

# PÊCHE À LA TRUITE

## *DOCUMENT PÉDAGOGIQUE DE PRÉSENTATION*

Ce document a été préparé par André JAUFFRET, un des membres de notre association pour permettre à ceux qui le souhaitent d'y retrouver les principales informations sur notre amie « la truite » et sur sa pêche.

Vous y trouverez : les différentes espèces de truites, les obligations légales pour la pratique de la pêche, des informations sur le respect des réglementations et le respect du milieu, les différentes techniques de pêche, le matériel, Où quand et comment pêcher....

Un sommaire est disponible [en fin de document](#).

Bonne lecture.



# **1. La truite**

## **1.1 les espèces**

La truite est une dénomination d'un poisson qui représente plusieurs espèces regroupées sous la famille des salmonidés. Au total on dénombre une dizaine d'espèces en France.

On trouve en France deux types d'espèces, celles d'eaux douces et celles de mer.

## **1.2 Les espèces d'eaux douces (rivières, étangs et lacs)**

\* **La truite fario** ou truite commune de rivière. Il existe plusieurs souches :

La souche atlantique

La souche méditerranéenne (celle du Vercors)

Elle vit dans des rivières bien oxygénées et avec des températures faibles.

\* **La truite Arc en Ciel**

Cette dernière a été introduite en France vers 1879.

\* **L'omble chevalier**, vivant essentiellement en lac (nageoires à bordures blanches)

\* **L'omble de fontaine** (ou saumon de fontaine) issue de l'Amérique du nord et introduit en France à partir de 1960

\* **Le cristivomer** issue de l'Amérique du nord et introduit en France à partir de 1955

\* **L'Ombre Commun**. Il se tient en aval des zones à truites.

\* **Les Corégones**, appelé aussi féra, lavaret ou palée, suivant le lieu où il vit. Originellement présent dans le Lac Léman et le Lac du Bourget, il a été implanté dans des nombreux grands lacs de France à la fin du XIX<sup>ème</sup> siècle.

Il existe également des hybrides, dont :

\* **La Truite Tigrée** (croisement d'une truite arc-en-ciel femelle et d'un saumon de fontaine mâle). C'est un hybride peu commun.

\* **La Truite Léopard** (croisement d'une truite fario femelle et d'un saumon de fontaine mâle). C'est un hybride peu commun.

\* **La Truite de Lac** ou **Truite Argentée**

Elle est aujourd'hui disparue (depuis 1930), et c'est dans le comté de New Hampshire à Dublin Pond (Angleterre), où elle a été vue pour la dernière fois.

La truite est un poisson vivant essentiellement en eau douce, de rivières ou de lacs.

### **1.3 Fiches présentation des différentes espèces d'eaux douces**

#### **\* Truite fario**

*Nom latin : salmo trutta*



#### **\* La truite Arc en Ciel**

*Nom latin : Oncorhynchus mykiss Walbaum, 1792, également appelée Salmo gairdneri*



La truite arc-en-ciel est une espèce de salmonidés, originaire du sous-continent nord-américain où elle est commune, mais se trouvant également en Europe, où elle a été introduite en 1879.

#### **\* Omble Chevalier**

Nom latin : *Salvelinus umbla*, Linnaeus, 1758



**\* Omble de Fontaine**

Nom latin : *Salvelinus fontinalis*, Mitchill, 1815

Introduit en France à partir de 1860, ce salmonidé d'Amérique du Nord est également appelé « L'omble de fontaine » ou encore « Truite mouchetée ». Son dos et ses flancs sont vert foncé, constellés de points jaunes et de taches vermiculées, alors que son ventre possède de gros points rouges. Il vit dans les lacs de montagne et les rivières aux eaux froides et oxygénées. Les gourmets l'apprécient particulièrement.



Il se reconnaît aisément à la bande blanche qui borde ses nageoires inférieures.



**\* Cristivomer**

Nom latin : *Salvelinus namaycush*, Walbaum, 1792



Introduit en France à partir de 1881, ce salmonidé est originaire d'Amérique du Nord.

