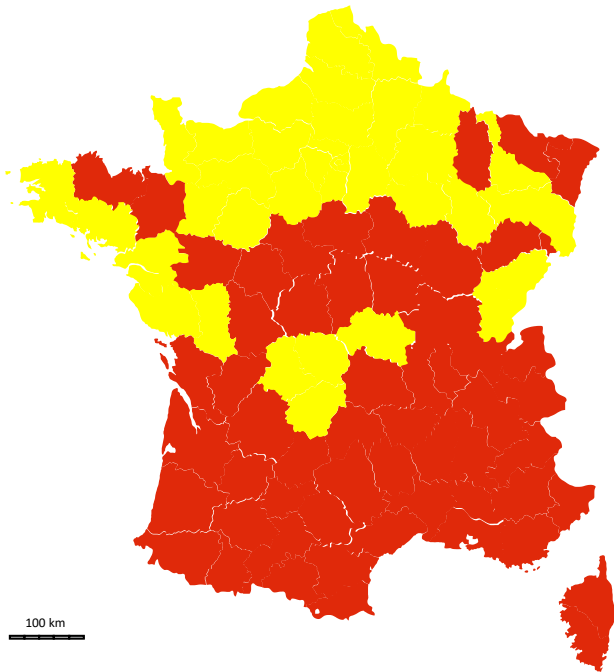


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

**La pluie, la meilleure alliée des allergiques ?**

Si la pluie vient plaquer les pollens au sol et soulager un peu les allergiques, elle vient aussi favoriser le développement et la croissance des graminées. Le risque d'allergie sera en baisse sous les averses de pluie de ces prochains jours mais pourra monter au niveau moyen à élevé lors des périodes plus ensoleillées et venteuses entre les averses.

Les graminées sont les herbacées que l'on voit pousser le long des routes, dans les champs et même parfois sur les ronds-points ! Plusieurs sont très allergisantes comme la fléole, le pâturin, l'ivraie, le dactyle, la fétuque, la flouze, le seigle, l'avoine, le blé... Les allergiques aux pollens de graminées doivent suivre leur traitement et se préparer à des semaines à venir compliquées avec un pic qui devrait intervenir comme chaque année vers la fin du mois de mai si le temps le permet.

Le risque d'allergie sera plus faible pour les autres herbacées en floraison un peu partout en France à savoir les pollens de plantain, d'oseille et d'ortie (urticacées).

Du côté des arbres en floraison, on retrouvera des pollens de chêne qui sont toutefois en perte de vitesse avec un risque d'allergie qui ne dépassera pas le niveau moyen.

Autour de la Méditerranée, les pollens de pariétaires (urticacées) et d'olivier (oléacées) sont de sortie avec un risque d'allergie évoluant d'un niveau faible à localement élevé.

Dans l'air, on peut aussi voir voler les bourres blanches de peuplier. Ces bourres sont le moyen du peuplier de disperser ses graines, elles peuvent être gênantes, avec des symptômes similaires à l'allergie, mais dus essentiellement à une réaction mécanique irritante aux filaments duveteux dispersés en grande quantité.

Les pollens de pinacées (pin, sapin, épicéa) sont très abondants dans l'air et pourront encore jaunir les surfaces extérieures (voitures, trottoirs, balcons...) mais, fort heureusement, ils ne sont pas allergisants.

Les allergiques doivent suivre les conseils pratiques pour mieux se protéger des pollens et limiter leur exposition : 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, évitez les activités sportives à l'extérieur qui entraînent une surexposition aux pollens.

