

# La lettre

---

## Le dossier n°126



**Le Bécasseau  
variable :**  
Petit Limicole,  
Grand Migrateur



Réserve Naturelle  
BAIE DE SAINT-BRIEUC

mars 2025



**Le Bécasseau variable est l'un des plus petits limicoles d'Europe. Chaque année, il accomplit une migration de plus de 10 000 km, reliant ses zones de reproduction situées dans les régions arctiques à ses sites d'hivernage sur les rivages et zones humides d'Europe, d'Asie et d'Amérique du Nord.**

**Connu pour les variations saisonnières de son plumage, cet oiseau joue un rôle important dans les écosystèmes des zones humides où il réside en hiver. Des études récentes ont permis de mieux comprendre les dynamiques des populations et les impacts des activités humaines sur leurs habitats.**

## **Reconnaitre le Bécasseau variable**



Le bécasseau variable est un petit oiseau, mesurant environ 17 à 21 cm de longueur avec une envergure de 32 à 36 cm.

Son plumage varie selon les saisons : Au printemps, son corps présente une teinte brun-roux tachetée de noir, avec une plaque ventrale noire. Les adultes en automne peuvent garder assez tard des vestiges de noir au ventre. En hiver, son plumage devient brun-gris sur le dessus, tandis que son ventre vire au blanc.

Les mâles et les femelles sont similaires en apparence, bien que les mâles puissent avoir des couleurs légèrement plus vives pendant la saison de reproduction. Le bec, légèrement courbé vers le bas, est une adaptation spécifique pour fouiller la vase et le sable à la recherche de nourriture.







Les 3 principales espèces de bécasseaux qui fréquentent la baie sont le bécasseau maubèche, variable et sanderling.

Bécasseau maubèche (*Calidris canutus*)

C'est le plus grand des trois, mesurant entre 23 et 26 cm avec une envergure pouvant atteindre 58 cm. En plumage nuptial, il arbore une teinte brun-roux caractéristique sur la poitrine et le ventre, tandis qu'en hiver, son plumage devient uniformément gris dessus et blanc dessous. Il possède un bec court et épais, légèrement courbé vers le bas, et des pattes jaunes.



Bécasseau variable (*Calidris alpina*)

De taille plus modeste (17 à 21 cm), il est l'un des bécasseaux les plus communs en Europe. Son plumage est très variable selon la saison : en été, son dos est brun foncé et sa poitrine teintée de roux, alors qu'en hiver, il devient plus terne, avec un dessus gris-brun et un ventre blanc. Son bec est plus long et plus fin que celui du Bécasseau maubèche, avec une légère courbure vers le bas. Il fréquente principalement les vasières, les marais salants et les côtes, où il sonde la vase pour capturer vers, insectes et petits crustacés. Très grégaire, il est souvent observé en grands groupes en hiver.

Bécasseau sanderling (*Calidris alba*)

De taille intermédiaire (18 à 20 cm), il se distingue par son plumage particulièrement pâle en hiver, presque blanc avec un léger gris sur le dos. En été, il présente des teintes plus foncées, mais reste moins contrasté que les deux autres espèces. Son bec est court, droit et noir, et ses pattes sont également noires. Contrairement aux autres bécasseaux qui fréquentent les zones vaseuses, le Bécasseau sanderling préfère les plages de sable, où il est reconnaissable à son comportement actif. Il court sans cesse le long du rivage pour capturer des proies, synchronisant ses déplacements avec le va-et-vient des vagues.





## Une aire de reproduction circumpolaire



Le Bécasseau variable se reproduit principalement dans les régions arctiques et subarctiques, notamment en Scandinavie, en Russie, en Alaska et au Canada. Sa période de nidification s'étend du mois de mai à juillet, coïncidant avec le dégel et l'abondance de nourriture dans la toundra. Il installe son nid dans des habitats ouverts et humides, comme les tourbières, la toundra herbeuse, les prairies marécageuses ou les rivages des lacs et rivières. Le mâle sélectionne un territoire et effectue des parades aériennes spectaculaires pour attirer une femelle. Le nid est un simple creux dans le sol, peu profond, souvent tapissé de végétation sèche, de lichens et de plumes pour assurer une meilleure isolation thermique. Il est généralement bien camouflé

parmi la végétation pour échapper aux prédateurs.

