

# LES BONS GESTES À LA PLAGE



CE LIVRET APPARTIENT À

.....

Ce cahier d'exercices a été réalisé par la CARA avec le concours de l'Inspection de l'Éducation nationale de la circonscription de Royan.



Direction des services départementaux de l'éducation nationale de Charente-Maritime

## INTRODUCTION

ÉDITO DU PRÉSIDENT

### Bien connaître le littoral pour mieux le protéger...

Le littoral correspond à l'espace du « bord de mer » qui matérialise la zone de contact entre la terre et la mer. Le littoral de notre territoire comprend des plages de sable fin qui offrent des paysages variés. À l'aide du vocabulaire acquis au cours des exercices, vous pourrez appréhender cet environnement et mieux le comprendre.

Les plages sont des milieux vivants et sensibles. À ce titre, elles nécessitent d'être protégées pour transmettre ce patrimoine naturel aux générations futures. Des conseils pour limiter notre impact sur le littoral vous seront prodigués dans ce guide « des bons gestes à la plage ». Vous apprendrez par exemple : pourquoi il ne faut pas gaspiller l'eau, comment gérer vos déchets, quelle est l'importance de la laisse de mer, ...

Je souhaite que vous preniez conscience de notre environnement fragile car vous êtes les nouveaux gardiens du littoral.

### Et pour éviter les dangers de la plage !

La plage est souvent synonyme de loisirs et de plaisir. Vous pouvez y pratiquer de nombreuses activités : baignade, surf, voile, promenade, cerf-volant, ... Néanmoins, il existe des règles à respecter pour ne pas se mettre en danger. Ce guide vous permettra dans un premier temps d'identifier les types de danger, de caractériser leur mécanique de fonctionnement (feux de forêt, baïnes, shore break, ...). Dans un second temps, il vous expliquera les bons comportements à adopter.

Une règle de base commune pour les grands et les petits : vous devez toujours vous baigner dans les zones de baignade aménagées et surveillées.

**Le Président** de la Communauté d'Agglomération Royan Atlantique



# Sommaire

- 4 **CHAPITRE 1**  
Mon littoral
- 5 Carte du littoral
- 6 Plage naturelle
- 7 Plage urbaine
- 8 Plages dunaires et conches
- 9 Les marées et l'estran
- 10 Aller plus loin
- 11 **CHAPITRE 2**  
Les dangers de la plage
- 12 Milieu naturel
- 13 Milieu urbain
- 14 Les drapeaux de baignade
- 15 Nommer et relier
- 16 Les panneaux sur les plages surveillées
- 17 Le chenal
- 18 Aller plus loin
- 19 **CHAPITRE 3**  
Mon littoral, un espace à protéger !
- 20 Les déchets
- 22 La gestion de l'eau
- 23 Aller plus loin
- 24 Protection des dunes
- 25 Les moyens de protection des dunes
- 26 La laisse de mer
- 27 La chaîne alimentaire de la laisse de mer
- 28 La pêche durable
- 29 Pêche : le maigre et la palourde



DOCUMENTS  
D'ACCOMPAGNEMENTS  
disponibles sur le Digipad :  
[https://digipad.app/p/1559382/  
f8111fd951c3d8](https://digipad.app/p/1559382/f8111fd951c3d8)



UN GUIDE  
EN LIEN  
AVEC LES  
PROGRAMMES  
DU CYCLE 3 DE  
L'ÉCOLE

À l'école, l'Enseignement Moral et Civique (EMC), tout comme l'Éducation au Développement Durable (EDD), participent à la construction de l'élève, futur citoyen.

En leur permettant d'appréhender la complexité du monde dans toutes ses dimensions et en les sensibilisant sur la réglementation ainsi que sur les risques liés au littoral, ce guide "les bons gestes à la plage" vise à développer chez les élèves de CM1 du territoire une véritable culture civique et scientifique.

Ce guide va également permettre aux élèves de découvrir des documents composites et d'y repérer des informations grâce à un questionnement contribuant à développer leurs compétences linguistiques et langagières, d'enrichir leur vocabulaire, de nourrir leur réflexion, de susciter leur intérêt et de développer leurs connaissances et leur culture.

