

## Sport et climat

Dépasser ses propres limites, pas celles de la planète !

Encore trop d'émissions de gaz à effet de serre

**1,7** : C'est la hausse de la température moyenne en France entre 1900 et 2021, en degré Celsius.

Source : Météo-France

**5** : Depuis 2000, en France, les vagues de chaleur sont 5 fois plus fréquentes qu'avant 1989, et elles seront 2 fois plus nombreuses d'ici 30 ans.

Source : Ministère de la transition écologique

**10 à 40 %** : D'ici 2050, le manteau neigeux aura perdu entre 10 et 40 % de son épaisseur, en moyenne montagne

Source : Ministère de la transition écologique

**0** : C'est le nombre de stations qui bénéficieraient d'un enneigement suffisant dans les Pyrénées.

Source : WWF

**50** : 50 centimètres : c'est la hausse du niveau des mers prévisible d'ici 2050. À +4 °C, le niveau de la mer pourrait s'élever d'un mètre ou plus.

Source : GIEC

Une adaptation inévitable...

**32** : La pratique sportive est déconseillée au-delà de 32 °C !

Source : WWF

**24** : Dans un monde à +2 °C, c'est jusqu'à 24 jours de pratique sportive en moins !

Source : WWF

**66** : Dans un monde à +4 °C, c'est jusqu'à 66 jours de pratique sportive en moins !

Source : WWF

**80** clubs de voile français (sur 576) sont menacés dans un monde à + 2 °C, et 131 dans un monde à + 4 °C.

Source : WWF

**1 mois** d'enneigement en moins prévu par degré de réchauffement. Cela menace l'activité de 250 stations de sport d'hiver en France.

Source : WWF

5 solutions pour préserver la pratique sportive face au changement climatique

- **Je limite** autant que possible mes émissions de CO<sub>2</sub> pour ne pas accroître le réchauffement
- **Je choisis** des activités sportives les moins émissives possibles
- **Je m'adapte** aux nouvelles conditions climatiques
- **Je fais** du sport en matinée ou en soirée s'il fait trop chaud

- **Je décale** mon activité en cas de pic de pollution aux particules et à l'ozone

### On récapitule !

- **PLUS** de sobriété dans ma pratique et d'adaptation au changement climatique
- **MOINS** d'émissions de gaz à effet de serre et de sport en cas de vague de chaleur

Pour une planète et un cœur en meilleure santé !

Informez-vous gratuitement sur les liens entre sport et écologie : [www.ecolosport.fr](http://www.ecolosport.fr)

En partenariat avec la République Française et l'ADEME