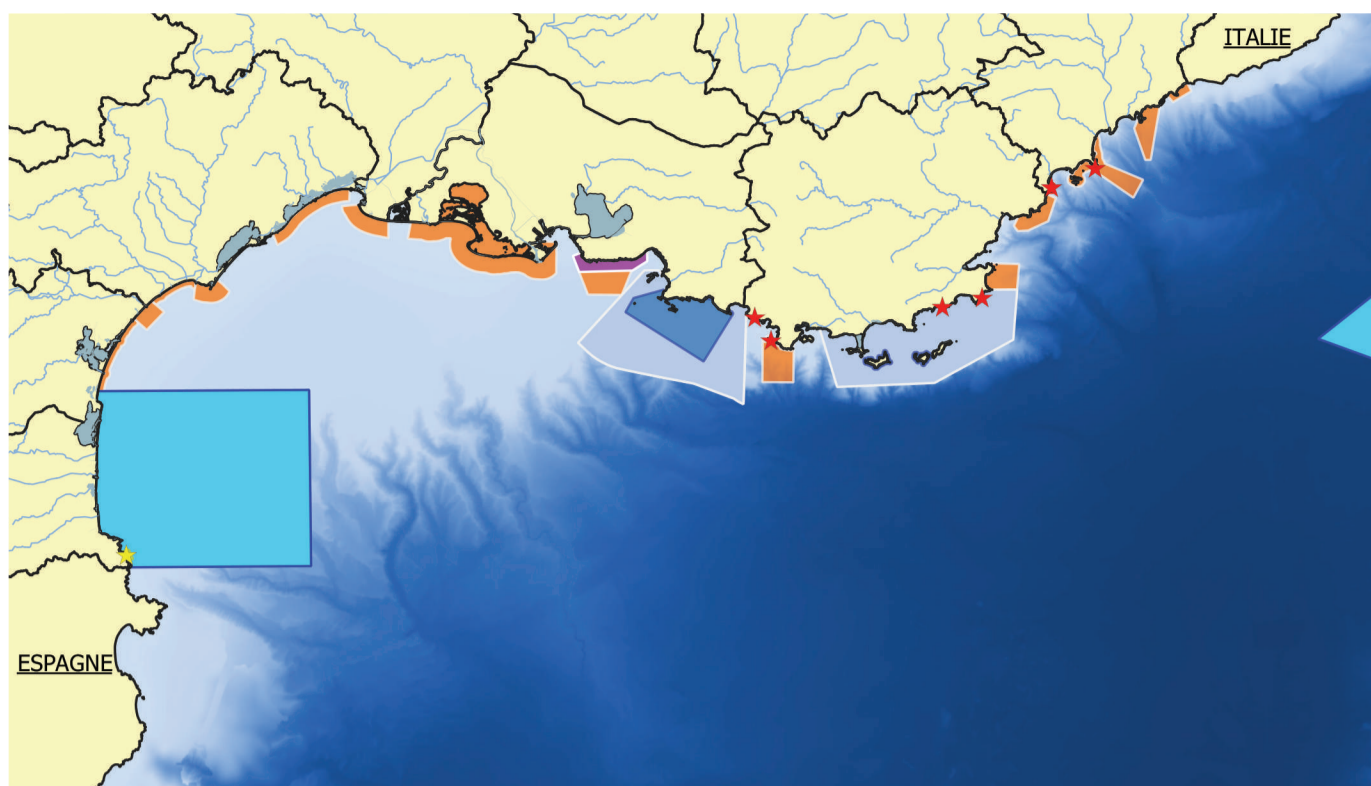


# PLONGEONS DÉCOUVRONS PROTÉGEONS!

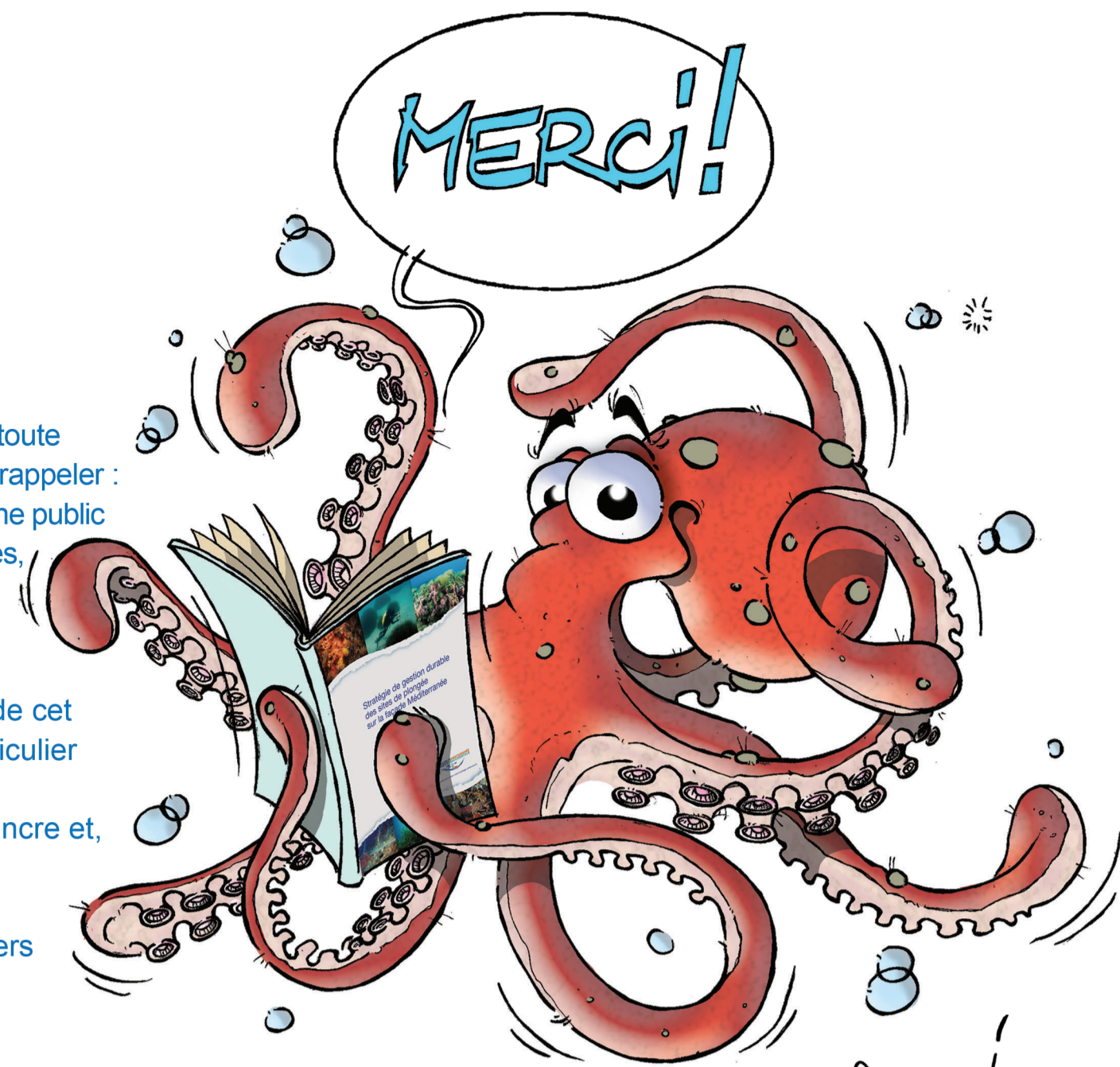


Sources: DNP (AMP), IGN, EEA (Référentiels terrestres), SHOM-Ifremer (Bathymétrie)

