

Guide des bonnes pratiques

de la plaisance et des
pêches de loisir en mer

DÈS 6 ANS

Suis-moi...
découvrons
la mer!


FNPP
Fédération Nationale
de la Plaisance et des
Pêches en mer



PLAISANCE & PÊCHE
ÉCORESPONSABLES



Appel des
secours en mer

& 📞 : 196
VHF : 16



Le but de ce document n'est pas de vous expliquer comment pêcher mais de vous donner quelques conseils de sécurité, de bonnes pratiques et de respect de l'environnement afin que vos sorties en mer restent une source de plaisir.

MOT DE LA MINISTRE

Chers pêcheurs plaisanciers d'Occitanie, l'Occitanie bénéficie d'un littoral qui s'étend sur 220 km bordant un large plateau continental propice au développement des espèces halieutiques. Caractérisés par la présence de 4 700 km² d'aires marines protégées, dont un parc naturel marin de 4 000 km², ce littoral et son espace maritime à la biodiversité exceptionnelle accueillent 20 stations balnéaires et pas moins de 70 ports de plaisance (maritimes, lacustres et fluviaux). Après s'être dotée d'un **Parlement de la mer** et d'une **Maison de la mer**, la région est aujourd'hui plus que jamais tournée vers la Méditerranée dont les espaces naturels maritimes et littoraux participent à l'attractivité de l'Occitanie. La région encourage donc une **gestion durable** de cet espace côtier et encourage chaque usager de la mer (habitant comme visiteur) à prendre en compte dans ses activités (professionnelles ou récréatives) **les enjeux de préservation de ce milieu d'exception**. À travers le guide des bonnes pratiques de la plaisance et des pêches de loisir en mer, la région Occitanie/ Pyrénées-Méditerranée et la Fédération nationale de la plaisance et des pêches en mer participent à ces **mêmes objectifs de respect et d'exploitation durable de la ressource halieutique et de cohabitation de l'ensemble des usages en mer**.



Carole Delga

Ancienne ministre - Présidente de la région Occitanie/Pyrénées-Méditerranée

<https://www.laregion.fr/Parlement-de-la-mer>



ALLEZ, SUIS-MOI, JE T'EMMÈNE À LA PÊCHE !

Coquillages, crustacés, poissons... allons découvrir ensemble toute la diversité des espèces présentes sur notre littoral.

Départ en pêche



Partons à la découverte !

POUR BIEN DÉBUTER

Pour profiter de notre partie de pêche en toute sécurité, prenons auparavant quelques précautions indispensables : vérifions la marée et les conditions météo ! Tu dois t'habiller en fonction du temps qu'il fait, prévoir un petit sac à dos (dans lequel tu mettras un goûter, de l'eau, un coupe-vent, des lunettes de soleil, de la crème solaire et une casquette), un téléphone portable, une montre et de bonnes chaussures ou des bottes...

Ciel couvert



Ciel dégagé



Tout au long du guide, tu trouveras des mots soulignés. Reporte-toi à l'abécédaire en page 16 pour connaître leur définition !

Emel Ledes



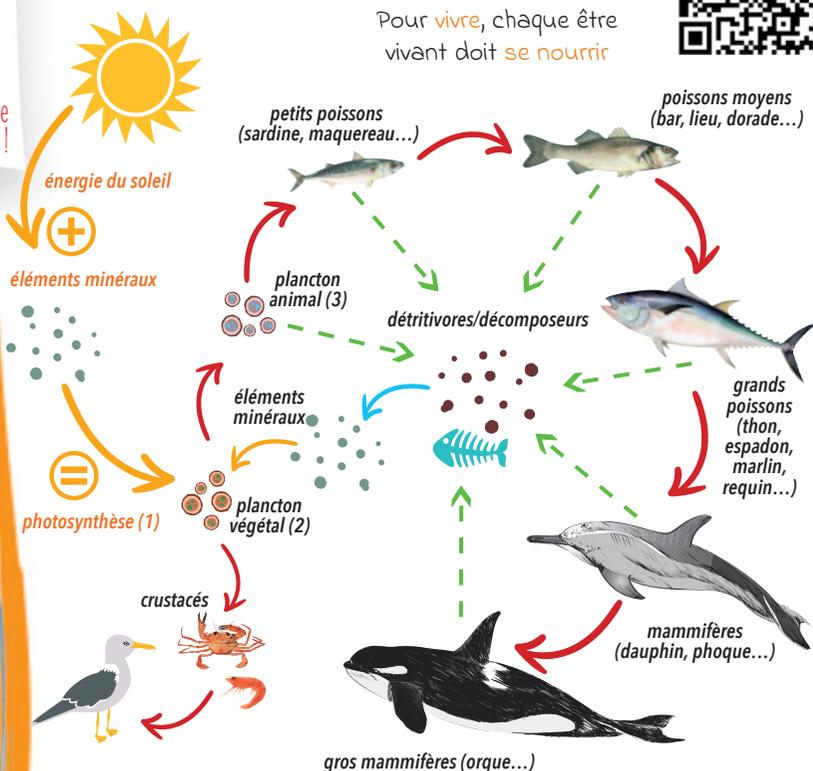
Regarde comment ils vivent !

