



## Comment bien choisir son poisson pour lutter contre la surpêche ?

*Acheter du poisson peut vite tourner au casse-tête pour le consommateur, surtout s'il souhaite préserver l'environnement. Pour des scientifiques et des ONG, faire les bons choix permet de lutter contre la surpêche.*



**Quentin Marchal**

*et AFP*

---

PUBLIÉ LE 01/02/2020 À 04:45

**S**aumon sauvage ou d'élevage ? Bar de ligne ou de chalut ? Avec ou sans label ? Pour le consommateur, les questions au moment d'acheter du poisson peuvent **rapidement tourner au casse-tête**, mais faire les bons choix permet indéniablement de lutter contre la surpêche, insistent scientifiques et ONG.

"La pêche est le **principal facteur d'impact sur les écosystèmes marins**", explique Didier Gascuel, professeur en écologie marine. À l'échelle mondiale, 33% des ressources en poissons sont surexploitées. La pression est notamment **très forte en Méditerranée**, selon l'Agence des Nations Unies pour l'agriculture et l'alimentation (FAO).

Pour lutter contre la surpêche, **le consommateur a son rôle à jouer**. "Nous avons droit à 8 kilos de poisson de pêche par personne et par an", en prenant en compte la population à nourrir et le respect d'une pêche durable, calcule Didier Gascuel. À l'heure actuelle, **les Français en consomment en moyenne 24 kg chaque année**. Il faudrait donc "consommer moins de poissons, considérer que c'est une fête".

## **Le poisson pêché à la ligne meilleur que celui pêché en navire**

Consommer moins mais en améliorer la qualité ? L'hypothèse est probable, estime Benjamin Hennequin, acheteur dans l'entreprise familiale Mareyage Hennequin, qui **sélectionne les poissons sur des criées de la côte atlantique** pour approvisionner restaurants et poissonneries. Avec dans l'ordre de qualité, à ses yeux, **le poisson pêché à la ligne**, "exceptionnel", celui pêché au filet à la journée puis **ceux pêchés par des navires pouvant passer plusieurs jours en mer**.

Ce mareyeur recommande d'acheter **des poissons de saison**, "comme pour les fruits et légumes", et de **se tourner vers des espèces méconnues**, comme le maigre, non sur-pêchées et moins chères.

Sandrine Thomas et Florence Bernard, **pêcheuses artisanales basées à Royan**, vendent leurs produits à la criée ou à Poiscaille. La première est spécialisée dans le bar de ligne. "On met nos hameçons à l'eau pendant quatre ou cinq heures et **on remonte les poissons un à un, vivants**", ce qui évite **les rejets de poissons morts**, explique-t-elle.

Avec son bateau de moins de 12 mètres, elle ne peut sortir **que 200 jours par an en mer en moyenne**, peu en hiver "à cause des intempéries". "On respecte le repos biologique des poissons, il est imposé par la nature". Florence Bernard travaille quant à elle au casier et au petit filet, "**pêche de tout en petite quantité**" : daurade, bar, merlu, sole. Ses filets restent deux heures dans l'eau. Si des poissons trop petits ou

des espèces protégées s'y prennent, **elle les remet à l'eau, vivants.**

## **Manger local et de saison**

Le consommateur, lui, est invité à vérifier les méthodes de pêche sur les étiquettes chez son poissonnier. Il faut savoir que **les casiers et les lignes sont plus sélectifs que les chaluts.** ONG et scientifiques conseillent aussi de manger local et de vérifier les zones de pêche, qui sont indiquées sur les étals des poissonneries.

En France, 43% des poissons débarqués dans des ports **proviennent de populations de poissons en bon état**, selon l'Institut français de recherche pour l'exploitation de la mer (Ifremer). "On peut consommer les yeux fermés des merlus, des baudroies", conseille Alain Biseau, coordinateur halieutique de l'Ifremer, ou encore des anchois et des coquilles Saint-Jacques.

Mieux vaut en revanche **éviter l'aquaculture**, qui contribue à la surpêche. Des poissons d'élevage comme le saumon consomme des farines de poissons. L'élevage des crevettes peut détruire des mangroves. **Les labels peuvent également aiguiller l'acheteur.** Le plus connu est **MSC**. "C'est le label le plus robuste mais nous ne le soutenons pas sur l'ensemble des pêcheries", indique Ludovic Frère Escoffier du WWF.

WWF propose **un guide actualisé** pour éclairer le consommateur qui peut aussi tenir compte des campagnes lancées par des ONG **contre des méthodes de pêche**, comme Bloom avec la pêche électrique.