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



Urticacées



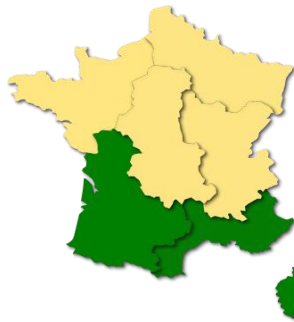
Cupressacées



Hêtres



Olivier



Chênes



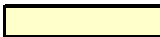
Oseilles



Plantains



LEGENDE

 Pas encore en floraison

 En floraison

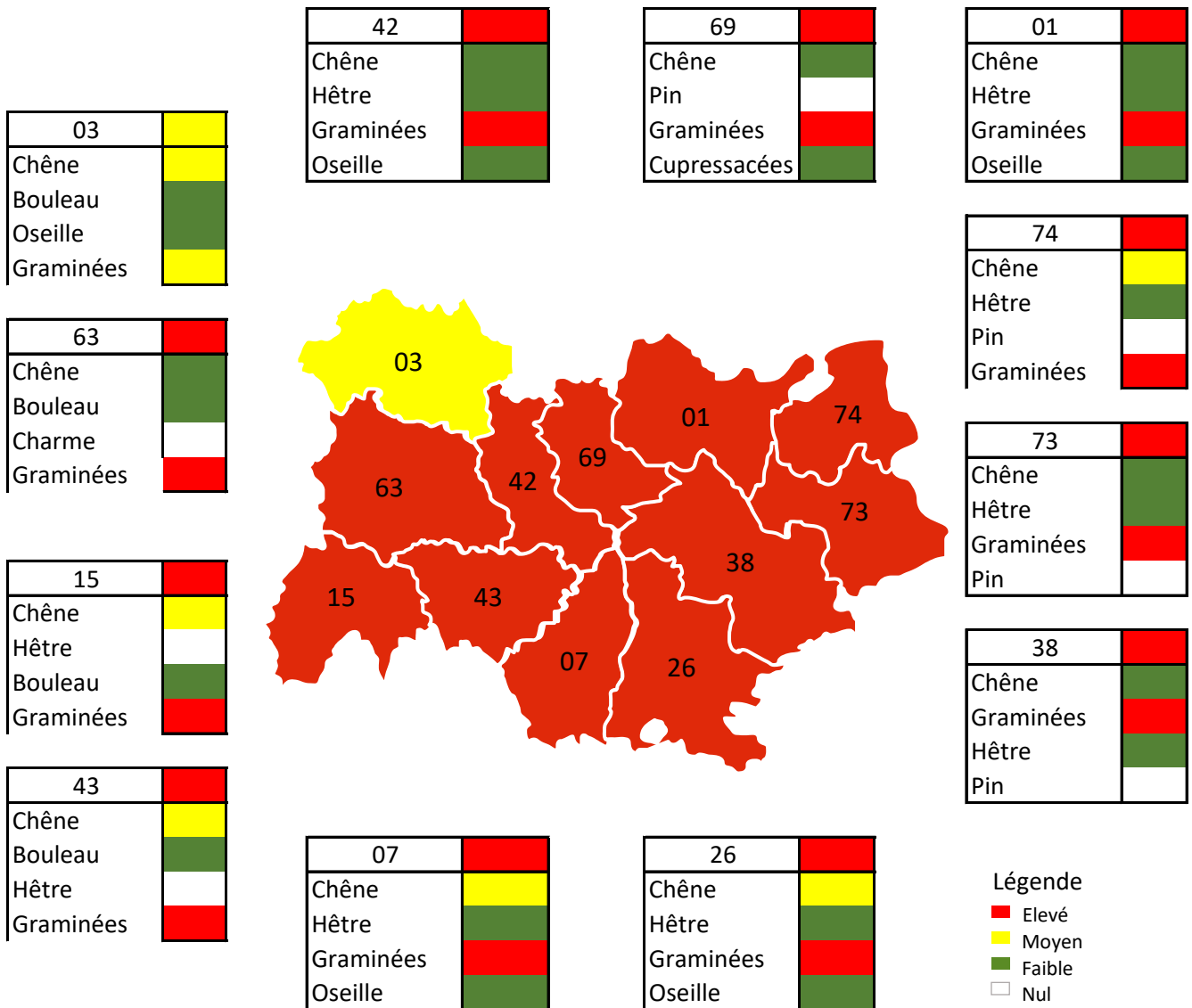
 Floraison terminée

Commentaires :

Lyon : La pariétaire débute sa floraison, les autres sont en pleine floraison

**REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES**

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



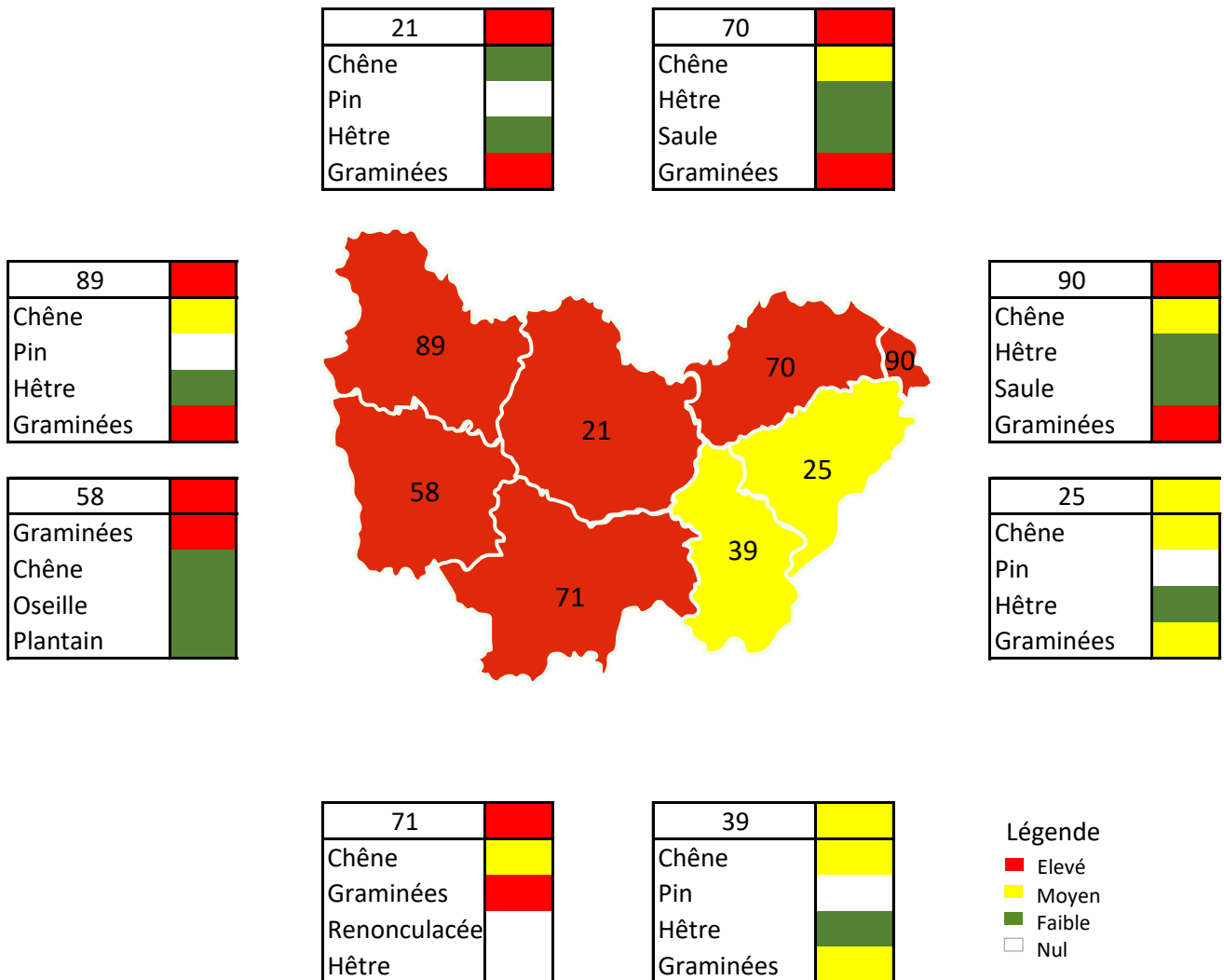
**Légende**  
■ Elevé  
■ Moyen  
■ Faible  
 Nul

**Commentaire :**  
 Les pollens de graminées seront de plus en plus présents dans l'air de la région avec un risque d'allergie de niveau élevé. Ils seront accompagnés par les pollens de chêne avec un risque moyen et par les pollens de hêtre, oseille, plantain, urticacées, cupressacées...avec un risque plus faible. Les pins sont aussi en floraison mais sont peu 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)



**Commentaire :**



Attention aux pollens de graminées qui sont de sortie avec un risque d'allergie élevé. Seule la pluie pourra venir plaquer les pollens au sol et soulager un peu les allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne qui commencent à perdre du terrain et faible pour les autres pollens présents.