CHAÎNE ALIMENTAIRE

Pour aller plus loin



Pour vivre, chaque être vivant doit se nourrir



Légende

- Photosynthèse
- Est mangé par
- Déjections et animaux morts
- Décomposé par les détritivores/décomposeurs



Si une espèce disparaît, elle laisse la place à une autre, qui va déréguler tout ce système au détriment de l'équilibre global du milieu.

Chaque espèce a une place et un rôle précis dans la chaîne alimentaire ; cela forme un écosystème. Celui-ci est défini par le milieu physique (ici l'océan) et biologique (toutes les espèces vivant dans l'océan), et constitue un **fragile équilibre dynamique** qui permet, entre autres, la **régulation du climat**, le **façonnage des côtes** ou encore une partie de notre **nourriture** via la pêche.

LA MER BOUGE !

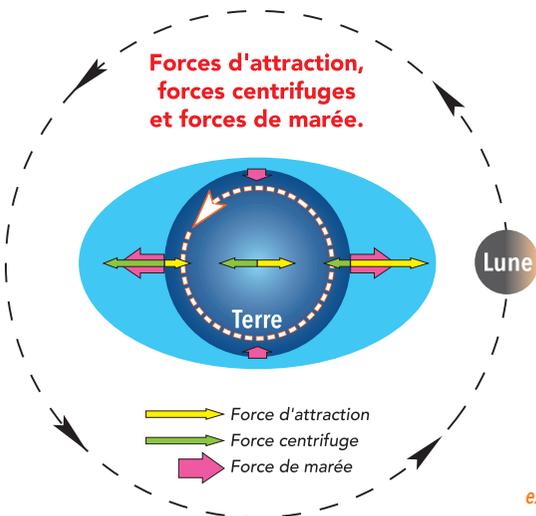
En te promenant à la plage, tu as sûrement déjà remarqué que la mer n'est pas toujours au même endroit. En effet, elle monte et descend plusieurs fois au gré des heures de la journée, c'est ce que l'on appelle les marées. Voyons cela d'un peu plus près.

Deux marées par jour

Le phénomène des marées s'explique par les différents mouvements des astres dans l'espace ; c'est notamment le système Terre-Lune qui entre en jeu. La Terre tourne sur elle-même et la Lune tourne autour de la Terre. En tournant, ce système Terre-Lune va être soumis à des forces de différentes natures : la force centrifuge et la force d'attraction.

Lorsque la Lune effectue sa rotation autour de la Terre, les forces centrifuges et d'attraction vont s'ajouter ou se soustraire et le résultat

(force de marée) va entraîner un soulèvement plus ou moins important (amplitude) des océans ; ce sont les marées hautes et basses. Elles se produisent deux fois par jour, sur nos côtes.

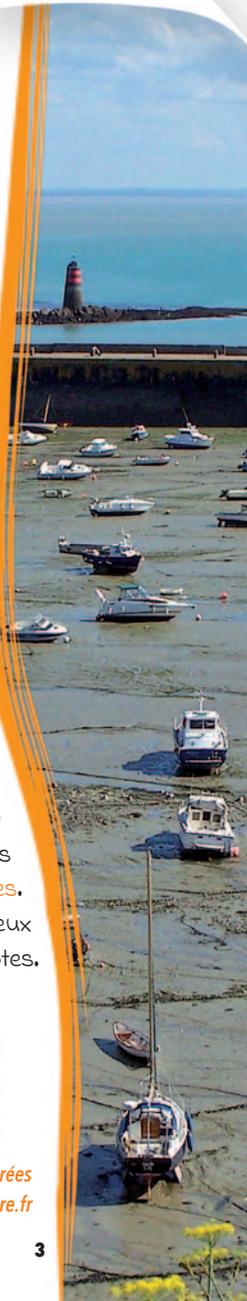


Marée haute

Marée basse



Les marées, comment ça marche ?



Pour aller plus loin



Un petit livre sympa : « les marées expliquées aux enfants », oieldemere.fr



Pense à bien respecter ceci !

CONSEILS DE PÊCHE

Dans ce guide, tu vas découvrir plusieurs manières différentes de pratiquer la pêche en mer : la pêche à pied, la pêche du bord et la pêche en bateau. Chaque pratique est soumise à une réglementation ainsi qu'à certaines règles de sécurité. Tu vas t'initier à la pêche, l'environnement que tu vas découvrir est exceptionnel, n'oublie pas qu'il faut le préserver !

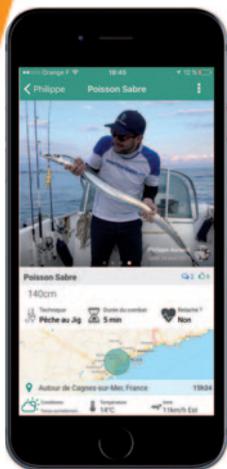
Dans les pages suivantes, tu retrouveras régulièrement trois amis qui vont t'aider à bien repérer nos conseils dans les domaines de l'environnement, la pêche et la sécurité.

