

Podcast et synthèse rédigée

## Planisphère. Les Baltes face à la menace russe. Avec C. Bayou

mercredi 27 mai 2026, par [Céline BAYOU](#), [Emilie BOURGOIN](#), [Pierre VERLUISE](#)

**Citer cet article / To cite this version :**

[Céline BAYOU](#), [Emilie BOURGOIN](#), [Pierre VERLUISE](#), **Planisphère. Les Baltes face à la menace russe. Avec C. Bayou**, *Diploweb.com : la revue géopolitique*, 27 mai 2026.

**Hum... Vous semblez apprécier le DIPLOWEB.COM. Nous vous en remercions et vous invitons à participer à sa construction.**

Le DIPLOWEB.COM est LE media géopolitique indépendant en accès gratuit, fondé en l'an 2000. Nous vous proposons de participer concrètement à cette réalisation francophone de qualité, lu dans 190 pays. Comment faire ? Nous vous invitons à verser une participation à votre convenance par PayPal via [la page suivante](#). Vous pouvez aussi rédiger un chèque à l'ordre du DIPLOWEB.COM et l'adresser à Diploweb.com, Pierre Verluise, 1 avenue Lamartine, 94300, Vincennes, France. Ou bien encore faire un virement bancaire en demandant un RIB à l'adresse [expertise.geopolitique@gmail.com](mailto:expertise.geopolitique@gmail.com).

Avec 5 000€ par mois, nous pouvons couvrir nos principaux frais de fonctionnement et dégager le temps nécessaire à nos principaux responsables pour qu'ils continuent à travailler sur le DIPLOWEB.COM.

Avec 8 000€ par mois, nous pouvons lancer de nouveaux projets (contenus, événements), voire l'optimisation de la maquette du site web du DIPLOWEB.COM.

**Quels sont les trois pays ex-soviétiques qui partagent aujourd’hui près de 800 kilomètres de frontières avec la Russie et se trouvent au cœur du dispositif sécuritaire de l’Alliance atlantique ? Oui, ce sont les trois États baltes : Estonie, Lettonie et Lituanie. Ont-ils quelque chose à nous apprendre au sujet de la Russie ? Planisphère pose la question à Céline Bayou. Podcast et synthèse rédigée.**

**Cette émission [1] Planisphère, Les Baltes face à la menace russe. Avec C. Bayou, sur RCF Notre Dame**

Lien direct vers [cette émission sur RCF Notre Dame, avec possibilité de récupérer l’iframe.](#)

**[Cette émission](#), Planisphère, [sur Spotify](#)**

**Synthèse de cette émission, Planisphère, Les Baltes face à la menace russe. Avec C. Bayou. Rédigée par Emilie Bourgoïn pour Diploweb.com. Revue et validée par C. Bayou**

LES États baltes — Estonie, Lettonie et Lituanie — occupent aujourd’hui une position stratégique centrale dans la compréhension des dynamiques de sécurité en Europe face à la Russie. Frontaliers de cette dernière, ils constituent à la fois une zone d’exposition privilégiée aux menaces hybrides et un laboratoire de réponses innovantes en matière de résilience. À travers l’analyse de Céline Bayou, spécialiste de la région, il est possible de comprendre comment ces États anticipent, subissent et contrent les stratégies russes, tout en jouant un rôle croissant au sein de l’Union européenne et de l’OTAN.



**Céline Bayou**

Céline Bayou publie « Les pays Baltes. Face à la menace russe », aux éditions Tallandier. Elle s’exprime en son nom propre. Crédit photographique : Pierre Verluise pour *Diploweb*.

*Verluise/Diploweb.com*

# Les États baltes, laboratoire des attaques hybrides russes

Depuis la cyberattaque massive contre l'Estonie en 2007, [les États baltes](#) sont devenus un terrain d'expérimentation des [stratégies hybrides russes](#). Ces attaques se caractérisent par leur diversité et leur intensité croissante : cyberattaques, [désinformation](#), manipulation des minorités russophones, brouillage GPS, violations aériennes ou encore sabotage d'infrastructures.

