



Infos pratiques

Adresse : Site de l'étoile, 22120 Hillion

Mail : rn.saintbrieuc@espaces-naturels.fr

Téléphone : 02 96 32 31 40

Site internet : www.reservedesaintbrieuc.com

SOMMAIRE

Introduction

*I - Contexte de la Baie
de Saint-Brieuc et de
la Réserve Naturelle Nationale*

II - La laisse de mer

III - Les différents types de déchets

IV - Les solutions face aux déchets

V - Contacts et référents

Solutions des jeux

INTRODUCTION

Ce petit guide ludique, à destination de tout public (associations, centres de loisirs, particuliers, entreprises, collectivités, classes, ...), a pour objectif de présenter le nettoyage des plages au sein de la Réserve naturelle ainsi que les bons gestes à adopter face aux déchets afin de mieux préserver le site naturel.

En 2021, selon le rapport du CEDRE (Centre de Documentation, de Recherche et d'Expérimentations sur les pollutions accidentelles des eaux), on a retrouvé en moyenne 653 déchets sur 100 mètres sur les côtes françaises.

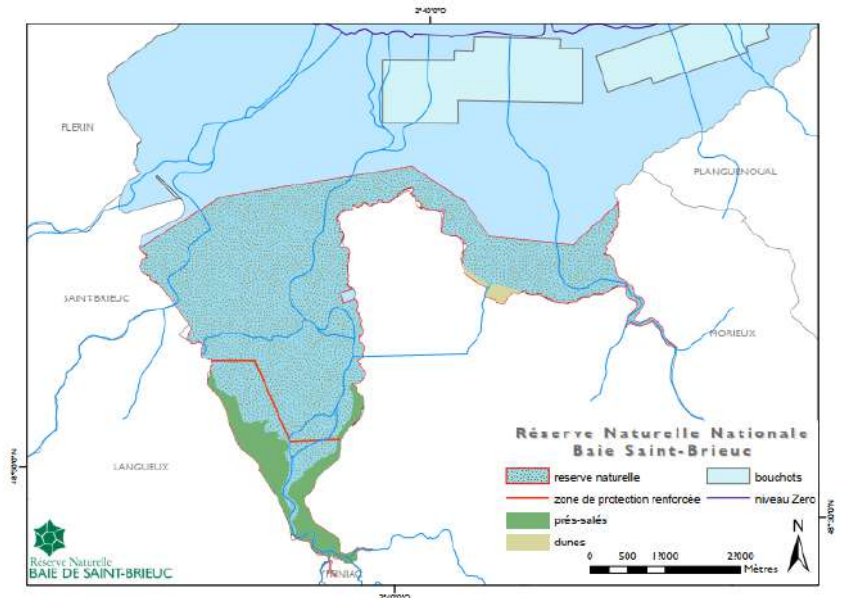
86% de ces déchets sont des plastiques. Ceux-ci posent de nombreux problèmes comme l'accumulation des polluants tout au long de la chaîne alimentaire, provoquant des dommages importants sur les animaux.

Déchets et les polluants se retrouvent ainsi dans nos assiettes. En 2021, une étude Australienne a estimé que l'on pouvait consommer jusqu'à 5 grammes de plastiques par semaine.

BONNE LECTURE !

I - CONTEXTE DE LA BAIE DE SAINT-BRIEUC ET DE LA RÉSERVE NATURELLE NATIONALE

Fondée par le décret ministériel du 28 avril 1998, la Réserve Naturelle Nationale de la Baie de Saint-Brieuc se situe sur la façade Nord de la Bretagne, dans le département des Côtes d'Armor. La Réserve s'étend sur 1140 hectares, répartis en deux anses, l'anse de Morieux et l'anse d'Yffiniac. La Réserve est à 99% marine, le pourcentage restant étant représenté par les dunes de Bon-Abri (7 hectares) sur la commune d'Hillion.



La Baie est une zone très dynamique et concentre de nombreux usages de loisirs et professionnels terrestres et maritimes :

Activités sportives :

- ⇒ Plaisance
- ⇒ Sports nature, randonnées
- ⇒ Equitation
- ⇒ ...



Activités maritimes professionnelles :

- ⇒ Pêche, mytiliculture
- ⇒ Port du Légué

Tourisme



Attention : les activités sportives et de loisirs sont soumises à la réglementation de la Réserve.