Il existe une application qui te permet de tenir un carnet de pêche. Cet outil te permet de déclarer tes captures et de prendre connaissance d'une foule de renseignements utiles.

Appel des secours en mer

& : 196

VHF : 16



Environnement

- Ne jette pas les déchets en mer.
- Limite l'utilisation d'objets en plastique.
- Utilise les poubelles de plage ou de port, les bacs à marée.



Pêche

Respecte :

- les tailles de capture,
- les quantités raisonnables à prélever,
- les zones de pêche et les outils autorisés.



Sécurité

Avant une sortie en mer :

- vérifie bien la météo et la marée,
- prévois des vêtements adéquats, quelques provisions, de l'eau et une trousse de secours.



Application FishFriender :

cette application te propose de tenir un " carnet de pêche social " très utile. Tu pourras ainsi profiter de tes prochaines sorties et participer à une bonne gestion de la ressource. Tu trouveras un supplément d'information sur le site : www.fishfriender.com

PÊCHE DU BORD

La pêche du bord se pratique avec une canne à pêche et un ou plusieurs hameçons. Tu peux pêcher de jour comme de nuit, sur les rochers ou sur la plage. En mer, il n'existe pas de permis de pêche comme c'est le cas pour la pêche en eau douce.

Cette pêche, principalement exercée sur une plage, s'appelle le surfcasting, tu peux avoir la chance de ramener une belle dorade ou même un bar ou loup. Il est possible de pêcher dans un port, sur une digue ou une cale mais il faut auparavant s'informer sur la réglementation.

RESPECTE BIEN LA RÉGLEMENTATION. IL EST PRÉFÉRABLE DE RAMENER DU POISSON PLUTÔT QU'UNE AMENDE ! RENSEIGNE-TOI AVANT DE PÊCHER !



Renseigne-toi sur la réglementation locale à la mairie ou auprès des associations de plaisanciers.

Sur les rochers



Sur la plage



Sur une cale



N'oublie pas ta canne à pêche !

Pour aller plus loin





Ouvre l'oeil
et reste attentif !

RECOMMANDATIONS

Prends garde :

- **Aux vagues** (Crisque de chute à la mer). Leur force est due à celle du vent qui se mesure sur l'échelle de Beaufort.
- **Aux forts courants** sur les plages qui entraînent parfois la formation de baïnes.
- **À l'entourage**. Lors de la pêche au lancer, ton geste ne doit pas risquer de blesser quelqu'un. Évite de lancer en direction des bateaux (suivant le lieu de pêche).
- **Aux hameçons** (ne pas se piquer). Lorsque tu pêches un poisson, prends garde au maniement des différents leurres, une blessure est vite arrivée !
- **À la manipulation** de certains poissons afin de ne pas te blesser avec les épines dorsales d'espèces particulièrement piquantes (bars, raies, vives...) car lorsque l'on réussit à pêcher un beau poisson, on est tellement content qu'on peut en oublier certaines précautions.

Et, pour t'amuser, tu peux essayer la pêche à la balance pour capturer des crabes verts que tu remettras à l'eau, bien entendu.

Force des vagues



Transmission



Balance



Lorsque le temps change brutalement et que l'orage arrive, pense à lâcher immédiatement tout objet conducteur (métal, carbone...) laissant passer un courant électrique.

JUVÉNILES

Les petits poissons sont appelés **juvéniles** car il n'ont pas atteint la **maturité** nécessaire pour **se reproduire**. Ils doivent donc être replacés dans leur milieu naturel. Comme pour les autres formes de pêche en mer, tu dois respecter les **tailles minimales de capture**.

Lorsque l'on respecte le milieu marin et les espèces qui y vivent, on parle de **comportements écoresponsables**. Si tu as la chance de faire une belle pêche, **reste raisonnable** et conserve juste quelques spécimens pour ta **consommation familiale**.



Surtout, ne ramène pas des quantités trop importantes de poissons qui risquent d'être gaspillées ! Évite de distribuer largement ta pêche autour de toi, c'est interdit !

OISEAUX MARINS

En bord de mer il y a aussi des oiseaux, tu croiseras principalement des mouettes et des goélands. Les **jeunes** possèdent un **plumage brun** qui disparaît à l'âge adulte pour devenir **gris et blanc**.

Contrairement aux oiseaux terrestres, la plupart des oiseaux marins possèdent une **glande à sel** sur le bec qui leur permet de rejeter l'excès de sel absorbé dans l'alimentation.

Goéland jeune & adulte



Glande à sel

RECONNAIS-TU CES ESPÈCES ?



1 La vieille - 2 L'orophile ou aiguillette - 3 La dorade royale

Relâcher les juvéniles



Laissons-les grandir, se reproduire !





