



RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE

*Liberté
Égalité
Fraternité*



AFD
AGENCE FRANÇAISE
DE DÉVELOPPEMENT

OCÉANS

COMPRENDRE ET AGIR



#MondeEnCommun



NOTRE PLANÈTE, UN ÉCOSYSTÈME FRAGILE...

Les océans couvrent 70 % de la surface terrestre et jouent un rôle essentiel dans la régulation du climat, la biodiversité et les modes de vie des sociétés humaines. Pourtant, ils sont de plus en plus menacés.



Nous vivons sur une planète où tout est interconnecté, où chaque action locale a des répercussions mondiales.

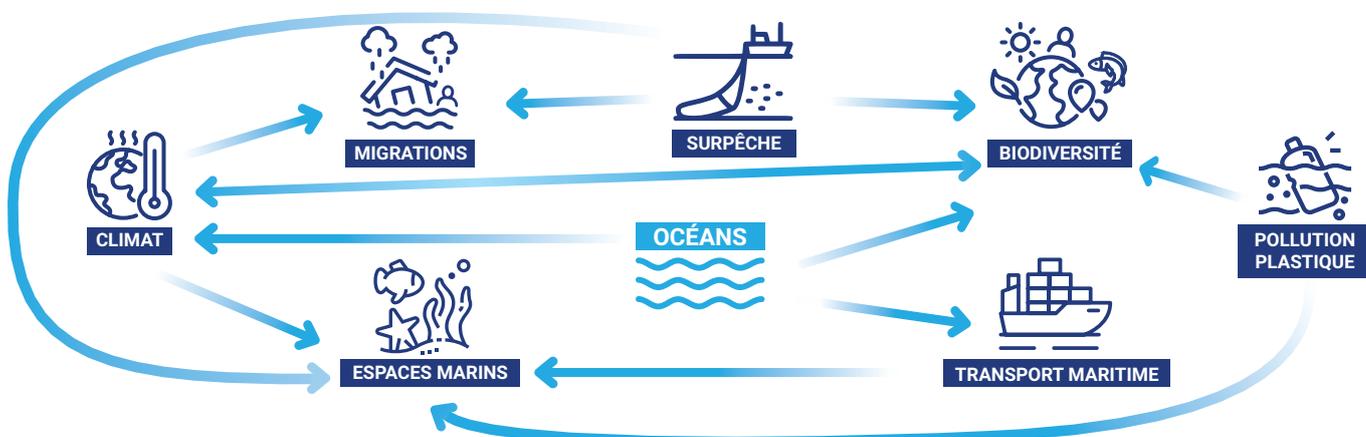
- **Exemple 1** : Le réchauffement climatique, alimenté par la consommation d'énergies fossiles, fait monter le niveau des océans, menaçant des îles entières comme celles des Tuvalu (lire p. 2).

- **Exemple 2** : La surpêche met en péril la sécurité alimentaire de millions de personnes et pousse certains à migrer vers d'autres pays (lire p. 6 et 8).

- **Exemple 3** : La pollution plastique, mal gérée dans certains pays, finit souvent dans les océans, menaçant la faune marine et contaminant toute la chaîne alimentaire (lire p. 7).

... OÙ TOUT EST LIÉ !

En explorant les océans à travers différentes thématiques (climat, biodiversité, surpêche, pollution...), ce livret met en lumière leurs interconnexions. Chaque enjeu est un maillon d'une même chaîne. Lutter contre un problème, c'est agir sur tous les autres.



C'est pourquoi chaque geste compte : réduire notre consommation de plastique, choisir des poissons issus de pêcheries durables, privilégier des alternatives au jetable... Autant d'actions qui ont des impacts locaux et globaux.

LES OCÉANS : poumons bleus de la planète et régulateurs du climat

© Adobe Stock

Longtemps absents des discussions sur le changement climatique, les océans jouent pourtant un rôle essentiel dans la régulation du climat mondial. Mieux comprendre leur fonctionnement est indispensable pour anticiper et appréhender l'évolution du climat terrestre.

