

Guide des bonnes pratiques

de la plaisance et des pêches de loisir en mer

Occitanie



Appel des
secours en mer

& 📞 : 196
VHF : 16



fnpp@orange.fr - fnpp.fr

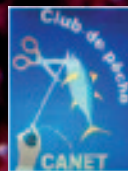
**Ce guide a été réalisé en collaboration avec le Parc naturel marin du golfe du Lion.
La Fédération nationale de la plaisance et des pêches en mer adresse à son
président, monsieur Michel Moly, tous ses remerciements.**

À TOUS LES PÊCHEURS DE LOISIR

La **Fédération nationale de la plaisance et des pêche en mer** Avec plus de 40 000 adhérents regroupés autour de 400 associations lutte pour la défense de vos libertés et de vos droits de navigation, de pêche d'accès à la mer, pour la promotion de la plaisance et de toutes les pêches de loisir en mer, de la sécurité pour la protection de la faune et de la flore, du littoral et de l'environnement et aspire à un développement harmonieux pour une plaisance et une pêche de loisir écoresponsable.

La FNPP est membre du Conseil supérieur de la navigation de plaisance et des sports nautiques. Elle est représentée dans la région par :

- le **comité régional d'Occitanie**, + de 2500 adhérents repartis sur 32 clubs, il participe au niveau départemental, régional, national, européen à toutes décisions et actions concernant la plaisance et la pêche de loisir en mer membre du comité du littoral et de façades. Il est associé à tous les projets des futurs parcs éoliens ;
- la **délégation départementale des Pyrénées-Orientales et de l'Aude**, 18 associations de Cerbère à Port-la-Nouvelle représentent la FNPP auprès du Parlement de la mer, du Parc naturel marin du golfe du Lion dont elle est membre du Conseil de gestion et du bureau, membre consultatif de la réserve de Cerbère-Banyuls, elle participe aux études du parc éolien Barcarès-Leucate. Elle organise des pêches scientifiques, des masters, manifestations « No kill » à visée scientifique pour le marquage des poissons à quotas. Elle œuvre pour la sauvegarde et la protection des raies et requins de Méditerranée en étroite collaboration avec le parc marin et l'association Ailerons.



PLAISANCE ET NAVIGATION



La France est l'héritière d'un long passé maritime car elle dispose du deuxième domaine mondial. Une réglementation européenne encadre la construction des bateaux de plaisance et celle des véhicules nautiques à moteur. Ces embarcations doivent porter le marquage attestant de leur conformité aux exigences de sécurité en fonction de leur catégorie de conception. Les bateaux marqués CE sont classés en quatre catégories selon leurs aptitudes à affronter des conditions de navigation caractérisées par une force de vent et une hauteur de vague.

Vérifiez votre marquage CE avant de prendre la mer et adaptez vos équipements de sécurité.

En début de saison

Vérifiez méthodiquement que vous avez à bord votre matériel de sécurité obligatoire. Pensez à changer vos fusées et extincteurs si les dates de péremption sont dépassées. Le radeau de sauvetage doit être révisé si besoin. Les gilets de sauvetage doivent être sortis de leur emballage et le nom du bateau doit être écrit dessus. Pour les gilets auto-gonflables, vérifiez la date de révision conseillée par le fabricant. **À bord, chaque chose doit être à sa place, le bon ordre est gage de rapidité et d'efficacité en cas de besoin.** Pensez à vérifier les piles du feu à retournement et de la lampe torche. Ayez toujours des piles neuves à bord.

Balises rouge et verte



Avant de prendre la mer

Même si vous avez l'esprit tranquille concernant votre équipement de sécurité, **quelques mesures supplémentaires de prudence** s'imposent :

- Le nombre de personnes à bord ne doit pas dépasser le maximum autorisé par le constructeur (à voir sur la plaque signalétique du bateau).
- Vous devez montrer à votre équipage l'emplacement et le fonctionnement du matériel de sécurité. Chaque personne doit disposer d'un gilet adapté à sa taille et savoir le mettre rapidement. Expliquez à votre équipage comment appeler les secours.
- Évitez les vêtements à boutons.
- Vous devez avoir à bord les documents du bateau (acte de francisation, licence de station radio et CRR si VHF) mais aussi de l'équipage (carte d'identité ou passeport si vous naviguez dans les eaux étrangères). Tout équipier qui prend la barre du bateau doit présenter, en cas de contrôle, le permis correspondant au bateau et à la zone de navigation.
- Ne prenez pas la mer sans avoir consulté un bulletin météo marine. Vous pouvez l'obtenir dans les capitaineries, à la VHF en mer à moins de 30 milles des côtes, sur votre téléphone ou sur Internet.

Pour vous rendre à votre bateau

Si vous utilisez une annexe, **il est fortement conseillé de porter un gilet de sauvetage.** En France, une dizaine de personnes se noient tous les ans en tombant de leur annexe. Seul votre gilet de sauvetage vous sauvera la vie. Les principales causes de chute sont une perte d'équilibre ou un malaise. Les bottes ou les waders sont à proscrire dans les annexes ainsi que sur le bateau.

Avant d'appareiller, contrôlez

- Le **niveau d'huile**, le **niveau du liquide de refroidissement**, la **propreté du décanteur** et le **niveau du carburant**. En fonction de la sortie prévue, prévoyez une marge de sécurité. La réglementation autorise une réserve de 20 litres en plus de la (des) nourrice(s) spécialement conçue(s) pour recevoir le carburant.
- La **propreté du fond du bateau (cale)** : la présence d'eau ou des traces d'huile sont des indicateurs de fuite. Recherchez leur origine.
- La **fermeture du robinet de gaz**.
- Le **niveau de charge** des batteries et le **bon fonctionnement de tous les circuits électriques**.
- Le **fonctionnement de la VHF**.
- L'**évacuation de l'eau de refroidissement** du moteur juste après son démarrage.
- La **température du moteur**. Laissez chauffer votre moteur au ralenti ou faites route à vitesse réduite jusqu'à atteindre la température recommandée par le constructeur.

Départ pêche



Bon sens, courtoisie et veille

Pour éviter tout risque de collision, **respectez les règles de route** (relisez la documentation obligatoire à bord traitant de ce sujet) ; **bon sens, courtoisie et veille** permettront d'éviter tout comportement à risques.

- **Respectez la vitesse** maximale affichée dans les chenaux et dans la bande littorale des 300 mètres.
- **Soyez compréhensifs** à l'égard des professionnels : ne les gênez pas dans leur travail.
- **Effectuez une veille fréquente** si vous naviguez sous pilote automatique. Si la visibilité est réduite (brume ou nuit), **redoublez de vigilance**.
- Près des côtes, **attention aux bouées** signalant des casiers ou des filets et aux **installations conchylicoles**.
 - Au large, **attention aux filets dérivants** et à leur bateau accompagnateur.

Comportement au port et au mouillage

Vous aimez le calme et la détente que vous procure votre loisir préféré alors vous éviterez tout ce qui peut déranger vos voisins (bruits, faire tourner trop longtemps le moteur, ...).

DANS UN PORT

- Demandez à la capitainerie (VHF canal 9) l'attribution d'un emplacement.
- N'utilisez pas les amarrages des autres mais les vôtres, en évitant de surcharger les taquets.
- L'étrave, l'ancre ou le balcon ne doivent pas dépasser l'aplomb des pontons.
- N'encombrez pas les pontons avec vos matériels de pêche ou autres.
- Ne gaspillez pas l'eau et ne laissez pas de tuyau installé en permanence.
- Ne laissez pas d'appareil en 220 v sous tension sans surveillance en raison des risques d'incendie (l'hiver, l'utilisation d'un chauffage électrique est interdite sur les bateaux inhabités).
- N'oubliez pas d'informer la capitainerie de votre départ et de la durée de votre absence ; cela facilitera la gestion de votre emplacement et vous permettra de le retrouver libre à votre retour.

DANS UN MOUILLAGE FORAIN OU ORGANISÉ

- Respectez les zones interdites et n'utilisez pas les bouées de mouillage privées sans l'accord des propriétaires.
- Ne mouillez pas dans les chenaux.
- Choisissez des fonds sableux pour jeter l'ancre plutôt que sur les herbiers, refuges d'une faune marine diversifiée.
- Respectez les distances nécessaires par rapport à vos voisins afin d'éviter tout risque de collision si le vent tourne.
- Calculez votre longueur de mouillage en fonction des fonds.



Règles de barre et de route

Nautisme et Plaisance - *Les abordages figurent parmi les risques majeurs de la navigation.* L'ensemble des règles est regroupé dans le Ripam (Règlement international pour prévenir les abordages en mer).

En mer, les règles sont fixées en fonction des types, situations, usages, directions et propulsions des navires. Le principe fondateur consiste à donner un privilège aux navires les moins facilement manœuvrants, afin que les plus manœuvrants profitent de leur manœuvrabilité pour éviter les accidents. C'est ce que l'on appelle les règles dites « *de privilèges* ».