La femelle pond en moyenne 4 œufs de couleur brunâtre à tachetures sombres, assurant un excellent mimétisme avec le sol. L'incubation dure environ 20 à 22 jours et est assurée principalement par le mâle après que la femelle ait parfois quitté le nid peu après la ponte.

Les poussins sont nidifuges : dès leur éclosion, ils quittent le nid et suivent les parents, qui les guident vers des zones riches en insectes et en petits invertébrés. Ils sont capables de se nourrir seuls peu après la naissance mais restent sous la protection du mâle pendant plusieurs semaines. Les jeunes prennent leur premier envol vers 21 à 25 jours après l'éclosion. Rapidement autonomes, ils entament leur migration vers les sites d'hivernage, parfois avant les adultes.

Cette stratégie de reproduction rapide et adaptée aux conditions extrêmes de l'Arctique permet au Bécasseau variable de maximiser ses chances de succès avant le retour de l'hiver.

## Fidèle à ses voies de migrations

Dès la fin juillet ou début août, il quitte son site de reproduction pour rejoindre ses zones d'hivernage en empruntant des routes migratoires bien définies appelées flyways, qui longent les littoraux et traversent les grandes zones humides. Les populations nord-américaines se dirigent vers l'Amérique centrale et du Sud, tandis que les populations européennes et asiatiques migrent vers des destinations plus méridionales.

Le Bécasseau variable adopte diverses stratégies de migration. Certains individus privilégient de longues traversées au-dessus des mers, parcourant des milliers de kilomètres sans escale, tandis que d'autres optent pour une progression plus graduelle en suivant les littoraux, multipliant les haltes sur leur parcours. En vol, le Bécasseau variable atteint des vitesses remarquables, comprises entre 72 et 88 km/h, une performance impressionnante pour cet oiseau de petite taille.







### 10 sous-espèces de bécasseaux variables

Le Bécasseau variable est largement répandu avec plusieurs sous-espèces qui se distinguent par leur morphologie, leur aire de reproduction et parfois leur comportement migratoire. Actuellement, dix sous-espèces sont généralement reconnues dont principalement 3 fréquentent la voie migratoire Est-Atlantique (qui inclut la France).

#### 1. *Calidris alpina alpina*

- o Aire de reproduction : Scandinavie, Russie occidentale.
- o Hivernage : Europe occidentale, Afrique du Nord et de l'Ouest. Présent sur le littoral français en hiver, notamment en Bretagne, en Normandie et en Camargue.
- o Caractéristiques : De taille moyenne avec un bec légèrement courbé.

#### 2. *Calidris alpina schinzii*

- o Aire de reproduction : Islande, îles Britanniques, côtes de la mer Baltique.
- o Hivernage : Afrique de l'Ouest, Méditerranée. Observée principalement en migration, on le retrouve sur les côtes françaises, notamment en automne et au printemps lors des haltes migratoires.
- o Caractéristiques : Plus petit et plus clair que *alpina*, bec relativement court.

#### 3. *Calidris alpina arctica*

- o Aire de reproduction : Groenland.
- o Hivernage : Peut être observée en France lors de sa migration vers l'Afrique du Nord et l'Afrique de l'Ouest.
- o Caractéristiques : Petite taille, plumage plus contrasté.

#### 4. *Calidris alpina centralis*

- o Aire de reproduction : Oural, Sibérie occidentale.
- o Hivernage : Moyen-Orient, Asie du Sud.
- o Caractéristiques : Intermédiaire entre *alpina* et *sakhalina*.