Aides régionales complémentaires :

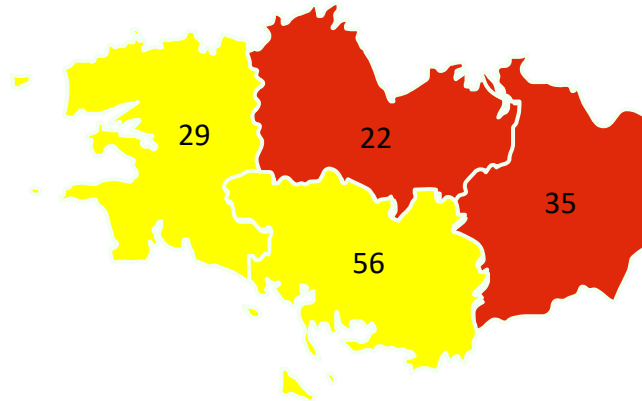
Ville de Chalon sur Saône - Atmo Bourgogne Franche Comté



**REGION BRETAGNE**



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

|              |   |
|--------------|---|
| 22           |  |
| Chêne        |  |
| Cupressacées |   |
| Bouleau      |   |
| Graminées    |   |

|              |   |
|--------------|---|
| 29           |  |
| Chêne        |  |
| Cupressacées |   |
| Bouleau      |   |
| Graminées    |   |



|              |   |
|--------------|---|
| 35           |  |
| Chêne        |  |
| Cupressacées |   |
| Bouleau      |   |
| Graminées    |   |

|              |   |
|--------------|---|
| 56           |  |
| Chêne        |  |
| Cupressacées |   |
| Bouleau      |   |
| Graminées    |   |

Légende

-  Elevé
-  Moyen
-  Faible
-  Nul

Commentaire :

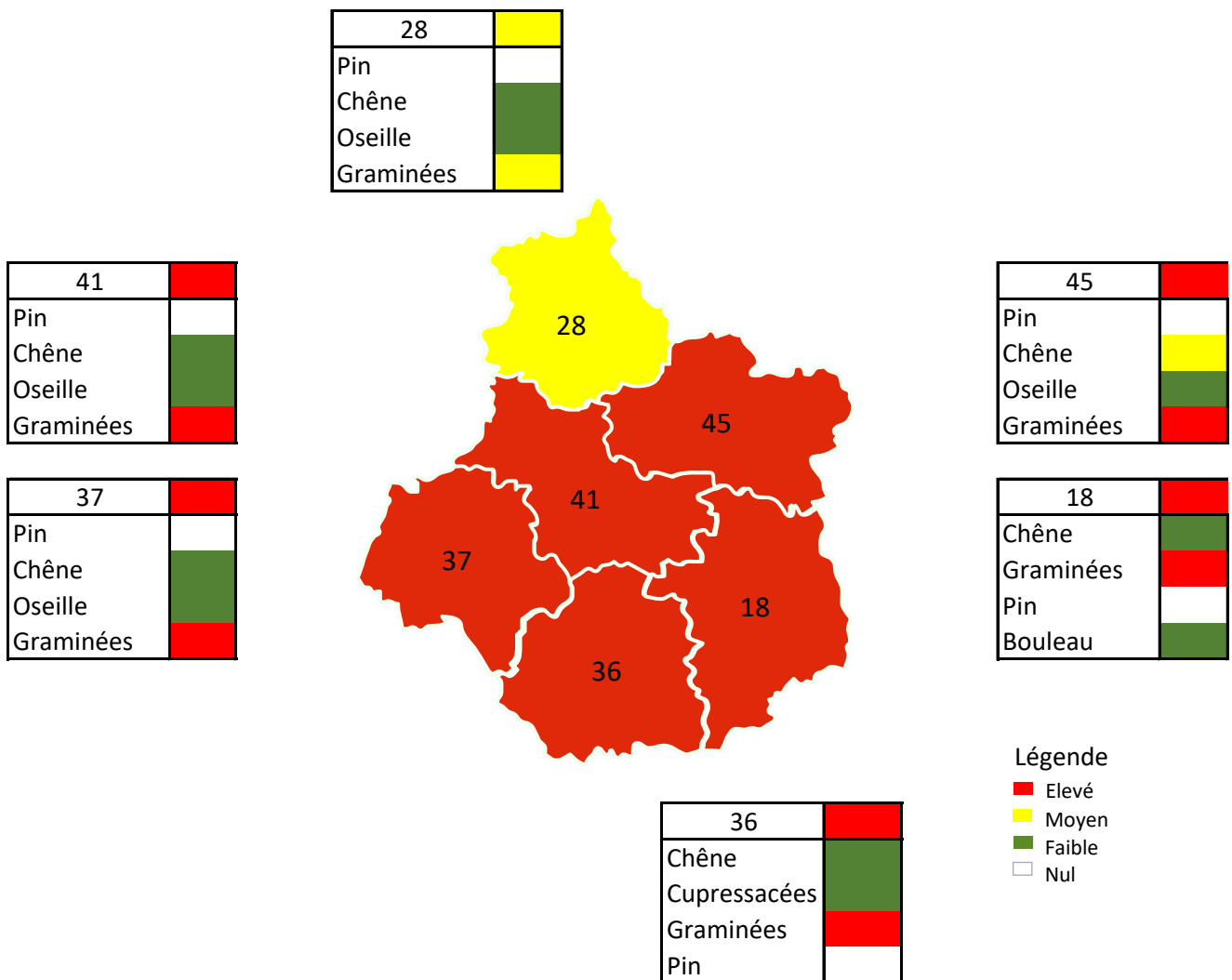
Les pollens de graminées montent en puissance avec un risque d'allergie de niveau moyen à élevé. Si la pluie apporte du répit aux allergiques en venant plaquer les pollens au sol, elle favorise aussi le développement et la croissance des graminées. Les allergiques doivent se préparer à des semaines à venir compliquées dès que le soleil fera son grand retour. Le risque d'allergie sera plus faible pour les pollens de chêne, cupressacées, bouleau, plantain et oseille.