Il y a risque d'abordage si le relèvement d'un navire en route ne change pas mais si sa taille augmente ! Afin de limiter les risques d'abordage, le Ripam impose une veille (surveillance), visuelle et auditive permanente à bord de tout navire en marche. Ainsi, les navires les moins manœuvrants sont privilégiés sur tous les autres.

En cas de route de collision, les navires non-maîtres de leur manœuvre (navires en avarie), les navires à manœuvrabilité réduite (drague en service), les voiliers sont privilégiés face aux bateaux à moteur. Un bateau à moteur devra s'écarter d'une route de collision impliquant toutes les autres catégories de situation de navires.

Un voilier à la voile devra s'écarter face à un navire **en action de pêche**.

Les navires de travail (pêcheurs, cargos, pilotes, ...), les voiliers, les planches à voile sont privilégiés sur les embarcations de plaisance à moteur.

Attention : par voilier, on entend **des voiliers sous voiles uniquement**. En effet, un voilier au moteur perd son privilège.

Selon que *l'on navigue à la voile ou au moteur*, les règles de barre en cas de croisement diffèrent :

- quand deux bateaux à moteur naviguent sur une route de croisement, celui apercevant l'autre sur sa droite doit le laisser passer, **c'est la priorité à droite** ;
- pour les voiliers, les règles de barres tiennent compte du bord sous lequel **les bateaux reçoivent le vent**.

Mais rappelez-vous toujours que c'est le bon sens qui doit primer.

		
<p>Quand les voiliers reçoivent le vent d'un bord différent, celui qui reçoit le vent de bâbord doit s'écarter de la route de l'autre.</p>	<p>Quand les deux voiliers reçoivent le vent du même côté, sur le même bord, c'est le bateau sous le vent qui est prioritaire.</p>	<p>Dans le cas d'un navire en rattrapant un autre, c'est toujours le « rattrapant » qui doit manœuvrer.</p>

Plaisance et environnement

Les risques liés à la pollution

Les eaux noires des bateaux de plaisance constituent un danger sérieux tant pour l'environnement marin que pour la santé humaine. Les pathogènes présents dans ces eaux sont porteurs d'infections bactériennes et peuvent provoquer des maladies graves chez l'être humain. Les produits nutritifs présents dans ces eaux accélèrent la réduction de l'oxygène de l'eau et stimulent la croissance végétale, ce qui engendre un phénomène d'eutrophisation : prolifération des algues, mauvaises odeurs, destruction de la flore et de la faune. Ce problème est d'autant plus important dans les eaux confinées comme les marinas et tous les lieux où vous êtes nombreux à ancrer, pêcher et nager.

Eaux grises



Les bonnes pratiques pour l'environnement

- Si vous disposez de **toilettes sans bac de rétention**, ne les utilisez pas au mouillage, dans un port ou encore dans un endroit où l'on se baigne. Attendez de faire route au large des côtes.
 - **Au port, utilisez les toilettes à terre** plutôt que vos toilettes de bord. Demandez à ce que les installations soient bien tenues et vous soient accessibles 24 h/24.
 - Pensez à **faire évoluer votre équipement afin de mieux respecter l'environnement**. Faites installer si besoin un système de rétention ou de traitement des **eaux noires** (eau des toilettes).
 - Vérifiez que vos **nabes de pont sont conformes** aux normes ou munissez-vous d'un **adaptateur** vous permettant une connexion efficace à différents types de station de pompage.
 - Ne rejetez **pas de solvants, d'hydrocarbures ou tout autre polluant**. Faites attention en faisant le plein de vos réservoirs.
 - Les **eaux grises** (eaux de vaisselle, de lessive, de lavage de ponts, ...) : utilisez les détergents et produits de toilettes en très petite quantité. Évitez autant que possible leur usage, et pensez à laver votre embarcation à l'eau claire. Le nettoyage d'un petit bateau peut polluer beaucoup d'eau. Préférez le savon et les détergents naturels comme les fluides à base d'acide citrique, de borax et de bicarbonate de soude. **N'oubliez pas que les détergents, même dits « doux pour l'environnement » ou « verts » contiennent des polluants chimiques et ne sont souvent que partiellement biodégradables.** Essayez de faire votre vaisselle, vos lessives ou tout autre nettoyage à terre dans les installations sanitaires mises à votre disposition dans les ports.
 - **Gardez l'ensemble de vos déchets** pour les jeter dans les conteneurs adaptés. **Ne jetez pas vos lignes usagées à la mer.** La dégradation de vos rejets par la mer peut prendre plus de 1000 ans.
- Pour plus de renseignements, consultez la **charte de l'éco-marin**, vous y trouverez une foule de conseils concernant l'environnement sur le site <https://echo-mer.com/wp-content/uploads/2019/11/Charte-de-léco-marin.pdf>



Naviguer en sécurité

La sécurité est l'affaire de tous

La sécurité est l'affaire de tous. N'oubliez pas que le chef de bord a une grande responsabilité à ce sujet. Rien ne doit être négligé tant du point de vue de la qualité que de la quantité en ce qui concerne le matériel de sécurité embarqué. Voici **quelques recommandations très simples** qu'il faut absolument appliquer. Ces gestes vont **vous sauver la vie**.

- Respectez les normes de la division 240 (matériel de sécurité) en fonction de la distance de vos sorties en mer.
- Évitez, si possible, de sortir seul en mer sinon prévenez quelqu'un en lui donnant votre heure approximative de retour.
- Si vous ne possédez pas de radio VHF, emportez au moins un téléphone portable chargé et contenant les numéros de téléphone utiles. Nous vous rappelons qu'en composant le **196** vous serez en contact direct avec le Cross.
- Portez des vêtements clairs et même de couleurs voyantes. Renoncez aux cuissardes ou aux combinaisons à bottes type waders.
- Quand vous utilisez votre annexe, il faut impérativement porter votre gilet de sauvetage EIF (Équipement individuel de flottabilité) et éviter les bottes.
- Il est conseillé de toujours porter un gilet EIF lorsque vous êtes à bord. Montrez l'exemple à vos enfants.

Malgré toutes les précautions prises, une avarie, un accident ou un problème médical peut vous arriver. N'attendez pas la dernière seconde pour appeler les secours. **Dans tous les cas, conservez votre calme et informez votre équipage sur la conduite à suivre. Ne quittez jamais votre bateau sans être certain qu'il va couler ou qu'il va brûler, mais anticipez pour prévoir une possible évacuation.** Demandez de l'aide en fonction du matériel de communication dont vous disposez. Sachez que la VHF est la plus efficace car des bateaux proches de vous peuvent intervenir très rapidement. La solidarité entre gens de mer est une tradition maritime réelle.

Avec une VHF, si vous disposez d'une VHF ASN, appuyez sur le bouton de détresse, sinon émettez un message de détresse sur le canal 16. Ce message contiendra dans l'ordre :

1. Les mots :

- **MAY DAY- MAY DAY- MAY DAY-** : si vous êtes en détresse (vie en jeu), **OU**
 - **PAN- PAN- PAN-** : dans le cas d'urgence grave, **OU**
- **SÉCURITÉ- SÉCURITÉ- SÉCURITÉ-** : pour les messages de sécurité ;

2. **ICI** (le nom du navire **répété 3 fois**) ;
3. **MAYDAY** suivi du nom du navire (n° MMSI facultatif en audio) ;
4. Votre **position** ;
5. **Nature** de la détresse ;
6. **Aide** requise ;
7. Le nombre de **personnes à bord**.

Chef de bord



Surveillance Cross



Appel des secours en mer

 &  : **196 - VHF : 16**

À moins de 30 milles des côtes, votre message sera reçu par le Cross qui prendra contact avec vous. Au-delà, des bateaux proches pourront vous porter assistance ou relayer votre appel.



PÊCHE EN KAYAK



Pour votre sécurité et notre environnement

Même si sa simplicité permet une mise en œuvre directe et immédiate, **la pratique du kayak en mer requiert un véritable apprentissage** pour naviguer en toute sécurité et profiter pleinement de ce sport nautique. L'idéal est de se rapprocher d'une école, d'un club ou d'un groupe de pratiquants afin de profiter d'un enseignement et d'un apprentissage de qualité. Il présente les règles de base à connaître pour pratiquer cette activité en toute sécurité et dans le respect des autres usagers.

