



Organisation de la plongée

La plongée autonome en sécurité

Lorsqu'on organise sa plongée, il faut avoir présent à l'esprit:

- ➔ La sécurité avant tout
- ➔ L'intérêt de la plongée
- ➔ Le respect de l'environnement marin
- ⇒ Prévention
- ⇒ Briefing, orientation, ..
- ⇒ Pour préserver le futur

Plonger en sécurité

- ➔ Les plongeurs (condition physique et psychologique, majoration la plus pénalisante si profil différent, strict respect des prérogatives, ...)
- ➔ Le matériel (obligatoire + recommandé, position des purges, pression bouteille, ...)
- ➔ Le site de plongée (Courant, Bateaux de passage, profondeur, filets, visibilité, froid, ...)
- ➔ La plongée (Plongée de réadaptation, regarder le site et s'orienter, définition du point de retour, orientation, respect des consignes,...)

Organisation de la plongée

Signes Conventionnels

Signes Conventionnels (rappels)



Ca ne va pas

Ce signe indique que l'on ne se sent pas bien, souvent utilisé avec un signe additionnel pour en préciser la raison.

Répondre par « Ok » et résoudre le problème.



Tout va bien, Ok.

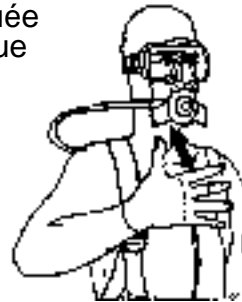
Ce signe est utilisé à la fois comme interrogation ou en réponse à un signe d'un autre plongeur pour indiquer que la demande a été vue et comprise.



J'ai ouvert ma réserve !

Ce signe est adressé au guide de palanquée pour lui indiquer qu'il ne vous reste plus que 50 bars de pressions dans la bouteille.

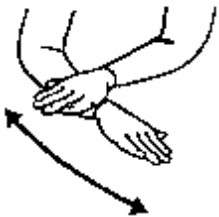
Le guide de palanquée répond par OK et entame la remontée.



Je n'ai plus d'air

Ce signe demande une assistance **immédiate** au plongeur le plus proche.

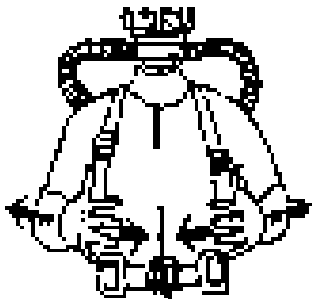
Assister **immédiatement** le plongeur en difficulté à l'aide de son détendeur de secours ou par échange d'embouts.



J'ai froid

Ce signe indique que vous avez froid.

Remonter vers une profondeur plus chaude ou interrompre la plongée.



Je suis essoufflé

Ce signe demande une assistance **immédiate** au plongeur le plus proche.

Remonter le plongeur de quelques mètres en priorité. Lui faire cesser tout effort et le calmer en essayant de favoriser l'expiration.

remontez à la vitesse préconisée, sans efforts.



Je n'arrive pas à ouvrir ma réserve

Ce signe indique que l'on a un problème pour actionner la tige de réserve de son bloc.

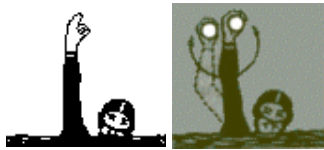
Regarder **rapidement** si la tige de réserve peut être débloquée. Si ce n'est pas le cas, traiter ce signe comme un signe « Je n'ai plus d'air ».

Ce signe est de moins en moins utilisé car les blocs avec réserve mécanique disparaissent au profit de manomètre branché sur le premier étage du détendeur.

Organisation de la plongée

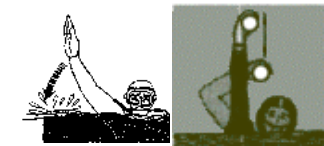
Signes Complémentaires

Ces signes sont utiles en milieu naturel, pour le plongeur autonome.



Tout va bien

Signaler à la sécurité en surface que tout va bien et que toute la palanquée est en surface.



Détresse en surface

Ce signe signifie que vous avez un problème grave et que le bateau doit venir vous assister.