**Corinne CAHEZ**

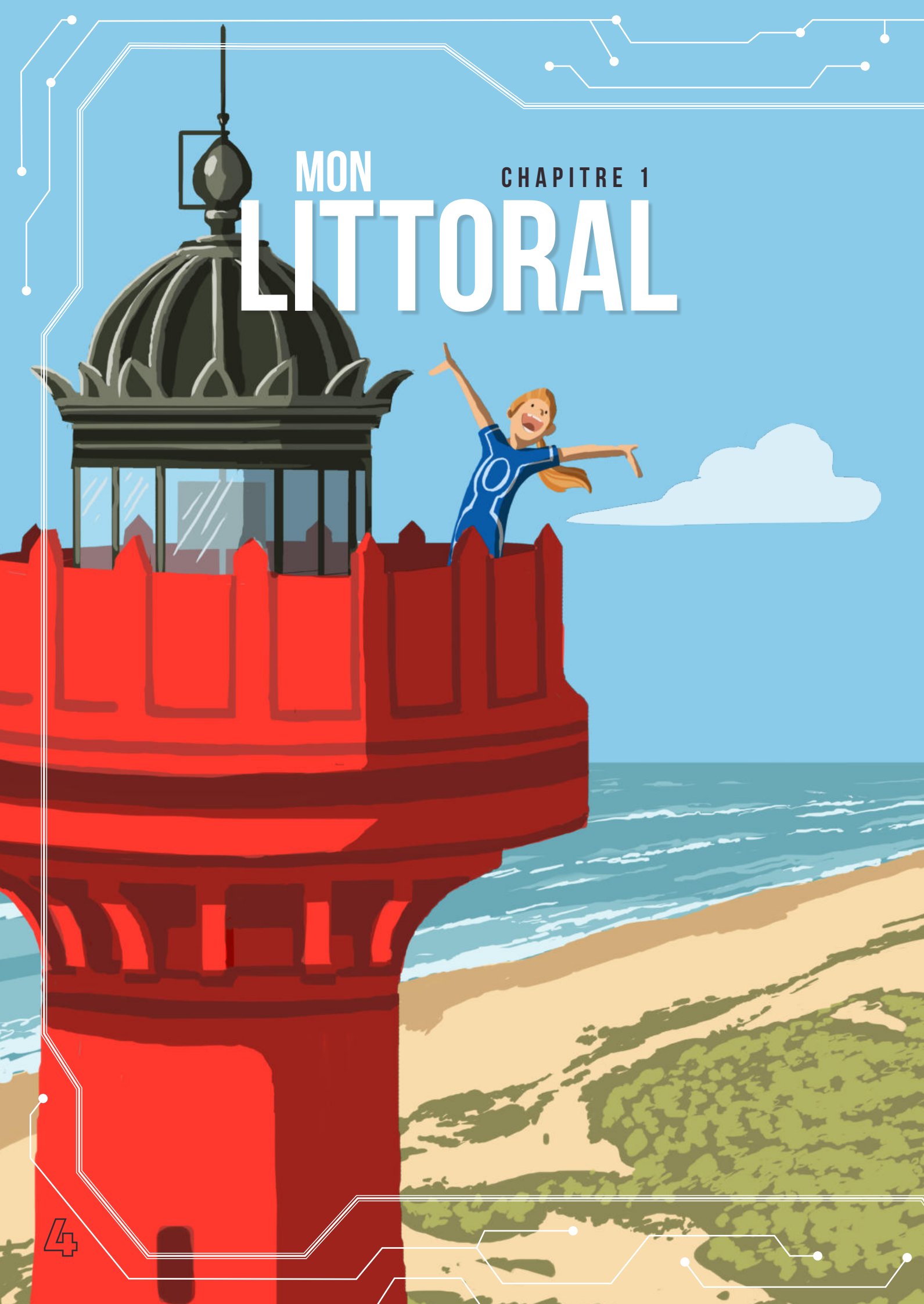
*Inspectrice de l'Éducation nationale  
de la circonscription de Royan*



**ULYSSE & CO**

Vos camarades de l'école de Semussac ont travaillé sur la réalisation de deux vidéos pédagogiques pour vous sensibiliser sur les risques et l'environnement littoral. Mes amis regorgent de bons conseils et ils vous ont préparé des exercices de travail. Je compte sur vous pour devenir des « gardiens du littoral ».

MON CHAPITRE 1  
**LITTORAL**





## QUESTION !

Quelle est ta plage préférée ?

.....

# PLAGE NATURELLE

Elle est peu urbanisée, c'est-à-dire qu'il y a peu d'aménagements dans cet espace littoral. L'ambiance paysagère naturelle est préservée. La forêt borde la plage. Les dunes, avec leur végétation, protègent la côte.



## CHERCHE & TROUVE

Complète les légendes avec le vocabulaire suivant 

forêt

ligne forestière

totem

front de mer

dune

chenal traversier

habitations

poste de secours

parking forestier

club - jeux de plage

# PLAGE URBAINE

C'est une plage située à proximité immédiate de la ville. Des aménagements, des constructions en béton, marquent le paysage (routes, habitations, pistes cyclables, ...). Les nombreuses maisons qui se sont développées sur le front de mer ont remplacé la forêt. Elles sont protégées de la mer par un mur (parapet ou digue) car les dunes ont disparu.



[Empty box]

[Empty box]

[Empty box]

[Empty box]

[Empty box]

## QU'EN PENSES-TU ?



Quelles sont les différences entre ces deux plages ? 


.....  
.....  
.....

Quels sont les points communs ? 

.....  
.....  
.....

# LES PLAGES DUNAIRES



 Définition


Blank writing area with horizontal dashed lines for defining the term.

