

Info bulles

le journal du club

asr.plongee.rhuys@gmail.com

15 avril 2020

Sommaire , mot du président, Voyage à Tahiti, le Rifap, La formation N2

Edit eau.

Jé ne voulais pas évoquer cette période, la presse nous assomme suffisamment avec un flot d'informations, appuyé d'experts tous plus sommités des uns que les autres. Bref, ce n'est pas là ou je voulais en venir mais nous avons une pensée très particulière à ceux qui ont perdu récemment des proches. Que ceux-ci reçoivent nos plus sincères condoléances.

Si on ne peut éviter ces moments tragiques, à coté de cela, il existe des moments de découvertes. Tel le documentaire Planet Océan. Il nous emmène au gré des images, d'autres mondes si beaux, si fragiles. Voir des coraux qui se reproduisent sous la lune de printemps, les requins devenir plus des régulateurs que des prédateurs afin que les mérours ne soient pas trop nombreux. A Bali de millions de tonnes d'algues sont cultivées et sont exportées. On y découvre que les laminaires, au gout de sucre, apportent des protéines et sels minéraux. Mais aussi l'impact de la pêche avec des filets pouvant mesurer plus de 40kms capturant tout ce qui passe. Ca interpelle sur l'intelligence d'une race soi disante « supérieure ».

Le documentaire révèle que des boites vides et pleines sont transportées sur les mers. 600 millions de containers circulent sur les océans. D'une autre source, il est toujours étonnant d'apprendre que les poulets chinois vont directement aux Antilles Françaises sans toucher la France et avoir l'estampille France.

Alors si l'article de Marie Annick plus bas, vous séduit, rien n'est perdu. Le regard d'un dauphin peut vous rappeler celui de votre animal de compagnie. Il y a aussi le coté gracile du spirographe, le poisson curieux venant grignoter le verre de votre masque, la gorgone orange aux polypes à 8 pinnules blanches, si cela vous émeut (comme dirait une bonne laitière), faisons de cette sensibilité une force. Aussi, j ai envie de demander à Marie Annick ; As-tu entendu chanter les baleines ?

Phil ^{ss}

1 – interview avec le président

Bonjour Yves !

Nous voilà fin mars, la saison n'est pas encore commencée du fait de la plus petite entité vivante au monde qui perturbe non pas notre région mais toute la planète. Toutes les dates de nos activités sont perturbées. Nos contacts ne se résument plus que par mail ou par téléphone. La vie continue et cet entretien avec toi va nous permettre de connaître les adaptations et orientations du club en 10 questions.

1 – Comment vas-tu et tes proches ?

On va bien on à la chance de vivre au bord de la mer ça arrange bien les choses

2 – a ta connaissance et parmi nos adhérents, y a-t-il des personnes atteintes par cette épidémie ?

Je ne le sais pas je n'ai pas d'informations à ce sujet

3 – Les rdv /actions de l'ASR sont remis en cause, as-tu des nouvelles par rapport à ça ? (formations/actions etc)
pour les N2 nous leur avons envoyé un questionnaire se référent au cours téléchargés sur le site du club
pour tout autre exercice pratique il faudra attendre la fin du confinement

4 – Quels conseils de plongée pourrais tu donner aux membres soit pour le matériel, la forme physique etc ?

Pour la forme physique c'est bien de faire de la gym le matin par exemple. Vérifier votre matériel voir si il y a des révisions à prévoir

5 Comment envisages-tu de faire fonctionner le club pour ces prochains jours.

Vu que le confinement va se prolonger jusqu'à mi mai - Le club ne fonctionne pas – En revanche le bureau des moniteurs et moi même organisons des réunions en visioconférences pour prévoir le retour à une vie sociale début juin

6 – Peux tu nous faire un point concernant les relations avec la mairie/les mairies

Le Maire d'Arzon Mr Tabard que j'avais rencontré à différentes reprises nous à accorder une subvention plus importante que les autres années 700€ (+400€ en compensation du mouillage) les relations sont donc très bonnes avec le Maire d'Arzon . Pour le reste 600€ par la Mairie de Sarzeau et 200€ par celle de St Gildas

7 – Financièrement le club va faire de grosses dépenses pour que le bateau reparte sur des bonnes bases, est ce que cela va obérer la saison à venir ?

