

Enfin un article qui intéressera à la fois les plongeurs scaphandre et les apnéistes, les moniteurs de plongée et ceux d'apnée. Claude Chapuis est Brevet d'Etat de plongée mais également membre de l'équipe française vice championne du monde d'apnée à Ibiza en 2001. Il fait le point sur

... LES SCAPHANDRIER DE L'APNEE

Tout le monde pense avec évidence que pour assurer la sécurité des apnéistes en mer, il faut des plongeurs. Nous souhaitons apporter ici un point de vue différent qui montre que si les plongeurs peuvent être utiles, ils ne sont en fait qu'un élément d'un dispositif plus complexe dont le plus important reste l'apnéiste lui-même. D'autre part, nous souhaitons répondre aux questions suivantes : qui peuvent être les scaphandriers de l'apnée, que peuvent ils faire ?

QUELQUES ANECDOTES SUCCULENTES

Lors des premiers stages d'apnée que nous avons organisés en 1990, les stagiaires descendaient avec une gueuse rudimentaire, véritable machine avec laquelle il fallait combattre un peu pour atteindre les profondeurs incroyables de 20m ! A cette époque, parvenu au fond, les apnéistes laissaient leur gueuse pour remonter et des plongeurs scaphandre par binôme étaient chargés de gonfler le parachute de la gueuse avec une « soufflette » branchée sur la moyenne pression de leur premier étage de détendeur. Aujourd'hui, le moniteur descend avec l'élève à 40m sans que des plongeurs soient nécessaires.

En 1996, lors du premier championnat du monde AIDA, il y avait 36 athlètes et 105 plongeurs. En 2000, lors de la coupe du monde AIDA à Nice, il y avait 135 athlètes pour 40 plongeurs !

En 1999, lors d'une compétition d'apnée, le Red Sea Dive Off en Egypte, un staff de plongeurs au trimix assuraient la sécurité des compétiteurs sous l'eau. Nous avons fait un briefing pour leur expliquer qu'il était judicieux de se tenir entre 3m et 5m au dessus du plomb qui marque la fin de la descente de l'athlète afin d'être plus efficace. Je me souviens avoir vu sur une vidéo sous marine de la compétition, entre deux descentes d'apnéistes, la caméra se rapprocher d'un binôme assurant la sécurité. Un des plongeurs s'est rapproché de la caméra pour montrer avec enthousiasme son bel ordinateur de plongée sur lequel chaque spectateur pouvait lire la profondeur : 72m. Mais l'athlète le plus profond qui devait être surveillé par le binôme ne tentait que 65m !

Enfin, j'ai gardé le meilleur pour la fin. En essayant de contribuer au développement de l'apnée à travers le monde, j'ai eu l'occasion de consulter beaucoup de dossiers d'organisateur souhaitant mettre en place soit une compétition d'apnée, soit un record. Dans deux de ces dossiers, il y avait pour le premier un coût estimé de 30 000 Euros rien que pour assurer la sécurité sous l'eau d'un athlète souhaitant faire un record en poids constant à un poil plus que 70m. La palme de la stupidité revenant au second dossier dans lequel pour une compétition d'apnée, l'organisateur suggérait rien moins qu'un sous-marin, certes de poche, pour régler les problèmes au fond ! Mais de qui se moque t'on ?

POURQUOI DES PLONGEURS ?

La grande question est de savoir à quoi peuvent servir des plongeurs pour faire la sécurité d'un apnéiste. Voici les réponses :

Au fond, un apnéiste peut avoir un vertige alterno barique et ne plus savoir dans quel direction remonter, il peut encore avoir une déchirure au tympan pour avoir bêtement « forcé » sur ses oreilles. Dans ces cas, vertiges, voire perte de connaissance due au « coup de poignard » de la douleur peuvent l'empêcher de remonter. Un œdème pulmonaire pourrait également survenir avec douleur et perte de connaissance, ou encore une crampe survenant à

quelqu'un qui pratique l'immersion libre (discipline dans laquelle on n'a pas de palmes). Voilà des cas de figures où des plongeurs pourraient intervenir pour faire en sorte que l'apnéiste remonte.