Quand partir ? Connaître ses limites

- En journée, assurez-vous qu'il n'est pas trop tard pour débiter votre balade car **seule la navigation diurne est autorisée**.
- La vitesse moyenne d'un kayak ne dépasse pas 3 nœuds par temps calme et mer plate, soit la vitesse d'un bon marcheur. Mais dès que le vent atteint la force 3 Beaufort (15 km/h), **le néophyte** mettra alors, face au vent, **plus d'1 heure pour rallier un abri se situant à 2 milles** (un peu moins de 4 km). Il consommera alors deux fois plus d'énergie et cette différence est amplifiée dès que le vent forcé.
- Rappelez-vous également **qu'une navigation en groupe accroît la capacité d'assistance mutuelle** et préserve l'autonomie des kayakistes. Que vous naviguiez en groupe ou seul, vérifiez que vous êtes en mesure de remonter à bord du kayak et **veillez à avoir une personne à terre en capacité de veille active**. Cette personne doit être informée de votre programme de navigation et être capable d'interpréter les signes d'une situation anormale pouvant indiquer une mise en danger (retard, évolution de la météo, perte de contact visuel ou phonique). Elle doit pouvoir appeler le Cross le cas échéant.
- Limitez vos sorties à des **forces de vents égales ou inférieures à force 3**. Consultez systématiquement les prévisions météo locales avant d'effectuer votre sortie : le vent et les conditions de navigation peuvent évoluer rapidement ! Soyez particulièrement prudent.

Prévenir les pollutions et respecter la flore et la faune

Rapportez avec vous tous les déchets que vous avez créés (repas, mégots, sacs plastiques...). Afin de ne pas perturber et d'assurer votre sécurité, naviguez à distance des espèces protégées, notamment les mammifères (cétacés, phoques), les tortues et les oiseaux marins. **Participez à la protection des habitats des espèces fragiles** en limitant les débarquements dans les zones protégées, les zones de nidification ou les zones de nurserie. Évitez le dérangement des espèces de la flore et de la faune terrestres et marines présentes sur les sites. Pour la pêche de loisir : veillez à identifier les engins de pêche laissés en mer (casier, filet, palangre, ...) avec le numéro d'immatriculation du kayak ; respectez les tailles minimales de capture des espèces ; coupez la partie inférieure de la nageoire caudale de certaines espèces juste après la pêche, le poisson devant être marqué avant de rejoindre le rivage.

Équipement de sécurité kayak de mer

- | | |
|---|---|
| • Équipement individuel de flottabilité par personne obligatoire . | • Trois feux rouges à mains fortement recommandé . |
| • Moyen de repérage lumineux obligatoire . | • Compas magnétique fortement recommandé . |
| • Dispositif de remorquage obligatoire . | • Cartes marines fortement recommandé . |
| • Horaires des marées obligatoire . | • VHF fortement recommandé . |
| | • Pagaie de secours fortement recommandé . |

PÊCHE EN APNÉE



Pêche sous-marine

- Pêchez en **binôme**.
- **Signalez votre présence** avec un pavillon Alpha, croix de saint André ou rouge à diagonale blanche fixé à une hauteur suffisamment visible sur l'horizon.



Alpha



Croix de saint André



Rouge à diagonale blanche

- **Veillez à votre check list** : chaussons, gants, combinaison, palmes, masque, tuba, plombage, couteau, accroche poissons, arbalète, sac à crustacés, eau savonneuse, serviette de bain, attestation d'assurance, nourriture et eau.

- **Participez à la protection du milieu**, en signalant : des espèces invasives (algues *Caulerpa taxifolia* et *Caulerpa racémosa*) des autres modifications de l'habitat constatées : pollution, filets abandonnés, prolifération ou diminution subite d'organismes marins...

- **Collaborez aux manifestations de protection de l'environnement** et suivez la population de certaines espèces sensibles ou opportunistes au travers de fiches d'observation (langoustes, mérous, corbs).

- **Entretenez des relations cordiales et conviviales** avec les autres usagers de la mer (pêcheurs sous-marins, apnéistes, plongeurs, pêcheurs et plaisanciers) ainsi qu'avec les riverains.

- **Informez-vous sur la physiologie et les risques** liés à la pratique de l'apnée et de la pêche sous-marine et n'hésitez pas à participer à des journées de formation « *aux gestes qui sauvent* » organisées par les fédérations sportives.

Interdiction

- **D'utiliser tout équipement respiratoire**, autonome ou non, permettant à une personne immergée de respirer en plongée.
- **D'utiliser un fusil à gaz comprimé** autrement que par la force de l'utilisateur.
- **De tenir un fusil chargé hors de l'eau.**
- **De détenir en même temps sur le navire, scaphandre autonome et engins de pêche** (y compris pour les personnes domiciliées à bord de ce bateau).
- **De chasser entre le coucher et le lever du soleil.**
- **De pêcher à moins de 150 mètres** des navires ou embarcations de pêche ainsi que des filets signalés par un balisage.
- **De prendre le poisson** qui se trouve dans d'**autres engins** de pêche.
- **D'utiliser des foyers lumineux.**

Signalez votre présence



Protégez le milieu



PÊCHE EN BATEAU



Quelques conseils de bonnes pratiques

- Si vous liguez à plusieurs bateaux sur un même lieu de pêche, il faut tourner dans le même sens que les autres bateaux et se régler à la même vitesse afin d'éviter les accrochages.
- Un gros bateau n'est pas prioritaire sur un petit. Il n'y a aucune raison de lui laisser la place. Mais s'il force le passage, vous devez tout faire pour éviter l'abordage.
- Si vous vous mettez au mouillage en mer, pensez à vous signaler (boule noire).
- La longueur des orins (utilisez de préférence des orins coulants) reliant les flottés (bouées) aux engins pêchants doit être suffisante pour ne pas couler à la moindre reprise de courant, les ligneurs perdront moins de matériel.
- Ne mouillez pas de filet trop près des épaves. S'il s'accroche dedans, il sera perdu et détruira poissons et crustacés pendant des mois voire des années.
- Ne mouillez pas de casiers ou autres engins dans les chenaux et les zones de mouillage. Un bateau avec une bouée dans une hélice est en danger et votre responsabilité peut être engagée. Si vous constatez la présence d'engins dangereux, vous devez prévenir les autorités maritimes ou la gendarmerie nationale.
- Il est recommandé d'éviscérer les captures avant le débarquement.

En semi-rigide



Attention : dans la plupart des quartiers maritimes, l'usage des viviers sur bouée est interdit. Le mouillage des casiers et des filets est réglementé ; les bouées ou pavillons doivent porter le numéro d'immatriculation du bateau. Un engin non identifié est considéré par les règlements comme épave maritime.

Rappel sur la réglementation de pêche

À bord d'un bateau ayant un titre de navigation, il est possible de pratiquer la pêche en mer de jour comme de nuit à l'aide des **matériels autorisés** ; ceux-ci peuvent varier selon les régions. N'hésitez pas à consulter les réglementations du quartier maritime concerné.

- Un maximum de 12 hameçons en action de pêche, 5 maxi par canne (un leurre = un hameçon).
- Deux palangres de 30 hameçons maximum chacune.
- Deux casiers à crustacés (**maillage minimal de 40 mm soit 80 mm étiré**) ou à crevettes (**maillage minimal de 8 mm soit 16 mm étiré**).
- En Atlantique, Manche et mer du Nord : un filet trémail d'une longueur maximale de 50 mètres et **d'une hauteur maximale de 2 mètres** ou un filet droit.
- Les filets dérivants sont interdits.
- Une foëne.
- Une épuisette.
- En Bretagne et en Atlantique : un carrelet (**maillage minimal de 14 mm**) et 3 balances par personne.

Préservons la ressource : relâchons les individus sous taille

Respectez les tailles minimales de capture utilisez la règlette FNPP

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 ou plusieurs vagues surgissent plus grosses que les autres. Si vous n'êtes pas suffisamment en hauteur par rapport au niveau de la mer, ces vagues peuvent vous drosser 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.**

Sur la digue



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 5 mètres). 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 risques liés à la mer

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

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 sur les dangers** auprès des pêcheurs locaux, de la mairie, des associations, des magasins de matériels de pêche, etc.

• Tenez-vous informé des **prévisions météo**. Abstenez-vous en cas de brume annoncée ou d'orage. Par précaution, munissez-vous 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 **196** 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 trois à cinq 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 :

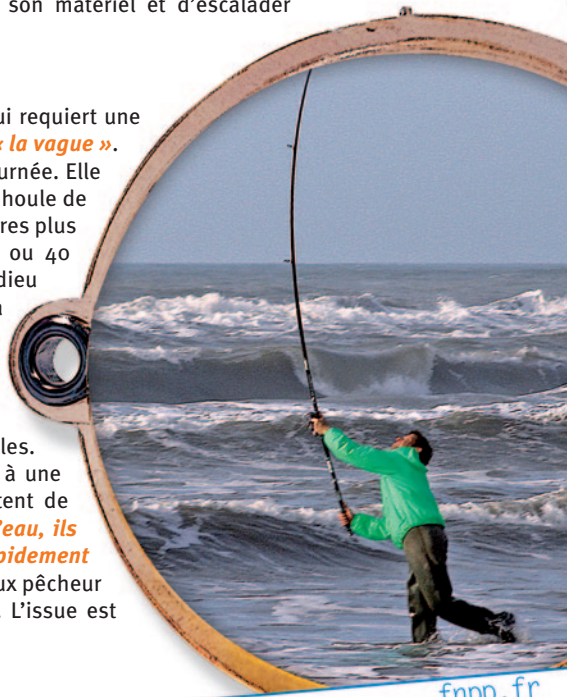
- Faites attention aux personnes autour de vous au moment d'effectuer un lancer.
- Immobilisez fermement le poisson que vous avez pris avant de le décrocher. Un poisson mal maîtrisé peut bouger violemment au moment où vous le décrochez et vous vous retrouvez alors avec un hameçon ou un triple dans un 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 leurre 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.

