



Info bulles n° 49 journal de l'ASR

janvier 2025

Edit'eau

2025

Pour beaucoup d'entre nous, nos 20 ans sont déjà trop loin, il n'y a qu'à voir la moyenne d'âge au sein du club et parmi les encadrants. L'an 2000, que nous avons en ligne de mire dans notre jeune temps, en imaginant le meilleur, est déjà loin dans le sillage de notre vie .

Que dire de cet autre horizon qu'est notre futur, pour ceux qui ont passé allègrement la soixantaine. L'échéance des prochains jeux Olympiques (+4) est encore digeste, mais lorsqu'on parle de 2035 pour l'arrêt des ventes de voitures à énergies fossiles, 2050 le changement climatique voire 2100 et les risques de submersions...trop lointain.

Comme dans le film « Soleil vert » sorti en 1973, serons-nous bons pour un équarrissage afin de laisser la place aux plus jeunes ? Mais aussi aurons-nous des chances d'atteindre en bonne santé le fabuleux âge des 100 ans ? Attention, je ne suis pas du tout triste en parlant de ça mais je pars dans des délires, des dérives de pensées fofolles.

Les EHPAD auront –ils un autre nom. I Deviendront-ils des villages/quartiers, mais pas ghettos, dédiés aux anciens. Nous serons des colocataires de résidences sympas pour profiter de bons moments de fin de vies dans de bonnes conditions. Evidemment, ce ne sera pas donné, mais avec la taxation sur les produits financiers, (taxe Tobin) entre autres, cela permettra d'avoir des aides pour des loyers raisonnables, sans avoir à solliciter les générations plus jeunes, car le droit exige toujours d'être présent pour ses enfants mais aussi pour les ascendants.

Pour les activités, un vaste choix s'offrira pour nous occuper en dehors de la garde des petits et arrières petits enfants. Nous, plongeurs, on bénéficiera de piscines surchauffées, car plus sensibles au refroidissement et continuer notre plaisir sous l'eau. Evidemment, les détenteurs seront équipés de dentier pour ceux qui en aurait besoin, de couches pour éviter des échappements incontrôlés, des palmes automatiques pour ne pas avoir a se baisser, je sais, ça existe déjà !! Pour les plus fous d'entre nous, les combinaisons s'appliqueront avec un jet néoprénisé sur tout le corps et retirable en passant sous une douche spéciale pour recycler la matière. La bouteille de plongée aura une autre forme. Beaucoup plus légère, dans une nouvelle matière. Nous serons loin de l'acier, et de la robinetterie actuelle. Les masques de réalité virtuelle nous feront découvrir un monde en 3D, sans avoir à prendre l'avion (nous pensons aussi au bilan carbone) ou d'utiliser les cartes vermeille. Nous percevrons les odeurs, et les sensations augmentées par l'Intelligence artificielle. Eh oui on pourra écouter de la musique lors de ces plongées, fini les signes mais grâce à ce casque ultra léger, on pourra même communiquer d'une façon orale. Enfin, si notre dentier nous permet encore d'articuler. Cet établissement, pourra recevoir nos conjoints bien sur. Libres à eux de partager nos souvenirs de « d'arrière garde ».

Dans cet Etablissement Hydraulique de Plongée Aquatique et Décalé ...sera divinement nommé : Ehpad. Sourions, car nous pourrons nous éclater (façon de parler, il ne s'agit plus de surpression), et apprécierons les services proposés comme les massages, la restauration. Nous pourrons aussi écouter des intervenants sur le monde

subaquatique, et dire que c'était mieux avant. Mais, pourquoi pas un Ehpad sous marin, dirigé par un capitaine Némó, comme cela, on pourra se dire « qu'au fond, on n'est pas si mal que ça. !

Imaginer aussi que de nouvelles tables de décompression seront dédiées pour nous, les anciens ou des bouteilles avec des gaz à base de rhum pour l'ivresse des profondeurs.

Ne vaut il mieux pas profiter du vin d'ici que de l'eau de là ? disait un éminent humoriste

Evidemment nous signerions une charte disant qu'en cas d'accident, il n'y ait pas d'acharnement thérapeutique car passer du Nitrox CRS (air enrichi à l'oxygène avec citron-rhum-sucre) à l'OXY pur aura des conséquences graves à nos alvéoles pulmonaires, et notre foie.

Et puis, et puis, il faut bien se résoudre à quitter ce monde. Notre corps sera recyclé et permettra, une fois réduits en poudre, de donner à manger aux poissons, qui eux, élevés dans les parcs marins, finiront sous vide mais grassement nourris à la protéine humaine. C'est aussi ça le recyclage !!