Le Trésorier nous annonce une bonne trésorerie, mais les évènements actuels font que la saison sera un peu plus courte que d'habitude

8 – Beaucoup ont passé la formation nitrox, est il pensable de plonger nitrox en pays de Rhuys ?

Nous n'avons pas de compresseur et il n'y a pas de gonflage nitrox à proximité – Alors peut-être voir dans l'avenir une coopération avec un autre club

9 – Y a-t-il des nouveautés au sein de la plongée ? (Réglementation, préfecture etc)

a priori je n'en vois pas mais la réglementation change souvent à voir

10 – Ce point 10 est pour toi. Libre à toi de disserter ou commenter

c'est un mauvais moment à passer mais je pense qu'après ce confinement on aura tous envie d'aller plonger, surtout que la nature reprend ses droits. La mer est si belle en ce moment, es poissons reviennent, et en juin nous aurons tellement de choses à voir, nous serons des privilégiés car nous serons en première ligne sous l'eau pour admirer - Patientons encore un peu-

Merci Yves, et nous espérons vite se retrouver dans de meilleures conditions

Philippe

2 – Voyage à Tahiti par Marie Annick

Peu d'entre nous iront plonger à Tahiti. Marie-Annick nous emmène dans son voyage. C'est une des régions rêvées par beaucoup, situées dans le Pacifique souvent décrite par le navigateur Bougainville. Outre les paysages dans cette région. Imaginez 5 archipels de 118 îles (Les Marquises, les Tuamotu, Les Gambiers, îles Australes, de la Société). Nous allons parler de lagon, partie restante d'un volcan. Ce dernier a pu naître il y a 60 millions d'années (les dinosaures ont disparus il y a 65m d'années pour info). La où nous emmène Marie Annick est l'archipel des Tuamotu. Plus précisément, sur celle dont le nom veut dire « Vaste ciel » je veux dire : Rangiroa. Voilà son texte.

EN POLYNESIE DU 5 MARS AU 23 MARS

Départ le jeudi de Nantes Paris, Paris Los Angeles, Papeete puis Rangiora arrivée le vendredi 6 avec un décalage de 11h total 26 h d'avion

Attendu et accueilli par mon neveu Gaétan.

Gaetan qui m'apprend qu'il a eu un accident de plongée une bulle dans l'épaule 3h de caisson et 1jour et demi d'hospitalisation et un arrêt d'un mois de plongée donc pas de plongée il me confie à ses collègues

Rangiora : atoll de l'archipel des Tuamotu superficie 79 km² constitué de de 240 motus , séparés par des ho'a (pts chenaux) qui forment le récif corallien formant un lagon de 80 km et large de 32 km, prof de 35 m environ : 1446 km². A ces 2 extrémités la passe d'AVATORU et la passe de TIPUTA

Renommée mondiale pour sa faune aquatique : dauphins, requins, poissons de récif et on peut y voir des baleines de passage.

petit w.end tranquille pour s'adapter à la t° 30 à 34°, lever du soleil à 5h30 nuit noire à 18h

le samedi i matin : 1ère rencontre avec les requins pointe noire dans un ho'a qui est une nurserie et visite de l'île petit village d'Avatoru .

visite au **club 6 passagers** pour faire connaissance avec ses collègues plutôt jeunes et sympas, une bonne équipe.

