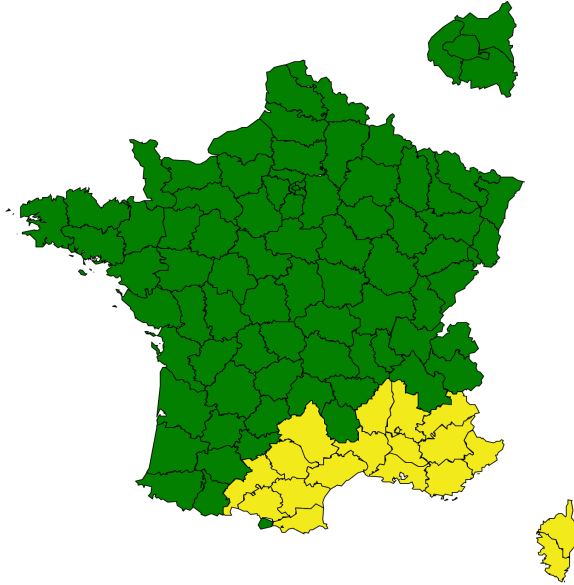


Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



LEGENDE

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Le froid freine la floraison des arbres...mais jusqu'à quand ?

Cette semaine, le froid a joué les super-héros pour les allergiques, avec des températures sous les normales de saison qui ont offert une petite trêve bienvenue. Mais ne rangez pas vos mouchoirs trop vite ! Les aulnes et les noisetiers sont en embuscade : leurs chatons (fleurs mâles) n'attendent qu'un petit redoux pour libérer leurs pollens allergisants. Attention, le noisetier est si impatient qu'il lui suffit de 5 petits degrés pour se mettre à fleurir ! La semaine prochaine, un temps plus doux et anticyclonique fera son grand retour, relançant la floraison des arbres après une petite pause hivernale.

Autour de la Méditerranée : Préparez-vous à l'attaque combinée des pollens de frênes et de Cupressacées (cyprès, genévriers, thuyas...), avec un risque d'allergie de niveau moyen. La douceur, c'est sympa, mais les allergiques ne diront pas merci. Au Nord du pays : Le froid persistera un peu plus, mais pas de quoi calmer totalement les noisetiers et les aulnes (famille des bétulacées). Lors des journées ensoleillées, ils profiteront de l'occasion pour lancer leurs pollens, avec un risque d'allergie faible pour l'instant. Dans le Sud-Ouest : Le risque d'allergie sera faible pour les noisetiers et Cupressacées, mais surveillez la fin de semaine prochaine car un redoux pourrait faire remonter ce risque en flèche. Les mimosas : Ces petits soleils commencent à fleurir dans le Sud, avec des allergies de proximité possibles pour les narines sensibles. Même en intérieur, la fête continue pour les acariens et les moisissures, qui dansent la java dans vos maisons chauffées. Pas question de les laisser faire ! Ménage, aération (avant le lever et après le coucher du soleil) sont vos meilleurs alliés pour limiter leurs dégâts.

Vous voulez passer une semaine sans vous transformer en fontaine à éternuements ? Pour cela, suivez ces conseils pratiques pour mieux vous protéger des pollens et limiter votre exposition : consultez régulièrement la carte de vigilance des pollens sur notre site internet, rincez vos cheveux le soir, aérez les logements avant le lever et après le coucher du soleil si possible, 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, portez un masque en extérieur, 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

