

# Règles à suivre lors d'une plongée

**La plongée ne s'improvise pas.**

**Que ce soit dans la cadre de la pratique en club ou entre amis, organiser la plongée c'est mettre toutes les chances de son côté pour que les participants puissent se faire plaisir en toute sécurité.**

**Deux plongées ne sont jamais identiques, même lorsqu'elles sont réalisées sur le même site. L'organisation doit donc être adaptée à chaque fois en fonction de la variation de nombreux paramètres. S'il n'existe pas de solution unique, les points d'attention sont toujours les mêmes.**

## Règles générales

Une plongée se prépare toujours avant de partir. Elle doit être adaptée aux objectifs recherchés, pouvoir se dérouler dans le respect des procédures et des normes de sécurité et offrir un réel intérêt pour les participants.

### OBJECTIFS DE LA PLONGÉE

Une plongée est toujours organisée en fonction d'un objectif :

- plongée technique (baptême, formation, examen),
- exploration (balade, découverte d'un site, épave),
- activités diverses (biologie, audiovisuel, archéologie...)

### SÉCURITÉ DES PLONGEURS

La sécurité est le premier souci des chefs de plongée. Elle ne peut être assurée sans un minimum de conditions :

- site adapté au niveau des plongeurs et la nature de la plongée,
- conditions de plongées sur le site,
- équipement individuel,
- matériel de sécurité collectif

### SÉCURITÉ DU BATEAU

La sécurité des plongeurs est également liée à celle du bateau de plongée :

- matériel de sécurité conforme au règlement,
- matériel de signalisation,
- état du bateau.

## Préparation de la plongée

Avant de partir le chef de plongée doit connaître les plongeurs participants et s'assurer de la disponibilité du matériel de sécurité et de l'équipement des plongeurs

### LES PLONGEURS

- Connaître le niveau des plongeurs (éventuelle plongée de réadaptation ou de contrôle).
- Composition des palanquées (niveau, autonomie, encadrement).
- Nombre (total et par palanquées).
- Conditions physiques (fatigue, voyage, mal de mer)

### ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ

- Équipement du bateau selon la catégorie et règlement en vigueur.
- Sécurité plongée en surface et au palier.
- Équipement de premiers soins.

### **ÉQUIPEMENT DES PLONGEURS**

- Matériel complet et en bon état.
- Respect de la réglementation.
- Vérification de la pression des bouteilles.

### **CONDITIONS DE PLONGÉE**

Le site de plongée doit être choisi en fonction de l'état du plan d'eau ou de la mer et de la météo.

Certains sites ne sont plongeables qu'avec des conditions idéal et de météo particulières.

**La marée** influe sur la profondeur du site, les courants, la visibilité.

**Les courants** peuvent changer en fonction de la météo, de la marée, et de la profondeur.

**L'état général du plan d'eau** (calme ou agité) peut influencer sur la navigation, et sur les conditions de la plongée.

Se renseigner sur **les conditions météo** et leur évolution. Dans certaines circonstances, les conditions météo peuvent évoluer très vite (nuages noirs « grains », coup de vent...)

**Le site de plongée** doit être choisi en fonction des conditions météo et du plan d'eau mais également en fonction du niveau des plongeurs et des activités prévues.

## **Avant de plonger**

Sur le site de plongée, le bateau peut être : ancré, amarré à une bouée ou une structure, en stand by. Avant la plongée, les dispositifs de sécurité doivent être mis en place et les palanquées formées.

### **ORGANISER LA SURVEILLANCE ET LA SÉCURITÉ**

La présence de plongeurs doit être signalée. Si le bateau est au mouillage, installer une ligne de traîne en cas de courant (50 m). Un pendeur avec une bouteille de sécurité doit être mis en place avec un détendeur multi-sorties. Sauf cas particulier prévoir une présence permanente et compétente sur le bateau. En cas de plongée de dérive, prévoir le dispositif de récupération des palanquées.

### **COMPOSITION DES PALANQUÉES.**

Le chef de plongée doit être compétent et identifié conformément à la réglementation.

