# JOURNEE DU 03 AVRIL 2010

# PREVENTION DES ACCIDENTS

# PREROGATIVES DE L'INITIATEUR

**1 - ENSEIGNEMENT**

**E1**……ENSEIGNEMENT dans **l'espace proche**

**DU DEBUTANT AU P2 + ENFANTS**

**E2**.....ENSEIGNEMENT dans **l'espace médian (GC4)**

**DU DEBUTANT AU P4 + ENFANTS :**

- Voir contenu de formation dans manuel de formation technique

## 2 - DIRECTEUR DE PLONGEE

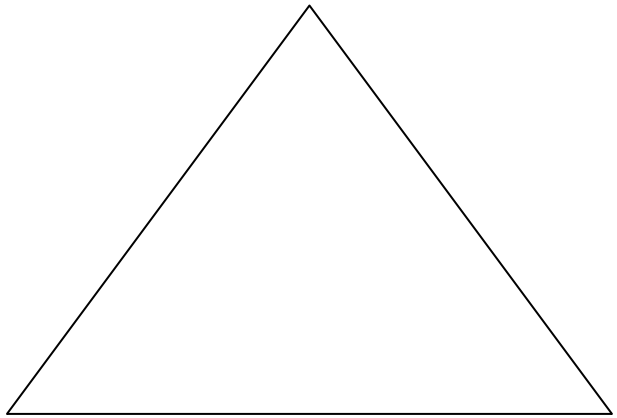
En milieu artificiel, en bassin n’excédant pas 6 m

## Rôle du DIRECTEUR DE PLONGEE :

- Il organise et surveille l’activité
- Il s’assure de l’application des règles (code du sport)
- Donne son autorisation au N4 pour effectuer des baptêmes (en milieu artificiel)
- Veille à la mise en place des équipements de sécurité

# REFLEXION SUR 3 AXES

**Homme**



**Milieu**

**Matériel**

# RISQUES LIES A L'HOMME AU MILIEU ET AU MATERIEL

| ACCIDENTS | CAUSES |
|---|---|
| • **AVANT Et APRES** | |
| CHUTE | courir - bousculade - capelage acrobatique – mises à l'eau |
| CHOC | sans vérification ou périlleuses - émersions sans tour d'horizon |
| | sol mouillé - Remontée échelle – bord |
| | Bloc debout ou non attaché matériel inadapté (trop lourd….) |
| | matériel dispersé - |

# ACCIDENTS LIES A L'HOMME AU MILIEU ET AU MATERIEL

- **PENDANT**

**BAROTRAUMATISMES**

| | |
|---|---|
| **- oreilles** | équilibration tardive ou oubliée – mauvaise manœuvre d'équilibrage<br>stress - descente trop rapide<br>froid - visibilité<br>cagoule – masque inadapté |
| - **masque** | descente trop rapide<br>équilibration tardive ou oubliée<br>masque trop petit<br>sangles trop serrées |
| - **Surp. Pulmonaire** | apnée en remontant – n'expire pas assez - Valsalva en remontant<br>panique avec blocage glottique<br>non maîtrise du gilet |

# ACCIDENTS LIES A L'HOMME AU MILIEU ET AU MATERIEL

| | |
|---|---|
| **ESSOUFFLEMENT** | efforts divers…<br>manque entraînement - entraînement sans rapport avec niveau - stress –<br>courant - froid - profondeur –<br>matériel inadapté - combinaison trop serrée<br>lestage inadéquat |
| **FROID - VISIBILITE - TURBIDITE – GIVRAGE** | alimentation inadéquate –<br>ventilation non éduquée –<br>eau froide<br>vase soulevée - particules<br>détendeur mal réglé<br>mauvaise isolation thermique |

# ACCIDENTS LIES A L'HOMME AU MILIEU ET AU MATERIEL

**NOYADE : conséquence de tous les accidents si l'accidenté n'est pas soustrait au milieu**

panne d'air - apnée
essoufflement - perte connaissance – toutes paniques – perte de palanquée - Givrage - détendeur défectueux etc……..

# PREVENTION ET ENVIRONNEMENT

- Informer pour prévenir (élèves et moniteurs)
- Former les plongeurs aux risques spécifiques
- En tant que DP rappeler les consignes de sécurité aux encadrants
- En tant qu'encadrant éliminer, au mieux, les risques
- Exemples :
  - Ne pas courir sur le bassin (en plus avec du matériel)
  - Aucun plongeur dans l'eau sans encadrant
  - Veiller au portage correct du matériel
  - Coucher les blocs…rassembler son matériel
  - Regarder avant les mises à l'eau
  - Mise en place ateliers spécifiques (REC – Apnée…..)

# PREVENTION

## (**Homme** – Milieu – Matériel)

- Équilibrage oreilles => consignes à rappeler !
- éducation de la ventilation sous marine
- Entraînement physique régulier
- parcours surface en rapport avec niveau
- Hydratation correcte
- attention au stress avant et pendant la plongée (reprise après interruption de la plongée – 1ère plongée en milieu naturel – nouvel exercice – changement matériel)

# PREVENTION

## (Homme – **Milieu** – Matériel)

- expliquer le milieu
- Profondeur adaptée au niveau élève et aux exercices
- rester très proche voire se tenir
- respiration et gonflage gilet pas en même temps
- temps de plongée en fonction de la température (attention plongée enfant)
- privilégier descente et remontée long d’un bout ou repère visuel
- palmage au dessus du fond

# PREVENTION

## (Homme – Milieu – **Matériel)**

- Matériel adapté
- protection isothermique suffisante en plongée
- Protection avant et après la plongée
- matériels spécifiques  pour eaux froides
- montage et réglage détendeur pour eaux froides
- lestage  adapté
- phare si nécessaire
- révision matériel (même - matériel club)

# CONSIGNES DE SECURITE

- Maîtrise du ou des PRE REQUIS nécessaires  à l'exercice
- travail à sec – travail en surface
- exercices du + simple au + compliqué
- travail à l'horizontal
- du moins profond au + profond (sauf apnée, immersion et mises à l'eau
- Attention particulière lors d'exercices d'apnée
- d'un milieu sécurisé à milieu « naturel »
- remontée le long d'un bout
- tenir l'élève à chaque exercice non maîtrisé
- pour exercices spécifiques se tenir un peu au dessus de l'élève
- Tour d'horizon avant toute émersion

# COMPORTEMENT DE L’ENCADRANT

- Être disponible, à l’écoute et attentif à ses élèves
- Être et rester calme en toutes circonstances
- Avoir un discours compris de tous
- L’encadrant doit s’adapter à chaque situation présente
- N’oubliez pas que l’apprentissage c’est répéter et répéter encore

EN ENFIN…..

- Rappelez vous de vos débuts, des difficultés rencontrées pour ne pas que vos élèves subissent vos cours