



*“Et si on parlait
découvrir les lagunes ?”*



Une découverte

respectueuse

des lagunes méditerranéennes



» Vous tombez bien,
c'est là que je vis pendant les beaux jours. «

> Bienvenue au cœur des lagunes !

« Je me présente, je m'appelle *Sterna albifrons* (Sterne naine) mais on m'appelle aussi l'Hirondelle de mer. A la saison des amours, mon bec est vraiment jaune avec une pointe noire et mon front est blanc en contraste avec le haut de la tête et mon bandeau noir sur l'œil.

» Suivez-moi, je vais vous faire une petite visite de mon lieu de vie : la lagune. «

Vous verrez, c'est vraiment agréable de vivre ici. Situé entre la terre et la mer, il est composé de dunes, d'étangs, de sansouïres, de prés salés, de magnifiques roselières et de marais. Je partage mon habitat avec des Hommes, des végétaux et aussi d'autres animaux que vous pourrez découvrir tout au long de votre visite.

Comme nous, les Hommes ont, de tout temps, utilisé cet espace pour de nombreuses activités. On y trouve aussi environ 232 espèces d'oiseaux, soit plus de 70% des espèces de France ! Cependant, pour nous les oiseaux d'eau, seuls ces espaces peuvent subvenir à tous nos besoins, c'est pourquoi il est important de les préserver.

Lors de votre balade, restez discret et ne laissez aucune trace de votre passage. Pensez à ma famille, ne coupez pas la flore de mon habitat, faites plutôt des photos ! Vos chiens tenus en laisse et votre discrétion permettront aussi à mes petits de grandir tranquillement sur leurs îlots de sable.



> Poursuivons la visite

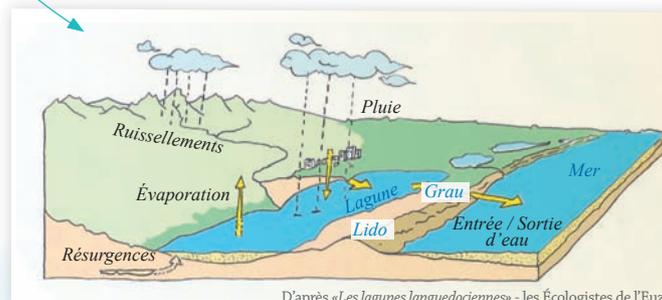


Les lagunes méditerranéennes françaises sont nées il y a 2 000 ans environ par l'isolement de masses d'eau marine dû à l'accumulation de sable et de galets apportés par les fleuves et les rivières.

On compte 22 grandes lagunes et de nombreux marais littoraux qui se répartissent le long de la façade littorale du Languedoc-Roussillon, de Provence-Alpes-Côte d'Azur et de Corse. Comme toutes zones humides, les lagunes méditerranéennes sont connues pour leur incroyable richesse biologique et pour les nombreux services qu'elles nous rendent : entre autres, elles protègent les zones urbanisées périphériques des inondations, purifient l'eau, offrent un espace de loisirs...

Mais, au fait,
> savez-vous ce qu'est une lagune ?

C'est un plan d'eau littoral de faible profondeur (moins de 10 mètres) séparé de la mer par un cordon sableux (le lido). La lagune communique avec la mer sous l'effet des marées et du vent par l'intermédiaire d'un ou plusieurs passages appelés « grau ». Elle est aussi alimentée en eau douce par les rivières et le ruissellement des eaux pluviales en amont, c'est pourquoi l'eau d'une lagune est plus ou moins salée.



D'après «Les lagunes languedociennes» - les Écologistes de l'Euzière

» Alors,
je vous emmène faire un tour ? »

Si vous ne me voyez pas, suivez mes traces...



Sterna albifrons

Les activités humaines des lagunes méditerranéennes

> La pêche

La pêche (de l'Athérine, de l'Anguille, du Loup...) est l'usage le plus ancien des lagunes. Pratiquée par plusieurs centaines de pêcheurs professionnels, elle s'appuie sur un savoir-faire traditionnel.



> La conchyliculture

Dès la fin du XIX^{ème} siècle, la conchyliculture apparaît sur le bassin de Thau et se développe sur quelques lagunes. La production représente aujourd'hui 10% de la production française d'huître. Cette activité, au même titre que la pêche, est tributaire de la qualité du milieu.



> La riziculture

Elle est pratiquée en Camargue. Face aux contraintes du milieu (salinité du sol) les riziculteurs utilisent diverses techniques, notamment celle de l'irrigation des terres.



