



Pour une pêche à pied responsable :

- Respectez les tailles, les quotas et les périodes de pêche.
- Faites le tri de votre pêche sur le lieu de prélèvement.
- Respectez les herbiers de zostères (plantes aquatiques marines).
- Laissez les femelles de crustacés portant des œufs.
- Soulevez les pierres, ne les retournez pas et reposez-les délicatement.
- Utilisez des outils autorisés, non destructeurs.



Les bonnes pratiques

Une partie de pêche réussie c'est avant tout une sortie de pêche bien préparée. C'est aussi une sortie où l'on adopte les bons gestes de pêche et l'on profite de son environnement et du bon air. Voici donc quelques bonnes pratiques à adopter pour que la pêche reste un plaisir accessible à tous et pour longtemps.

AVANT LA PÊCHE : PRÉPAREZ VOTRE SORTIE

- Prenez connaissance de la réglementation de la pêche. La réglementation change en fonction des départements, voire même des sites. Elle concerne généralement les tailles minimales de capture des différentes espèces pêchées, les outils, les périodes et les quantités maximales que l'on peut ramasser. Elle peut aussi interdire certaines zones ou proscrire certains types de pratiques.
- Prenez connaissance des horaires de marée et de la météo (ne partez pas pêcher s'il y a de l'orage ou de la brume et prévoyez un équipement adapté en fonction du temps).

PENDANT LA PÊCHE : ADOPTEZ LES BONS GESTES DU PÊCHEUR

- Respectez les tailles minimales et remettez en place les animaux trop petits directement lors de votre pêche.
- Faites attention à votre sécurité et à la remontée de la mer.
- Remettez délicatement les blocs rocheux dans leur position initiale pour préserver la biodiversité qui y est associée : ils abritent de nombreuses espèces qui ne peuvent vivre exposées à la lumière du soleil.
- Limitez votre récolte à ce qui sera réellement consommé : il faut notamment prendre en compte les contraintes de préparation ou l'appétit des personnes. Laissez les espèces non comestibles.
- Respectez les cycles de vie des animaux et les saisons de la mer, ne ramassez pas les animaux vides ou portants des œufs. Ces animaux n'ont pas d'intérêt culinaire ou participent au renouvellement des stocks. En les laissant en place, vous améliorez votre récolte du jour et celles à venir.

APRÈS VOTRE PÊCHE : PRÉPARER LE REPAS DANS LES MEILLEURES CONDITIONS

- Conservez vos coquillages et crustacés au frais et consommez les dans les vingt-quatre heures.
- Faites dégorger les coquillages fouisseurs (coques, couteaux, tellines) dans de l'eau de mer propre que vous pourrez renouveler régulièrement. Attention de ne pas mettre votre récipient en pleine chaleur ou au soleil pour garder une eau bien oxygénée.
- Profitez d'un bon repas bien mérité en testant, pourquoi pas, de nouvelles recettes.

Retrouvez toutes les bonnes pratiques dans le Guide des Bonnes Pratiques de la Fédération Nationale de la Plaisance et des Pêches en mer dans nos Bureaux d'Accueil.