2025, ou 20/25 comme disent les anglo-saxons et, aussi multiple de 5.

Après la dérision sur la saison des vieux (ou S3 épisode 25), c'est la saison des vœux,

Laissez moi vous souhaiter une bonne santé, et une bonne année pour vous et vos proches.

(attention cette année 2025 se terminera le 31/12/25, pensez dès maintenant à formuler vos prochains vœux).

Philippe Cier

Agenda du club

Réunion de bureau le 8 janvier

Salon de la plongée 9 au 12 janvier



Certains d'entre nous iront visiter ce grand salon. Ce sont des rencontres avec les voyagistes spécialistes de la plongée, les fabricants de matériel liés à notre activité, les débats sur l'apnée, l'environnement, les avancées techniques, des bassins pour essayer du matériel spécialisé. Bref, de quoi rassasier les yeux et les oreilles.

TIV 11 janvier

Galette des rois 17 janvier

Réunion pour les 30 ans du club 14 janvier

Gayeulles 9 fev et 9 mars

MOT DU PRESIDENT

JANVIER 2025

Meilleurs vœux à toutes et tous.

Je vous souhaite une belle année 2025, remplie de joie, de réussite et d'accomplissements de vos projets.

L'année écoulée a été une nouvelle fois une belle année bien remplie pour l'ASR. Un nombre important de plongées et deux beaux séjours hors de nos terres bretonnes nous ont permis de passer de supers moments ensemble. Ça demeure quand même le fondement de toute association. Je ne m'étendrai pas d'avantage sur le détail de cette année 2024 dont le bilan positif a été présenté lors de notre AG où nous avons encore été plus nombreux à participer.

Pour tout ça, merci à toute et tous.

Mais il est temps de déjà nous projeter sur l'année 2025 qui marquera le trentième anniversaire de la création de l'ASR. Pour marquer l'événement, nous profiterons de la semaine du Golfe comme d'une vitrine avec la mise en place comme en 2023, d'un bassin mobile sur camion pour des séances baptêmes à port-navalo. Nous y associerons une petite expo photos relatant l'histoire de l'ASR. Nous terminerons par une soirée festive à la maison des associations à ARZON le samedi 07 juin. Nous aurons besoin à ces occasions de votre mobilisation à toutes et tous pour faire de ces événements une réussite. Philippe, pilote de la soirée du 07 juin et sa petite équipe déjà constituée, sont déjà à pied d'œuvre pour nous organiser une belle petite fête.

Je voudrais enfin profiter de l'occasion pour vous informer que je laisserai la place de président lors de notre prochaine AG en fin d'année. Il me restera encore une année au sein du comité directeur et nous pourrons alors faire une passation en douceur avec le prochain président. Après 5 années de présidence, je pense qu'il est important pour le bien de l'association de respecter le turn-over initié depuis quelques années.

En attendant, je vous rappelle notre galette fixée le vendredi 17 janvier 18H30 à la salle Benoît à Port-St Jacques en SARZEAU. Merci de vous inscrire sur le framadata initial.

BONNE ANNEE



La vie d'un club est l'affaire de tous

Devenir DP ou directeur de plongée

Vous aimez organiser, avoir des responsabilités et être reconnu par vos pairs, mais surtout être actif dans le club : qu'attendez vous pour devenir DP

comment devenir DP ou P5 ?

C'est un N4, dont le président du club a validé des compétences comme celles des connaissances des sites de plongées, organisation, veille à la sécurité etc.

Son rôle est très important au sein du club. Il devient l'animateur des sorties. Il doit aussi avoir un relationnel de qualité et être un exemple. Il veille sur le confort des personnes embarquées.

Il détermine le site en fonction de la météo ; marées. Il contrôle les diplômes et CACI, remplit une feuille de sécurité, ainsi qu'un suivi financier.

Il peut déléguer à une personne validée par le président : d'être pilote, et s'aider d'une personne habilitée pour les gonflages.

C'est une fonction importante disais-je, mais elle est essentielle pour la vie ou la survie d'un club.

Oui ! ça nécessite un engagement, Mais connaît on une fonction de responsabilité sans engagement ?

Pilote de l'Hippocampe



Michel

Piloter l'Hippocampe, est une fonction sympa. Il n'est pas nécessaire d'être N12 » pour le piloter. C'est aussi une aide très appréciée par nos DP lors des sorties plongées.

Sa mission ; Il prend en charge tout ce qui concerne le bateau, pour la sortie plongée, du matériel à récupérer au local, jusqu'à l'amarrage final.