# LES CRIQUES ET LES CONCHES




 Définition


Blank writing area with horizontal dashed lines for defining the term.

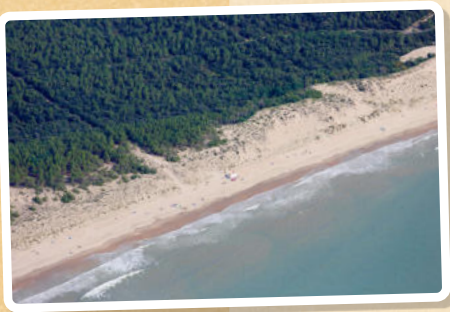
 urbaine ou naturelle



 urbaine ou naturelle



 urbaine ou naturelle




 urbaine ou naturelle

**Plage urbaine ou naturelle ?**




Entoure la bonne réponse



 urbaine ou naturelle



 urbaine ou naturelle



## Le sais-tu ?

La plus grande marée de l'année, c'est l'équinoxe !

Il s'agit de moments dans l'année où la durée du jour est égale à la durée de la nuit.

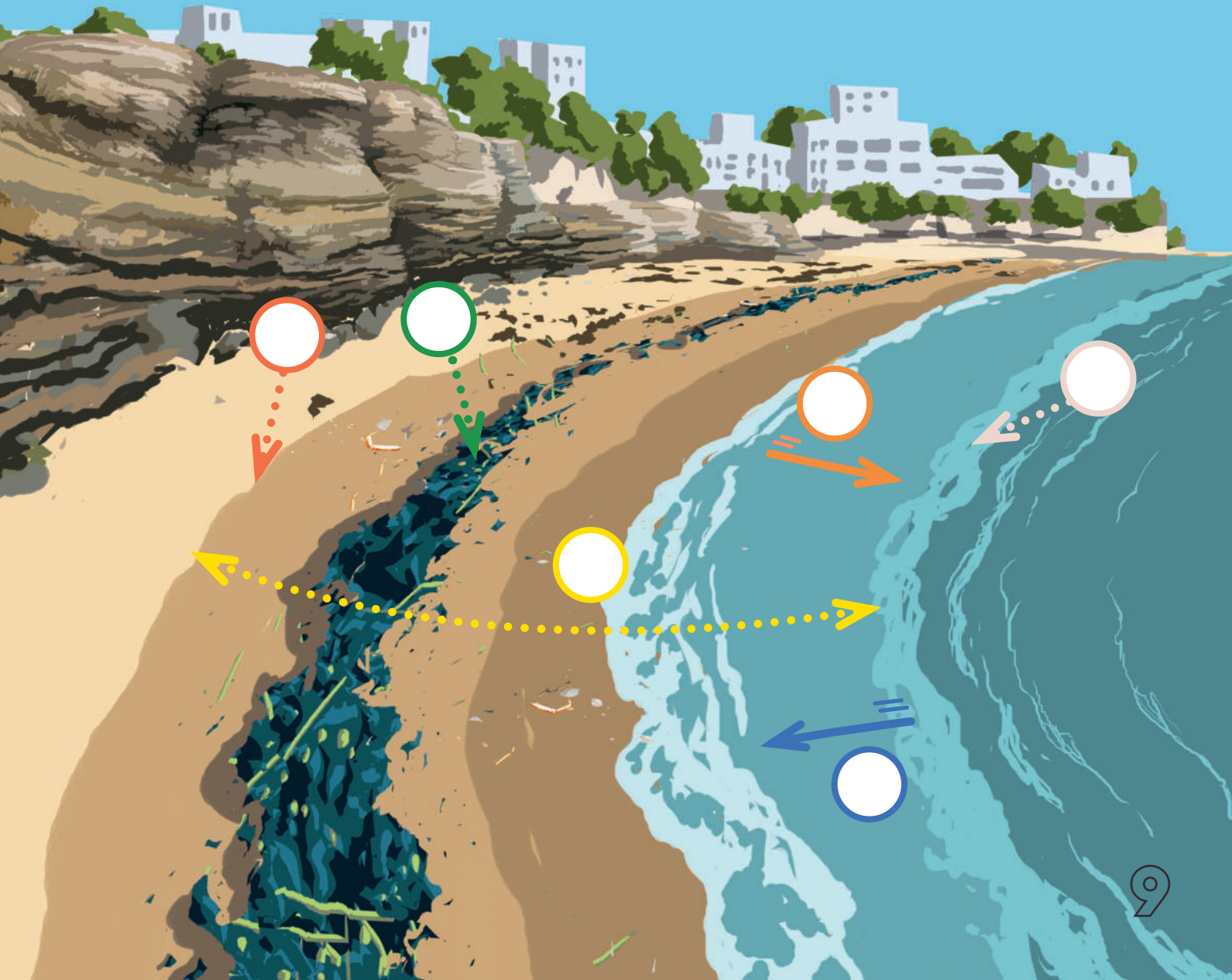
Tous les 6 mois, vers les mois de mars et de septembre ont lieu les marées dites d'équinoxe, les plus fortes de l'année. Lors des équinoxes, le soleil exerce une attraction plus forte sur la terre que pendant le reste de l'année, car il est à l'aplomb de l'équateur. Par conséquent, la surface de l'eau est fortement attirée par le soleil, ce qui amplifie les marées.

