



## 2- Niveau 3 : Organisation d'une plongée en autonomie

Parmi les prérogatives du niveau 3, organiser ses propres plongées est l'une des plus gratifiantes.

Néanmoins, mettre en place le cadre complet pour que les plongées se déroulent avec bonheur et en toute sécurité nécessite de prendre en compte de nombreux paramètres, tels que météo, législation, etc



# Sommaire

Rappels sur l'autonomie

Avant la plongée

Pendant la plongée

Après la plongée

En synthèse



An underwater photograph showing a diver in the distance, swimming towards a large, textured rock formation. The water is clear and blue, with light rays filtering through. The diver is positioned in the upper right quadrant of the frame, and the rock formation dominates the foreground and middle ground.

# Le niveau 3

RAPPELS SUR L'AUTONOMIE

# Rappels sur l'autonomie

- Autonomie partielle : les plongeurs évoluent sous l'eau sans encadrement, dans le cadre d'une structure, c'est-à-dire sous la responsabilité d'un Directeur de Plongée.
- Espaces d'évolution :

0 – 12 m	PA-1	N1+
0 – 20 m	PA-2	N2 PA-20
0 – 40 m	PA-3	PA-40
0 – 60 m	PA-4	N3

- Autonomie totale : les plongeurs pratiquent la plongée en dehors de toute structure, en organisant totalement l'activité. Cette autonomie est une prérogative du N3 (aptitude PA-4).
- Rappel : cette autonomie n'est possible dans le cadre du code du sport que pour des plongeurs au minimum N3, et dans le cadre de plongées d'exploration.



# Rappels sur l'autonomie

- Un plongeur autonome, quel que soit son niveau, doit :
  - être majeur
  - être équipé :
    - d'un système gonflable au moyen de gaz comprimé lui permettant de regagner la surface et de s'y maintenir
    - des moyens de contrôler personnellement les caractéristiques de la plongée et de la remontée de leur palanquée
    - D'un équipement de plongée permettant d'alimenter en gaz respirable un équipier sans partage d'embout



# AVANT LA PLONGÉE

LA PLUS GRANDE PART DE L'ORGANISATION A LIEU AVANT LA PLONGÉE.

C'EST LÀ QUE L'ON DÉCIDE, EN FONCTION DES PARTICIPANTS, DES CENTRES D'INTÉRÊTS ET DES SITES QUELLES VONT ÊTRE LES CONDITIONS DE LA PLONGÉE.

C'EST ÉGALEMENT AVANT LA PLONGÉE QUE L'ON PRÉPARE LES MESURES PRÉVENTIVES ET LES MOYENS D'INTERVENTION EN CAS D'ACCIDENT.

# Avant la plongée

- Part très importante de l'organisation
- Démarche générale
  - Organisation générale
    - Prendre des informations
    - Choisir le site
    - Préparer le matériel
    - Définir les rôles de chacun, en particulier les palanquées
  - Avant de partir et à l'arrivée sur le site
    - Vérifier les informations
- NB : nous n'entrerons pas dans les détails propres à la navigation



# Avant la plongée

## Organisation générale - La prise d'information

- Informations liées au site
  - Les règlements locaux : zones restreintes ou protégées, zones de pêche, etc.
  - Les sites intéressants
  - La faune
  - Les courants particuliers
- Informations liées à la navigation
  - Les règlements locaux
  - Les marées
  - La météo
- Informations liées aux participants
  - Niveau & expérience
    - Plongée : types, mers, craintes
    - Navigation : navigation
  - Motivation : centre d'intérêts





# Avant la plongée

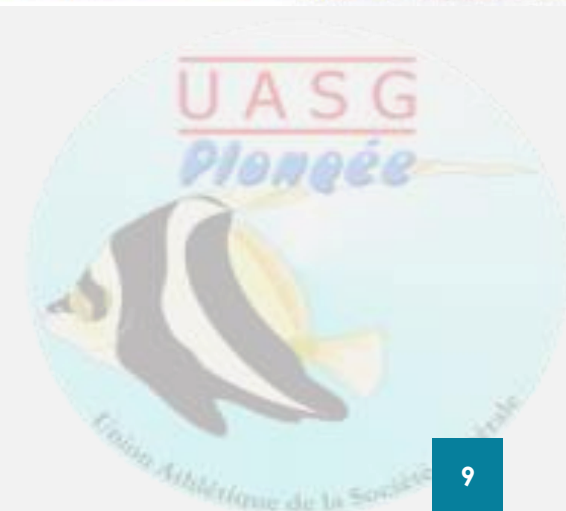
## Organisation générale - La prise d'information : La météo