« 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.**

Les waders

Les waders sont très pratiques et très confortables. Fabriqués 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.



Pour une pêche écoresponsable

- **Respectez** : - l'environnement : ne laissez pas de déchets (un morceau de nylon jeté à la mer met des dizaines d'années à disparaître) ;
- les autres usagers, qu'ils soient professionnels ou amateurs ;
- les installations professionnelles : bouchots, tables à huîtres, casiers, etc. ;
- la période de repos biologique.
- 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.

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 dorade 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. Certes, tout cet apprentissage peut se faire seul sur le terrain. Toutefois, il vous faudra **beaucoup d'observation, 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.fnpp.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.**



PARC NATUREL MARIN DU GOLFE DU LION

Une aire marine protégée de 4000 km² au large des Pyrénées-Orientales et de l'Aude

Après quatre années de concertation, le parc naturel marin du golfe du Lion a été créé à la fin de l'année 2011. Il fait partie d'un réseau de neuf parcs naturels marin (dont deux en Méditerranée : Occitanie et Corse) dont la gestion humaine, technique et financière est confiée à l'Agence française pour la biodiversité, établissement public de l'État en charge notamment de missions de protection du milieu marin.

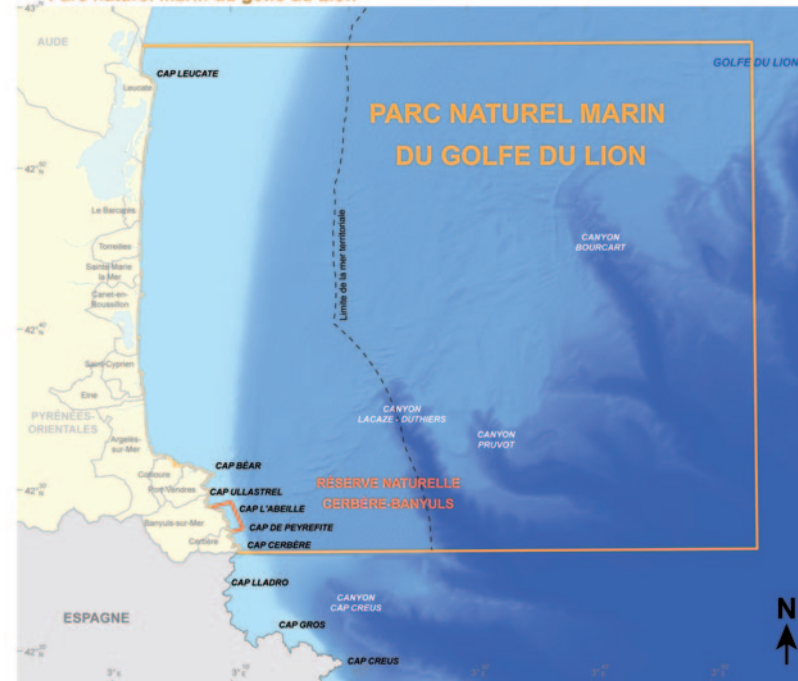
Un parc est un outil de gestion d'un espace marin dans lequel coexistent un patrimoine naturel remarquable, de riches écosystèmes et des activités socio-économiques importantes et multiples.

Il répond à **trois objectifs fondamentaux** :

- **connaître** le milieu marin ;
- **protéger** les richesses du milieu naturel ;
- **contribuer** au développement durable des activités maritimes.

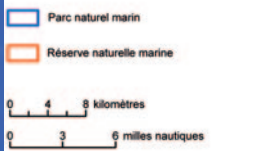
MER MÉDITERRANÉE

Parc naturel marin du golfe du Lion



Délimitations maritimes françaises *
 - - - - Limite de la mer territoriale

Les tracés figurant sur cette carte ne peuvent en aucune manière être utilisés, explicitement ou implicitement, pour interpréter les limites ou la nature de l'exercice par la France de sa souveraineté sur les espaces marins.



Sources des données
 - PNM ANMP 2011 d'après le trait de côte (SHOM/IGN)
 - Hauteur (TCN) et RD (Côte IGN Communes) (SHOM/IGN)
 - Délimitations maritimes françaises (SHOM 2010)
 * ne pas utiliser pour la navigation
 - Trait de côte (SHOM/IGN Haute Résolution) (SHOM/IGN)
 - Bathymétrie (GEBCO-2008 - British Oceanographic Data Centre)
 - Bathymétrie (Système D. Mande) et al. (2005) Marine bathymetry of the Mediterranean Sea. CESEM (French special publication, Atlas des Mers, non mis à jour 2005 Océ. INT à 100 m de résolution (SHOM/IFREMER, 2012)

Le Parc naturel marin du golfe du Lion couvre 4000 km² d'espace marin pour environ 100 km de côtes, de Leucate à Cerbère. L'ensemble des habitats naturels de Méditerranée se rencontre dans cette zone dont certains en sont des emblèmes tels que les herbiers de posidonies, le coralligène ou encore les canyons sous-marins. Ces écosystèmes sont autant de lieux de reproduction, de nurserie ou de migration d'une biodiversité exceptionnelle : plus de 1200 espèces animales s'y côtoient (corail rouge, mérou brun, langouste, raie peau bleue, grands dauphins, puffins des baléares, etc.) et environ 500 espèces végétales y vivent (algues ou plante à fleur comme les posidonies).

Cet espace marin est aussi le théâtre d'une histoire et d'une culture maritimes riches.

Aujourd'hui, il accueille de nombreuses activités professionnelles et de loisirs. Le littoral connaît une très forte croissance démographique couplée à un important développement du tourisme. Il est en perpétuelle mutation. Ce milieu marin, fragile, est exposé. Sa protection constitue donc un enjeu majeur pour la population locale dont les activités dépendent de son bon état.



Un outil pour gérer localement et durablement l'espace marin

Le parc est gouverné par un conseil de gestion de 60 membres, qui élabore le plan de gestion du parc. Il s'agit d'une feuille de route qui fixe les objectifs à atteindre pour les quinze prochaines années (2014-2029 pour son 1^{er} plan de gestion). Il est également en charge de suivre l'ensemble des travaux du Parc et de valider les programmes d'actions et rapports d'activité.

Le conseil de gestion offre la possibilité aux acteurs locaux, de contribuer aux décisions concernant ce bien commun qu'est cet espace marin.

Les objectifs du plan de gestion du parc naturel marin

Le plan de gestion est basé sur 8 grandes orientations en rapport avec un vaste ensemble de thématique : la qualité de l'eau, la préservation des écosystèmes remarquables du littoral jusqu'aux canyons, le développement durable des activités professionnelles ou de loisir, le patrimoine culturel ou encore la coopération avec l'Espagne. L'une des orientations est notamment de favoriser « une gestion de l'ensemble des ressources naturelles dans le Parc naturel marin, qui assure la pérennité des activités humaines qui en dépendent ».

Le maintien de la biodiversité est en effet indispensable pour l'environnement marin, et donc aussi pour les activités de pêche qui en dépendent, qu'elles soient professionnelles ou de loisirs. Sans ressources abondantes et variées, les activités de pêche au sein du parc ne peuvent pas perdurer !

Le parc naturel marin travaille donc à :

- conserver la diversité et l'abondance des ressources naturelles nécessaires à la pratique durable des pêches. Cela nécessite entre autre le maintien en bon état de conservation des zones « fonctionnelles » c'est-à-dire des zones permettant l'alimentation, la reproduction et l'accueil des jeunes poissons ;
- contribuer, aux côtés des comités des pêches professionnelles et des fédérations de pêche de loisir, à une gestion durable des pêches sur le territoire. Il s'agit d'adapter le niveau de captures pêchées à la capacité du milieu naturel, mais aussi de maintenir la diversité des techniques de pêche et des espèces ciblées sur le territoire du parc naturel marin.

Le parc et les activités de pêche

Des objectifs communs, un avenir à construire ensemble

Comme la pêche professionnelle, la pêche de loisir siège au sein du conseil de gestion grâce à la présence de trois représentants de fédérations de pêche, dont la FNPP. Lors de l'élaboration du plan de gestion, ils ont donc pu transmettre les propositions qui concernent leur activité. La FNPP est également représentée au sein du bureau du parc.