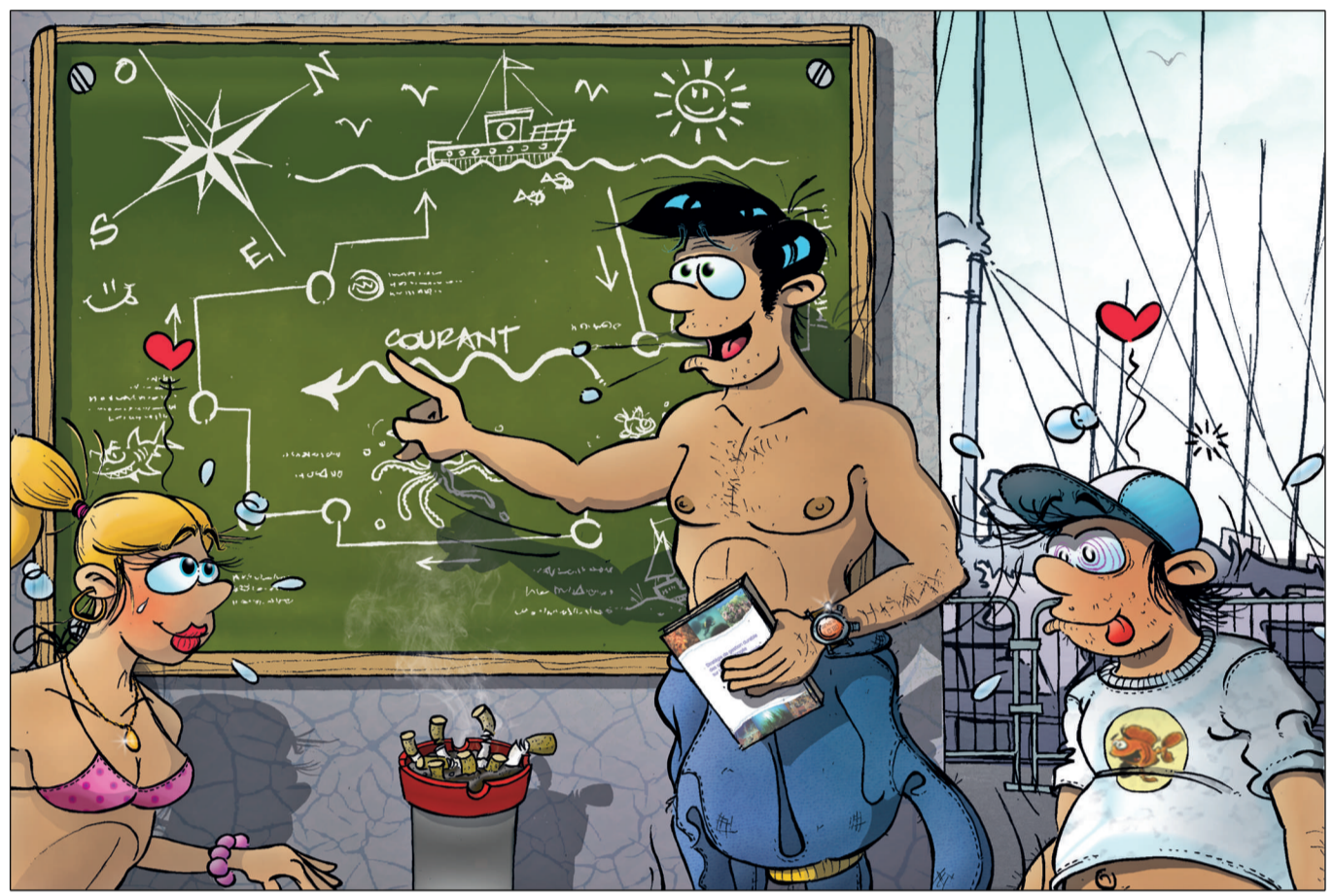
Incrovable Méditerranée! D'une richesse exceptionnelle, elle mérite toute notre attention. Plus de 80 aires marines protégées sont là pour nous le rappeler : des parcs nationaux, parcs naturels marins, sites Natura 2000, le domaine public maritime du Conservatoire du Littoral... Mérous, corbs, poulpes, langoustes, herbiers de posidonie, coralligène, grottes sont autant d'éléments naturels à admirer lors de nos plongées, pour pouvoir ainsi en profiter pendant de nombreuses années...

Les gestionnaires des aires marines protégées œuvrent à la protection de cet environnement. Des bouées de mouillages écologiques sont en particulier positionnées sur certains sites de plongée sensibles et fréquentés. Ces installations permettent aux navires supports d'éviter de jeter l'ancre et, ainsi, de ne pas détériorer les habitats marins lors du mouillage. Des actions de sensibilisation sont également déployées pour faire connaître les enjeux écologiques et améliorer les pratiques des usagers de la mer. Cette affiche en fait partie.

⚠ Prendre connaissance des règles d'utilisation des sites aménagés.



