



# ZE GLUB GAZETTE

Collection Mai 2009

ORGANE DE PRESSE OFFICIEL APERIODIQUE DE VOTRE CLUB DE PLONGEE

Le conseil d'administration ...	Webmaster :	Pierre-Bernard Demoulin
Président : Robert Henry	Responsable matériel :	Yves Ducenne
Chef d'école : Gregory Jones	Secrétaire :	Frédéric Tétart
Vice présidente : Valérie Woit	Public relations :	Frédéric Brysse

Le site internet du club ... <http://www.ulb.ac.be/assoc/plongee>

## Edito

Le beau temps est de retour (ou presque), et avec lui viennent les bonnes résolutions... Pour ma part, j'ai envie d'organiser quelques belles sorties club, afin de passer un bon moment, que ce soit en Zélande ou au bord d'une carrière. J'espère que vous partagez ma vision de la plongée, et que nous serons nombreux autour du barbecue...

Les opportunités de se retrouver sont nombreuses ; vous trouverez dans la rubrique Agenda un échantillon des prochaines activités du club. Je vous encourage à visiter notre site web pour plus d'informations, tenez-vous à jour !

De nombreux membres nous rejoignent et se forment afin de plonger à l'extérieur ;

- 11 baptêmes depuis le début de l'année
- 7 candidats 1\*
- 2 candidats 2\*
- 2 candidats Nitrox
- 3 candidats Plongée Profonde à l'Air
- 9 personnes ont suivi le BLS (Basic Life Support)



En parallèle des examens et des exercices piscine, des cours théoriques sont prévus jusque fin juin. Nous vous rappelons qu'un bon plongeur utilise autant sa tête que ses jambes, et ce n'est pas parce que vous avez déjà réussi un examen théorique qu'un petit rafraîchissement de la mémoire est inutile...

N'oubliez pas de vous inscrire auprès des responsables du cours !

Surtout, n'oubliez pas de plonger pour le plaisir et en sécurité. Je vous souhaite une bonne lecture, et de bonnes bulles !

## Agenda

Nous vous rappelons que notre site web comprend depuis début avril un calendrier reprenant les sorties, les cours et tous les événements relatifs à la vie du club. Pour l'atteindre, <http://www.ulb.ac.be/assoc/plongee> puis cliquez sur *L'Agenda* à gauche.

Ce calendrier provient de Google Agenda. Il est donc possible à tous ceux qui ont une adresse *@gmail.com* (et ils sont nombreux dans notre club) de l'intégrer directement à leur propre Agenda.



Pour proposer une sortie, un événement, prenez contact avec FredT et FredB!

Voici d'avance une sélection d'événements proches:

- Samedi 9 mai 2009 à partir de 19h30: barbecue du club chez Marie. Réservation souhaitée auprès de Marie pour gérer l'intendance!  
Lieu: 33 avenue du prince d'Orange à Uccle.
- Mercredi 13 mai 2009 à 19h: cours Matériel de plongée donné par Michel Rasquet. N'oubliez pas de lui confirmer que vous serez présents.  
Lieu: Kot plongée.
- Dimanche 17 mai 2009 à partir de 7h: 26<sup>èmes</sup> Puces Nautiques. Voir article ci-dessous pour plus d'information.  
Lieu: quartier du Châtelain à Ixelles.
- Lundi 18 mai 2009 à 20h: cours Médecine, les accidents (en dehors de l'ADD) donné par Pierre Dernier. N'oubliez pas de lui confirmer que vous serez présents.  
Lieu: auditoire du bâtiment U, porte D niveau 2, salle 214a.
- Lundi 25 mai 2009 à 20h: cours sur la Zélande donné par Yves Ducenne. N'oubliez pas de lui confirmer que vous serez présents.  
Lieu: auditoire du bâtiment U, porte D niveau 2, salle 214a.
- à suivre: cours sur la *faune et flore* par Hugues Lorent, *l'accident de décompression* par Pierre Dernier, *l'oxygénothérapie hyperbare* (avec sortie en caisson en juillet ou août !) par Daniel Jacobs, médecin hyperbare. Ces deux cours sont complémentaires, et le dernier obligatoire pour effectuer la plongée en caisson à Vésale.

Mais également, stage de plongée profonde à l'air (PPA) dans le sud de la France, sorties en carrière et en Zélande, etc.

***Je vous invite à consulter l'agenda pour plus d'informations!***

## La pub



Les membres assidus à la piscine en ce début d'année ont déjà pu voir la magnifique affiche concoctée par Barbara. Pour les autres, je la place ci-contre.

Nous allons bientôt relancer une campagne d'affichage afin d'attirer les curieux à effectuer un baptême, et trouver ainsi de nouveaux membres.

Dans ce cadre, toutes les bonnes volontés sont invitées pour les sessions d'affichage, faites-vous connaître!

De plus, n'hésitez pas à contacter un des membres du CA si vous avez des propositions ou des idées promotionnelles, pour le campus ou ailleurs!

## Les brevets de plongée avec le nouveau système...

Le système Lifras actuel comporte 3 niveaux de brevet de plongeur, et 4 niveaux de moniteur.



*Le plongeur 1\** est capable d'utiliser de façon correcte et en toute sécurité tout le matériel de plongée en eaux libres, et prêt à acquérir de l'expérience en eaux libres avec des compagnons de plongée expérimentés.

*Le plongeur 2\** est un plongeur autonome ayant acquis une certaine expérience de la plongée en eaux libres et considéré apte à prendre part à des plongées accompagné d'un plongeur d'un niveau supérieur ou du même niveau sous certaines conditions.

