



# UNE PREVISION QUOTIDIENNE POUR LIMITER LE RISQUE ALLERGIQUE DES POLLENS EN OCCITANIE

## DOSSIER DE PRESSE

19 mars 2025

### CONTACTS PRESSE

Holy DESPRAS – responsable communication

[holy.despras@atmo-occitanie.org](mailto:holy.despras@atmo-occitanie.org) - 06 74 88 75 76

Julie BAQUE – chargée de communication

[julie.baque@atmo-occitanie.org](mailto:julie.baque@atmo-occitanie.org) – 06 72 19 02 76

Au printemps 2025, Atmo Occitanie, l'observatoire de la surveillance de la qualité de l'air en Occitanie, en partenariat avec l'ARS Occitanie, **complète son dispositif de surveillance de la qualité de l'air en lançant la prévision quotidienne d'exposition aux pollens allergisants. Ce projet innovant, collaboratif et adapté à la région Occitanie est, avec la prévision de la qualité de l'air, désormais disponible gratuitement à tous sur le site internet d'Atmo Occitanie.**

Ce nouveau service répond à une attente forte des allergologues et des personnes allergiques d'Occitanie : disposer d'une prévision pollen et de la qualité de l'air que nous respirons pour anticiper les périodes à risques et adopter des mesures préventives pour limiter les symptômes.

Pour mieux comprendre, compléter et anticiper les périodes de pollinisation des végétaux allergisants, Atmo Occitanie, en collaboration avec Pl@ntNet, recrute des observateurs des floraisons en Occitanie. L'objectif est de constituer une base d'observations géolocalisées et datées des plantes allergisantes. **Les données récoltées en temps réel via cet observatoire des floraisons permettront à Atmo Occitanie de caler un modèle phénologique (calendrier des apparitions des pollens dans l'air) pour prévoir les périodes de libération des pollens dans l'air, améliorant ainsi les prévisions des risques allergiques pour les populations sensibles.**

En 2025, 8 taxons (regroupements de végétaux allergisants) sont observés. A terme et à l'aide des données d'observations 18 taxons retenus par les professionnels de santé seront observés par Atmo Occitanie.

Le pollen est un grain microscopique (mesurant de 3 à 200 micromètres selon les espèces) invisible à l'œil nu. Il est produit par les organes mâles des plantes à fleurs, qui joue un rôle essentiel dans leur reproduction. Contenant les gamètes (cellules reproductrices), il est transporté soit par le vent (pollens anémophiles), soit par les insectes (pollens entomophiles) pour être déposé sur l'organe femelle et permettre la production de la graine.



## Pollens en Occitanie : la prévision quotidienne

En France, une personne sur quatre est allergique aux pollens. 20% des enfants de plus de 9 ans et 30% des adultes sont aujourd'hui concernés par une allergie aux pollens<sup>1</sup>. La fréquence de la rhinite allergique, manifestation la plus courante des allergies respiratoires, a été multipliée par 4 en trente ans<sup>2</sup>. La pollution de l'air aggrave les allergies aux pollens en fragilisant les voies respiratoires en augmentant le potentiel allergisant des pollens.

La région Occitanie présente une grande diversité climatique allant du climat méditerranéen chaud sur la côte, influencé par un ensoleillement marqué, à un climat océanique dans l'ouest, jusqu'aux climats montagnards plus frais dans les Pyrénées et les contreforts du Massif Central. Chaque zone climatique accueille des cortèges végétaux spécifiques : maquis et garrigue en bord de Méditerranée, forêts de feuillus et de pins sous influence océanique, et forêts de hêtres, sapins ou mélèzes en altitude. Cette mosaïque de milieux naturels nous contraint à mettre en œuvre une surveillance pollinique prenant en compte cette diversité.

En disposant **des prévisions des pollens allergisants et de la qualité de l'air de leur territoire, les personnes allergiques peuvent anticiper les périodes à risque et adopter des mesures préventives pour limiter leur exposition**. Ces prévisions aideront également les professionnels de santé à mieux informer et accompagner leurs patients dans la gestion de leurs symptômes. Enfin, elles contribueront à la recherche en permettant d'analyser l'évolution des saisons polliniques et l'impact des facteurs environnementaux, notamment le changement climatique et la pollution de l'air.

