



Émissions de pollens des graminées - bons gestes à adopter

Nous nous trouvons actuellement dans une **forte période pollinique due aux graminées**.

Les conditions météorologiques chaudes et ensoleillées sont très favorables à l'émission et à la dispersion de ces pollens (attention particulière également en cas de vent).



L'info spéciale

Voici nos recommandations pour éviter des symptômes trop gênants en cette forte période pollinique :

- **Attention à bien suivre vos traitements contre l'allergie et l'asthme** (antihistaminiques et antiasthmatiques)
- **Adapter les bons gestes, surtout pour les personnes les plus sensibles** : rester chez soi surtout aux heures très chaudes, rouler vitres fermées, se rincer les cheveux le soir, ne pas se surexposer (activités physiques notamment la course à pied, entretien du jardin notamment la tondeuse)

Retrouvez l'infographie de nos recommandations [ici](#)

Le pollinarium monte la garde !

Le Pollinarium est un espace, situé Chemin des Trois Poiriers à Albertville, dans lequel sont plantées les principales espèces allergisantes des environs (graminées, herbacées, arbustes et arbres).

Elles sont observées quotidiennement par les jardiniers qui détectent le début et la fin d'émission de pollens de chacune d'entre elles.

Cette information est validée par le médecin allergologue, les botanistes et Atmo Auvergne-Rhône-Alpes qui la transmet par mail aux personnes inscrites. Les personnes allergiques peuvent ainsi commencer leur traitement avant l'apparition des premiers symptômes, et l'arrêter dès la fin d'émission de pollens.

Pour plus d'informations

apsf@pollinarium.com - [Site Internet](#)