A proximité de la surface, les plongeurs ne servent à rien. Lents et lourds, gênés par l'azote qui s'est dissous dans leurs tissus, ils ne peuvent rien faire à un moment où un apnéiste remonte très vite. En effet, un plongeur est une tortue au regard du lièvre que représente l'apnéiste. Cette zone de surface que l'on peut situer comme allant jusqu'à 20m – 25m est placée sous la responsabilité d'apnéistes experts, formés à l'intervention.

En profondeur intermédiaire, et dans le cadre d'une pratique régulière d'entraînement on peut avancer là encore que les plongeurs sont assimilables à des vaches qui regarderaient passer un train qui va trop vite. Par contre sur certaines descentes profondes (plus de 60m), deux plongeurs intermédiaires peuvent être intéressants pour « suivre » l'apnéiste

Un plongeur n'est pas là que pour sauver les apnéistes. Bien au contraire, son premier rôle serait de contrôler l'apnéiste pour voir s'il respecte le règlement. Envisager que les plongeurs soient présents parce qu'indispensables pour sauver les allumés du Grand Bleu de leur comportement forcément inconscient serait mal connaître l'apnée moderne. En effet, l'apnée qui connaît un formidable essor ces dernières années partout dans le monde a vu la mise en place de structures d'accueil qui permettent aux passionnés de pratiquer, de s'entraîner, de discuter, donc de mieux se connaître. Les apnéistes modernes ne sont plus des fous, ce sont des sportifs et gageons que dans un proche avenir, les plongeurs scaphandre en seront réduits au rôle de spectateurs, comme le sont les juges de saut à la perche en athlétisme par exemple.

En résumé voir, contrôler, aider ou résoudre un problème technique et rarement devoir faire remonter un apnéiste inconscient, telles peuvent être les tâches d'un plongeur de sécurité.

LES PLONGEURS VERSION RAMBOS

Je vous rassure, amis plongeurs, je suis à la fois plongeur scaphandre et apnéiste, parvenu dans les deux disciplines à un niveau correct. Néanmoins, je souhaite dénoncer ici cette espèce de mentalité à la française dans laquelle une « bonne » plongée est une plongée avec un score important à l'ordinateur. Si ce comportement très discutable ne regarde que les plongeurs qui évoluent entre eux au sein d'une palanquée, il en est tout autrement quand il s'agit de se mettre au service d'un apnéiste en prétendant faire sa sécurité. Dans ce cas de figure, on ne plonge pas pour soi mais pour l'autre. Ce n'est donc pas une plongée ordinaire. En général, on ne voit ni poissons ni nudibranches, juste un peu de plancton et encore. Par contre quel spectacle ! Il faut entendre les plongeurs sortir de l'eau et dire que c'était beau de voir les apnéistes évoluer avec aisance pour comprendre qu'on peut prendre en tant que plongeur du plaisir à faire la sécurité d'apnéistes, sans forcément faire un score au profondimètre.

Si voulez des anecdotes pour illustrer mes propos, en voilà :