Deux autres
raçons de pêcher !

PÊCHE EN KAYAK

Même si ce loisir paraît simple et facile, il faut bien connaître les règles de navigation et de sécurité avant de prendre la mer. Tu obtiendras tous les conseils utiles en contactant une association de plaisanciers.

Avant toute sortie, il faut vérifier les horaires de marées et surtout la force du vent qui ne doit pas dépasser 3 nœuds (environ 5 km/heure), se munir d'un téléphone portable et prévenir une personne restant à terre qui pourra rapidement appeler les secours si besoin. Il est fortement conseillé de naviguer en groupe; en cas d'incident, il sera plus facile d'obtenir de l'aide. **Bon à savoir** : un kayak ne peut pas sortir de nuit, c'est interdit. Il ne faut donc pas entreprendre une balade en fin de journée.

Pêcheur en kayak



PÊCHE EN APNÉE

La pêche en apnée se pratique avec une combinaison, des palmes, un masque et un tuba. Il est conseillé de pêcher au moins à deux, c'est une mesure de sécurité en cas de difficulté. La présence d'un plongeur doit être signalée en surface par un pavillon spécial : Alpha, Croix de saint André ou Rouge à diagonale blanche. Elle se pratique avec un fusil, qui ne doit pas être chargé hors de l'eau. Elle est interdite aux plongeurs avec bouteilles. Elle permet de découvrir les fonds marins et de nombreuses espèces dans leur milieu naturel.

Bon à savoir : la pêche en apnée n'est pas autorisée de nuit et est accessible à partir de 16 ans.

Signalisation plongeur



Alpha



Croix de saint André



Rouge à diagonale blanche



Il est parfois interdit de pêcher en apnée avec un fusil harpon dans la zone des 300 m en période estivale (voir réglementation locale).

PÊCHER - MANGER

Lorsque tu ramèneras fièrement le produit de ta partie de pêche à la maison, tu auras le plaisir de cuisiner et déguster tes coquillages, crustacés et poissons en famille.

Voici deux recettes faciles :

Oursins farcis

8 beaux oursins, 1 échalote, 50 g beurre, 20 cl crème fraîche, 2 oeufs, sel, poivre.

Ouvrir les oursins. Émincez l'échalote et laissez fondre dans une poêle avec le beurre. Lorsque l'échalote est bien cuite, ajoutez un peu d'eau, la chair et le corail des oursins. Laissez cuire 5 minutes à feu doux. Battez les jaunes d'oeufs et la crème, salez, poivrez et mélangez le tout. Faites cuire à feu doux 3 minutes sans cesser de remuer. Répartissez ce mélange sur chaque oursin.

Dorades grillées aux herbes

4 dorades bien nettoyées, huile d'olive, tranches de citron, thym ou laurier.

Vider et nettoyez les dorades, les enduire d'huile d'olive. Inciser la chair du poisson et y insérer des tranches de citron. Laisser griller 5 minutes de chaque côté et parsemer le tout de thym ou de laurier.

Moment convivial



À table
tout le monde !

Bon appétit !

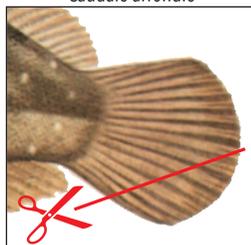
COMMENT MARQUER TES PRISES ?

Schéma
de marquage

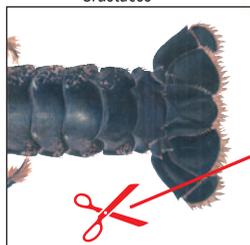
Caudale bifide inférieure



Caudale arrondie



Crustacés



Le marquage consiste à **couper la queue des poissons et crustacés**. Il est **obligatoire** pour pouvoir **identifier facilement les prises des pêcheurs de loisir** et en **interdire la vente**. Ce marquage doit être **effectué de façon précise** et ne doit pas empêcher la mesure totale de la taille des prises.

Voir tableau des tailles minimales de capture, en dernière page.





Super,
on sort en mer !

PÊCHE EN BATEAU

Tu as peut-être la chance d'aller en mer à bord d'un bateau (avec ta famille, tes amis...). En bateau, il est très important de prendre la météo avant chaque sortie en mer.

Avant de partir en balade, vérifie qu'il y a assez de carburant (tu pourras le faire avec tes parents). À bord d'un bateau, un téléphone portable ne suffit pas, il faut être équipé d'une radio qui permet de communiquer d'un bateau à l'autre : la VHF. Tu dois porter un gilet de sécurité ainsi que toutes les personnes à bord aussi.

Tu peux pêcher de différentes façons, avec une canne à pêche, à la traîne ou au casier. Il y a des jours de bredouille mais aussi des jours plus fastes !

N'oublie pas de respecter les tailles de capture et les quantités autorisées. La FNPP tient à ta disposition toute une gamme d'outils de mesure qui t'aideront à respecter la réglementation. En utilisant les outils " Respectons les tailles " développés depuis de nombreuses années par la FNPP, tu contribues activement à la préservation de la ressource marine !