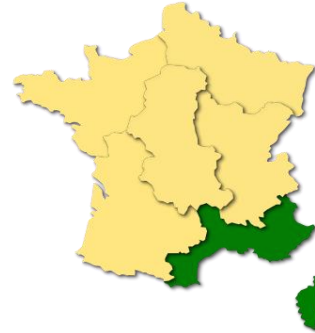
Noisetier



Cupressacées



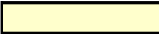


Frêne



Aulne



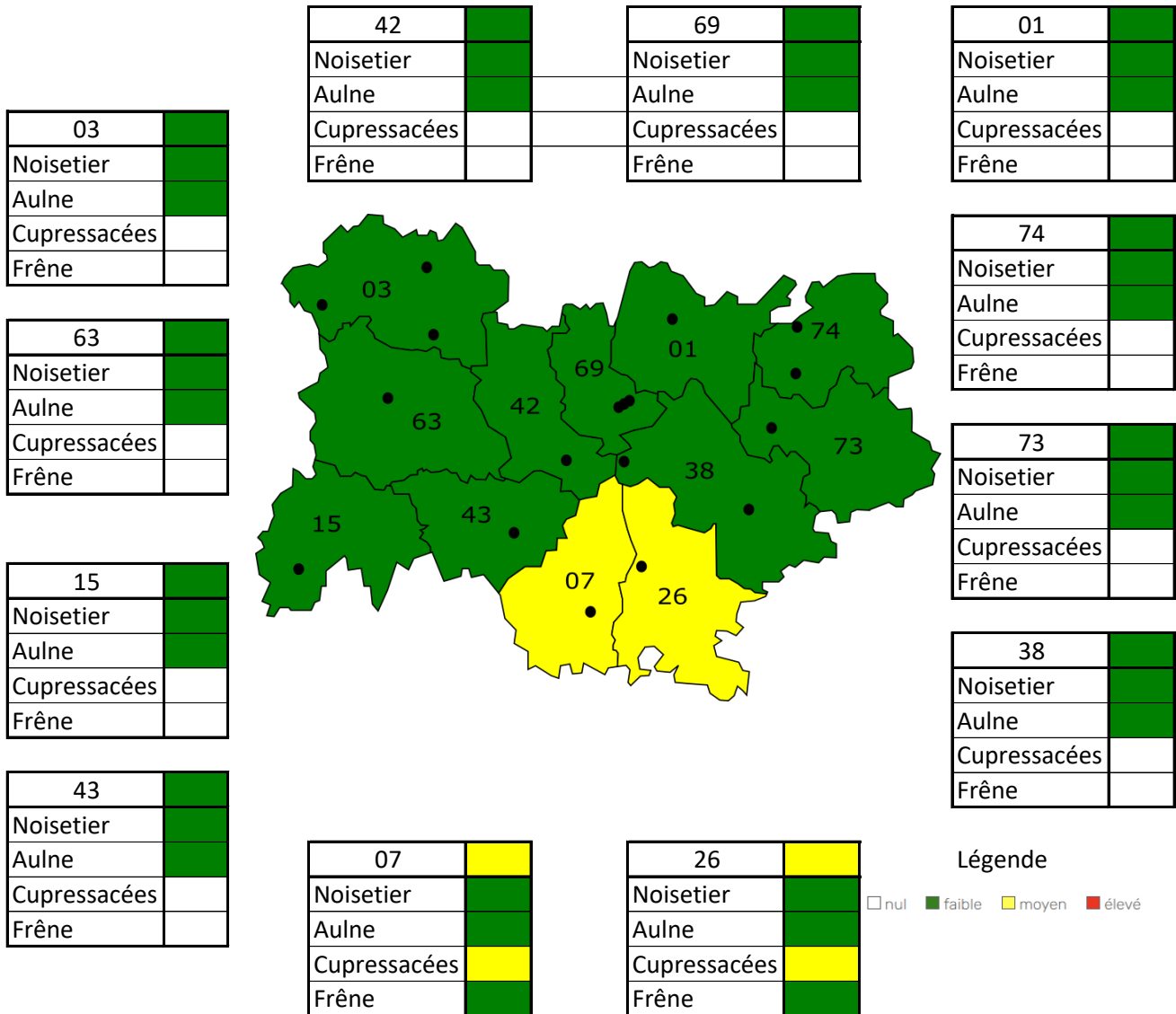
LEGENDE

-  Pas encore en floraison
-  En floraison
-  Floraison terminée

Commentaires :

REGION AUVERGNE RHÔNE ALPES

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



Commentaire :
 Le risque d'allergie sera moyen dans la Drôme et l'Ardèche pour les pollens de Cupressacées (cyprès...) qui montent en puissance et seront bien présents dans l'air lors des journées plus douces et ensoleillées. Dans le reste de la région, on retrouvera surtout des pollens de noisetier et d'aulne (famille des bétulacées) avec un risque d'allergie associé 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

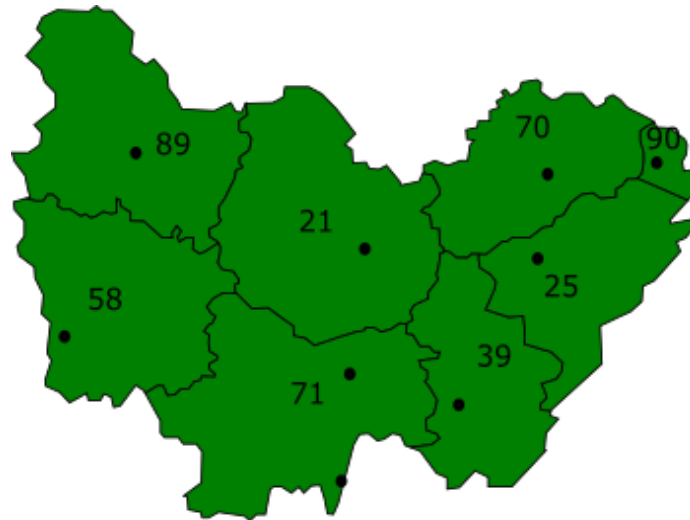
REGION BOURGOGNE FRANCHE COMTE

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

21	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

70	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

89	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□



90	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

58	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

25	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

71	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

39	■
Noisetier	■
Aulne	■
Cupressacées	□
Frêne	□

□ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Légende

Commentaire :

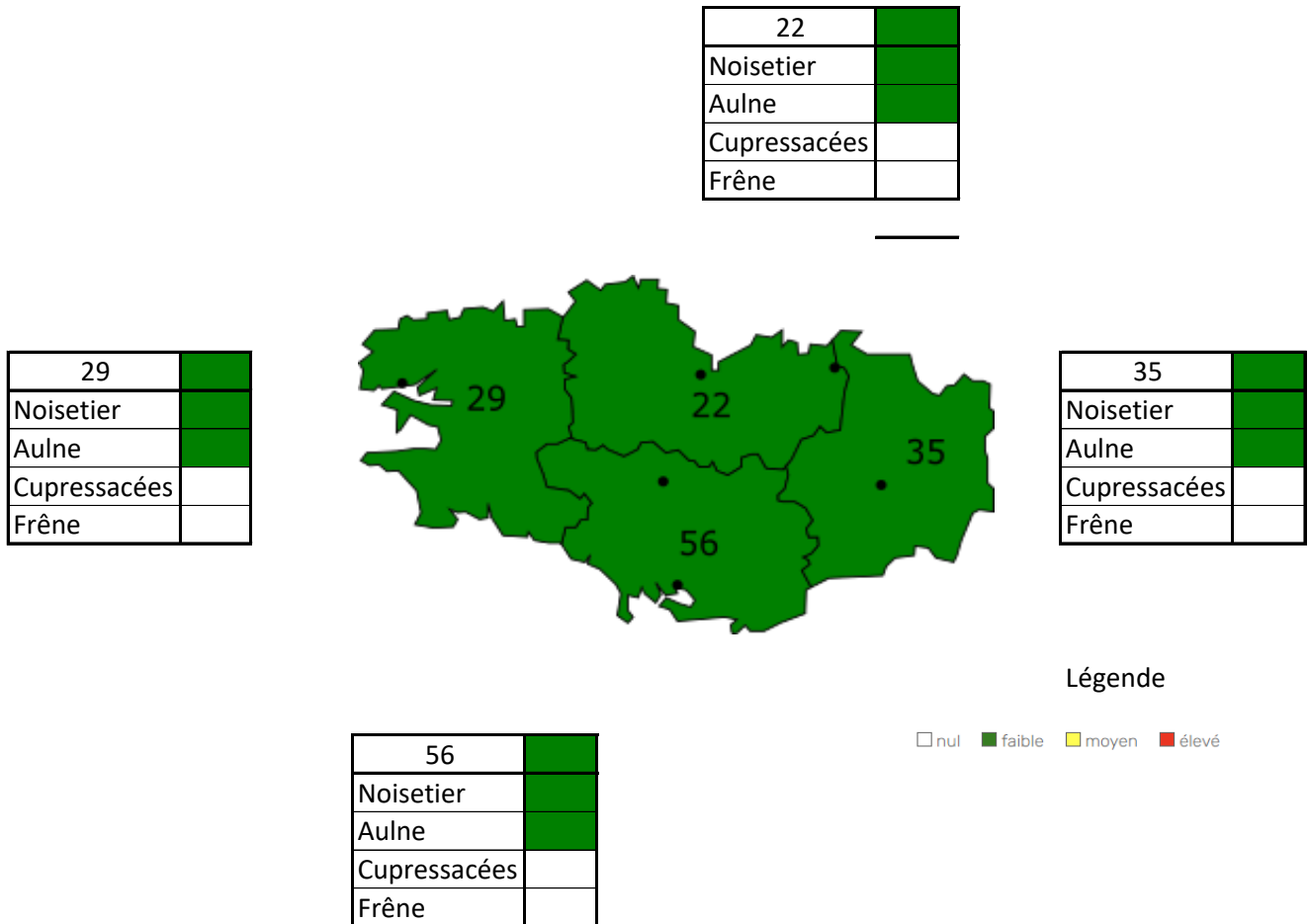
Encore peu de pollens dans l'air grace au temps froid et hivernal actuel. Le risque d'allergie ne dépassera pas le niveau faible pour les pollens d'aulne et de noisetier présents dans l'air. Attention toutefois aux journées ensoleillées et venteuses qui favoriseront l'émission des pollens dans l'air. le noisetier en particulier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir!