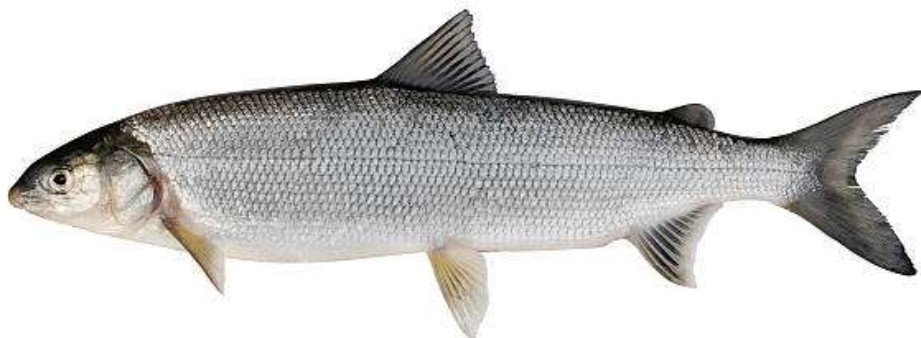
**\* Ombre Commun**

Nom latin : *Thymallus thymallus*, Linnaeus, 1758



**\* Corégones**

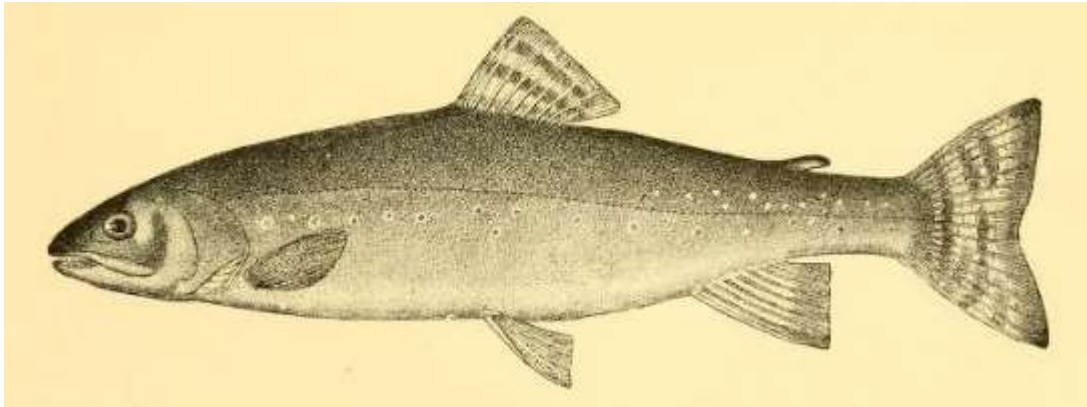
Nom latin : *Coregonus lavaretus*, Linnaeus, 1758



**\* Truite de lac ou Truite Argentée**

Nom latin : *Salvelinus agassizii*

Il n'existe pas de photo de cette espèce.



**1.4 Espèces de mer et migratoires**

**\* La Truite de Mer ou Truite Ferox**

Nom latin : *Salvelinus agassizii*



**\* Le Saumon Atlantique**

*Nom latin : Salmo salar*



**\* Particularités propres à ces espèces migratrices**

La truite de mer et le Saumon Atlantique, naissent en eaux douces, puis rejoignent la mer pour grandir, jusqu'à ce qu'ils reviennent adultes dans les rivières qui les ont vu naître, pour s'y reproduire à leur tour.

Depuis que l'homme construit des barrages sur les fleuves et les rivières (pour fabriquer de l'électricité), ces espèces ont beaucoup de mal à se reproduire.

Aujourd'hui, une prise de conscience de la société et des industriels, ont permis de mettre en place des couloirs de franchissement de ces barrages. On les appelle « échelles à poissons » ou « passes à poissons ».

## **2. Obligations légales pour la pratique de la pêche**

### **2.1 le Code de l'Environnement**

La pratique de la pêche est réglementée au niveau national. Il est régi par le **Code de l'Environnement**.

La réglementation est faite pour encadrer l'acte de pêche afin qu'il ne pas mettre en péril la ressource piscicole.

La pêche est l'acte qui vise à s'approprier un poisson sauvage qui n'appartient à personne.

