

HERBIERS MARINS

Ils jouent un rôle essentiel en fournissant de **nombreux services écologiques** : captation de carbone utile à la lutte contre le dérèglement climatique, protection du littoral contre l'érosion côtière, lieu de reproduction, de nurserie, d'alimentation...



Une fois dans l'eau, contourner les herbiers marins afin de préserver ces trésors de nature menacés à l'échelle mondiale.

FLORE DES DUNES

Elle **contribue à la fixation du massif** dunaire grâce à d'ingénieux systèmes racinaires. Ces plantes sont d'une utilité considérable pour limiter l'érosion par les vents.



Rester sur le cheminement qui mène à la plage. Il mène aussi à sa préservation !

Résister à la tentation de la cueillette / du prélèvement des plantes



Dauphin commun

ESPÈCES MARINES MOBILES EN DANGER

Plusieurs espèces font face à un rythme d'extinction soutenu dû aux fortes pressions rencontrées en mer et sur le littoral (dérangement humain, dégradation de leur habitat, capture dans les engins de pêche...) Or pour ces **espèces d'oiseaux, de mammifères marins, de tortues ou encore de requins**, dont la stratégie de vie est basée sur le long terme, **perdre 1% des adultes revient à perdre 20% de jeunes dans l'année.**

Grâce à vos bons réflexes, aux actions de terrain de la LPO et de tous les partenaires du programme européen « LIFE Espèces marines mobiles », nous espérons stopper, voire inverser la perte de population de ces espèces.

Plus d'informations : ofb.gouv.fr

La **LPO** est une association de protection de la Nature créée en 1912 et reconnue d'utilité publique.

Forte de plus de 70 000 adhérents, la LPO agit pour la protection des espèces, la préservation des espaces et pour l'éducation et la sensibilisation à l'environnement, afin de lutter contre le déclin de la biodiversité.

Elle pilote depuis 2016 un programme de mobilisation des pratiquants de sport dans le milieu naturel, visant à concilier les usages pour un meilleur respect de la biodiversité.

CONTACT LOCAL

CONTACTEZ-NOUS

www.lpo.fr/biodiversite-sports

LPO France

Siège social LPO • Les Fonderies Royales • 1 rue Touffaire
CS 90263 • 17305 ROCHEFORT CEDEX
Tél 05 46 82 12 34 • Fax 05 46 83 95 86
www.lpo.fr • lpo@lpo.fr

Association reconnue d'utilité publique

Photographies : Kitesurfer © AdobeStock
Dauphin commun © Armel Deniau - Illustrations : Florence Dellerie
Service éditions LPO n° ED2503008FR © LPO 2025. Impression : Lagarde (17 Saujon) - Imprim'Vert.

Imprimé avec des encres végétales sur papier certifié PEFC 10-31-3162



Projet 101113629 LIFE22-NAT-FR-LIFE MMS

Dans le cadre du LIFE Espèces marines mobiles



lpo.fr

Agir pour
la biodiversité



PARTAGEONS LA PLAGE



Découvrez
les bons réflexes
pour une sortie
sans risque
pour la faune
et la flore
sauvages

Le sport c'est dans ma nature,
une initiative portée par la LPO
lpo.fr/biodiversite-sports

LA PLAGE, UN MILIEU VIVANT ET SENSIBLE

Derrière la plage, se cache une variété d'écosystèmes littoraux fragiles. Herbiers marins, estran, hauts de plage, dunes ou encore falaises sont des espaces vivants, d'une richesse insoupçonnée.

Pour une sortie sans risque pour la faune et la flore sauvages du littoral, voici les bons réflexes.

LAISSE DE MER

Elle est composée de débris d'origine végétale et animale déposés par les vagues. Les déchets s'y mêlent, malheureusement. Elle constitue un refuge pour les animaux (invertébrés, crustacés) et un précieux garde-manger pour les oiseaux.



Éviter de piétiner/ramasser la laisse de mer et tous les micro-organismes qui la composent : la laisse, je la laisse !

Préférer un nettoyage manuel de la plage, plutôt que mécanique pour enlever les déchets anthropiques.

LES OISEAUX MIGRATEURS REPRENENT DES FORCES

Certains oiseaux font **halte sur notre littoral pendant leur migration, voire y restent pour l'hiver.**

Ils font des allers-retours le long des vagues pour se nourrir. Le **Bécasseau sanderling** ou la **Barge rousse** se regroupent sur des reposoirs pour accumuler les réserves énergétiques nécessaires à la poursuite de la migration.



Éviter toute activité sportive à proximité des reposoirs et observer les oiseaux à distance pour ne pas les faire fuir. Ils ont besoin de reprendre des forces pour effectuer leur longue migration, parfois entre l'Arctique et l'Afrique !

Tenir son chien en laisse, même en automne et en hiver. De nombreux oiseaux ont besoin de repos à cette période de l'année !



LES OISEAUX NICHEURS VIENNENT SE REPRODRE

Certains oiseaux comme l'**Huîtrier pie** ou le **Gravelot à collier interrompu**, nichent à même le sable, en haut de la plage, **entre avril et août**. As du camouflage pour s'abriter des prédateurs, leur mimétisme peut néanmoins être fatal à leurs œufs.



Marcher sur le sable mouillé plutôt que sur le haut de plage, là où les oiseaux nichent.

Respecter les zones balisées signalant d'éventuels nids d'oiseaux au sol.

Éviter les sports de voile à proximité des nids (kitesurf, cerf-volant...). Cela engendre un stress important chez les oiseaux nicheurs.

Tenir son chien en laisse, au printemps et en été afin de préserver les nids.



AUTRES BONS REFLEXES

Participer à la préservation du littoral, c'est aussi : limiter toute forme de pollution (déchets, bruits...) et de collecte (galets, coquillages...), prendre connaissance des informations affichées sur place et des zones de nature sensibles définies dans le cadre de Biodiv'Sports*.

(*) Dispositif national de concertation, coordonné par la LPO, rassemblant des acteurs des espaces naturels et des sports de nature. Il vise à définir et à cartographier des zones sensibles : www.biodiv-sports.fr