

# Conseils de l'APPCM pour la Pêche à pied

La pêche à pied se pratique à basse mer sur l'estran qui se découvre au rythme des marées. Avec un coefficient de marée supérieur à 80 les cueillettes seront plus fructueuses.



## **Avant la pêche : Préparez votre sortie.**

Prenez connaissance de la réglementation de la pêche.

Prenez connaissance des horaires de marée et de la météo

Equipez-vous d'un téléphone portable pour pouvoir contacter les secours maritimes au 196 ou les secours terrestres au 112.

## **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. (Munissez-vous d'un pied à coulisse disponible à l'APPCM)

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

Respectez les cycles de vie des animaux et les saisons de la mer, ne ramassez pas les animaux vides ou portants des œufs.

Si vous récoltez des algues, ne les arrachez pas, mais coupez-les en leur laissant au moins un tiers de leur longueur.

La plage : un milieu fragile à préserver, pour cela, éviter de marcher et de stationner sur le haut de la plage.

## **Après votre pêche : préparer le repas dans les meilleures conditions**

Conservez vos coquillages et crustacés au frais

Faites dégorger les coquillages fouisseurs (coques, couteaux, tellines) dans de l'eau de mer propre

**[Pour plus d'informations, consultez la partie réglementation du site appcm.fr](http://appcm.fr)**