Je me souviens un jour avoir plongé en trinôme pour Loic Leferme lors d'une descente à 120m. Nous étions posté à mi profondeur, munis d'un dispositif spécial pour remonter Loic en cas de problème. 3'30 après notre départ, Loic passe devant nous en remontant. Je donne le signal de la remontée et quelle n'est pas ma surprise de voir un des plongeurs piquer une tête vers les 70m pour remonter nous rejoindre 20 secondes après. A la sortie de l'eau, j'apprenais qu'il s'était un peu disputé avec sa copine et qu'il voulait faire « une profonde » pour se changer les idées. Ce fut sa dernière plongée en tant que plongeur de sécurité. Je me souviens également, il y a quelques années, d'un plongeur (un seul !) censé faire la sécurité d'apnéistes. Lors de mon passage, en bas, point de plongeur. Pour cause, j'appris plus tard qu'entre deux apnéistes, il allait chercher les poissons. Je me souviens des innombrables discussions avec des plongeurs à l'occasion de compétitions que nous organisons pour les convaincre de ne pas se disputer pour savoir qui seraient les plongeurs les plus profonds. Comme si en dehors de plonger profond, il n'y avait pas de plongée ! Enfin cette dernière perle rare : à l'occasion d'une compétition, un binôme de plongeurs avait décidé, à la fin de leur plongée de surveillance, d'effectuer une petite ballade, sans se demander si l'organisateur de surface n'attendait pas leur plaquette de contrôle.

Le rôle de plongeur de sécurité est à la fois gratifiant et peu intéressant. Peu intéressant car à part les apnéistes, il n'y a rien à voir, de plus les personnes les plus en vue sont les athlètes. Ce rôle est assimilable à celui d'un contrôleur de porte en ski alpin. D'un autre côté, c'est relativement gratifiant de savoir qu'on est plongeur de sécurité. On se sent utile mais parfois hélas investit d'une mission type « alerte à Malibu ». Les scaphandriers de l'apnée sont des plongeurs de l'ombre. Ils plongent pour les autres, doivent rester lucide et connaître les procédures possibles à mettre en œuvre pour intervenir. Etre BEES 3 ne signifie rien, les « rambos plongeurs » ne peuvent efficacement assurer la sécurité des apnéistes. Des plongeurs informés et intelligents oui. Pour palier à ce type de problème, nous avons pris l'habitude à Nice de former nos propres plongeurs, ou de ne choisir que ceux dont le profil nous paraît le plus adapté à cette tâche si spécifique de la sécurité en apnée.

ON RESTE DES PLONGEURS AVANT TOUT

Si j'ai parlé des plongeurs scaphandre un peu déraisonnables, au tour des apnéistes un peu ignorants des principes à respecter en plongée scaphandre. Quand on plonge, on doit respecter des vitesses de remontées lentes, de plus la quantité d'air impose de planifier les plongées. On ne peut pas rester indéfiniment au fond à attendre le bon plaisir d'un apnéiste qui ferait 2 heures de yoga avant de partir. Le respect d'un timing de départ est une marque de respect de l'apnéiste envers ses plongeurs de sécurité. D'autre part, comme les plongeurs ne sont pas des ascenseurs de remontée pour apnéistes ayant surestimé leur niveau, chaque athlète doit mettre en place un système qui lui permettra de remonter, avec l'aide des plongeurs mais sans que ceux-ci aient à remonter. N'a t'on pas vu récemment un spécialiste Allemand du No Limit après le départ de ses plongeurs, choisir de retarder le sien pour résoudre un problème technique, alors qu'en bas les plongeurs décidaient de remonter !