Aides régionales complémentaires :

Association CAPT'AIR

**REGION CENTRE VAL DE LOIRE**

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



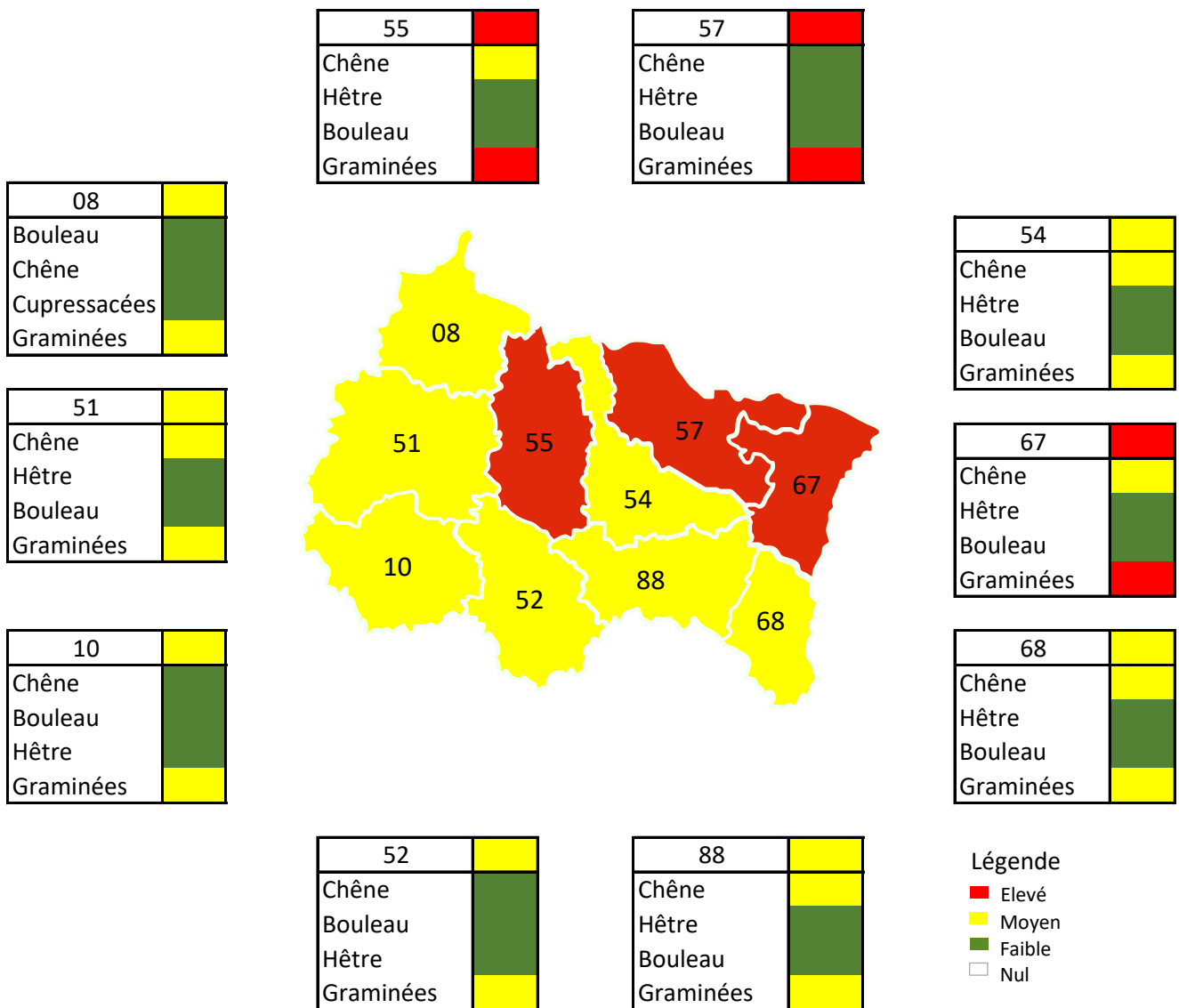
**Commentaire :**

Dans le ciel des allergiques on retrouvera surtout des pollens de graminées avec un risque d'allergie élevé. Ils seront accompagnés par les pollens de chêne avec un risque d'allergie faible à moyen et par ceux de cupressacées, plantain, oseille, urticacées avec un risque d'allergie plus faible. Les pollens de pin sont aussi très abondants dans l'air et pourront jaunir les surfaces extérieures mais ils sont peu 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 :**