1 ABSORPTION DE LA CHALEUR

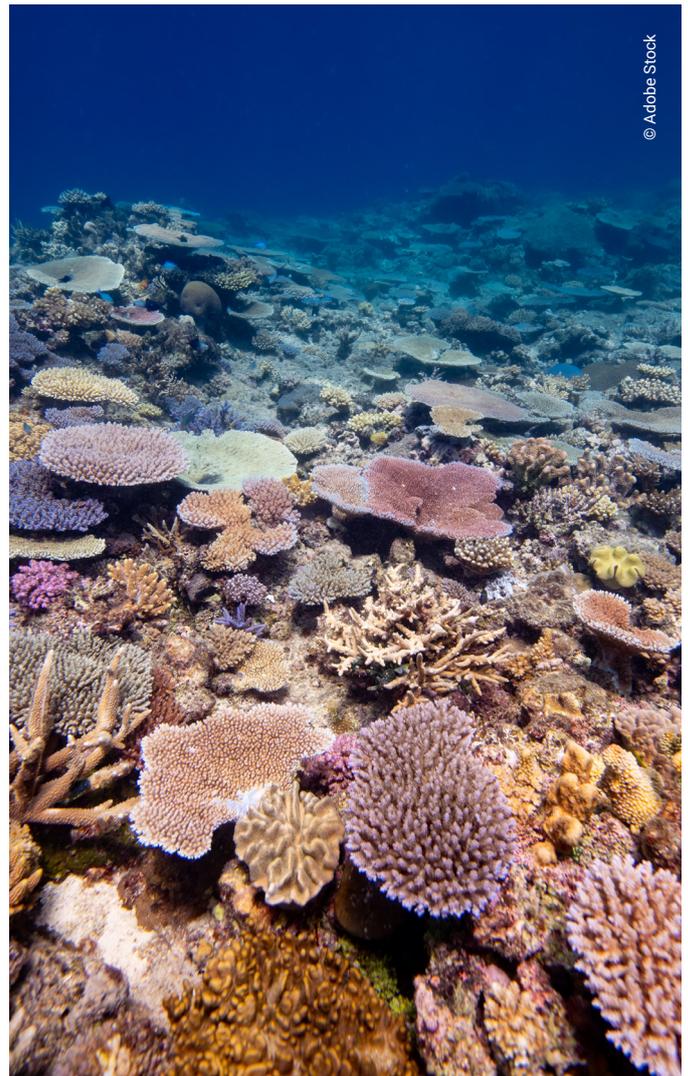
Les océans jouent un rôle majeur dans le fonctionnement du climat en contribuant à redistribuer la chaleur sur la planète.

Grâce aux courants marins, ils transportent une partie de l'énergie solaire accumulée dans les régions tropicales vers les hautes latitudes, permettant ainsi de réguler le climat.

Le Gulf Stream, par exemple, adoucit les températures en Europe. Toutefois, cette circulation océanique, bien que majeure, agit en complément des échanges atmosphériques, qui assurent l'essentiel de ce transfert. En parallèle, les océans absorbent environ 90 % de l'excès de chaleur généré par l'augmentation de l'effet de serre liée aux activités humaines (combustibles fossiles, industries, déforestation). Ce processus atténue le réchauffement global, mais a ses limites : des océans trop chauds perturbent les écosystèmes, modifient les courants et intensifient les événements climatiques extrêmes.

2 ÉLEVATION DU NIVEAU DE LA MER

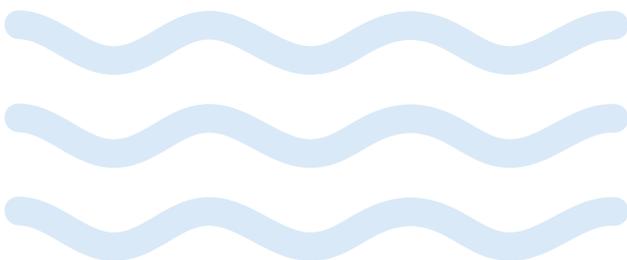
Depuis 1900, le niveau moyen de la mer s'est élevé d'environ 20 cm. Ce phénomène est principalement dû à trois facteurs : la dilatation thermique de l'océan (l'eau, en se réchauffant, se dilate et occupe plus d'espace), la fonte des glaciers, et enfin, la fonte des calottes polaires du Groenland et de l'Antarctique. Cette montée des eaux menace particulièrement les îles de faible altitude, souvent situées loin des principaux pôles d'émission de gaz à effet de serre. Ce phénomène illustre bien l'impact global du réchauffement climatique : des régions éloignées subissent les conséquences d'actions menées ailleurs sur la planète.



© Adobe Stock

3 STOCKAGE DE CARBONE

Depuis plusieurs décennies, les océans freinent le changement climatique en absorbant près d'un quart du CO₂ émis, principalement par dissolution dans l'eau. Les écosystèmes côtiers, comme les mangroves et herbiers marins jouent aussi un rôle clé, capturant jusqu'à 10 fois plus de CO₂ par hectare que les forêts terrestres. On les appelle les « puits de carbone bleus ».



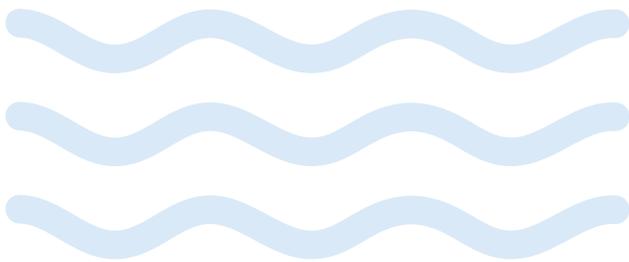
Le saviez-vous ?

