

INFOBULLES le journal de l'ASR

Avril 2026

N° 57

Som' mer

Edit'eau

Les formations

La vie du club

Quizz

Bio

Photo expo

Conférence

Edit'eau

Projetons-nous en 2026 et 2027, ce sont des années d'élections. Des hommes et femmes ont perdu leur vie pour défendre ce droit.

A l'extérieur de notre métropole, des tensions armées se font jour. A la télé, les images sont fortes et les ruines remplacent les bâtis. L'écologie est bien loin. Ce que l'on voit sur ces écrans est réel et non plus des jeux-vidéos. Là, les morts ne reviennent pas dans la partie.

Après les incendies dans ces villes, les prix flambent.

Tout ça pour dire qu'il faut apprécier le Carpe Diem de Rabelais.

Dans notre club si nous nous projetons, un tantinet dans l'espace temps, le prix du carburant risque d'impacter le budget, et les subventions accordées, deviendront peaux de chagrin.

Plus grave encore, comment assurer des formations avec une équipe de moniteurs vieillissante sans compter les problèmes de santé. Alors oui, ces retraités ont le droit de vieillir avec les contraintes, et les aléas de la vie.

Oui je reviens sur ce thème, car un club est entendu lorsque son image à l'extérieur est reconnue pour son dynamisme.

J'en veux pour preuve la volonté de la Fédé de rajeunir ses licenciés. On n'ira pas les chercher en couche culottes (réservées pour les anciens maintenant), mais déjà, les enfants en primaires intéressent la fFESSM.

Cette jeunesse est le symbole de renouveau, mais dans 5 ans qui transmettra lorsque les forces vives seront épuisées. A ce jour, 66% de monos ont plus de 60 ans, .

On reconnaît aussi, qu'il n'est pas donné à tout le monde, de transmettre un savoir, une connaissance, de mettre à jour celles-ci, de s'investir, ou choisir que le temps à consacrer est plutôt destiné à autre chose.

Dans notre club, saluons ceux qui font l'effort de hisser leur compétences pour remplir ce créneau si important. Pour 2026, croisons les doigts, ils seront 4. (2 initiateurs, 2 futurs GP/DP), il faudra que cela puisse continuer.

2026, Le club s'est développé, il y a 85 adhérents, c'est une bonne évolution mais l'encadrement n'a pas suivi dans les mêmes proportions.

On peut s'inter-Roger disait Marcel, en se projetant sur la prochaine olympiade, et comprenez que pour nous les anciens, on n'est pas pressé d'y arriver a cette prochaine étape car on rajoute ces années au compteur, donc, parlons sur le devenir du club.

Le nerf de la guerre allais je dire, quel idiot suis-je !!, ça pête de partout, le cœur de cible, allez on remet ça !! Bon vous m'avez compris, ce sont les finances.

Les recettes sont pour beaucoup dues aux formations. Le temps donné au club permet les projets. Faute d'encadrants, piscine ou en mer, les recettes baissent, moins de licenciés. Adieu changement de bateau, entretien du matériel etc.

Alors si vous ne vous sentez pas trop vieux pour l'encadrement, et un peu de temps pour l'investissement, l'ASR (n'a que 30 ans) peut avoir encore de belles années et de bons moments de partages.

Philippe Cier

L'ignorance s'accompagne de fanatisme et suscite le fanatisme (C. ZuRaïo) Vous avez 4heures.....

Formations en cours

PN1 et PN2:Questembert les PN1 , c'est leur première sortie en milieu naturel. le 14/3 (météo brrr !). Le poulet basquaise fait des heureux.
PN2, Pascal s'étant blessé, la séance a été annulée et reportée.



A Questembert en ce 14 mars,



De G à D : Paul, Florence, Serge, Pascal D, Claire, Gilbert (animateur), Patrick, Olivier, Gilbert

Samedi 4 avril, par un beau temps que nous envient beaucoup de personnes, pas de drones guerriers en vue, pas de missiles, Nous étions réunis pour apprendre à organiser les secours lors de nos sorties en plongée. (Notons comme disait Amélie) que cette séance peut aussi s'adapter à un accident sous nos yeux.

L'organisation doit se passer dans le calme, on désigne qui s'occupe de quoi, dans les meilleurs délais sans affolement.

On est là pour sauver des vies.

Certains de cette jolie assemblée, émettent l'envie de se recycler (ce n'est pas réservé qu'aux déchets..) aux gestes de secourisme.

La théorie du matin, connaît la mise en pratique l'après midi en faisant (sans permis de chasse) des jeux de rôles et appliquer ce qui a été appris le matin.

Mercredi, dernière ligne droite pour cette pratique dans le milieu liquide.. tractage, montée à l'échelle avec le « patient », le bilan, répartir les tâches et la transmission pour les secours.

