

GLUB



A V R I L 2 0 1 5

L'image du mois et le nouveau CA	<i>Page 2</i>	La revue de presse	<i>Page 6</i>
Recyclage secoursime	<i>Page 3-4</i>	Le syndrome de l'escargot	<i>Page 7-9</i>
Vous avez dit trombinoscope?!	<i>Page 5</i>	Une demande du Ptéroïis	<i>Page 10</i>

LA GLUB DU MOIS D'AVRIL

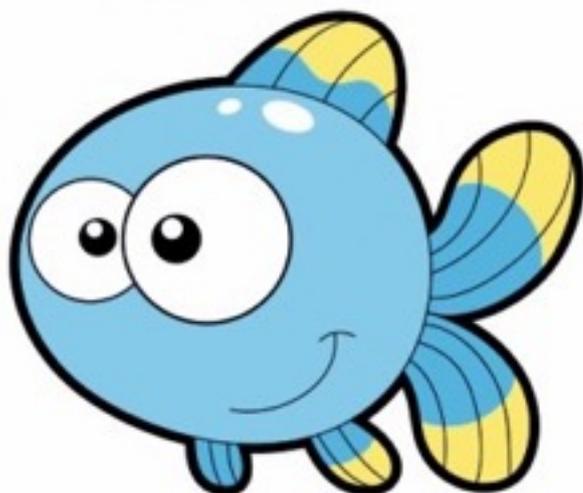
Cette GLUB en a des choses à vous dire!

Et oui, pas de Glub en mars, celle d'avril regorge donc littéralement d'informations hyper-essentiels qui vous mourrez tous d'impatience de lire bien entendu !

Nous allons donc parler de la nouvelle composition du CA, d'un recyclage et du syndrome de l'escargot de Bourgogne... (vous verrez ;)!

Marie

NDLR: merci à Val pour l'image ci-dessus :)



ORGANE DE PRESSE OFFICIEL
PÉRIODIQUE DE VOTRE CLUB DE
PLONGÉE
ÉDITEUR RESPONSABLE: ROBERT
HENRY
RÉDACTRICE EN CHEF: MARIE VIGONI

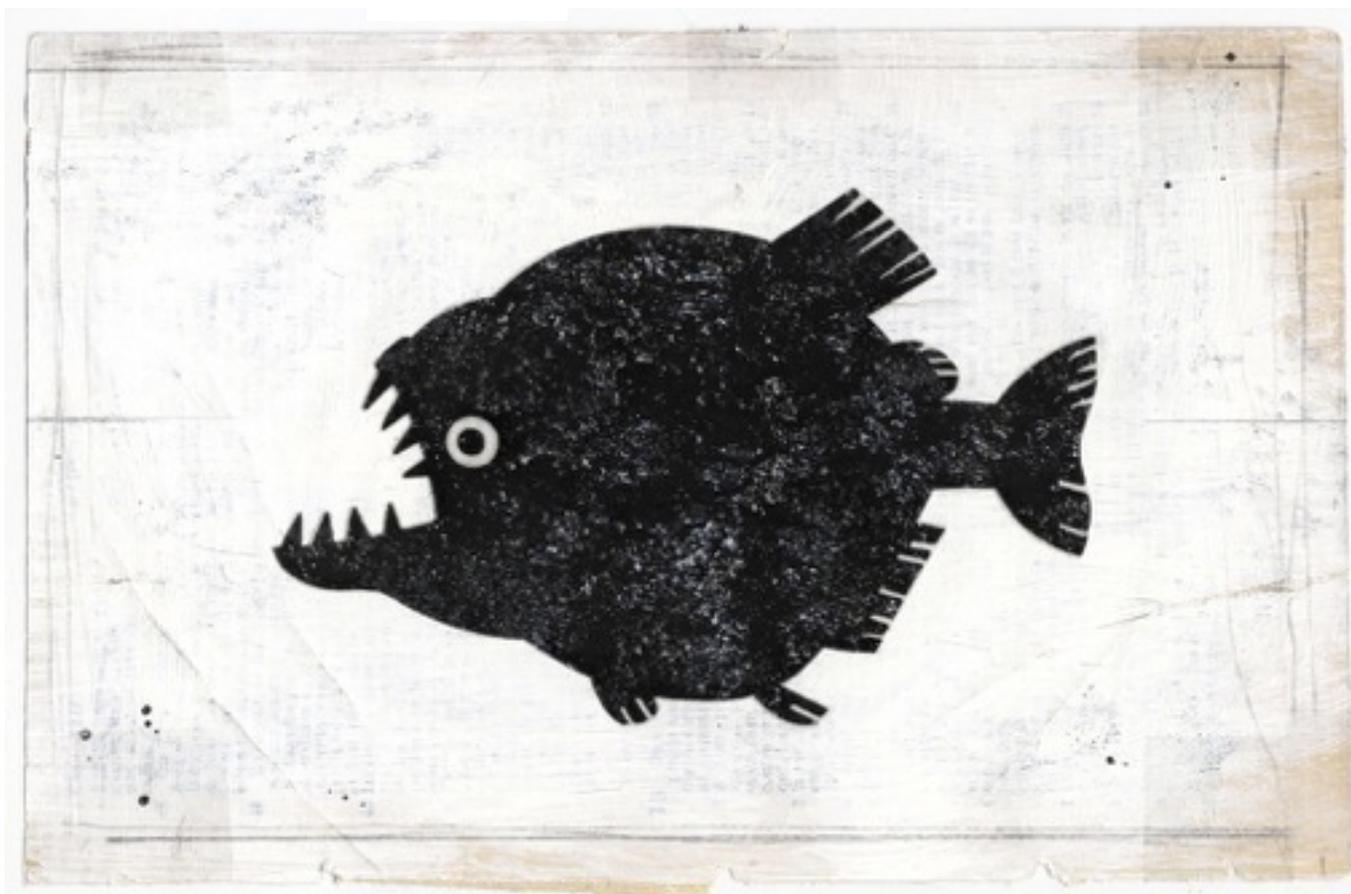
Chaque auteur, en tant qu'éditeur de contenu, prend l'entière responsabilité des articles qu'il crée