Avant la révolution industrielle des XVIII^e et XIX^e siècles, le pH moyen des océans était d'environ 8,2. Il est maintenant de 8,1 (une baisse de seulement 0,1 unité de pH correspond à une augmentation d'environ 30 % de l'acidité de l'eau). Selon le 6^e rapport du GIEC, il pourrait descendre à 7,8 d'ici 2100.

4 ACIDIFICATION DES EAUX

En absorbant une partie du CO₂ émis par les activités humaines les océans s'acidifient. Ce phénomène fragilise le plancton marin, dont le squelette calcaire est sensible à l'acidité du milieu, et menace également le développement et la survie des coraux. Or, ces organismes sont au cœur de nombreux écosystèmes marins, essentiels aux populations humaines.

À terme, la disparition des récifs coralliens risque de compromettre la protection des côtes contre les tempêtes et la préservation de la faune marine. Par conséquent, l'approvisionnement en nourriture de nombreuses populations en sera affecté, sans oublier l'impact sur le tourisme. À l'échelle mondiale, plus d'un milliard de personnes tirent des bénéfices directs des récifs coralliens.



5 CYCLE DE L'EAU ET TEMPÊTES

Les océans fournissent 90 % de l'eau évaporée, contribuant à la formation des nuages et des précipitations, jouant ainsi un rôle clé dans le cycle de l'eau. D'autre part, les eaux chaudes des océans peuvent intensifier les phénomènes extrêmes, comme les cyclones, les ouragans ou les tempêtes.

Tout est lié !

LE RÉCHAUFFEMENT DES OCÉANS A DES RÉPERCUSSIONS MONDIALES :

- La perte de biodiversité, (certaines espèces ne parvenant pas à s'adapter), menace la pêche et les ressources économiques et alimentaires.
- Le déséquilibre des chaînes alimentaires perturbe les écosystèmes marins.
- L'augmentation des événements climatiques extrêmes (cyclones, tempêtes).
- L'élévation du niveau des océans met en péril les populations côtières, et risque d'accroître le nombre de réfugiés climatiques.



CHIFFRES CLÉS

25 %

des émissions de CO₂ sont absorbées par les océans.

(Source : Nations Unies, 2024.)

1,5 °C

c'est l'augmentation moyenne des températures de surface des océans depuis le début de l'ère industrielle.

(Source : GIEC, 2023.)

300 000

c'est le nombre d'îles sur Terre, soit environ 5 % de la surface de la planète.

(Source : Banque mondiale, 2022.)

PROTÉGER LES ESPACES MARINS : un enjeu vital pour la biodiversité



Plus de 3 milliards de personnes dépendent des écosystèmes marins et côtiers pour subvenir à leurs besoins. Pourtant, la biodiversité qui les compose est gravement menacée. Quelles sont les principales menaces qui pèsent sur la biodiversité marine ?



1 UN IMMENSE RÉSERVOIR DE BIODIVERSITÉ

Les océans couvrent **70 %** de la surface du globe. Ils représentent le plus grand écosystème de la planète. Ils abritent une biodiversité très riche et unique, essentielle pour maintenir l'équilibre écologique : oiseaux, tortues, poissons, cétacés, crustacés, mangroves, herbiers, forêts de laminaires, prairies sous-marines, coraux... Les experts estiment qu'il en reste encore des millions à découvrir ! Cette biodiversité est également très utile en ce qui concerne la recherche de nouveaux médicaments.

2 LES PRINCIPALES MENACES

- **La surpêche** : elle met en péril certains stocks et espèces, et la pêche industrielle, avec ses procédés agressifs, abîme les habitats et les fonds marins.
- **La pollution** : elle vient des activités humaines et se présente sous différentes formes, comme les plastiques, les pesticides et nitrates (pollution agricole), les déchets industriels, le trafic maritime (pollution sonore).
- **Le changement climatique** : en acidifiant les océans et en augmentant la température de l'eau, il aggrave la situation pour les plantes et les animaux marins.
- **L'érosion côtière et l'artificialisation du littoral** : elles fragilisent les écosystèmes côtiers.
- **l'exploitation minière des fonds marins** : des entreprises privées convoitent les ressources de la haute mer, notamment les métaux rares, avec le risque de transformer les océans en un nouvel eldorado minier.