Merci à Gilbert qui a organisé cette session (résa de la salle, les cours, les croissants et le café, la résa pour le restau le midi.

Gayeulle

Samedi 7 mars, Cette fosse chauffée près d'un parc à Rennes est un outil très utile pour la plongée. La logistique des blocs et matériel était assurée par Gilbert. il y avait du monde dans la fosse. PN1, PN2, PN4, et divers, ouh que la sieste a été bonne au retour ?



David découvre les joies du largage de parachute à -10m

Initiateurs Pascal en tant que tuteur, encadre Philippe LD et David H. Ils seront fixés fin mars.
Une fois récipiendaires de leur diplôme, commencera pour eux l'art de transmettre, d'organiser un bassin, et tout cela dans la sécurité de tous.



Ici les prétendants aux E1

PN4 Eric encadre Delphine et Benoit.

Le GP N4 E2 ça vous parle ?

Ça pourrait être le code secret d'un coffre aux trésors.

C'est en fait une suite d'abréviations désignant des niveaux de plongée sous-marine.

Pourtant on nous a tous expliqué durant nos cursus que le niveau le plus élevé de plongeur, donc pouvant plonger le plus profond (cherchez la logique...) est le N3.

Et bien après les niveaux de plongeurs, on a des encadrant (G.P.) et des enseignants (E 2).

Pour les encadrants nous retrouvons des Guides de Palanquées = N4,

ils assurent la sécurité des plongeurs dans le respect des consignes du Directeur de Plongée.

Et les Directeurs de Plongée = P5, ils organisent et sont responsables des sorties.

Pour les enseignants c'est aussi simple, à chaque niveau correspond une profondeur plancher.

Enseignant jusqu'à 06 m = E1 (initiateur)

Enseignant jusqu'à 20 m = E2 (moniteur)

Enseignant jusqu'à 40 m = E3 (Moniteur Fédéral 1^{er} degré)

Enseignant jusqu'à 60 m = E4 (Moniteur Fédéral 2^{em} degré)

Les encadrants et les enseignants sont vitaux pour le club, sans eux pas de formation ni même de sortie !

Toutes ces formations se déroulent au sein du département (Comité Technique Départemental 56) sous la responsabilité de la région (Comité Interrégional Bretagne Pays de Loire).

Cette année l'A.S.R. investit lourdement pour son avenir en formant 2 initiateurs et 2 GP N4 E2.

La formation se déroule sur 1 saison complète les mercredis soir pour la théorie l'hiver et tous les week-ends pour la pratique dès le mois de mars.

L'examen se décompose en 3 groupes d'épreuves :

GROUPE 1 : ÉPREUVES DE CONDITIONS PHYSIQUE		
1 MANNEQUIN	2 NAGE PMT SUR 800M	3 PLONGÉE LIBRE À 10M
GROUPE 2 : ÉPREUVES PRATIQUES		
4 CONDUITE DE PALANQUÉE	5 INTERVENTION SUR UN PLONGEUR EN DIFFICULTÉ À 40M	6 MATELOTAGE
7 DESCENTE, STABILISATION ET VDM À 40M	8 DTMR DE 25M	9 NAGE CAPELÉE SUR 500M
GROUPE 3 : ÉPREUVES THÉORIQUES		
10 DÉSATURATION	11 ANATOMIE — PHYSIOLOGIE ET PHYSIOPATHOLOGIE	12 CADRE RÉGLEMENTAIRE
		13 MATÉRIEL DE PLONGÉE

La théorie s'est tenue le samedi 28 mars à Quimper et nos 2 candidats ont réussi brillamment l'épreuve.

La physique et la pratique se passeront fin juin ce qui nous laisse encore du temps pour se préparer !



En partant de Gauche à droite Delphine 4eme et Benoit 8eme Bravo à eux !!!!

Eric votre dévoué président

TIV

Ce diplôme permet de valider d'une année à l'autre, les blocs de plongée plutôt de repasser en ré épreuve tous les 2 ans. Suite à une formation départementale, le club s'est enrichi de 4 nouveaux TIV frais émoulus (rien à voir avec le café passé ce matin au moulin) . On saluera Matthieu, Pascal DKP, Patrick, et Pierre Yves.

Infos du club

Communication

Dans l'ombre, les membres du bureau travaillent. Des décisions sont prises pour la bonne marche du club. Le compte rendu de ces réunions n'est pas confidentiel et seront à la connaissance de tout le monde. Aussi, sera mis en ligne sur le site ce document. Les comptes rendus de bureau apparaitront sur le site du club.

Le Bateau

Comme tous les ans en fin de saison, l'Hippocampe se met en repos. C'est le moment de corriger les petites imperfections, les réparations et une révision sérieuse pour le moteur tous les 5 ans.

Une bande de protection pour le boudin babord sera collée.

Yannick Q, Pascal DKp, et Valentin bichonnent notre transporteur.

