



Parc national  
des  
Calanques



AGIR pour la  
BIODIVERSITÉ  
Provence-Alpes-Côte d'Azur



Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins

## Déconfinement dans le Parc national des Calanques : renouez avec la nature « en mode quiétude » !

*Les restrictions d'accès et de circulation dans le Parc national des Calanques décidées au cours des dernières semaines par les autorités préfectorales au regard des enjeux sanitaires seront levées ce soir à minuit. Dès le 2 juin, les nombreux amoureux des Calanques pourront faire leur retour tant attendu sur le territoire pour randonner, grimper, plonger ou tout simplement se ressourcer... Ce retour dans les Calanques est également une bonne nouvelle pour de nombreuses petites structures dont les activités économiques dépendent de l'accès aux Calanques.*

*Le Parc national et ses partenaires, représentants du mouvement sportif (FFRP13, FFME13, FFCAM13, FFESSM PACA) et associatifs (LPO PACA, FNE13), appellent cependant les visiteurs à renouer avec leur espace naturel protégé avec prudence, solidarité et respect de la quiétude des lieux.*

### Accès et circulation libres dans le respect des gestes barrières et de l'accès dynamique aux plages

A partir du 2 juin, l'ensemble des activités sportives individuelles terrestres et maritimes (balade, randonnée, escalade, baignade, plongée, sports de pagaille...) ou en petits groupes de moins de 10 personnes sont autorisées. Les sorties organisées par des clubs, associations, guides sont aussi autorisées dans une limite de 10 personnes par groupe. Les manifestations sportives et l'accueil de groupes de plus de 10 personnes restent en revanche interdits jusqu'à nouvel ordre.

**Pour leur propre sécurité, les visiteurs sont également appelés à la plus grande prudence.** Le respect des gestes barrières et de l'accès dynamique aux plages doit être scrupuleusement observé.

- **Accès dynamique aux plages :** conformément aux [dispositions prises par les collectivités du territoire](#), l'accès aux plages doit se faire en mode « dynamique ». La baignade, la balade et les mises à l'eau sont autorisées. S'assoir, s'allonger et les chiens sont en revanche interdits. **Le non-respect de cette disposition pourra entraîner des verbalisations.**
- **Distanciation sociale :** 2 m de distance entre des randonneurs ou groupes de randonneurs qui se croisent. En cas de croisement dans un sentier en pente : priorité à ceux qui montent ! Plus que jamais, soyons attentifs les uns des autres.

Le Parc national et ses partenaires recommandent enfin de retourner dans les Calanques de manière progressive et d'effectuer des sorties courtes et dynamiques afin de ne pas s'attarder dans des secteurs où les visiteurs peuvent se retrouver en situation de promiscuité (belvédères, itinéraires fréquentés...).

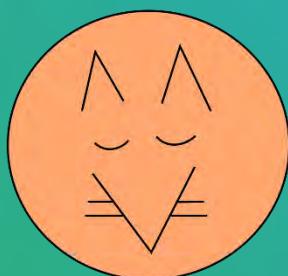


## Renouez avec les Calanques « en mode quiétude » !

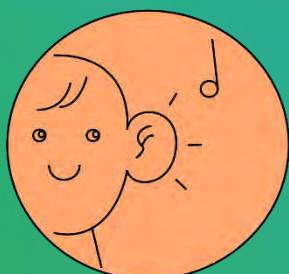
La période de confinement a permis à la biodiversité des Calanques de s'épanouir dans un contexte de quiétude inédit. De nombreuses observations naturalistes remarquables ont été faites tout au long des dernières semaines et vous avez largement manifesté votre émotion devant ces images de nature qui font la beauté du territoire...

Pour apprécier votre sortie et cohabiter harmonieusement avec la Nature, le Parc national et ses partenaires vous rappellent quelques gestes simples.

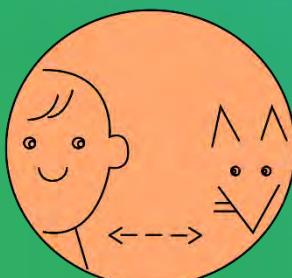
Pour une cohabitation harmonieuse avec la nature,  
je renoue avec les Calanques « **en mode quiétude** » !



**Je laisse à la biodiversité des zones de tranquillité**  
A terre, je reste sur les sentiers autorisés. En mer, je suis particulièrement attentif à mon mouillage et privilégie les zones claires grâce à l'application DONIA pour préserver l'herbier de posidonie et le coralligène



**Je suis attentif aux bruits de la nature et à ceux que je produis.** A terre, comme en mer, je veille à être le plus discret possible pour profiter des sons de la nature et permettre à la biodiversité de se reposer sur ses deux oreilles ! En mer, je réduis ma vitesse pour limiter le bruit généré par le moteur de mon navire.



**Je me tiens à distance de la faune sauvage afin de ne pas stresser les animaux.** A terre, je tiens en laisse mon animal de compagnie pour éviter sa divagation. En mer, en cas de rencontre avec un cétacé, j'applique le code de bonne conduite du whale watching défini par le Sanctuaire Pelagos. Si j'observe un groupe d'oiseaux marins posé sur l'eau, je modifie mon cap.