#### 5. *Calidris alpina sakhalina*

- o Aire de reproduction : Sibérie orientale (de la rivière Léna au Kamtchatka).
- o Hivernage : Asie du Sud-Est, Australie.
- o Caractéristiques : Plus grand, bec long et arqué.

#### 6. *Calidris alpina actites*

- o Aire de reproduction : Îles Kouriles, côtes de la mer d'Okhotsk.
- o Hivernage : Japon, Chine orientale.
- o Caractéristiques : Forme sédentaire ou faiblement migratrice, taille intermédiaire.

#### 7. *Calidris alpina kistchinski*

- o Aire de reproduction : Sibérie centrale et orientale (vallée de l'Anadyr).
- o Hivernage : Asie du Sud-Est.
- o Caractéristiques : Similaire à *sakhalina*, mais légèrement plus petit.

#### 8. *Calidris alpina pacifica*

- o Aire de reproduction : Alaska.
- o Hivernage : Côtes du Pacifique (États-Unis, Amérique centrale).
- o Caractéristiques : Plumage plus roux en été, bec relativement court.

#### 9. *Calidris alpina hudsonia*

- o Aire de reproduction : Canada (région de la baie d'Hudson).
- o Hivernage : États-Unis, Golfe du Mexique, Caraïbes.
- o Caractéristiques : Plus foncé que *pacifica*, taille intermédiaire.

#### 10. *Calidris alpina arctica*

- o Aire de reproduction : Extrême nord-ouest de l'Amérique du Nord (Alaska, Yukon).
- o Hivernage : Côtes du Pacifique (États-Unis, Mexique).
- o Caractéristiques : Plus petit que *hudsonia*, plumage contrasté.

En France, *Alpina* est présent sur le littoral de septembre à mai. La sous-espèce *Artica* passe en août-septembre et avril-juin et la sous-espèce *Schinzii* vers la fin juillet.







## Grégaire en hivernage



Espèce grégaire en dehors de la saison de reproduction, il vit en groupes importants, développant des stratégies de communication et de défense complexes. Ces comportements sociaux sont essentiels à sa survie, tant durant la migration que pendant l'hivernage. On l'observe en larges colonies le long des littoraux européens, en particulier sur les côtes françaises, où il trouve refuge dans les baies, estuaires et prés-salés, riches en invertébrés essentiels à son alimentation.



Le régime alimentaire du bécasseau variable comprend principalement des invertébrés, tels que des vers, des mollusques, des crustacés et des insectes. Il utilise son bec spécialisé pour sonder la vase et le sable à la recherche de nourriture. Cette technique de chasse est très efficace et lui permet de s'adapter à une variété d'habitats côtiers et de zones humides. À l'aide de son bec sensible, il sonde le sable pour détecter des proies jusqu'à 2 cm de profondeur. Ils enfonce leur bec entrouvert dans le sédiment avec des vibrations rapides de la tête. Ce mouvement précis et saccadé, tel une aiguille de machine à coudre, leur permet de détecter et de capturer efficacement leurs proies. L'ingurgitation des proies est facilitée par la structure de leur langue, dotée de papilles latérales garnies d'épines de kératine.



## Statut de protection

Bien que le Bécasseau variable soit une espèce largement répandue, ses populations connaissent un déclin préoccupant, principalement en raison de la destruction de ses habitats, du dérèglement climatique et des dérangements sur ses sites de reproduction et d'hivernage. À l'échelle européenne, il bénéficie d'une protection au titre de la Directive Oiseaux, qui vise à conserver les espèces et habitats naturels. En France, bien que l'espèce ne soit pas spécifiquement protégée par la loi, elle tire un bénéfice indirect des mesures de conservation mises en place pour protéger ses habitats, notamment au sein des réserves naturelles et des sites classés Natura 2000, essentiels pour la préservation de cette espèce migratrice. Le Bécasseau variable est également protégé par la Convention de Ramsar et la Convention de Bonn, en raison de son statut d'oiseau migrateur reliant plusieurs continents. Toutefois, malgré ce cadre législatif, l'espèce demeure vulnérable à de multiples menaces, telles que la destruction de ses zones de reproduction, en grande partie causée par l'urbanisation, le drainage des zones humides et les effets du réchauffement climatique, qui perturbent à la fois ses aires de reproduction en Arctique et ses sites d'hivernage. De plus, les dérangements humains, notamment la surfréquentation des estrans et la chasse, constituent des sources de stress importantes, tout comme la diminution des ressources alimentaires disponibles dans ses zones de halte migratoire.