Remonte

Ce signe demande une remontée de la palanquée. **Lorsque répété, Il a un caractère d'urgence.**



Descend

Ce signe demande une descente de la palanquée. **Lorsque répété, Il a un caractère d'urgence.**



Stop

Ce signe demande l'arrêt de la palanquée ou l'arrêt d'une action particulière pouvant être dangereuse.



Pas d'accord

Ce signe indique à votre binôme, un désaccord sur sa requête ou son indication.



Restons à cette profondeur

Ce signe indique à votre binôme votre désir de maintenir la profondeur actuelle.



Regarde

Ce signe vous permet d'attirer l'attention sur quelque chose.



Direction

Ce signe indique à la palanquée, la direction à prendre



Equilibrer

Ce signe indique de s'équilibrer à cette profondeur

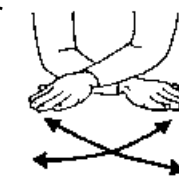


J'ai une crampe



Regroupez-vous

Vous êtes trop loin les uns des autres..



Fin d'exercice

Ce signe indique la fin d'un exercice ou de la plongée.



Plus doucement

Ce signe indique qu'il faut ralentir.

Lorsque répété, Il a un caractère d'urgence.



Plus vite

Ce signe indique qu'il faut accélérer.



Organisation de la plongée

Profils de Plongée

Avant la plongée

- S'assurer que l'état de la mer ou du milieu n'excède pas ses capacités (Ne jamais se forcer à faire une plongée que l'on « ne sent pas »).
- Écouter le briefing du directeur de plongée, bien visualiser la plongée, ne pas hésiter à poser des questions.
- Le profil de la plongée choisi en fonction des envies de l'ensemble des plongeurs.
 - On définira clairement le but de la plongée: Exploration, plongée technique, photo, biologie, etc.
 - La durée de la plongée sera programmée en fonction du volume des bouteilles employées, du froid, de la profondeur, des plongées précédentes, des envies des plongeurs, etc.
- Etablir tous ensemble clairement le déroulement de la plongée :
 - » Objectif des plongeurs
 - » Les contraintes de chacun: majoration, état physique, etc.
 - » Les consignes de sécurité, les grandes directions, ...
 - » Le mode de remontée, les paliers
 - » L'attitude en cas de passage sur la réserve, de perte de contact, d'essoufflement, d'incidents divers.
- Le matériel personnel devra être complet et sans faille.
 - » palme et masque en bon état et à poste, tuba,
 - » ordinateur à poste et vérifié (pile), table de sécurité
 - » Parachute de palier à poste
- Le scaphandre est vérifié:
 - » bouteille pleine (200 bars)
 - » réserve haute si l'on n'a pas de manomètre
 - » Lestage et ceinture réglées
 - » tuyau du « direct-system » branché et fonctionnel
 - » fonctionnement des purges de la stab vérifié
 - » détendeur(s) bien réglé(s)

Pendant la plongée

- La mise à l'eau doit se faire en ordre, avec regroupement en surface ou au mouillage.
- On préférera partir contre le courant pour revenir plus facilement avec lui.
- Effectuer la plongée prévue. On respectera scrupuleusement le plan qui a été établi en accord avec tous.
- Ne pas se focaliser sur « le gros », éviter la vision tunnel



Organisation de la plongée

Profils de Plongée

Après la plongée

- Vérifier tout le matériel
- Entretien du matériel: rinçage, séchage, réparations diverses
- Après une plongée, respecter l'intervalle de surface recommandé par les tables ou votre ordinateur avant de prendre l'avion
- Tenir à jours le carnet de plongées

Particularités de la plongée de nuit

- Jamais en mer ouverte.
- À but d'exploration ou de photo.
- Par binômes de plongeurs confirmés ayant chacun une lampe.
- Sur un fond connu, d'une profondeur maximum de 20 m et d'une durée limitée.
- Bateau ou berge éclairés.
- Déplacements en immersion raisonnables

Particularités de la plongée de réadaptation

Cette plongée a pour but de se réadapter après une interruption ou une modification dans la pratique de la plongée.

- À but d'exploration.
- En profiter pour contrôler le lestage à 3m.
- De profondeur raisonnable et d'une durée limitée. **Sans paliers obligatoires.**
- Déplacements en immersion raisonnables
- En cas de « nouveau » matériel



Organisation de la plongée

Orientation sous-marine

L'orientation en plongée nécessite une expérience de plongeur qui développe l'observation et la maîtrise de techniques permettant de déterminer le lieu où l'on se trouve.