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



Commentaire :

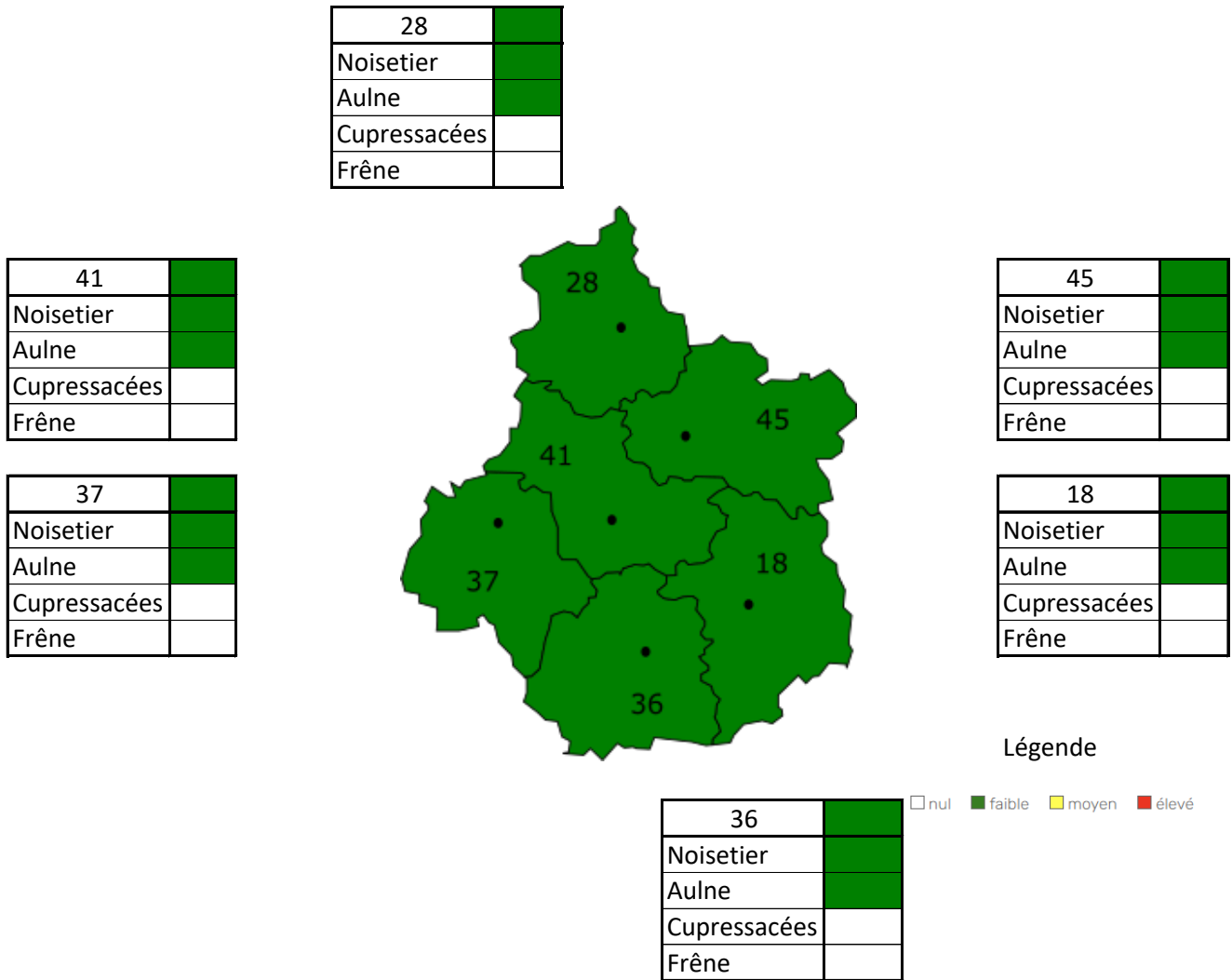
En ce début d'année, dans le ciel des allergiques, on retrouvera quelques pollens d'aulne et de noisetier avec un risque d'allergie de niveau faible. Les concentrations seront encore faibles en ce mois de janvier grâce au temps froid qui freine la floraison des arbres.

Aides régionales complémentaires :

Association CAPT'AIR

REGION CENTRE VAL DE LOIRE

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



Commentaire :