### **BRIEFING AVANT PLONGÉE**

- Présentation du site et de la plongée.
- Consignes de sécurité : profondeur, durée, courant, dangers particuliers.
- Consignes de mise à l'eau et de sortie.
- Organisation de l'activité sous l'eau (technique, biologie, photos...)

### **VÉRIFICATION DES ÉQUIPEMENTS INDIVIDUELS**

- Remplissage et pression des bouteilles.
- Fonctionnement détendeurs.
- Fixation et fonctionnement des compensateurs.
- Vérification des montres, profondimètres, ordinateurs.

Les plongeurs et surtout les chefs de plongées doivent connaître le matériel utilisé par les coéquipiers.

## **Gestion de la plongée**

Le chef de plongée est responsable de la gestion et du bon déroulement de la plongée.

### **COMPOSITION DE LA PALANQUÉE**

Le chef de plongée (Classe C) ou celui qui en assure la responsabilité (plongeurs Classe C) organise la palanquée et désigne le serre file. Ce dernier ferme la marche et contribue à la sécurité de la palanquée. Le chef de palanquée et le serre file sont généralement les plongeurs les plus expérimentés ou qui connaissent le mieux le site.

### **DESCENTE**

Le chef de palanquée est le premier à l'eau, le serre fil le dernier. Le chef de palanquée descend le premier lorsque tous les plongeurs sont à l'eau et prêts à l'immersion.

Attention aux barotraumatismes : oreilles, plaquage de masque. Adapter le rythme de la descente au niveau des plongeurs et à leur condition physique. Contrôler la descente et veiller à l'équilibrage.

### **SUR LE FOND.**

Une plongée se prépare et se gère, elle ne s'improvise pas au fond.

Évoluer ensemble, à la même profondeur. Jamais plus bas que le chef de plongée. Respecter les consignes données lors du briefing notamment en matière de profondeur et de temps. Le premier danger est la dispersion. Être toujours prêt à porter assistance à un plongeur en difficulté. Prévenir le chef de plongée qui peut prendre la relève en cas d'assistance.

### **LA REMONTÉE**

La fin de plongée est commandée par le chef de plongée : fin du temps prévu, ne pas descendre à moins de 500psi sur le manomètre de l'un des équipiers.

Toujours remonter au mouillage. Si remontée s'effectue en pleine eau, mettre en place une saucisse de signalisation au plus tard en début de palier.

Tout le monde remonte en même temps et à la même vitesse. Les paliers éventuels sont réalisés en fonction de l'ordinateur le plus pénalisant. Le palier de 10 m (30 pieds) sert notamment à contrôler les données ordinateurs de chaque plongeur. Même si l'ordinateur ne donne aucun palier, faire un palier de 3mn à 4.5m (15 pieds).

Avant de faire surface, faire un tour d'horizon et écouter. En arrivant en surface, se signaler au bateau. (signe OK).

## **Après la plongée**

Si le bateau est au mouillage, le retour se fait en palmant depuis le mouillage ou depuis le pendeur. Si le bateau ne mouille pas ou que la palanquée sort trop loin du bateau, le bateau vient rechercher la palanquée dont les plongeurs sont restés groupés. Le chef de plongée sort le dernier de l'eau.

Le déséquipement des équipiers se fait le plus rapidement possible afin de libérer la place toujours comptée sur un bateau. Les paramètres de plongée de la palanquée (temps profondeur, heure de sortie) sont notés sur la feuille de contrôle.

Il est important d'être attentif au comportement des plongeurs une fois à bord surtout si la plongée s'est déroulée dans des conditions difficiles : froid, stress, courant...

## **Connaissance du site**

Il est souhaitable que le chef de plongée présente le site aux plongeurs lors du briefing. Cela contribue à la sécurité et permet également de rendre la plongée plus intéressante. Présenter les aspects les plus remarquables du site ainsi que les précautions à prendre en fonction des particularités et des conditions du moment.

Avant de se rendre sur un nouveau site, il est préférable de se renseigner et bien sur de le localiser (carte, coordonnées, aide à la navigation, GPS).

## Orientation

L'orientation en plongée n'est pas évidente. Le milieu aquatique n'est pas notre milieu naturel et nos perceptions y sont différentes notamment au niveau des sons, de la vue et de l'équilibre. Plusieurs méthodes existent. Elles peuvent être utilisées de façon complémentaires ou non.

