

*Agissons ensemble  
pour une plage au naturel !*



[www.rivagepropre.com](http://www.rivagepropre.com)

Une exposition réalisée par le Centre Permanent d'Initiatives pour l'Environnement (CPIE) Vallée de l'Orne - [www.cpievdo.fr](http://www.cpievdo.fr).

Crédits photos : CPIE Vallée de l'Orne, GONm, GRETIA, CD14. Ligne graphique : V. Guiffard.

Conception et illustrations : V.Quentric (Little Big Com) et B.Potel (CPIE Vallée de l'Orne).

L'Opération Rivage propre  
est mise en oeuvre par



VALLEE DE L'ORNE

Avec le soutien de



eau  
seine  
NORMANDIE



RÉGION  
NORMANDIE

La laisse de mer est une bande marquant le niveau de la haute mer. Elle est formée par des dépôts d'algues, de végétaux, de coquillages et d'autres éléments naturels échoués sur les plages.



## Sur la laisse de mer, vous pouvez découvrir



### Des amas de coquillages

Buccin (ran ou bulot)



Cet escargot marin garnit les plateaux de fruits de mer.

Souvent confondue avec une éponge, sa ponte en amas s'échoue après avoir libéré en mer des milliers de jeunes.

Ponte de buccin

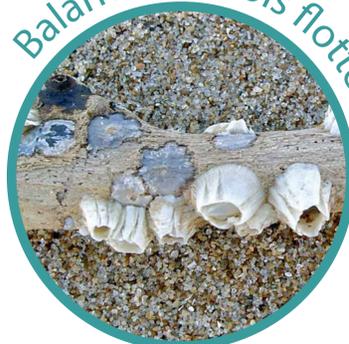


Plus grosse qu'une coque, son surnom «Roudoudou» lui vient de son usage en confiserie.

Bucarde



Balanes sur bois flotté



Ce sont de petits crustacés fixés, protégés par une carapace à plusieurs plaques.

Moules



Ces célèbres coquillages peuvent filtrer jusqu'à 4 litres d'eau par heure pour se nourrir.

Coques



Vivant, ce bivalve des sables et des vases est très recherché par les pêcheurs à pied.

Des plantes résistantes aux embruns et au sable projeté par le vent vont s'installer sur le haut de plage.

Leurs racines ou leurs tiges souterraines emprisonnent le sable. Elles contribuent à le fixer et limiter ainsi l'érosion des côtes, surtout lors de tempêtes.

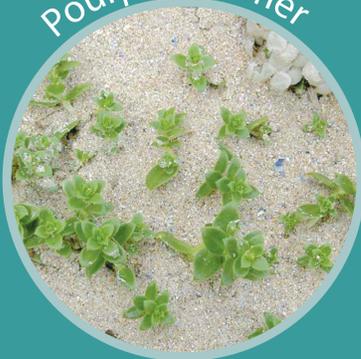
## Sur le haut de plage, des plantes

Cakilier maritime



Cette plante annuelle produit des fleurs blanches en été. Très riche en vitamine C, elle était utilisée jadis contre le scorbut.

Pourpier de mer



Plante vivace, elle tapisse le sable et résiste à de brèves immersions lors des grandes marées.

Oyat



Située tout en haut de la plage, cette graminée stabilise la dune à l'aide de ses tiges souterraines.

Chou marin



Esoèce rare dans le Calvados et protégée en France, elle pousse sur le sable grossier ou sur les galets. Ses tiges blanchies constituaient autrefois un légume apprécié.

Sargasse



Cette algue invasive, importée avec des naissains d'huîtres japonaises dans les années 70, se retrouve souvent échouée parmi la laisse de mer.

Oeuf de raie



Un seul petit poisson sortira de cette capsule protectrice.

Mue de crabe



Il s'agit d'une carapace abandonnée car devenue trop étroite pour son occupant.

Flustre



Ce n'est pas un algue mais une colonie d'animaux primitifs du groupe des bryozoaires.