Le conseil de gestion a ainsi validé une finalité ayant comme ambition d'installer une gestion conjointe et durable des ressources halieutiques et de leurs filières d'exploitation et un objectif de maintenir des niveaux d'activité de pêche professionnelle et récréative en accord avec la biomasse exploitable.

La pratique de la pêche de loisir est variée et accessible à tous : surfcasting, chasse sous-marine en apnée ou pêche embarquée, à condition de respecter la réglementation en vigueur. Les pratiquants sont adhérents d'un club, d'une fédération ou pratique librement leur passion. Les pêcheurs de loisir pratiquent cette activité par simple plaisir, dans un but sportif, de détente ou pour se nourrir. La pratique récréative de la pêche en mer ou sur les estrans ne nécessite à ce jour pas obligatoirement de licence, contrairement à la pêche de loisir en rivière ou la pêche professionnelle.

La pêche de loisir est encadrée à plusieurs niveaux réglementaires : règlements européens, décret spécifique à la chasse sous-marine, arrêtés instaurant des tailles ou des poids limites de captures, obligation de marquage des prises, arrêtés locaux comme dans la réserve naturelle marine de Cerbère-Banyuls ou pour la pêche des oursins dans les eaux du parc.

Une équipe d'inspecteurs de l'environnement assermentés, est présente sur le territoire du parc aux côtés des services de l'État en mer pour s'assurer du respect des réglementations existantes, tant pour le contrôle des pêches que pour la police de l'environnement ou des biens culturels.

Si le parc est compétent pour effectuer des contrôles liés à la réglementation existante, le conseil de gestion ne dispose pas du pouvoir de réglementation directe. Toutefois, il peut proposer aux services de l'Etat de nouvelles réglementations, des adaptations de réglementations existantes ou des mesures de gestion pour



Un mérou

améliorer la cohérence entre les textes, harmoniser les usages et s'ajuster au contexte local. Le conseil de gestion peut aussi s'opposer à une activité susceptible d'avoir un impact notable sur le milieu marin, grâce à son pouvoir d'avis conforme. En parallèle, le parc s'engage dans des actions de sensibilisation auprès de tous les acteurs du territoire, pour faire connaître les enjeux de préservation et les bonnes pratiques à adopter au quotidien.

Concours de pêche et charte de bonne conduite

Au sein du Parc, la pratique des concours de pêche de loisirs est importante pendant la saison estivale. Elle s'effectue à proximité de zones fragiles et protégées au niveau européen (Natura 2000 au titre des habitats, des espèces...).

Pour prévenir les impacts des concours de pêche sur ce milieu fragile, **une collaboration entre le parc et les fédérations de pêche de loisir a permis de proposer une charte de bonne conduite**. Cette charte a été validée en 2014 et a évolué en 2020. Elle s'adresse aux organisateurs des concours qui s'engagent volontairement dans la démarche. La charte est applicable sur l'intégralité du parc, elle est signée pour une durée de cinq ans.

Cette charte **incite les organisateurs à** :

- **améliorer leur pratique** lors des concours et limiter leur impact sur les espèces marines et le milieu ;
- **intégrer leurs concours** dans le cadre du développement durable et des intérêts des autres usagers ;
- **valoriser leur engagement** auprès de tous les acteurs du territoire.

Plus d'informations :

Parc naturel marin du golfe du Lion

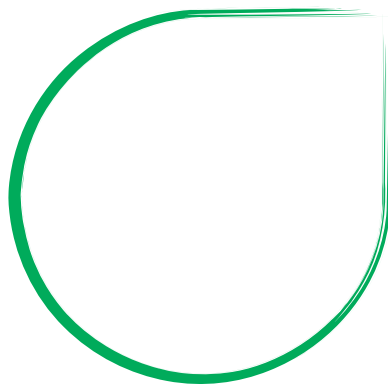
2 impasse Charlemagne

66700 Argelès-sur-Mer

Tél : 04 68 68 40 20

<http://www.parc-marin-golfe-lion.fr>

Contact : Lauriane Vasseur, chargée de mission pêches

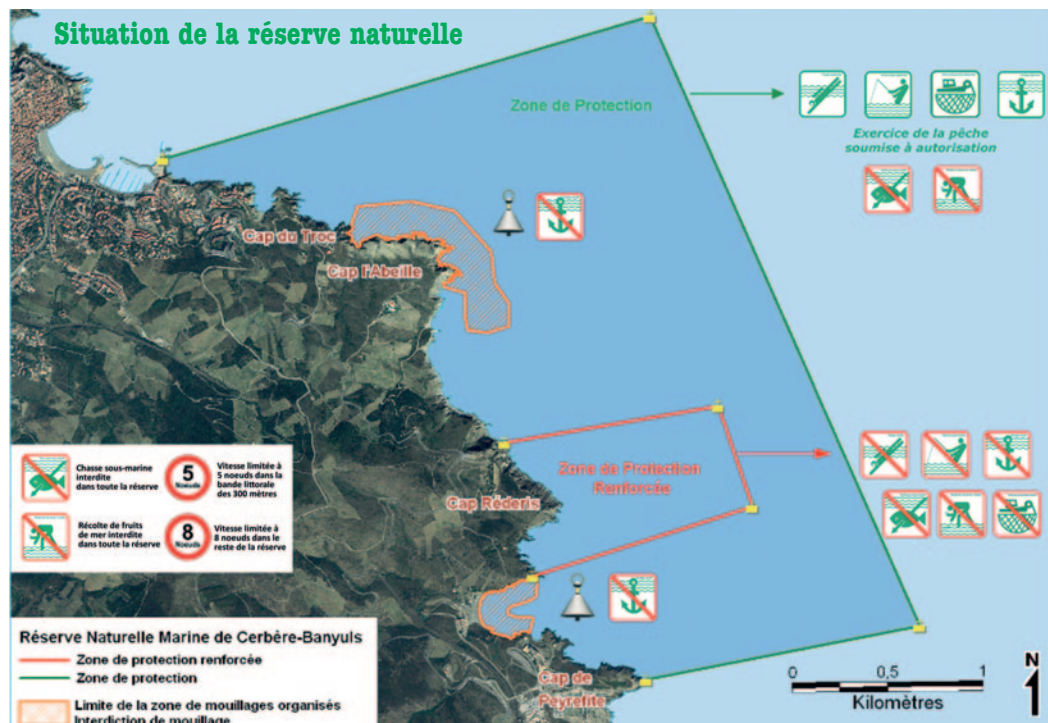


Un écrin bleu au cœur de la côte Vermeille La Réserve Naturelle Marine de Cerbère-Banyuls



Afin de mieux protéger le patrimoine naturel sous-marin, une réserve naturelle marine a été créée en 1974 entre Cerbère et Banyuls-sur-Mer. Celle-ci est gérée par le Département des Pyrénées-Orientales depuis 1977. Ce type d'aire marine protégée, garantit la protection et la diversité, non seulement, des espèces animales et végétales, mais aussi du milieu naturel dans lequel elles vivent. Cependant, la protection de l'environnement ne signifie pas la fermeture de ce dernier. C'est pourquoi, la présence de l'homme est réglementée en conciliant au mieux la protection et l'utilisation de la zone. Les objectifs sont de limiter les prélèvements et le dérangement des espèces tout en favorisant la restauration du milieu. Afin de sauvegarder notre patrimoine naturel, la compréhension et la conscience de tous restent nécessaires. Seul un véritable engagement mutuel pourra faire perdurer la préservation des écosystèmes.

Situation de la réserve naturelle



Des **objectifs précis** :

- **conserver** les habitats originels et leur diversité spécifique ;
- **contrôler les activités humaines** afin de rendre la fréquentation du site compatible avec les objectifs de conservation du patrimoine ;
- **favoriser l'effet réserve** par la mise en place de mesures de protection à l'extérieur du site ;
- **avoir un intérêt pédagogique et culturel** pour sensibiliser le public
- **participer au maintien** de la pêche petit-métier artisanale.

La gestion d'une réserve marine implique donc un aménagement des activités humaines qui se pratiquent sur son périmètre (plongée, pêche professionnelle, plaisance...). La pêche de loisir fait partie des activités qui se développent rapidement et dont l'impact doit être étudié afin de tendre vers une pêche raisonnée et respectueuse de l'environnement.

Conscients de l'importance de cette activité, tant au niveau économique que culturel, le gestionnaire de la réserve marine (élus et techniciens) a décidé d'échanger avec les pêcheurs afin d'adapter la réglementation aux nouvelles pratiques. Une coopération réussie qui a abouti à la modification de l'arrêté encadrant la pêche de loisir dans la réserve marine et qui devrait servir d'exemple pour l'ensemble de ses usagers !

Un « effet réserve » visible sur la population de mérou brun et de corb

Le corb et le mérou brun bénéficient d'un statut de protection.

Ces deux espèces sont donc strictement interdites à la pêche.

