

**ALPES AZUR
MERCANTOUR**

Réserve internationale de ciel étoilé
Mont Mounier - 2817m

Agir avec
LA RICE ALPES AZUR MERCANTOUR

"IL EST GRAND TEMPS DE RALLUMER LES ÉTOILES"
Guillaume Apollinaire



”

La transition écologique n'est plus une option. L'actualité nous le rappelle chaque jour, c'est une responsabilité qui s'impose à notre génération. Restaurer un ciel étoilé propice à l'émerveillement et économiser l'énergie participent de cette prise de conscience. Il en va de la préservation de la biodiversité, mais aussi de la santé des Hommes, de leur qualité de vie. C'est pourquoi l'essor de la RICE revêt une importance capitale à mes yeux. Elle est l'affaire de tous. J'incite chacune et chacun à y apporter sa pierre.

Charles Ange Ginésy
Président du Département des Alpes-Maritimes



Réserve Internationale DE CIEL ÉTOILÉ



INTERNATIONAL DARK-SKY ASSOCIATION



LE LABEL « RÉSERVE INTERNATIONALE DE CIEL ÉTOILÉ » (RICE)

a été décerné en décembre 2019 au territoire « Alpes Azur Mercantour » par l'**International Dark-Sky Association**. Il récompense une qualité de ciel nocturne exceptionnelle : **plus de 3000 étoiles** peuvent être observées dans les zones les mieux préservées. Il engage les territoires à mener des actions de réduction de la pollution lumineuse et de protection de leur ciel nocturne de qualité exceptionnelle. En 2023, on ne dénombre qu'une vingtaine de territoires labellisés RICE dans le monde.

LA RICE ALPES AZUR MERCANTOUR C'EST :

2 300	21 530	55 000	6	75	3
KM ²	POINTS LUMINEUX	HABITANTS	HAUTS LIEUX DE L'ASTRONOMIE	COMMUNES	ZONES CŒUR



3 zones cœur

exemples d'éclairage :

- **La Réserve biologique mixte de Cheiron** et les versants de part et d'autre de l'Estéron, d'Aiglun aux Muijols
- **La Réserve naturelle régionale des Gorges de Daluis**
- **Une partie de la zone cœur du Parc national du Mercantour**



ENJEUX

de la lutte contre la pollution lumineuse



La pollution lumineuse est un excès de lumière artificielle la nuit. Elle provient de l'éclairage public, des vitrines de magasins, d'éclairages individuels... Ces points lumineux, s'ils sont trop intenses, deviennent problématiques à plusieurs titres :

- ▶ **Dérèglement** du cycle normal du sommeil
- ▶ **Perturbation** de la biodiversité
- ▶ **Impact énergétique** et donc financier très important
- ▶ **Perte de visibilité** du ciel étoilé

ET MOI, QU'EST-CE QUE JE PEUX FAIRE ?

DANS MA COMMUNE	CHEZ MOI
Encourager les extinctions partielles ou totales de l'éclairage public.	Limiter les éclairages extérieurs dans mon jardin ou sur mon balcon, surtout en seconde partie de nuit et supprimer les éclairages dirigés vers le ciel, même les petites lampes solaires.
Sensibiliser les commerçants à l'extinction de leurs enseignes et vitrines en dehors des heures d'ouverture.	Tirer mes rideaux ou fermer mes volets dès que possible pour ne pas attirer ou repousser les animaux.
Proposer à ma commune d'accueillir une exposition pour sensibiliser les habitants .	Éviter les ampoules à lumière blanche pour préserver ma santé, et ce même à l'intérieur.
Proposer à ma commune de candidater au label «Villes et villages étoilés» auprès de l'Association Nationale pour la Protection du Ciel et de l'Environnement Nocturne.	Fabriquer un nichoir à chauves-souris ou devenir un refuge à chauves-souris auprès de la Ligue pour la Protection des Oiseaux.