- Où la prendre ?
  - La capitainerie
  - Internet : [marine.meteofrance.com](http://marine.meteofrance.com), autres sites...
  - Applis sur portable (android, iphone)

Echelle de Beaufort (force des vents)				
1 nœud = 1 mille nautique (marin) par heure Les vitesses se rapportent au vent moyen et non aux rafales				
Degré	Description	Vitesse moyenne en nœuds	Vitesse moyenne en km/h	Etat de la mer
0	calme	< 1	< 1	comme un miroir
1	très légère brise	1 à 3	1 à 5	quelques rides
2	légère brise	4 à 6	6 à 11	vaguelettes ne déferlant pas
3	petite brise	7 à 10	12 à 19	les moutons apparaissent
4	jolie brise	11 à 16	20 à 28	petites vagues, nombreux moutons
5	bonne brise	17 à 21	29 à 38	vagues modérées, moutons, embruns
6	vent frais	22 à 27	39 à 49	lames, crêtes d'écume blanche, embruns
7	grand frais	28 à 33	50 à 61	lames déferlantes, traînées d'écume
8	coup de vent	34 à 40	62 à 74	tourbillons d'écume à la crête des lames, traînées d'écume
9	fort coup de vent	41 à 47	75 à 88	lames déferlantes grosses à énormes, visibilité réduite par les embruns

Etat de la mer		
Degré	Description	Hauteur des vagues
0	Calme	0
1	ridée	0 à 0,1 m
2	belle	0,1 à 0,5 m
3	peu agitée	0,5 à 1,25 m
4	agitée	1,25 à 2,5 m
5	forte	2,5 à 4 m
6	très forte	4 à 6 m
7	grosse	6 à 9 m
8	très grosse	9 à 14 m
9	énorme	> 14 m

- Que regarder ?
  - La force du vent
  - L'état de la mer
  - autres données : précipitations, visibilité



# Avant la plongée

## Organisation générale – Le choix du site

- Type de site
  - Tombants, plateaux, secs, épaves, grottes, etc.
- Exposition
  - Vents et courants
- Heure de plongée
  - Fonction de la marée
- Position
  - Comment le repérer : coordonnées GPS, amers
  - Comment y arriver : mise à l'eau, navigation, etc



# Avant la plongée

## Organisation générale – La préparation du matériel

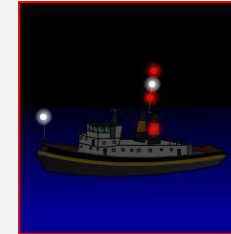
- Matériel de touriste :
  - Crème solaire, chapeau, boisson, nourriture, etc.
- Matériel de plongée, **adapté au site** :
  - En particulier, faire gonfler les blocs (y compris le bloc de secours)
- Matériel de sécurité, **obligatoire**



# Avant la plongée

## Organisation générale – Matériel & règles de sécurité obligatoires (1)

- Pavillon alpha
  - Visible à 360°
  - Taille variable en fonction du bateau
  - De nuit, les feux superposés Rouge Blanc Rouge
- Un jeu de tables
- Une bouteille d'air de secours, équipée de son détendeur
- Une règle : en cas de réimmersion, tout plongeur en difficulté doit être accompagné par un plongeur chargé de l'assister



# Avant la plongée

## Organisation générale – Matériel & règles de sécurité obligatoires (2)

- Un moyen de communication permettant de prévenir les secours
  - VHF
  - Téléphone portable, étanche si possible ou en étui étanche
- Une tablette de notation
  - Accompagnée éventuellement des formulaires fiches d'évacuation, déclaration d'accident, etc.
- Un tableau d'organisation des secours
  - Affiché en un lieu visible de tous
  - Description des procédures
  - Numéros à appeler
  - Rappel des informations à récolter et transmettre