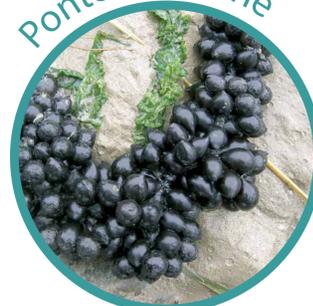
## mais aussi...

Cadavre d'oiseau



Il est très vite colonisé par de petits insectes qui vont contribuer à sa dégradation.

Ponte de seiche



«Os» de seiche



Ce mollusque cousin des pieuvres produit une grappe d'oeufs surnommée «raisin de mer». Après sa mort, on retrouve souvent sa coquille interne échouée sur la plage.

# Des oiseaux

## sur la laisse de mer

La laisse de mer est, pour certains oiseaux, un véritable garde-manger : animaux marins échoués, insectes, graines,...

Mouette rieuse



En hiver, elle a une tâche sombre derrière l'oeil alors qu'à la saison des amours, sa tête se pare d'un capuchon brun. Sa nourriture est très variée : vers, insectes, crustacés, graines, fruits,....

Goéland argenté



Plus gros que la mouette, son régime alimentaire est aussi plus large. Il aime parcourir la laisse de mer lors d'échouages massifs de moules ou d'autres animaux.

Corneille noire



Elle s'adapte bien à la vie en bord de mer et prête main forte aux goélands pour participer au recyclage naturel de cadavres d'animaux.

Bergeronnette grise



Elle explore souvent le haut de plage, à la recherche d'insectes vivant aux dépens de la laisse de mer.



et le

## Gravelot

### à collier interrompu

La laisse de mer est le lieu où nidifie le Gravelot à collier interrompu entre début avril et fin juillet.

Petit oiseau rare sur les côtes calvadosiennes, il est surtout menacé par les nettoyages de plage.

Le Conseil départemental du Calvados et le Groupe ornithologique normand mettent en oeuvre des mesures de suivi et de protection de cette espèce sur le littoral.

Son nid se confond dans le milieu. Il est généralement composé de 3 oeufs à peine visibles, ressemblant à de petits galets.

Essayez de les retrouver sur la photo à droite !

**Alors, ATTENTION !**

**Si vous passez par là, regardez, admirez avec des jumelles sans trop vous approcher !**



# Insectes et crustacés...

les

## ouvriers de la laisse de mer

La laisse de mer abrite toute une vie marine et terrestre. Les invertébrés qu'elle accueille fragmentent la matière organique et favorisent l'installation et le développement des plantes des dunes, en leur fournissant des matières nutritives. Ces petites bêtes sont ensuite consommées par d'autres animaux.

Depuis longtemps, de grandes quantités d'algues, décrochées des rochers environnants lors de coups de vent du Nord-Est, s'échouent sur certaines plages du Calvados. En plus de nourrir nombre d'espèces sauvages, ces précieuses ressources peuvent être récoltées pour servir directement à l'Homme : alimentation, agriculture, médecine, cosmétiques, fabrication de papier, de plastiques biodégradables, etc...

**Le saviez-vous ?**  
1 m<sup>2</sup> de laisse de mer peut accueillir plus de 5 000 insectes et araignées confondus (sans compter les puces de mer).



Sa trompe robuste permet à cette mouche des hauts de plage de percer la cuticule de la Cicindèle.

Asilide



Gravelot à collier interrompu



Cicindèle



Avec ses gros yeux, ses fortes mandibules et son vol rapide, ce coléoptère est un chasseur efficace.

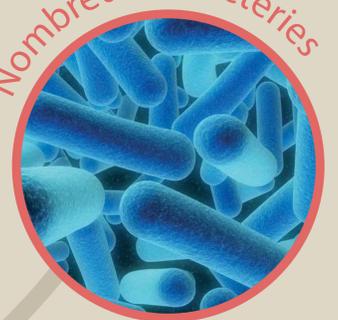
Puce de mer ou Talitre



Ce petit crustacé bondissant est bien représenté dans la laisse de mer.