### De la concentration des pollens à la prévision

Prévision pollens	
0	Nulle
1	Faible
2	Moyenne
3	Élevée
NC	Non communiqué

L'un des enjeux majeurs est d'informer les personnes allergiques dès les premières présences dans l'air de pollens. Ainsi, notre prévision attribue un niveau d'au moins 1 dès le début de la pollinisation.

Pour garantir une lecture simple et accessible, **Atmo Occitanie a défini une échelle claire à quatre niveaux basée sur la concentration de pollens prévue pour la journée et le lendemain. Selon la concentration prévue, notre prévision indiquera comme étant nulle, faible, moyen ou élevée.**

<sup>1</sup> <https://www.anses.fr/fr/system/files/AIR2020AST0168.pdf>

<sup>2</sup> <http://www.inserm.fr/thematiques/immunologie-inflammation-infectiologie-et-microbiologie/dossiers-d-information/rhinite-allergique>

## Une prévision des pollens et de la qualité de l'air au quotidien

- Une carte régionale interactive de la prévision des pollens allergisants et de la qualité de l'air du jour et du lendemain disponible sur le site Atmo occitanie et pour l'ensemble des médias, sites web, blog .....



- Un mail quotidien de la prévision pollens envoyé aux abonnés d'une newsletter dédiée, <https://www.atmo-occitanie.org/inscription-aux-listes-de-diffusion>

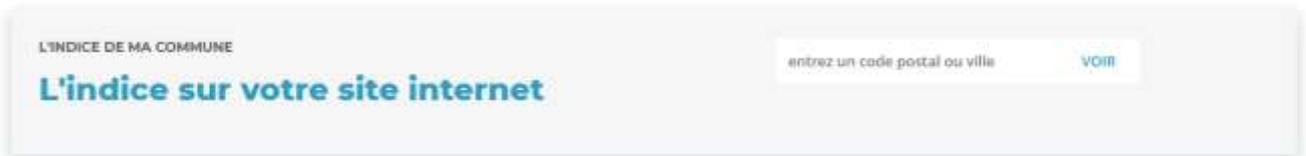


- Une vignette indiquant la prévision des pollens mise à jour quotidiennement à intégrer sur les sites internet des collectivités et des associations ou les blogs des citoyens. Pour disposer d'une prévision complète, **cette vignette peut être associée à la prévision de la qualité de l'air de sa région.**



Comment intégrer les vignettes prévisions qualité de l'air et prévisions pollens sur son site ?

- Se rendre sur le site internet [www.atmo-occitanie.org](http://www.atmo-occitanie.org)
- En page d'accueil du site internet, entrer son code postal ou sa ville dans la barre dédiée « L'indice sur votre site internet »



## Des recommandations sanitaires et comportementales pour accompagner nos prévisions

Avec la prévision pollens du jour et du lendemain, des recommandations sanitaires et comportementales, établies en partenariat avec les professionnels de santé, sont communiquées aux personnes allergiques. Ces recommandations simples sont préconisées en période pollinique.

### Conseils et informations en période pollinique

#### Pour limiter l'exposition aux pollens

##### À la maison :

- Aérer votre logement tôt le matin ou après le coucher du soleil
- Rincer les cheveux le soir

##### À l'extérieur :

- Réduire les activités comme le jardinage ou le sport pendant la journée (privilégiez la fin de journée)
- Ne pas faire sécher le linge à l'extérieur
- En voiture, garder les vitres fermées
- Porter lunettes et masque si nécessaire

#### Surveillez les symptômes possibles :

- Éternuements
- Nez qui coule ou gratte
- Yeux rouges ou larmoyants
- Toux
- Fatigue