# Avant la plongée

## Organisation générale – Exemple de tableau d'organisation des secours

**FFESSM** .fr

### TABLEAU D'ORGANISATION DES SECOURS EN FRANCE

CONDUITE A TENIR EN CAS D'ACCIDENT OU DE SUSPICION D'ACCIDENT DE PLONGEE

La procédure doit être effectuée, si possible, par 2 personnes :  
l'une prévient les secours, l'autre effectue les gestes de premiers secours

**BILAN**  
(conscience, ventilation ...)

**ALERTE**  
En mer : VHF, Canal 16 (CROSS)\*  
A terre : Téléphone 15 (SAMU)  
Prévention du suraccident (rappel des palanquées etc.)  
\* Conformément au décret 88-531 du 2 mai 1988

*L'oxygène c'est la vie*

**SECOURS**  
**OXYGENE 100%** 15 litres par minute  
Inhalation si sujet conscient  
Insufflation si sujet inconscient

**REHYDRATER** eau, jus de fruit : 1 litre, sujet conscient, capable d'uriner

**ASPIRINE\*** proposer : 500 mg maximum pour un adulte

**ALLONGER ET RECHAUFFER**  
ou mettre à l'ombre selon les conditions

\* Conformément aux dispositions de l'arrêté du 22 juin 1998 modifié.  
Sujets conscients ni allergiques ni intolérants. L'aspirine est un médicament, il doit donc être prescrit par un médecin ou donné à la demande expresse de la victime.

**REEMPLIR FICHE DE SECOURS EVASAN**  
(à transmettre aux équipes médicalisées)

**EN MER, VHF CANAL 16**

- PAN-PAN (3 fois)
- ICI Nom du bateau .....
- Lieu précis
- Nombre de victimes
- Signes de l'accident (symptômes ...)
- Secours apportés
- etc.

**A TERRE, PAR TEL. 15 (ou 112)**

- Lieu précis
- N° de téléphone
- Nombre de victimes
- Signes de l'accidents (symptômes ...)
- Secours apportés
- etc.

**AUTRES NUMEROS**

Pompiers : **18**

Police : **17**

Caisson hyperbare : .....

Médecin 1 : .....

Médecin 2 : .....

Médecin 3 : .....

Médecin ORL : .....

**NE JAMAIS INTERROMPRE UNE PROCEDURE ENTAMEE, MEME EN CAS D'AMELIORATION  
EN CAS DE DOUTE, AGIR COMME SI UN ACCIDENT ETAIT DECLARE  
NE JAMAIS REIMMERGER UNE PERSONNE ACCIDENTEE**



# Avant la plongée

## Organisation générale – Matériel & règles de sécurité obligatoires (3)

- Trousse de secours
  - Pansements compressifs tout préparés, grand et petit modèle
  - Antiseptique local type Ammonium quaternaire
  - Crème anti-actinique
  - Bande Velpeau 5 cm de large
  - Aspirine en poudre non effervescente, 250 & 500 mg
- Eau douce potable non gazeuse
- Couverture isothermique



# Avant la plongée

## Organisation générale – Matériel & règles de sécurité obligatoires (4)

- Moyen de rappeler les plongeurs en immersion
  - Pétard de rappel, mise en route moteur, chocs métalliques ...
- Matériel d'oxygénothérapie
  - Bouteille d'O<sup>2</sup>
  - Mano-détendeur
  - BAVU
  - Tuyau de raccordement
- Eventuellement, un aspirateur de mucosités





# Avant la plongée

## Organisation générale – La définition des rôles et des palanquées

- Définir les palanquées
  - Plus par niveaux que par affinités
- Définir les rôles
  - Pilote / Pilote de secours
  - Surveillance surface
    - Elle n'est pas obligatoire, mais toujours préférable surtout si l'on ne connaît pas le site
- Définir le déroulement
  - 1 tour, 2 tours ?
  - Mouillage ou non ?
  - Comment remonte-t-on le mouillage ?
  - Comment aura lieu la récupération des plongeurs ?
  - Règles particulières
  - Etc.