Ces actions restent volontairement sous le seuil de la guerre conventionnelle afin d'éviter une réaction militaire directe, tout en créant instabilité et pression constante. L'objectif est double : fragiliser les institutions et diviser les sociétés. Cette multiplicité de menaces impose aux États baltes une vigilance permanente face à des formes de conflictualité évolutives.

## Une stratégie de résilience fondée sur la société

Face à ces menaces, les États baltes ont développé une réponse structurée et non-escalatoire. Leur approche repose sur le concept de « défense totale », mobilisant non seulement les institutions mais aussi les citoyens. L'objectif est de maintenir la cohésion sociale tout en rendant chaque individu acteur de la sécurité nationale.

Cette culture de la résilience renforce la capacité des sociétés baltes à absorber les chocs.

Cette logique se traduit concrètement par des dispositifs de sensibilisation, comme par exemple le livret distribué il y a quelques années déjà en Lituanie expliquant comment réagir en cas de crise ou d'attaque. Elle s'appuie également sur une mémoire historique forte, notamment celle de la résistance des « frères de la forêt » face à l'occupation soviétique. Cette culture de la résilience renforce la capacité des sociétés baltes à absorber les chocs et à limiter les effets des [attaques informationnelles](#).

## Une cohésion sociale comme rempart aux stratégies de division

Malgré la présence de minorités russophones importantes, les sociétés baltes font preuve d'une relative cohésion. Les citoyens se perçoivent comme des acteurs engagés et non comme de simples spectateurs. Cette implication limite l'efficacité des [stratégies de désinformation visant à créer de la défiance envers les autorités](#).

Les attaques informationnelles russes cherchent à exploiter n'importe quel sujet pour polariser les sociétés. Toutefois, la confiance dans les institutions et la conscience civique permettent de contenir ces tentatives. Cette résilience sociale constitue l'un des principaux enseignements pour les autres pays européens.

## Des lanceurs d'alerte devenus acteurs centraux en Europe

Longtemps perçus comme alarmistes concernant la nature du projet russe, les États baltes ont vu leurs analyses pleinement validées en février 2022. Ils occupent désormais [une place centrale dans les débats stratégiques européens et au sein de l'OTAN](#). Leur expérience leur confère une légitimité croissante, illustrée par la nomination de personnalités baltes à des postes clés au niveau européen.

Ils sont aujourd'hui force de proposition, notamment sur le soutien à l'Ukraine ou les politiques de défense. Cette évolution marque un basculement : d'États périphériques, ils deviennent des acteurs influents dans la définition de la sécurité européenne.

---

### Sur Spotify

**Planisphère. Les Baltes face à la menace russe. Avec Céline Bayou**

---

## Entre atlantisme et autonomie stratégique européenne

Historiquement très attachés à la protection américaine [via l'OTAN](#), les États baltes ont initialement perçu l'idée d'[autonomie stratégique européenne](#) avec méfiance, craignant de susciter ou accélérer un [désengagement des États-Unis](#). Toutefois, les évolutions récentes du contexte international les conduisent à adopter une position plus nuancée.

Ils défendent désormais une complémentarité entre l'OTAN et l'Union européenne, refusant toute logique exclusive. Leur stratégie consiste à renforcer les capacités européennes tout en maintenant l'ancrage transatlantique, considéré comme indispensable à leur sécurité.

## Une indépendance énergétique construite par anticipation

Autre illustration de leur capacité d'anticipation : [la politique énergétique](#). Jadis totalement dépendants du gaz et du pétrole russes, les États baltes ont engagé très tôt une diversification de leurs approvisionnements.

