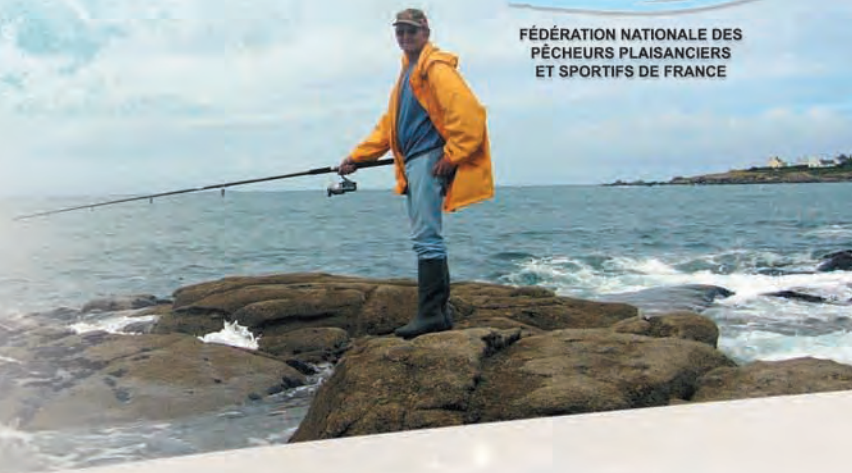




# Guide des bonnes pratiques : la pêche du bord

## Introduction

La pêche du bord et la pêche à pied sont des expressions ambiguës pour le néophyte car la plupart du temps, la pêche du bord se pratique à pied. Le terme pêche à pied désigne le ramassage sur l'estran (plage ou rochers) de coquillages ou de crustacés à la main ou à l'aide d'outils (crochet, râteau, épuisette, ...) et parfois quelques poissons. La pêche du bord est l'expression qui désigne la pratique de la pêche en mer avec une canne à pêche et un ou plusieurs hameçons sur la plage, dans les rochers ou à partir d'une digue. L'objectif de ce document n'est pas de donner des conseils techniques sur le bon choix des matériels et des appâts, mais d'expliquer les règles de base afin de pratiquer cette activité récréative dans les conditions optimales de sécurité et en respectant la réglementation en vigueur et l'environnement.



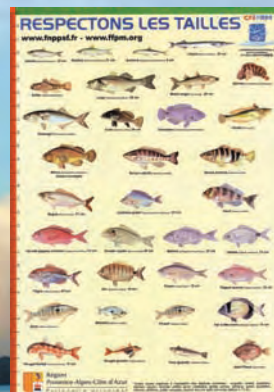
## Réglementation

Surfcasting, lancer, ... peuvent se pratiquer partout sur nos côtes à partir du moment où vous pouvez y accéder, de jour comme de nuit et sans permis. Cependant certaines zones peuvent être interdites pour des raisons sanitaires. Vous n'avez pas le droit de conserver toutes vos prises. Les poissons qui ont une taille inférieure à la taille minimum de l'espèce doivent être remis à l'eau. Munissez-vous d'un outil de mesure pour vos prises (la réglette de la FNPPSF par exemple).

Il est fortement conseillé de prendre connaissance de la réglementation en vigueur sur :

- les tailles réglementaires des espèces, différentes selon les régions. En cas de doute, consultez nos planches « Respectons les tailles ».
- les engins de pêche autorisés, les périodes de fermeture pour certaines espèces. Dans la plupart des régions, la pose de palangres sur l'estran n'est pas autorisée pendant la saison estivale. La pose de filet calé est soumise à une autorisation préalable. Renseignez-vous auprès du quartier maritime de votre secteur.
- la salubrité des zones de pêche (mairie, syndicat d'initiative, Affaires Maritimes ou association).

Les amendes pour non-respect de la réglementation sont souvent très importantes. La réglementation nationale est complétée par des arrêtés locaux. Ces règles peuvent donc être différentes d'une région maritime à l'autre d'où la nécessité de s'informer auprès des acteurs locaux.



## Les risques liés à la mer

La pêche du bord est une activité qui peut dans certains cas être dangereuse. Ces accidents sont dus principalement aux vagues et, sur les plages, aux trous et aux baïnes.