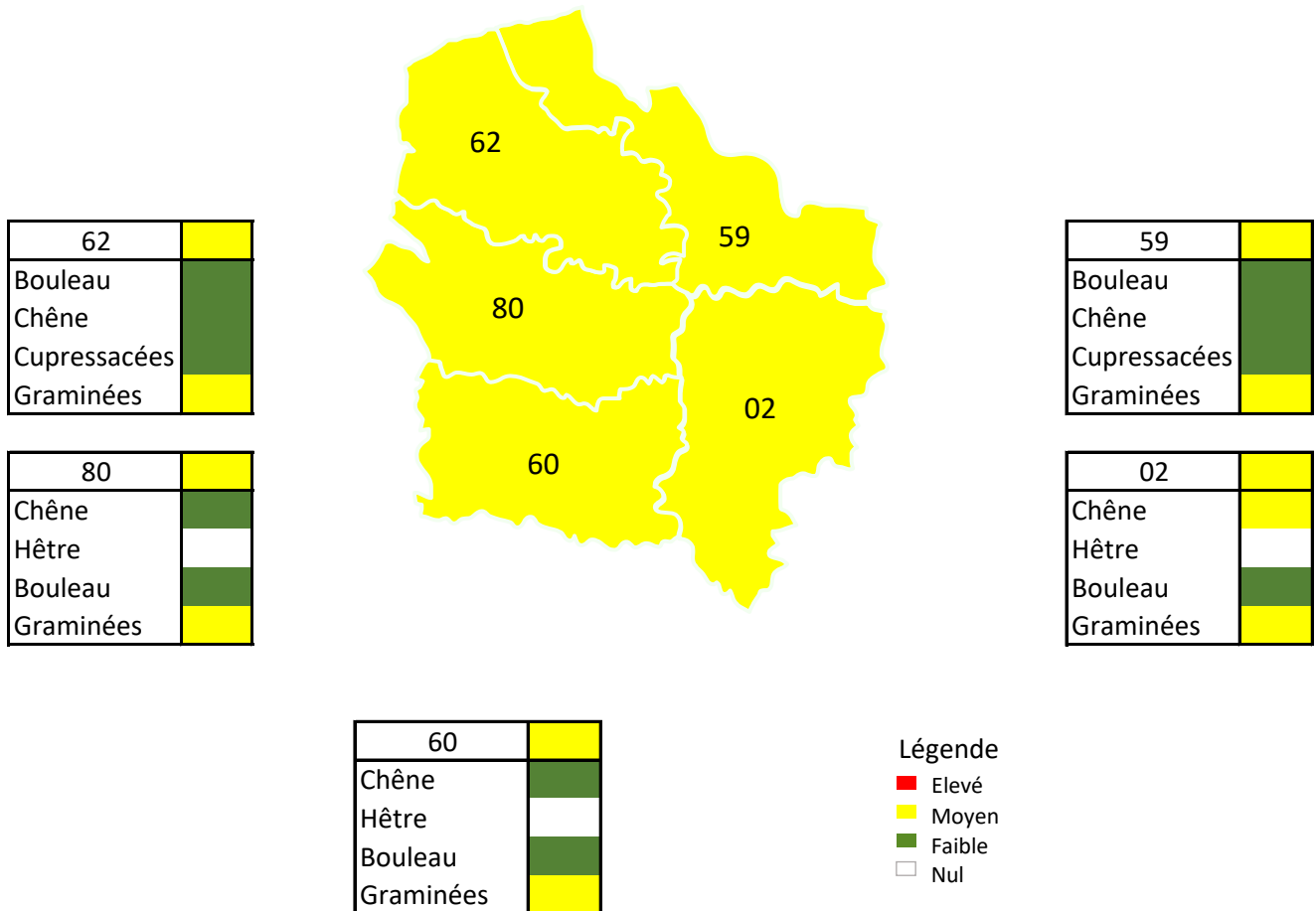
De plus en plus de départements passeront en risque d'allergie élevé pour les pollens de graminées qui seront en progression ces prochaines semaines. Les allergiques doivent bien suivre leurs traitements et espérer le retour de la pluie pour apporter un peu de répit aux allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et plus faible pour ceux de hêtre, plantain, oseille, cupressacées, bouleau...

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 :**

L'ensemble de la région est en risque d'allergie moyen pour les pollens de graminées qui montent en puissance. Si la pluie vient plaquer les pollens au sol, elle vient aussi favoriser le développement et la croissance de ces graminées. Le risque d'allergie sera plus faible pour les autres pollens d'arbres qui arrivent en fin de floraison.

**Aides régionales complémentaires :**

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



**REGION ILE DE FRANCE**

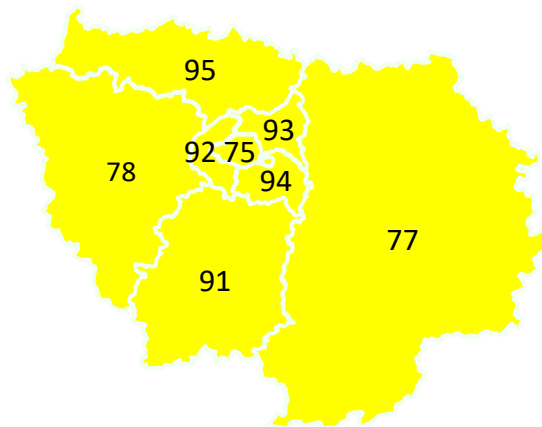
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)

|              |  |
|--------------|--|
| 95           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 93           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 78           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 77           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |



|              |  |
|--------------|--|
| 91           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 75           |  |
| Graminées    |  |
| Mûrier       |  |
| Pin          |  |
| Cupressacées |  |

Légend

- Elevé
- 
- 

|              |  |
|--------------|--|
| 92           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

|              |  |
|--------------|--|
| 94           |  |
| Cupressacées |  |
| Chêne        |  |
| Bouleau      |  |
| Graminées    |  |

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

Commentaire :

