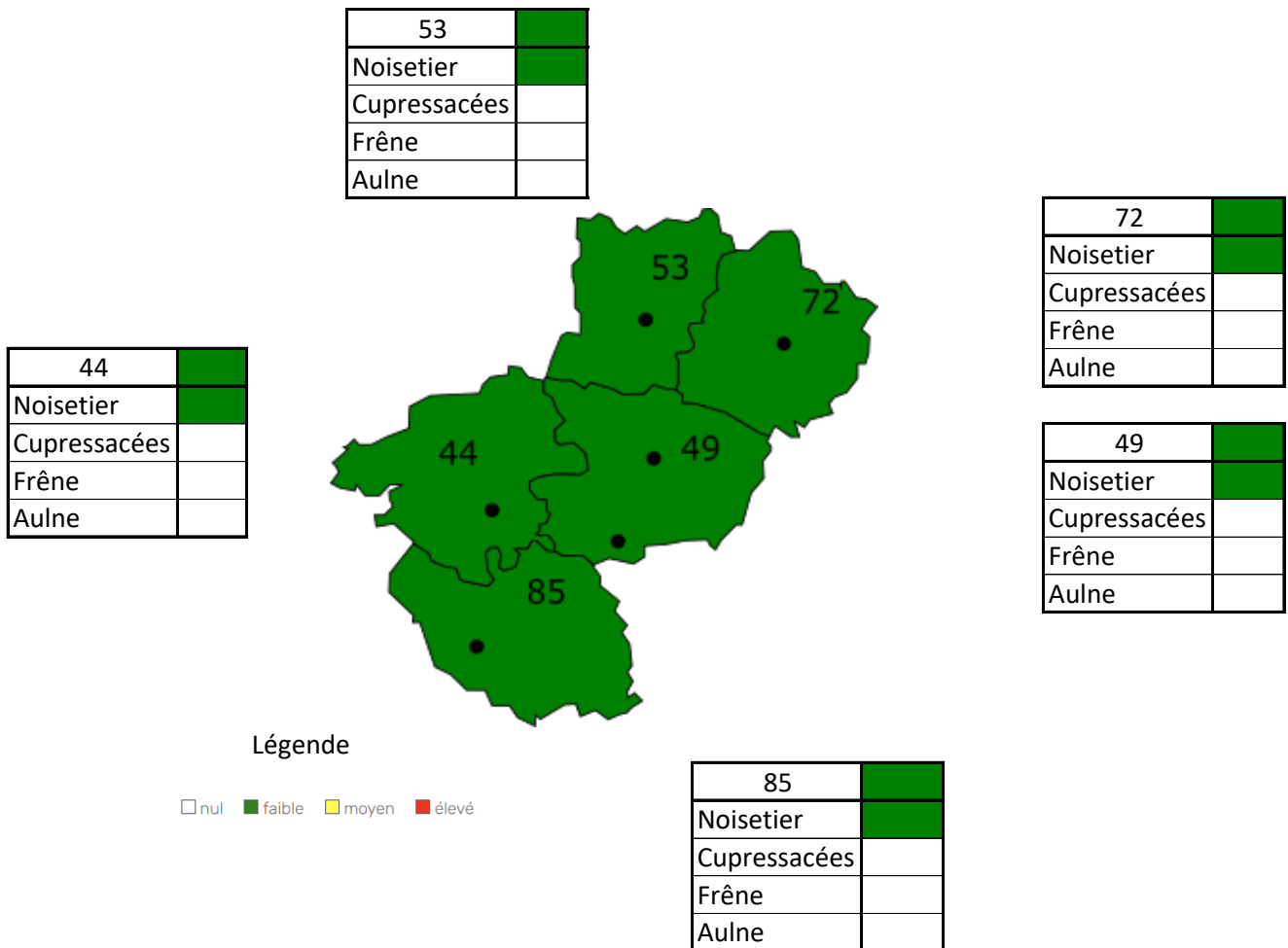
Autour de la méditerranée le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de Cupressacées notamment grâce aux températures douces en cette fin de semaine. Le risque d'allergie sera faible pour les premiers pollens de frêne qui pointent le bout de leur nez. Ailleurs dans l'ouest de la région, le risque d'allergie sera faible pour les pollens de Cupressacées et de noisetier essentiellement.