Il en devient chef de bord (gratifiant), utilise la vhf (exemple : sémaphore), et organise son plan de pont.

Pour une prise en main, bien sur, une condition, c'est de posséder son permis mer, avoir le sens marin, et une petite formation sur le maniement du bateau.

Formation Bio

Mardi 10 décembre nous avons appris la nomination de **Julienne Robel** (formatrice bio aux Vénètes) à la vice présidence de la commission bio régionale. Nous lui adressons toutes nos félicitations.

Cette formation démarre en janvier et voici les premières dates

7/1 21/1 4/2 25/2, sont les premiers cours d'une formation bio PB1 à Vannes.

Julien LP, Benoit C, David et Chrystelle B, Florence U, vont découvrir un nouvel horizon, moins compliqué que de passer des niveaux techniques.. Il y aura 4 sorties de prévues pour valider le diplôme dont un sur l'éstran. Estran qui

fait partie intégrante de cette formation.



Photo du 7 janvier25 Thomas Annic

30 ans du club

30 ans



Pour les 30 ans, sortez vos plus belles photos du club et transmettez les nous

Une exposition de celles-ci est prévue.

Nous ferons aussi un loto... d'autres informations suivront, une réunion est prévue le 14 janvier.

Le bateau



Michel Dubois et moi-même n'avons pas souhaité reconduire pour 2025 le rôle de référent pour le bateau, mission que nous assumions depuis la saison 2020.

L'ASR a le plaisir de vous informé que Valentin Coasne et Yannick Quatrevaux seront les nouveaux référents.

C'est un poste important. Il y a certes les grosses révisions du moteur, de la mise à jour des documents de bord comme l'annexe de la division 240, le remplacement des feux de détresse et de l'extincteur.

Il y a des opérations annuelles pour la mise à l'eau avec l'antifouling, la sortie de l'eau ainsi que le gros nettoyage de fin de saison et hivernage du moteur et de la batterie.

L'usure étant plus intense que sur terre, il faut régulièrement faire le tour et remplacer le petit matériel, ,

Si une anomalie survient, systématiquement, le DP ou le pilote prévient nos référents bateau pour trouver une solution la plus rapide afin de ne pas perturber notre activité en mer.

Le bateau est maintenant hors de l'eau et bénéficie d'une remorque retapée au niveau des freins (merci Gilbert)

Un rôle important aussi ; c'est d'entretenir de bonnes relations avec les autorités du port.

Nous leur souhaitons une bonne année.

Phil et Michel



Yannick (référent bateau)

Après la Gers 65, la MN90, allons-nous connaître une nouvelle table de plongée ?

Eric s'est penché sur une publication qui pourrait modifier notre temps de remontée et des paliers.



La nouvelle année est toujours un moment de bilan.

2024 aura été une année particulièrement riche côté technique.

Après l'apparition des nouveaux signes de plongée , nous avons vu la modification des procédures « exceptionnelles » par exemple les remontées rapides.

Mais côté décompression, on est toujours sur les bonnes vieilles tables MN90 (pour Marine Nationale 1990). Et oui ça date du siècle dernier !

Alors bien sûr vous me direz que tout le monde plonge à l'ordinateur et ce n'est pas faux.

Mais nos ordinateurs ont tous des limites d'emploi et la bible reste ces fameuses tables.

Mais comment cela se passe-t-il hors Fédé ?

Et bien notre Marine Nationale utilise les MN2023 !

Je rappelle ici le principe des tables, rien à voir avec les combats, il s'agit de tables de décompression pour les plongeurs effectuant des travaux sous-marins, de maintenance de navire par exemple.

J'ai pu en avoir une copie, quel beau cadeau de Noël !

Voici donc les différences entre les MN90 et les MN2023 :

La vitesse de remontée du fond jusqu'au 1^{er} palier passe de entre 15 et 17 m/min à 12 m/min

Il n'y a pas de changement pour les profondeurs jusqu'à 30 mètres

A partir de 32m le *GPS (groupe de plongées successives)*, gagne 1 lettre (on passe par exemple de E à F) et on allonge en moyenne le palier de 3m de 1 minute

A partir de 38m ce sont les paliers de 3m et 6m qui prennent chacun 1 minute en moyenne

Donc on franchit un pas de plus vers la sécurité, mais la vraie évolution pour nos marins c'est le passage à l'ordinateur de plongée. Le parallèle peut être fait avec nos PC ou nos GSM.

Après-guerre toutes les principales révolutions naissaient dans les entreprises et ont ensuite été diffusées aux particuliers. Mais depuis les années 2000 c'est l'inverse toutes les grosses innovations arrivent pour les particuliers et les entreprises peinent à se tenir à jour.