ZE GLUB GAZETTE

Le dessin du mois :)



Un petit cadeau de Denis pour ce 1er avril

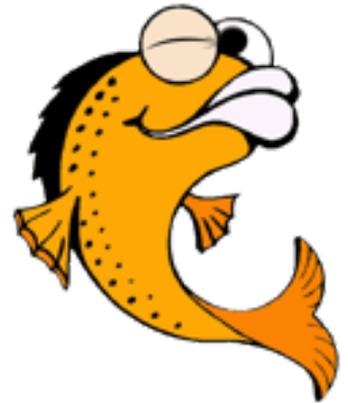


Votre nouveau CA



Président	Robert Henry
Trésorier	Gregory Jones
Responsable matériel	Yves Ducenne
Webmaster/ relations publiques / sorties	Frédéric Tétart
Secrétariat/ responsable social	Marie Vigoni
Boutique/ webmaster adjointe/ secrétaire adjointe	Lori Mamhourian

ZE GLUB GAZETTE



A tous les membres de la LIFRAS

Recyclage Secouriste-plongeur 2015

Par cette lettre, je souhaite vous inviter au prochain recyclage Secouriste-plongeur, le dimanche 26 avril 2015 prochain.

Quelques rappels importants

- Le secouriste-plongeur non recyclé, dont le brevet n'est plus valide actuellement (absence de recyclage au cours des 5 dernières années), est le bienvenu au recyclage. Le fait de participer au recyclage (assister aux 3 conférences et aux ateliers sur poupées de l'après-midi) réactive ce brevet. Il n'est pas nécessaire de tout recommencer à zéro.
- La Commission Médicale rappelle la position du Bureau de l'Enseignement au sujet du recyclage du C.F.P.S. (Certificat Fédéral de Premiers Secours), et y adhère sans réserve. Je cite, sans avoir à en changer une virgule, car ce texte du Bureau de l'Enseignement est très bien écrit et traduit fort bien notre pensée :

«Le Bureau propose de demander un recyclage tous les 5 ans. C'est en effet selon cette même périodicité que les modifications en matière de RCP sont apportées. Il appartiendra au titulaire d'un C.F.P.S d'apporter la preuve d'un recyclage en matière de R.C.P, sur base de n'importe quel brevet de secourisme, pour que son certificat soit en ordre de recyclage. Les personnes qui justifieraient d'un recyclage DAN Oxygen Provider, seraient également en ordre, puisque ce cours comporte nécessairement un volet de R.C.P.

La matière du secourisme est une matière vivante, qui évolue régulièrement, et nous nous attachons à respecter scrupuleusement les normes internationales en la matière. Nous ne pouvons donc que vous encourager à vous tenir régulièrement à jour, et à vous recycler, pour que vous soyez également au courant des toutes dernières modifications de ces protocoles. »

La Commission Médicale reste favorable à un recyclage obligatoire tous les cinq ans, et chaudement recommandé tous les deux ans.