Dimanche 8 :

l'île aux récifs avec Léon et Fara traversé du Lagon en 1h snorkeling ds une eau à 30° claire comme une eau de bouteille, multitudes de poissons papillons , cochers, chirurgiens et bien d'autres des coraux avec des bénitiers incrustés et de différente couleur

barbecue poisson grillé bec de cane

cru baliste et leur pain coco cuit sur le barbecue

une pte sieste et visite du motu et de son récif corallien qui protège de l'océan pacifique.

retour et on termine au motu Nuhi Nuhi dit l'aquarium snorkeling avec des poissons par milliers et requins pointes blanches et noirs.

lundi 9 1ère plongée RDV 7h30 **au 6 passagers**

guide de palanquée : Louise briefing passe de Tiputa courant rentrant (de l'océan vers le lagon) matériel sur le bateau on contrôle nos pressions et matériel en se rendant sur site 8h30 mise à l'eau bascule arrière niveau de l'éolienne descente 18m on avance ds le bleu visibilité incroyable 20à25m du poisson partout des petits papillons cochers chirurgiens carangues des balistes un banc de bécunes, des barracudas, arrêt au niveau du virage pas de dauphin ni requin mais un gros napoléon . On continu sur le plateau 3 murènes ds leur trou et l'on se fait balloter par le courant . Louise me fait signe de corriger ma position pieds trop élevés et on termine avec un palier de sécu à 3m reste 50b et temps de 58' eau à 29°

Mardi 10 :

2ème plongée 9h30 avec Louise passe de Tiputa courant rentrant la même que la Veille 25m 60' eau 30° rencontre d'un dauphin avec son bb, des requins pointes noire un gris au loin et bcp d'autres poissons de toutes les couleurs un beau napoléon. Content de moi j'ai bien corrigé ma position.

3ème plongée tjrs le mardi la Sun Set à 15h30 avec Louise fin de courant rentrant 22m et 50' eau à 30° dérivante le long du récif dauphins au loin , requins gris ptes blanche et noire un Gros banc de barracudas. Retour début de nuit avec un coucher de soleil sur le lagon un peu voilé

Mercredi 11

visite de la ferme perlière élevage des huitres perlières accrochées par un fil et mis en chapelet sur une corde pdt

3 ans, on y plante un nucléus avec un greffon (oublié le nom) qui lui donnera sa couleur et remise à l'eau pour 3 ans on la ressort de l'eau vérifie sa croissance et peut repartir pour 3 ans ainsi jusqu'à 12 ans pour les plus parfaites.

jeudi 12 4ème plongée rdv 7h30 avec Fred 25m 59' eau à 29° courant sortant départ au niveau du virage bcp de courant le long du récif on se faisait balloter pas mal difficile de gérer sans s'accrocher pour moi mais reste une belle plongée avec tjrs autant de poissons.

vendredi 13 5ème plongée 7h30 avec Louise 23m 59' eau 29° courant sortant départ à l'éolienne puis ds le bleu on y rencontre des requins gris pointes blanches noires et une tortue imbriquée qui passe tranquille à qqes m de nous le gros napoléon et un banc de barracudas on descend au niveau des failles pour y surprendre qqes requins pour finir sur le plateau en milieu de passe palier à 3m.

samedi 14 traversée avec des vélos de la passe de Tiputa avec le passeur visite du village de Tiputa et du motu baignade et pique nique retour ds l'après midi le soir resto à la pension Cécile.