Les populations de mérous bruns, de corbs et de sars tambour bénéficient d'un suivi régulier dans la réserve depuis 2001. Un inventaire complet est réalisé tous les trois ans dans l'ensemble de la réserve et sa périphérie. La pêche sous-marine étant strictement interdite dans la réserve, cette réglementation spécifique ainsi que la présence d'un habitat favorable ont permis aux populations de ces trois espèces d'augmenter entre 2001 et 2017 et d'atteindre un bon état de conservation. Ainsi, de dix mérous observés en 1986 dans la réserve, on est passé 608 en 2017 ! Cependant, le résultat est à nuancer entre les deux dernières missions de 2014 et 2017. Entre ces deux dates les suivis ont confirmé l'augmentation continue du nombre de mérous bruns, mais ont mis en évidence une stabilité du nombre

de sars tambours, une légère augmentation du nombre de corbs dans la réserve intégrale mais une diminution dans la zone de protection partielle. La vigilance est donc toujours de mise pour ces espèces. Ces missions mobilisent tous les trois ans les plongeurs de la réserve, du groupe d'étude du mérou, de l'Université de Perpignan, du laboratoire Arago et du Parc naturel marin du golfe du lion.

Le mode de gestion de la réserve marine démontre bien la volonté du département des Pyrénées-Orientales de maintenir *durablement* la pêche récréative en vue d'une gestion raisonnée des ressources halieutiques.



Photo

Réserve et réglementation

La gestion de la pêche récréative au sein de la réserve naturelle marine de Cerbère-Banyuls

La pêche récréative est une activité en plein essor sur les côtes françaises. Dans le cadre de son plan de gestion, la réserve marine met en place des suivis réguliers afin de quantifier les prélèvements et d'évaluer l'impact de cette activité sur le milieu.

Tableau récapitulatif des limites de captures, quotas et périodes de non prélèvement pour la pêche maritime de loisir dans la Réserve Naturelle Marine de Cerbère-Banyuls.

Un maximum de 10 poissons par jour et par pêcheur à pied ou par jour et par bateau ne peuvent être dépassés à l'exception des espèces citées (dents, dorades, sardines). Un seul poisson peut être pêché par bateau et par pêcheur pour une seule espèce citée. Des quotas de non-prélèvement sont également mis en place pour certaines espèces.

Nom	Taille minimale (en cm)	Quotas par bateau et par pêcheur du bord
CORB		
MÉROU		
LABRE VERT		
LOUP (limité du 1 ^{er} janvier au 31 mars)	42	2
DENTI (limité du 1 ^{er} mai au 30 juin)	40	2
PAGRE (limité du 1 ^{er} mai au 30 juin)	28	5
SAR TAMBOUR (limité du 1 ^{er} mai au 30 juin)	30	2
SAR COMMUN	25	10
SAR MUSEAU POINTU	25	
SAR TÊTE NOIRE	25	5
DORADE GRISE	25	
DORADE ROYALE	30	5
LABRE COQUETTE = VIEILLE	22	2
LABRE MERLE	22	3
CRENILABRE PAON = ROUQUIER	22	3
SERRAN ÉCRITURE	20	2
SERRAN CHEVRETTE	15	20
OBLADE	15	
SAUPE	20	10
GIRELLE	12	10
MARBRE	20	5
PAGEOT ARCANÉ = GALET	20	10
PAGEOT COMMUN	25	5
RASCASSE BRUNE	15	5
RASCASSE PUSTULEUSE	15	5
RASCASSE ROUGE = CHAPON	35	3
ROUGET BARBET DE ROCHE	18	10
MOSTELLE	30	5
SEVERAU = SAUREL = CHINCHARD	20	10
BARRACUDA = BECUNE	50	3
CORYPHÈNE	40	5
LICHE AMIE	50	2
LICHE GLAUQUE = PALOMINE	25	5
MAQUERAU COMMUN	20	10
MAQUERAU ESPAGNOL	20	10
SERIOLE	50	2

■ Espèces soumises à MARRUAGE (ablation de la partie inférieure de la nageoire caudale)

Les mesures de gestion de la pêche récréative dans la réserve marine

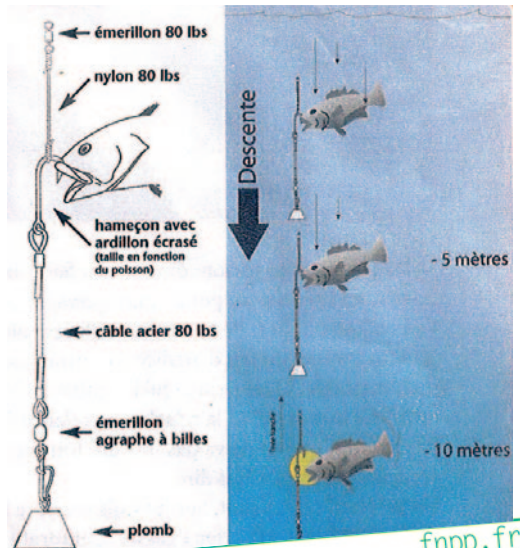
Afin de pouvoir pêcher dans la réserve marine (hors de la zone de protection renforcée), les pêcheurs de loisir doivent détenir une **autorisation** délivrée chaque année par la réserve (Arrêté préfectoral du 23 mars 2016-R93- 2016-03-23-003) du 1^{er} décembre au 31 janvier. La liste des personnes autorisées fait l'objet d'une publication annuelle par voie d'arrêté préfectoral.

Cette autorisation permet de **limiter l'impact de cette activité, à travers plusieurs mesures** :

- un **nombre maximal** de 1000 autorisations délivrées,
- la pêche n'est **autorisée qu'entre le lever et le coucher du soleil**,
- elle ne peut être **pratiquée qu'avec l'aide des moyens suivants** : huit hameçons simples par embarcation ou deux lignes maximum par personne et un maximum de quatre hameçons depuis le bord,
- chaque pêcheur doit **respecter les tailles minimales de capture et des quotas** par jour et par espèces, spécifiques à la réserve marine. Le nombre de prises ne peut dépasser dix poissons par jour.
- un **registre de capture** doit être retourné à la réserve à la fin de l'année.

La pêche au « No-kill »

Le schéma ci-contre illustre un montage facile à réaliser pour pouvoir pratiquer la pêche au « No-Kill », tout en s'assurant que le poisson réalisera sa décompression. L'hameçon sans ardillon est piqué dans la commissure de la lèvre supérieure du poisson. On procède alors à la remise à l'eau du poisson avec le lest à la profondeur voulue. Il suffit alors de tirer un coup sec et le poisson se décrochera pour repartir dans son élément. Agissez avec douceur et rapidité !



Et si le poisson ne mesure pas la taille minimale autorisée...

Même si bon nombre de pêcheurs souhaiteraient, en théorie, choisir le poisson qui va mordre à l'hameçon, il n'en est pas ainsi en pratique. En effet, nombreux sont les poissons pêchés qui sont inférieurs à la taille minimale de capture se rapportant spécifiquement à leur espèce. Il serait normal de penser qu'à ce moment-là il suffirait de remettre le poisson à l'eau pour qu'il regagne le fond. Mais lorsqu'un poisson est remonté rapidement d'une profondeur importante, sa vessie natatoire subit une décompression importante et se gonfle. Le phénomène est facilement observable, soit par un gonflement important du ventre, soit parce que l'on voit sa vessie gonflée sortir de sa bouche. La remise à l'eau dans ces conditions est donc impossible. Pour contrer cela, plusieurs étapes sont nécessaires.

VESSIE VISIBLE PAR LA BOUCHE	VESSIE NON VISIBLE PAR LA BOUCHE
1/ Percer la vessie à l'aide d'une aiguille	1/ Percer la vessie à travers le ventre (la vessie gonflée se ressent en travers du poisson)
	
2/ Vider la vessie	2/ Appuyer légèrement pour évacuer l'air
	

Pêche des oursins dans les eaux du Parc naturel marin du golfe du Lion Suivi et comptage de la population d'oursins

L'oursin comestible *Paracentrotus lividus* est commun en Méditerranée occidentale. Autorisée mais réglementée du 1^{er} novembre au 15 avril, cette pêche se pratique couramment sur le long de la côte Vermeille ainsi qu'au pied des falaises de Leucate. Afin de s'assurer que l'on ne pêche pas plus que ce que le milieu peut supporter, le Parc procède à un suivi régulier de populations d'oursins. Entre 2013 et 2018, les suivis ont mis en évidence une réduction des effectifs de jeunes oursins dont on ne comprend pas encore les causes. Il est donc important de poursuivre ce suivi et de continuer à respecter la réglementation en place !

Photo oursin



Du 16 avril au 31 octobre
le ramassage des oursins est interdit.

Du 1^{er} novembre au 15 avril
le ramassage est autorisé mais limité.