LES PLONGEURS ET LES DIFFÉRENTES DISCIPLINES

En Immersion libre, on se tire à la corde avec les mains et on n'a pas de palmes. Difficile de se « longer » sur la corde (être relié par une attache coulissante). Une idée consiste à se munir au poignet d'un bracelet équipé d'un anneau. Les plongeurs quant à eux possèdent un parachute de palier muni d'un mousqueton. En cas de problème, ils peuvent accrocher le mousqueton à l'anneau et gonfler le parachute à l'aide d'un dispositif rapide. Ce système reste valable également pour le poids constant. Il n'est pas nécessaire de se situer au niveau du disque final en bas, car à ma connaissance, depuis 10 ans, il n'y a eu qu'un apnéiste dans ces 2 disciplines à être en difficulté au point le plus bas, et encore, l'apnéiste avait réussi à remonter à la surface dans une magnifique vrille de 70m environ, désorienté par un problème aux oreilles. Les ennuis, quand il y en a, surviennent toujours, on peut le dire, dans la zone de surface, entre 0 et 15m. Point n'est besoin d'être en dessous du plomb. En no limit, le problème est différent et 2 écoles ont vu le jour : Il y a ceux qui pensent qu'il doit y avoir quelqu'un en bas. Souvent seul, ce plongeur très « tek » à la responsabilité dans une obscurité relative de tirer d'un mauvais pas un apnéiste qui se sentirait mal voire plus. Je vous laisse imaginer ce qui pourrait se passer dans la tête d'un plongeur à -150m qui voit, s'il le voit, l'apnéiste inconscient. Difficile situation ! D'un autre côté, un système de remontée rapide à vu le jour à Nice, permettant à des plongeur n'évoluant qu'à la demi profondeur maximale de remonter l'athlète du fond. A ma connaissance, seul le deuxième système à fait l'objet de tests. Il reste qu'en No Limit, le principe de la sécurité de l'apnéiste ne peut pas reposer principalement sur les plongeurs. Il repose sur l'athlète qui doit parfaitement maîtriser son sujet par un entraînement long rigoureux et progressif.

LA FORMATION DES PLONGEURS

Il semble nécessaire avec tout ce que l'on vient de rappeler de mettre en place, pour chaque organisateur, un dispositif de plongeurs de sécurité efficace. La première chose à faire est d'éditer un simple document informant les plongeurs de ce qu'ils doivent faire et ne pas faire, puis de faire une réunion plongeurs pour présenter le déroulement de la manifestation afin qu'ils aient une vue d'ensemble du dispositif, de leur rôle au sein de celui-ci. L'organisateur présentera (dans le cas d'une compétition) les listes de départ spécifiques aux

plongeurs dans lesquelles seront mises en évidence, l'heure de mise à l'eau des binômes, l'heure d'immersion, le planning de plongée. Des plaquettes de plongée seront remises aux binômes avec indiqué dessus toutes ces informations ainsi que la profondeur maximale à ne pas dépasser et la profondeur d'attente entre 2 apnéistes. Il est enfin préférable de proposer aux binômes des plongées courtes amenant peu de paliers.

LA SECURITE EST MULTIFACTORIELLE

Je souhaiterais prendre l'exemple du dispositif mis en place pour les entraînements de Loïc Leferme afin de montrer que la sécurité de Loïc ne repose pas que sur ses plongeurs. Loïc s'entraîne depuis des années, il a progressé mètre par mètre. Le site choisi est calme et abrité. Chaque fois qu'il y a des vagues, Loïc nous regarde, nous les plongeurs et demande : vous en pensez quoi ? La décision est prise en commun. Son équipe de plongeurs est toujours la même, afin que les automatismes acquis permettent d'agir rapidement en cas de problème. Le timing de ses descentes est calculé à la seconde près. Si un jour, un problème de matériel survient, la plongée est soit annulée, soit la descente est moins profonde. Nous sommes trois plongeurs, s'il y en a deux, la plongée est reportée. Quand il n'y a pas assez de personnes en surface (minimum 8) la plongée est reportée. Chaque fois qu'un intervalle trop grand sépare un entraînement du suivant, on repart sur une performance plus faible. Si Loïc est fatigué, on annule ou on fait moins profond, etc. La liste est longue. Je voudrais résumer en disant que seule la présence de plongeur ne suffit pas pour considérer que la sécurité est assurée. Les performances tentées doivent rester des performances maîtrisées, dans l'intérêt de tous.

Claude Chapuis

EMMANUELLE, QUELQUES CONSEILS A ENCADRER ?