# Avant la plongée

## Juste avant le départ

- Vérifier la météo
  - Des bulletins d'alerte peuvent être publiés à tout moment !
- Vérifier le matériel avant de partir
  - Une check-list est une bonne idée
- Vérifier le matériel entre participants
  - Stabs : comment fonctionnent-elles ?
  - Ordinateur : quel type ? Où sont affichées les infos nécessaires lors d'une assistance ?
  - etc.
- Prévenir une personne de la sortie
  - Eventuellement, la capitainerie



# Avant la plongée

## A l'arrivée sur le site

- Vérifier les conditions réelles
  - Houle
  - Courant de surface
  - Vent
- Adapter si besoin la plongée
  - Revoir les palanquées
  - Revoir le parcours
  - Mettre en place des éléments de sécurité : ligne de vie, bouée, etc.
  - Si les conditions sont trop difficiles, renoncer à la plongée. Exemple : on a raté l'étale !
- Mettre en place la surveillance surface
- Rappeler les procédures de sécurité en fonction de la plongée
  - Perte de palanquée
  - Sortie du parachute
  - Récupération
  - Définir le moment de remontée (durée max de la plongée)



# PENDANT ET APRÈS LA PLONGÉE

# Pendant la plongée

## Quelques rappels

- En plongée autonome, la responsabilité de chacun est engagée
  - Vis-à-vis de soi-même
  - Vis-à-vis de ses coéquipiers
  - Vis-à-vis des personnes à qui l'on propose une activité
- Une palanquée c'est ...
  - un groupe de plongeurs effectuant une plongée ayant les **mêmes caractéristiques** de trajet, durée et profondeur
  - Autrement dit : on descend ensemble, on reste ensemble au fond et on remonte ensemble !
    - et on reste proches !



# Pendant la plongée

## Être autonome, c'est

- Savoir s'orienter
- Savoir gérer sa décompression
  - Prévoir les paliers et les effectuer correctement
- Savoir gérer son stock d'air
  - Garder un stock suffisant pour assurer sa propre consommation et faire face aux imprévus
- Etre capable d'assurer sa propre sécurité
  - Ne pas se mettre en situation dangereuse et prévenir les accidents
- Etre capable d'intervenir sur un équipier en difficulté
  - Pouvoir l'assister et assurer sa sécurité jusqu'à sa prise en charge par des personnes qualifiées



# Pendant la plongée

## Quelques éléments de sécurité

- Sortie de l'eau
  - A moins d'être sous le (bon) bateau, toujours sortir le parachute – **même si l'on est persuadé que le bateau n'est pas loin !**
- Récupération des plongeurs
  - Le moteur doit être au point neutre !
  - A partir du moment où le bateau va récupérer les plongeurs, ceux-ci ne bougent plus, sauf instruction du pilote
  - Toujours laisser le courant porter les plongeurs vers le bateau
  - Si le courant est important, penser à la ligne de vie...



# Pendant la plongée

## En surface

- Les personnes chargées de la surveillance surface doivent ... surveiller !  
C'est-à-dire
  - Suivre les bulles en début de plongée pour voir dans quelle zone sont les plongeurs
  - Garder un œil sur cette zone, sans oublier de regarder autour du bateau régulièrement
  - Se tenir prêts à intervenir en cas de problème. A cet effet,
    - Le bloc de secours doit pouvoir être mis à l'eau très rapidement
    - Tous les éléments de sécurité doivent être accessibles et opérationnels





# Après la plongée

- Pas de réimmersion seul
  - Même pour décrocher l'ancre
- Attention aux efforts
  - Remontée sur le bateau
  - Remontée du mouillage
- Maintenir un contact
  - Pendant au moins 30 min, voire 1h
  - Surveiller les symptômes d'ADD
- Penser à prévenir de votre retour !



# EN SYNTHÈSE

# En synthèse

- Organiser ses plongées ne doit pas s'improviser
  - Ce qui ne veut pas dire que l'on ne peut pas le faire !
- Le plongeur qui souhaite organiser ses sorties peut s'appuyer sur
  - Les clubs locaux
  - Les structures locales de la fédération
    - Plus ou moins actives, voir les sites Internet
  - La communauté des plongeurs
    - Forums, sites spécialisés, etc.
  - Les acteurs du monde marin
    - Capitainerie, prestataires (exemple : loueurs de bateaux équipés plongée)



A close-up, first-person perspective shot of a diver's hand in a black wetsuit with a white logo, gripping a metal railing. The background is a blurred view of the ocean surface and sky through the water.

**MERCI**