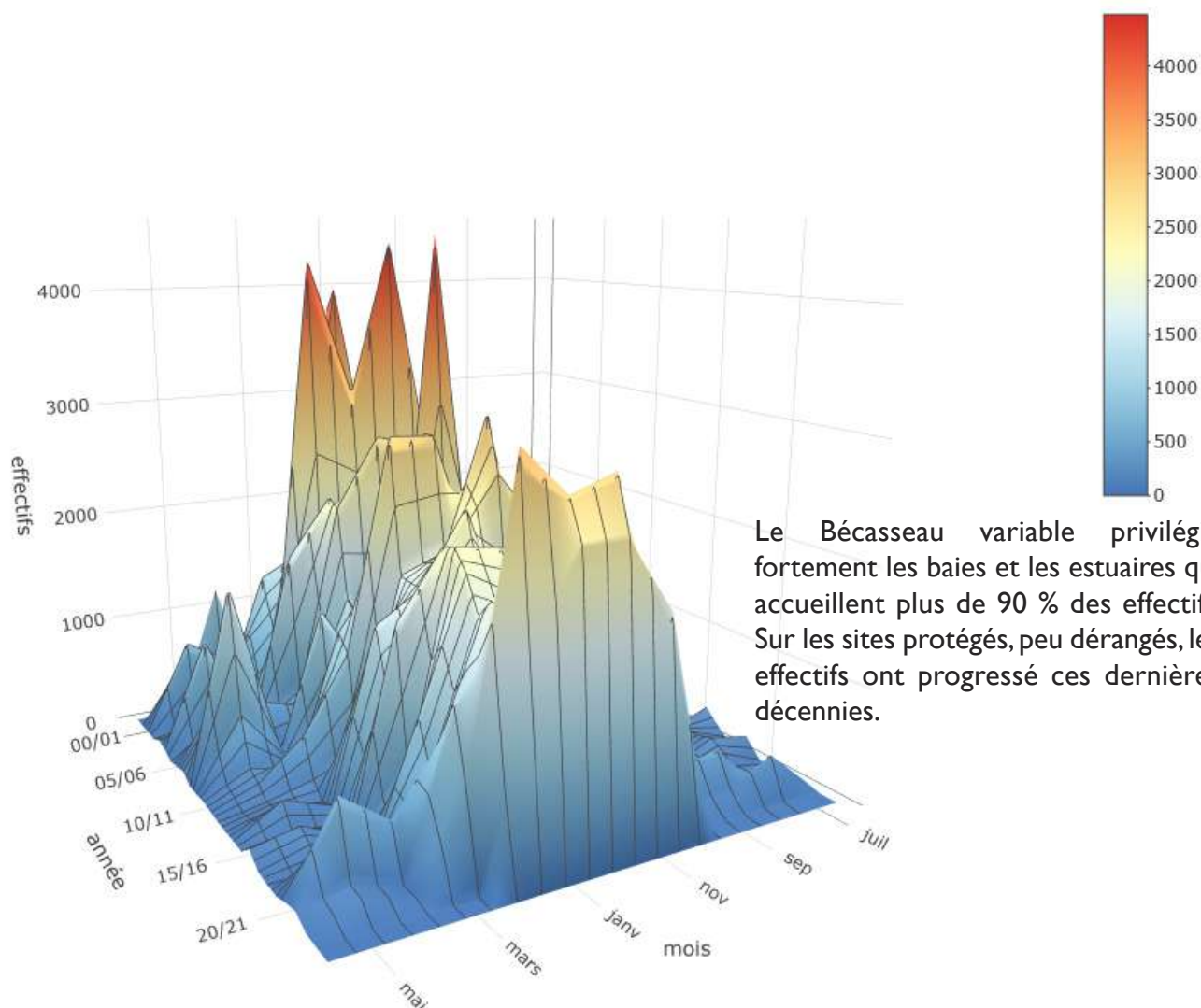
Les recherches récentes sur le bécasseau variable portent principalement sur l'impact des changements environnementaux sur ses populations. Des études ont mis en évidence le rôle crucial de la disponibilité des ressources alimentaires et de la qualité des habitats de reproduction dans la survie et la dynamique de l'espèce. Actuellement, les travaux se focalisent sur les effets du changement climatique et des activités humaines, afin de mieux comprendre les menaces pesant sur ses populations et d'identifier des mesures de conservation adaptées.