La réglementation et son application par la police de la pêche :

- \* elle définit les parcours référencés en 2 types de catégories (1<sup>ère</sup> et 2<sup>ème</sup> catégorie, voir § 2/5)
- \* elle définit les horaires d'interdiction de la pratique.
- \* elle définit les procédés interdits de la pratique de la pêche
- \* définit les tailles des captures
- \* définit le nombre de captures autorisées

Toute infraction dans l'acte de pêche est soumise à des sanctions pénales prévues par le Code de l'Environnement. Il s'agit principalement de contraventions de 3<sup>ème</sup> classe punies d'une amende pouvant aller à 450 €uros (suivant l'article L436-40 du Code de l'Environnement).

### **2.2 Qui peut pêcher ?**

Toute personne qui remplit **3 conditions cumulatives** suivantes, dont :

- \* Il doit **Justifier** de sa qualité de membre d'une association agréée de pêche que l'on appelle communément : **AAPPMA**.
- \* Il doit **s'acquitter** une redevance pour la protection du milieu aquatique.
- \* Il doit avoir la **permission** de celui à qui le droit de pêche appartient.

### **2.3 Où peut-on pêcher ?**

Là encore, **une règle en 3 points**

Là où le **détenteur du droit de pêche** vous y autorise. C'est là où **l'AAPPMA détient les baux de pêche** ainsi que là où il existe des accords de réciprocité.

Dans les **parcours privés**, avec le **consentement** du (ou des) **propriétaire (s)**.

Sur tout le **domaine public fluvial national**, à l'aide d'une **seule ligne**.

### **2.4 Quand peut-on pêcher ?**

Une autre **règle en 2 points** :



Suivant les **catégories** des cours d'eaux ou de plans d'eaux, il existe une date d'ouverture et une date de fermeture.

Ceci pour permettre aux poissons de se reproduire normalement et ainsi, préserver la ressource.

## **2.5 Principales règles de la pêche en eaux douce**

On ne parlera que de la pêche en eaux douces et non de la pêche en mer, qui fait partie d'une autre réglementation.

### **Attention**

**Un tableau synthétise les principales règles de pêche mais il n'est pas exhaustif. Pour connaître la réglementation applicable à votre secteur de pêche, il convient de se reporter à l'arrêté préfectoral relatif à l'exercice de la pêche en eau douce** publié et affiché en mairie, ainsi qu'aux documents fournis par votre association agréée de pêche et la fédération départementale, sur papier ou via internet.

Ce tableau désigne d'une part les **différents domaines d'applications** et de **réglementations** de la pratique de la pêche et des captures de poissons.

Ce tableau définit **2 types de catégories** de cours d'eau sur lesquels s'appliquent la réglementation.

Cours d'eau et plans d'eau de **1<sup>ère</sup> catégorie** (essentiellement salmonidés et carnassiers)

Cours d'eau et plans d'eau de **2<sup>ème</sup> catégorie** (essentiellement poissons blancs)

### **3. Respect des réglementations**

#### **Quels acteurs pour contrôler**

Pour faire **respecter la réglementation**, des **agents publics** sont habilités par la **Code de l'Environnement**, lesquels ont vocation à intervenir aussi bien sur le **domaine public** que sur le **domaine privé**. Ce sont les **agents de O.F.B.** (Office Français de la Biodiversité) qui sont de militaires, ainsi que des Gendarmes ou des Policiers Municipaux (anciennement Garde-Champêtres).

Egalement, des **gardes-pêches** sont **assermentés** (ils ont droits de mettre des contraventions) et commissionnés par les associations et fédérations de pêche sur les itinéraires où ils détiennent des droits de pêche.

Ils ont tous le droit de visiter votre panier de pêche, afin de s'assurer que les **prises** sont **conformes** à la réglementation (espèces, tailles).

### **4. Respect du milieu**

#### **4.1 Définition du Milieu**

Cours d'eau, plan d'eau, zones humides et marais, **ces écosystèmes sont indispensables à la biodiversité** pour se nourrir et se reproduire. Véritables **réservoirs de biodiversité**, les milieux aquatiques de surface ou souterrains **participent à la continuité écologique**. Les espèces peuvent y circuler librement entre leurs différents espaces de vie. Leur **bonne santé est donc primordiale** pour y favoriser toute vie, qu'elle soit végétale ou animale.