3 POUMON BLEU DE LA PLANÈTE

Les océans produisent la moitié de l'oxygène que nous respirons grâce à la photosynthèse du phytoplancton et capturent une grande partie du CO₂. Mais avec le réchauffement climatique et la pollution, les océans produisent moins d'oxygène et capturent moins de CO₂, accentuant encore plus le réchauffement climatique. Moins de phytoplancton c'est aussi moins de nourriture pour les petits animaux marins et donc pour les poissons et donc pour les hommes.

4 COMMENT PRÉSERVER LES OCÉANS ?

Pour assurer la durabilité des océans, des actions de préservation sont indispensables, comme la mise en place des aires marines protégées (AMP). Ces zones délimitées en mer ont pour objectif de protéger la nature grâce à un ensemble d'actions : suivi scientifique, sensibilisation du public, réglementations, surveillance... L'objectif mondial est de protéger 30 % des océans d'ici à 2030 !

CHIFFRES CLÉS

3 %

des espèces vivantes connues sur Terre vivent dans les océans.

(Source : AFD, 2022.)

Moins de **9 %**

des océans sont protégés par des mesures de conservation.

(Source : rapport PNUE et UICN, 2024.)

500 %

d'augmentation de la biomasse marine : c'est l'effet positif des aires marines protégées bien gérées.

(Source : Smilo.)

Tout est lié !

LA DESTRUCTION

DES ESPACES MARINS CONDUIT À :

- La perte d'écosystèmes cruciaux, réservoirs de biodiversité.
- Une réduction de la capacité d'absorption de CO₂ par l'océan.
- Un déséquilibre des chaînes alimentaires marines.

Zoom sur... L'EXEMPLE DES HERBIERS DE POSIDONIE



ÉTAT DES LIEUX :

- La posidonie est une plante endémique de Méditerranée qui occupe entre 20 et 50 % des fonds côtiers.
- Regroupée en herbiers, elle abrite plus de 20 % de la biodiversité méditerranéenne.
- Autres rôles : oxygénation de l'eau, stockage du carbone, limitation de l'érosion côtière (en stabilisant les fonds marins et en réduisant la vitesse des courants), production de matière organique, source de nourriture, refuge pour de nombreuses espèces.

PROBLÉMATIQUE :

- Situés à de faibles profondeurs, les herbiers de posidonie sont vulnérables aux activités humaines (pêche, plaisance, loisirs nautiques).
- Le mouillage des navires entraîne des dégâts majeurs : arrachage et destruction des herbiers.
- La construction d'infrastructures côtières (ports, digues, plages artificielles) contribue également à leur disparition.

RÉSULTATS ET PERSPECTIVES :

- Posidonie : espèce protégée en France depuis 1988.
- Sensibilisation des plaisanciers aux bonnes pratiques de mouillage.
- Études scientifiques pour mieux connaître et suivre leur état de santé.
- Le Réseau méditerranéen pour la Posidonie, créé en 2020, rassemble 11 pays du bassin méditerranéen pour coordonner la protection de cette plante essentielle.

« La posidonie doit son nom à Poséidon, dieu de la mer dans la mythologie grecque. »

WWF France.



LA PÊCHE DURABLE : préserver les océans pour demain



Les océans abritent une grande biodiversité, source essentielle de nourriture et d'emploi pour les populations humaines. Pourtant, la pêche illégale et la surpêche menacent leur équilibre. Adopter des pratiques plus durables est indispensable pour protéger ces ressources vitales et garantir leur disponibilité pour les générations futures.

1 ENJEU ET CONSTAT

La **pêche illégale, non réglementée et non déclarée** (dite pêche INN), dont la **surpêche**, menace les espèces de poissons et les écosystèmes marins qui les abritent. Aujourd'hui, plus de deux tiers des stocks mondiaux sont exploités au maximum ou au-delà des limites durables, mettant en péril l'économie et la sécurité alimentaire des populations qui en dépendent. L'essor de la pêche industrielle repose sur des innovations techniques : navires-usines, sonars, GPS, chambres froides... Mais ces avancées ont **accélééré la raréfaction des ressources**, rendant la pêche plus difficile et coûteuse, tout en **fragilisant les communautés dépendantes**.

2 POURQUOI UNE PÊCHE DURABLE ?

Aujourd'hui...

- **Plus d'un tiers de la population mondiale** dépend des produits de la mer pour ses protéines.
- **38 millions de personnes** travaillent dans les pêcheries maritimes.
- **66 % des milieux marins** sont détériorés.

Source : rapport Planète vivante du WWF, Biological Conservation, IPBES.

Sans une **gestion plus responsable**, les pratiques de pêche non vertueuses continueront de **dégrader les océans**, mettant en péril la **durabilité des ressources marines** et donc la **sécurité alimentaire** de nombreuses communautés, en particulier dans les pays en développement.



Le saviez-vous ?