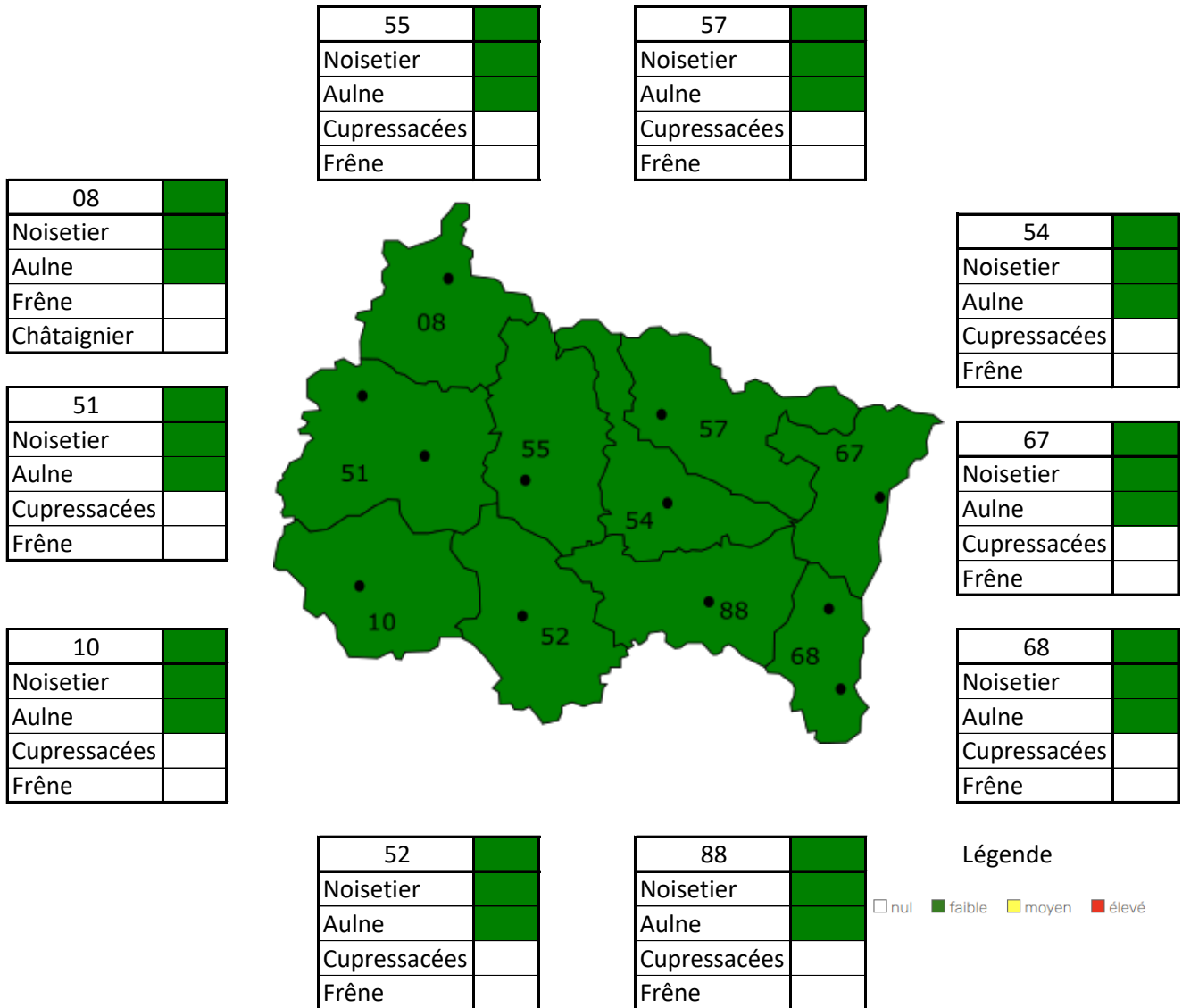
Dans la région, on retrouvera essentiellement des pollens de noisetier et d'aulne (famille des bétulacées) avec un risque d'allergie associé de niveau faible. Le froid actuel vient freiner la floraison des arbres mais les allergiques devront redoubler de prudence dès que le temps se radouciera un peu.

Aides régionales complémentaires :

Lig'Air - ARS Centre Val de Loire

REGION GRAND EST

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

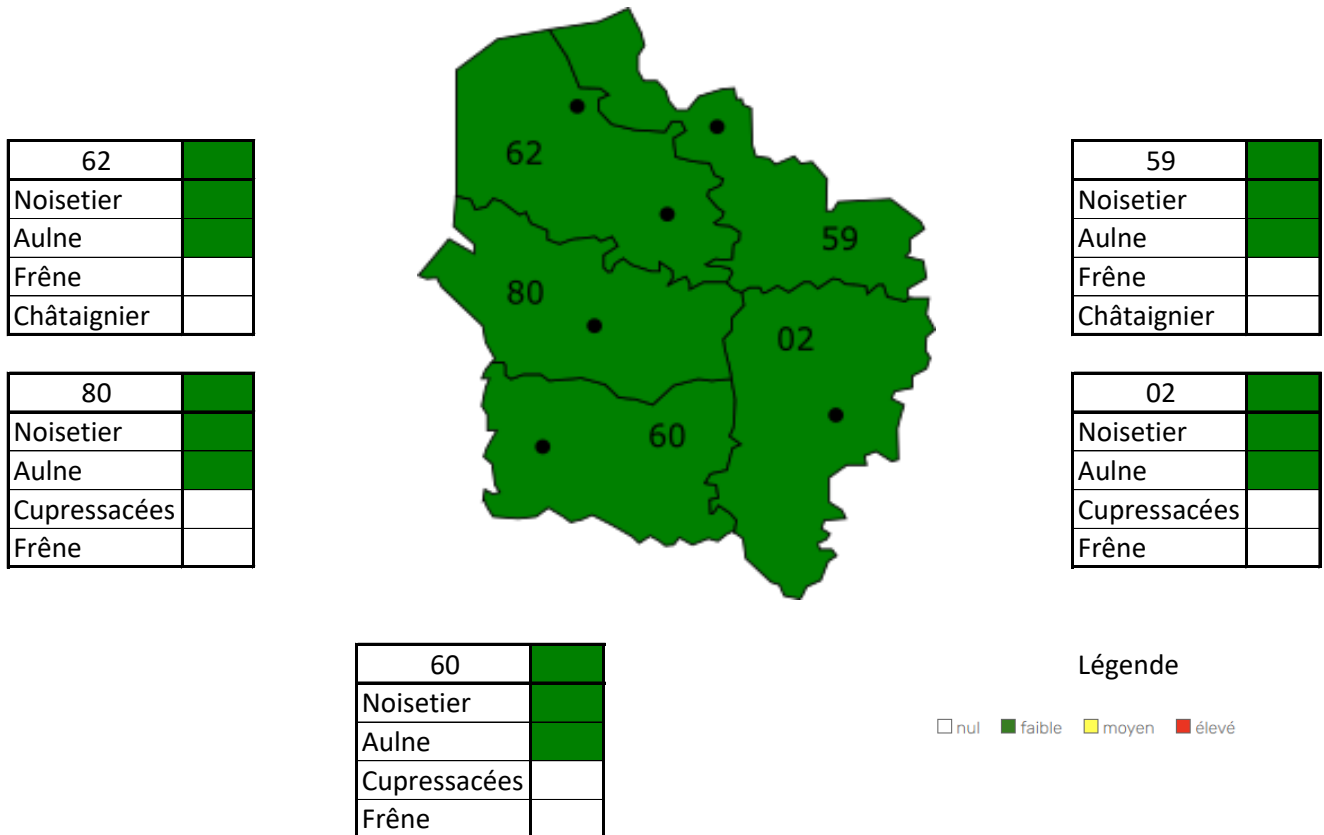


Commentaire :
 Les chatons (fleurs males) des noisetiers et des aulnes sont prêts à libérer leurs pollens allergisants dans l'air. Le risque d'allergie ne devrait toutefois pas dépasser le niveau faible grâce au froid qui freine un peu cette floraison. Attention aux journées plus douces, ensoleillées et venteuses qui viendront en fin de semaine prochaine favoriser l'émission et la dispersion des pollens dans l'air.