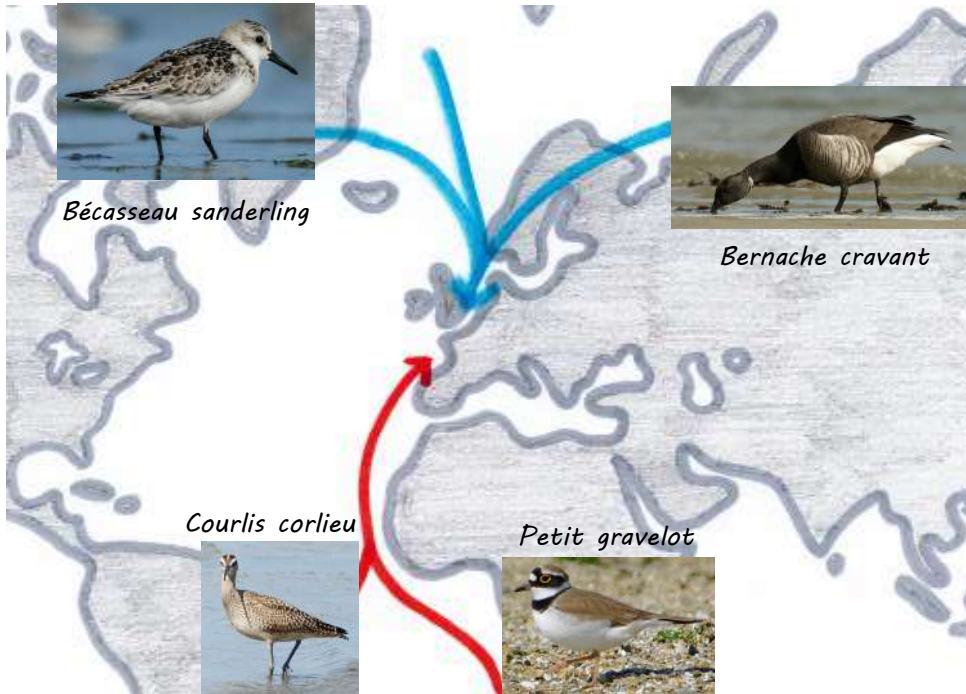
Une réserve naturelle est un outil juridique offrant une protection forte de l'environnement. Pour préserver sa richesse, la Baie de Saint-Brieuc a été placée sous autorité de l'Etat (préfet) pour en faire une réserve naturelle nationale, d'importance internationale pour l'avifaune. Elle est intégrée dans la zone Natura 2000 de la Baie de Saint-Brieuc Est. Depuis 1998, la Réserve est cogérée par Saint-Brieuc Armor agglomération et VivArmor Nature.

Une grande partie de la Réserve est accessible au public sauf le fond de l'anse d'Yffiniac et l'estuaire du Gouessant qui sont des ZPR (Zone de Protection Renforcée), afin d'assurer la protection et la tranquillité de nombreuses espèces d'animaux et de végétaux.

Ce site naturel est protégé et géré par une équipe de 5 salariés qui veille au maintien de la préservation de l'environnement et aux bonnes pratiques en appliquant la réglementation en vigueur.



Située sur le couloir de migration Europe du Nord - Afrique, elle est une zone d'importance pour l'avifaune migratrice. On peut notamment retrouver plus de 35 000 individus en hiver.



Son climat océanique, ses rivières côtières, sa grande amplitude de marées et sa faible profondeur attirent également de nombreuses autres espèces animales et végétales.

Etant une façade maritime, la Baie est soumise aux vents et à la houle. De par sa configuration, la houle venant du Nord-Ouest atteint peu le fond de la Baie. Elle dépose de nombreux débris organiques et naturels, ou anthropiques sur les plages en se retirant. Ces dépôts forment ce qu'on appelle *la laisse de mer*.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le record de vol direct est tenu par une barge rousse depuis octobre 2022. Ce petit oiseau a parcouru 13 560 km entre l'Alaska et la Tasmanie en 11 jours sans s'arrêter !

Certains oiseaux de cette espèce choisissent de faire des pauses lors de leur long voyage et c'est ainsi que vous pouvez en observer en Baie de Saint-Brieuc. Il est important de ne pas les déranger (tout comme les autres oiseaux) car elles s'arrêtent toujours aux mêmes endroits pour se reposer. Si le site n'est pas assez calme, elles peuvent décider de ne plus s'y arrêter, allongeant ainsi la distance entre leurs pauses et réduisant leurs chances d'arriver à destination.



II - LA LAISSE DE MER

La laisse de mer est constituée de tous les débris (organiques et naturels, ou anthropiques) que la mer dépose sur les plages, en se retirant.

Dans les débris organiques et naturels, on retrouve :



Des algues



Des bois morts,
aussi appelés « bois flottés »



Des morceaux de végétation

Des restes organiques divers :

Des coquillages



Des cartilages et os

Des plumes



Des restes d'œufs :



Capsules de raies



Capsules de roussettes



Œufs de bulots (buccins)



Œufs de natices

Source : overblog

Parmi les débris anthropiques, on retrouve tous les déchets issus des activités humaines, soient :

Des plastiques



Des caoutchoucs



Des cordages



Du verre



Du polystyrène



Et bien d'autres encore ...



La laisse de mer abrite également des organismes vivants :



Le talitre, également appelé puce de mer.

Ce petit crustacé vit caché dans la laisse de mer et se nourrit de tous les débris organiques et naturels qui la compose.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le talitre fait des bonds de 10 fois sa taille.

Pour un humain, cela correspondrait à un immeuble de 4 étages !



⇒ Scarabées

Et bien d'autres :



⇒ Ligie



⇒ Diptères (mouches)

A quoi sert la laisse de mer ?

