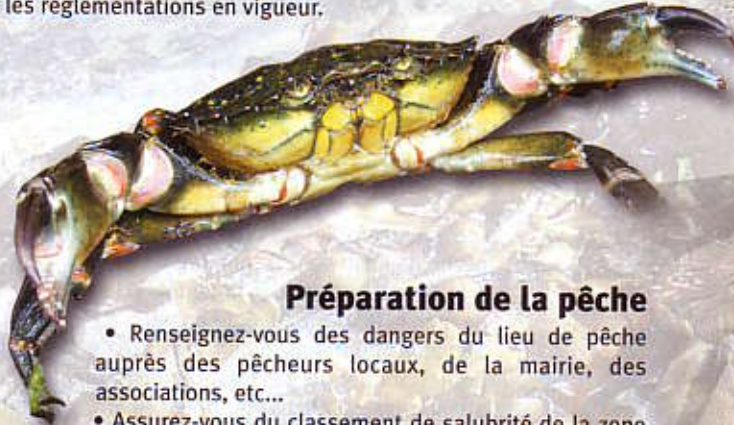




FÉDÉRATION NATIONALE DES
PÊCHEURS PLAISANCIERS
ET SPORTIFS DE FRANCE

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. Evitez 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





Pendant la pêche

- Évitez d'utiliser des sacs plastiques pour conserver vos captures. Il est préférable d'utiliser soit un panier en osier soit un panier en plastique de manière à ce que l'eau puisse être évacuée.
- Il est recommandé de séparer les crustacés dans des compartiments ou des paniers différents. Les tourteaux ont une fâcheuse habitude de broyer tout ce qui passe à leur portée (homard, étrille, araignée, crevette et... les doigts des pêcheurs trop lents).
- Méfiez-vous de certains animaux : anémones, méduses, raies et vives (une pince à linge sera utile pour retirer les vives du filet à crevettes).

• Ne touchez pas aux engins suspects : bidons, ferrailles, débris divers...

• Abstenez-vous de ramasser les coquillages fouisseurs (palourdes, praires, coques...) posés sur le sable (ils peuvent être malades).

• En cas de brume subite, remontez immédiatement en utilisant votre boussole ou GPS. Si vous n'en êtes pas muni, remontez en essayant de repérer la direction de la terre par l'observation du comportement des algues dans le courant ou en suivant les traces de roues de tracteurs s'il y en a ou encore en écoutant attentivement (une sirène peut être déclenchée de la terre).

• En cas d'orage imprévu et brutal, séparez-vous immédiatement de tous vos engins métalliques, remontez calmement en évitant les groupes de personnes trop importants ; au besoin, au cœur de l'orage, adoptez la position de sécurité (accroupi, recroquevillé sur soi).

Après la pêche

- Lavez votre pêche à l'eau de mer.
- Transportez-la et conservez-la au frais ; une poignée d'algues fraîches prélevées sur l'estran fera l'affaire ; évitez les seaux et les sacs en plastique surtout l'été ; préférez un panier ou une hotte.

• Consommez vos coquillages dans les 24 heures.

• N'ouvrez qu'au dernier moment les coquillages à consommer crus (ne pas stocker au réfrigérateur mais dans un endroit frais)..

• N'oubliez pas que la cuisson permet seulement de réduire les risques micro biologiques pas ceux liés à la présence de toxines et de métaux lourds.

Bon à savoir : quand on se trouve à la limite de la basse mer, une légère écume à la surface de l'eau indique que la mer commence à remonter.





Pêche à pied et salubrité

Vous pêcherez à pied des coquillages marins bivalves filtreurs qui retiennent pour leur nourriture le plancton, mais aussi bactéries et virus, et autres particules en suspension dans l'eau de mer. Ils seront, soit fouisseurs et dits du groupe 2 tels que les coques, praires, palourdes, etc..., soit non fouisseurs et dits du groupe 3 tels que les huîtres, les moules, les coquilles Saint-Jacques, etc...