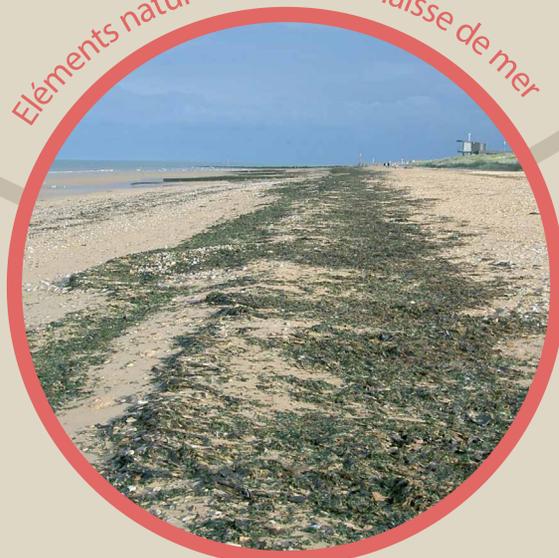
### La chaîne alimentaire

Nombreuses bactéries



Ce sont les principaux décomposeurs de la laisse de mer.

Éléments naturels issus de la laisse de mer



▶ = « est mangé par »

# Halte aux déchets envahisseurs

S'il est normal de trouver des éléments naturels sur la plage, on observe malheureusement aussi beaucoup de déchets, abandonnés sur place ou transportés par les vents, les fleuves et la mer.

2 mois

Mouchoirs en papier



Ils posent des problèmes de salubrité et d'hygiène.

2 à 6 mois

Déchets organiques alimentaires



Ils se dégradent assez vite, mais enlaidissent la plage.

1 à 3 ans

Mégot de cigarette



Il pose des problèmes de salubrité et d'hygiène.

Plus de 50 ans

polystyrène



Il entraîne la mort d'animaux marins par ingestion.

Tous ces problèmes peuvent être réduits en grande partie grâce à nous. Nettoyer, c'est bien, ne pas jeter dans la nature, c'est encore mieux !

Pendant combien de temps peuvent-ils polluer les plages?

On estime que, chaque année, plus d'un million d'oiseaux, mammifères et tortues sont victimes des déchets marins.



# 5 *simples* gestes *pour un rivage propre*

Le vent souffle fort en bord de mer. Evitons donc de laisser s'envoler nos sacs et autres objets en plastique, afin qu'ils ne terminent pas leur course dans l'estomac d'un phoque ou d'un dauphin.

N'abandonnons pas nos mégots. La plage n'est pas un cendrier géant.

Ces déchets enlaidissent les plages et représentent un danger pour les espèces sauvages et les usagers.

Ils sont composés de matériaux qui peuvent résister très longtemps aux processus naturels de dégradation.

Une bouteille plastique ne sera pas grignotée par les animaux détritovores et les bactéries ! Elle finira sous forme de minuscules débris qui intoxiqueront tous les maillons de la chaîne alimentaire, depuis le plancton... jusqu'à l'Homme!

Utilisons les nombreuses poubelles installées dans les ports et sur le littoral et, lorsqu'elles sont pleines, **reportons nos déchets** avec nous.

En bateau, ne jetons rien par-dessus bord.

Et enfin, au quotidien, sachons mieux **consommer** car nos ressources naturelles diminuent : prenons l'habitude de limiter autant que possible l'achat de produits suremballés et l'usage de sacs plastique.

100 à 500 ans

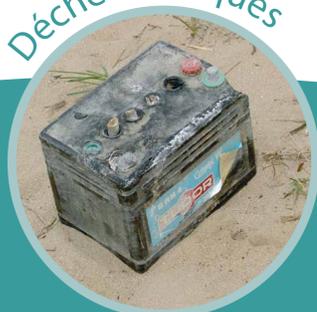
Boîtes et canettes métalliques



Elles peuvent entraîner des blessures pour l'Homme et piéger de petits animaux.

plus de 500 ans

Déchets toxiques



Huile de vidange, boulettes de mazout, piles, batteries... Elles polluent l'eau et empoisonnent la flore, la faune et l'Homme bien sûr !

100 à 1 000 ans

Sacs et bouteilles plastique



Ils provoquent la mort par étouffement de nombreux animaux : phoques, dauphins, tortues... Ils peuvent piéger également de petits animaux.

4 000 ans

Verre



Il occasionne des blessures aux hommes et aux animaux.