### Pêche dans les rochers ou sur une digue

Avant de prendre position sur un rocher ou sur une digue, il faut bien apprécier l'état de la mer et observer le mouvement des vagues. Si elles brisent violemment (une forte houle suffit) mieux vaut éviter ce genre de poste de pêche. La houle est un phénomène qui peut être irrégulier. Les vagues peuvent être petites pendant un certain laps de temps et soudain, une série de vagues surgit plus grosses que les autres. Si vous n'êtes pas suffisamment en hauteur par rapport au niveau de la mer, ces vagues peuvent vous dresser sur les rochers ou sur la digue et vous emporter à jamais. N'allez pas à la pêche dans les rochers par forte houle ou lorsque les vagues passent au-dessus des digues.

### Pêche au surfcasting

Un autre danger guette les pêcheurs sur les plages : les trous d'eau et les baïnes. Les trous ont généralement des parois abruptes et peuvent être profonds. En un pas, la profondeur peut passer de 1 à 1,5 voire 2 mètres d'eau. La chute peut aussi être provoquée par l'effondrement des bords d'un trou.

Les baïnes sont de très grandes cuvettes créées par les vagues et la houle (quelques dizaines de mètres de largeur et quelques centaines de mètres de longueur ; leur profondeur peut atteindre jusqu'à 5m). Dans les baïnes, le courant a un comportement complexe. Une baie « calme » à un moment de la marée peut présenter quelques minutes

plus tard de forts courants. Ce phénomène est lié à la hauteur d'eau et aux vagues. Dans une baie, une personne déstabilisée par une vague ou son ressac peut être happée par le courant et ressortir à plusieurs centaines de mètres de l'endroit où elle est tombée. Par beau temps et avec une eau claire, on distingue assez facilement les trous et les baïnes. Ils sont plus sombres. Dans les autres cas, ce sont des pièges dont il faut se méfier.



### Les waders

Les waders sont très pratiques et très confortables. Fabriquées en PVC ou en néoprène, ils ressemblent à une salopette avec des bottes incorporées. Ils permettent de rentrer plus loin dans l'eau. En cas de chute dans l'eau, ils ont la fâcheuse habitude de se remplir très rapidement d'eau. Il est alors extrêmement difficile au malheureux pêcheur de se relever même avec des waders en néoprène. L'issue est souvent fatale. Il ne faut surtout pas oublier de bien les serrer à hauteur de buste pour limiter l'entrée d'eau. En cas de chute, si vous arrivez à les retirer, vous pouvez les transformer en bouée en emprisonnant de l'air dans les bottes.

### « La vague »

Le danger commun à tous les postes de pêche et qui requiert une vigilance permanente, même par beau temps, reste « la vague ». Elle peut ne se produire qu'une seule fois dans la journée. Elle n'est pas rare sur les côtes bretonnes. Venue avec la houle de la marée montante, elle frappe les rochers 3 ou 4 mètres plus haut que la normale et envahit une plage sur 30 ou 40 mètres supplémentaires. Dans le meilleur des cas, adieu matériel et on se cramponne pour résister à la puissance du reflux. Plusieurs pêcheurs du bord et pêcheurs à pied en sont victimes chaque année.

## Sécurité

- Allez à la pêche à deux surtout la nuit. Si ça ne mord pas, vous pourrez au moins discuter avec votre ami. La pêche, c'est aussi un moment de convivialité.
- Pour les lieux inconnus, renseignez-vous des dangers auprès des pêcheurs locaux, de la mairie, des associations, des magasins de matériels de pêche, etc...
- Tenez-vous informés des prévisions météo. Abstenez vous en cas de brume annoncée ou d'orage. Munissez-vous par précaution d'une boussole ou d'un GPS (à condition d'avoir effectué un repérage ou un exercice au préalable).

- En cas d'orage imprévu et brutal, séparez-vous immédiatement de tous vos engins métalliques et de vos cannes à pêche en carbone. 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).
- Emmenez un téléphone portable. Le 1616 vous met directement en contact avec les secours maritimes (CROSS) et le 18 avec les pompiers. C'est utile en cas de blessure ou de malaise.

