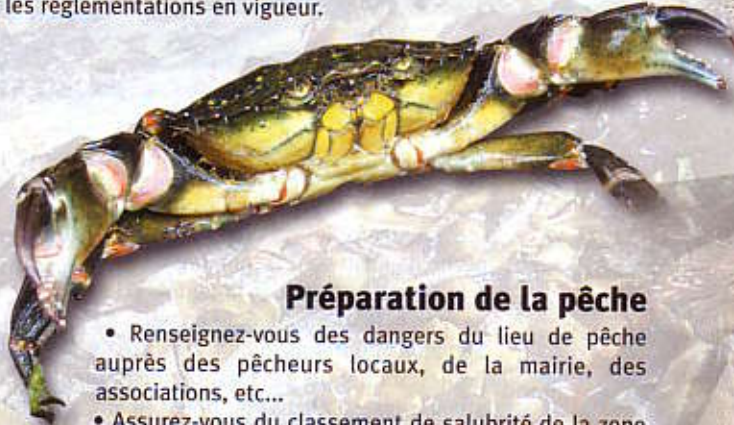




FÉDÉRATION NATIONALE DES  
PÊCHEURS PLAISANCIERS  
ET SPORTIFS DE FRANCE

# Guide de la pêche à pied

La pêche à pied se pratique lors des grandes marées (coefficient minimum de 80) à basse mer dans les zones rocheuses et/ou sableuses dans lesquelles les pêcheurs ramassent des crustacés (crabes, crevettes), des mollusques (coquillages bivalves comme la moule ou gastéropodes comme le bigorneau, céphalopodes comme la seiche), des poissons et éventuellement des oursins. Ce document a pour objectif de vous expliquer les règles de base afin de pratiquer cette activité récréative dans les conditions optimales de sécurité et en respectant les réglementations en vigueur.



## Préparation de la pêche

- Renseignez-vous des dangers du lieu de pêche auprès des pêcheurs locaux, de la mairie, des associations, etc...
  - Assurez-vous du classement de salubrité de la zone de pêche envisagée (A et B : pêche possible ; C et D pêche interdite) auprès des mairies, des offices du tourisme, de la DASS, ou des Affaires Maritimes. Évitez les zones portuaires et les estuaires douteux.
  - Consultez l'annuaire des marées pour connaître l'heure de la basse mer (emportez une montre). Il faut remonter 45 minutes après cette heure.
  - Tenez-vous informés des prévisions météo (s'abstenir en cas de brume annoncée ou d'orage) et munissez-vous par précaution d'une boussole ou d'un GPS (à condition d'avoir effectué un repérage ou un exercice préalable).
  - N'allez pas à la pêche seul (surtout en cas de pêche dans un endroit inconnu).
  - Emmenez un téléphone portable (Le numéro 1616 vous met directement en contact avec les secours maritimes (CROSS). C'est utile en cas de blessure ou de malaise.
  - Informez un membre de votre entourage de l'heure approximative du retour en pensant à prévenir en cas de retard imprévu pour éviter le déclenchement inutile d'une alerte.
  - Prenez un équipement adapté. Proscrire absolument la pêche pieds nus.
- ATTENTION** : méfiez-vous des wadders et cuissardes dans les endroits accidentés en bordure de mares d'eau profondes.



## Réglementation

- Prenez connaissance de la réglementation en vigueur : les tailles réglementaires des espèces, les engins de pêche autorisés, les périodes de fermeture de certaines espèces, les limitations journalières de capture, les zones de pêche (mairies, affaires maritimes ou associations). Les amendes pour non respect de la réglementation sont souvent très salées.
  - Munissez-vous d'un outil de mesure (la réglette de la FNPPSF par exemple)
- ATTENTION** : les règles de la pêche à pied dépendent des Directeurs Régionaux des Affaires Maritimes et par conséquent, ces règles peuvent être différentes d'une région à l'autre d'où la nécessité de s'informer auprès des acteurs locaux.



## Les mollusques

Les mollusques les plus souvent rencontrés sur l'estran et faisant l'objet d'une pêche à pied de loisir peuvent se classer en trois grandes catégories :

### Bivalves

- Fousseurs : palourdes, coques, couteaux, praires, amandes...
- Non fousseurs : huîtres, moules, coquilles St Jacques...

### Gastéropodes

Ormeaux, bulots, bigorneaux, patelles.

### Céphalopodes

Seiches et calmars



## Pour une pêche responsable

- Respectez l'environnement : remettez les pierres retournées dans leur position initiale
- Ne laissez pas de déchets sur l'estran.
- Respectez les autres usagers qu'ils soient professionnels ou amateurs.
- Respectez les installations professionnelles : bouchots, tables à huîtres, casiers, etc...
- Ne prélevez que ce dont vous avez besoin pour votre consommation familiale.



## Les crustacés

Les crustacés les plus courants faisant l'objet d'une pêche de loisir sont au nombre de six :

1. la crevette grise,
2. le bouquet,
3. l'étrille,
4. l'araignée de mer,
5. le tourteau,
6. le homard.

Signalons toutefois qu'un crustacé assez curieux, fait l'objet d'une pêche très réglementée sur les côtes atlantiques : l'anatife ou pousse-pied, particulièrement recherché.

## Autres espèces

- La pêche à pied des poissons est autorisée. Les espèces principales sont la sole, la plie, le bar, le congre et le lançon.
- Les oursins