# LES MARÉES ET L'ESTRAN

## NUMÉROTE

Indique au bon endroit sur le dessin, les numéros qui correspondent aux définitions suivantes :

- 1 Niveau de la plus forte marée (marée haute)
- 2 Niveau de la plus petite marée (marée basse)
- 3 Marée descendante (jusant)
- 4 Marée montante (flot)
- 5 Estran (zone entre la marée haute et la marée basse)
- 6 Laisse de pleine mer



**ALLER  
+  
LOIN**

**Le port de Royan**

C'est un espace aménagé par l'homme qui se situe en bord de mer. Il accueille des bateaux de plaisance et des bateaux de pêche. À Royan, il y a une navette qui permet de traverser le fleuve et d'aller au Verdon en voiture.



**À ton avis, quels sont ces "drôles" de rochers dans l'eau ?**

Pendant la 2<sup>e</sup> guerre mondiale, ils étaient posés sur la dune et servaient à empêcher le débarquement des alliés. Ces vestiges du mur de l'Atlantique s'appellent :



.....

**60% de la population se concentre sur les littoraux ce qui accélère le phénomène d'urbanisation.**

Sur notre côte, les maisons ont progressivement remplacé la forêt.



**La côte bouge !**

Parfois, elle recule sous les effets de la mer, on parle alors d'érosion du littoral. Quand les plages "grossissent" et qu'elles gagnent du terrain sur la mer, on dit qu'elles sont en accrétion.

Sur cette photo, la dune est-elle en accrétion ou en érosion ? :



.....



# CHAPITRE 2 LES DANGERS DE LA PLAGE



**FLASHÉZ-MOI !**

VIDÉO :

*Les risques à la plage*  
<https://vimeo.com/313173086>



# MILIEU NATUREL



## ÉBOULEMENT DUNAIRE SUBMERSION MARINE

Les tempêtes de l'hiver fragilisent la dune et modifient les paysages en formant de véritables falaises de sable. Des avalanches sont fréquemment observées sur ce milieu instable, c'est pourquoi il est interdit de marcher dans les dunes. À marée haute, il faut également veiller à ne pas se retrouver piégé entre la falaise de sable et la mer.



## SABLES MOUVANTS

Zones de sol en apparence fermes qui sont présentes dans les baies ou les estuaires, dans lesquelles on peut s'enliser et rester bloqué lorsqu'on s'y engage.



## LIGNE FORESTIÈRE

Des points de repère sont implantés près des plages, ils permettent d'indiquer sa position aux secours en cas d'urgence.



## FEU DE FORÊT

Les massifs forestiers sont des zones soumises au risque de feux de forêt. Si un incendie se déclare, le seul endroit protégé du danger reste la plage.



## EAUX PROFONDES

Face au phénomène de marée, le niveau de l'eau sur la plage ne cesse d'évoluer faisant ainsi varier la profondeur des eaux qui peut atteindre plusieurs mètres. Attention : ne pas s'éloigner du bord et rester vigilant aux bancs de sable et au risque de chute précoce des fonds marins qui vous font perdre pied.



## VAGUES

Quelle que soit sa taille, il ne faut jamais sous-estimer la puissance d'une vague. Attention : de formes variables en fonction des fonds marins, les vagues peuvent violemment plaquer une personne au sol et/ou la maintenir sous l'eau pendant plusieurs secondes.



En dehors des zones et des périodes de surveillance : la baignade n'est pas surveillée et se pratique à ses risques et périls

## MILIEU URBAIN



### FALAISES ROCHEUSES CHUTE DE HAUTEUR

Les falaises calcaires de nos côtes subissent les assauts répétés de la houle chaque hiver. Elles s'érodent au fur et à mesure du temps. Vigilance : d'importants blocs rocheux peuvent se décrocher et tomber sur la plage. Attention : lorsque l'on monte sur les rochers on s'expose à un risque de chute.



### SOLEIL

Le soleil est particulièrement agréable pour profiter de la plage car il réchauffe la surface de la terre. Toutefois, de trop longues expositions peuvent être responsables d'insolation (malaise à cause de la température du corps trop élevée) ou d'hydrocution (choc thermique). Attention aux coups de soleil ! Se protéger du soleil est important dès le plus jeune âge pour préserver son capital santé.



### TOTEMS

Ces points de repère aux formes et aux couleurs variées sont positionnés sur la plage pour les grands et les plus petits.