Ce type de pêche récréative est autorisée dans les zones classées A où la pêche est possible sans restriction particulière, B

(qualité des eaux moyenne à médiocre) où il est fortement conseillé de ne consommer les coquillages qu'après une cuisson suffisamment longue, seule garantie d'une diminution significative de la contamination micro biologique et dans les zones non classées.

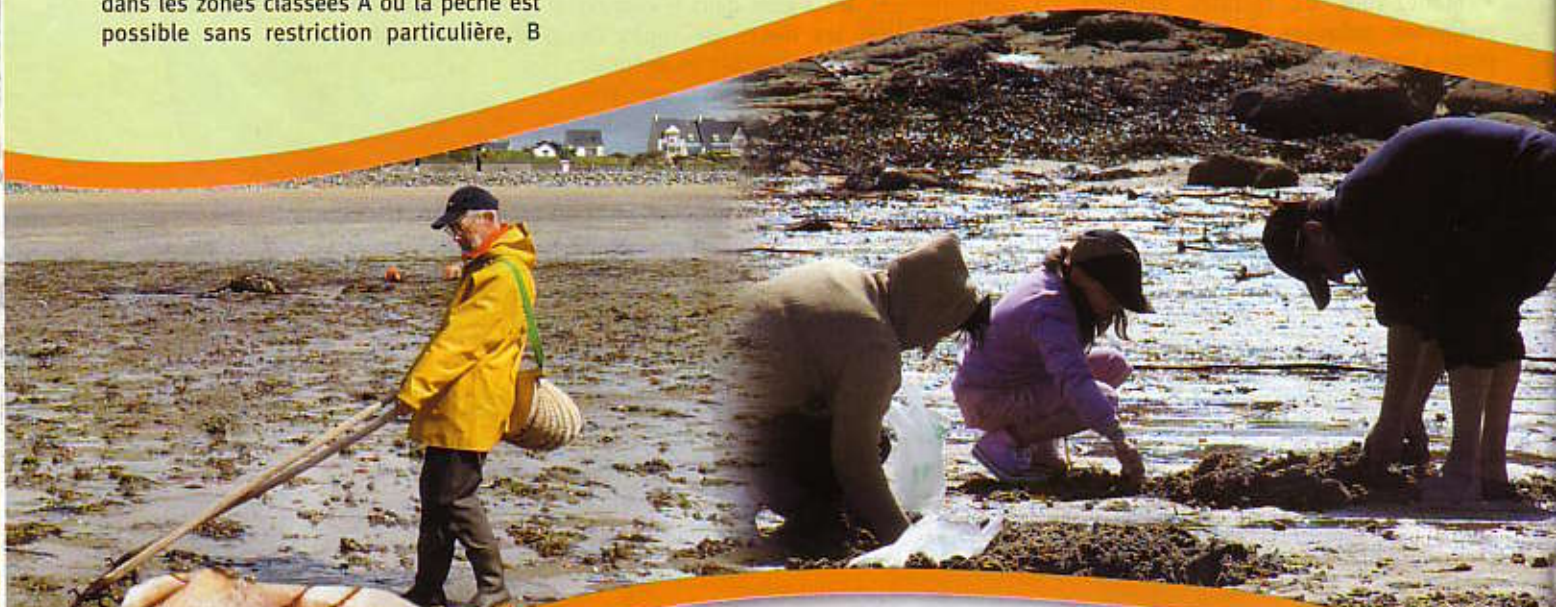
La pêche récréative est interdite dans les zones classées C et D. Renseignez-vous auprès des mairies et des services compétents (DDAM, DDASS, IFREMER) dont vous trouverez les coordonnées par Internet ou dans les annuaires téléphoniques des

endroits où vous pêchez. Suivant les régions, les offices du tourisme des zones littorales peuvent aussi connaître ces informations.

DDAM : Direction Départementale des Affaires Maritimes

DDASS : Direction Départementale des Affaires Sanitaires et Sociales

IFREMER : Institut Français de Recherche pour l'exploitation de la mer



* l'étrille peut être mesurée dans le sens de la largeur ou de la longueur selon les quartiers maritimes