Cette stratégie, coûteuse à court terme, leur permet aujourd'hui d'être largement indépendants de la Russie. Elle reflète une approche proactive fondée sur la prévention et la souveraineté, en cohérence avec leur perception de la menace russe. [Cette anticipation constitue un modèle en matière de résilience stratégique](#).

---

[Encore plus](#)

[Tous les podcasts géopolitiques de l'émission Planisphère depuis septembre 2024, en un clic. Et avec en bonus une synthèse rédigée, c'est possible ? Oui, ici.](#)

---

## Conclusion

[Les États baltes](#) offrent un cas d'étude particulièrement éclairant sur les nouvelles formes de conflictualité et les stratégies de résilience face à la Russie. Leur expérience montre l'importance de l'anticipation, de la cohésion sociale et de l'implication citoyenne dans la gestion des menaces hybrides.

Au-delà de leur rôle sécuritaire, ils contribuent également à la compréhension de la nature du [projet européen](#). Par là, ils suscitent des productions et la diffusion du savoir stratégique. C'est ce à quoi s'attache, par exemple, une initiative comme la revue *Regard sur l'Est*, dirigée par Céline Bayou. Cette plateforme ouverte, qui valorise aussi les jeunes chercheurs, participe à une meilleure compréhension des dynamiques géopolitiques en Europe centrale et orientale et renforce la diffusion de l'expertise.

Ainsi, les États baltes ne sont plus seulement [des frontières](#) exposées, mais des acteurs clés de la réflexion stratégique européenne, dont les enseignements apparaissent aujourd'hui essentiels pour l'ensemble des démocraties confrontées aux défis contemporains.

### Plus

- . Céline Bayou, « Les pays Baltes. Face à la menace russe », aux éditions Tallandier.
- . Sur le site *Regard sur l'Est*, la rubrique *Etats Baltes*
- . *Diploweb.com*, [Céline Bayou, 1989-2019. Vu de Vilnius, Riga et Tallinn : de la Voie balte au retour dans le concert des nations.](#)
- . *Diploweb.com*, [Philippe Perchoc, AB Pictoris, Carte commentée. Les Pays baltes, de la périphérie au centre du débat stratégique européen.](#)
- . *Diploweb.com*, [Yves Plasseraud, Comment se situent les États baltiques au sujet de la guerre russe en Ukraine et par rapport à l'Occident ?](#)

*Copyright pour la synthèse Mai 2026-Bourgoin/Diploweb.com*

---

**Parce que l'information est un - précieux - bien public**

**A condition** de ne rien modifier et de faire un lien vers la page source du *Diploweb.com* de chaque émission, il est autorisé de reprendre sur des sites académiques, éducatifs ou institutionnels les codes des fichiers son et / ou vidéo ainsi que les biographies et la synthèse rédigée d'une ou de plusieurs émissions Planisphère.

---

## **P.-S.**

Céline Bayou est spécialiste de la région baltique et chargée de mission au Centre d'analyse, de prévision et de stratégie (CAPS) du ministère de l'Europe et des Affaires étrangères. Elle est également Docteure de l'Inalco et rédactrice en chef de la revue en ligne *Regard sur l'Est*. Céline Bayou publie « Les pays Baltes. Face à la menace russe », aux éditions Tallandier. Céline Bayou s'exprime en son nom propre.

Interview organisée et conduite par Pierre Verluise, docteur en Géopolitique, fondateur du *Diploweb*, il produit Planisphère sur RCF Notre Dame. Cette émission a été diffusée le 26 mai 2026.

Synthèse par Emilie Bourgoin, étudiante en dernière année de Master Sécurité et Défense à l'Université d'Ottawa, après un BBA à l'EDHEC. Elle est en charge du suivi hebdomadaire de l'actualité des livres, revues et conférences géopolitiques comme de la rédaction des synthèses des épisodes de l'émission Planisphère pour *Diploweb*.

---

## **Notes**

[1] Cette émission a été enregistrée le 14/04/2026 et diffusée le 26/05/2026.