



J'adopte les 10 gestes pour protéger les océans !

1. **Je n'abandonne pas** mes déchets sur la plage.

L'été, les poubelles des plages débordent. Pour éviter que les débris finissent dans la mer, je les ramène à la maison et je les trie avant de les jeter !

2. **Je respecte** les sentiers côtiers.

Ces chemins nous permettent de profiter des richesses du littoral sans déranger la faune et la flore qui y vivent.

3. **Je ne marche pas** sur les dunes.

Elles protègent nos côtes et, pour les préserver à notre tour, il ne faut pas arracher les plantes qui y poussent ni y marcher ou circuler en deux roues.

4. **Je laisse** les fonds marins intacts.

En plongée, je fais attention à ne pas abîmer les coraux avec mes palmes et je ne remonte aucun « souvenir » à la surface.

5. **Je mange** du poisson de saison.

Comme pour les fruits et les légumes, j'achète des produits de la mer de saison. Je respecte ainsi les cycles de reproduction et le bien-être des espèces marines. Des sites comme www.mrgoodfish.com ou www.consoglobe.com donnent tous les conseils nécessaires pour faire les bons choix.

6. Dans mes courses, **j'achète** des articles qui préservent l'environnement.

Fruits et légumes issus de l'agriculture biologique, détergents « verts »... Consommer éco-responsable contribue à la sauvegarde de nos océans en réduisant notre impact sur les milieux naturels.

7. **Je navigue vert.**

Plaisanciers, adoptez des réflexes écologiques ! Voici trois exemples de gestes simples : éviter de jeter les ordures par-dessus bord, bannir les produits toxiques pour nettoyer les embarcations et utiliser un dispositif anti-débordement pour ne pas répandre de carburant dans l'eau.

8. En mer, **je gère** mes déchets.

Pour vos débris, adoptez le principe des 3 R : réduire, recycler et réutiliser ce qui peut l'être !

9. **Je limite** mes émissions de gaz à effet de serre.

Saviez-vous que les océans absorbent une grande partie du CO₂ présent sur la planète ? Aujourd'hui la mer devient de plus en plus acide à cause des trop grandes quantités de gaz à effet de serre que nous produisons. Au quotidien, nous pouvons limiter nos émissions : privilégier la marche à pied, le vélo, les transports en commun ou le covoiturage, ou choisir le train plutôt que l'avion lorsque c'est possible. Vous rendrez ainsi service à notre planète. A terre comme au large !

10. **Je m'engage** en participant à des actions de protection de l'environnement marin.

Les initiatives ne manquent pas dans ce domaine !

Chaque été, la Fondation Maud Fontenoy organise par exemple une grande tournée des plages françaises pour sensibiliser à la protection des océans.



Durée de biodégradabilité des déchets en mer

2-4 semaines

6 semaines

1-5 mois

3-14 mois

1-3 ans

13 ans

50 ans

80 ans

200 ans

400-450 ans

600 ans

indéterminé !

papier de toilette

journaux

boîte en carton

Brique de lait

trognon de pomme

gant de coton

corde de coton

photos dégradables

emballages

gant de laine

bois mixte

couche bio-dégradable

bois peint

13 ans

conserves

réceptacle en polystyrène

50 ans

bouée en polystyrène

80 ans

aluminium piles et mercure

200 ans

400-450 ans

couches jetables
compresse, tampons

plastiques

600 ans

fil de pêche et filets (nylon)

verre