> La saliculture

Depuis l'Antiquité, le sel est exploité sur le littoral méditerranéen français. Aujourd'hui les Salins du Midi récoltent près de 700 000 tonnes de sel par an sur les salins d'Aigues-Mortes et de Salin de Giraud en Camargue.



> La chasse au gibier d'eau

Autrefois réservée à la noblesse, il s'agit aujourd'hui d'une activité traditionnelle de loisirs pratiquée par près de 15 000 chasseurs sur les lagunes méditerranéennes.

> La récolte du roseau

Apparue au Moyen-âge, l'exploitation du roseau appelée « sagne » servait l'été de fourrage pour les chevaux et l'hiver à la construction d'habitats traditionnels. Aujourd'hui, la préservation d'anciennes roselières permet à certaines espèces d'oiseaux comme le Butor étoilé et le Héron pourpré de se reproduire.



> Le pâturage extensif

En bordure des lagunes, on rencontre des taureaux et des chevaux de race Camargue. Ils vivent en troupeau appelés Manades. Cet élevage est pratiqué selon un mode extensif qui joue un rôle environnemental de premier ordre. Quand il est adapté il participe à la conservation de la biodiversité et au maintien de la qualité paysagère. Le but de l'élevage est principalement le spectacle taurin et la participation aux fêtes traditionnelles.



> La viticulture

Il existe des « vins des sables », produits sur les arrières dunes, mais aussi des vins de pays et en AOC produits, eux, en périphérie des milieux lagunaires. Ces cultures caractérisées par des pieds de vignes originels, ont été préservées des parasites les plus menaçants par l'inondation l'hiver ou par le sol sableux.



> Les activités de pleine nature

La randonnée, le véliplanchisme, les promenades à cheval, le VTT sont les activités de loisirs les plus pratiquées.



les lagunes méditerranéennes françaises



La lagune

un milieu d'une richesse biologique exceptionnelle



L'Oyat



L'Oyat fixe les dunes constituées par le vent. Ses feuilles étroites et enroulées lui permettent de résister à l'aridité de ces collines de sable.



Le Lys de mer



Le Psammodrome hispanique

Regardez bien ce lézard. Arrivez-vous à le distinguer dans le sable de la dune ? Bien sûr que ce n'est pas facile, la couleur de ses écailles est la même que celle du sable de la dune ! Il s'agit du phénomène de mimétisme. Cela permet à ce lézard d'échapper à ses prédateurs.



L'Anguille



Les Ruppia



Le Flamant rose

Bien souvent observé dans les lagunes, cet oiseau élancé doit son beau plumage rosé à son alimentation à base de petites crevettes roses, appelées artémias.



La Salicorne



L'Echasse blanche



La Saladelle



L'Avocette

Les sols de la sansouire étant extrêmement salés, les plantes se sont adaptées pour évacuer les excès de sel. Regardez la couleur rouge de la salicorne et les cristaux sur la face interne des feuilles de la Saladelle ! Pour pêcher dans les faibles profondeurs des lagunes, rien ne vaut les longues pattes, le long cou et le long bec de l'Echasse blanche et de l'Avocette élégante.



Le Tamaris



Le Jonc maritime



Le Cisticole des joncs



Le Roseau ou Phragmite



Le Butor étoilé

Au coeur d'anciennes roselières, avec son plumage de couleur similaire aux roseaux, le Butor étoilé est difficilement observable. Cependant, il est possible de le repérer par son cri évoquant une corne de brume.



Le Héron pourpré



La Cistude d'Europe

Facilement repérable par ses taches jaunes sur sa tête, vous pouvez observer la Cistude se dorer au soleil sur les berges. Mais, ne la confondez pas avec la Tortue de Floride, une espèce envahissante, cela risquerait de la vexer !



L'iris jaune



La Rainette méridionale

et sa cousine Corse



La Rainette sarde

De la mer à la terre, les paysages évoluent en fonction de la salinité.

> la mer

> la dune

> la lagune

> la sansouire

> les prés salés

> la roselière

> le marais



Recette gourmande

Cette visite m'a mise en appétit, pas vous ?

Partez maintenant à la découverte d'un mets délicieux...
une recette à partir de produits issus du milieu lagunaire :

Les huîtres gratinées

Préparation : 30 mn - Cuisson : 20 mn

Ingédients (pour 4 personnes) :

- deux douzaines de grosses huîtres de Méditerranée
- deux échalotes
- du vin blanc sec local - de la chapelure

Préparation :

Ouvrir les huîtres, vider l'eau et couper le "rendon".
Hacher très finement l'échalote puis en mettre sur les huîtres.
Saupoudrer de chapelure puis mouiller avec le vin blanc en prenant garde de ne pas noyer la coquille. Le tout doit rester légèrement humide et non mouillé.