En France, nous mangeons en moyenne **24 kg de poisson sauvage et d'élevage** par an et par habitant. Or, **une consommation durable s'élèverait autour de 8 kg de poisson**.

Source : Bloom, 2024.

3 L'IMPACT DE LA PRODUCTION DE FARINES ET D'HUILES DE POISSON

Dans certaines régions, des poissons sont pêchés non pour l'alimentation humaine, mais pour produire des huiles et farines destinées à l'élevage animal dont l'aquaculture, qui a explosé à l'échelle mondiale, notamment en Norvège ou Turquie. Ce système, qui contribue à surexploiter les ressources locales, aggrave la pression sur les écosystèmes et prive les populations de sources importantes de protéines animales.

4 VERS UNE PÊCHE PLUS DURABLE

Pour **préserver les océans**, plusieurs solutions existent déjà comme :

- **Définir et appliquer des mesures de gestion, comme les quotas de pêche**, le repos biologique ou des tailles minimum de capture, fondées sur des études scientifiques.
- **Impliquer les pêcheurs dans la gestion des pêches**, via une approche de cogestion.
- **Partager les informations entre pays sur les navires illégaux** pour améliorer l'efficacité des contrôles.

Mais pour arriver à une **pêche vraiment durable**, il faut aller plus loin. Voici quelques pistes :

- **Prendre en compte les multiples facteurs qui affectent les populations de poissons** : changement climatique, pollution.
- **Étendre le réseau de réserves marines pour protéger 30 % des océans**.
- **Encourager une consommation responsable** : limiter la consommation de poisson et préférer ceux pêchés localement, avec des méthodes sélectives et dont les stocks sont bien gérés, et privilégier les pêcheries labellisées.

Tout est lié !

LA PÊCHE ILLÉGALE ET LA SURPÊCHE ENTRAÎNENT :

- Une **diminution** des stocks de poissons, dont les comportements humains sont à l'origine.
- Un risque de disparition d'espèces et de dégradation des habitats (perte de biodiversité).
- Un déséquilibre des écosystèmes aggravé par le changement climatique
- Des problèmes socio-économiques dans les communautés côtières.
- Des migrations humaines dues à la perte de revenus et un manque de perspectives pour la jeunesse.

CHIFFRES CLÉS

2/3

des stocks de poissons sont déjà exploités au maximum ou surexploités.

(Source : FAO, 2022.)

60 millions

de personnes travaillent directement dans le secteur de la pêche et de l'aquaculture.

(Source : FAO, 2020.)

3 milliards

de personnes dépendent des océans pour leur alimentation ou leurs revenus.

(Source : Banque mondiale, 2022.)

LES OCÉANS : en crise face au plastique



Chaque année, environ 10 millions de tonnes de plastique sont déversées dans les océans. Cette pollution menace les écosystèmes marins et entraîne des conséquences graves pour la chaîne alimentaire, la survie des espèces et la santé humaine. La pollution plastique des océans est un défi mondial qui nécessite une mobilisation collective.

1 POURQUOI AUTANT DE PLASTIQUE ?

Pratique et omniprésent, le **plastique est devenu incontournable dans notre quotidien**. Depuis les années 1970, sa production a explosé, notamment celle des plastiques à usage unique, conçus pour être jetés après une seule utilisation. Aujourd'hui, 36 % des plastiques servent d'emballage. Ils sont créés à partir de la distillation du pétrole et peuvent être déclinés de multiples façons. Il existe plus de 16 000 types de plastiques. Selon le type, ils peuvent être difficiles à réutiliser et à recycler : seuls 10 % des plastiques sont recyclés à l'échelle mondiale.



Le saviez-vous ?

Après l'acier et le ciment, le plastique est le matériau le plus produit au monde. Fabriqué à partir de pétrole, il accentue le dérèglement climatique.

2 PLASTIQUE DANS LES OCÉANS

30 % des déchets plastiques sont mis en décharge plus ou moins contrôlée, 12 % sont incinérés et environ 10 % sont recyclés. Le reste se retrouve dans l'environnement. La pollution plastique des océans provient à 80 % des activités terrestres. Sacs, emballages, produits d'hygiène/d'entretien ou textiles sont transportés par les rivières jusqu'aux océans. Les 20 % restant proviennent des activités de pêche (cordages, filets...), des navires marchands et de plaisance, des navires militaires, des plateformes de forage... Ces plastiques peuvent persister dans l'environnement pendant des siècles. Les macroplastiques (taille supérieure à 5 mm) se fragmentent en microdéchets (taille inférieure à 5 mm) puis en nanodéchets (invisibles à l'œil nu), jusque dans les profondeurs. Les courants océaniques fonctionnant en boucle, appelés gyres, les concentrent et cela forme ce que l'on appelle « les continents de plastiques ». Il en existe dans chacun des océans.