Il est important de développer des stratégies de conservation efficaces pour protéger les habitats essentiels et assurer la survie des limicoles.



# Les bécasseaux variables en baie de Saint-Brieuc



En baie de Saint-Brieuc, Les effectifs du Bécasseau variable augmentent fortement à partir du mois de novembre. L'effectif maximum est en général atteint au mois de janvier (2100 ind. en moyenne à la mi-janvier), puis les effectifs diminuent jusqu'au mois d'avril. Seules quelques dizaines d'individus se maintiennent sur le site en été. Chaque hiver, la Réserve naturelle accueille 2 000 à 3 000 Bécasseaux variables, avec un maximum enregistré de 4 513 individus le 5 janvier 2002.

## Le bécasseau variable en image :

La vidéos sur le *Bécasseau variable* : [4 000 kilomètres sans escale est ici](#)

## En savoir plus :

La page consacrée à cette espèce est [ici](#)

et la fiche d'analyse de l'évolution des effectifs en baie de Saint-Brieuc est [téléchargeable ici](#)

ISSN 0753-3454

### Conception et réalisation

Réserve Naturelle Baie de Saint-Brieuc

### Crédits photographiques et contributions

Alain Ponsero, Anthony Sturbois

### Abonnement

Vous pouvez recevoir gratuitement **La Lettre** sur simple demande par mail.

Vous pouvez vous abonner directement sur le site internet :

[www.reservebaiedesaintbrieuc.com](http://www.reservebaiedesaintbrieuc.com)



### Réserve Naturelle Nationale BAIE DE SAINT-BRIEUC

Réserve Naturelle Nationale

Baie de Saint-Brieuc

site de l'étoile

22120 Hillion

Téléphone : 02 96 32 31 40

Télécopie : 02 96 77 30 57

[rn.saintbrieuc@espaces-naturels.fr](mailto:rn.saintbrieuc@espaces-naturels.fr)

[www.reservebaiedesaintbrieuc.com](http://www.reservebaiedesaintbrieuc.com)



SAINT  
BRIEUC  
ARMOR  
AGGLOMÉRATION

Saint-Brieuc Armor Agglomération  
5 rue du 71<sup>ème</sup> régiment d'infanterie  
22044 Saint-Brieuc  
Téléphone : 02 96 77 20 00  
Télécopie : 02 96 77 20 01  
[www.saintbrieuc-agglo.fr](http://www.saintbrieuc-agglo.fr)  
[accueil@sbaa.fr](mailto:accueil@sbaa.fr)



VivArmor Nature  
Espace d'entreprises Keraia  
18 rue du Sabot - Batiment C  
22440 Ploufragan  
Téléphone/fax : 02 96 33 10 57  
[www.vivarmor.fr](http://www.vivarmor.fr)  
[vivarmor@orange.fr](mailto:vivarmor@orange.fr)