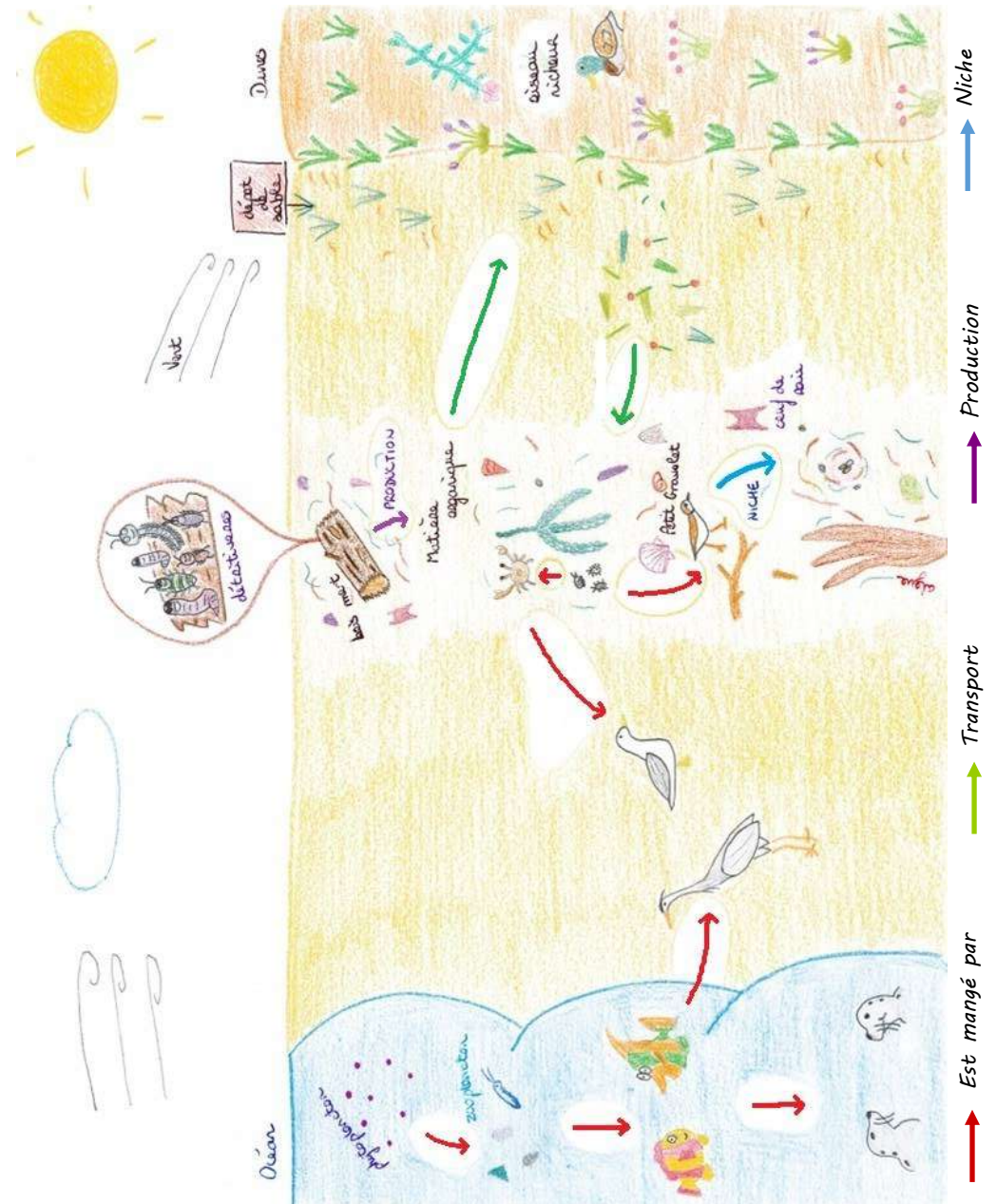
La laisse de mer constitue l'**habitat** de nombreux invertébrés, nommés **détritivores** (crustacés, insectes). Ces petits organismes dégradent les débris organiques de la laisse de mer et sont à la base d'un véritable réseau trophique*. Ils produisent de la matière organique et des sels minéraux qui sont ensuite assimilés par les végétaux et le phytoplancton*. Ce dernier est consommé par le zooplancton*, lui-même consommé par les poissons et eux-mêmes consommés par les oiseaux et les mammifères marins. Les détritivores attirent également leurs prédateurs, que sont les oiseaux.

Une **faune particulière** (cloportes, carabes) est également présente dans les bois morts, entrelacés dans la laisse de mer. Il est donc important de conserver le bois mort sur la plage.

La laisse de mer permet la **rétenion du sable** et favorise ainsi l'installation des plantes pionnières qui structurent le sol meuble avec leurs racines. Cet habitat ainsi formé permettra ultérieurement la création de dunes et l'installation de nouvelles plantes. La laisse de mer protège le rivage en **amortissant les vagues**, ce qui réduit l'érosion des dunes.

* réseau trophique : chaînes alimentaires d'un écosystème
* phytoplancton : partie végétale du plancton
* zooplancton : partie animale du plancton

LAISSE DE MER PRÉSERVÉE, PLAGE EN BONNE SANTÉ !



Attention, on marche sur des œufs



La laisse de mer et sa périphérie proche (sable, galets) sont des lieux de nidification pour certaines espèces d'oiseaux, comme le Petit gravelot ou le Gravelot à collier interrompu. Les nids de ces limicoles sont discrets et leurs œufs très petits se fondent dans le décor. Il est donc important de regarder où vous posez les pieds, de respecter les mises à défends de certains sites et de tenir votre chien en laisse.

Petit gravelot



Nid et œufs de Gravelot à collier interrompu

Source : RNR Sillon de Talbert

Comment protéger la laisse de mer ?