### FORTS COURANTS

Générés par les marées, les vagues, le vent et les bancs de sable, les courants sont puissants et représentent un danger contre lequel il est presque impossible de lutter. Attention : les courants de baie et d'arrachement que l'on retrouve en bordure de mer sont dangereux et peuvent vous emporter vers le large ou vous retenir dans les vagues.



### ROCHERS

À marée haute l'eau peut parfois les recouvrir et cacher leur présence. À marée basse, il est préférable d'éviter ces zones. En effet, les huîtres se développent sur ces bancs rocheux. Ces coquillages à la dentelle fine peuvent engendrer de profondes entailles à cause de leurs bords tranchants.

# LES DRAPEAUX DE CONDITIONS DE BAINNADE

## Drapeaux de conditions de baignade



Baignade surveillée sans danger apparent



Absence de drapeau : baignade non surveillée



Baignade surveillée avec danger limité ou marqué



Zone de baignade surveillée pendant les horaires d'ouverture du poste de secours



Baignade interdite

## Dispositifs complémentaires



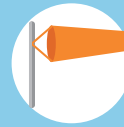
Pollution ou présence d'espèces aquatiques dangereuses



Interdiction temporaire de baignade hors zone surveillée



Zone de pratiques aquatiques et nautiques



Vent défavorable (vent de terre)



Indique le bon numéro d'appel  
**LES POMPIERS**



.....

**LE NUMÉRO D'APPEL D'URGENCE EUROPÉEN**



.....

**LE CENTRE RÉGIONAL OPÉRATIONNEL DE SURVEILLANCE ET DE SAUVETAGE EN MER : CROSS**



.....





## NOMMER & RELIER

Nomme les symboles.  
Relie-les aux définitions, puis aux bons gestes.

### Définitions du danger

Les tempêtes de l'hiver fragilisent la dune et modifient les paysages en formant de véritables falaises de sable. Des avalanches sont fréquemment observées sur ce milieu instable.

Les falaises calcaires de nos côtes subissent les assauts répétés de la houle chaque hiver. Elles s'érodent au fur et à mesure du temps.

Les massifs forestiers sont des zones soumises au risque de feux de forêt.

Les vagues hautes et puissantes qui déferlent près du bord peuvent être responsables de troubles rachidiens et de noyades.

Générés par les marées, les vagues, le vent et les bancs de sable, les courants sont puissants et représentent un danger contre lequel il est presque impossible de lutter.

En dehors des zones et des périodes de surveillance : baignade non surveillée, aux risques et périls.

À marée haute l'eau peut parfois les recouvrir et cacher leur présence. À marée basse, il est préférable d'éviter ces zones. En effet, les huîtres se développent sur ces bancs rocheux. Ces coquillages à la dentelle fine peuvent engendrer de profondes entailles à cause de leurs bords tranchants.

Le soleil est particulièrement agréable pour profiter de la plage car il réchauffe la surface de la terre. Toutefois, de trop longues expositions peuvent être responsables d'insolation, d'hydrocutions et de coups de soleil.

### Symboles & noms des dangers



Falaise rocheuse

(Exemple)



### Les bons gestes

Il est interdit de marcher dans les dunes. À marée haute, il faut également veiller à ne pas se retrouver piégé entre la falaise de sable et la mer.

Reste vigilant en te tenant à l'écart des falaises : d'importants blocs rocheux peuvent se décrocher et tomber sur la plage.

Si un incendie se déclare, dirige-toi vers la plage qui est le seul endroit où tu seras en sécurité.

Il est recommandé de se baigner dans les zones surveillées.

Il est recommandé de ne pas s'éloigner du bord. Si on est pris dans un courant de baie, il faut se laisser porter et faire des grands mouvements pour signaler sa détresse.

Pour ta sécurité baigne-toi dans les zones de baignade surveillée.

Ne t'aventure pas dans les zones rocheuses.

Lorsque je vais me baigner, je me mouille progressivement pour éviter le choc thermique. Quand je sors de l'eau, je me couvre (chapeau, t-shirt) et je mets de la crème solaire.

# LA SIGNALÉTIQUE DES ZONES DE BAINNADE SURVEILLÉES

**SÉCURITÉ - SAFETY**

La Grande Côte - Plage du Petit Poucet · SAINT-PALAIS-SUR-MER

Cher à voile entre les lignes 21 et 23  
Sail ketch between lines 21 and 23

Baignade et activités interdites à moins de 100m des blockhaus  
Swimming and activities prohibited with 100m from the blockhous

**ZONE DE BAINNADE SURVEILLÉE MOBILE**  
(entre les drapeaux rouge et jaune)  
Activités nautiques interdites  
Mobile supervised swimming area  
(between the red and yellow flags)  
nautical activities prohibited

**DANGERS**

**EN DEHORS DES ZONES ET DES PÉRIODES DE SURVEILLANCE : BAINNADE NON SURVEILLÉE, À VOS RISQUES ET PÉRILS.**  
SWIMMING AT YOUR OWN RISKS OUT OF SUPERVISED AREAS AND DEFINED PERIODS.