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)



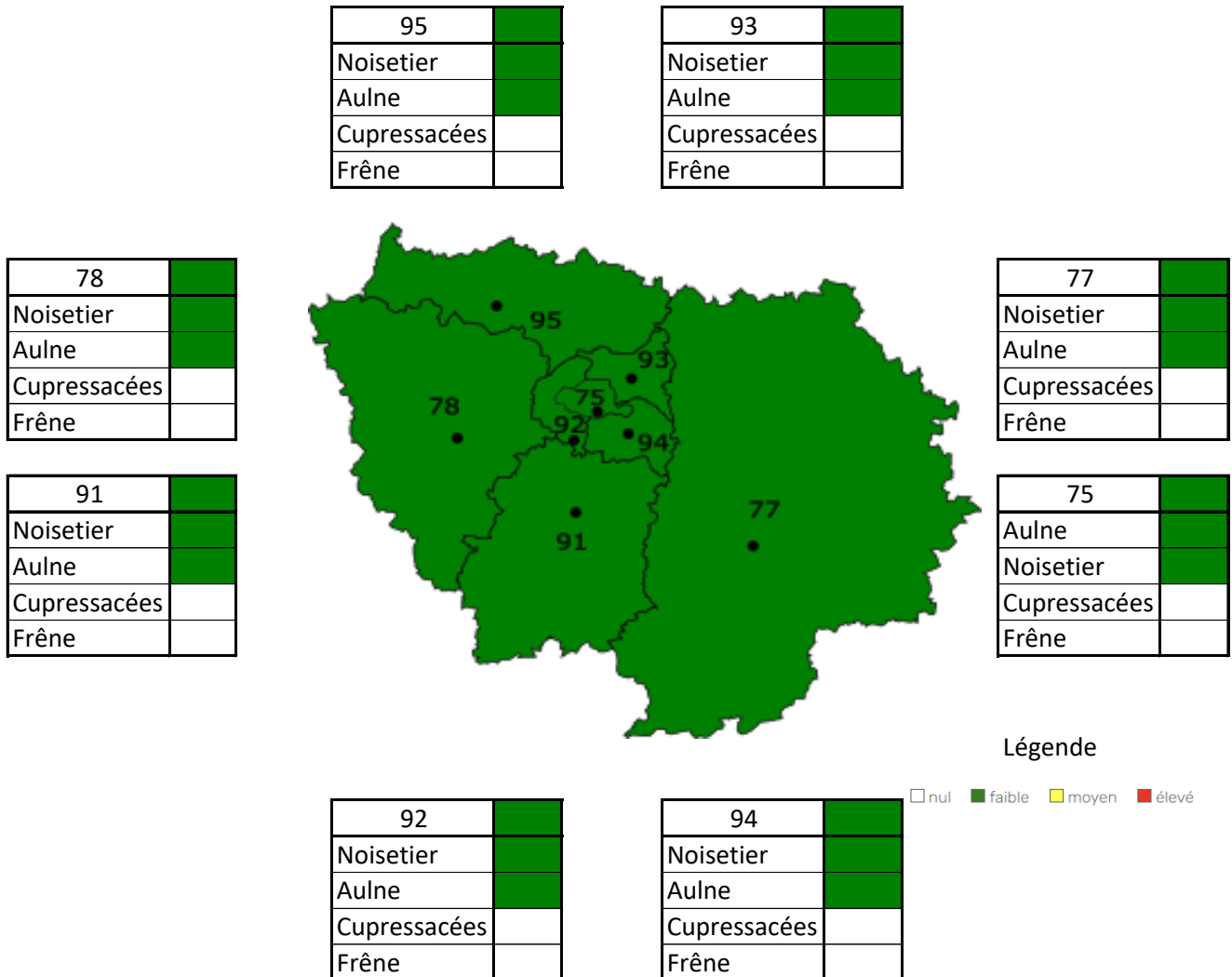
Commentaire :
 Les bétulacées (aulnes et noisetiers) sont en floraison mais les concentrations polliniques sont faibles grâce au froid qui freine un peu la floraison des arbres. Le risque d'allergie sera faible en cette fin janvier mais il pourra vite repartir à la hausse si le temps devient plus doux.

Aides régionales complémentaires :