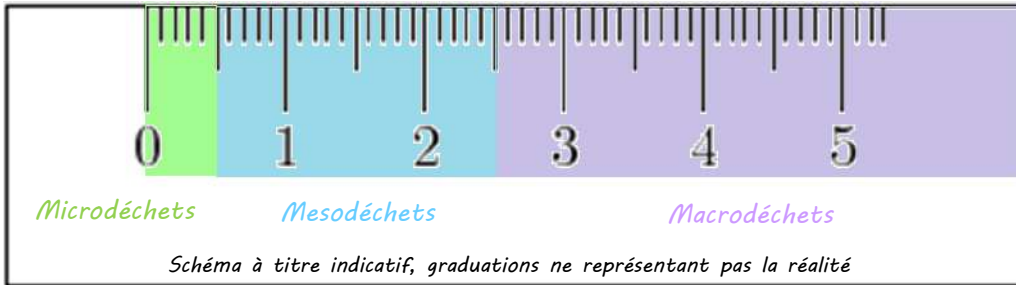
La façon la plus simple de protéger la laisse de mer est de l'éviter. Pour cela, des gestes sont très simples :

- ⇒ Ne pas marcher dessus.
- ⇒ Ne pas gratter ou fouiller dedans.
- ⇒ Ne pas déranger la faune qui y vit ou y niche (Petit gravelot, Gravelot à collier interrompu) en passant à l'écart.
- ⇒ Ne pas la cueillir, ni la ramasser.
- ⇒ Ne pas la ramasser mécaniquement : ramasser les déchets qui s'y entremêlent à la main.
- ⇒ Pour les cavaliers : ne pas la piétiner.



III - LES DIFFÉRENTS TYPES DE DÉCHETS

Tous les déchets sont classés par ordre de taille :



Les microdéchets sont de deux types :

⇒ Primaires

Par exemple, parmi les plastiques, on retrouve les GPI (Granulés Plastiques Industriels) qui servent à la production d'objets en plastique. De par leur petite taille, ces petites billes de plastique s'échappent lors de leur manutention et de leur transport (perte ou chute de conteneurs).



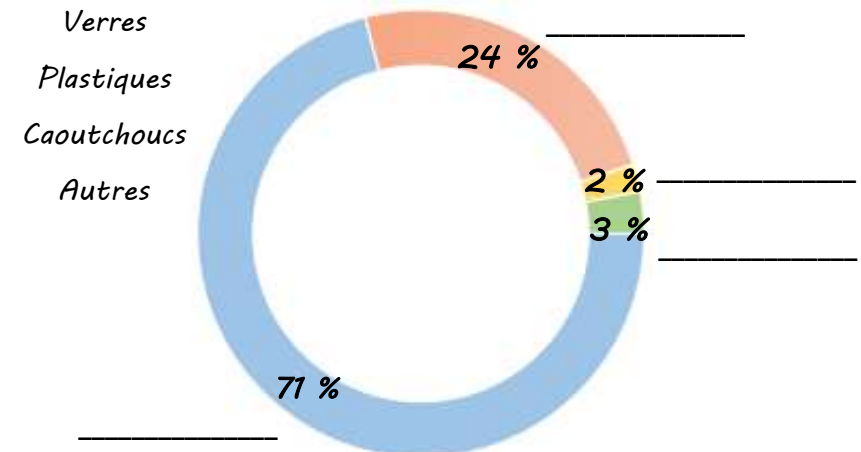
⇒ Secondaires quand ils sont issus de la dégradation des plus gros déchets.

Dans la Baie de Saint-Brieuc, les déchets s'accumulent principalement dans l'Anse de Morieux pour diverses raisons :

- ⇒ Son exposition particulière aux vents et courants dominants qui amènent plus de déchets.
- ⇒ Son linéaire de plages très important (1,5 km).
- ⇒ Son estran lisse.
- ⇒ Sa concentration d'activités touristiques (manifestations sportives, randonnées, promenades, pêche de loisir, ...).
- ⇒ Son activité maritime importante (mytiliculture représentant 10% de la production Française, pêche, transport, ...).

A VOUS DE JOUER !

En 2021, sur la plage de Grandville (Hillion) ont été retrouvés parmi les déchets :



Quels déchets anthropiques pouvons-nous retrouver en Baie de Saint-Brieuc ?



Des plastiques :

- ⇒ Emballages
- ⇒ Bouteilles
- ⇒ Sacs
- ⇒ Filets de pêche, jupes tahitiennes
- ⇒ GPI (Granulés de Plastique Industriels)
- ⇒ ...

Des caoutchoucs :

- ⇒ Chaussures et semelles
- ⇒ Pneus
- ⇒ Elastiques
- ⇒ ...



Des cordages

Du verre :

- ⇒ Bouteilles, bris de verre



Et bien d'autres :

