

# COMMENT AGIR EN TANT QUE CITOYEN DU MONDE ?

## 1 Diminuer votre consommation générale, notamment de plastique

Évitez le suremballage et les portions individuelles.

Dites NON aux produits à usage unique : pailles, bouteilles d'eau, gobelets, sacs, etc.



Appliquez la méthode des 3RV : Réduisez votre consommation à la source - Réutilisez ce qui existe déjà - Recyclez vos déchets - Valorisez-les en produisant du compost

## 2 Réduisez votre empreinte carbone

Privilégiez les transports en commun ou les modes de déplacement non polluants (marche, vélo, etc.)

Pensez à éteindre la lumière quand vous quittez une pièce, vous économiserez de l'électricité et diminuerez donc les émissions liées au fonctionnement des centrales nucléaires

Régulez votre utilisation du chauffage et de la climatisation

Essayez d'inclure un repas sans viande animale dans votre semaine, l'agriculture moderne et notamment la production animale, représente 18% des émissions de gaz à effet de serre

Consommez local et de saison, vous éviterez les émissions liées au transport des marchandises

## 3 Évitez les produits portant préjudice à l'océan

Évitez les fertilisants chimiques au jardin ou encore les produits d'entretien ménager nocifs pour vous comme pour l'environnement, privilégiez leurs alternatives naturelles.

De nombreux cosmétiques contiennent des produits dérivés d'animaux marins (ex: squalène de requin, graisse de baleine).

N'encouragez pas le commerce d'objets issus de l'exploitation d'organismes marins : bijoux en corail ou écailles de tortue, objets en coquillages, étoiles de mer, etc.

Protégez vous avec des crèmes solaires sans filtres chimiques, vous contribuerez à la protection des récifs coralliens.

## 4 Consommez des produits de la mer issus d'une pêche durable

Un consommateur averti est un consommateur responsable : renseignez vous sur les espèces les moins ciblées par la surpêche et consommez des espèces moins connues pour diminuer l'effort de pêche sur les espèces à haute valeur commerciale.

Évitez les produits pêchés avec des techniques de capture destructives ou non sélectives (chalut, senne, etc.).

Encouragez la pêche côtière à petite échelle en achetant directement auprès des pêcheurs artisans ou sur les criées.

Consultez la page de l'association française Bloom «Mieux consommer» ou encore le guide du WWF qui vous aideront à faire des choix éclairés.



# COMMENT AGIR EN TANT QUE CITOYEN DU MONDE ?

## 5 Découvrez et explorez l'Océan et le monde aquatique

On protège mieux ce que l'on aime :

Partez à la découverte du monde marin et appréciez ses incroyables richesses. Si vous ne pouvez pas vous aller directement à sa rencontre, que ce soit à travers des livres, films ou encore des photos, il existe d'innombrables moyens de mieux comprendre l'Océan et ses mystères.

Quelques suggestions de films : Planet Ocean, Sharkwater, Mission Blue, Plastic Ocean, Chasing Coral, Blue Planet.

## 6 Ne laissez rien derrière vous

Plages, rivières, forêts... les éléments naturels sont tous interconnectés et les déchets laissés à un endroit risquent bien de terminer dans l'océan à la fin de leur parcours.

Randonnées, journées à la plage, etc. : Pensez à avoir avec vous un contenant ou un sac qui vous permettra de ramener vos déchets à la maison s'il n'est pas possible de les éliminer correctement sur place.

Une grande partie des déchets produits par les humains ont une durée de vie bien supérieure à la leur. Autrement dit, le sac plastique abandonné quelque part aura de fortes chances de croisé un jour la route de vos arrières petits enfants.

## 7 Communiquez au sujet des problématiques qui touchent le milieu marin et la manière dont les autres peuvent le protéger

Partager à votre entourage les menaces pesant actuellement sur l'Océan et la manière dont ils peuvent s'engager pour faire évoluer les choses.

Renseignez vous sur les associations qui œuvrent pour la protection du milieu marin dans votre pays et les pétitions en cours pour défendre ces espaces.

## 8 Impliquez-vous

Vous avez du temps libre et l'envie de contribuer ? Contactez une association proche de chez vous et demandez leur s'ils cherchent des volontaires : nettoyage de plage, organisations d'événements... de multiples activités sont possibles.

Vous n'avez pas de temps disponible mais vous voulez soutenir la cause ?  
Faites un don !