3 L'IMPACT SUR LES ÉCOSYSTÈMES MARINS

Tous les plastiques ne sont pas égaux en toxicité, mais tous sont nocifs pour l'environnement et la santé. Composés à 99 % de pétrole et 1 % d'additifs et de colles, il en existe une large gamme dont 4 000 types de plastiques dangereux et plus de 10 000 dont on ignore le niveau de toxicité et leur potentiel de recyclage.

- **Ingestion et piège** : tortues, poissons et oiseaux confondent le plastique avec de la nourriture. Les filets fantômes piègent aussi de nombreux animaux marins.
- **Contamination de la chaîne alimentaire** : les microplastiques et les nanoplastiques sont ingérés par les espèces marines et finissent dans notre alimentation.
- **Dégradation des habitats** : les récifs coralliens et les plages sont envahis par les déchets plastiques.
- **Especies envahissantes** : certains organismes marins (algues,

crustacés, bactéries) colonisent les plastiques flottants et dérivent vers de nouveaux territoires, perturbant les écosystèmes locaux et menaçant les espèces natives.

- **Pollution chimique** : en se fragmentant, les plastiques libèrent des substances toxiques.

4 L'IMPACT SUR LA SANTÉ HUMAINE

La pollution plastique des océans libère des substances toxiques et des microplastiques contaminant la faune marine et favorisant des maladies graves (certains cancers). Elle détruit aussi les écosystèmes et réduit les ressources halieutiques, vitales pour de nombreuses populations.

5 COMMENT SE DÉFAIRE DU PLASTIQUE ?

Pour lutter contre la pollution plastique dans les océans, des actions doivent être entreprises à différents niveaux :

- **Réduction des plastiques à courte durée de vie** (utilisés moins d'une année) : encourager l'utilisation de matériaux réutilisables et biodégradables.
- **Développement de l'écoconception et de l'utilisation d'autres types de matériaux** plus facilement valorisables/réutilisables.
- **Recyclage et gestion des déchets** : améliorer les infrastructures (pour éviter que les déchets ne se retrouvent dans les cours d'eau) et les procédés de recyclage.
- **Sensibilisation et éducation** : informer les populations sur les impacts du plastique et promouvoir des comportements responsables.
- **Coopération internationale** : mettre en place des réglementations globales pour réduire la production de plastique et renforcer la responsabilité des fabricants.

Tout est lié !

LA POLLUTION PLASTIQUE AFFECTE :

- La santé humaine, via la contamination des ressources alimentaires.
- La santé des espèces marines.
- Le climat, car le plastique, issu du pétrole, contribue au réchauffement global.
- La biodiversité, en perturbant les écosystèmes marins et côtiers.

CHIFFRES CLÉS

100 000

mammifères marins meurent chaque année à cause des déchets plastiques.

(Source : WWF, 2022.)

Seuls 10 %

des plastiques produits dans le monde sont recyclés.

(Source : OCDE, 2022.)

+ 300 %

Les déchets plastiques devraient presque tripler au niveau mondial d'ici 2060.

(Source : OCDE, 2024.)

MIGRATIONS CLIMATIQUES : comprendre les causes et les enjeux

Les migrations ont toujours existé pour des raisons économiques, sociales ou politiques. Aujourd'hui, le changement climatique se cumule à ces facteurs, forçant un nombre croissant de personnes à quitter des territoires vulnérables aux dérèglements climatiques.



1 LES CAUSES DES MIGRATIONS CLIMATIQUES

- **Catastrophes naturelles** : Incendies, canicules, sécheresses et élévation du niveau de la mer affectent directement les populations, détruisant leurs habitations et menaçant leur sécurité alimentaire. L'intrusion d'eau salée dans les nappes phréatiques aggrave la situation dans les zones côtières.
- **Migrations internes et internationales** : La plupart des migrations climatiques se déroulent à l'intérieur des frontières nationales, mais certaines personnes sont contraintes de chercher refuge dans un autre pays, sans pour autant bénéficier d'un statut juridique reconnu.
- **Régions les plus touchées** : L'Asie du Sud-Est, l'Afrique et les îles du Pacifique sont les plus exposées aux risques climatiques, affectant en priorité les populations les plus vulnérables.



Le saviez-vous ?

Le Global Climate Risk Index évalue l'impact des catastrophes climatiques (inondations, tempêtes, vagues de chaleur) sur les pays. Il aide les États à mieux anticiper ces événements de plus en plus fréquents et intenses.

Source : Germanwatch.