dimanche 15 farniente baignade et couché de soleil

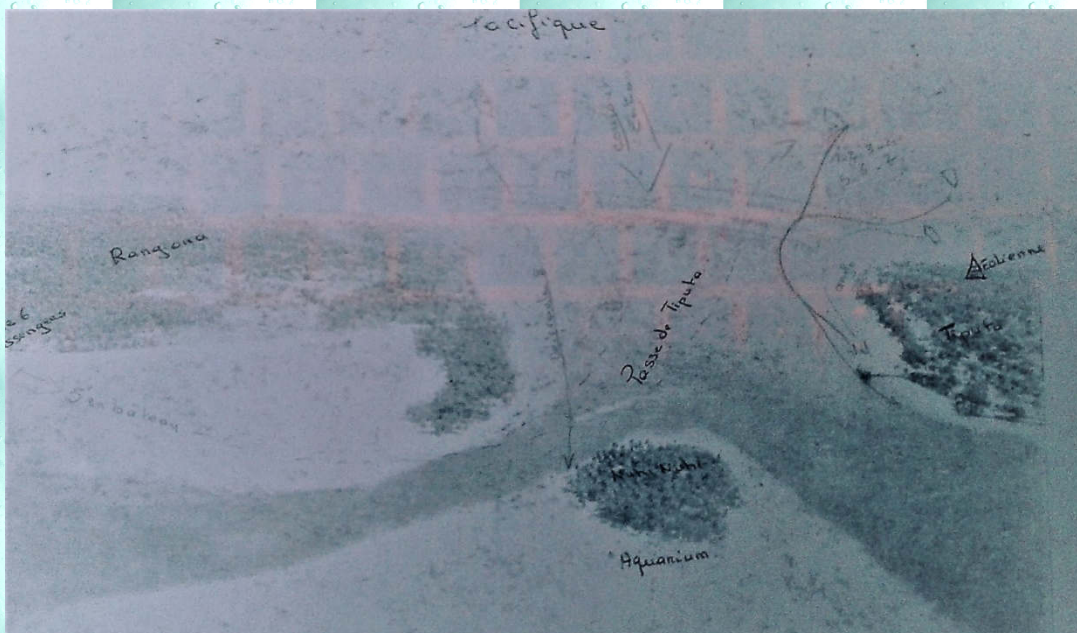
lundi 16 6ème plongée avec Teddy 28m 59' eau 30° courant sortant départ au large et un peu avant l'éolienne mise à l'eau avec bcp de vague immersion rapide requins napoléon et barracudas au rdv fin de plongée sur le plateau.

mardi 17 7ème plongée 7h30 avec Teddy 40m une première pour moi 46' courant sortant eau 30° même configuration que précédente mise à l'eau descente à 40 m qqes requins on remonte pour jouer avec un dauphin en manque de calins, bizarre de toucher un animal comme lui, ça paraît tellement inaccessible et incroyable. On commence à être dans l'incertitude avec nos départs d'avion et fermeture des structures.

mercredi 18 8ème et dernière plongée 7h30 avec Teddy 40m 49' eau 30° dérivante courant entrant mise à l'eau de l'autre côté de la passe descente à 40m où nous attendent une 20aine de requins gris qui tournent en dessous de nous et autour impressionnant mais pas peur un requin marteau on remonte barracudas et autres poissons dérive dans un canyon pour redescendre la passe jusqu'au motu de l'aquarium où l'on termine tranquille on joue avec une holothurie que Teddy me met ds la main les petites ventouses me chatouillent en s'accrochant puis un minuscule hippocampe (hystrix ou épineux) et fin de plongée le soir barbecue pour le départ de mon Gaetan et la fermeture du centre pour cause du coronas. Belle soirée avec un beau coucher de soleil et un barbecue de

poisson bec de cane carangue arc en ciel et baliste miam miam tout ça pêché par les locaux et marins au centre David et Nana.

Croquis de Marie Annick



jeudi 19

dernière sortie ; le lagon Bleu et l'île aux oiseaux, traversée du lagon rencontre avec des dauphins sauvages qui sont venus sauter et jouer autour du bateau, snorkeling aux abords du lagon avec des requins pointes noire juvéniles arrivé sur le motu et préparation du barbecue poisson bien sur carangue et pain coco après midi snorkeling ds le lagon d'un bleu curaçao de beau bloc de corail qui abrite des petits poissons et des vers (sapins de Noël) de toutes les couleurs mais le lagon commence à souffrir du réchauffement climatique blanchiment des coraux et moins de poissons.