- Ne donner pas d'air à un apnéiste
- S'il est désorienté mais conscient, aider le à mettre la main sur le câble
- S'il est inconscient, crochetez le mousqueton et gonflez
- Occupez vous des apnéistes, pas des poissons
- Pas de score avec le profondimètre
- Ne restez pas sur le câble, mais à 2 ou 3m de celui-ci
- Ne laissez pas vos bulles aller sur le câble
- Soyez équilibré
- Ne touchez pas un apnéiste si tout va bien
- Ne prétendez pas pouvoir sauver quelqu'un à 70m à l'air
- Ne plongez pas pour un athlète qui ne respecte pas le timing de départ

Emmanuelle, si tu veux faire un petit encadré qui donne la parole à 2 plongeuses de sécurité et un athlète sur le sujet des plongeurs de sécurité pour apnéistes, voici leur sentiment :

Caroline Guillomes, 23 ans :

« Plongeurs de sécurité de Loïc Leferme, nous formons avec lui une équipe solide et intime. Nous lui assurons une stabilité psychologique donc un bien-être et une concentration maximale pendant ses descentes dans le bleu, ce qui réduit le risque d'accident. Nous nous sentons responsables et restons très vigilants et très concentrés.

Ces plongées sont techniques et nécessitent une longue préparation, en terme d'automatismes gestuels permettant de garder notre sang-froid en cas de problème »

Delphine Marleux, 27 ans :

« Assurer la sécurité d'un apnéiste dans une discipline telle que le no-limit s'inscrit tout d'abord dans la construction d'une relation de confiance et de complicité avec l'athlète. En tant que plongeur, il est indispensable d'acquérir une maîtrise des gestes en grande profondeur afin d'anticiper et de réagir efficacement dans un souci de sécurité optimale. Loïc dispose d'informations internes qu'il affine mais il prend également des repères sur l'environnement extérieur dont nous faisons partie. Il intègre nos gestes, nos temps de réaction, nos signaux.

Le rôle de plongeur de sécurité représente ainsi la recherche de perfection car c'est de nos gestes que dépend la vie de Loïc pendant sa performance. Nous répétons avant chaque descente notre protocole dans un souci de coordination parfaite. Nous essayons de l'adapter à l'évolution de Loïc et de l'améliorer régulièrement. Chacun répète mentalement ce qu'il va faire, se concentre au maximum puis c'est la descente le long du câble avec pour seule préoccupation le bon enchaînement des tâches. La main qui tient le câble nous permet d'être à l'écoute de Loïc et de sentir le moment où il descend, celui où il tape le plomb ou encore celui où il remonte. C'est ainsi que nous accordons nos gestes dans le temps et la précision, nécessaire harmonie entre plongeurs indissociable de celle avec Loïc. »

L'avis de **JEAN MICHEL PRADON**, athlète spécialisé en poids constant

« Les plongeurs au fond constituent une seule vertèbre d'une articulation logistique dépendant des objectifs sportifs décidés en commun et des moyens disponibles mis en œuvre à l'heure H.

La décision d'éliminer une prise de risque me revient à demander le soutien d'un binôme. La sécu, c'est le groupe qui l'assume et les postes sont interchangeables. De ce fait, il n'y a pas de problème de confiance d'un plongeur à l'autre d'autant que chaque plongeur est un apnéiste en exercice.

C'est en amont bien avant la plongée, pendant le briefing, que s'établit une complicité et ce partage restitue toute confiance et sérénité.

A la descente (c'était mon point noir) j'avais toujours une peur bleue de me faire un tympan : sans plongeur, il n'y a pas de retour vers la surface.

Et puis les aliens abyssaux surgissant derrière 10 m de syphonophore, c'est angoissant.

Aujourd'hui je ne me sens plus seul encore moins une goutte d'eau, n'en déplaise aux puristes. Je nage vertical comme dans une piscine, et je me dois d'aller à la rencontre des plongeurs remercier leur présence, comme par salut et non par courage, je les entends chanter et ça suffit à redéfinir positivement mes charges émotionnelles. »

-

C Chapuis