## Aidez-nous à construire l'inventaire naturaliste de l'après-confinement

Les prospections ciblées réalisées par le Parc national des Calanques ont permis d'enregistrer des premiers indices intéressants sur les bénéfices retirés par la nature en cette période de confinement. **De nouveaux sites de nidification ont ainsi été identifiés et certaines plantes annuelles connaissent des floraisons exceptionnelles.**

Des suivis scientifiques toujours en cours permettront d'évaluer plus précisément d'éventuels effets du confinement sur la biodiversité... En attendant, soyez attentifs lors de vos sorties ! Ouvrez l'œil et vous observerez avec un peu de chance des floraisons inhabituelles ou la silhouette d'un circaète Jean-Le-Blanc fendant les airs... Tendez l'oreille vous entendrez peut-être le chant caractéristique d'un faucon crécerelle ou d'un hibou grand-duc !

**Toute observation que vous jugerez intéressante est à faire remonter via l'application mobile « Mes Calanques » !** Vos contributions permettront au Parc national de dresser l'inventaire naturaliste de l'après confinement.



## Amis sportifs, on compte sur vous !

La randonnée, l'escalade et la plongée sous-marine sont les trois activités sportives à caractère historique et patrimonial du Parc national. **Usagers réguliers du territoire des Calanques et amoureux des grands espaces, les sportifs ont un rôle particulier à jouer dans la construction d'une relation apaisée avec la nature dans le Parc national des Calanques.** De manière générale, les sportifs s'exerçant dans les Calanques sont invités à lever le nez du chrono afin de privilégier la contemplation à la performance !

- **Randonneurs, trailers, VTTistes** : merci de rester sur les sentiers et de les partager dans la bonne entente ! Merci de ne pas couper par les éboulis qui accueillent une biodiversité unique et fragile et qui, contrairement aux éboulis des montagnes, ne se régénèrent pas !
- **Grimpeurs** : merci de rester sur les sentiers pour rejoindre les sites d'escalade et de respecter les fermetures temporaires appliquées à certains secteurs (Triperie et Cap Morgiou, Sainte-Frérouse, Castelvieil, Sémaphore du Bec de l'aigle) pour permettre aux couples de faucons pèlerins et cormorans Desmarest de se reproduire en toute tranquillité !
- **Plongeurs** : merci de ne pas stresser les animaux en les approchant de trop près et de veiller aux mauvais coups de palmes qui peuvent détériorer les tombants et les fonds ! Vigilance particulière dans les grottes sous-marines où l'éclairage artificiel est à éviter. Merci également de remonter à la surface les quelques déchets que vous trouverez en mer. Pour retrouver l'ensemble des bons gestes à adopter pour explorer les fonds des Calanques, consultez et signez la charte plongée du Parc national !

**Plus que jamais, votre espace naturel a besoin de vous !** N'hésitez pas à partager vos ressentis lors de vos sorties et de nous faire remonter toute observation naturaliste que vous jugerez pertinente via l'application Mes Calanques !

**Randonneurs, grimpeurs, plongeurs : pensez à consultez les conseils de vos fédérations sportives pour pratiquer votre discipline dans les meilleures conditions de sécurité :**

[Voir les recommandations de la FFRP](#)

[Voir les recommandations de la FFME](#)

[Voir les recommandations de la FFCAM](#)

[Voir les recommandations de la FFESSM](#)

## Pas d'excuse pour les déchets et le risque incendie !

Ce retour dans les Calanques doit évidemment se faire dans le respect de la réglementation du cœur de Parc national.

Des images récentes, particulièrement choquantes, ont montré l'état de certains sites du Parc national des Calanques envahis de déchets, notamment des restes de pique-nique. Plus que jamais, le Parc national et ses partenaires rappellent l'interdiction formelle d'abandonner des déchets dans la nature. Laisser un déchet à proximité d'une poubelle déjà pleine est une pratique tout aussi irresponsable : sous l'effet du vent, les détritus sont rapidement dispersés dans la nature. Le Parc national espère également que ses visiteurs n'abandonneront pas dans la nature leurs masques de protection, comme cela a pu malheureusement être déjà observé sur d'autres territoires.

Pour la sécurité des visiteurs et la protection des patrimoines des Calanques, le Parc national rappelle également l'interdiction de l'usage du feu et du bivouac sur son territoire. Les gestes en apparence anodins de griller une cigarette, passer une nuit à la belle étoile, ou organiser un barbecue peuvent détruire ce site d'exception mais aussi mettre votre vie et celles des autres en danger.

**Bon retour progressif dans les Calanques !  
Prenez soin de vous. Prenons aussi soin d'elles.**

Pour en savoir plus sur le Parc national : [www.calanques-parcnational.fr](http://www.calanques-parcnational.fr)

Téléchargez l'application *Mes Calanques*

[twitter.com/ParcCalanques](http://twitter.com/ParcCalanques)

[www.facebook.com/ParcNationalDesCalanques](http://www.facebook.com/ParcNationalDesCalanques)

[www.instagram.com/parc\\_national\\_des\\_calanques](http://www.instagram.com/parc_national_des_calanques)

contact presse : [zacharie.bruyas@calanques-parcnational.fr](mailto:zacharie.bruyas@calanques-parcnational.fr) / 07.64.19.85.17