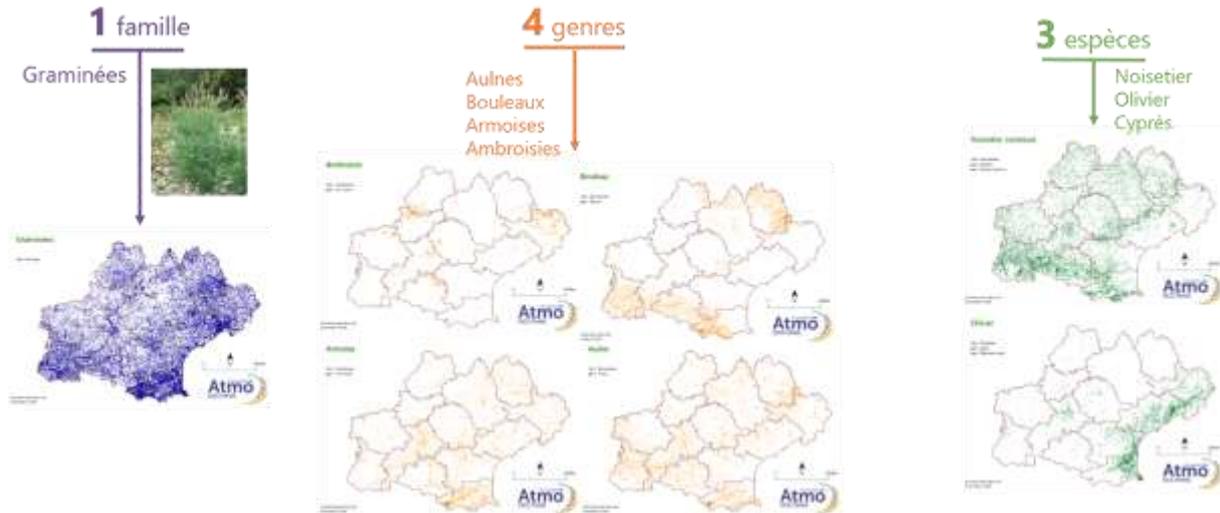
Si vous êtes allergique et que ces signes persistent, prenez le traitement qui vous a été prescrit.

Si vous n'êtes pas allergique, consultez un médecin ou un pharmacien.

**En cas de doute, demandez toujours conseil à un professionnel de santé.**

## Les premières prévisions pollens pour 8 taxons

En 2025, les prévisions pour la journée et le lendemain concerne **8 taxons (ou regroupements de végétaux)** : les graminées, l'ambroisie, l'armoise, le bouleau, l'aulne, l'olivier, le noisetier et le cyprès.



L'objectif à travers l'observatoire des floraisons et la participation citoyenne est d'étendre les prévisions à **18 groupes de végétaux allergisants, retenus par les professionnels de santé.**

1. Graminées
2. Berce
3. Ambrosies
4. Armoises
5. Moutarde des champs
6. Tournesol
7. Colza
8. Chénopodes
9. Soude brûlées
10. Bétulacées
11. Fagacées
12. Oléacées
13. Plantains
14. Salicacées
15. Platanacées
16. Pariétaires
17. Pistachier lentisque
18. Cupressacées

### Taxons surveillés en 2025



*Soude brûlée*



*Plantain lancéolé*

## L'observatoire des floraisons : une implication de tous, pour enrichir la prévision des pollens allergisants en Occitanie

Pour enrichir la palette végétale, suivre, anticiper les périodes de pollinisation des végétaux allergisants et disposer d'une information en temps réel sur tout le territoire régional, Atmo Occitanie, en collaboration avec Pl@ntNet, met en place un « **Observatoire des floraisons** ».

### i Point info

Pl@ntNet est une application qui aide à identifier les plantes. Une intelligence artificielle compare les images soumises avec celles d'une base expertisée. Les résultats proposés sont fiables et précis !

Cet observatoire invite les citoyens à prendre en photo les végétaux allergisants lors de leurs floraisons. Ces informations traitées en temps réel par Atmo Occitanie permettront d'affiner et d'enrichir les prévisions pour chaque territoire.

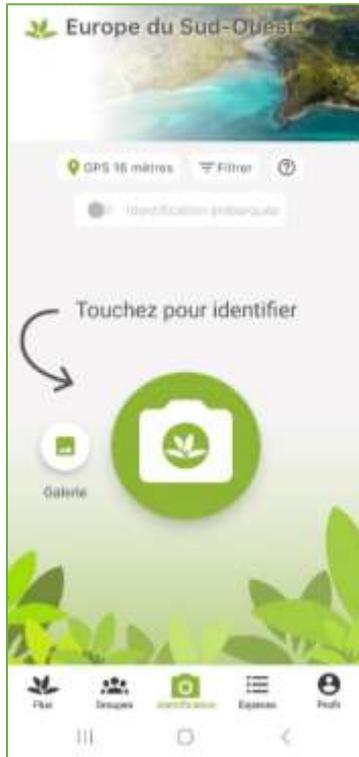
*L'observatoire des floraisons permettra de compléter la carte de localisation des végétaux allergisants et de préciser les périodes de floraisons*



Les données récoltées via l'observatoire des floraisons **permettront à Atmo Occitanie d'adapter les modèles de prévision des périodes de pollinisation en Occitanie et d'accroître le panel des végétaux suivis.**

## Comment devenir un observateur des floraisons ?

Pour devenir observateur des pollens, il suffit de déclarer les stades de floraison des végétaux allergisants sur l'application PI@ntNet. Celle-ci est disponible en téléchargement gratuitement sur Android, iOS et peut être installée depuis Google Play Store ou l'App Store.