**POUR MES SORTIES « NATURE » LA NUIT,
JE PRÉFÈRE UNE LAMPE TORCHE OU FRONTALE À
LUMIÈRE ROUGE, POUR DIMINUER MON IMPACT !**



////////////////// POURQUOI AGIR DÈS MAINTENANT ? //////////////////



L'alternance jour/nuit est un élément fondamental de nos rythmes biologiques. Tel un métronome, son tempo agit sur les écosystèmes (saisons) et les organismes (physiologie, comportement). Ce passage de l'ombre à la lumière est nécessaire pour conserver l'équilibre des écosystèmes.

[Les chauves-souris]

Grâce à une grande diversité d'habitats naturels, notre territoire accueille 30 espèces différentes de chiroptères ! Les chauves-souris sont toutes impactées par la lumière artificielle : soit elle les attire, soit elle les fait fuir.



[Les rapaces nocturnes]

Notre territoire compte différents rapaces nocturnes : hibou Grand-duc, chevêchette, chouette de tengmalm...

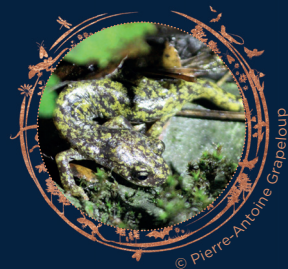
Cette dernière dont le plumage tacheté de blanc lui vaut le surnom de chouette perlée, vit dans les forêts de résineux au climat froid. La grandeur, la forme et la position de ses yeux lui confèrent une excellente vision spatiale par faible luminosité, comme pour l'ensemble des rapaces nocturnes.



[Le spéléomante de Strinati]

Espèce méditerranéenne, ce petit amphibien est endémique de l'extrême Sud-Est de la France. À ne pas confondre avec une petite salamandre ! Sa particularité ? Il ne respire pas à l'aide de poumons, mais par la peau et les muqueuses !

Certains amphibiens fuient la lumière et ont besoin de vivre dans l'obscurité naturelle.



[Les insectes]

Les insectes nocturnes sont innombrables : il y a 20 fois plus de papillons nocturnes que de papillons diurnes ! L'isabelle de France est l'un des papillons emblématiques de la RICE Alpes Azur Mercantour. Surnommé le papillon vitrail, il peut atteindre 10 cm d'envergure. Il vit dans les vallées encaissées de moyenne altitude, au sein des forêts de Pin sylvestre.

Comme la plupart des insectes, les papillons nocturnes subissent fortement la pollution lumineuse. On estime que 150 insectes meurent par lampadaire chaque nuit d'été.





Le savez-vous ?

La majorité des
animaux est nocturne
ou du moins
crépusculaire :



28%

DES VERTÉBRÉS

mammifères marins et terrestres
(dont les chauves-souris),
oiseaux, poissons, reptiles et
amphibiens

64%

DES INVERTÉBRÉS

insectes,
crustacés,
mollusques...

La pollution lumineuse impacte toutes les espèces de nombreuses façons : désorientation, attraction, répulsion, collision, perturbation des migrations, de la reproduction, modification de l'alternance jour/nuit...

Le territoire de la RICE Alpes Azur Mercantour a la chance de compter de grandes quantités d'espèces nocturnes qui méritent toute notre attention.

ÉCONOMIE D'ÉNERGIE

L'énergie consommée par l'éclairage public et le nombre de points lumineux n'ont fait qu'augmenter en 25 ans en France. Aujourd'hui, 10,5 millions de points lumineux consomment l'équivalent de 466 000 foyers pour leur chauffage, eau chaude et électricité (source ADEME 2015).

Réduire notre consommation d'énergie, c'est aussi lutter contre le réchauffement climatique !

► Dans la RICE Alpes Azur Mercantour en 2022, plus de la moitié des communes sont engagées dans la rénovation de leur parc d'éclairage public !



© Florent Dubreuil

AMÉLIORATION DU CADRE DE VIE ET DE LA SANTÉ

Une véritable nuit noire permet de contempler la beauté du ciel étoilé et les charmes de la Voie lactée. Dans nos villes contemporaines, du fait de la pollution lumineuse, nous n'avons plus accès à ce paysage nocturne exceptionnel.

