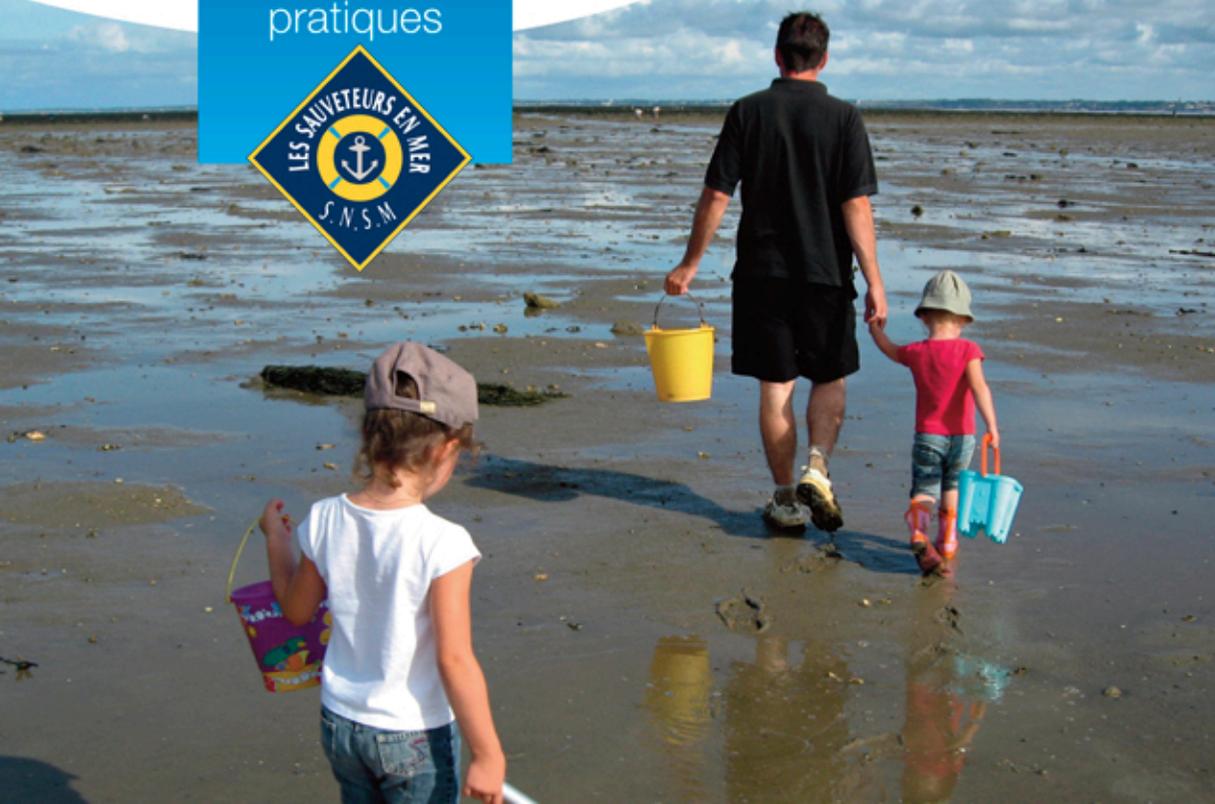


# GRANDES marées

Le Guide  
des bonnes  
pratiques



## Les conseils de prévention >

Prudence et pêche à pied  
au moment des grandes marées

### Prévenir les secours

Depuis votre mobile  
> 196

(N° unique d'appel  
d'urgence en Europe)

> 18 POMPIERS

Sur votre VHF  
> Canal 16 CROSS



### Avant de partir

> Avant d'aller à la pêche à marée basse, RENSEIGNEZ-VOUS sur :

- Les heures de marées, hautes et basses\*
- Le coefficient (100 ou plus élevé = danger)
- Le marnage (différence de hauteur entre basse et haute mer)
- Les dangers locaux
- Les conditions météorologiques (tous les vents d'ouest renforcent la dangerosité)

> Ne partez **pas** pêcher seul.

> Ayez avec vous un **téléphone portable** pour donner l'alerte en cas de nécessité.

> Prévenez une personne restée à terre **de l'heure prévue de votre retour**.

En cas de retard, elle pourra prévenir les secours.

> Prenez **une montre** et restez attentif à l'heure.

\* Les horaires de marées sont indiqués dans votre journal local. Ils sont affichés dans les postes de secours, dans les capitaineries des ports et sont souvent distribués gratuitement dans les commerces.

### Attention aussi au moment de la haute mer :

> En cas de vent fort d'Ouest, certains sites accessibles habituellement deviennent submersibles (digues, chaussées, passages, promontoires...)

> Un vent violent peut déclencher une lame ou une vague plus forte que les autres qui peut happer un promeneur inattentif ou un spectateur trop rapproché du bord de l'eau (conjugaison du fort coefficient de marée et du vent)

### Pendant la pêche

> La mer remonte très vite : **regardez autour de vous, prenez des repères.**

La montée des eaux peut venir de tous côtés, même derrière vous (et pas seulement du large), vous contourner et vous isoler ; de forts courants peuvent se créer et vous emporter.

**Sachez que pour un marnage de 10 mètres, à mi-marée, l'eau monte de 5 mètres en 2 heures, soit 1 mètre en 24 minutes.**

> **A l'heure de la basse mer**, il est temps de remonter (la présence d'autres personnes autour de vous n'implique pas l'absence de danger).

> **Estimez le temps** qu'il vous faudra **pour revenir** sur vos pas.

Gardez en tête que le temps de retour sera toujours plus long que le temps de l'aller (vase, poids de la pêche, fatigue).



## Pour une pêche à pied responsable !

> **Vous et votre santé**

- La consommation des coquillages ramassés peut présenter des risques pour votre santé (intoxication alimentaire).
- Un site très fréquenté n'est pas obligatoirement synonyme de bonne qualité.
- Pêchez loin des égouts, des zones de mouillage, des estuaires, des rivières.
- Les coquillages doivent être consommés rapidement et rester vivants jusqu'à leur préparation. En cas de doute ne pas consommer (aspect, odeur, couleur douteux).

> **Vous et l'environnement**

- Respectez la faune et la flore.
- Ne pêchez que ce dont vous avez besoin pour votre consommation personnelle. (vous n'avez pas le droit de vendre le produit de votre pêche).
- Attention, la pêche à pied est réglementée.

Renseignez-vous auprès des Délégations à la Mer et au Territoire (anciennement les quartiers des Affaires Maritimes) sur le poids et la taille minimale de capture des poissons et autres animaux (fixés par arrêté) et sur les restrictions locales de pêche, auprès de la mairie, qui diffèrent selon le littoral et les zones.

vos stations de sauvetage la plus proche,  
et tous les conseils des Sauveteurs en Mer sur :  
[www.snsnm.org](http://www.snsnm.org)