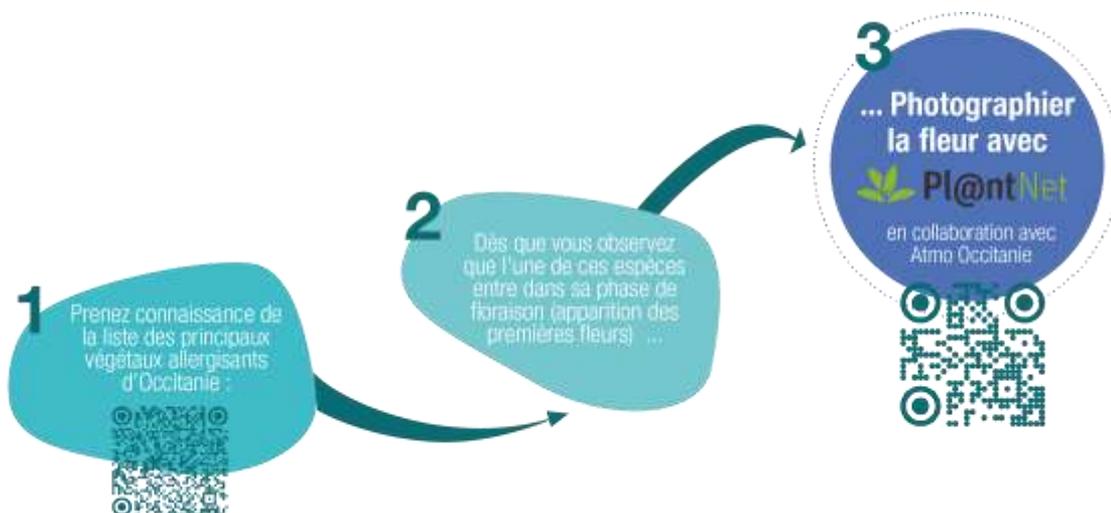
Les citoyens souhaitant devenir observateurs des floraisons et soumettre leurs observations devront suivre les étapes suivantes :

- Télécharger l'application en autorisant PI@ntNet à accéder à son appareil photo et en acceptant de partager sa position.
- Créer un compte : cette étape importante permet à PI@ntNet d'évaluer la qualité des observations et de classer les professionnels comme experts.
- Identifier une plante lors de sa floraison, la photographier et la partager pour enrichir la base de données.

## Comment fonctionne l'Observatoire des floraisons ?

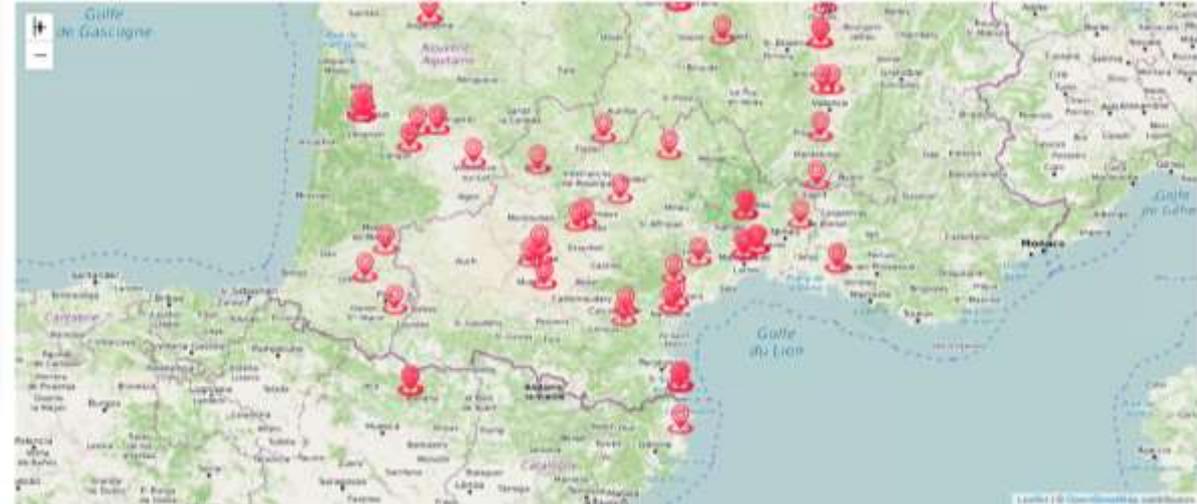
L'Observatoire des floraisons s'appuie sur la collaboration participative d'observateurs des fleurs. Ces observateurs (citoyens) sont invités à photographier via l'application PI@ntNet l'un des végétaux allergisants d'Occitanie identifié dans un glossaire disponible sur le site internet d'Atmo Occitanie. *Retrouvez la liste des végétaux allergisants en annexe.*