## ADOPTONS LES BONS GESTES :



**1 - Se renseigner lors du briefing du moniteur de plongée...**



**2 - Bien s'équiper...**



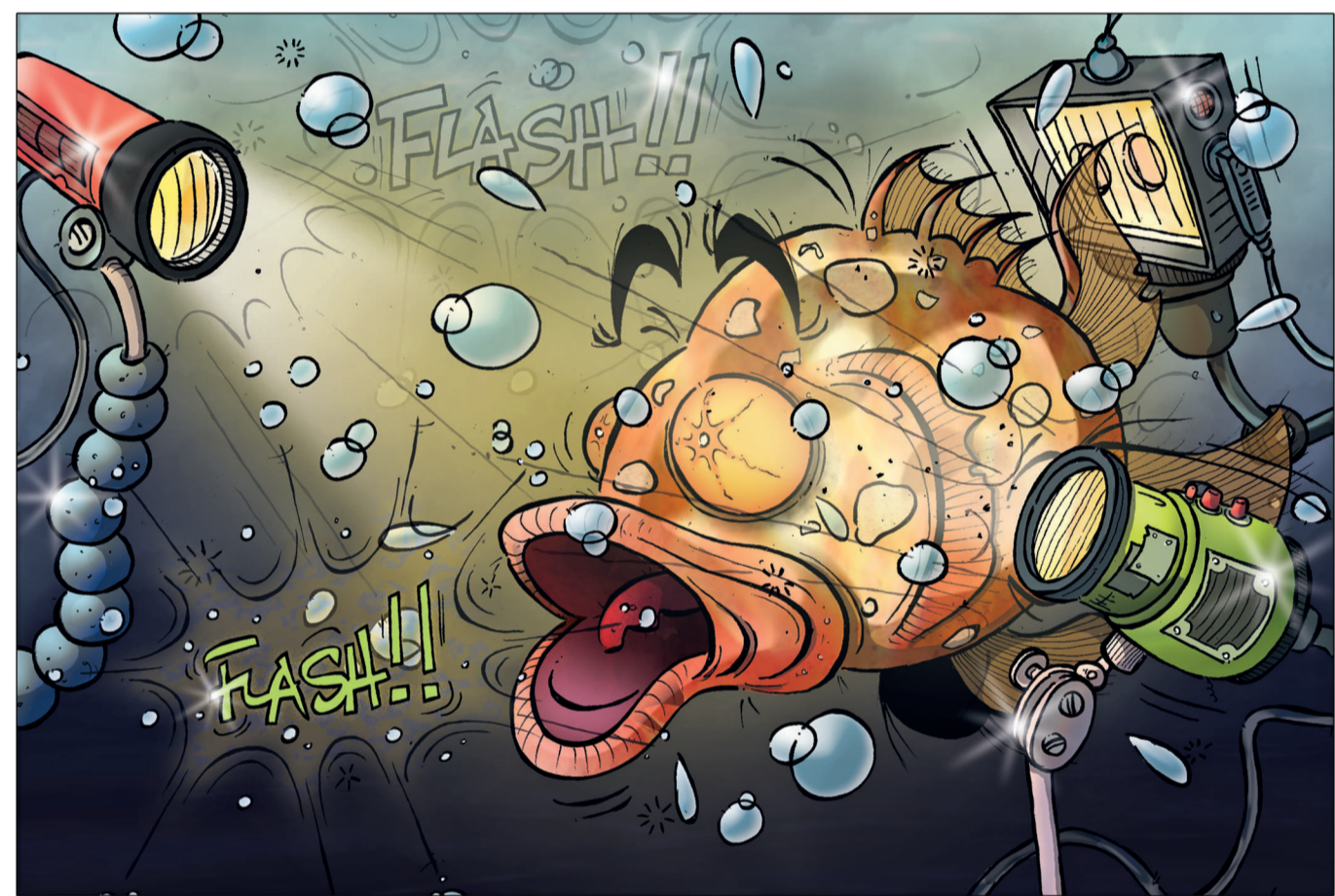
**3 - Faire attention à sa flottabilité pour ne pas endommager le fond...**