### L'ORIENTATION AUX INSTRUMENTS

Elle est réalisée avec une boussole et éventuellement une montre. Elle permet de suivre un cap, une durée, de calculer un cap retour.

### LA MÉMORISATION DES DÉPLACEMENTS

Elle prend en compte la profondeur d'immersion, la durée, le nombre de coups de palmes...

### L'OBSERVATION DU MILIEU

Elle prend en compte la configuration du fond, le sens du courant, la lumière du soleil, le défilement des particules.

## Les dangers

### LE COURANT

Il peut varier en direction et en intensité en fonction de la profondeur :

- observer avant la mise à l'eau,
- palmage efficace,
- renoncer si le courant est trop important,
- toujours commencer la plongée en remontant le courant.

### LE FROID

Il s'accroît avec la profondeur. Attention à l'hypothermie :

- combinaison adaptée à la température de l'eau,
- durée de la plongée adaptée.

### LA PROFONDEUR

Elle doit être adaptée au niveau de pratique. Attention à la narcose et au respect des procédures de décompression. La profondeur se maîtrise grâce à une bonne compensation.

### TURBIDITÉ

Elle peut varier rapidement et fortement limiter la visibilité. Attention à l'orientation et à la cohésion de la palanquée. Rester groupé, prendre des repères, le cas échéant remonter avec précaution et faire signe en surface.

### NATURE DU SITE

Même le plus beau site de plongée peut comporter des pièges.

### ÉPAVE

Ne jamais pénétrer dans une épave à moins d'avoir un cours en pénétration d'épave. Toujours avoir la sortie en vue. Ne pas hésiter à utiliser un moulinet et un éclairage. Ne jamais oublier que l'on ne peut pas remonter directement. Attention : tôles coupantes et instables, orientation, particules, effet venturi à l'abord des issues.

### GROTTE

Consignes identiques. Le plus souvent il n'y a qu'une seule sortie. Il est donc obligatoire de faire demi-tour pour sortir.

### **VASE**

Peu de repères, attention à l'orientation. Sur un fond de sable utiliser les rides dans le fond (ripple marks). Attention : palmage trop près du fond = nuage de vase ou de particules.

### **FILETS ET LIGNES**

S'en tenir éloignés absolument pour éviter de rester accroché. Ne jamais s'approcher d'un filet. Toujours avoir un couteau ou un sécateur.

### **LES ANIMAUX**

Certains **animaux** peuvent présenter un danger certain en mer:

- morsures (murènes, balistes, perroquets...)
- piqûres (chirurgiens, rascasses...)
- urticants (vers de feu, anémones, cnidaires, méduses...)

Regarder avec les yeux, éviter de toucher ou de provoquer. Attention aux mains. Le champ de vision avec un masque est beaucoup plus étroit que sur terre.

### **EN SURFACE**

Tant que les plongeurs sont dans l'eau ils sont exposés aux effets de la houle, des courants et du vent.

Faire également attention aux bateaux qui respectent rarement la distance de sécurité, même de nos jours.

## **Matériel et équipement**

Le matériel doit être conforme à la réglementation, tant en ce qui concerne le gréement du bateau selon sa catégorie, que l'équipement collectif de sécurité pour la plongée et l'équipement individuel des plongeurs.

### **ÉQUIPEMENT DU BATEAU**

Selon sa catégorie de gréement. Pharmacie, signalisation, communication, veste de flottaison...

### **ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ COLLECTIVE POUR LA PLONGÉE**

Signalisation (pavillon alpha ou pavillon rouge à bande oblique blanche), oxygène, aspirine, eau douce, matériel de premiers soins, pendeur et bouteille de sécurité, ligne de vie...

### **ÉQUIPEMENT DE SÉCURITÉ EN PLONGÉE**

Contrôle de la profondeur (profondimètre ou ordinateur), contrôle de la durée (montre ou ordinateur), procédure de décompression (tables ou ordinateur), contrôle de la réserve d'air (manomètre), double détendeur ou deux sources d'air, lestage suffisant (neutre au palier), contrôle de la flottabilité (compensateur de flottabilité).