2 L'IMPACT SUR LES COMMUNAUTÉS CÔTIÈRES

- **Déplacement des populations** : La montée des eaux, l'érosion côtière et la baisse des ressources halieutiques forcent les habitants des zones littorales à migrer, souvent vers les grandes villes, comme au Sénégal où la pêche ne permet plus de subvenir aux besoins des villages côtiers.
- **Initiatives de relocalisation** : Face à ces défis, certains pays (Vietnam, Vanuatu, Papouasie-Nouvelle-Guinée) développent des stratégies pour déplacer les communautés les plus exposées, anticipant les risques à venir.

- **Un phénomène grandissant** : Depuis 1990, le GIEC alerte sur l'augmentation des migrations liées au changement climatique, un enjeu appelé à s'intensifier dans les décennies à venir.

3 QUELLES SOLUTIONS POUR LIMITER CES MIGRATIONS FORCÉES ?

- **Préserver les écosystèmes** : Une gestion plus durable des ressources naturelles marines et des projets de conservation peuvent aider à stabiliser les communautés locales.
- **Développer des alternatives économiques** : Encourager la création d'emplois alternatifs pour réduire la dépendance aux ressources menacées par le changement climatique.
- **Améliorer la gouvernance des migrations** : Mettre en place des politiques d'adaptation, faciliter la migration planifiée et sécurisée, et renforcer les dispositifs internationaux pour mieux protéger les populations déplacées.

Tout est lié !

LES MIGRATIONS CLIMATIQUES SONT PROVOQUÉES PAR PLUSIEURS FACTEURS :

- Les dérèglements climatiques ne créent pas une nouvelle catégorie de migration à eux seuls.
- Les facteurs environnementaux sont étroitement liés aux causes économiques, politiques et culturelles.
- Ces différents motifs peuvent s'influencer et se cumuler.

CHIFFRES CLÉS

3 fois plus !

En 30 ans, le nombre de catastrophes liées au climat a triplé, accentuant les déplacements forcés.

(Source : Oxfam.)

7,4 millions

de déplacés internes en Afrique subsaharienne en 2022 à cause des catastrophes climatiques, un chiffre proche de celui des conflits et crises sécuritaires.

(Source : Rapport mondial sur le déplacement interne 2023 - IDMC.)

12 millions

de déplacés climatiques internes en Asie du Sud en 2022, une des régions les plus impactées.

(Source : Rapport mondial sur le déplacement interne 2023 - IDMC.)



Les océans jouent un rôle essentiel dans l'équilibre climatique et accueillent une grande biodiversité. Ils sont pourtant en danger et leur préservation repose en partie sur nos actions au quotidien. Cette section propose des gestes concrets pour réduire notre impact, des ressources pour approfondir les connaissances et un glossaire des termes clés.

ACTIONS CONCRÈTES

Chaque geste compte ! Chacun peut contribuer à la protection de l'environnement marin à son échelle. Voici des actions simples, classées en quatre thématiques, parmi lesquelles chacun peut piocher selon ses possibilités et son contexte.



RÉDUIRE LES DÉCHETS ET FAVORISER L'ÉCONOMIE CIRCULAIRE :

- Limiter l'achat de produits à usage unique (rasoir jetable, lingette...) et avec des emballages en plastique.
- Privilégier les objets durables et rechargeables (gourde, stylo rechargeable...).
- Garder le plus longtemps possible ses objets pour moins jeter et ainsi préserver les ressources qui servent à fabriquer des objets neufs (vêtements...).
- Donner ou vendre les objets dont on ne se sert plus s'ils sont encore en bon état. Acheter aussi des objets d'occasion plutôt que des objets neufs.
- Ne pas acheter des objets dont on ne se servira pas souvent. Les louer ou les emprunter.
- Trier tous ses déchets pour permettre leur recyclage.
- Ne jamais jeter de déchets par terre. Emportés par la pluie et le vent, ils finiront par polluer la nature et les océans.



PRÉSERVER LES ÉCOSYSTÈMES :

- Pratiquer des loisirs et sports respectueux de la faune et de la flore marines.
- Utiliser des produits et crèmes solaires respectueux de l'environnement.
- Connaître et protéger les zones marines sensibles.
- Soutenir des initiatives locales et internationales pour la protection des océans.