#### **4.2 Règes à respecter**

**Outre les règles qui encadrent l'acte de pêche, toute personne est tenue de respecter les milieux aquatiques et le patrimoine piscicole.**

Sont ainsi **interdits et sanctionnés** par le **code de l'environnement** les faits suivants :

- \* Toute **pollution volontaire** ou **accidentelle** qui a pour conséquence de détruire le poisson ou de nuire à sa nutrition, à sa reproduction ou à sa valeur alimentaire : deux ans d'emprisonnement et de 18 000 euros d'amende
- \* La **destruction des frayères**, des **zones de croissance** ou **d'alimentation** de la faune piscicole : 20 000 euros d'amende, sauf en cas d'autorisation administrative préalable ou l'exécution de travaux d'urgence
- \* **L'introduction** (par transfert, empoissonnement et alevinage) d'espèces susceptibles de provoquer des déséquilibres biologiques ou d'espèces non représentées : amende de 9000 euros.
- \* **L'introduction** dans les eaux de **première catégorie**, de brochets, perches, sandres et black-bass : amende de 9000 euros.

\* **L'introduction** pour aleviner ou pour rempoissonner de poissons **ne provenant pas d'une pisciculture agréée.**

## **5. Différentes techniques de pêche à la truite**

### **5.1 Introduction**

La **pêche à la truite** est une des pêches **les plus prisées en France** (source : FNPF 2013 [Fédération Nationale des Pêcheur de France]).

En général, la **pêche à la truite** fait souvent référence à la pêche aux salmonidés dans son ensemble.

De **nombreux types de pêches** peuvent être pratiqués pour rechercher la truite, en particulier, la pêche sportive qui consiste à relâcher la majorité de ses prises pour les recapter plus tard et qui fonctionne de plus en plus en France (on trouve de plus en plus de parcours appelés « **no-kill** » dans nos rivières françaises), ou le pêcheur se doit de rejeter sa prise vivante à l'eau sitôt après sa capture.

### **5.2 Différentes types de pêches à la Truite**

Pour rechercher précisément la truite, il existe **différents types de pêches** qui sont le plus souvent **adaptés au milieu** (rivières, lacs, étangs) dans lequel on pêche, dont :

La pêche au leurre **artificiel**

La pêche au leurre **naturel**

La pêche **à la mouche**

La pêche **au toc**.

### **5.3 La pêche au leurre artificiel**

Cette pêche se pratique avec une **canne à lancer** de 2,50m maximum pourvue d'un **moulinet à pick-up**, avec des leurres artificiels (cuillère, poisson manié, leurre souple), lesquels par leurs vibrations, ondulations et colorations excitent l'attaque du poisson.

Cette technique est à la portée de tout le monde et permet de **s'initier correctement au maniement de la canne** et apprendre la **précision du lancer de l'appât**. Toutefois, elle demande un temps d'apprentissage dans des zones peu encombrées.

Cette technique peut se pratiquer un peu partout. Elle est toujours fonction du milieu et du lieu dans lequel on pêche. Mais aussi du niveau de technique que le pêcheur a acquis.

Quelques exemples de leurres artificiels.



1.



2.



3.



4.



5.



#### **5.4 La pêche au leurre naturel**

Cette pêche se pratique avec une **canne plus longue** (entre 3,00m et 5,00m) **au bouchon en coulée** avec appâts naturels (vers de terre, vers de farine, vers de terreau, teigne), ou **calée à fond**.

Ces 2 techniques sont à la portée de tout le monde et permet de **s'initier** correctement au **maniement de la canne** et apprendre la **précision** du lancer de l'appât. L'apprentissage de la précision du lancer est assez simple, facile à acquérir.

Cette technique se pratique un peu partout. Elle est toujours fonction du milieu et du lieu dans lequel on pêche. Mais aussi du niveau de technique que le pêcheur a acquis.

Quelques exemples de leurres naturels.



## **5.5 La pêche à la mouche**

La **pêche à la mouche** est beaucoup plus technique que la précédente.