## Une fois l'application téléchargée, que faut-il faire ?



## Déclaration en temps réel des floraisons observées

Atmo Occitanie a mis en place une collecte automatique quotidienne des déclarations réalisées sur Pl@ntNet. Les données de géolocalisation et de datation des fleurs sont ensuite analysées au moyen de dispositifs de machine learning (intelligence artificielle) dans le but de renforcer et développer nos modélisations.



## La prévision Pollens : un dispositif en constante évolution

Atmo Occitanie a construit un **système de prévision basé sur des seuils documentés**. Pour cela, les équipes s'appuient sur les valeurs de référence fournies par le Réseau italien de surveillance aérobiologique (Rete Italiana di Monitoraggio Aerobiologico) et le Réseau espagnol d'aérobiologie (Red Española de Aerobiología), qui fournissent un indice en fonction d'une concentration mesurée en grains par mètre cube. Ces référentiels sont particulièrement pertinents pour notre région, car les flores italienne et espagnole partagent de nombreuses espèces allergisante avec l'Occitanie.

Les prévisionnistes s'appuient sur plusieurs modèles pour anticiper la présence de pollens dans l'air. Certains proviennent de travaux européens, comme le programme Copernicus, d'autres sont développés par des instituts de recherche tels que l'INRAe, et certains conçus en interne par les équipes d'Atmo Occitanie.

La prévision des pollens allergisant est réalisée par les prévisionnistes d'Atmo Occitanie en croisant les données recueillies (observations des plantes, modélisations, météo...) et en appliquant leur expertise pour qualifier la donnée sur les différents territoires.

Le dispositif de prévisions des pollens allergisants d'Atmo Occitanie est conçu pour être évolutifs et pourra, au besoin, intégrer des données complémentaires. Avec le lancement des prévisions de pollens, Atmo Occitanie propose un service innovant, reproductible sur d'autres territoires et en constante amélioration, ayant pour objectif de proposer l'information la plus adaptée à l'échelle locale.

**Quelles sont les perspectives d'évolution du dispositif ?**

Pour 2026/2027, Atmo Occitanie prévoit une amélioration du dispositif de prévision des pollens en quatre point :

- Proposer une prévision qualifiée à une échelle plus fine,
- Valider les données à l'aide d'observatoires historiques,
- Ajouter de nouvelles espèces à enjeu grâce à des modélisations développées en interne,
- Ajouter des échéances plus lointaines pour les prévisions (J+2, J+7).

## A PROPOS DE :



### **Atmo Occitanie, observatoire régional de la qualité de l'air**

Atmo Occitanie est l'association agréée pour la surveillance de la qualité de l'air en région pour :

- **Surveiller la qualité de l'air 24h/24** ;
- **Prévoir la qualité de l'air** au quotidien sur toute l'Occitanie pour le jour même et le lendemain ;
- **Informers au quotidien et en cas d'épisode de pollution** les citoyens, médias, autorités et collectivités ;
- **Accompagner les décideurs, acteurs locaux** : les évaluations menées sont mises en place afin d'améliorer les connaissances sur la qualité de l'air localement et en région.

Plus d'informations sur [www.atmo-occitanie.org](http://www.atmo-occitanie.org)



Pl@ntNet est une plateforme de science citoyenne qui s'appuie sur l'intelligence artificielle (IA) pour faciliter l'identification et l'inventaire des espèces végétales. Il s'agit de l'un des plus grands observatoires de la biodiversité au monde, avec plusieurs millions de contributeurs dans plus de 200 pays.