L'ingestion de plastiques peut être fatale au Fulmar boréal.



# Un nettoyage à adapter avec modération



Transportés par les fleuves, par la mer ou abandonnés sur les plages, les déchets doivent être gérés par les collectivités.

Des actions de nettoyage, parfois très coûteuses, sont alors mises en oeuvre sur les plages où la vision d'une «propreté parfaite» est recherchée.

Le nettoyage mécanique n'est pas sélectif : sable, galets, coquillages, algues et petits animaux sont récoltés en même temps que les déchets. Cela nuit donc à la biodiversité et favorise l'érosion des plages, renforçant ainsi l'effet néfaste de l'actuel dérèglement climatique.

La **récolte manuelle** des déchets des plages est à encourager, surtout dans les zones à enjeu écologique. Mais celle-ci ne doit pas se faire n'importe comment ! Le Gravelot à collier interrompu niche entre avril et juillet au niveau de la laisse de mer et quelques plantes du haut de plage ne supportent pas le piétinement.

Si vous souhaitez organiser un **chantier bénévole de récolte de déchets**, contactez au préalable le CPIE Vallée de l'Orne.

L'association peut vous accompagner dans votre démarche et vous prêter du matériel de chantier. Elle peut aussi encadrer gratuitement des **animations pour les groupes** et leur mettre à disposition des outils pédagogiques (exposition, malle,...).

Une opération mise en oeuvre par



VALLEE DE L'ORNE

Avec le soutien de



Pour plus d'informations :

Tél. 02 31 78 71 06

[www.rivagepropre.com](http://www.rivagepropre.com)

**Agissons ensemble pour une plage au naturel.**

# Jouons au « Tékachéou » !

Les oeufs de gravelot à collier interrompu jouent au caméléon ! A tel point qu'on ne les voit pas et qu'on marche malencontreusement dessus. Le gravelot est menacé par le piétinement ! Ce qui apparaît à première vue comme un tas de coquillages et de galets, peut parfois abriter des nids de gravelots au printemps et en été.

Et vous, saurez-vous trouver le nid qui se cache ici ?



Et flûte ! Ça recommence !  
Tellement bien cachés que  
je ne les retrouve plus !

# Jouons au « Tékachéou »!

De près, on distingue assez bien les oeufs du gravelot sur cette photo, mais vu de plus haut, à l'échelle d'un homme, la distinction est difficile.



# Jouons au « Tékachéou »!

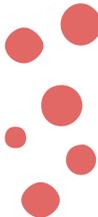
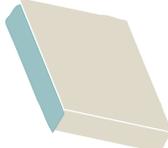
Finalement, il n'y a pas que les oeufs qui jouent la discrétion !  
Il faut parfois de bonnes lunettes pour apercevoir les poussins  
du gravelot ! Cherchez bien !

Ras le bol de jouer  
à cache-cache !



# Déchets littoraux : un fléau!

«Top ten» des déchets non naturels qui défigurent la plage et représentent un danger pour la faune et l'Homme.

-  **n°1**  
Morceaux de plastique
-  **n°2**  
Bouteilles en plastique
-  **n°3**  
Déchets liés à la pêche et aux cultures marines
-  **n°4**  
Mégots de cigarette
-  **n°5**  
Sacs en plastique
-  **n°6**  
Emballages alimentaires
-  **n°7**  
Polystyrène
-  **n°8**  
Produits d'hygiène
-  **n°9**  
Verre
-  **n°10**  
Canettes

## Sur la plage, une autre espèce en détresse !

Présente un peu partout sur notre littoral, la poubelle (*poubella ordinaria* en latin) est une espèce fragilisée qui vit à proximité des humains : pour sa survie, il faut la nourrir régulièrement ! Son régime alimentaire à base de déchets en tous genres rend son alimentation très facile ! Malheureusement, comme elle ne peut se nourrir seule, elle a besoin de l'Homme ! Pensez à elle, nourrissez-la dès que l'occasion se présente !



◀ *Poubella ordinaria* en situation de malnutrition

Pour les sauver, donnez-leur à manger  
**SOS**  
poubelle  
en détresse