Le **matériel** est plus **technique** quant aux termes qui le définissent, aux différents éléments qui le composent, aux paramètres de saison, d'heures et de lieux et aux différentes adaptations qu'il nécessite suivant la rivière que l'on pêche.

Ceci essentiellement pour la rivière, car pour les lacs ou réservoirs, c'est un peu plus simple !

La **pêche à la mouche** se pratique de **2 manières différentes**, avec 2 matériels similaires mais différents dans leurs caractéristiques techniques.

a/ en **rivière**

b/ en **lac** (ou **réservoir**)

### **a/ En rivière**

En rivière, la **canne est relativement courte**, car on pêche dans un **milieu** dit « **fermé** », où l'espace est encombré par des branches, de l'herbe, les fonds de rivière sont irréguliers (herbes, sables, graviers, rochers, encombrants divers). Les leurres sont



des « **mouches artificielles** » qui ressemblent beaucoup à des insectes que le poisson (la truite) chasse, pour se nourrir.

Pour les puristes, elle se pratique le matin au lever du jour ou le soir un peu avant la tombée de la nuit. Cela s'appelle le « **coup du matin** », mais bien plus souvent nommé « **le coup du soir** » !

Dans la majorité des cas, on peut la **pratiquer toute la journée**.

On peut la **pratiquer** les pieds dans l'eau (toujours délicat pour le pêcheur et le milieu) ou depuis la berge.

Il y a un impératif à savoir et à pratiquer, c'est la **discrétion** (ombre portée, bruit, parole) que doit avoir le pêcheur dans ce mode de pêche.

Enfin, c'est une pêche à courte distance (entre 5 et 12m maximum), sur de petites rivières, et à moyennes distances sur les rivières plus larges (entre 5 et 35m maximum).

Elle se base sur **l'observation des gobages** de truites en surface, afin de poser la mouche au plus près de l'endroit où ils se manifestent.

#### **b/ En lac (ou réservoir).**

En lac ou réservoir, la **canne est plus longue**, car on pêche dans un milieu dit « **ouvert** », avec de l'espace vers l'avant sur l'eau, et vers l'arrière pour la manœuvre de la soie afin de porter leurre (mouche) à plus grande distance du pêcheur.

On peut la pratiquer toute la journée. Seules les **conditions météo sont les arbitres**.

Cette technique est plus sensible au vent, mais permet un meilleur apprentissage de la technique de **lancer** ou **fouetté**, du **posé** et du **dragage** de la mouche.

On la pratique que rarement les pieds dans l'eau, notamment en lac de montagne.

La **discrétion** est de mise, mais moins importante qu'en rivière.

Enfin, c'est une pêche à moyenne et longue distance (entre 5 et 35m maximum).

**L'observation des gobages est intéressante à surveiller** pour poser la mouche, comme en rivière au plus près de l'endroit où il se produit. Mais parfois, on peut laisser la mouche en attente, alors que rien ne se produit tout autour puis avoir **la surprise d'une attaque !!!**

Quelques exemples de mouches artificielles.





### **5.6 La pêche au toc**

Cette pêche se pratique avec une **canne télescopique de 4,00m à 6,00m environ** (avec ou sans anneaux), avec appâts naturels (vers de terre, vers de farine, vers de terreau, teigne).

Cette technique est à la portée de tout le monde, mais présente l'inconvénient d'être **un peu fatigante pour le bras et la main** qui portent la canne, mais aussi par le déplacement permanent du pêcheur.

Elle s'apparente à une traque, en recherchant les **meilleures caches et emplacements** où peut se tenir le poisson.

Une phase un peu compliquée, c'est apprendre la précision du lancer de l'appât dans les ruisseaux encombrés.

Par contre, elle ne se pratique pas de partout, mais essentiellement en **ruisseaux** et en **eaux vives**.

La **discrétion** est un **paramètre incontournable** de cette pratique

Inconvénients, c'est une pêche qui occasionne beaucoup de **casse de « bas de ligne »**, mais aussi une de celle qui peut être des plus **« productive »** au cours d'une sortie.

Enfin, on peut la pratiquer **par toutes les météo**s. Mais elle sera plus intéressante par temps couvert après un gros orage, lorsque les eaux sont hautes et redeviennent plus claires.