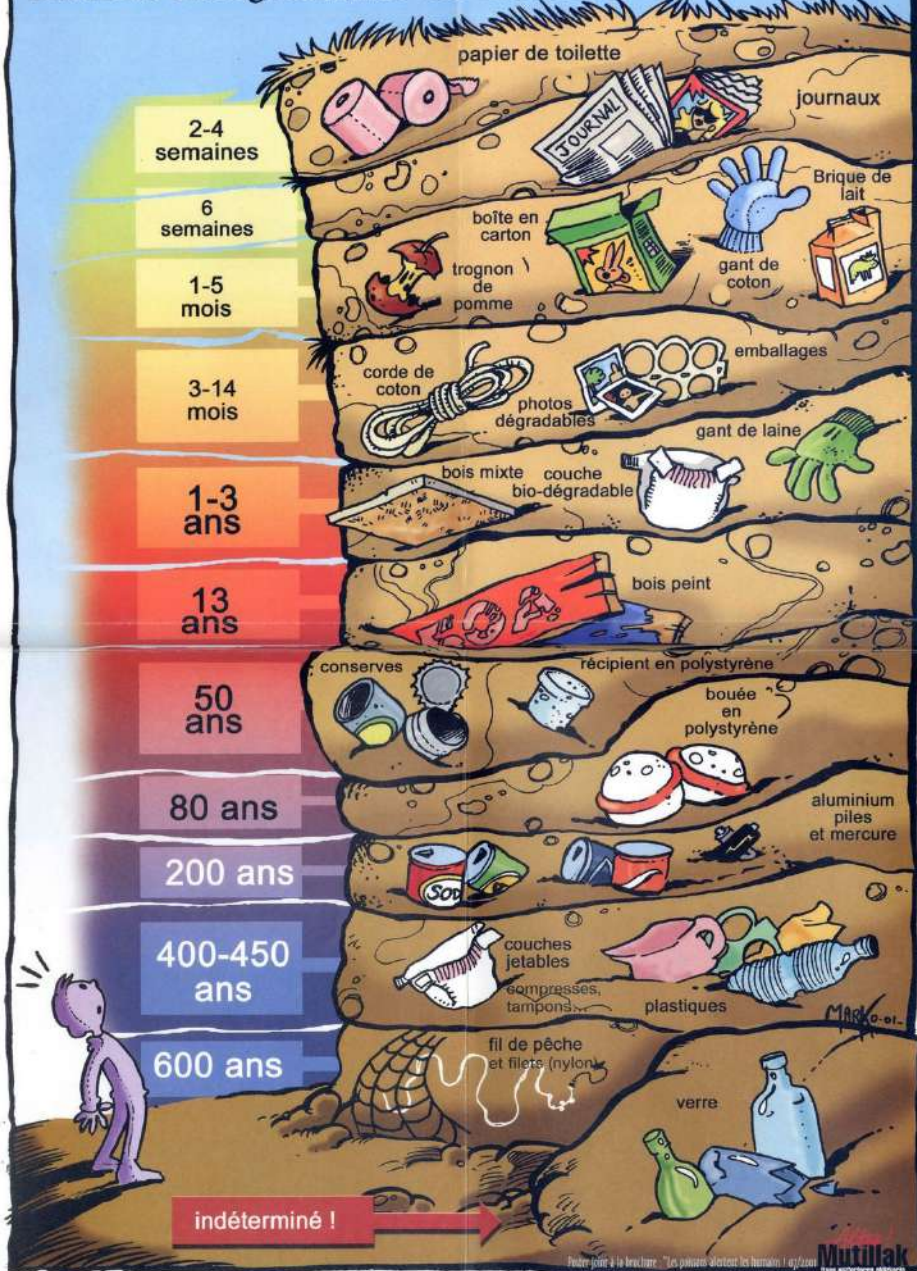
- ⇒ Mégots de cigarettes
- ⇒ Cartouches de chasse
- ⇒ Ballons
- ⇒ Bois traité, peint
- ⇒ Accessoires électriques
- ⇒ Textiles
- ⇒ ...



LE SAVIEZ-VOUS ?

80 % des déchets retrouvés sur les plages de l'anse de Morieux proviennent des activités maritimes.

Durée de biodégradabilité des déchets en mer



A VOUS DE JOUER !

Un mégot pollue :

- ⇒ 1 litre d'eau
- ⇒ 50 litres d'eau
- ⇒ 500 litres d'eau

Je ne dois pas ramasser le bois :

- ⇒ Peint
- ⇒ Mort à l'état naturel
- ⇒ Avec des clous, des pointes ou des vis

La corde chanvre :

- ⇒ Est biodégradable
- ⇒ Est consommée par les animaux
- ⇒ Ne pose pas de problème

D'où proviennent les déchets ?

Les déchets retrouvés sur les plages proviennent de 3 sources :



De la terre via les bassins versants (cours d'eau, fossés, ...).

De la mer via les activités maritimes.



Du site même via les usagers qui jettent leurs déchets ou les perdent par mégarde.

Quels sont les problèmes provoqués par les déchets ?

Les déchets anthropiques posent de nombreux problèmes :

- ⇒ Contamination du sol et de l'eau.*
- ⇒ Contamination des animaux et des chaînes trophiques.*
- ⇒ Impacts sur la santé humaine notamment avec les perturbateurs endocriniens (issus des composés toxiques des déchets tels que les colorants, les bisphénols, les produits perfluorés, le plomb, les carbonates, les sulfates, ...).*
- ⇒ Support pour les pathogènes.*
- ⇒ Dégradation de l'image du site.*
- ⇒ Baisse de la fréquentation touristique.*
- ⇒ Accidents pour les animaux (pièges, étouffements, ingestions, étranglements, ...).*



Source : Laurence Glatre

IV - LES SOLUTIONS FACE AUX DECHETS

D'une façon très simple, on peut commencer par réduire ses déchets grâce à différentes actions préventives :