Début Mars, l'Hippocampe sort du chantier professionnel basé à Riantec (seul chantier reconnu dans le département pour l'entretien de la marque de notre moteur) .

Certes la facture n'est pas donnée, ce qui explique aussi l'implication pour faire « tourner » le club. Le côté positif, c'est de ne pas avoir de soucis lorsque l'on transporte nos plongeurs.

Coté dépense, l'augmentation du prix du carburant n'est pas neutre dans notre activité (+25%). Il est possible qu'une revalorisation des tarifs soit envisagée.

Autre dépense à prévoir, c'est la taxe sur les moteurs de bateaux de plaisance



L'équipe de mise à l'eau : Valentin, Yannick, Pascal, aidé par Yves

L'Hippocampe plus près des étoiles, avant l'antifouling et son contact avec le milieu liquide

Station de Gonflage La station a retrouvé ses couleurs. On pensait à une fuite ? L'huile trop transparente avait rendu invisible le niveau de contrôle.

D'autre part, le filtre à huile était encrassé. Le prix d'un filtre de ce type est aux alentours de 400€. Gilbert a nettoyé le filtre encrassé, et le compresseur est reparti.

Vous trouverez maintenant des bouteilles gonflées à 200b anciennement elles redescendaient à 185/190b après avoir refroidies suite au gonflage.

Voyages

Comme vous avez pu le remarquer, le club a une influenceuse (locale) pour organiser les voyages. Qu'ils soient à Groix ou à Pétaouchnok.

Florence, puisque c'est elle dont il s'agit, organise plusieurs sorties.

C'est vrai qu'en janvier, on peut penser que ce soit un peu tôt pour prendre une décision.

Si l'on veut une date correcte et réserver pour un groupe, c'est la période incontournable.

Les projets de sorties : Estartit ; Martinique, Ouessant

Ouessant semble plaire car 2 sessions sont prévues en octobre .

Quizz

Ce quizz n'est pas destiné aux membres du bureau, ni aux moniteurs

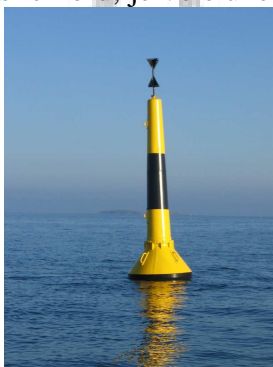
1-Comment s'appelait le premier bateau du club ?

2-Qu'appelait on le 1^{er} échelon dans les années 1970

3-Quand on navigue avec un bateau se déplaçant à 7nds avec un courant de face de 3nds constants, en combien de temps je rejoins Houat

4-La roussette est un poisson, mais quand il est dans l'assiette comment l'appelle-t-on ?

5-Je navigue vers le nord, je vois une balise JNJ, est ce que je passe à babord ou je la



laisse à babord ?

6-Qu'est ce qui différencie une zostère marine et une zostère noltei ?

7-Qui appelle-t-on en faisant le 16 sur la VHF ?

8- On me propose une bouteille de 15l gonflée à 160 bars, alors qu'il y en a une de 12l gonflée à 200 bars. Quel bloc dois je prendre ? et pourquoi ?

9-Quand on fait un palier on le fait à 3m, pourquoi 3m et pas 5m ou 2m ?

10-Je suis plongeur 3 étoiles CMAS, est ce que je peux descendre à plus de 40m ?

11-Lorsque je plonge sur une épave connue, à quoi dois-je être vigilant ?

- A mon palmage
- Aux tôles coupantes
- Aux filets de pêche
- A la faune

Aux requins qui attendent sagement près de la surface
A retrouver absolument le pendeur
Ne pas perdre mon équipier.
Ne pas entrer dans les soutes sans fil d'ariane
Eviter de faire toucher ma robinetterie
Mon compas qui n'indique plus le nord

12-A bord, pourquoi doit on se taire lorsque le DP prend la parole ?

13-Pour naviguer qui est le maître à bord ; le DP/moniteur ou le pilote ?

Résultats à la fin de cet infobulles

La bio

La formation avec les Vénètes continue. Les dates en milieu naturel auront lieu
Le 30/05 pour l'Estran, les 7 juin toute la journée et le 4/juillet toute la journée.
Après la formation PB1 : découverte du milieu,
La formation PB2 permet de découvrir plus en détail comment ce monde aquatique
fonctionne. Les apports sont très riches.

Sans doute, qu'après ce cursus, certains auront envie de transmettre à leur tour en
s'orientant vers le FB1.

Autre info, l'ASR envisage de faire une conférence sur les animaux marins du Golfe.
Date et lieu à confirmer.

Photo

Gilbert a initié une exposition photo sur le monde sous marin de notre Golfe. Celle-ci
Est visible à la mairie de St Armel jusqu'au 15 avril prorogable.