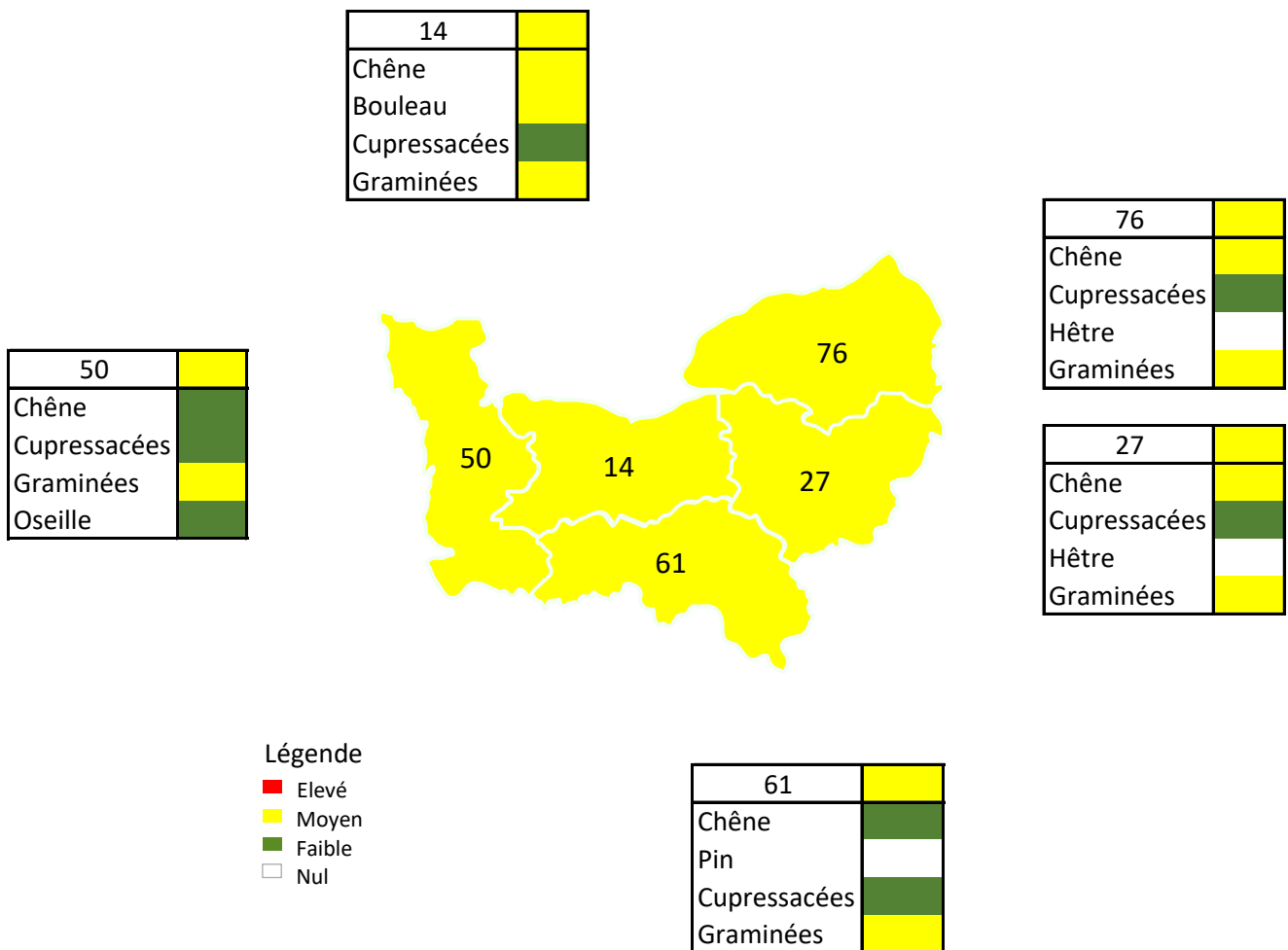
Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de graminées qui sont présents dans l'air et très allergisants. Les averses de pluie viendront toutefois apporter du répit aux allergiques en plaquant les pollens au sol. Le risque d'allergie sera faible pour les derniers pollens de chêne, Cupressacées (cyprès...) et bouleau et pour les premiers pollens de plantain, ortie et oseille. Les allergiques aux pollens de graminées doivent se préparer à des semaines à venir compliquées surtout dès que le soleil fera son retour et que les températures remonteront.

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 sera moyen pour les pollens de graminées et de chêne et plus faible pour les autres pollens. Les averses de pluie seront appréciées par les allergiques car elles viendront plaquer les pollens au sol. Mais attention au retour de températures plus clémentes et d'un temps ensoleillé fin mai qui favorisera la dissémination des pollens de graminées dans l'air.

Aides régionales complémentaires :

Air Normand - APRIAN

**REGION NOUVELLE-AQUITAINE**

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

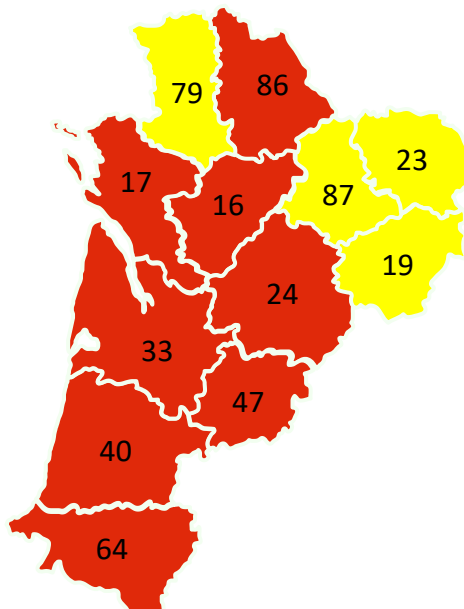
|              |   |
|--------------|---|
| 79           | ■ |
| Chêne        | ■ |
| Graminées    | ■ |
| Cupressacées | ■ |
| Pin          | ■ |

|            |   |
|------------|---|
| 16         | ■ |
| Chêne      | ■ |
| Pin        | ■ |
| Graminées  | ■ |
| Urticacées | ■ |

|              |   |
|--------------|---|
| 86           | ■ |
| Chêne        | ■ |
| Cupressacées | ■ |
| Graminées    | ■ |
| Pin          | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 87        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Plantain  | ■ |
| Pin       | ■ |
| Graminées | ■ |

|              |   |
|--------------|---|
| 17           | ■ |
| Chêne        | ■ |
| Graminées    | ■ |
| Cupressacées | ■ |
| Pin          | ■ |



|           |   |
|-----------|---|
| 23        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Bouleau   | ■ |
| Oseille   | ■ |
| Graminées | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 33        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Graminées | ■ |
| Pin       | ■ |
| Oseille   | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 19        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Plantain  | ■ |
| Pin       | ■ |
| Graminées | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 40        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Graminées | ■ |
| Pin       | ■ |
| Oseille   | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 24        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Graminées | ■ |
| Pin       | ■ |
| Oseille   | ■ |

|           |   |
|-----------|---|
| 64        | ■ |
| Chêne     | ■ |
| Graminées | ■ |
| Pin       | ■ |
| Oseille   | ■ |

|            |   |
|------------|---|
| 47         | ■ |
| Chêne      | ■ |
| Graminées  | ■ |
| Urticacées | ■ |
| Pin        | ■ |

Légende  
 ■ Elevé  
 ■ Moyen  
 ■ Faible  
 □ Nul

Commentaire :

Dans la région, le risque d'allergie est moyen à élevé pour les pollens de graminées qui seront la principale gêne des allergiques pendant plusieurs semaines surtout lors des journées plus douces, ensoleillées et venteuses. On retrouve aussi des pollens de chêne avec un risque d'allergie faible à moyen et des pollens de plantain et oseille avec un risque faible. Les pins sont aussi en floraison mais sont peu allergisants.