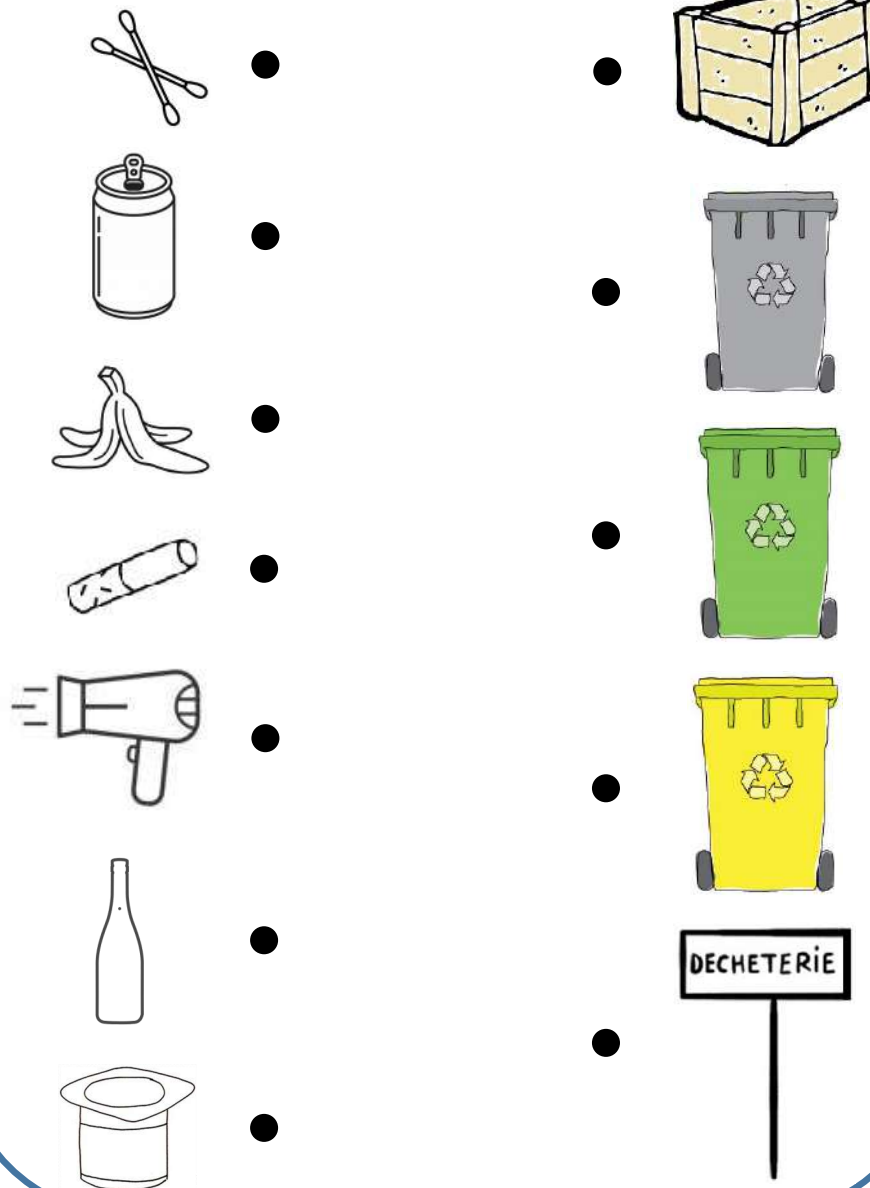
- ⇒ Faire le tri sélectif.
- ⇒ Emporter avec soi ses déchets lors de promenades ou de pique-niques.
- ⇒ Privilégier les emballages réutilisables (gourdes, boîtes).
- ⇒ Limiter son utilisation d'emballages plastiques jetables.
- ⇒ Travailler en amont : ramasser les déchets dans les campagnes, les fossés, les trottoirs, les cours d'eau avant qu'ils n'arrivent jusqu'à la mer.

TRUCS ET ASTRUCES

- ⇒ Lors de vos courses, utilisez des sacs en tissu pour mettre vos fruits et légumes à la place des pochons en plastique.
- ⇒ Privilégiez le vrac plutôt que les emballages individuels.

A VOUS DE JOUER !

A chacun sa poubelle :



Comment ramasser les déchets ?

Pour les déchets déjà en mer, on ne peut les ramasser que lorsqu'ils s'échouent sur les plages.

Important : pour la période estivale, bien se renseigner des conditions sanitaires des plages car s'il y a un **échouage important d'algues vertes**, il n'y a pas de ramassage de déchets possible.

On peut ramasser les déchets individuellement ou collectivement :

⇒ **Individuellement** : lors de vos promenades, si vous croisez un déchet, n'hésitez pas à le ramasser et à le jeter dans une poubelle adéquate ou dans les bacs à marées disposés à l'entrée des plages de la Réserve.

TRUCS ET ASTRUCES

⇒ Pour ne pas ramasser les déchets à main nue, pensez à mettre une paire de gants dans votre sac avant de partir en balade afin de pouvoir réaliser votre BA du jour !

LE SAVIEZ-VOUS ?

Des bacs et des seaux à marée sont à votre disposition sur les communes d'Hillion, de Lamballe-Armor et de Languieux.

Rappel : le bac à marée est destiné **uniquement aux déchets ramassés sur la plage**.

Les déchets issus de vos pique-niques sont à déposer dans les poubelles de tri classique.



Exemple de bac à marée, plage de Saint-Maurice (Lamballe-Armor)



⇒ Collectivement : les ramassages collectifs sont effectués par de nombreuses personnes (associations, centres de loisirs, particuliers, entreprises, collectivités, classes, ...) et nécessitent une organisation au préalable. La Réserve naturelle organise également des nettoyages de plage tout au long de l'année où des bénévoles ramassent les déchets. Ces ramassages s'effectuent uniquement à marée basse car à marée haute, les oiseaux sont poussés par la mer vers le haut des plages et s'y concentrent.

A noter qu'en Baie de Saint-Brieuc, 2 sites de suivis des macro et mesodéchets (1 dans chaque anse) sont exempts de tout nettoyage en dehors de périodes précises. Il est donc important de bien se renseigner auprès de la Réserve pour ramasser dans les zones autorisées. Pour réguler la pression sur le site naturel, une veille est réalisée afin d'éviter les collectes collectives rapprochées.

