

# Les 3 saisons polliniques

## **JANVIER A MAI** ➔ Saison des arbres

Elle débute fin janvier ou mi-février dans le sud par les pollens de cyprès, genévrier, thuya, et se continue en avril par la saison des arbres à chatons : saule, peuplier, hêtre, châtaignier, chêne, noisetier, charme, bouleau, aulne, platane. Le frêne et l'olivier sont présents sur 2 saisons, saison des arbres et saison des graminées (printemps). Les pollens d'arbres qui déclenchent le plus d'allergie sont le **cyprès**, le **bouleau**, et le **platane**.



Cyprès

## **MAI A JUILLET**

### ➔ Saison des graminées

(*chiendent, dactyle, céréales...*)

C'est la plus connue des saisons polliniques, dont le temps fort se situe entre mai et juillet (parfois plus, suivant les régions et l'altitude). Les graminées regroupent **plusieurs milliers d'espèces** et sont présentes dans le monde entier.



Blé

## **JUILLET A OCTOBRE**

### ➔ Saison des herbacées

(*ambrosie, armoise, chénopode, plantain, urticacées...*)

Bien qu'elle débute souvent pendant la saison des graminées au printemps, elle s'en distingue car elle se poursuit tout l'automne.



Armoise





### Calendrier pollinique : Région Nord

	Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.
<b>Aulne</b>	Orange	Orange	Orange	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Cyprès</b>	Vert	Orange	Orange	Orange	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Frêne</b>	Vert	Blanc	Rouge	Rouge	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Noisetier</b>	Vert	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Bouleau</b>	Vert	Vert	Orange	Rouge	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Chêne</b>	Vert	Vert	Vert	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert
<b>Platane</b>	Vert	Vert	Vert	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Graminées</b>	Vert	Vert	Vert	Blanc	Rouge	Rouge	Rouge	Orange	Orange
<b>Urticacées</b>	Vert	Vert	Vert	Blanc	Orange	Orange	Orange	Orange	Orange



### Calendrier pollinique : Région Centre

	Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.
<b>Aulne</b>	Vert	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Cyprès</b>	Vert	Orange	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Frêne</b>	Vert	Blanc	Orange	Orange	Orange	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Noisetier</b>	Vert	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Bouleau</b>	Vert	Orange	Rouge	Rouge	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Chêne</b>	Vert	Vert	Orange	Orange	Rouge	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Platane</b>	Vert	Vert	Vert	Orange	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Ambroisie</b>	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Blanc	Orange	Rouge
<b>Châtaignier</b>	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Orange	Orange	Vert	Vert
<b>Graminées</b>	Blanc	Blanc	Blanc	Orange	Rouge	Rouge	Rouge	Orange	Vert
<b>Urticacées</b>	Vert	Vert	Vert	Vert	Blanc	Orange	Orange	Orange	Blanc



### Calendrier pollinique : Région Est

	Janv.	Fév.	Mars	Avril	Mai	Juin	Juil.	Août	Sept.
<b>Aulne</b>	Orange	Rouge	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Cyprès</b>	Vert	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Frêne</b>	Vert	Blanc	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Noisetier</b>	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Bouleau</b>	Vert	Vert	Orange	Rouge	Blanc	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Chêne</b>	Vert	Vert	Vert	Orange	Orange	Blanc	Vert	Vert	Vert
<b>Platane</b>	Vert	Vert	Blanc	Orange	Orange	Vert	Vert	Vert	Vert
<b>Châtaignier</b>	Vert	Vert	Vert	Vert	Vert	Orange	Blanc	Vert	Vert
<b>Graminées</b>	Blanc	Blanc	Blanc	Blanc	Rouge	Rouge	Rouge	Orange	Blanc
<b>Urticacées</b>	Vert	Vert	Vert	Blanc	Orange	Orange	Orange	Orange	Blanc