Les nuisances lumineuses ont aussi des effets sur la santé humaine et perturbent le sommeil, en dérégulant la sécrétion de l'hormone du sommeil : la mélatonine.



//////////////////// QUELS CHANGEMENTS ATTENDRE ? //////////////////////

• **La suppression de points lumineux par les communes** : pas besoin d'éclairage public dans les zones où circulent uniquement des véhicules (donc équipés de phares !). Réservons l'éclairage aux cheminements piétons !

• La mise en place de **l'extinction partielle** : couper l'éclairage public à l'heure où les déplacements des habitants sont les plus faibles, entre 23h et 5h du matin, par exemple.

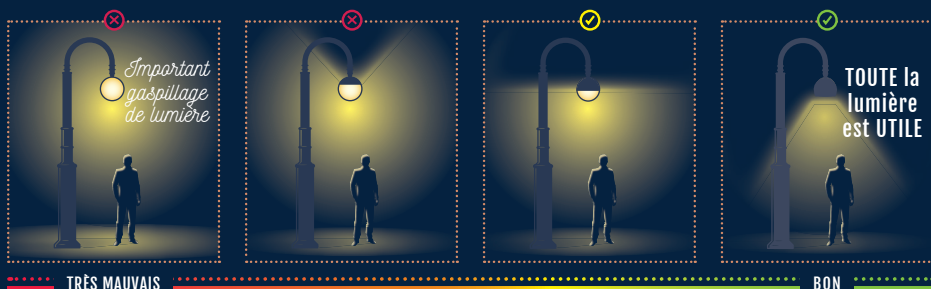
Comme l'arc-en-ciel, la lumière comporte tout un ensemble de couleurs. Choisir une température de couleur de la lumière adaptée aux besoins permet de minimiser les différents effets sur la faune, la flore et les humains. Elle est mesurée en Kelvin (K). Les couleurs chaudes et orangées ont des impacts moindres sur la biodiversité et notre santé que les couleurs plus froides et plus bleutées.

► **Les lampes à Sodium Haute Pression ainsi que les LED « chaudes » de 1 700K à 2 200K (LED Ambrées) sont à privilégier.**



//////////////////// ORIENTATION DU FLUX DE LUMIÈRE //////////////////////

Maîtriser le flux lumineux est particulièrement important. L'objectif est de n'éclairer que le sol, sans produire de halo lumineux au-dessus de l'horizon, ni de lumière intrusive dans les maisons pour préserver le sommeil.



**ON PARLE D'ULOR
POUR MESURER
L'ORIENTATION DU
FLUX LUMINEUX**



❌
Lampadaire à ampoule apparente. Le flux lumineux est émis dans toutes les directions. $ULOR > 30\%$
NON CONFORME



✅
Lampadaire à LED ambrée totalement intégrée. $ULOR < 1\%$
CONFORME

GESTION DES RISQUES

Insécurité

Un retour d'expérience existe aujourd'hui sur les conséquences de l'extinction de l'éclairage public en seconde partie de nuit. Contrairement à ce que l'on pourrait penser, l'extinction de l'éclairage public favorise généralement la diminution des délits nocturnes. Les différentes études font même état d'un report de ces délits sur les zones éclairées*.

*Source : *Tompson, L., Steinbach, R., Johnson, S.D. et al. [2022] "Absence of Street Lighting May Prevent Vehicle Crime, but Spatial and Temporal Displacement Remains a Concern". Journal of Quantitative Criminology.*



©Clément Lellèvre

Accidentologie

Plusieurs études en Angleterre montrent qu'en zone éteinte, les conducteurs lèvent le pied et sont plus prudents. Les accidents sont donc moins fréquents et surtout moins graves. Des constats

similaires sont réalisés en France.* Par ailleurs, d'autres dispositifs alternatifs comme les systèmes auto réfléchissants en bord de route ont prouvé leur efficacité.

*Source : Ministère de l'Intérieur.



**ÉCLAIRER NE GARANTIT
PAS LA SÉCURITÉ DES
AUTOMOBILISTES ET DES
RIVERAINS.**