## **6. Le matériel**

Le matériel est toujours adapté au mode de pêche.

### **6.1 Equipement personnel**

Il comporte tout d'abord un **équipement de protection personnel**.

Cet équipement doit toujours être mis en œuvre en **fonction** de différents paramètres, dont :

- \* Le **lieu** où va se dérouler la partie de pêche.
- \* Les **conditions météo** au moment du départ, mais aussi dans les prévisions annoncées pour la durée de la partie de pêche.
- \* Les **conditions de terrain** on va se dérouler la partie de pêche.
- \* **L'hydratation** et la **subsistance** en fonction de la météo et de la durée de la partie de pêche.

**Important :**

Ne **jamais oublier** sa **carte de pêche** (à jour de timbre et de cotisation) pour le lieu où va se passer la partie de pêche !

**6.2 Matériel de pêche**

Ensuite, un équipement de pêche **adapté** aux **lieux**, au **terrain** et aux **conditions locales** de la pratique de la partie de pêche.

Ainsi, suivant le mode de pêche choisi, on prendra le strict nécessaire pour le choix de la sortie à la pêche.

**Astuce**, plus l'équipement est léger, mieux c'est !!!

- \* **Pêche lancer et au leurre** : lancer léger, moulinet avec son corps de ligne, panier, épuisette, assommoir, sac, chiffon et petits matériels de remplacement (cuillères, leurres souples), mètre, etc.
- \* **Pêche à la mouche** : canne à mouche adaptée (rivière ou lacs), moulinet équipé de la soie, panier, épuisette, assommoir, sac, chiffon, petite pince multi usages et petits matériels de remplacement (mouches sèches, mouches noyées, graisse à mouche, mètre)
- \* **Pêche au toc** : canne télescopique, moulinet avec son corps de ligne, panier, épuisette, assommoir, sac, chiffon et petits matériels de remplacement (hameçon montés, indicateur de touches, plombs fendus de différentes grosseurs, une bobine de fils de diamètre du corps de ligne, petite pince multi usages, mètre, ect.
- \* **Pêche en lac ou réservoir** : canne télescopique ou canne longue à lancer, moulinet avec son corps de ligne, panier, épuisette, assommoir, sac, chiffon, petite pince multi usages et petits matériels de remplacement (hameçon montés, bouchons, plombs, petits élastiques, ect.

**Remarque 1** : un certain nombre d'équipements **sont communs** aux différents modes de pêche. Donc **inutile** de tout acheter en **double** ou en **triple** !

**Remarque 2** : l'équipement est **personnel**. Plus on en prend soin, plus il dure et mieux on le maîtrise.

## **7. Où, quand et comment ?**

### **7.1 Généralités**

**Sur le plateau du Vercors.**

Avant l'aller à la pêche à la truite, il faut se **munir** de la **carte de l'AAPPMA « La Truite du Plateau »**.

Elle est vendue sous différentes formules, pour être valable 1 jour, 1 semaine ou 1 an, suivant l'option choisie.

Elle permet de pêcher dans les rivières suivantes :

- \* La Bourne,
- \* Le Méaudret,
- \* Le Corrençonçais,
- \* La Fauge,
- \* Le Furon,
- \* Le bruyant.

#### **Important :**

Sur la **Bourne** et le **Furon**, il y a des **points sur leur parcours après lesquels, on ne peut plus pêcher**, car ils signalent une limite de validité de la carte au-delà la laquelle, il n'y a plus de **réciprocité**.

- \* Pour la **Bourne**, il s'agit du **pont de goule noire**..
- \* Pour le **Furon**, il s'agit du **confluent entre la Furon et le Bruyant**.

### **7.2 Où prendre sa carte de pêche ?**

#### **Attention.**

La **carte** qui permet de pêcher sur le Plateau du Vercors, y est **spécifique**, et **obligatoire**. Toute autre carte ne permet pas d'y pêcher. Elles ne sont pas **réciprocitaires**.

La **réciprocité** qualifie des fédérations, associations ou clubs qui ont un accord permettant à leurs adhérents respectifs de pêcher dans les territoires de pêche de l'autre.