**4 - Attention aux coups de palmes...**



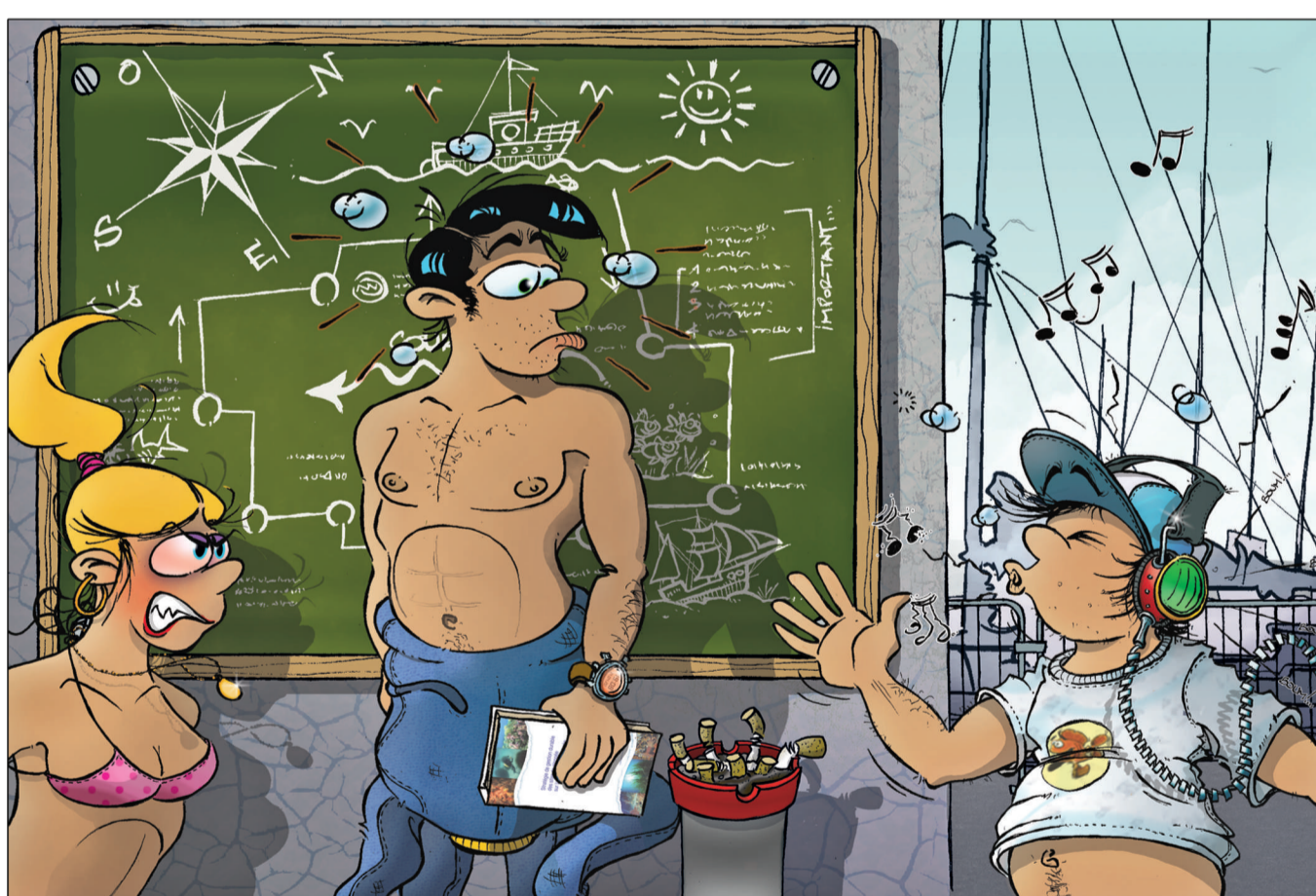
**5 - Maintenir une distance avec les espèces pour ne pas les faire fuir...**



**6 - Préférer l'observation à l'utilisation abusive de l'appareil photo et du flash...**



**7 - Ne rien remonter du fond...**



**8 - Ecouter le débriefing du moniteur...**



**9 - Economiser l'eau en utilisant des bacs et ne rincer que le matériel nécessaire...**

## HABITATS :



### La posidonie

Habitat clé de la Méditerranée, c'est une zone d'abri et de nurserie pour beaucoup d'espèces. Puits de carbone, protégeant le littoral de l'érosion, cette plante à fleurs a une croissance très lente, et, une fois détruite ne peut pas être restaurée. Strictement protégé, l'herbier de posidonies regorge de secrets. Prenez le temps de l'observer.



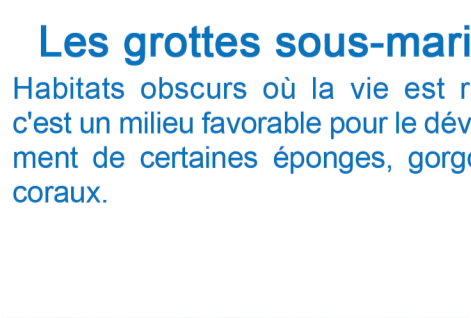
### Le coralligène

Ce fond dur, mais fragile, se retrouve au-delà de 30-40 m de profondeur, car les algues calcaires colorées qui le constituent craignent une trop forte lumière. Il est percé et creusé de toutes parts et accueille de nombreuses espèces.