**18 112** Ce panneau est une version simplifiée, merci de consulter la réglementation affichée en mairie ou à proximité du poste de secours.  
This panel is a simplified version, please consult the regulations displayed at the Town Hall or near the lifeguard post.

**SAINT PALAIS SUR-MER** (AGGLOMÉRATION ROYAN ATLANTIQUE)

## CHERCHE & TROUVE

1. Où se trouve la zone de baignade surveillée ?
2. Où se trouve la zone de baignade interdite ?

## Le sais-tu ?

Les points de repère (aussi appelés bornes de jalonnement) indiquent, sur les entrées de plages, le numéro de sentier sur lequel vous trouvez. Cela permet aux secours de connaître immédiatement et de façon précise le lieu où intervenir.



# LE CHENAL

**ROYAN ATLANTIQUE**  
PLAN PLAGE TERRITORIAL

MER  
SEA

TRIBORD — STARBOARD

PLAGE  
BEACH

**Embarcations motorisés**  
Motorised boats

**Véhicules nautiques à moteur**  
Motor vehicles

**Planches à voile**  
Windsurfing

**Navires à voile**  
Sailing boats

**Bâtiments ni à voile, ni motorisés**  
Row boats

**BAIGNADE INTERDITE DANS LE CHENAL** - PROHIBITED SWIMMING IN THE CHANNEL  
Pour votre sécurité baignez-vous dans les zones de baignade surveillées - For your safety, swim in supervised areas

**ROYAN** ASSOCIATION ROYAN ATLANTIQUE

**18 112 SOS**

## Définition

.....

.....

.....

ALLER  
+  
LOIN



Apprendre à lire les vagues pour identifier une baie !

Endroit le plus agité, mais le moins dangereux

Endroit le moins agité, mais le plus dangereux

Endroit le plus agité, mais le moins dangereux

# LES COURANTS DE BAÏNES

Des baïnes sont présentes sur la côte sauvage au niveau de la Presqu'île d'Arvert.

FLASHÉZ-MOI !

GUIDE-PLAGE

[https://www.agglo-royan.fr/documents/d/agglo/guide\\_securite\\_plage](https://www.agglo-royan.fr/documents/d/agglo/guide_securite_plage)



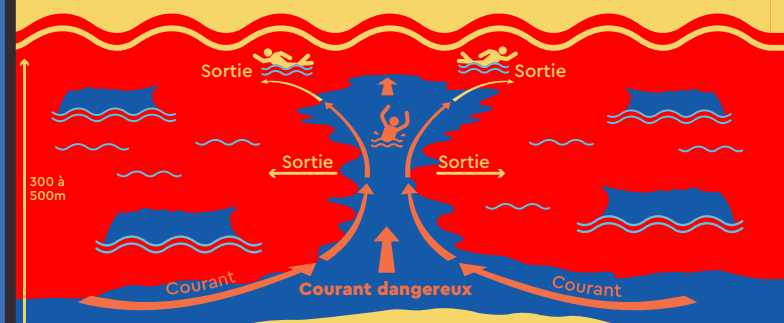
## Définition

.....  
.....  
.....

## Courants dangereux ! qui vous emmènent vers le large !



Que faire si on est pris dans une baie ?



Ne paniquez pas

Signalez-vous par des mouvements de bras

Ne luttiez pas contre le courant

Flotez pour sortir de la zone dangereuse

PRÉFÈTE DE LA RÉGION NOUVELLE-AQUITAINE  
Liberté  
Égalité  
Fraternité



MON LITTORAL, CHAPITRE 3

# UN ESPACE À PROTÉGER !



**FLASHEZ-MOI !**

VIDÉO :

Les bons gestes à la plage  
<https://vimeo.com/383725269>



# LES DÉCHETS



La plage n'est pas une poubelle

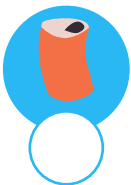
80% des déchets présents sur les plages proviennent de la terre. Ils sont transportés par les fleuves qui traversent les villes avant d'arriver en mer et de s'échouer sur les plages. Pour éviter que la plage ressemble à une poubelle, ne jetez pas vos déchets dans la rue ou dans la nature.



## NOUS AVONS RAMASSÉ CES DÉCHETS SUR LA PLAGE

1. Entoure en rouge le déchet qui mettra le plus de temps à se dégrader.
2. Classe ces déchets dans l'ordre croissant selon leur temps de dégradation.

CANETTE



PAPIER TOILETTE



MÉGOT



SAC PLASTIQUE



CONSERVE



POMME



VERRE



3. Souligne en bleu les déchets qui seraient encore là dans 40 ans si nous ne les avons pas ramassés.

4. Et toi, quel âge auras-tu dans 40 ans ? .....

## Nos bons conseils

La poubelle c'est bien, mais gérer ses déchets, c'est mieux !... en changeant notre mode de consommation et en limitant l'usage des plastiques, nous pouvons diminuer notre impact sur l'environnement.



