



Sea-score : calculez votre empreinte sur l'Océan

🕒 Temps de lecture : 3 min



DÉCOUVREZ L'IMPACT DE VOTRE MODE
DE VIE SUR L'Océan

Le 3 juin 2026, un nouveau dispositif de sensibilisation écologique a été lancé à l'occasion de la 8^e édition de la Fête de la Mer et des Littoraux : le Sea-score. Initié par Sophie PANONACLE, présidente du Conseil national de la mer et des littoraux, le dispositif a été élaboré par un comité scientifique composé de chercheurs de l'Institut Français de Recherche pour l'Exploitation de la Mer – Ifremer, du Centre national de la recherche scientifique – CNRS, du Muséum National d'Histoire Naturelle – MNHN et de l'association RespectOcean.

Simple, ludique et rigoureux, le Sea-score permet à chacun – de manière anonyme – de calculer son impact sur la santé de l'Océan à travers diverses questions sur notre mode de vie.

Il s'agit d'aider à la prise de conscience de notre impact quotidien et de donner les clefs pour optimiser son quotidien et réduire son empreinte carbone, chacun à son niveau et à son rythme.

L'ambition est de proposer à chaque répondant une analyse en 40 questions de l'impact de ses modes d'alimentation, de consommation, de logement et de transport sur l'Océan. Nous avons voulu rendre l'exercice simple, rapide et anonyme. Une fois le score obtenu, chacun découvre ses points forts et ses pistes d'amélioration avec des contenus à disposition pour enrichir ses connaissances.

Fabrice PERNET, chercheur en écologie et physiologie des organismes marins

99

Inspiré du Nutri-score pour l'alimentation, le questionnaire du Sea-score a été minutieusement élaboré par des scientifiques, avec un travail précis d'identification des différents facteurs humains impactant le climat. En répondant aux questions, le public découvre ainsi ces nombreux éléments qui composent notre train de vie quotidien et dont l'impact environnemental reste, pour beaucoup, méconnu.

Au-delà de l'agroalimentaire et des transports, le dispositif sensibilise à l'impact démesuré d'autres industries, telles que l'industrie textile avec la fast- et l'ultra fast-fashion et celle du numérique avec le développement fulgurant de l'Intelligence Artificielle.

[...] les émissions de CO₂ liées à l'industrie textile pourraient passer de 4% à 25 % de notre

bilan global en 2050. De même, la croissance des usages numériques [...] pourrait tripler les émissions de CO₂ du secteur et augmenter de 80 % la consommation d'électricité !

Ifremer

99

Les questions sont regroupées en 4 thématiques : consommation, alimentation, transport et logement. Des points sont gagnés à chaque bonne réponse – avec un score maximal de 513 points, toutes catégories confondues. Le score final est converti en une note sur 10 pour chaque groupe de questions. Une note globale – la moyenne des 4 notes sur 10 – est donnée à la toute fin du questionnaire.

Pour Fabrice PERNET, l'un des trois chercheurs de l'Ifremer ayant participé au comité scientifique du Sea-score, il s'agit du premier outil travaillé avec l'Océan comme point d'entrée. Un exercice intéressant qui permet un constat plus approfondi et concret de l'impact humain sur l'ensemble de l'écosystème marin.

Chacun pourra ainsi constater que notre impact sur l'Océan ne se limite pas au nombre de poissons que l'on pêche mais qu'ils sont intimement liés à nos choix de modes de vie.

Fabrice PERNET

99

Le dispositif, pour le moment seulement accessible sur internet, est une première version. Le comité scientifique du Sea-score travaillera dès la rentrée de septembre sur des versions en anglais et en espagnol, ainsi que sur une variante adaptée pour les enfants.

Faites le test et découvrez votre Sea-score

© Sources : *Calculez votre Sea-score et découvrez votre empreinte sur l'Océan*, Ifremer | *Transports, logement, alimentation : l'impact de nos modes de vie sur l'océan mesuré avec un nouvel outil*, Ouest France – Presse Océan

© Crédit photo : capture d'écran du site <https://sea-score.fr/>.