

Pour une pêche en toute sécurité

- Consultez les horaires de marée avant votre sortie. Si vous ne connaissez pas le secteur, remontez dès l'heure de basse mer.
- Prenez connaissance de la météo et adaptez votre équipement; ne partez pas par temps de brume ou d'orage.
- Ne partez pas seul sur un secteur inconnu: certains secteurs peuvent être dangereux (risques d'enlisement, présence de baïnes, passe dangereuse...).
- Prévenez votre entourage de votre heure de retour et munissez-vous d'un téléphone portable.
- Ne marchez pas pieds nus sur les estrans vaseux et rocheux.

Pour votre santé

Renseignez-vous sur l'état sanitaire du site sur lequel vous pêchez: les coquillages que vous ramassez peuvent s'avérer impropre à la consommation.

Numéros des secours
112 à terre - 196 en mer



Où s'informer?

Sur place

- Offices de tourisme: sites et horaires de pêche, réglettes de mesure
- En mairie: état sanitaire, informations générales
- Sur les panneaux d'information implantés sur certains sites de pêche

Sur internet

www.iodde.org

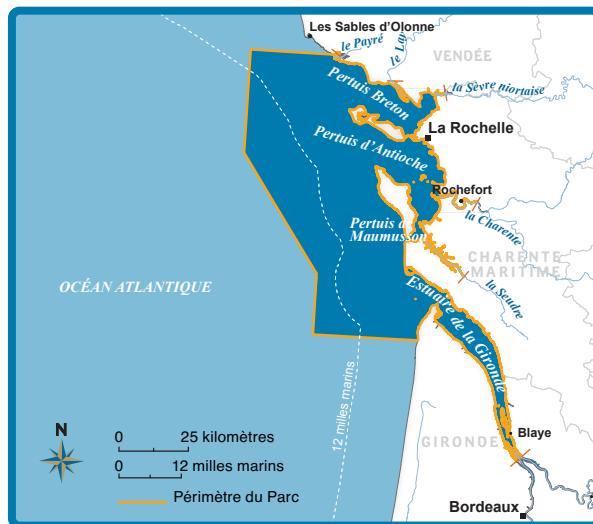
Pour la réglementation de pêche à pied de loisir : scannez-moi !



Le Parc naturel marin

Le Parc naturel marin de l'estuaire de la Gironde et de la mer des Pertuis couvre 6500 km² d'espace marin et borde 113 communes de la Vendée, de la Charente-Maritime et de la Gironde.

Cette aire marine protégée a pour objectifs de préserver le milieu marin, d'améliorer sa connaissance, et de contribuer au développement durable des activités maritimes, dont la pêche à pied de loisir.



Parc naturel marin de l'estuaire de la Gironde

et de la mer des Pertuis

93 rue de la République

17300 Rochefort

Tél: 05 46 36 70 51

parc-marin-gironde-pertuis.fr

PEFC® 10311-1238 / Certificat PEFC

Édition 2026

Anavel Bayaud - Sébastien Meslin - Richard Coz / Office français de la biodiversité Illustrations et photographies: Y. Souche / Office français de la biodiversité - T. Abiven / Symel - Impression Cloitre - Édition 2026