La carte de pêche peut se **commander sur Internet** (site de la Fédération de Pêche de l'Isère), ou se **prendre chez des distributeurs locaux**.

Pour **2024** :

**Villard de Lans** : Bar la Bascule

**Lans en Vercors** : Intersport dans le village, bar du Pic Saint Michel

**Méaudre** : Tabac de Méaudre

### **7.3 Où trouver les appâts naturels ou artificiels ?**

#### **\* Les appâts naturels**

Chacun peut élever ses **appâts naturels**, vers de terre, vers Dendros, vers Eisina, vers de farine, etc.

**Mais aussi**, les vers rouges et les teignes, sont **disponibles** sur le plateau du Vercors auprès des **magasins locaux**, dans les enseignes suivantes :

Pour **2024** :

**Villard de Lans** : Bricomarché (appâts et articles de pêche)

**Lans en Vercors** : Intersport dans le village (appâts et articles de pêche)

**Méaudre** : Tabac de Méaudre (appâts)

On peut en trouver en vallée, chez tous les **magasins spécialisés** dans les articles de pêche, dont :

\* Pacific Pêche à Saint-Egrève, ZA des « H ».

\* Décathlon, à Saint-Egrève ou Décathlon Espace Comboire à Echirolles.

Mais pas que ceux-là. Il en existe dans toutes villes dans les vallées et en plaine.

#### **\* Les appâts artificiels**

Pour les **appâts artificiels** (cuillères, leurres souples, leurres maniés, mouches), plusieurs solutions d'achats sont disponibles. Soit directement dans les quelques magasins du plateau du Vercors, soit dans les magasins spécialisés en vallée, soit encore en commandant pas Internet.

Pour ce qui concerne les **mouches artificielles**, cet appât présente une particularité. ; On en trouve de magnifiques et très efficaces dans tous les commerces spécialisés, mais c'est aussi un domaine qui relève souvent d'une passion de la part de certains **pêcheurs**, qui les **fabrique eux-mêmes**.

Ainsi, cette passion les amène à fabriquer eux-mêmes leurs mouches. Ils achètent les équipements (étaux, pinces dérouleurs, ciseaux, etc.), les matières premières (hameçons spéciaux, plumes, liens, vernis et autres perles) en vrac ou au détail, puis composent leurs propres spécimens. C'est un travail de puristes, de passionnés avec la satisfaction de pouvoir réaliser les meilleures mouches qui satisferont pleinement le plaisir de la pêche.

### **7.4 Quelle météo ?**

Presque toutes les conditions météo sont bonnes pour aller pêcher à la truite.

#### **Sécurité**

Toutefois, pour des raisons évidentes de sécurité, il faudra éviter les jours d'orage et de crues dans les rivières.



Quelques recommandations sont nécessaires pour ne pas être déçus par une pêche sans touche ou/et sans prise.

**\* En rivière :**

Les techniques peuvent être la pêche au toc ou la pêche à la mouche.

Par beau temps, il vaut mieux commencer à pêcher à **l'heure légale du lever du soleil** et en fin d'après-midi, alors que le soleil décline, jusqu'à **l'heure légale du coucher du soleil**.

En journée, c'est toujours possible, mais la **discrétion et de mise** (bruit, ombre, mouvements brusques, branches des arbres qui bougent, etc.)

Par temps couvert après la pluie, à toute heure de la journée.

Les bruits sont amoindris pas le débit du ruisseau ou de la rivière, les ombres ne sont pas portées et les mouvements brusques moins visibles à cause du débit et de l'eau et c'est d'autant plus vrai que l'eau sera trouble.

**Sécurité**

Toutefois, la **prudence** est de mise sur les parcours, en raison de possibles mouvements d'eaux ou de niveaux élevés en certains points, et surtout éviter de s'aventurer dans le lit du ruisseau ou de la rivière.

**Bien rester sur les berges et sur les sols stables.**

**\* En lac ou réservoir :**

Par beau temps, on peut à pêcher toute la journée dans la mesure où on se situe dans les heures légales du lever et du coucher du soleil.

La **discrétion** est toujours de mise, mais dans une moindre proportion. Par contre, un facteur à ne pas négliger, c'est le **vent**.