Les écorandos

Tous les derniers jeudis du mois, rejoignez les écorandonneurs de l'association VivArmor Nature pour ramasser les déchets en contexte urbain et périurbain.

Pour plus d'informations, contactez le 06 27 47 49 94 ou écrivez à delphine.even@vivarmor.fr

A VOUS DE JOUER !

Trouvez les 7 différences :



Comment se passent les ramassages collectifs ?

Rappel du contexte réglementaire :

Avant tout ramassage collectif, il faut **obligatoirement obtenir l'avis des gestionnaires de la Réserve** (article 1 AIP 2018-140 du 11.09.2018). A la date convenue, les gestionnaires peuvent être présents afin de présenter la Réserve et rappeler les consignes de nettoyage.

A la Réserve naturelle nationale de la Baie de Saint-Brieuc, le ramassage est effectué de façon raisonnée, c'est-à-dire à la main, à marée basse et hors des sites sensibles. Cela a de multiples avantages :

- ⇒ Respect de l'environnement : le sol n'est pas tassé par les machines.
- ⇒ Diminution du dérangement pour la faune et la flore.
- ⇒ Modération du piétinement des végétaux et de la laisse de mer.
- ⇒ Capacité de tri sélectif : on ne ramasse que les déchets issus des activités humaines car les débris organiques sont le support d'un réseau trophique (cf pages 11 et 12).



Quels sont les bons gestes à adopter ?



Ne pas aller dans les ZPR
(Zones de Protection Renforcée)

- ⇒ Prés-salés
- ⇒ Estuaire du Gouessant

Des panneaux vous indiquent
l'emplacement des ZPR et vous
rappellent la réglementation en vigueur.



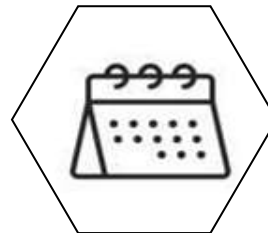
Eviter d'aller dans les zones végétalisées

- ⇒ Dunes
- ⇒ Prés-salés



Laisser le bois mort

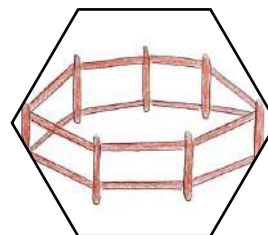
- ⇒ Tout ce qui est naturel reste



Veiller à ne pas déranger les animaux en repos
tout au long de l'année ou en période de
reproduction au printemps et en été dans les
parties végétalisées.

On retrouve notamment :

- ⇒ Des canards comme le Tadorne de Belon
- ⇒ Des passereaux comme le Pipit farlouse, la Rousserolle effarvatte ou l'Alouette des champs
- ⇒ Des limicoles comme le Petit gravelot ou le Gravelot à collier interrompu



Respecter les enclos mis en place sur la plage
pour préserver des espèces fragiles.

Maintenir une distance avec les groupes
d'animaux.

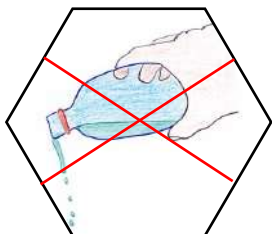
Le dérangement peut provoquer une dépense
d'énergie inutile, nécessaire à la migration ou
leur recherche de nourriture. Pour les oiseaux
nichant en haut de plage, un dérangement
peut provoquer l'envol des parents et ainsi le
refroidissement des œufs ou tout simplement,
l'abandon du nid.





Ramasser les déchets apparents (attention aux objets dangereux types seringues, lames de rasoirs, clous, plastiques pointus, ...).

Ramasser avec des gants et porter de bonnes chaussures.

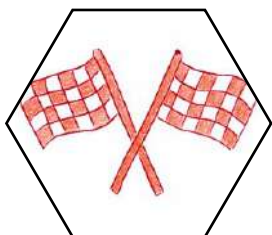


Ne pas vider le contenu d'une bouteille sans en connaître sa nature.

Pour tout objet suspect retrouvé (bidons, futs pleins, signe de danger distinctif) prévenir la mairie de la commune concernée ainsi que les gestionnaires de la Réserve.



Contacts pages 35 et 36



Nettoyer n'est pas une course, il faut bien prendre le temps d'observer, de trier et de ramasser.

A VOUS DE JOUER !