retour passage vers l'aquarium, du bateau on a aperçu une raie manta qui s'est vite sauvée quand nous avons sauté du bateau

vendredi 20 confinement avec contrôle de la police donc terminé . Pas de cas sur l'île mais principe de précaution, inquiétude pour nos vols pas de départs confirmés de Rangiroa. Après plusieurs appels et temps d'attente Air France nous a confirmé notre vol pour Paris avec 2 jours d'avance et en soirée air Tahiti nous a mis un vol pour le samedi 21 en fin de matinée

samedi 21 départ de Rangiroa respect des distances, on monte 1 par 1 dans l'avion pas bcp de passagers ça va nuit chez l'habitant à Papeete.

dimanche 22 départ pour l'aéroport à 6h . un monde fou difficile de garder ses distances une attente de 3h . Un avion blindé de monde escale à Los angeles avec contrôle de l'ESTA et des douanes retour à l'avion en catastrophe. Retour sur Paris CDG le lundi 23 à 20h30 dans une cohue pas possible pour récupérer nos bagages et ensuite canalisés et respect des distances pour le passage des douanes.

avion pour Nantes programmé le lundi 23 à 8h30 sans tenir compte du décalage horaire, donc nuit d'hôtel et achat de billet pour le mardi 24 au matin sans nos bagages car restés en transit. A Nantes, société de parking fermée, retour en taxi les aléas d'un grand voyage mais super sans aucun regret sauf le manque d'appareil photo pour les plongées et le fait que l'on a dû annuler notre petit séjour à Tahiti.



Merci a Marie Annick pour ce compte rendu. Los Angeles ramène à une certaine réalité. On devine aussi l'inquiétude lors du retour alors que tout était programmé et qu'un grain de poussière ou plutôt une cellule vient tout perturber. En tout cas l'évocation des noms des poissons laisse rêveur.

Crédit photos cph

2 – Connaissez vous le RIFAP ?

Le mois d'avril signifie généralement la reprise de nos activités subaquatiques en milieu naturel !!
... mais avant de tous nous jeter à l'eau, il convient de rappeler le principe de la SECURITE, qui est l'affaire de toutes et tous !

Heureusement nous sommes pourvus de plongeurs et plongeuses "secouristes", c'est à dire formés à cet effet : vous entendrez ainsi parler du RIFAP, sigle signifiant "Réaction et Intervention Face aux Accidents de Plongée".

Mais qu'est-ce que le RIFAP ?

- Cette compétence est facultative pour les Niveaux 1 et 2
- Mais obligatoire pour la présentation aux brevets fédéraux de plongée : Niveau 3, Niveau 4 et Initiateur...

Cette formation a pour objet l'acquisition des savoirs nécessaires à la bonne exécution des gestes à destination d'une victime d'un accident de plongée avant sa prise en charge par le service médical de secours.

Le RIFAP est valable à vie, il est fortement recommandé de suivre l'évolution des techniques de secourisme...titulaires de cette compétence... vous pouvez participer à cette formation en venant vous recycler tous les 2 ans

Les contenus de formation décrits ci-dessous sont déclinés suivant en plusieurs capacités :

- 1- Communication entre plongeurs lors d'un accident de plongée. Connaissance des signes normalisés de la FFESSM et réponses adaptées aux circonstances de l'accident.
- 2- Mise en sécurité de l'accidenté. Réaliser une technique de tractage puis de hissage sûre et adaptée à l'embarcation utilisée, pour mettre l'accidenté hors d'eau et le débarrasser de toute entrave aux fonctions vitales.
- 3- Récupération des plongeurs de la palanquée. Vérifier la composition de la palanquée, relever ses paramètres de plongée, et assurer le regroupement du matériel de celle-ci. Rapidité d'intervention et prise en charge de l'accidenté.
- 4- Coordination et partage des différentes opérations liées à l'accident. Rôle de chacun en fonction des compétences présentes. Assurer la liaison entre les divers intervenants. Maîtrise du tractage, maîtrise du hissage, mise en sûreté de l'accidenté. Le plongeur doit recueillir le maximum d'éléments permettant la prise en charge et la surveillance de la palanquée.
- 5- Prise en compte des malaises de la victime et évaluation des fonctions vitales. Reconnaissance des signes liés aux accidents de plongée et surveillance. Maîtriser la gestion de crise. Le plongeur doit rassurer, interroger et analyser les détresses de la victime. Il doit surveiller l'évolution de l'état de la victime.
- 6- Mise en œuvre des techniques adaptées à l'état de la victime. Respect des recommandations de la Commission Médicale et de Prévention Nationale en matière d'accidents, dont :