## Des déchets pour la vie

Les déchets mettent du temps à se dégrader dans le milieu naturel. Certains mettent plus de 100 ans avant de disparaître totalement.

2 À 4 SEMAINES



1 À 5 MOIS



3 À 14 MOIS



1 À 5 ANS



50 ANS



200 ANS



400 À 700 ANS



TEMPS INDÉTERMINÉ



# LA GESTION DE L'EAU

L'eau est une ressource rare à préserver. L'eau présente au niveau des douches de plage est potable, il ne faut pas la gaspiller et il est important de veiller à une consommation économe. De ce fait, il est interdit de jouer avec l'eau des douches (pour remplir des seaux d'eau par exemple). En fréquentant les plages, l'homme peut avoir un impact sur le milieu naturel. Pour éviter de polluer l'eau de la mer, il est préférable d'utiliser une crème solaire bio plutôt que de l'huile solaire.

L'huile se disperse dans l'eau et bloque les rayons du soleil, ce qui empêche la photosynthèse et le développement du plancton (base de la chaîne alimentaire, voir pages 24-25). Autre exemple, si tu vas à la plage avec ton chien, il risque de faire ses besoins sur le sable. À marée haute, les microbes vont aller dans l'eau et la polluer. Ce sont pour des raisons sanitaires que certaines plages sont interdites aux animaux.

## CHERCHE & TROUVE

Entoure 5 actions qui risquent de polluer ou de gaspiller l'eau



ALLER  
+  
LOIN

Aujourd'hui certaines plages sont équipées en douches pour pouvoir se rincer de l'eau de mer chargée en sel et qui peut-être désagréable pour la peau. Ce service participe donc à l'accueil du public et apporte un certain confort aux usagers. Néanmoins, pour limiter la consommation d'eau, certaines communes remplacent les douches par des rince-pieds qui offrent

une gestion plus durable. D'autres communes ont retiré les douches car elles ne sont pas indispensables pour l'accueil. Ainsi, ne sois pas étonné s'il n'y a plus de douche sur certaines plages : c'est pour préserver la ressource. Tu pourras toujours te rincer chez toi !



Le shampooing / Chien qui fait ses besoins / Seau d'eau rempli à la douche pour château / Mégot de cigarette / Douche actionnée sans personne dessous

# PROTECTION DES DUNES

Les dunes façonnent le paysage littoral, c'est un milieu vivant et dynamique. Ce sont des collines de sable formées par les vents dominants venant de l'ouest. Elles abritent une forte biodiversité et sont fragiles. Il est interdit de piétiner la végétation et de jouer dans les dunes.

## Le sais-tu ?

### LE GRAVELOT À COLLIER INTERROMPU

Cet oiseau migrateur rejoint nos côtes d'avril à juin pour se reproduire. Il niche sur la dune et dépose ses œufs directement sur le sable. Il se nourrit principalement de petits invertébrés (insectes, crustacés, vers marins...) présents dans les laisses de mer, zones d'accumulation des débris naturels déposés par l'océan à chaque marée.



## À TOI DE DESSINER !

Dessine les moyens de protection dans les zones blanches



## Les moyens de protection des dunes



### Oyats

L'oyat est une plante qui vit en bord de mer. Elle dispose d'un système racinaire très profond pouvant atteindre 2 mètres de longueur. Ainsi, les racines piègent le sable et fixent la dune.



### Caillebotis

Ce sont des lattes de bois qui sont posées sur le sable qui facilitent l'accès à la plage. L'objectif consiste à encourager les usagers à utiliser l'accès-plage et à ne pas traverser la dune.



### Ganivelles

Des piquets en bois sont installés pour éviter que les usagers piétinent la dune. Ils jouent un rôle de protection et de barrière naturelle en limitant l'accès hors des sentiers balisés.



# LA LAISSE DE MER

La laisse de mer, c'est ce que la mer abandonne en se retirant lors des marées basses. Elle est constituée de débris naturels (algues, bois flotté, organismes marins,...) qui participent au bon fonctionnement écologique de nos plages.



AIMER LA  
PLAGE C'EST  
ACCEPTER  
LES LAISSES  
DE MER



## LA LAISSE DE MER NATURELLE N'EST PAS SALE, ELLE EST TRÈS UTILE...

... pour nicher (les oiseaux viennent déposer leurs œufs) et se protéger (refuge).

... pour trouver de la nourriture (restes d'animaux ou des «puces de mer»).

... pour lutter contre l'érosion car elle permet l'installation d'une végétation qui va retenir

le sable. En effet, la matière organique en décomposition enrichit le sol favorisant ainsi le développement des plantes telles que l'oyat.

Si la laisse de mer n'est pas préservée, certaines espèces vont disparaître.

# LA CHAÎNE ALIMENTAIRE DE LA LAISSE DE MER



## ACTIVITÉ 1

### LA LAISSE DE MER

Dans la liste ci-dessous, barre les déchets et laisse les débris naturels !