L'application Pl@ntNet, disponible en version web et sur smartphone (android, iOS), vous permet d'identifier des dizaines de milliers d'espèces de plantes à partir de photos.

Plus d'informations sur [www.plantnet.org](http://www.plantnet.org)



Les Unions Régionales de Professionnels de Santé (URPS) ont été créées par la loi Hôpital Patients Santé Territoire (HPST) afin de faire le lien entre les professionnels de santé libéraux et les institutions, notamment les Agences Régionales de Santé (ARS).

10 professions sont ainsi représentées par leurs URPS dans chaque région : biologistes, chirurgiens-dentistes, infirmiers, masseurs-kinésithérapeutes, médecins, orthophonistes, orthoptistes, pédicures-podologues, pharmaciens, sages-femmes.

L'URPS Pharmaciens Occitanie représente donc à l'échelon régional, l'ensemble des pharmaciens exerçant à titre libéral. Le décret n°2010-585 du 2 juin 2010 définit les domaines d'implication des URPS. Elles sont notamment chargées de contribuer à l'organisation de l'offre de santé régionale et de développer les compétences du pharmacien d'officine, reconnu comme professionnel de santé de premier recours.

Elu(e)s par les titulaires d'officines, les représentants de l'URPS pharmaciens s'attachent à développer de nouveaux outils, expérimenter de nouvelles missions des pharmaciens d'officines, œuvrer à la coordination des soins et au développement de l'inter professionnalité.

L'Union est composée de pharmacien(ne)s implantés dans chacun des départements de la région et engagés à représenter et porter la parole des officinaux auprès des instances régionales (ARS...), départementales (préfectures,) et locales en lien avec la politique de santé.

Plus d'informations sur **[www.urpspharmaciens-occitanie.fr/l-urps-pharmaciens](http://www.urpspharmaciens-occitanie.fr/l-urps-pharmaciens)**

## ANNEXE

### Liste des végétaux allergisants en Occitanie : 18 taxons (regroupement de végétaux)

1. La berce commune
  - 1.1 Heracleum sphondylium L.
2. Les ambrosies
  - 2.2 Ambrosie à feuilles d'armoises
  - 2.2 Ambrosie trifide
3. Les armoises
  - 3.1 Armoise des champs
  - 3.2 Armoise commune
4. Les chénopodes
  - 4.1 Chenopode hybride
  - 4.2 Chenopode blanc
5. La moutarde des champs
  - 5.1 Rhamphospermum arvense
6. La soude brûlée
  - 6.1 Salsola kali
7. Les bétulacées (aulne, bouleau, noisetier, charme-houblon)
  - 7.1 Aulne glutineux
  - 7.2 Aulne blanc
  - 7.3 Bouleau verruqueux
  - 7.4 Bouleau pubescent
  - 7.5 Charme commun
  - 7.6 Noisetier commun
  - 7.7 Charme-houblon
8. Les fagacées (châtaignier, hêtre, chêne)
  - 8.1 Châtaignier commun
- 8.2 Hêtre commun
- 8.3 Chêne vert
- 8.4 Chêne pédoncule
9. Les oléacées (frêne, Troène, Olivier)
  - 9.1 Frêne élevé
  - 9.2 Frêne à fleurs
  - 9.3 Troène commun
  - 9.4 Olivier
10. Les plantaginacées (plantain)
  - 10.1 Plantain lancéolé
  - 10.2 Grand plantain
11. Les salicacées (peuplier, tremble, saule)
  - 11.1 Peuplier blanc
  - 11.2 Peuplier noir
  - 11.3 Tremble
  - 11.4 Saule fragile
  - 11.5 Saule blanc
  - 11.6 Saule Marsault
12. Les cupressacées (cyprès, genévrier, cades)
  - 12.1 Cyprès d'Arizona
  - 12.2 Cyprès commun
  - 12.3 Genévrier commun
  - 12.4 Cades
13. Les graminées
14. Les platanacées (platane)
  - 14.1 Platane commun

15. Les pariétaires

15.1 Pariétaire de judée

15.2 Pariétaire officinale

16. Le pistachier lentisque

13.1 Pistacia lentiscus

17. Tournesol

18. Colza

Le glossaire complet (avec photographies) des végétaux allergisants en Occitanie est disponible sur le site internet d'Atmo Occitanie.

<https://www.atmo-occitanie.org/sites/default/files/2025-01/Glossaire%20des%20plantes%20allergisantes.pdf>