LIFRAS asbl - Rue Jules Broeren 38 - 1070 BRUXELLES - Tél. : +32(0)2/521.70.21 - Fax : +32(0)2/522.30.72





Organisation 2015

- Cette année, le recyclage aura lieu pour la première fois à Charleroi, au sein de l'Hôpital André Vésale.
- Les enregistrements seront ouverts dès 8h30, vous êtes attendus dans la salle de conférence dès 9h, pour que nous puissions commencer à 9h15 précises.
- Les trois conférences du jour auront pour thèmes :
 1. Quelques cas réels d'accidents de décompression, par le Dr Daniel Jacobs, anesthésiste et hyperbariste
 2. *Le point sur les aptitudes*, par le Dr Henry De Broux, gynécologue et ancien Président de la Commission Médicale
 3. *La prise en charge des accidents de plongée en 2015*, par Frédéric Vanderschueren (à confirmer)
- L'inscription pour le recyclage se fait [via ce lien](#)
- Repas de midi
Ceux qui le souhaitent peuvent également commander des sandwiches pour la pause de midi, via [ce lien](#) - Commande et paiement préalables obligatoires!
- Visite du caisson
Pendant la pause de midi, une visite du caisson hyperbare de l'hôpital sera organisée, sous réserve bien sûr qu'il ne soit pas occupé par un soin.
Le nombre de place est limité (8 groupes de 15 au maximum), et l'horaire exact sera communiqué le jour même (inscription conseillée).
- Adresse du jour :

Hôpital André Vésale
Rue de Gozée 706
6110 Montigny le tilleul

Nous espérons vous retrouver nombreux, enthousiastes comme chaque année, à travailler ensemble pour pouvoir porter efficacement secours à nos plongeurs et aux autres.

A très bientôt,

D'ici-là bonne bulles

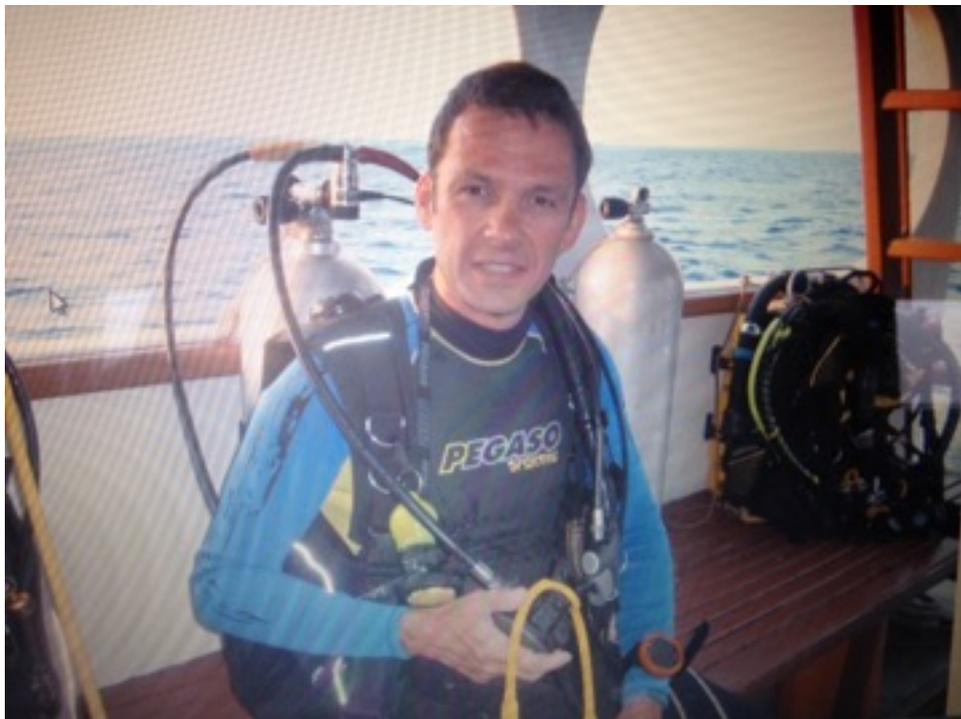
Dr Olivier Goldberg
Président de la Commission Médicale



ZE GLUB GAZETTE

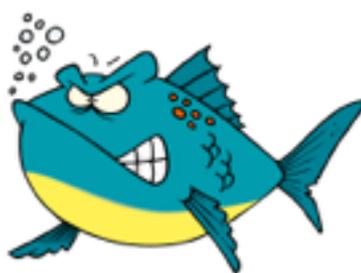
Vous avez dit trombinoscope ?!

