

LA SÉCURITÉ EN MER EST UNE AFFAIRE DE COMPORTEMENT

Tout témoin d'un accident en mer
doit en informer sans délai le C.R.O.S.S.



Le portable est inadapté en mer
et ne peut en aucun cas remplacer la VHF
pour la sécurité. Tous les sauveteurs en mer
sont équipés de VHF marine.



En mer, pour passer votre appel de secours
VHF canal 16 - ASN 70

Accident de chasse sous-marine, urgence médicale.
Il permet un accès direct aux centres de sauvetage.

A terre pour passer un appel de secours,
un seul numéro de téléphone : le 15



Depuis la côte, par GSM le 116
Inquiétude relative à une personne partie en mer.
Ou vous êtes témoin à terre d'un événement en mer

Consultez la fiche d'information de sécurité du Ministère de
l'Écologie, de l'Énergie, du Développement durable et de la Mer
http://www.developpement-durable.gouv.fr/IMG/pdf/loisirs_sous-marins_cle01e358-1.pdf

SIGNALEZ VOTRE NAVIRE !

- Les navires de plaisance participant à des opérations de plongée doivent porter les marques prévues par le règlement international pour prévenir les abordages en mer.
- Toutefois, les navires dont la longueur est inférieure à 7 m peuvent montrer un pavillon A du code international des signaux, d'au-moins 0,5 m de guindant.
- Ce pavillon doit être visible sur tout l'horizon et maintenu déployé.



Pavillon "Alpha" du code international des signaux "se tenir à distance et avancer lentement."

Si vous souhaitez PRATIQUER ou VOUS INITIER
À LA PÊCHE SPORTIVE EN APNÉE, adressez vous à
l'école fédérale www.ecole.fnpsa.net ou à un club
de votre choix dont la liste est disponible sur
www.clubs.fnpsa.net et auprès du secrétariat de la
FNPSA



FÉDÉRATION NAUTIQUE DE PÊCHE SPORTIVE EN APNÉE,

Quai des Seychelles - 29900 CONCARNEAU

TÉL. 02 98 97 09 87

du lundi au vendredi, de 13h30 à 18h30

Email : fnpsa.secretariatfederal@orange.fr

www.fnpsa.net

Ces clubs s'engagent à respecter les principes de sécurité préconisés,
l'obligation d'assurance, les normes administratives, les règles de pratique,
et le Code Moral de la Pêche Sportive en Apnée.



SubComposite.com



LES PÊCHEURS SOUS-MARINS
ONT LEUR MAGAZINE !

Apnée, le magazine pour apprendre,
comprendre et s'informer !

Abonnez-vous au tarif réservé aux licenciés FNPSA
www.apnea.fr

N° Azur 0 811 85 13 56

FÉDÉRATION NAUTIQUE DE PÊCHE SPORTIVE EN APNÉE



PÊCHEURS SPORTIFS EN APNÉE



CONSEILS POUR VOTRE SÉCURITÉ

specimens.fr - Photos : Daniel Delorin, Lionel Henry et Stéphane Mistrud



apnée
magazine

LES CLUBS DE LA FÉDÉRATION NAUTIQUE DE PÊCHE SPORTIVE EN APNÉE VOUS PERMETTENT DE PRATIQUER VOTRE ACTIVITÉ FAVORITE



Dans ce cadre, le respect de certaines règles est indispensable à votre sécurité.

Voici quelques informations et conseils établis à votre intention par la FNPSA en collaboration avec la revue Apnée, et les organisateurs de vos sorties en mer.



SIGNALEZ-VOUS !



- Les plongeurs sous-marins isolés doivent signaler leur présence à l'aide d'une bouée sur laquelle flotte un pavillon rouge portant une croix de Saint-André blanche ou un pavillon rouge portant une diagonale blanche.
- Vous devez vous tenir à proximité immédiate de cette bouée.
- Les bateaux doivent s'en écarter à 100 mètres au moins et naviguer prudemment en exerçant une veille attentive.

Le défaut de signalisation constitue une cause importante d'accidents mortels.

Lorsque la zone est trop fréquentée par les navires à propulsion mécanique, préférez les premières heures du jour ou du soir. Sinon renoncez à votre plongée. Aucun poisson ne mérite que l'on risque sa vie pour le pêcher.

LA CHASSE SOUS-MARINE ENTRAÎNE UN ACCIDENT GRAVE POUR MILLE PRATIQUANTS ET PAR AN

PRÉPAREZ-VOUS MENTALEMENT ET PHYSIQUEMENT !



- Soyez humble, calme et responsable.
- Ne surestimez pas vos capacités.
- Il est primordial pour votre sécurité et celle des autres de vous préparer physiquement tout au long de l'année.
- Avant les vacances, passez une visite médicale d'aptitude avec test d'effort.
- Ne plongez pas fatigué, le premier jour de vos vacances, ou si vous n'en ressentez pas l'envie.
- Prenez exemple sur les plus grands champions qui prennent **une journée de repos après deux ou trois jours de plongées**
- Ne multipliez pas les plongées profondes et n'utilisez pas de locoplongeur. L'utilisation de ce matériel est extrêmement dangereuse (risque d'accident de décompression ou "taravana").
- Reposez vous suffisamment entre deux plongées.
- Redoublez d'attention lorsque vous accompagnez un jeune sportif.

NE PRATIQUEZ JAMAIS SEUL !

- Pour assurer votre sécurité et celle des autres, ne pratiquez jamais seul.
- Faites-vous accompagner lors de vos sorties en mer par une personne confirmée.
- Plongez toujours à deux ou trois personnes en vous surveillant mutuellement (risque de syncope).

La syncope par anoxie est la cause la plus importante d'accidents mortels.

- Surtout, ne vous hyperventilez pas, n'exagérez ni l'inspiration, ni l'expiration.
- N'attendez pas de ressentir le besoin de respirer pour remonter.
- Ne relâchez pas votre air sous l'eau.



AVANT DE PARTIR

Pensez à vous protéger au moyen d'une combinaison, de gants et de chaussons.

- Assurez vous lors d'un départ à la palme que votre niveau de pratique est compatible avec votre parcours.
- Dépasser ses limites physiques accroît les risques d'accidents.
- Alimenter-vous suffisamment et prévoyez une boisson qui vous permettra de vous hydrater pendant la journée.
- L'absorption d'alcool est incompatible avec toute pratique sportive.

RESPECTEZ LES REGLES DE NAVIGATION

Respectez la réglementation : il est interdit de maintenir une arbalète chargée hors de l'eau. Soyez vigilant et veillez à ne jamais diriger votre arbalète vers l'un de vos coéquipiers.

- Consultez la météo, et lors d'un départ en bateau, vérifiez bien votre niveau de carburant.
- Veillez à l'entretien du moteur de votre navire.
- Vérifiez avec soin le matériel de sécurité obligatoire pour votre catégorie de navigation et expliquez son fonctionnement à vos équipiers.
- Enfin n'oubliez pas de vous écarter de la bouée signalant la présence d'un plongeur sous-marin, et de naviguer prudemment et avec attention.
- Respectez le balisage des plages et l'espace réservé à la baignade.
- Evitez d'emmener lors de sorties de découverte, des enfants en trop bas âge.
- La licence de la FNPSA au format carte de crédit vous permet, y compris en mer, de justifier à tout moment auprès des autorités que vous avez souscrit l'assurance obligatoire spécifique en responsabilité civile d'un montant illimité, prévue par les art. L.321 et s. du Code du sport. www.licences.fnpsa.net