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

REGION ILE DE FRANCE

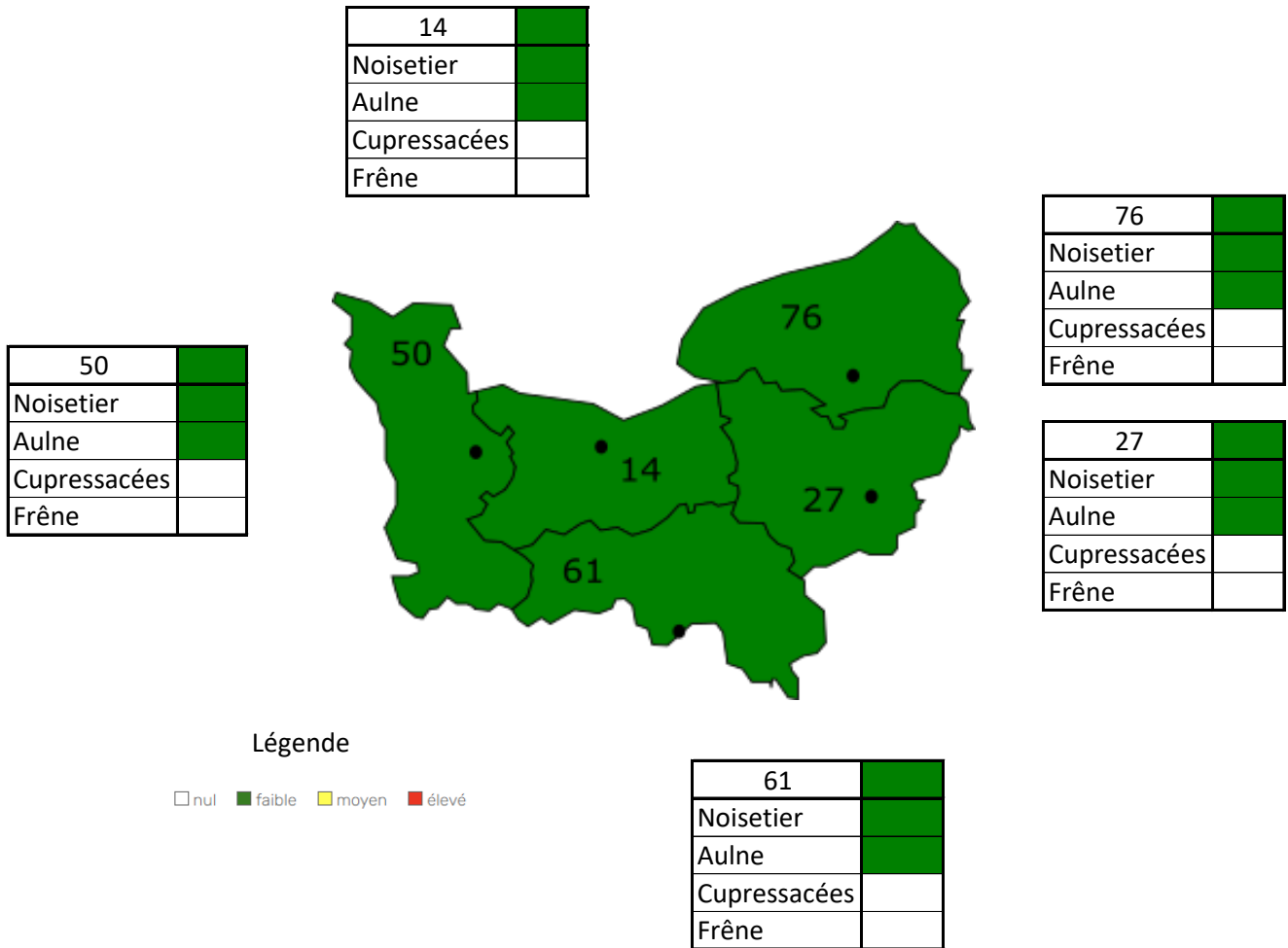
Prévision du risque d'allergie d'exposition aux pollens (RAEP)



Commentaire :
 Attention aux pollens d'aulne et de noisetier (famille des bétulacées) qui sont présents dans l'air. Fort heureusement pour les allergiques, le temps froid limite la floraison et le risque d'allergie sera de niveau faible ces prochains jours. Mais attention car dès que les températures repartiront à la hausse, les allergiques seront gênés par ces pollens de bétulacées.

REGION NORMANDIE

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



Commentaire :
 Le risque d'allergie ne dépassera pas le niveau faible pour les pollens d'aulne et de noisetier (famille des bétulacées). Le froid apporte un peu de répit aux allergiques mais attention toutefois car le noisetier n'a besoin que de 5 degrés pour fleurir et pourra donc, certains jours, libérer ses pollens allergisants dans l'air.

Aides régionales complémentaires :
 Air Normand - APRIAN

REGION NOUVELLE-AQUITAINE

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

79	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

16	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

86	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

87	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

17	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Noisetier	■
Indéterminé	□

23	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

33	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

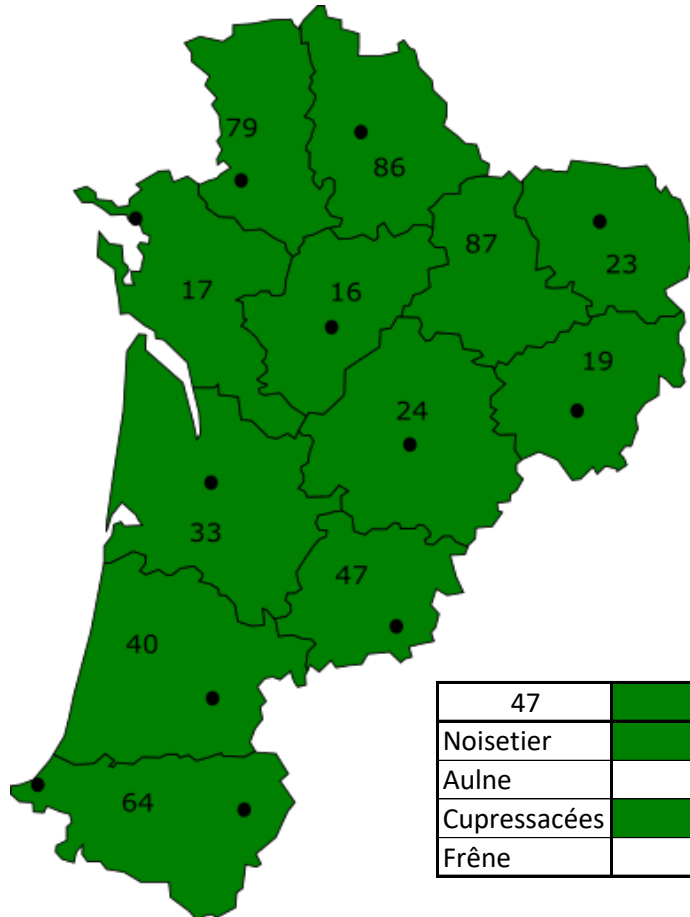
19	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

40	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

24	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

64	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□

47	■
Noisetier	■
Aulne	□
Cupressacées	■
Frêne	□



Légende
 □ nul ■ faible □ moyen ■ élevé

Commentaire :