- Informez une personne de votre entourage de votre lieu de pêche et 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. La pêche pieds nus est à proscrire.



## Sécurité et engins de pêche

Vous allez pêcher avec des mitraillettes composées de 3 à 7 hameçons, des cuillers ou des leurres artificiels avec deux ou trois triples dont l'objectif est de piquer tout ce qui passe autour. Ces engins de pêche sont extrêmement dangereux. Ils ont une grande propension à rentrer dans les vêtements, mais aussi dans les doigts, les bras, le visage, ... Lorsque vous les utilisez :

- Faites attention aux personnes autour de vous au moment d'effectuer un lancer.
- Immobilisez fermement le poisson que vous avez pris avant de le décrocher. Un poisson mal maîtrisé peut bouger violemment au moment où vous le décrochez et vous vous retrouvez alors avec un hameçon ou un triple dans un doigt. La partie de pêche se termine alors à l'hôpital. En cas de doute, coupez le fil et remettez à plus tard l'extraction de l'hameçon.
- Avec les leurres armés d'hameçons triples, utilisez systématiquement une paire de pinces pour décrocher vos poissons. Des pêcheurs ont déjà été vus avec les triples d'un même lure plantés dans les deux mains. Dans ce cas, il n'est pas très facile de ramasser son matériel et d'escalader quelques rochers pour aller à l'hôpital.





## Pour une pêche responsable

- Respectez l'environnement.
- Ne laissez pas de déchets. Un morceau de nylon jeté à la mer met des dizaines d'années à disparaître.
- Respectez les autres usagers qu'ils soient professionnels ou amateurs.
- Respectez les installations professionnelles : bouchots, tables à huîtres, casiers, etc...
- Lorsque vous pêchez sur les digues, ne lancez pas en direction des bateaux qui passent.
- Ne conservez que les poissons dont la taille est réglementaire (à quelques rares exceptions, tous les poissons ont une taille minimale de pêche, elle correspond en général à la taille de reproduction du poisson).
- Ne pêchez que le nombre de poissons suffisant à vos besoins personnels.
- Il est strictement interdit de vendre ou de distribuer son poisson. Vous feriez une concurrence déloyale aux professionnels et vous vous exposeriez à des sanctions très lourdes.
- Respectez la période de repos biologique lorsque vous la connaissez.

## La bredouille

Il est difficile, même pour de grands spécialistes, de cibler le poisson à pêcher. L'objectif reste de « prendre un peu de poisson ». Alors même que l'on a tout mis en œuvre pour pêcher du bar, quel plaisir de ramener un beau lieu ou une royale. Mais pour cela, il faudra préalablement avoir acquis un bon matériel, su faire des montages de bas de ligne corrects et variés, appris la recherche d'appâts et l'eschage adéquat de ceux-ci pour une présentation à des poissons dont le comportement aura également été étudié. Tout cet apprentissage peut certes se faire seul sur le terrain. Toutefois, il vous faudra beaucoup d'observations, de la patience et de l'obstination pour ne pas céder au découragement né de bredouilles successives. Pour apprendre plus vite, vous pouvez tenter d'aborder un pêcheur expérimenté mais il ne sera peut-être pas disposé à vous confier ses petits secrets... Contactez plutôt une association de pêcheurs plaisanciers. Vous pouvez obtenir la liste des associations de votre région sur le site [www.fnppsf.fr](http://www.fnppsf.fr) Votre formation y sera beaucoup plus complète et rapide.

## Les poissons

Les poissons que vous allez pêcher possèdent des moyens de défense qu'il faut bien connaître avant de les immobiliser pour enlever un hameçon. Ils peuvent engendrer des blessures profondes et/ou très douloureuses. À titre d'exemple :

- les bars ont des épines cachées dans les nageoires et des « rasoirs » entre les yeux et les ouïes.
- Les raies ont des épines extrêmement agressives sur le dessus du corps.
- Les vives ont des dards qui injectent un venin extrêmement douloureux.
- Les congres et les murènes ont des mâchoires très puissantes qui infligent des morsures dont on se souvient très longtemps Manipulez les poissons que vous ne connaissez pas avec beaucoup de précaution.