Le gilet doit être aussi porté à bord de l'annexe qui te permet de rejoindre le bateau.

IL Y A DES JOURS DE BREDOUILLE, MAIS AUSSI DES JOURS FASTES ! OBSERVATION, PATIENCE, OBSTINATION, PERSISTANCE !

Gilet de sécurité



RESPECTONS LES TAILLES
Ateliers de mesure réglementaires (voir annexe) - Tailles préconisées pour la majorité des espèces marines côtières.
IMN : 13 rue de Nord, 92141 La Courbe de France

0	Dorade rose	25 cm
5	Maquereau	20 cm
10	Sardine	10 cm
15	Chinchard	15 cm
20	Merlu	20 cm
25	Langoustine	25 cm
30	Bar moucheté	30 cm
35	Dorade	35 cm
40	Boiteux	40 cm
42	Bar	42 cm

NAVIGATION

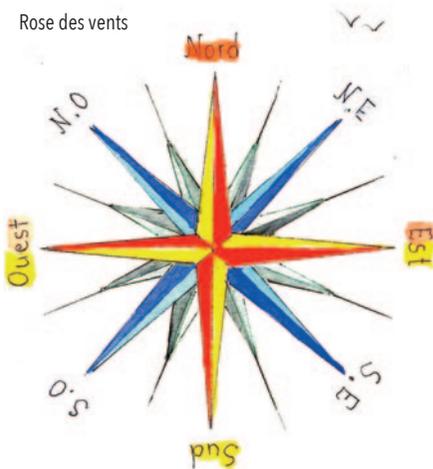
Lorsqu'un bateau sort en mer, c'est un peu comme quand une voiture prend la route, il y a des règles de circulation. Ici, on parle de règles de navigation à respecter !

Pour sortir du port on emprunte le chenal. En mer on ne dit pas « tourner à gauche ou à droite », on dit virer à babord (gauche) ou à tribord (droite).

Pour se diriger en pleine mer, on utilise plusieurs instruments de navigation : le compas et le GPS. Pour s'orienter en mer, on utilise principalement les points cardinaux et la rose des vents.

En navigation, il existe différentes bouées et balises qui indiquent l'emplacement de dangers. Ces signalements se réfèrent toujours aux quatre points cardinaux qui sont indispensables à connaître pour s'orienter. Il s'agit en fait d'un "code de la route" qui permet de circuler en mer en sécurité.

Rose des vents



Chenal



Balises verte et rouge



Trousse de secours



À bord, il faut s'équiper d'une pharmacie de premiers secours (désinfectant, pansements...). Les petites blessures sont vite arrivées !

L'échelle de Beaufort qui comporte 12 degrés, sert à mesurer la force des vents, voici quelques repères :

- force 0 : calme plat
- force 3 : petite brise
- force 7 : grand frais
- Force 10 : tempête
- Force 12 : ouragan



Embarque avec moi !



Prends de
bonnes habitudes !

BONNES PRATIQUES

C'est important d'écouter les conseils de pêche des aînés, leur expérience t'évitera bien des désagréments.

L'océan/la mer n'est pas une ressource inépuisable. Nous devons penser à le préserver en pêchant raisonnablement. Il faut respecter la réglementation (tailles minimales et quantités maximales de capture). Pour t'aider à pêcher de façon éco-responsable, tu peux utiliser une application très sympa qui te propose de tenir ton carnet de pêche personnel (voir page 2).

Les bacs à marée, souvent installés à l'entrée des plages, sont des outils mis à la disposition du public. Ils sont destinés à la collecte des déchets (plastique, verre...). Le volume des débris ramassés permet d'évaluer par zones le niveau de pollution sur le littoral.



Toutes les eaux usées doivent être ramenées au port et déposées dans des bacs réservés à cet effet. Ne pas utiliser de produits chimiques en mer.

Mesures des tailles



Bac à marée



Déchets liquides



RECONNAIS-TU CES ESPÈCES ?

1



2



3



PÊCHE À PIED

La pêche à pied se pratique à marée basse. Vérifie les horaires et le coefficient de marée, il doit être supérieur à 80 (regarde avec ta famille dans le journal ou sur un annuaire des marées), et surtout, regarde bien la hauteur d'eau.

La partie qui se découvre s'appelle l'estran, on y trouve des coquillages, des crustacés, des mollusques et même des poissons. Voici quelques espèces que tu peux pêcher : tellines, berniques, moules, palourdes, huîtres, crevettes, seiches, congres, bars...