Vincent Dieudonné



Frédéric Brysse dit « Crevette »

(NDLR: il m'a dit de choisir la photo que je voulais ;)



Julien Doneux

(en mode célibataire ;)



ZE GLUB GAZETTE



faut il encore des zoos?

pauvre petit pangolin

et pauvres petits hippocampes... (m'énervent ces asiatiques....grrr)

il y en a au beaucoup début d'année alors autour de la baie de Taji... :(

chevaliers des temps modernes :)

petite mais...

on y va??

j'adore

les crottes de baleines contre le changement climatique

et oui, tout est lié

suivi d'un requin blanc

requin d'eau douce!!!

excellente cette pieuvre :)

bélugas, de plus en plus rare...

des chiffres instructifs (et affreux) sur la pêche...

et la revanche des cachalots sur les pêcheurs !

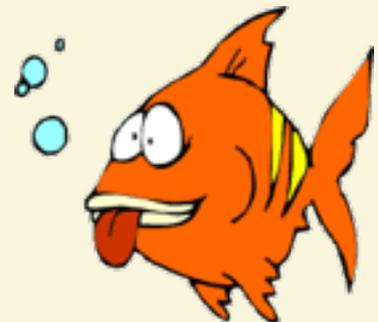
c'est qui le plus fort? le phoque ou la pieuvre?

ah ben non, c'est la patelle la plus forte :D

les rascasses envahissent les Keys (Floride)

les bébés otaries morflent à cause de la sur-pêche et des changements climatiques

Bouh, il me fait mal au coeur lui... comme les requins rejetés à l'eau sans leurs ailerons.. :(



Le syndrome de l'escargot

Celles et ceux qui ont été assidus aux cours théoriques savent que la pression et le froid peuvent déclencher des envies d'uriner pressantes. Les autres l'ont probablement découvert par la pratique...

Dans certaines conditions, ça peut être avantageux. Prenons le cas d'un plongeur en combinaison humide et peu épaisse dans une eau très froide. Un soulagement effectué au moment opportun pourra presque donner l'impression de plonger en Egypte !

Le seul inconvénient sera le rinçage obligatoire à effectuer rapidement sans quoi on vous reconnaîtra pendant longtemps, même les yeux fermés...



Lorsque l'on plonge en combinaison étanche, la situation est totalement différente. Imaginez James Bond ôter sa combinaison et se retrouver avec une belle auréole au niveau de l'entre-jambe. Non, ça n'est pas envisageable...

Et pourtant, cette envie pressante est bien réelle !

Lors de plongées avec de longs paliers de décompression ou de plongées sous terre avec des passages à secs, il peut arriver de rester enfermé quelques heures dans sa combinaison.

Ne pas s'hydrater est une solution facile mais à proscrire absolument, surtout lors de longues plongées !

Denis et Crevette pourront vous raconter mon déséquipement hâtif entre deux siphons pour éviter l'éclatement. Il faut avouer que ça m'a fait du bien, mais ça n'est vraiment pas pratique.

Sachant que cette situation aurait tendance à se reproduire de plus en plus (je parle de longue plongées...), j'ai du faire un choix : réputation ou confort...



J'ai laissé ma réputation de côté et opté pour les langes. Je dois avouer que j'ai eu quelques facilités pour les obtenir. Avoir un voisin pharmacien et compréhensif aide dans ces cas.

Premier essai dans le Lot pour une plongée à Cabouy avec l'ami Fredo. Chouette, on est juste à deux, là où il y a de la gêne, il n'y a pas de plaisir ! C'était sans compter sur la technologie et ses réseaux...

Petit conseil pour une plongée avec un lange : ne pas tout lâcher en une fois. Il faut laisser le temps à la matière d'absorber, donc, on se maîtrise et on urine touuuut doucement en espérant que ça fonctionne comme indiqué sur l'emballage.

Arrivés au paliers, nous avons patienté quelques temps et j'étais ravi de pouvoir me laisser aller au

ZE GLUB GAZETTE

lieu de me tortiller en attendant que ça passe.

Résultat de la plongée? Que du bonheur ! Des petites fesses toutes propres et sèches, comme un bébé !