L'observation

Quelques « trucs » en vrac

- Observer le site en surface (position du soleil, patates, failles, ...)
- Mémoriser la profondeur du mouillage, puis rechercher celle-ci en suivant cette ligne de fond.
- Mémoriser la forme du bateau pour pouvoir le reconnaître sous l'eau
- Mémoriser le chemin parcouru sous l'eau (points caractéristiques) afin de pouvoir le refaire en sens inverse.

Le compas

- Très utile pour lever un doute, et pour retrouver un point cardinal.
- Pour suivre un cap, aller de point de repère en point de repère
- Régler le compas pour prendre un azimuth et un cap retour.



Respect du milieu

Charte du Plongeur Responsable

Avant La Plongée.

Remettez-vous en forme.

Si vous n'avez pas plongé depuis longtemps, entraînez-vous à gérer votre flottabilité : poumon ballast, gilet, lestage optimal.

Informez-vous sur le site de plongée

que vous allez découvrir, cela rendra votre plongée bien plus riche. Vous ne serez plus seulement un plongeur spectateur passif dans un monde dont vous ignorez le langage, vous saurez lire les premiers mots du grand livre de la vie marine.

Parce que vous saurez identifier les animaux, vous pourrez connaître leur comportement, vous saurez où les chercher pour les découvrir.

Vous saurez voir une incroyable faune cachée.

Demandez une présentation de l'écosystème à votre centre de plongée.

Demandez la liste des espèces menacées,

la liste des espèces protégées, les réglementations les concernant.

Renseignez-vous sur les actions menées

par le centre de plongée en matière de protection du milieu sous-marin (bouées de mouillage...).



Respect du milieu

Charte du Plongeur Responsable

SUR LE BATEAU

- **Ne jetez rien par dessus bord.**
- **Refusez les couverts en plastique** qui mettent des dizaines d'années à se dégrader.
- **Demandez l'installation de poubelles sur le pont** pour y déposer les mégots de cigarette (leur dégradation prend des mois), les déchets en plastique, les emballages en aluminium, etc...
- **Veillez à bien fixer** détendeurs de secours, consoles et manomètres, afin qu'ils ne pendent pas et ne s'accrochent pas dans la flore et la faune fixées qu'ils endommageraient
- **Choisissez des palmes courtes**, peu agressives.

EN PLONGEE

- **Dès la mise à l'eau, pensez à vérifier votre lestage**, et ajustez-le si nécessaire.
- **Pensez à palmer doucement**, pour ne pas heurter la vie fixée
- **Evitez le contact avec plantes et animaux fixés.** Ils sont fragiles, la multiplication des chocs les détruit.
- **Ne prélevez rien, sauf des images.**
- **Ne harcelez pas les animaux.**
S'ils se sont réfugiés dans leur cachette, ne les forcez pas, ils sont déjà stressés. Patientez sans bouger jusqu'à ce qu'ils retrouvent leur calme, et sortent à nouveau.
- **Evitez de nourrir les poissons.**
Vous pervertissez leur comportement et déséquilibrez l'écosystème.



Respect du milieu

Charte du Plongeur Responsable

APRES LA PLONGEE

Efforcez-vous d'économisez l'eau douce. C'est le bien le plus précieux.

Demandez des installations qui évitent le gaspillage d'eau douce :
bac de rinçage pour les équipements, douches à débit contrôlé.

AU COURS DU SEJOUR

N'hésitez pas à sortir du centre de plongée, de l'hôtel : Il y a tout autour, un monde qui attend de vous rencontrer.

N'achetez pas de souvenirs arrachés à la mer dent de requin, carapace de tortue, étoile de mer, hippocampe et autres poissons séchés, corail, coquillages.

Boycottez les restaurants qui servent de la soupe d'ailerons de requin, de la viande de tortue et de cétacés, ainsi que des poissons capturés par des moyens destructifs (dynamite, cyanure, etc..)

Demandez aux restaurateurs comment sont pêchés les produits de la mer qu'ils proposent, et quels accords ils ont avec les pêcheurs locaux.