Aides régionales complémentaires :

ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

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

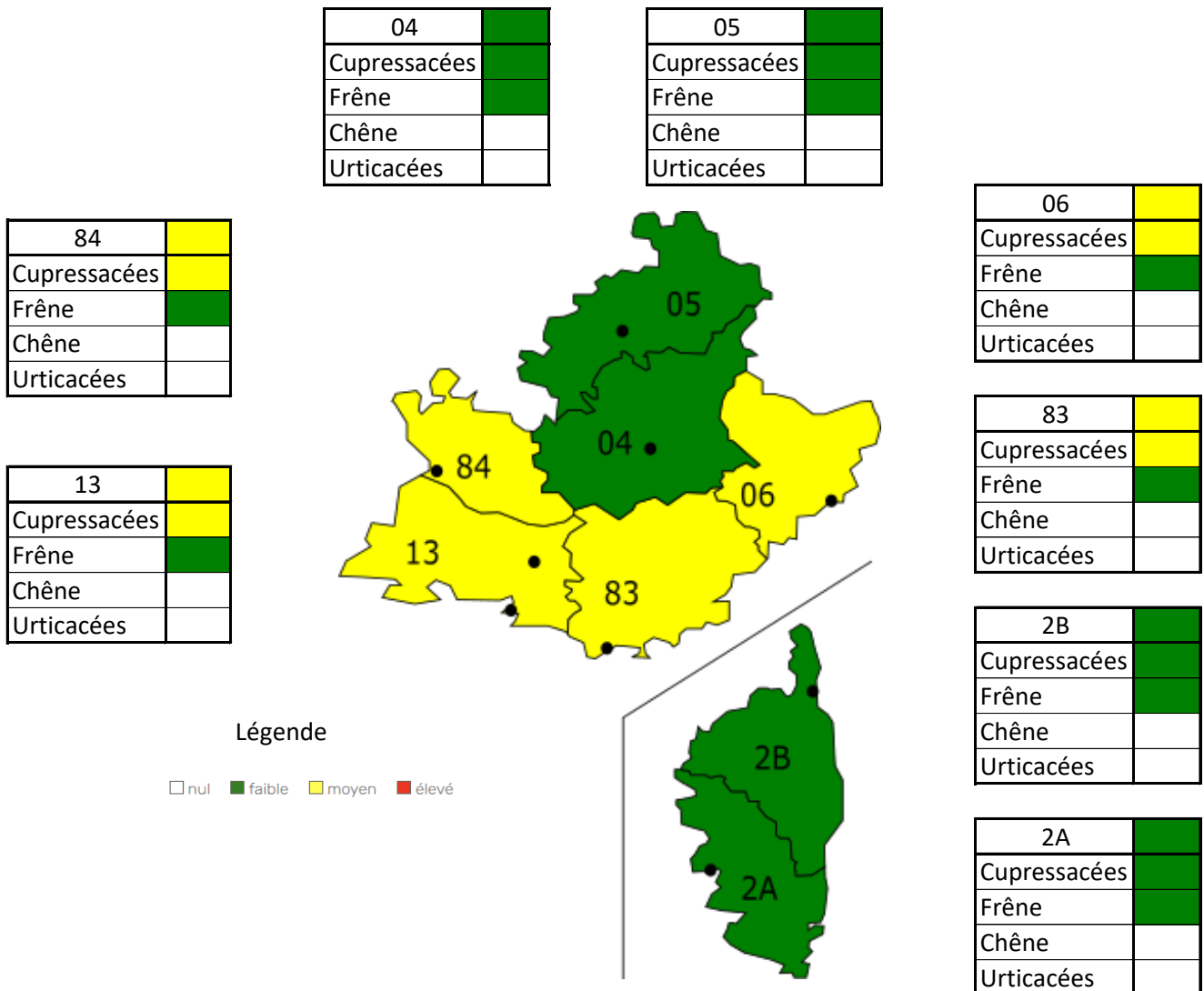


**Commentaire :**  
Le risque d'allergie sera faible pour les pollens de noisetier. Un temps plus calme et plus sec va s'installer la semaine prochaine grâce à des conditions anticycloniques. Les gelées nocturnes vont s'intensifier, notamment sur les sols enneigés, ce qui ralentira la floraison des arbres. Mais attention car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir, il pourra donc libérer ses pollens allergisants!

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 :  
Attention aux pollens de Cupressacées (cyprés, thuyas, genévriers) qui démarrent l'année en fanfare avec un risque d'allergie de niveau moyen autour de la méditerranée. Le risque d'allergie sera faible en Corse et dans les Alpes. Les premiers pollens de frêne sont là aussi en ce début d'année avec un risque d'allergie plus faible.

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