Attendons donc que notre fédération nationale passe le cap et nous diffuse ces nouvelles tables.

Votre dévoué D.T. (directeur technique ; référant formation à l'ASR NDLR)

Nos « chers » rejets !! Que deviennent ils une fois en mer ?



Quelques chiffres pour attirer votre attention

Pour les mégots on estime entre 12 à 15 ans pour se dégrader complètement. (substances chimiques, acétate de cellulose etc)

6000 milliards de cigarettes fumées (2/3) par an, les mégots sont rejetés directement dans l'environnement)

Sur les plages de Méditerranée, déchet n°1, 1 million de tonnes, 40% des déchets ramassés

1 mégot/litre d'eau peut tuer la moitié de l'espèce Capucette barrée selon une étude US

(Étude réalisée par le MOI (institut méditerranéen d'océanologie) à Marseille. (vu dans Subaqua)

Le Matériel

Ordinateur de plongée.

Je souhaitais faire un article sur cet appareil qui porte le nom d'ordinateur,, mais qui est en fait un calculateur. Il est à constater que des interrogations se posent même au sein de la fédération.

Lu dans le message du CIBPL de décembre 2024

Les limites des ordinateurs de plongée.

Un temps fort de cette édition a été la conférence du Dr Rybarova, médecin légiste, qui a illustré, entre autres, les conséquences mortelles dues à de graves défauts d'entretien du matériel. Jean-Pierre Imbert, expert en décompression, a rappelé que les ordinateurs de plongée, bien que performants, ne garantissent pas une sécurité absolue.

La compréhension de leur fonctionnement et l'application de marges de sécurité restent essentielles pour éviter les maladies de décompression. 80% des ADD se font sans faute de procédure, traduisant l'importance des facteurs humains associés.

Enfin, pour approfondir ces questions, n'hésitez pas à consulter l'article Procédures de rattrapage lors de remontées anormales avec un ordinateur dans Subaqua 317, également disponible en ligne.

Dans cet article tout est dit, sauf sans doute que beaucoup d'entre vous, n'ont jamais exploré le mode d'emploi de cet appareil qui a changé la face du monde des plongeurs.

Quelle Utilité du palier intermédiaire ? Les sigles qui apparaissent sur l'écran ? Entendez-vous correctement les alarmes ? Voyez-vous vraiment tous les caractères de votre ordi ? Est-ce que vous réglez votre ordi en mode plongée eau douce quand vous allez à Questembert par exemple ? Est-ce que vous connaissez tous les sigles sur l'écran de votre ordi (même sous l'eau) ?

Qu'est ce qui se dit **Au niveau national ? (AG)**

« Une gouvernance renforcée

Après les temps institutionnels – rapports, approbations des comptes et remise de médailles – l'assemblée électorale a reconduit Frédéric Di Meglio à la présidence avec 97,67 % des voix. Il sera épaulé par un comité directeur renouvelé, de 20 personnes, associé à 6 autres postes réservés et prêt à mener les projets ambitieux de la FFESSM. »

Comme nous l'avons écrit dans l'article du dernier Infobulles n48, du club, la lettre du CIBPL (comité interrégional Bretagne Pays de Loire), expose lui aussi une des interrogations : l'âge de nos adhérents.

Les actions du PNR pour la plongée, (Retour sur l'expo photos 2024) à Séné

Le PNR exposait les photos envoyées en août dernier par les plongeurs amateurs. C'était l'occasion (quoique que ce soit une nouveauté), de faire une approche et de faire connaître à tous, les fonds de notre « jolie piscine naturelle » qu'est le Golfe. Animée par Ronan Pasco, cette exposition nous a permis de savourer nos décors sous marins. Sur le thème : **Ambiance**.

Michel Tretton de l'ASR y exposait ses œuvres et plus modestement les miennes.

A tous ceux qui ont l'âme de photographe, l'ASR, envisage de faire une expo pour les **30 ans** avec vos œuvres. Commencez vos sélections, nous vous en dirons plus sur le thème.



La présentation



Julienne « plonge » a 360° dans les zostères

Ci-dessous, Quelques unes des photos exposées



Bonne année à tous

Philippe Cier

Dans le prochain Infobulle

Plongées d'ailleurs

Avez-vous entendu parler de ces épaves, coulées en 1902 face à St Pierre en Martinique.. ?

Médical

Article par Delphine

OPI (oedème pulmonaire en immersion) article par Anne Henckes dans Subaqua

La Galette des rois

Les nouveautés du Salon

La journée TIV