Coefficients marées

	COEF.		PLEINES MERS		BASSES MERS		
	matin	soir	matin	soir	matin	soir	
Dimanche	1	72	78	2.36	14.59	8.29	21.00
Lundi	2	84	89	3.30	15.53	9.29	21.56
Mardi	3	94	97	4.19	16.44	10.24	22.47
Mercredi	4	100	100	5.07	17.31	11.13	23.33
Jeudi	5	99	98	5.53	18.18	11.59	24.15
Vendredi	6	95	91	6.39	19.03	12.41	24.91
Samedi	7	87	81	7.25	19.48	13.22	25.59
Dimanche	8	76	70	8.09	20.32	1.38	14.02
Lundi	9	64	58	8.53	21.17	2.19	14.44
Mardi	10	53	48	9.38	22.06	3.03	15.30
Mercredi	11	43	40	10.29	23.01	3.84	16.23
Jeudi	12	38	--	11.28	--	4.53	17.23
Vendredi	13	38	39	0.09	12.40	5.56	18.26
Samedi	14	41	43	1.24	13.46	6.58	19.27
Dimanche	15	47	50	2.18	14.38	7.56	20.27
Lundi	16	54	58	3.03	15.22	8.49	21.15
Mardi	17	62	65	3.84	16.03	9.36	21.59
Mercredi	18	69	71	4.62	16.83	10.19	22.40
Jeudi	19	74	76	5.00	17.20	10.90	23.18
Vendredi	20	78	79	5.34	17.55	11.50	23.93
Samedi	21	79	79	6.07	18.28	12.41	24.65
Dimanche	22	77	77	6.77	19.00	13.22	25.35



Dans les rochers



Palourde d'Europe



Praire



Coque



Tellines



Couteau



Crevette

NE JETTE PAS DE DÉCHETS SUR L'ESTRAN. UTILISE LES POUILLÈS DE PLAGE ET BACS À MARÉE. LA FAUNE ET LA FLORE MARINE TE REMERCIERONT

Enfile des bottes ou de bonnes chaussures à semelles anti-dérapantes ! Porte des vêtements de couleurs vives qui aideront les secours à te repérer facilement si tu te trouves en difficulté. Regarde ta montre car tu dois progressivement quitter les lieux dès que la mer commence à remonter.





Des outils bien utiles !

QUELQUES OUTILS

Tu trouveras ci-dessous le matériel communément autorisé. Relâche les juvéniles et replace les pierres sans les retourner, tu protégeras ainsi la faune qui vit dessous. N'utilise pas de sac plastique pour conserver ta pêche mais un seau ou panier. Pour la pêche aux couteaux, n'oublie pas ta boîte de sel. La pêche doit être lavée à l'eau de mer et consommée dans les 24 heures.

Tu dois garder à l'esprit que la pêche est un loisir convivial et te contenter de pêcher des quantités raisonnables à déguster simplement en famille ou entre amis.

Ramassage de tellines



En pêche



Pied à coulisse



Grapette trois dents



Couteau à palourdes



Ne pas confondre un filet à papillons et une épuisette ou un haveneau (voir ci-dessous).

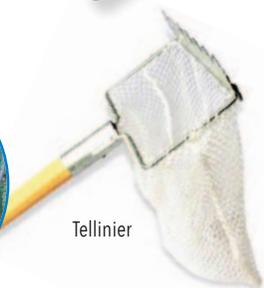
À éviter fortement



Recommandé



Tellinier



Crochet à crabes

MESURE DES ESPÈCES

Pour certains coquillages et crustacés, la façon de mesurer la taille réglementaire de capture est particulière.

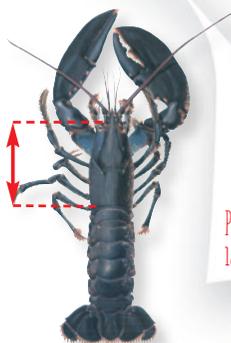
Respecter le **sens de mesure**.



Telline



Oursin



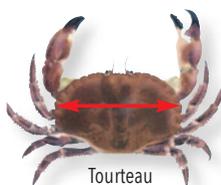
Homard



Étrille



Araignée de mer



Tourteau

BON À SAVOIR

Tes parents se renseigneront sur les **éventuels dangers** des lieux de pêche et l'état de **salubrité** de la zone (regarde bien les **panneaux d'affichage** en bord de mer).

Tout ce que la mer rejette sur les plages à marée haute constitue la **laisse de mer**, c'est-à-dire ce que laisse la mer lorsqu'elle redescend.

Regarde attentivement la plage à marée basse et observe les coquilles vides, les cadavres d'animaux (crustacés, oiseaux), les plumes, les amas d'algues, les morceaux de **bois flotté**. Tous ces déchets sont utiles car ils sont ensuite recyclés par la mer et font partie du fonctionnement d'un **écosystème marin équilibré**.

Morceaux de filets, bouchons de liège, cannettes et toutes sortes de déchets en plastique... c'est l'indice d'une pollution que nous devons surveiller !

Taille minimale

Taille minimale de capture :
5 cm sans les piquants. En pêche à pied ou pêche sous-marine : récolte de 4 douzaines d'oursins/pêcheur/jour max.

Taille minimale de prélèvement :
2,5 cm, peut être pêchée du 1^{er} juillet au 31 août, prise limitée à 500 unités ou 2 kg/jour/personne.