Les photos ont été réalisées par les membres du club et du PNR pour les zostères.
Elle a été très appréciée lors du dimanche des élections. Beaucoup de personnes
étaient étonnées de la diversité et de la beauté de « nos bêtes ».

Il semblerait que cela donne des idées pour développer une section Audio/visuelle au
sein du club.



Gilbert devant l'expo, et que, contrairement à l'article paru dans Ouest France, n'a pas pris la place du Calife.



Quelques photos avec commentaires additionnels
Pour en savoir plus

Moniteurs

Ils se sont réunis le vendredi 27 mars pour préparer la saison 2026. Pascal ayant organisé le local avec Jeff, indique où le matériel sera rangé, et présente la nouvelle feuille de sécu.

Au local

Une arrivée d'eau est installée pour le rinçage du matériel un pendoir pour séchage est mis en place.

Informations Fédérales

Les assurances de la licences

Changement de la protection Juridique incluse dans la licence (voir sur site FFESSM)
Nous vous rappelons que le mécanisme de la Protection Juridique se décompose en quatre phases possibles : conseil, démarche amiable, judiciaire exécution des décisions rendues (documentation contractuelle disponible dans votre Espace Client (menu Documents), sur ffessm.lafont-assurances.com).

En outre, nous avons obtenu cette année pour **tous nos Comités et Clubs** la gratuité d'un service complémentaire innovant dans la phase de conseil, dont CFDP ASSURANCES est pionnière : **@del – Informations juridiques en ligne.**

Accessible 24h/24 et 7j/7 après authentification sur votre Espace Client (bloc « Protection Juridique fédérale), sur ffessm.lafont-assurances.com , ce **service d'information juridique en ligne** met à votre disposition :

- **@DELIA** : dernier-né des services, il s'appuie sur l'architecture de ChatGPT pour vous offrir la possibilité de poser toutes les questions juridiques que vous souhaitez, et d'obtenir en écriture générative **des réponses immédiates et sécurisées.**
- 150 modèles de courriers types pour vous assister dans vos démarches.
- Plus de 1000 fiches juridiques
- 150 démarches en ligne permettant de créer un courrier sur-mesure, automatisé, pour répondre aux problématiques juridiques avec prise en charge de l'envoi du courrier par CFDP.

Le lien avec un juriste CFDP dédié (**tél : + 33(0)4 68 73 21 21**) demeure pour autant facile, et vous pourrez passer à votre gré d'un mode autonome à un mode accompagné.

Conférence sur les Baleines du 2 avril à St Armel



L'association L'Arméloise organise régulièrement des conférences sur la mer, bateaux etc. Il n'y a pas besoin d'être adhérent. Donc le 2, Guénola Violeau d' Arvik Ocean, association Vannetaise présentait un film sur les baleines qu'elle a suivi avec ses 2 équipiers en voilier de l'Islande aux Antilles en passant par les Açores. En même temps que cette recherche sur le suivi de ces mammifères marins, sa petite équipe s'est employée à faire des relevés sur les déchets plastiques.

Elle parle passionnément de ces sujets, et elle apporte des connaissances pour les enfants, sur son trajet à travers les mers.

Vous pouvez consulter sur le site internet ses actions.

Contact ;

.Par mail: crew@arvikocean.orgValentineDHUConceptrice et animatrice d'ateliers pédagogiques06 02 35 58 57GuénolaVIOLEAU Co-fondatrice d'ARVIK Ocean, navigatrice, réalisatrice06 18 25 21 39

A titre de conférence, dans le 2eme semestre de 2026, l'ASR en proposera une à St Armel, sur le thème de la faune et flore dans le Golfe. Pour l'instant 2 options sont en réflexion.

Bon début de saison à vous tous et que vos bulles soient belles.

Philippe Cier

Au fait : Faites le prochain Infobulles avec vos articles et photos

Résultats du quizz

1	Gulf Stream
2	Niveau 2, à partir de ce niveau on pouvait porter "une stab"
3	2 heures
4	la saumonette
5	Cardinale Ouest : Danger à l'est, navigation sûre à l'ouest. "Je passe à l'ouest" donc je passe babord
6	La noitèl n'est pas toujours immergée avec la marée
7	Le Cross Etel avec messages Security, Pan pan, Mayday, messages en cas de force majeures
8	pas de différence en quantité d'air. La 12l est plus légère (moins d'acier)
9	A l'origine des tables, on parlait en pied (0,30m) 10 pieds = 3m
10	3 étoiles CMA5 (confédération mondiale des activités subaquatiques) c'est un PE3 donc à 60m avec un E4
11	tout est bon, le compas peut se dérégler du fait des masses métalliques de l'épave
12	on arrête de s'équiper, on écoute ses consignes, l'orientation de la plongée, durée, etc
13	le pilote

Réponses