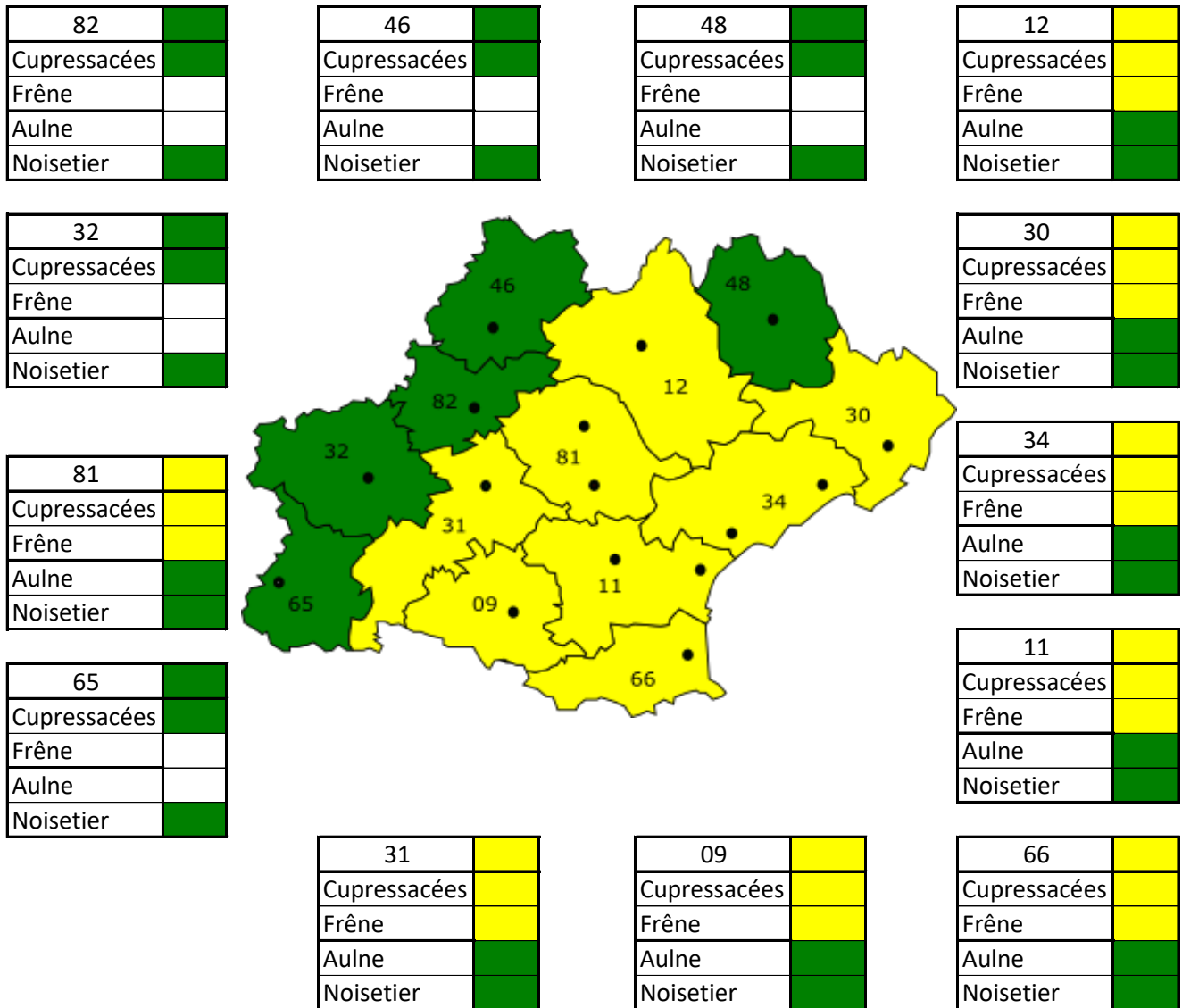
Les pollens de Cupressacées et de noisetier sont bien là en ce début d'année mais le risque d'allergie est faible pour l'instant. Il pourra vite monter au niveau moyen en fin de semaine prochaine avec des températures annoncées proches des 20 degrés dans certains départements de la région. Les allergiques doivent redoubler de prudence et limiter leur exposition.

Aides régionales complémentaires :