- + Ranimation cardio-ventilatoire
- + Inhalation
- + Insufflation O2 à 100% à 15 litres par minute
- + Eau et aspirine 500 mg maximum en une prise, sauf allergie à l'aspirine ou refus de l'accidenté.



7- Application des techniques. Appel aux secours. Passation des informations aux urgences et suivi. Adaptation des procédures d'appel aux conditions de pratique de l'activité. En mer : connaissance des procédures d'appel par moyen maritime (VHF). Transmission auprès des organismes de secours adaptés (en mer : CROSS) des éléments concernant la victime et la situation de l'accident.

Chaque plongeur, chaque plongeuses, se doit d'être acteur de sa propre sécurité, et de celle de ses camarades !!

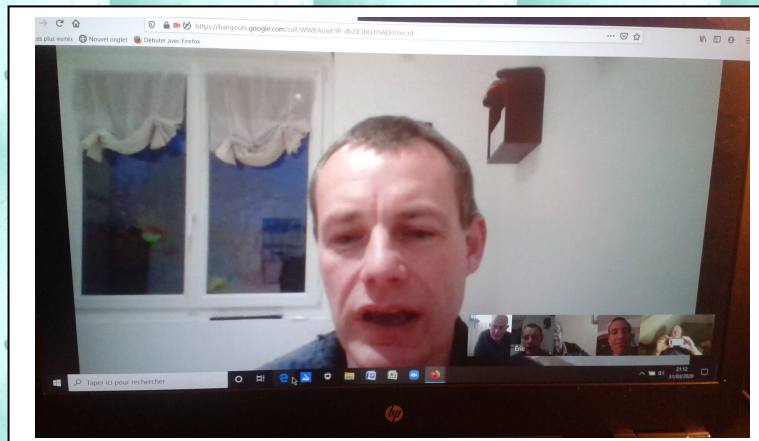
Bonnes bulles !

Session 2019



3 – Formation – Préparants N2

Les moyens de communications sont tels, que nous pouvons mettre en place des formations avec ce qui se passe actuellement. Les moniteurs de l'ASR sont réunis par Eric, via une vidéo conférence pour préparer les révisions de la théorie qui seront proposées aux préparants de ce futur diplôme. La théorie permet de caler des infos et mieux comprendre les mécanismes de notre corps face à la pression. (Pression qui n'a rien à voir avec une Leffe ou Affligem, et dans ces cas, les bières méritent plus d'être bues que d'être suivies). De cette réunion réussie, sans chips, ni boissons, nous avons établi un planning. Nous nous réunirons avec les préparants. Ceci pour élucider des questions que ceux-ci peuvent se poser.



4 – Info. Aux dernières nouvelles, il n'y aura pas de reprise d'activités avant le 1^{er} juin.

5 - Comme vous l'avez remarqué, l'infobulles devient bimensuel en ce moment. Comme ça, ça permet d'échanger. Merci à Marie Annick pour ce super compte rendu. J'imagine qu'il y a d'autres articles en suspens pour alimenter Info bulles. Même en 10/15 lignes vos commentaires, narrations, sont plus vivants ici que dans un coin de votre mémoire.

Philippe Cier