- Sacs plastique / Bois flotté / Algues /
- Mégots de cigarettes / Capsules de raie /
- Coquillages / Capsules de bouteille /
- Bouteilles

## ACTIVITÉ 2

### LA CHAÎNE ALIMENTAIRE DE LA LAISSE DE MER

Dans l'illustration de droite, complète les pointes de flèches de la chaîne alimentaire comme indiqué dans l'exemple



## Le sais-tu ?



### PUCE DE MER

La puce de mer, ce petit crustacé qui saute partout sur la plage jusqu'à ta serviette, est très utile.

Effectivement, elle se nourrit de ce qui est présent dans les lasses de mer et sert de repas aux oiseaux. Si elle disparaît, c'est tout un écosystème qui disparaît.

# LA PÊCHE DURABLE

## QUELQUES ESPÈCES MAILLÉES \*



Espèces	Huître	Palourde	Bouquet (crevette)	Bar	Maigre	Sole
Mailles	5 cm (5kg)**	4 cm (200 individus)**	5 cm (2kg)**	42 cm (1 poisson)**	50 cm (1 poisson)**	25 cm (1 poisson)**

\* La maille est la taille minimale de capture

\*\* Par pêcheur et par jour

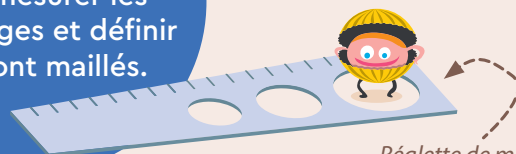
## Le sais-tu ?

La pêche de loisir est très pratiquée en France en bord de mer. Il est possible de pêcher des poissons à la ligne ou de ramasser des coquillages et crustacés pour se nourrir. Ces activités ne nécessitent pas de permis pour les pratiquer. Néanmoins, il existe une réglementation nationale qu'il convient de respecter pour préserver la ressource et les milieux.

La règle d'or consiste à s'assurer que les poissons sont suffisamment grands pour pouvoir les prélever, on parle de **maille biologique**. En dessous d'une certaine taille, le poisson ne s'est pas encore reproduit. Par conséquent, il faut le remettre à l'eau pour le laisser grandir. Par exemple, le bar doit retourner à l'eau s'il fait moins de 42cm.

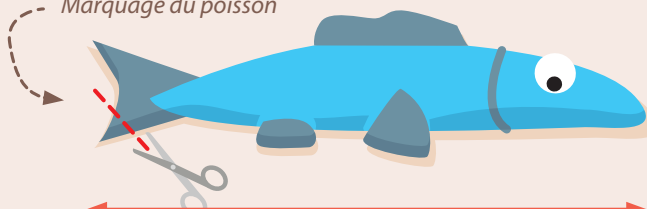
Il faut également marquer le poisson pour éviter la revente et le braconnage.

Des réglottes sont distribuées pour mesurer les coquillages et définir s'ils sont maillés.



Réglotte de mesure pour coquillages et crustacés

Marquage du poisson



Respect des mailles (taille légale de capture)

## LE MAIGRE

Échelle : 1 cm

Égale à 10 cm dans la réalité



Peux-tu dire combien mesurent les maigres ci-dessous ?



.....  
cm



.....  
cm



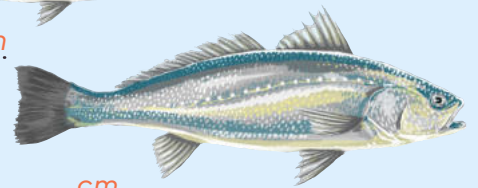
.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



Entoure les poissons qui peuvent être pêchés en tenant compte de la maille de leur espèce.

## LA PALOURDE

Échelle : 1 cm

Égale à 2 cm dans la réalité



Peux-tu dire combien mesurent les palourdes ci-dessous ?



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



.....  
cm



Entoure les coquillages qui peuvent être pêchés en tenant compte de la maille de leur espèce.

# NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes, spanning the width of the page.



EN TANT QUE GARDIEN DU LITTORAL,

# je m'engage à :

- Respecter la réglementation du site et les autres utilisateurs de la plage.
- Me baigner dans des zones de baignade surveillées pendant les horaires d'ouverture du poste de secours.
- Gérer mes déchets en toutes circonstances, pour ne pas polluer le littoral.
- Ne pas gaspiller l'eau qui est une ressource rare.
- Respecter la faune et la flore. Je ne dérange pas les animaux et je ne cueille pas les plantes.
- Pêcher de façon durable et à remettre les petits poissons à l'eau.
- Ne pas piétiner la dune qui est un milieu fragile.
- Accepter la laisse de mer, gage de qualité environnementale et source de biodiversité sur le littoral.
- Sensibiliser mes proches et les citoyens en montrant l'exemple.
- Me renseigner sur les dangers qui peuvent être présents sur le littoral.

Signature