ARS Nouvelle-Aquitaine - Atmo Nouvelle-Aquitaine

REGION OCCITANIE

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



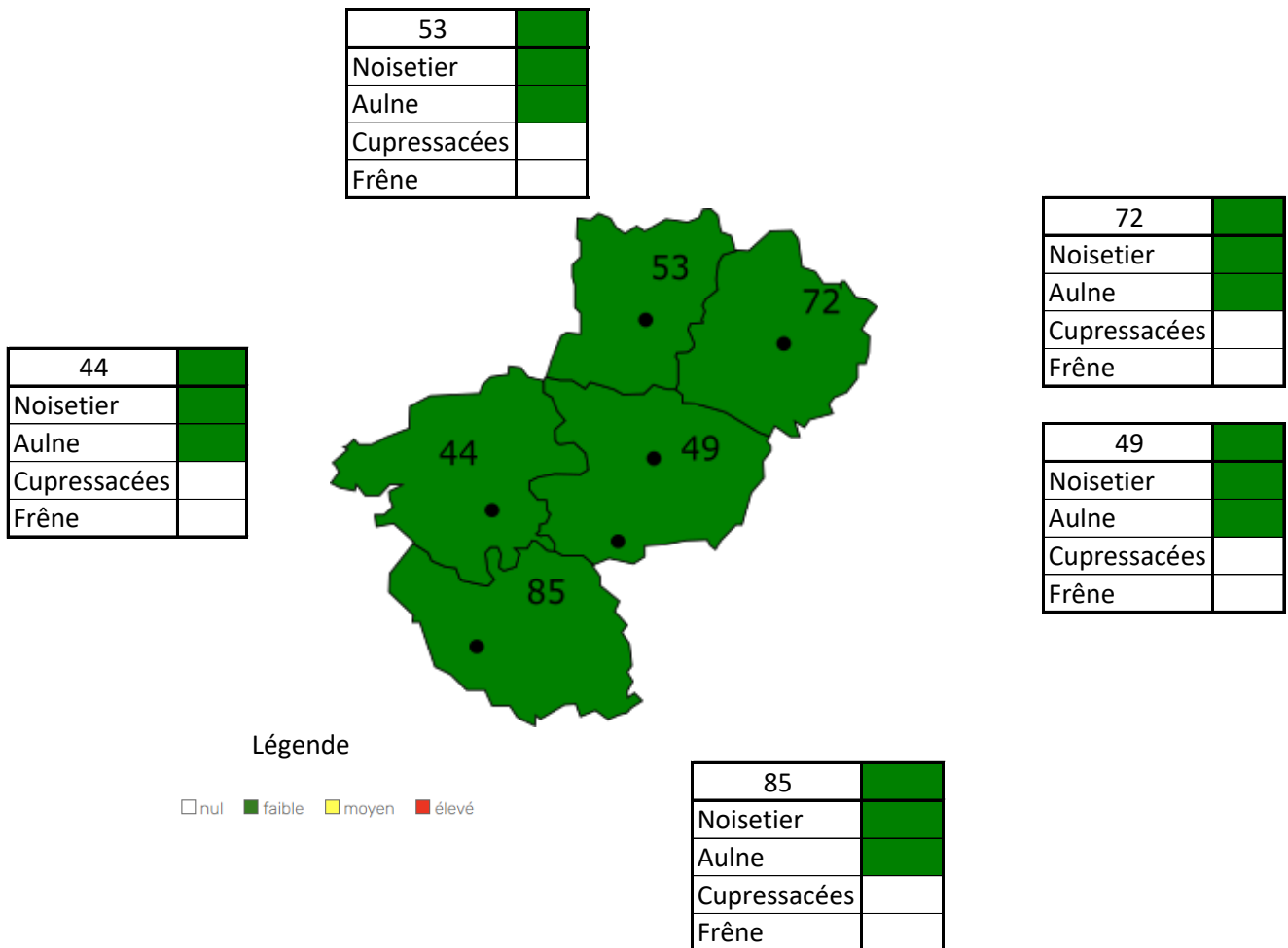
Légende □ nul ■ faible ■ moyen ■ élevé

Commentaire :
En ce début d'année 2025, les départements de l'est de la région sont déjà en risque d'allergie moyen pour les pollens de Cupressacées (cyprès...) et de frêne. Dans d'autres départements c'est la combinaison des pollens de noisetier, aulne, cupressacées et frêne qui donnera un risque d'allergie global moyen. Le risque d'allergie sera plus faible dans l'ouest de la région pour les pollens de noisetier et de Cupressacées.

Aides régionales complémentaires :
ARS Occitanie - CHU de Nîmes

REGION PAYS DE LOIRE

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

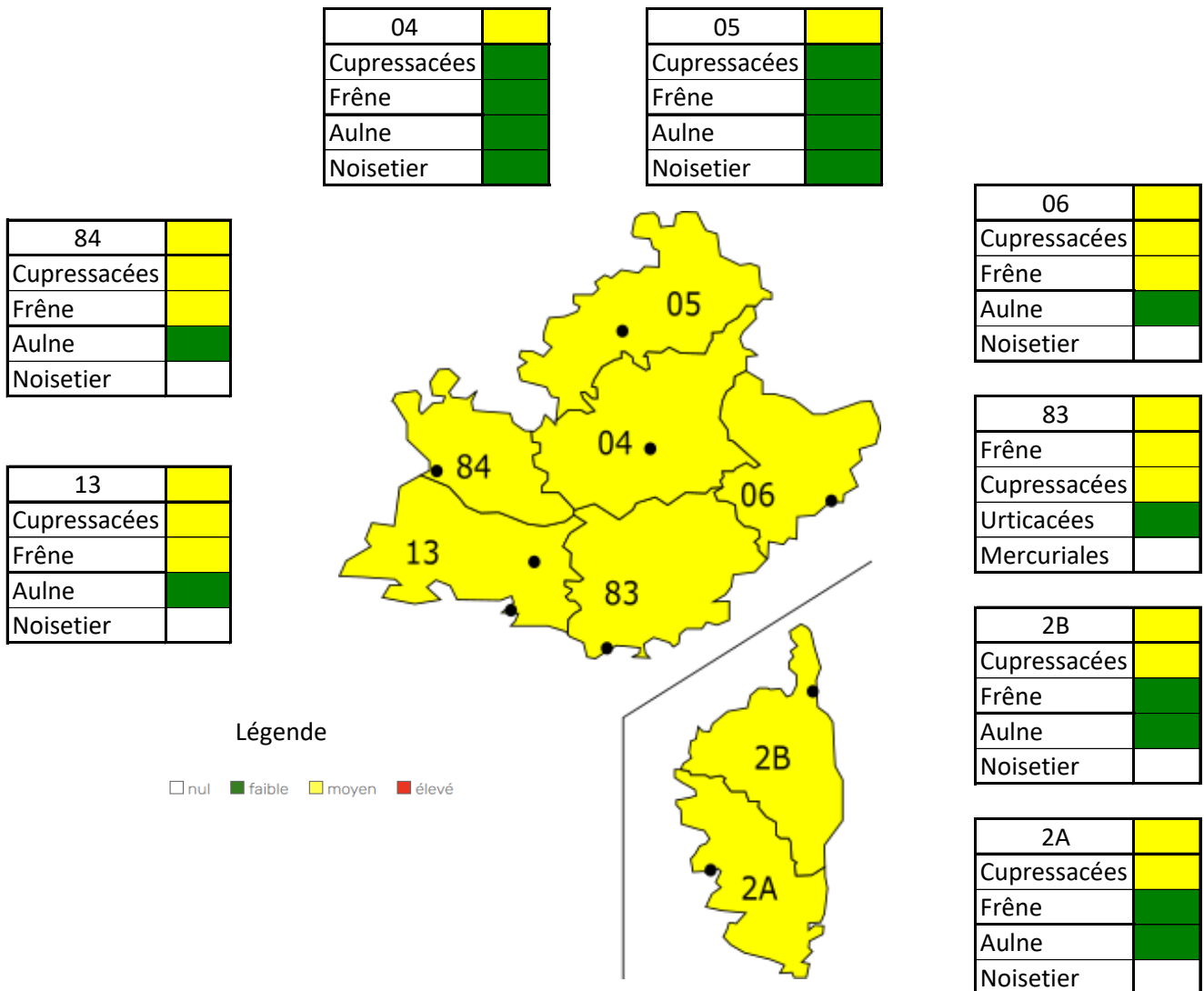


Commentaire :
Les aulnes et les noisetiers commencent à fleurir et à libérer leurs pollens allergisants. Le temps assez froid de ces derniers jours a freiné un peu la floraison des arbres mais les allergiques doivent rester prudents notamment lorsque les températures remonteront un peu et favoriseront l'émission des pollens dans l'air.

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 :
L'ensemble de la région passe en jaune avec un risque d'allergie de niveau moyen essentiellement pour les pollens de frêne et de Cupressacées (cyprès...) qui montent en puissance et gêneront les allergiques lors des belles journées plus douces, ensoleillées et venteuses. Le plus dur est à venir et les allergiques doivent bien suivre leurs traitements et limiter leur exposition à ces pollens. Le risque d'allergie sera faible pour les pollens d'aulne, de noisetier et d'urticacées.

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