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

**REGION OCCITANIE**

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

|            |  |
|------------|--|
| 82         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|           |  |
|-----------|--|
| 46        |  |
| Chêne     |  |
| Hêtre     |  |
| Bouleau   |  |
| Graminées |  |

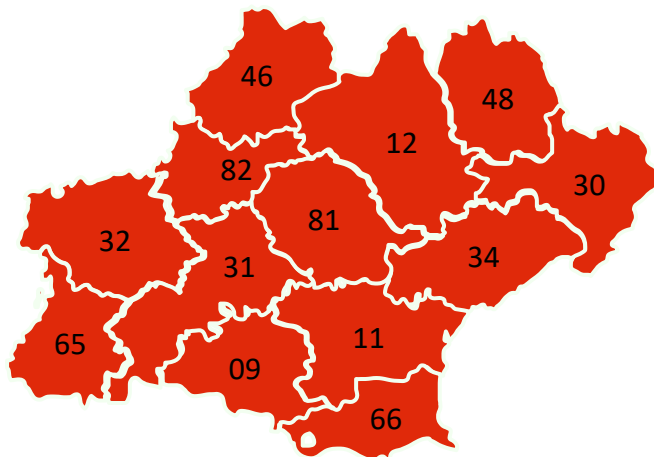
|            |  |
|------------|--|
| 48         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|            |  |
|------------|--|
| 12         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|            |  |
|------------|--|
| 32         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|           |  |
|-----------|--|
| 30        |  |
| Chêne     |  |
| Graminées |  |
| Olivier   |  |
| Pin       |  |

|            |  |
|------------|--|
| 81         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |



|           |  |
|-----------|--|
| 34        |  |
| Chêne     |  |
| Pin       |  |
| Olivier   |  |
| Graminées |  |

|            |  |
|------------|--|
| 65         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|           |  |
|-----------|--|
| 11        |  |
| Chêne     |  |
| Olivier   |  |
| Pin       |  |
| Graminées |  |

Légende

- Elevé
- Moyen
- Faible
- Nul

|            |  |
|------------|--|
| 31         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|            |  |
|------------|--|
| 09         |  |
| Chêne      |  |
| Graminées  |  |
| Urticacées |  |
| Pin        |  |

|           |  |
|-----------|--|
| 66        |  |
| Chêne     |  |
| Olivier   |  |
| Pin       |  |
| Graminées |  |

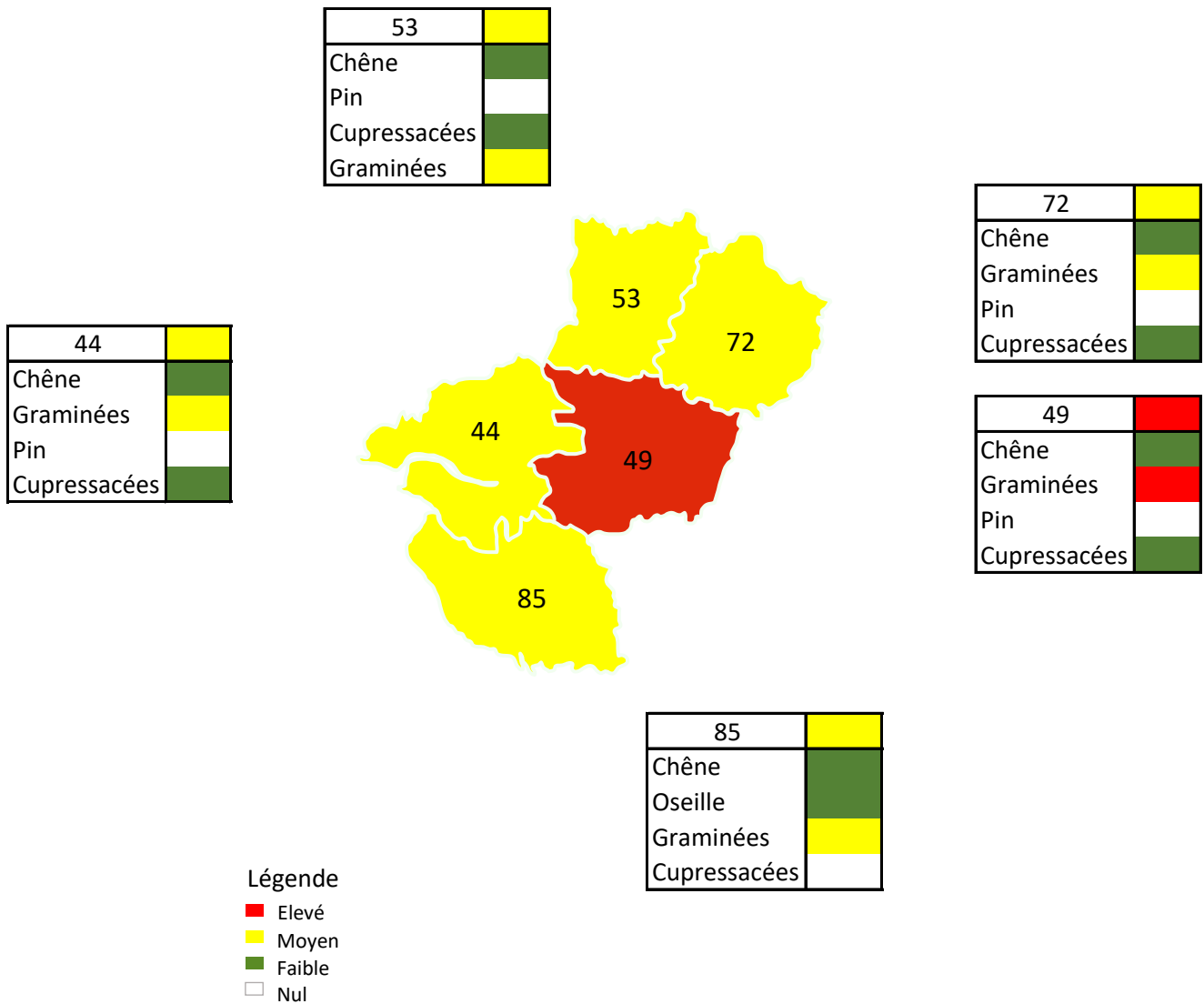
Commentaire :