### Les fonds rocheux

Ce milieu rempli de cavités offre des abris aux espèces permettant d'y vivre et de se protéger. Deux faces s'opposent : une zone éclairée où les algues se développent et une zone ombragée où les animaux fixés dominent.



### Les grottes sous-marines

Habitats obscurs où la vie est lente, c'est un milieu favorable pour le développement de certaines éponges, gorgones et coraux.



### Le sable

Ce milieu d'apparence désertique est idéal pour passer inaperçu. Regardez de plus près et vous y découvrirez une multitude d'espèces bien cachées.



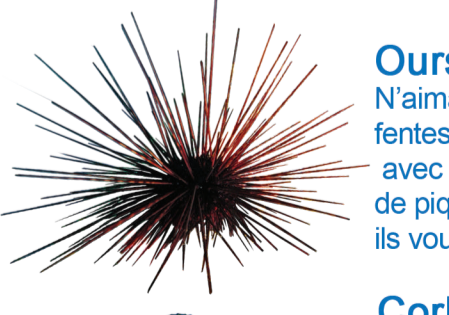
### Gorgone pourpre - *Paramuricea clavata*

La gorgone pourpre a l'aspect d'un arbuste mais elle appartient bien au règne animal. Très fragile, cette colonie cousine du corail peut atteindre 1.80 m et se rencontre sur les tombants exposés aux courants où les polypes se régalent du plancton ainsi transporté.



### Mérou brun - *Epinephelus marginatus*

Espèce réglementée, le mérou est sédentaire. Il vit sur les fonds rocheux où il peut se cacher très facilement. C'est un animal craintif lorsqu'il est chassé, mais il peut devenir très curieux quand il se sent en sécurité. Il peut atteindre plus de 1 m. Tous les mérous sont d'abord femelles puis, en grandissant, se transforment en mâles.



### Oursin diadème - *Centrostephanus longispinus*

N'aimant pas la lumière, on le trouve dans les cavités et fentes rocheuses à partir de 20 m. Il change de couleur avec l'âge, allant du brun foncé au noir. Il est recouvert de piquants fins et longs d'environ 15 cm. Très mobiles et cassants, ils vous incitent à ne pas le toucher.



### Corb - *Sciaena umbra*

Le corb se reconnaît à sa double nageoire dorsale et à sa couleur bronze. En cas de menace, il grogne en frottant les muscles de sa vessie natatoire. Cette espèce réglementée est assez discrète.



### Grande nacre - *Pinna nobilis*

C'est le plus grand coquillage de Méditerranée. Cette espèce protégée peut mesurer jusqu'à 1 m en grandissant en moyenne de 1 cm par an. Plantée verticalement, elle se rencontre sur les fonds sableux à proximité ou dans les herbiers de posidonie.

## ESPÈCES :

### Hippocampe - *Hippocampus hippocampus*

Cette espèce emblématique se fait de plus en plus rare. Pierre nageur, il enroule son corps autour des algues et autres « branches » disponibles pour ne pas avoir à subir le courant. C'est le mâle qui porte les petits dans sa poche ventrale.

### Poulpe - *Octopus vulgaris*

Plutôt casanier, le poulpe ne sort de son trou que pour chasser et se reproduire. Son mimétisme fabuleux lui permet d'imiter à la fois la couleur et l'apparence du substrat sur lequel il se trouve. C'est un animal extrêmement intelligent.

### Denti - *Dentex dentex*

Avec son faciès massif et sa belle denture, le denti impressionne. Ce redoutable prédateur aux reflets bleu argenté se déplace rapidement en quête de nourriture. Il chasse souvent en groupe, rabattant ses proies contre la roche pour optimiser ses chances de réussite.

### Grande cigale de mer - *Scyllarides latus*

La grande cigale peut atteindre 50 cm et doit se faire discrète pour échapper à ses prédateurs. Elle vit la nuit et séjourne à l'abri dans le fond des grottes. Ce crustacé fait partie des espèces protégées.

### Corail rouge - *Corallium rubrum*

Cet animal branchu rouge aux milliers de polypes blancs vit fixé sur les parois rocheuses du coralligène. Cette espèce est très fragile et sa croissance varie de 1 à 8 mm par an. Il peut pousser jusqu'à 400 m de profondeur.

