



# Être écotouriste en Provence Méditerranée

Être écotouriste, c'est :

- Respecter le lieu de vacances comme son « chez soi ».
- Être responsable de ses déchets et faire le tri sélectif en vacances.
- Consommer avec modération les ressources naturelles eau et en énergie.
- Utiliser des moyens de déplacement plus respectueux de l'environnement : marche à pied, vélo, transports en commun.
- Respecter la faune et la flore présentes dans les espaces naturels qui nous entourent.
- Prévenir les autorités compétentes en cas de pollution.
- Participer au développement de l'économie locale, avec l'achat de produits frais, locaux et de saison, et d'artisans locaux.
- La crème solaire est un des plus gros polluants de la mer Méditerranée : certaines préservent les fonds marins, pensez à les privilégier.



**IL N'Y A PAS D'ÂGE POUR  
PROTÉGER LA PLANÈTE !  
LE PETIT ÉCOTOURISTE**



*La mer, c'est magique... synonyme de vent, de vagues, de liberté. C'est aussi l'un des écosystèmes les plus fragiles.*

- En vacances, j'incite ma famille à pratiquer des activités de plein air : vélo, marche à pied.
- J'évite d'aller en bord de mer avec des objets très légers qui peuvent s'envoler et polluer la plage.
- Je respecte les clôtures installées à proximité des plages et sur les îles : elles protègent la végétation du piétinement.
- Si je pêche, je me renseigne sur les périodes de pêche et les autorisations nécessaires : [www.var.gouv.fr](http://www.var.gouv.fr)
- En bateau, je veille à ce que ma famille ne jette rien à la mer. Je rappelle aux adultes de respecter la vitesse autorisée et de ne pas jeter l'ancre dans les herbiers de posidonies. Avant de naviguer dans les eaux du Parc National de Port-Cros, je me renseigne sur la réglementation : [www.portcros-parcnational.fr/fr/le-parc-national-de-port-cros/la-reglementation/reglementation-en-mer-port-cros-et-porquerolles](http://www.portcros-parcnational.fr/fr/le-parc-national-de-port-cros/la-reglementation/reglementation-en-mer-port-cros-et-porquerolles)
- Avant de partir, je rappelle à mes parents de ne laisser aucun déchet derrière nous, y compris leurs mégots de cigarettes. En 2024, généralisation des espaces sans cigarette à la plage, dans les parcs publics et les forêts.



### Les herbiers de posidonies et les cymodocées

Attention fragile !  
La posidonie et la cymodocée ne sont pas des algues mais des plantes à fleurs. Elles forment de vastes herbiers sous-marins indispensables à l'écosystème marin de la Méditerranée. Elles protègent le littoral de l'érosion. Source d'oxygène, ces herbiers servent de frayères et de nurseries pour de très nombreuses espèces animales et poissons.

### Les oursins en voie de disparition



Règlementation pêche aux oursins

**Dans le Var, le ramassage est autorisé du 15 décembre au 29 février.**

Pour la pêche de loisirs, les quantités maximales autorisées sont :

En pêche sous-marine ou en pêche à pied : 2 douzaines d'oursins par pêcheur et par jour.

En pêche au moyen d'un navire de plaisance : 2 douzaines d'oursins par pêcheur et par jour avec un maximum de 5 douzaines d'oursins par navire et par jour, au-delà de deux personnes embarquées.

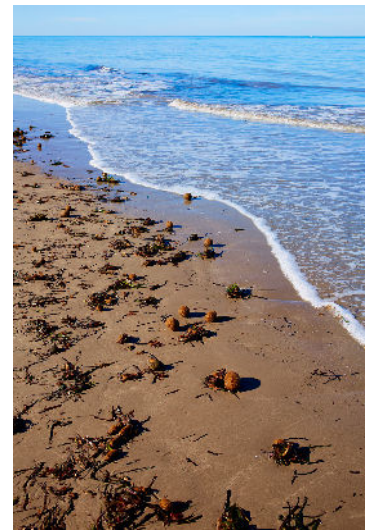
### Rappel

Par mesure d'hygiène, les chiens ne sont pas autorisés sur les plages.

Des espaces dédiés sont disponibles : plage de Bonnegrâce côté Brutal Beach à Six-Fours ; au sud de la base nautique de St Elme à La Seyne ; Anse Tabarly au Mourillon à Toulon ; plage du Mérou entre l'Ayguade et les salins à Hyères.

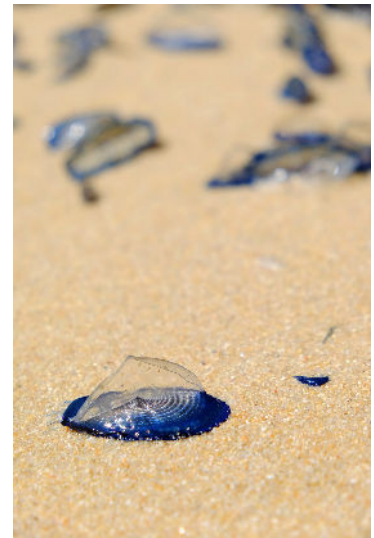
### Les laisses de mer

La mer dépose sur le rivage de nombreux restes. On y trouve : des posidonies, des algues, des coquillages, oursins, éponges, bois... Ces laisses de mer ne sont pas des déchets et elles jouent un rôle important pour l'équilibre des plages : elles évitent la perte de sable qui étouffe les écosystèmes.



### Les vélelles

Colonies flottantes de couleur bleue, d'environ 3-4 cm, la vélelle se nourrit de petits organismes planctoniques. Ces animaux coloniaux très répandus sont incapables de lutter contre les courants et sont donc rejetés en grand nombre sur les côtes au printemps et en été. Ils sont légèrement urticants.



### Accès aux massifs forestiers

En été, la préfecture du Var réglemente l'accès aux massifs. En cas de risque incendie, ils peuvent être fermés. Un dispositif d'information est disponible, grâce à une carte publiée chaque jour, avant 19h, pour la journée du lendemain :

<https://www.risque-prevention-incendie.fr/var>