Toute la région est en alerte rouge pour les pollens de graminées qui seront bien présents dans l'air pour chatouiller le nez des allergiques. Le risque d'allergie sera moyen pour les pollens de chêne et d'olivier et plus faible pour les autres herbacées à savoir les plantains, oseilles et orties (urticacées).

Aides régionales complémentaires :  
ARS Occitanie - CHU de Nîmes

**REGION PAYS DE LOIRE**

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

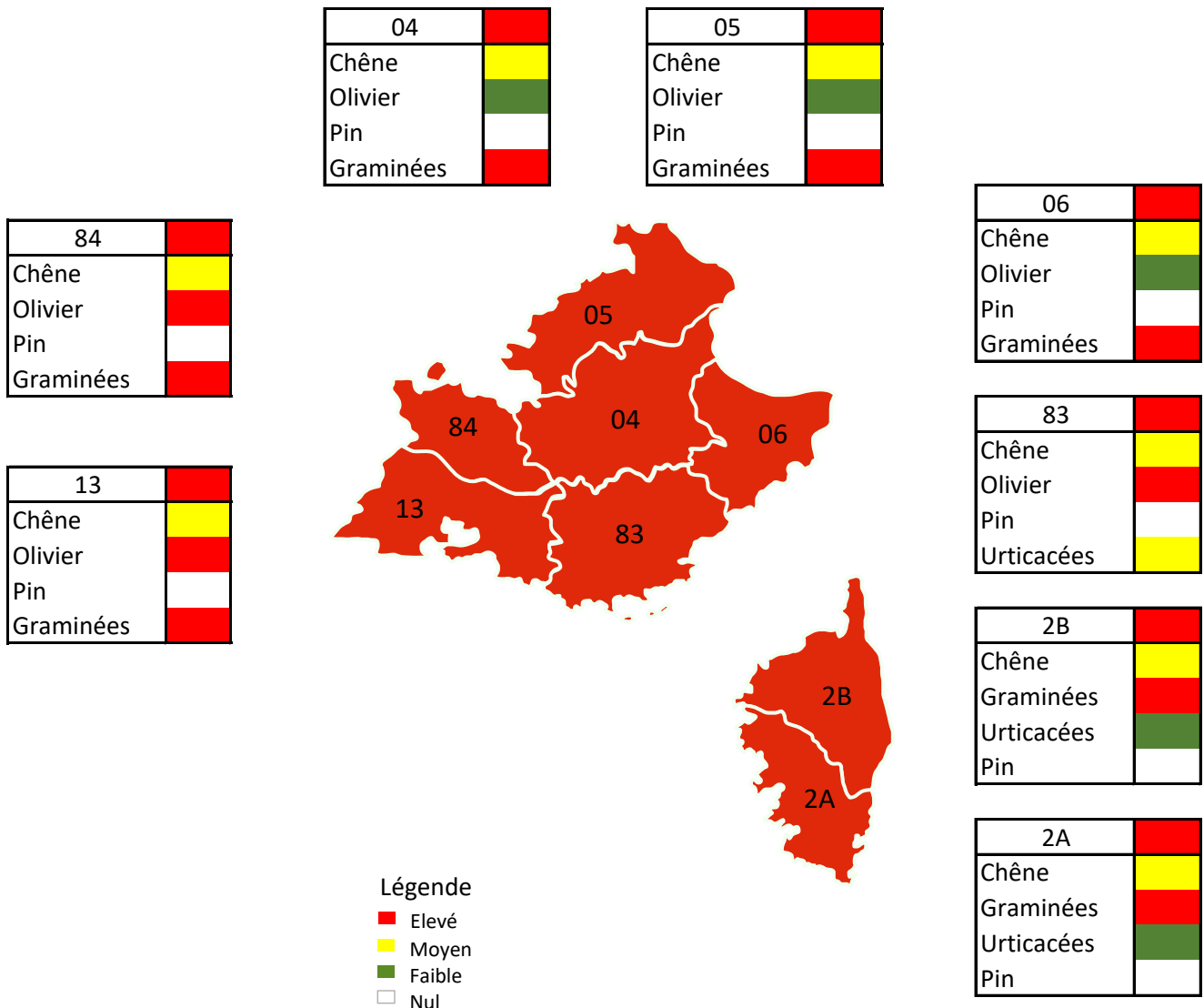


**Commentaire :**  
 Les graminées sont en floraison et pourront gêner les allergiques entre les averses de pluie avec un risque associé de niveau moyen à localement élevé. Les autres pollens présents gêneront moins les allergiques avec un risque qui sera faible voir même nul pour les pollens de pin qui ne sont pas 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 :**

Les allergiques devront fortement se méfier des pollens de graminées qui sévissent dans la région et seront là lors des journées chaudes et ensoleillées. Les oliviers sont aussi en floraison avec un risque d'allergie de niveau moyen à élevé. Le risque d'allergie est moyen pour les pollens de pariétaires (urticacées) qui n'ont pas dit leur dernier mot. Le risque d'allergie est faible à moyen pour les pollens de chêne.

**Aides régionales complémentaires :**

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