Pêche à pied de loisir Conseils pratiques



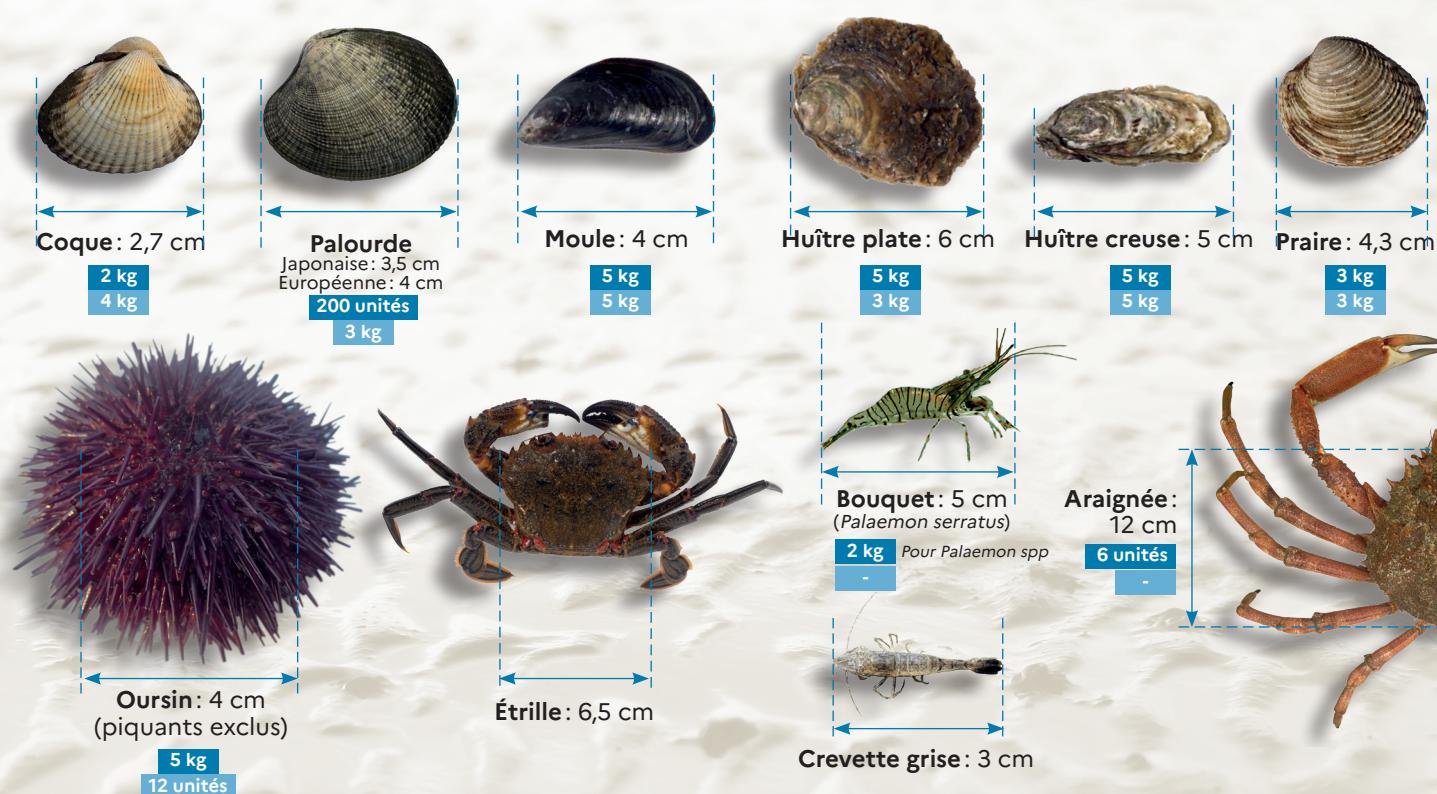
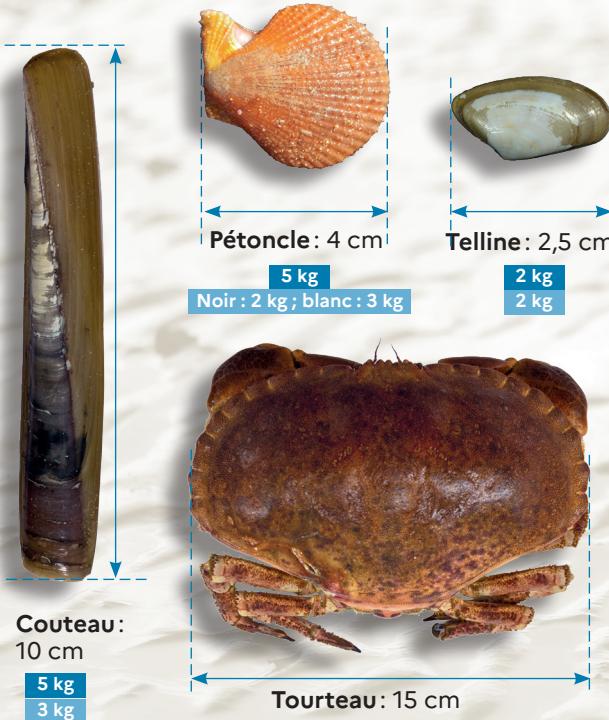
Pêcher intelligent,
Pêcher durablement

Principales tailles et quantités réglementaires

Quantités* maximales autorisées par pêcheur :

En Charente-Maritime,
par marée

En Vendée,
par jour



Les bonnes pratiques

Pour une pêche respectueuse des milieux naturels

Certains milieux naturels sont particulièrement fragiles. Respectez-les en privilégiant des techniques de pêche douces : évitez le labourage de la vase et du sable, et remettez les roches en place après les avoir soulevées.



La remise en place des roches garantit la survie des espèces qui s'y développent.



Les massifs d'hermellines (vers construisant des tubes en sable) sont fragiles et sensibles au piétinement.



Dans les herbiers de zostères (plantes aquatiques hébergeant de nombreuses espèces), privilégiez la pêche au trou sans altérer les plantes et suivez les coursières (écoulements d'eau) pour vous déplacer.

En respectant les bonnes pratiques de pêche, vous préservez la ressource et le milieu marin. Vous contribuez ainsi à ce que ce loisir reste accessible à tous et pour longtemps.

Pour une pêche respectueuse des ressources

- Respectez les tailles réglementaires de capture afin de permettre aux individus de se reproduire, servez-vous d'un outil de mesure, ré-enfouissez les coquillages trop petits.
- Ne prélevez que ce que vous consommez dans le cadre familial en respectant les quantités maximales autorisées.
- Relâchez les crustacés portant des œufs.
- Ne pêchez pas dans les ports, à proximité des parcs ostréicoles, des bouchots (25 m en Charente-Maritime, 15 m en Vendée) et à l'intérieur des écluses à poissons.
- Renseignez-vous sur la réglementation applicable au site sur lequel vous pêchez : les quantités, outils et périodes de pêche autorisés sont variables d'un département à l'autre.
- Renseignez-vous sur les zones qui font l'objet d'interdictions permanentes ou temporaires.

* En Charente-Maritime, la quantité maximale de coquillages autorisée est fixée à 5 kg, toutes espèces confondues. Les informations présentes dans ce dépliant sont données à titre indicatif et ne sauraient remplacer la réglementation officielle (arrêtés ministériels, préfectoraux et municipaux).