En lacs ou réservoir de montagne, c'est un **élément important** qui peut gâcher une belle journée de pêche.

Enfin, dans le cas de lacs de montagne, lorsque les **orages menaces**, il est recommandé de replier le matériel, et de **quitter les lieux pour un abri sûr**.

**Sécurité**

Toutefois, la **prudence** est de mise sur les bords de lacs ou de réservoirs. Généralement les pentes sont très raides, et les graviers ou autres herbiers peuvent faciliter la perte d'adhérence au sol et ainsi on peut perdre facilement l'équilibre. **Bien rester sur les berges.**

Les orages en montagnes peuvent être aussi **soudains** que **violents**, et la proximité de l'eau peut être un facteur aggravant lorsque la foudre tombe au sol. Il faut **s'éloigner** et **trouver un abri sûr durant toute la phase orageuse** avec des impacts de foudre.

## **7.5 Quelle tenue vestimentaire ?**

### **\* En rivière**

La tenue vestimentaire doit répondre à des questions de confort, de camouflage et de protection contre les égratignures (buissons piquants, orties, barbelés, etc.)

Les chaussures doivent répondre à des questions de confort, d'imperméabilité et légèreté. (bottes, cuissardes, waders, etc.).

### **Sécurité**

Eviter impérativement les chaussures ouvertes (tongs, nu-pieds, pieds-nu). Le sol des rives et les lits de rivières peuvent présenter des dangers invisibles (morceaux de métal, de verres cassés, de cailloux ou graviers acérés, des pierres glissantes), et on est dans un milieu naturel où toutes sortes d'insectes et d'animaux évoluent en toutes discrétions (parasites, guêpes, abeilles, araignées, serpents, ect.). Il faut rester **prudent et attentif**.

### **\* En lacs ou réservoirs**

La tenue vestimentaire doit répondre à **2 critères distincts**.

a/ Un **équipement de marche et de montagne** pour l'approche et accès au lieu de pêche.

b/ Un **équipement pour le temps de la partie de pêche**. Elle doit tenir compte de la météo, du soleil, du vent avec des habits confortables, de ne pas être pas trop voyant et de protection contre les insectes.

Naturellement, il faut penser à **s'hydrater** et à se **restaurer**, ceci en fonction de l'heure et du temps passé entre la marche d'approche et la partie de pêche.

**C'est une nécessité vitale !**

**Fort de tout ce que vous venez d'apprendre, l'AAPPMA « La Truite du Plateau » vous souhaite de bonnes pêches, sur tout le domaine qu'elle gère.**



\*\*\*

## Sommaire

1.	La truite.....	2
1.1	les espèces.....	2
1.2	Les espèces d'eaux douces (rivières, étangs et lacs).....	2
1.3	Fiches présentation des différentes espèces d'eaux douces .....	3
1.4	Espèces de mer et migratoires .....	6
2.	Obligations légales pour la pratique de la pêche .....	8
2.1	le Code de l'Environnement .....	8
2.2	Qui peut pêcher ? .....	8
2.3	Où peut-on pêcher ? .....	8
2.4	Quand peut-on pêcher ? .....	8
2.5	Principales règles de la pêche en eaux douce.....	9
3.	Respect des réglementations .....	10
4.	Respect du milieu .....	10
4.1	Définition du Milieu.....	10
4.2	Règles à respecter .....	10
5.	Différentes techniques de pêche à la truite .....	11
5.1	Introduction.....	11
5.2	Différentes types de pêches à la Truite.....	11
5.3	La pêche au leurre artificiel .....	11
5.4	La pêche au leurre naturel .....	12
5.5	La pêche à la mouche .....	13
5.6	La pêche au toc.....	15
6.	Le matériel .....	15
6.1	Equipement personnel .....	15
6.2	Matériel de pêche .....	16
7.	Où, quand et comment ?.....	17
7.1	Généralités .....	17
7.2	Où prendre sa carte de pêche ? .....	17
7.3	Où trouver les appâts naturels ou artificiels ? .....	18
7.4	Quelle météo ? .....	18
7.5	Quelle tenue vestimentaire ? .....	20