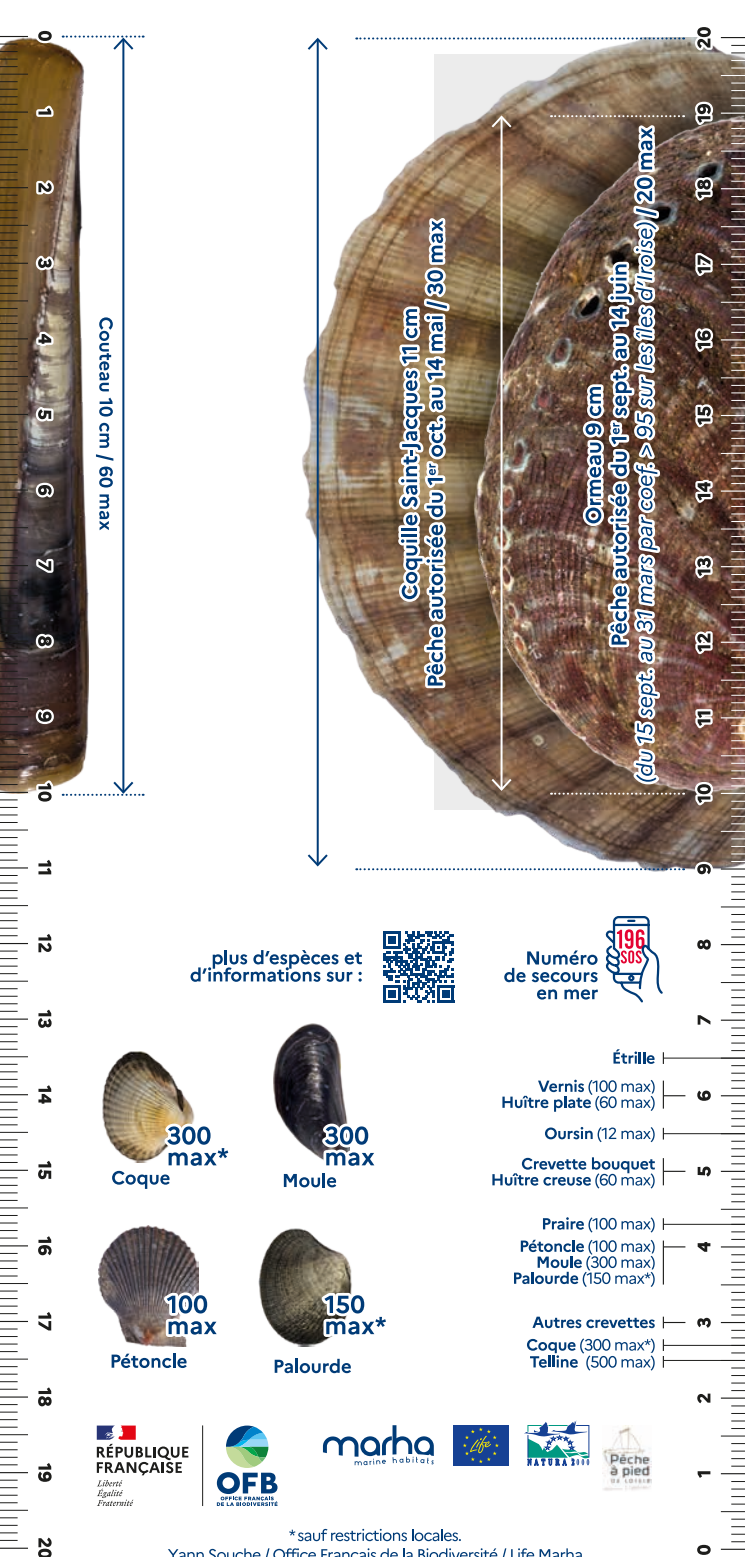




Malade,
que faire ?

PAR PRÉCAUTION :

Femmes enceintes, personnes fragiles ou âgées, et jeunes enfants : **limiter la consommation**

QUE FAIRE EN CAS D'INTOXICATION ?

Maux de tête, frissons, fièvre, diarrhées, nausées, vomissements... ? En cas de symptômes survenant après une consommation de coquillages, consultez rapidement un médecin, appelez le 112 ou le centre antipoison et de toxicovigilance (CAPTV) au 02 41 48 21 21.

Conservez les restes de votre pêche : des analyses pourront ainsi être réalisées.

Plus d'informations sur

www.pecheapied-responsable.fr



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars
Agence Régionale de Santé
Bretagne

Conception et réalisation Le Ciré Jaune

Pêche
à pied
responsable

La pêche est bonne,
en êtes-vous sûr ?



Ramasser et consommer
les coquillages en toute
sécurité en Bretagne





Avant ma pêche

Je m'informe

Sur le site www.pecheapied-responsable.fr,
je trouve toutes les infos utiles sur :

- les zones où les coquillages sont sains
- les zones à éviter et principales interdictions en cours
- les horaires de marées
- la météo



Une forte pluie peut contaminer ponctuellement la mer en lessivant les sols et en perturbant le fonctionnement des assainissements



Zones interdites ou à éviter :

Ports, zones de mouillage, rejets de réseau, embouchures de rivières, échouages d'algues vertes, etc.

Je laisse les professionnels travailler :
pas de pêche à moins de 15 m d'un parc !

Huitres, moules, coques, palourdes ...

Autant de plaisir à ramasser qu'un régal à partager !

Mais savez-vous que ces coquillages filtrent l'eau de mer pour se nourrir ? En cas de pollution, ils sont à leur tour contaminés ... et vous causent des problèmes de santé si vous les consommez.

Pour être sûr que votre pêche soit bonne, suivez ces consignes !



Pendant ma pêche

Je respecte les consignes sanitaires et réglementaires (outils, tailles et quantités)



Je consulte les panneaux d'informations à l'entrée des plages



Je respecte les tailles de coquillages



Griffe



Réglette



Cuillère



Croc



Épuisette

J'utilise les bons outils



Je ramasse seulement pour ma consommation personnelle

Sortis de l'eau, les coquillages sont fragiles :
pour les transporter en voiture, j'utilise une glacière



Après ma pêche

Je les cuisine

- Je les **trie** et jette les plus suspects (odeur ou couleur anormale, abimés)
- Je les **rince** et je les fais dégorger dans de l'eau claire et salée
- Je les conserve au **réfrigérateur** pas plus de 24h

La cuisson, c'est plus sûre !