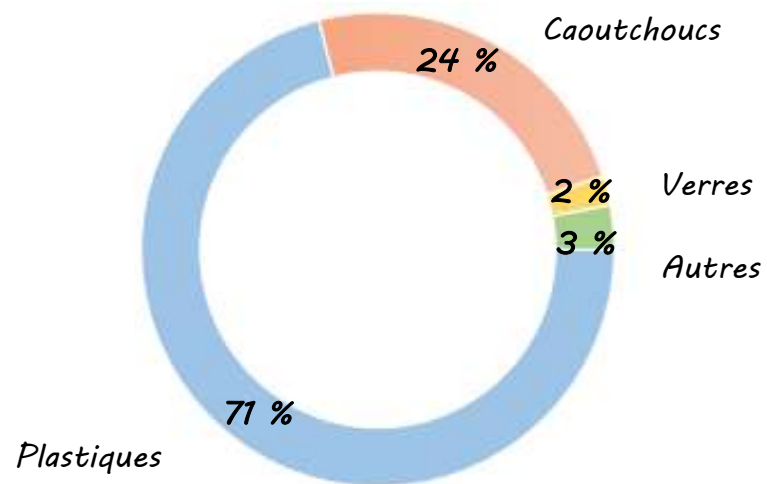
Vrai ou faux

- ⇒ Je peux me promener dans les prés-salés.
- ⇒ Je peux ramasser le bois mort.
- ⇒ Je dois ramasser ce que je vois.
- ⇒ Je peux jouer avec un oiseau mort retrouvé dans la laisse de mer.
- ⇒ Seul, je peux ramasser à marée haute.
- ⇒ Avant tout ramassage collectif, je dois obtenir l'avis des gestionnaires de la Réserve.
- ⇒ Je peux prendre les algues pour mon jardin.
- ⇒ Je dois éviter de marcher sur la laisse de mer.
- ⇒ Je peux ramasser les déchets pieds nus.
- ⇒ Je peux vider une bouteille pleine sur la plage.

SOLUTIONS DES JEUX

A VOUS DE JOUER (PAGE 16)

En 2021, sur la plage de Grandville ont été retrouvés :



A VOUS DE JOUER (PAGE 20)

Un mégot pollue 500 litres d'eau.

Je ne dois pas ramasser le bois mort à l'état naturel.

La corde chanvre est biodégradable.

A VOUS DE JOUER (PAGE 24)

A chacun sa poubelle :

Items to be sorted:

- Crossed sticks
- Can
- Banana peel
- Cigarette
- Megaphone
- Bottle
- Bucket

Recycling bins:

- Grey bin (General waste)
- Green bin (Recyclable materials)
- Yellow bin (Paper and cardboard)

Sign: DECHETERIE

A VOUS DE JOUER (PAGE 28)

Trouvez les 7 différences :



A VOUS DE JOUER (PAGE 34)

Vrai ou faux

- ⇒ Faux : les pré-salés sont classés en ZPR, je n'ai donc pas le droit d'y aller, sous aucun prétexte.
- ⇒ Faux : le bois mort est un habitat pour de nombreuses espèces et fait partie des débris organiques et naturels, donc je le laisse sur la plage.
- ⇒ Vrai : cela évite de se blesser avec des objets dangereux.
- ⇒ Faux : je dois prévenir les organismes correspondants.
- ⇒ Vrai : en respectant le rythme des animaux et en n'allant pas dans la végétation.
- ⇒ Vrai : stipulé par l'article 1 AIP 2018-140 du 11.09.2018.
- ⇒ Faux : les algues font partie de la partie naturelle de la laisse de mer et doivent donc rester sur la plage.
- ⇒ Vrai : en l'évitant, je la préserve et protège ses habitants.
- ⇒ Faux : vous risquez de vous blesser les pieds.
- ⇒ Faux : elle pourrait contenir des substances toxiques.

V - CONTACTS ET REFERENTS

Que faire des déchets ?

- ⇒ Si les déchets que vous avez ramassés proviennent de la plage, alors ils peuvent être placés dans les bacs à marées situés à l'entrée des plages.
- ⇒ Les déchets issus de vos pique-niques sont à déposer directement dans les poubelles de tri classique.

Si vous trouvez un animal mort ou en détresse ?

Appeler la Réserve Naturelle (02 96 32 31 40) ou la mairie de la commune.

Si ces services ne sont pas disponibles :

Animal mort :

Oiseaux mazoutés contacter :

- ⇒ Vigipol au 02 96 15 84 90 ou à pollution@vigipol.org

Oiseaux non mazouté contacter :

- ⇒ OFB (Office Français de la Biodiversité) au 02 96 33 01 71

Mammifères marins contacter :

- ⇒ Pelagis au 05 46 44 99 10
- ⇒ ACMOM (Association pour la Conservation des Mammifères et Oiseaux Marins de Bretagne) au 02 98 34 40 52 ou au 02 98 34 40 40

Animal en détresse : **ne pas l'approcher ou le toucher** car il pourrait se montrer agressif

Oiseaux contacter :

- ⇒ CEDRE au 02 98 33 10 10
- ⇒ Vigipol au 02 96 15 84 90
- ⇒ LPO (Ligue pour la Protection des Oiseaux) d'Île Grande au 02 96 91 91 40

Mammifères marins contacter :

- ⇒ ACMOM au 02 98 34 40 52 ou au 02 98 34 40 40
- ⇒ Pelagis au 05 46 44 99 10
- ⇒ LPO d'Île Grande au 02 96 91 91 40

En cas de forte pollution ou pollution suspecte (GPI en masse, conteneurs, ...) : contacter Vigipol au 02 96 15 84 90.

Rejoignez-nous !

Si vous voulez vous investir dans la protection et le nettoyage des plages de la Baie de Saint-Brieuc, n'hésitez pas à rejoindre le groupe de bénévoles ou le groupe des ambassadeurs de la Baie.



*N'hésitez pas à envoyer une photo de votre collecte
à la Réserve !*

Vous participerez ainsi aux suivis des déchets de la Baie.



5 rue du 17^{ème} régiment
d'infanterie
22044 Saint-Brieuc

Conception et réalisation

Maëlia Thibonnet, RNN Baie de Saint-Brieuc

Crédits photographiques et contributions

RNN Baie de Saint-Brieuc, Maëlia Thibonnet,



Espace d'entreprises Keraia
18 rue du Sabot, bâtiment C
22400 Ploufragan