Attention :

La pêche en bouteille est strictement interdite. À l'intérieur du périmètre de la Réserve naturelle marine de Cerbère-Banyuls, le ramassage des oursins est **interdit toute l'année**.



De Cerbère à Leucate, agissez avec le Parc pour préserver la biodiversité marine !

Autorité préfectorale PACA n°2018076-0002
Plus d'informations sur www.parc-marin-golfe-lion.fr



La pêche de loisir au sein du parc : suivi scientifique et sensibilisation

Une activité suivie de près par les scientifiques

ILLUSTRATION : LOGO UPVD

Soutenus par le Parc naturel marin et la réserve naturelle marine de Cerbère-Banyuls, les chercheurs de l'Université de Perpignan étudient depuis de nombreuses années la pêche de loisir sur le littoral du Parc. Pourquoi ? Car mieux connaître permet de mieux gérer et de mieux protéger !

Ainsi depuis 2009, des suivis de la pêche de loisir sont mis en place le long de la côte Vermeille et, plus récemment, de la côte sableuse. On cherche notamment à connaître les espèces ciblées, les techniques de pêche utilisées, les captures réalisées, le profil des pratiquants, etc.

Les activités des pêcheurs professionnels sont également suivies depuis 2009 sur le Parc. Ces suivis nous permettent de mieux reconnaître l'importance sociale et économique de ces activités sur le territoire mais également d'en apprendre davantage sur l'état des populations de poissons dans nos eaux. En effet, il est difficile et coûteux de connaître exactement l'état de ces populations en comptant directement les poissons dans la mer, a fortiori sur un territoire relativement vaste comme le Parc... Mieux connaître les évolutions des captures des pêcheurs professionnels et de loisir, permet ainsi d'appréhender les variations des populations de poissons et de conforter les tendances observées par les suivis sur de plus petites zones comme la réserve ou par les grandes campagnes menées par Ifremer.

De plus, vous pouvez être témoins d'évènements particuliers comme l'arrivée de nouvelles espèces « exotiques », l'arrivée massive et ponctuelle d'une espèce, la disparition d'autres, etc. N'hésitez pas à partager vos observations !

La pêche de loisir cible entre autres des espèces également exploitées par les pêcheurs professionnels : lousps et sparidés, poulpes, seiches, oursins. Il est donc primordial que cette activité de pêche de loisir, qui exerce une certaine pression sur les populations de poissons côtiers, soit mieux connue. Ces données de connaissance sont nécessaires à une meilleure gestion des ressources, des habitats et des usages pratiqués sur la côte du Parc.

Le kit « pêche durable »

L'association LABELBLEU a pour but de développer l'éducation à l'environnement sur le littoral et le milieu marin d'Occitanie.

Depuis 2014, LABELBLEU, mène une campagne de sensibilisation à destination des pêcheurs de loisir en partenariat avec le Parc naturel marin du golfe du Lion. Cette campagne de sensibilisation fait l'objet d'une distribution du kit « pêche durable » ciblant notamment les pêcheurs de loisir n'appartenant pas à une fédération de pêche. **ILLUSTRATION : LOGO LABELBLEU**

A quoi sert ce kit ?

- donner accès à la réglementation relative à la pêche de loisir
- communiquer sur les enjeux liés à la pêche et à l'alimentation durable
- mieux gérer la ressource halieutique et préserver la mer
- favoriser le rôle d'usager actif, sentinelle de la préservation du milieu marin

Ce kit comprend :

- une réglette autocollante avec les tailles minimales de capture
- une plaquette immergeable sur les espèces le plus fréquemment pêchées sur la côte catalane
- un dépliant sur la réglementation, les écogestes et des informations sur la pêche de loisir

ILLUSTRATION : Photo kit du pêcheur responsable

Où trouver le kit ?

Ce kit est distribué gratuitement dans des points relais le long de la côte (magasin d'articles de pêche) ainsi qu'en direct par les agents de LABELBLEU et du Parc.

Il est téléchargeable sur le site internet du Parc : <https://parc-marin-golfe-lion.fr/documentation/guide-pecheur-responsable>.

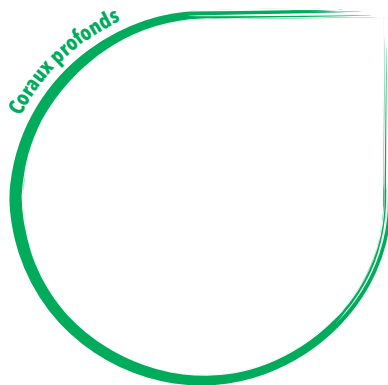
Un patrimoine naturel exceptionnel à suivre de près pour mieux le protéger

Canyons : des écosystèmes riches permettant de mieux comprendre la biodiversité méditerranéenne

Le Parc naturel marin du golfe du Lion abrite trois canyons sous-marins : Lacaze-Duthiers, Pruvot et Bourcart. Situées à environ une vingtaine de kilomètres des côtes, ces vallées sous-marines profondes entaillent la bordure du plateau continental avant que celui-ci ne « plonge » vers les plaines abyssales. L'aplomb de ces canyons est régulièrement visité par les pêcheurs de loisir ou les navires professionnels espagnols. Mais rares sont ceux qui ont pu se rendre compte en direct de la beauté et la richesse de ces grands fonds !

Ces canyons sont en effet des zones très riches, où un phénomène de remontées d'eau chargées en nutriments (upwelling) favorise notamment la concentration de mammifères et d'oiseaux à proximité. Ils constituent aussi des habitats remarquables : on y trouve particulièrement des coraux profonds d'eau froide et des espèces biologiques particulières (poissons, crustacés, cnidaires). Ces zones offrent à la fois un lieu de refuge, de reproduction et de nurserie pour de nombreuses espèces. La compréhension de ces écosystèmes remarquables va de pair avec la compréhension de la biodiversité des zones côtières et du plateau continental.

Pour améliorer la connaissance de ces vallées sous-marines, des campagnes d'exploration scientifiques ont été menées par le biais de sous-marins et d'engins télécommandés pouvant travailler à ces grandes profondeurs (campagne exploratoire dès 2008 puis entre 2015 et 2017 afin de suivre la croissance de certains massifs coralliens), en collaboration avec le Parc et les scientifiques. Les résultats ont confirmé le caractère exceptionnel et l'intérêt de ces canyons en termes de patrimoine et de ressources naturelles. Les résultats ont aussi montré que ces zones fragiles sont aussi touchées par les activités humaines (déchets en tout genre, tels que plastiques, ferrailles, débris d'engins de pêche, etc.). Une grande exposition itinérante sera déployée sur la façade méditerranéenne à partir de 2019 pour présenter à tous les curieux, la beauté de ces canyons. **ILLUSTRATION : coraux profonds**



Open ailerons : une pêche scientifique réalisée avec l'aide des pêcheurs de loisir

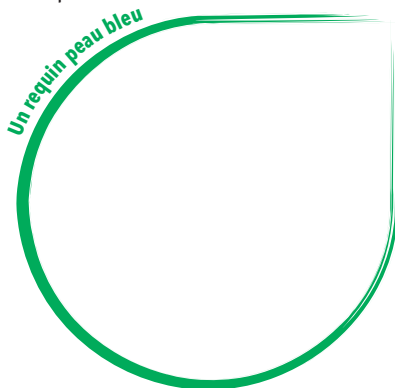
L'association Ailerons est engagée dans l'étude et la protection des requins et des raies de Méditerranée.

ILLUSTRATION : logo Ailerons

ILLUSTRATION : logo FNPP

Depuis 2017, Ailerons et la FNPP organisent un évènement inédit appelé « OPEN AILERONS » de pêche scientifique et « no-kill » de requins peau bleue, en partenariat avec le Parc naturel marin du golfe du Lion. Au cours de cet évènement, une cinquantaine de pêcheurs s'engagent bénévolement dans la recherche sur le requin peau bleue. Leur but : effectuer des captures scientifiques à des fins de prélèvements génétiques et de caractérisation des individus (taille, poids) avant de les relâcher au plus vite et en délicatesse dans le milieu. Avec une centaine de petits échantillons de peau, une étude de génétique des populations pourra être menée permettant d'en apprendre plus sur cette espèce, classée « en danger critique d'extinction » par l'UICN en Méditerranée et fréquentant régulièrement les eaux du Parc. De plus, cette collaboration permet, au cours d'une soirée scientifique et festive, de sensibiliser les pêcheurs de loisir et leurs familles à la richesse des raies et requins de Méditerranée, à leurs modes de vie et à l'importance de leur préservation.

Un bel exemple de coopération entre une association de protection de l'environnement, une fédération de pêcheurs et le Parc ! **ILLUSTRATION : photo requin peau bleue**



Sciences participatives et engagement citoyen

Pêcheurs plaisanciers, engagez-vous !