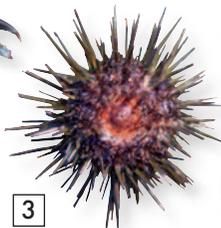
RECONNAIS-TU CES ESPÈCES ?



1



2



3

1 La patelle ou bernique - 2 Le crabe vert - 3 L'oursin



Protégeons
la ressource !





Quelques
termes marins !

ABÉCÉDAIRE

Annexe : petite embarcation permettant de rejoindre le bateau principal.

Bâbord : la gauche pour les marins.

Bac à marée : bac présent à l'entrée des plages dans lequel on dépose les déchets marins.

Baine : bassin naturel qui se forme en bordure des plages et génère des courants violents.

Balance : petit filet suspendu à l'extrémité d'un bout qui permet de pêcher les crustacés et les poissons.

Balise : elle indique comment circuler en mer et signale des dangers.

Bois flotté : bois qui a longtemps séjourné en mer et qui est rejeté à la côte par le vent et les marées.

Bredouille : se dit d'un pêcheur qui n'a pas réussi à capturer de poisson au terme de sa partie de pêche.

Cale : partie du quai en pente qui permet d'embarquer ou de débarquer.

Capture (ou prise) : poisson que l'on a pêché.

Carnet de pêche : carnet manuscrit ou numérique sur lequel le pêcheur consigne ses prises (poids, date et lieu des captures).

Casier : engin de pêche permettant de capturer des crustacés, des céphalopodes ou plus rarement des poissons.

Chenal : passage balisé des bateaux dans des zones difficiles (entrées et sorties de port, navigation entre les rochers...).

Compas : instrument qui sert à s'orienter en mer en utilisant les points cardinaux.

Couteau détroqueur : outil de pêche à pied qui sert à détacher les huîtres, les berniques (patelles) d'un rocher.

Crustacé : animal aquatique doté d'une carapace (crabe, homard...).

Digue : construction qui permet de protéger des vagues les bateaux dans les ports.

Diversité : état caractérisant la présence des nombreuses espèces vivantes dans le milieu marin appelé écosystème.

Eaux usées : toutes les eaux polluées détenues à bord qui ne doivent pas être rejetées directement à la mer mais déposées au port dans des réservoirs spéciaux.

Écoresponsable : attitude qui consiste à respecter la nature et l'environnement en adoptant un comportement responsable.

Écosystème marin : ensemble de ce qui garantit l'équilibre du milieu marin.

Épines dorsales : épines placées au niveau de la nageoire dorsale. Ces épines peuvent piquer, blesser et contiennent parfois du venin.

Épuisette ou haveneau : instrument de pêche

autorisé composé d'un filet et d'un manche, ses mailles permettent d'éviter la capture des juvéniles (jeunes).

Estran : partie du bord de mer qui est régulièrement découverte puis recouverte par la marée.

Filet à papillon : instrument non autorisé pour pêcher, les mailles sont trop petites et piègent les juvéniles.

GPS : instrument qui permet au marin de connaître sa position.

Grapette à 3 dents : outil servant à gratter le sable.

Hameçon : petit crochet métallique que l'on place au bout d'une ligne pour attraper un poisson.

Instruments de navigation : ensemble des outils utilisés sur les bateaux pour se repérer ou communiquer en mer.

Juvenile : animal qui n'a pas atteint la taille adulte, qui ne s'est pas encore reproduit.

Laisse de mer : rejet par la mer de débris naturels (ou pollution) sur les plages.

Ligne et plomb : ligne comportant des hameçons et plomb permettant de pêcher à la bonne profondeur.

Littoral : zone côtière située entre la terre et la mer.

Marquage : obligation de couper une partie de la queue de certaines espèces de manière à en interdire la revente.

Maturité : poissons ayant atteint l'âge adulte, qui sont en mesure de se reproduire.

Mollusque : animal au corps mou, ne possédant pas de vertèbres.

Pêche au lancer : technique consistant à lancer un leurre ou une ligne à l'aide d'une canne.

Permis de pêche : document officiel qui autorise à pêcher en eau douce. Il n'existe pas de permis de pêcher en mer.

Pied à coulisse : instrument conçu par la FNPP servant à vérifier la taille des prises.

Points cardinaux : les quatre principales directions : Nord, Sud, Est, Ouest.

Règles de navigation : comme sur la route à terre, il y a des règles à respecter pour naviguer en mer.

Ressource : ensemble des espèces qui vivent dans les océans.

Rose des vents : schéma indiquant les différentes directions dont les points cardinaux, N = Nord, S = Sud, E = Est, O = Ouest.

Salubrité : état précisant si les zones sont salubres ou insalubres, saines ou polluées.

Se reproduire : donner naissance à des petits.

Surfcasting : signifie « *pêche à la ligne dans la vague* », cette technique de pêche s'exerce principalement au bord des plages.

Traîne (pêche à la) : technique de pêche qui consiste à traîner un appât ou un leurre derrière un bateau.

Tribord : la droite pour les marins.