Enfin, *le plongeur 3\** maîtrise les connaissances, les compétences et l'expérience suffisante pour pouvoir planifier, organiser et effectuer ses plongées, ainsi que diriger d'autres plongeurs en scaphandre autonome pratiquant la plongée de loisir en eaux libres. Les plongeurs 3\* guides de palanquée peuvent contribuer à l'encadrement des élèves et à l'amélioration de la sécurité, mais ne peuvent évaluer les élèves.

En pratique, qui peut plonger avec qui?

	NH	P1	P2	P3	P3 brevet PPA	P4	AM	C-F-N
NH	N.A.	N.A.	N.A.	N.A.	N.A.	N.A.	15m*	15m
P1	N.A.	N.A.	N.A.	15m	15m	15m	20m	20m
P2	N.A.	N.A.	18 ans 20m	30m	30m	30m	40m	40m
P3	N.A.	15m	30m	40m	40m	40m	40m	40m
P3 brevet PPA	N.A.	15m	30m	40m	La limite de 50m est recommandée lors de l'utilisation de l'air comme gaz fond			
P4	N.A.	15m	30m	40m				
AM	15m*	20m	40m	40m				
C-F-N	15m	20m	40m	40m				

N.A : non-autorisé

\* : les 2 premières plongées du NH doivent obligatoirement être effectuées par un moniteur (MC, MF ou MN).

Pour plus d'information sur les exigences propres au passage de chaque brevet, je vous renvoie à la farde Lifras: <http://www.lifras.be/farde/index.asp?b=45>

N'hésitez pas à questionner vos moniteurs!

## Le nitrox

Lors de la dernière assemblée générale, Hugues a soulevé la discussion de l'utilisation du nitrox au club. Le sujet nitrox revient régulièrement au bar après l'entraînement du mercredi, il est donc utile de l'expliquer un peu afin que tous nos membres puissent suivre les conversations ;)

### 1. Le nitrox, qu'est-ce que c'est?

Le nitrox est un gaz composé d'oxygène (O<sub>2</sub>) et d'azote (N<sub>2</sub>), comme l'air (21% d'O<sub>2</sub>, 79% de N<sub>2</sub>), mais suroxygéné, c'est à dire qu'il contient plus d'O<sub>2</sub> que l'air. Le pourcentage utilisé en plongée varie entre 22 et 100%.



### 2. A quoi ça sert?

Le nitrox permet de saturer moins le corps en azote que lors d'une plongée identique à l'air, ce qui a évidemment des effets positifs sur la décompression. Selon la planification choisie, le plongeur peut donc rester plus longtemps au fond avec des paliers équivalents, ou diminuer ses temps de palier à profil de plongé équivalent, ou encore prendre une marge de sécurité plus importante face à l'ADD. Sur le plan physiologique, les plongeurs remarquent également une fatigue moindre suite à l'utilisation du nitrox.

### 3. Quels sont les désavantages?

Il y a un revers à la médaille; le mélange respiré étant plus oxygéné que l'air, le seuil de toxicité de l'O<sub>2</sub> est plus vite atteint avec la profondeur. Le nitrox n'est donc en aucun cas utilisé pour faire des plongées très profondes.

De plus, le matériel à utiliser doit être spécifique lorsque le mélange contient plus de 40% d'oxygène, afin d'éviter tout risque d'explosion (l'oxygène et la graisse ne font pas bon ménage).

### 4. Pour quelles plongées? Qui est concerné?

Moyennant une attention particulière et une formation spécifique, le nitrox est tout à fait sans danger et particulièrement recommandable pour les plongées saturantes (longue durée) et les plongées multiples (lors d'une croisière, par exemple).

Le brevet de spécialisation est accessible à partir du 2\*, avec minimum 25 plongées. Il s'obtient en passant un examen (à cahier ouvert) et en réalisant deux plongées au nitrox sous la supervision d'un moniteur nitrox.

## 5. Et au sein du club?

Certains de nos moniteurs utilisent le nitrox pour la plupart de leur plongées exercices, afin de garantir une marge de sécurité plus importante. De nombreux plongeurs ont également cette certification.

Le nitrox étant intéressant sur le plan de la sécurité et de la formation, il a été décidé lors du dernier conseil d'administration d'en encourager la formation et l'utilisation par les plongeurs intéressés. Le prix d'un gonflage nitrox au club a donc été fixé à 3€ (à comparer avec les 7 à 9 € du commerce).

Intéressés? Parlez-en à Valérie ou Gregory!

## Les 26<sup>èmes</sup> Puces Nautiques

Les « Puces nautiques » rassemblent chaque année, depuis 25 ans, les amateurs des sports nautiques. Ce seul marché aux puces dédié au monde nautique, qui se tiendra le 17 mai prochain dans le quartier du Châtelain, fait habituellement le bonheur des amateurs d'objets de la mer et des sports nautiques.

Avant tout il s'agit d'une brocante originale qui concerne les sports et activités nautiques (véliplanisme, plongée, ski nautique, petits et moyens voiliers, motos nautiques, kayaks, hors\_bord en dur et gonflables, pêche, antiquités marines et objets ayant un rapport avec la mer).

Du bateau à la planche à voile en passant par le scaphandre de plongée ou les modèles réduits, une variété impressionnante de matériel nautique trouve acquéreur lors de cette manifestation.

Une brocante générale se déroule au même moment dans les rues voisines (quartier Bailli / Châtelain).

Si vous êtes à la recherche de matériel de plongée, il peut être intéressant de faire un tour; vous y trouverez du matériel neuf e de seconde main, de la combinaison au tuba en passant par le phare. Prévoyez de venir tôt, les bonnes affaires ne restent pas longtemps sur les stands!

Le dimanche 17 mai 2009, de 07h00 à 17h00

Place du Châtelain à 1050 Ixelles

[http://www.puces\\_nautiques.org](http://www.puces_nautiques.org)