Chacun, à son échelle, peut œuvrer pour une meilleure connaissance du monde marin et pour la préservation de ses richesses. N'hésitez plus, engagez-vous !

Campagne Ecogestes méditerranée : devenez [eco]plaisanciers

ILLUSTRATION : Logo Ecogestes

Coordonnée à l'échelle régionale, la campagne Ecogestes Méditerranée s'appuie sur plusieurs structures ambassadrices (LPO, association LABELBLEU...), les ports et gestionnaires d'espaces naturels. Cette campagne vise à sensibiliser les plaisanciers à des pratiques de navigation plus respectueuses de l'environnement.

Tri des déchets, ancrage respectueux, produits d'entretien écolabellisés, récupération des eaux usées sont autant de thématiques qui seront abordées par les ambassadeurs Ecogestes que vous pourrez rencontrer dans les ports partenaires ou sur des stands de sensibilisation à l'occasion d'évènements.

Engagez-vous à devenir [Eco]plaisanciers !

Plus d'informations sur : <http://ecogestes.com/accueil.php>

Contribuez aux sciences participatives

Aujourd'hui tout le monde, passionné ou simple amateur occasionnel de nature, peut contribuer à son échelle à l'amélioration des connaissances sur la biodiversité. En effet, en s'impliquant volontairement dans des programmes de sciences participatives (ou sciences citoyennes), chacun peut récolter une grande quantité d'informations. Celles-ci permettront aux scientifiques de mieux comprendre le fonctionnement des écosystèmes, et in fine, d'avoir des clefs pour mieux les préserver.

En mer aussi, vous pouvez contribuer, grâce à des applications téléchargeables sur votre téléphone portable.

- **OBSENMER** : signalez vos observations en quelques clics

ILLUSTRATION : Logo OBSNEMER

OBSENMER est un programme de sciences participatives ouvert à tous et développé par le Groupe d'Etude des Cétacés du Cotentin (GECC) et l'association Cybelle Planète. Cette démarche est soutenue, entre autres, par l'Agence française pour la Biodiversité.

OBSENMER permet de signaler vos observations en mer sur toutes les côtes de France (métropole et outre-mer), sur une plateforme collaborative : mammifères marins, tortues marines, poissons, oiseaux, mais aussi les activités humaines, telles que la plaisance, la pêche, la pollution et autres.

En rassemblant en un seul et même site les observations réalisées par les structures naturalistes et le grand public, OBSNEMER souhaite collecter et rendre publiques et accessibles à tous les données sur le milieu marin.

L'application est téléchargeable gratuitement. Plus d'informations sur : <http://www.obsenmer.org/>

- **Donia** : une application pour savoir où jeter l'ancre et partager ses observations en mer

ILLUSTRATION : Logo donia

Proposée par Andromène Océanologie, cette application gratuite vous permet de rejoindre une communauté de passionnés et de pouvoir naviguer avec des cartes enrichies (nature des fonds, dangers, réglementation, activités de surface, bathymétrie haute résolution sur certains sites).

A partir de cette interface, il vous est possible de :

- localiser les zones où vous pouvez jeter l'ancre sans risquer de dégrader les herbiers de posidonies
- renseigner des fiches d'observations (pêche, biodiversité, pollution) et de les rendre accessibles pour l'ensemble de la communauté.

Plus d'informations disponibles sur le site www.donia.fr

Sauvegarder les herbiers de posidonies

Pêche sur les herbiers

Véritable poumon de la méditerranée, la posidonie est une espèce indicatrice de la qualité de l'eau, elle recèle une grande variété d'espèces animales et est utilisée comme abris et lieux de nurseries.

Parmi ses nombreuses fonctions, l'herbier de Posidonie joue un rôle dans la stabilisation des fonds marins, ce qui offre une protection très efficace contre l'érosion.

L'ancrage constituant un élément important de détérioration des herbiers de posidonies, la Fédération recommande d'employer pour la pêche en dérive une ancre flottante

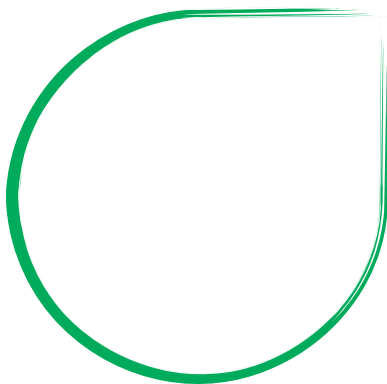
En forme d'un parachute troué en son centre elle est utilisée au bout d'une longue ligne amarrée au bateau, l'ancre flottante est mise à l'eau à l'eau au bout d'un cordage et amarrée à la poupe ou à la proue du navire, elle freine le bateau La traction qu'elle exerce contribue également à contrebalancer les embardées et à le maintenir dans l'axe du vent

L'ancre flottante anti-dérive est normalement frappée à l'avant du navire. Elle stabilise sa route Il existe des ancres flottantes de différentes tailles qu'il convient de respecter en fonction de la dimension du bateau.

Son utilisation est très répandue auprès des plaisanciers aux Etats Unis ainsi qu'en Angleterre

Facile à manœuvrer et peu onéreuse son usage vous permettra de pêcher sans causer de dommage pour les herbiers.

Amarrée sur le côté du bateau elle peut atténuer le roulis du bateau



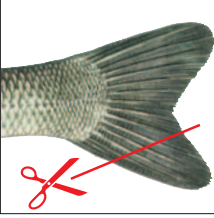
Photos ancre flottante

Comment marquer vos prises ?

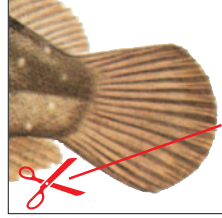
Schéma de marquage

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 revente**. Ce **marquage doit être effectué de façon précise** et ne doit pas empêcher la mesure totale de la taille des prises.

Caudale bifide inférieure



Caudale arrondie



Crustacés

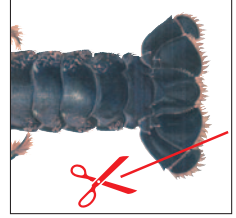


Tableau des tailles minimales de capture au verso.

Les outils FNPP

The collage features several FNPP tools:

- A logo for the Fédération Nationale de la Plaisance et des Pêches en mer (FNPP).
- Brochures titled "RESPECTONS LES TAILLES" (Respect the sizes) showing various fish species and their minimum catch sizes.
- A brochure titled "bonnes pratiques" (good practices) with photos of people fishing.
- A brochure titled "Pêche Plaisance" (Recreational Fishing) with photos of people kayaking and fishing.
- A ruler with markings in centimeters and millimeters, used for measuring fish.
- A scale with markings for different fish species and their minimum catch sizes.

fnpp.fr
fnpp@orange.fr

The advertisement features a large yellow buoy with the text:

- Soutenons les sauveteurs en mer**
- www.snsnm.org

 Below the buoy is a photo of rescue workers in orange gear. At the bottom, there is a quote:

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

 The logo for Les Sauveteurs en Mer (S.N.S.M.) is also present, along with the text "FAIRE UN DON" (Make a donation).

Respectons les tailles (voir schéma marquage au recto)

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

Attention, certaines réglementations locales peuvent être différentes, se renseigner auprès du quartier maritime concerné (DDTM, maire, office de tourisme, gendarmerie, ...). Réalisé avec le concours du CIC.

PRINTCORP - 02 96 60 97 00 - © FNPP tous droits réservés. Reproduction interdite.

MÉDITERRANÉE

Allache	* 12 cm	Marbré	20 cm	Rouget grondin	15 cm
Anchois	9 cm	Merlu	20 cm	Roussette	* 40 cm
Baudroie	* 50 cm	Mostelle	30 cm	Saint-pierre	* 30 cm
Bogue	* 12 cm	Mulet muge	20 cm	Sar	 23 cm
Canthère grisét	23 cm	Oblade	12 cm	Sar à museau pointu	18 cm
Castagnole	* 12 cm	Orphie	30 cm	Sar à tête noire	18 cm
Cernier	45 cm	Oursin	5 cm	Sardine	11 cm
Chapon	30 cm	Pageot à gros œil	33 cm	Saupe	* 12 cm
Chinchard sévèreau	15 cm	Pageot acarné	17 cm	Sole commune	 24 cm
Congre	60 cm	Pageot commun	15 cm	Sparailon	12 cm
Dorade royale	 23 cm	Pagre commun	 18 cm	Telline	2,5 cm
Espadon	 100 cm	Pélamide	* 40 cm	Thon blanc germon	* 3 kg
Loup	 30 cm	Raie pastenague	36 cm	Thon rouge	30 kg ou 115 cm
Maquereau	 18 cm	Raie torpille marbrée	36 cm		
Maquereau espagnol	18 cm	Rouget barbet	15 cm		

Espèces protégées ou interdites à la pêche de loisir : esturgeon, raie blanche, raie brunette, corb, mérour 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, thazard, thon jaune, voilier de l'Atlantique.