Remontée de la marée : le niveau de la mer augmente et la mer remonte en recouvrant progressivement l'estran.

Tailles réglementaires : certaines espèces sont soumises à une taille minimale de capture (voir tableau en dernière page).

LES OUTILS FNPP



Fédération Nationale de la Plaisance et des Pêches en mer

Notre stand FNPP



Bonne mer,
bon vent à tous.
Prenez bien soin de vous et de vos proches !



« En mer et sur nos plages, ces hommes de cœur protègent nos vies. »



FAIRE UN DON

Respectons les tailles (voir schéma marquage au recto)

✂ Espèces faisant l'objet d'un marquage obligatoire - * Tailles préconisées FNPP

ATLANTIQUE MANCHE-MER DU NORD

POISSONS

Alose	30 cm
Anchois	12 cm
Baliste	* 23 cm
✂ Bar	✂ 42 cm
Bar moucheté	30 cm
Barbue	30 cm
Baudroie lotte	50 cm
Bonite	✂ * 40 cm
Chinchard	15 cm
Congre	60 cm
Dorade grise	23 cm
Dorade rose	35 cm
Dorade royale	✂ 23 cm

Égletin	30 cm
Flet	20 cm
Hareng	20 cm
Lieu jaune	✂ 30 cm
Lieu noir	✂ 35 cm
Limande	20 cm
Limande sole	25 cm
Lingue julienne	63 cm
Lotte	50 cm
Maigre	✂ 45 cm
Maquereau	✂ 20/30 cm
Merlan	27 cm
Merlu	27 cm
Mulet	30 cm

Morue cabillaud	✂ 42 cm
Orphie	30 cm
Plie carrelet	27 cm
Rouget barbet ou de roche	15 cm
Rouget grondin	* 15 cm
Roussette	* 40 cm
Saint-pierre	* 30 cm
Sar	25 cm
Sardine	11 cm
Sole commune	✂ 24/25 ECH* cm
Truite de mer	35 cm
Thon germon	2/3* kg
Thon rouge	30 kg ou 115 cm
Turbot	30 cm

COQUILLAGES & CRUSTACÉS

Araignée	12 cm
Bulot	4,5 cm
Coque	2,7/3 LB* cm
Coquille Saint-Jacques	11 cm
Crevette bouquet	5 cm
Crevettes autres	3 cm
Étrille	6,5 cm
Homard	✂ 8,7/9 HF* cm

Huitre creuse	5 cm
Huitre plate	6 cm
Langouste	✂ 11 cm
Moule	4 cm
Ormeau	9 cm
Oursin	5,5 cm
Palourde japonaise	3,5/4 CM* cm
Palourde européenne	4 cm

Palourde rose	4 cm
Pétoncle noir	4 cm
Praire	4,3 cm
Telline	2,5 cm
Tourteau 13 A/14 MMN/15 BG* cm	
Vernis	6 cm
Vénus	2,8 cm

✂ Mesures 2020 : - au nord du 48° parallèle, deux bars/jour/pêcheur du 1^{er} mars au 30 novembre, - au sud du 48° parallèle, deux bars/jour/pêcheur toute l'année.

MÉDITERRANÉE

Allache	* 12 cm
Anchois	9 cm
Baudroie	* 50 cm
Bogue	* 12 cm
Canthère grisé	23 cm
Castagnole	* 12 cm
Cernier	45 cm
Chapon	30 cm
Chinchard sévèreau	15 cm
Congre	60 cm
Dorade royale	✂ 23 cm
Espadon	✂ 100 cm
Loup	✂ 30 cm
Maquereau	✂ 18 cm
Maquereau espagnol	18 cm

Marbré	20 cm
Merlu	20 cm
Mostelle	30 cm
Mulet muge	20 cm
Oblade	12 cm
Orphie	30 cm
Oursin	5 cm
Pageot à gros œil	33 cm
Pageot acarné	17 cm
Pageot commun	15 cm
Pagre commun	✂ 18 cm
Pélamide	* 40 cm
Raie pastenague	36 cm
Raie torpille marbrée	36 cm
Rouget barbet	15 cm

Rouget grondin	15 cm
Roussette	* 40 cm
Saint-pierre	* 30 cm
Sar	✂ 23 cm
Sar à museau pointu	18 cm
Sar à tête noire	18 cm
Sardine	11 cm
Saupe	* 12 cm
Sole commune	✂ 24 cm
Sparailon	12 cm
Telline	2,5 cm
Thon blanc germon	* 3 kg
Thon rouge	30 kg ou 115 cm

Espèces protégées ou interdites à la pêche de loisir : esturgeon, raie blanche, raie brunette, corb, mérrou brun.
Espèce soumise à quotas : thon rouge.

AUTRES ESPÈCES faisant l'objet d'un marquage obligatoire : bonite, denti, dorade coryphène, espadon voilier, langouste, makaire bleu, marlin bleu, rascasse rouge, tazarard, thon jaune, voilier de l'Atlantique.