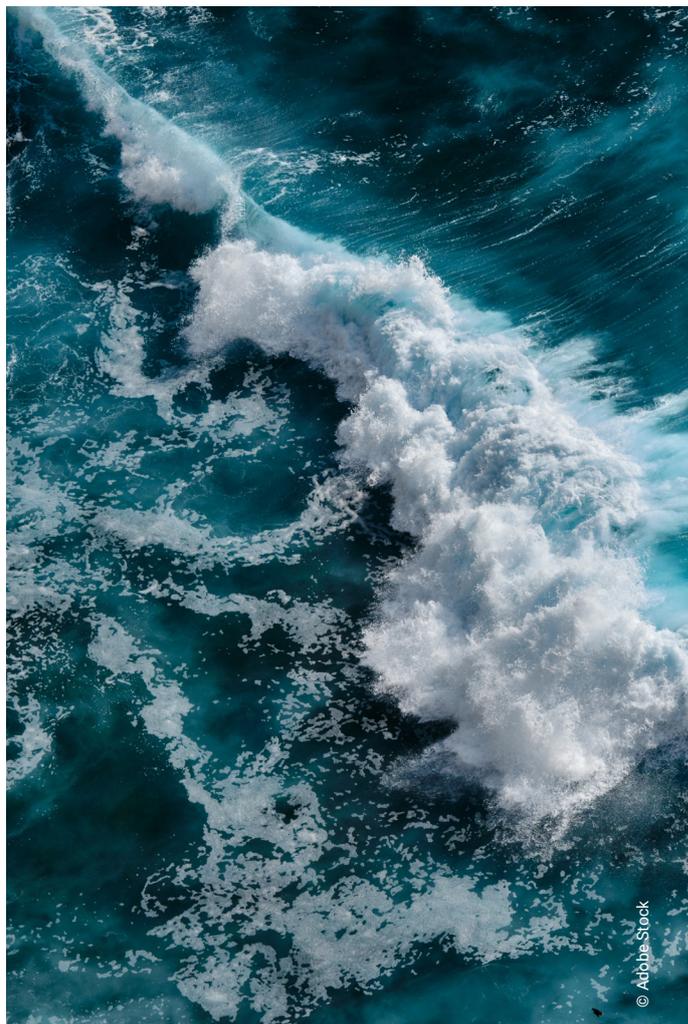
AGIR ET SENSIBILISER :

- Participer à des opérations de ramassage de déchets en bord de mer, de lacs et de rivières.
- Ramasser les déchets trouvés dans la nature et les jeter dans la bonne poubelle.
- Sensibiliser son entourage en faisant découvrir des sites d'infos qui donnent de bonnes idées
- S'informer et partager les bonnes pratiques en allant sur des sites reconnus et ne pas véhiculer des *fake news* qui circulent sur les réseaux sociaux.



ADOPTER UNE ALIMENTATION ET UNE CONSOMMATION RESPONSABLES :

- Augmenter la part de légumineuses (protéines végétales) et diminuer la quantité de viande et de poisson (protéines animales) dans ses menus.
- Privilégier les aliments de saison pour éviter de les cultiver sous serre chauffée ou de les faire venir de loin.
- Réduire le gaspillage alimentaire.
- Se renseigner sur la surpêche et les espèces de poissons à éviter de consommer.



© Adobe Stock

GLOSSAIRE

A

Acidification des océans : Baisse du pH (unité de mesure de l'acidité d'un liquide) des océans due à l'absorption de CO₂.

B

Biodiversité : Diversité des espèces vivantes (micro-organismes, végétaux, animaux) présentes dans un milieu.

C

Chaîne alimentaire : Ensemble d'espèces qui se nourrissent les unes des autres.

Coraux : Organismes marins formant des récifs, abritant une biodiversité unique.

D

Dioxyde de carbone (CO₂) : Gaz à effet de serre responsable du réchauffement climatique.

E

Écosystème : Interactions entre les êtres vivants et leur environnement.

Endémique (ici) : Qualifie une espèce animale ou végétale dont l'aire de répartition est limitée à une région donnée.

Érosion côtière : Déplacement de la limite entre le milieu marin et le milieu continental vers l'intérieur des terres à la suite du départ de matériaux (sable, roches, sédiments). Elle se traduit par le recul du trait de côte.

G

Gyre : Vaste mouvement circulaire des eaux océaniques, formé par la réunion d'un ensemble de courants.

M

Mangrove : Forêt à base de palétuviers poussant dans la vase des côtes tropicales qui protège les littoraux de l'érosion.

P

Phytoplancton : Micro-organisme marin produisant une grande partie de l'oxygène terrestre.

Puits de carbone : Réservoir naturel capturant et stockant le CO₂ de l'atmosphère (ex. : océans, forêts, mangroves).

R

Ressource halieutique : Ensemble des organismes marins exploités par la pêche.

S

Surpêche : Exploitation excessive des stocks de poissons mettant en péril leur renouvellement.



CHAQUE ACTION COMPTE POUR PRÉSERVER L'OCÉAN

L'Agence française de développement (AFD) finance et accompagne les transitions vers un monde plus juste et durable. Présente dans 115 pays et engagée dans plus de 4500 projets sur le terrain, elle agit pour protéger les biens communs de l'humanité : climat, biodiversité, éducation, santé...



Version adaptée par l'Ambassade de France en Chine