Mettre au four à 200°C pendant une dizaine de minutes puis gratiner 10 mn de plus afin d'obtenir une chapelure roussie.

Servir chaud.



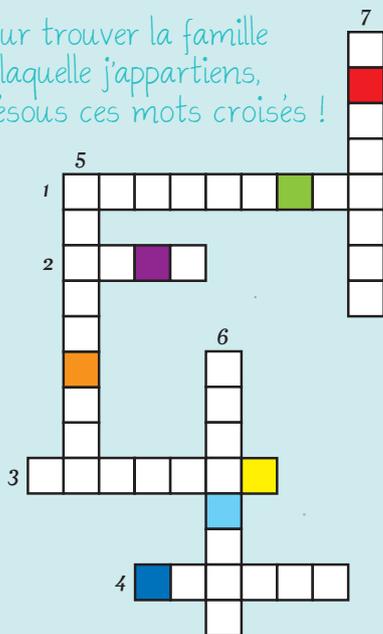
Sauriez-vous remplir ma carte d'identité ?



Mon nom est *Sterna alba*, la Sterne naine. Mes signes distinctifs sont : un bec jaune avec une pointe noire et un front blanc en contraste avec le haut de la tête et un bandeau noir sur l'œil.

Réponses :

Pour trouver la famille à laquelle j'appartiens, résous ces mots croisés !



1 : milieu lagunaire au sol très salé où tu pourras y observer des végétaux qui aiment le sel (halophiles : halo- : le sel, -phile : ami de...) comme la salicorne.

2 : cordon dunaire séparant la mer de la lagune.

3 : endroit où l'on doit marcher pour ne pas fragiliser le milieu naturel.

4 :



5 : plante aux fleurs mauves vivant sur des sols très salés, qui élimine le surplus de sel absorbé par ses feuilles.

6 : objet permettant d'observer les animaux sans les déranger.

7 : amphibien de couleur verte, je possède des ventouses sous les pattes qui me permettent de grimper sur les branches des arbres.

Famille de la Sterne



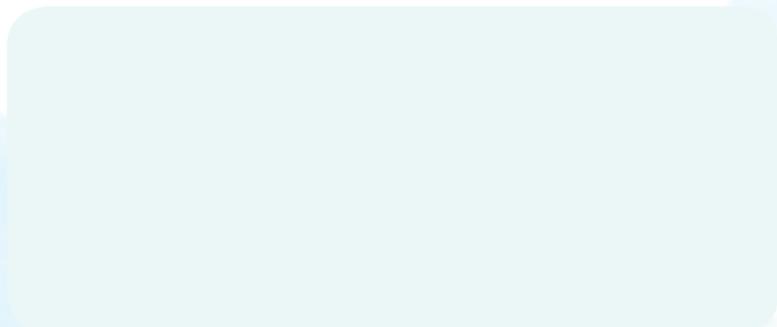
Réponses : 1. Sanssouire, 2. Lido, 3. Sentier, 4. Sterne, 5. Salicorne, 6. Jumelles, 7. Rainette. La Sterne appartient à la famille des LARIDES tout comme les Goelands et les Mouettes.

Contacts utiles



Envie d'en savoir plus ?

N'hésitez pas à contacter votre office de tourisme.



Il pourra vous orienter vers des balades nature, guidées, qui vous feront découvrir ces sites remarquables, en fonction des saisons et de leurs particularités.

Les liens internet :

Les structures d'éducation à l'environnement du littoral :

- du Languedoc Roussillon : www.grainelr.org
- de PACA : www.reseaumer.org et www.grainepaca.org
- de Corse : www.oec.fr

Pour en savoir + sur les lagunes méditerranéennes :

www.pole-lagunes.org, www.lifelagnature.fr et www.lagunesettourisme.org

Brochure conçue et éditée par :



Avec l'appui des gestionnaires de lagunes méditerranéennes et des professionnels du tourisme.

Avec le soutien financier de :



Projet financé à 50% par l'outil LIFE+ pour l'environnement de l'Union Européenne.

Ne pas jeter sur la voie publique.

Document imprimé par un imprimeur Imprim'Vert sur papier 100% recyclé avec des encres à base végétale.