Les seuls inconvénients avec ce système sont éventuellement un refroidissement de votre récolte ainsi qu'une baisse de crédibilité ;)

Après cette aventure et la satisfaction de pouvoir boire autant que nécessaire et pouvoir se soulager sans complexe, je me suis quand même dit que je testerais bien l'AUTRE solution.

Jusqu'ici, cette histoire pourra intéresser autant les femmes que les hommes. Pour la suite, il s'agit d'une expérience uniquement masculine bien qu'une version féminine existe mais dont je ne connais pas grand chose.

Cette solution est la pee valve... Il s'agit d'un genre de robinet généralement installé au niveau de la cuisse qui permet à un fluide provenant de l'intérieur de la combi de s'échapper à l'extérieur sans créer d'entrée d'eau. Ce liquide transite dans la combi par un tuyau relié à la pee valve.

Vu comme ça, ça a l'air cool !

Oui mais... l'autre bout du tuyau, il faut bien le brancher quelque part ?!

En effet, sinon, ça ne sert pas à grand chose.

La solution est communément appelée pénilex dans le jargon des plongeurs. Chez le pharmacien, nommez le étui pénien.



Notre voisin étant malheureusement en congé, nous voilà partis en expédition pour trouver le précieux dans les pharmacies du quartier.

Quand je dis nous, il s'agit bien sûr de moi qui suis dans le besoin ainsi que Denis et Crevette (encore eux...) qui sont là pour me soutenir et voir comment ils devront faire à leur tour !

Au premier établissement, notre interlocutrice ne savait absolument pas de quoi je parlais...

Plus de chance au deuxième, jusqu'au moment où arrive la question piège : "Quelle taille?" Je ne m'y attendais pas, mais apparemment, c'est important si on veut que ça se passe bien...

Un pote me parle donc du site d'un fabricant d'étuis pénien qui propose d'envoyer des échantillons.

L'opération est gratuite et se déroule en deux phases.

Premièrement, on vous remercie et vous explique que vous n'êtes pas seul dans cette situation et on vous propose donc un gabarit qui vous permettra de mesurer le diamètre de votre précieux.



ZE GLUB GAZETTE

C'est ici qu'intervient le syndrome de l'escargot.

Et oui, en plongée dans l'eau froide, votre engin n'a plus l'allure qui a fait rêver votre compagne ! Il faut donc rester très humble et choisir revoir vos mesures à la baisse.

Deuxième phase, on vous envoie quelques échantillons à votre taille dans le choix de longueur que vous aurez choisi entre "longue" et "courte".



Il n'y a plus qu'à tester, direction Ekeren.

Assis dans la voiture, je déballe les ustensiles et entreprends la pose. Ca ressemble fort au préservatif mais il y a un gros trou au bout et les parois intérieures sont en partie collantes.

Ensuite, on enfile la combi. On n'oublie surtout pas de brancher le pénilex à la pee valve et encore moins d'ouvrir cette dernière.

Hop, à l'eau en espérant que l'envie ne se fasse pas trop attendre pour pouvoir tester l'installation.

Et quand ça arrive, le doute s'installe... Est-ce que ça fonctionne vraiment? Bon, quand faut y aller, faut y aller. C'est une drôle de sensation, on a l'impression de se faire pipi dessus délibérément.

Retour à la voiture et verdict. On ouvre la combi, lampe frontale en place, on inspecte et on retrouve son escargot.

Génial ! Je suis sec ! Quel soulagement, je vais pouvoir me faire de bonnes grosses plongées sans cette hantise du pipi !

Maintenant, il ne reste plus qu'à retirer le pénilex et fêter ça. Sauf que dans la notice, il est indiqué qu'il est préférable de raser les poils superflus et que moi, je ne l'ai pas fait.

Et bien, ça colle bien !

Je vous assure que la fois suivante, je me suis rasé, au grand dam de ma bêche ;)

Fred T



ZE GLUB GAZETTE

Une demande du club Ptéroïs

Bonjour,

Le PTEROIS a connu un drame terrible au mois de mars 2014 ,en effet le fils d'un de nos membres, Maxime Hordies, 18 ans qui pratique la gymnastique comme sport favoris est devenu paraplégique suite à une chute. Depuis quelques temps nous récoltons des bouchons afin de lui offrir du matériels, si les clubs pouvaient se joindre à nous pour cette récolte ce serait fantastique .

D'avance merci.

Christian Bastin ,

Président

Contact: C.Bastin 0492846254

 P.Debreyne 0486635500

 M.Hordies 0475975375

