



# Direction de palanquée

**Plan your dive and Dive your plan**

EPSM Ciney - Octobre 2025

# Attitudes



- **Directif** : agir en chef, exprimer clairement ses consignes et décisions, sans agressivité.
- **Calme** : garder son sang-froid, même en cas d'imprévu.
- **Pédagogue** : expliquer simplement, adapter son discours au niveau des plongeurs.
- **Prudent** : anticiper les risques et **privilégier la sécurité avant tout.**

# Quatre temps



1. **Planification** (avant la plongée / la veille) : définir l'objectif, les rôles et les paramètres de la plongée en fonction des personnes, du lieu et du matériel; préparer la sécurité -> plans de plongée et de sécurité
2. **Briefing** (avant la mise à l'eau) : expliquer le déroulement, rappeler les protocoles et signes, organiser la sécurité et vérifier le matériel
3. **Plongée** (pendant la plongée) : exécuter le plan en respectant les règles de sécurité et la communication
4. **Debriefing** (après la plongée) : analyser le déroulement, partager les observations et identifier les points d'amélioration; donner les consignes de sécurité post-plongée

# Planification



8 sujets à aborder

- **A**ministration
- **B**revet / Expérience
- **C**orps
- **D**écompression
- **E**quipement
- **F**aune / Lieu de plongée
- **G**az
- **S**écurité

Regroupés en 3 groupes : Qui ? (ABC) - Où ? (FS) - Comment ? (DEG)

# Planification - Administration



- Fédération
  - CMAS, PADI, SDI/TDI, IANTD, GUE
- **En ordre d'assurance**
  - LIFRAS : assurance liée à la cotisation annuelle à un club
  - DAN : assurance indépendante très répandue dans le monde
- **En ordre de visite médicale**
  - LIFRAS : visite annuelle valable jusqu'au 31 janvier de l'année suivante
- WHOIS Lifras : <https://www9.iclub.be/whois2.asp?ClubID=202>

# Planification - Brevet



- **Prérogatives**
  - profondeur maximale
  - paliers de décompressions autorisés
- Fréquence de plongées / **Date de la dernière plongée**
- Expérience sur le type de plongée envisagé (bateau, courant, dans le bleu)
- Expérience sur le lieu de plongée

# Qui plonge avec qui ?



	NB	1★	2★	3★	4★	AM/MC/MF/MN
NB	NA	NA	NA	NA	NA	15 m
1★	NA	NA	NA	20 m	20 m	20 m
2★	NA	NA	20 m	30 m	40 m	40 m
3★	NA	20 m	30 m	40 m	40 m	40 m
4★	NA	20 m	40 m	40 m	60 m	60 m
AM/MC/MF/MN	15 m	20 m	40 m	40 m	60 m	60 m

- **NA** : Non autorisé
- **Attention** : 2★ + 2★ si 18 ans

# Rôles du serre-file



Le serre-file doit être en mesure de reprendre la direction de palanquée.

- Vérifie le matériel des membres de la palanquée avant la mise à l'eau.
- Supervise la mise à l'eau et la sortie (dernier entré, premier sorti).
- Pendant la plongée, il veille à ce que les membres de la palanquée restent groupés, ne descendent pas plus pas, ne remontent pas plus vite.
- Surveille les paramètres de la plongée et en particulier le TTS pour être prêt en cas de reprise de la direction de palanquée.



# Planification - Corps



- Oreille / Sinus / Changement de profondeur
- Consommation habituelle (RMV - <https://diving.streamlit.app/rmv>)
- Stress (visibilité, faille, grotte)
- Sensibilité à la narcose
- Sensibilité au froid
- **Envie de plonger**
- Autres ?

# Planification - Décompression



- Type d'ordinateur / Backup
- Sévérité / Gradients facteurs
- **Réaliser une simulation** (voir le cour *Décompression*)
- Palier de sécurité
  - 5 min à 5 m si no-déco
  - prolonger le dernier palier de 5 min si déco obligatoire
- Intervalle entre plongées
  - 2 heures si plongée no-déco
  - 3 heures si plongée déco et 4 heures si séjour de plongée intensive

# Planification - Equipement



- Combinaison (humide, semi-étanche, étanche)
- Bouteille(s) : capacité, pression, contenu (air, nitrox)
- Détendeurs
- Parachute(s), couteau, masque backup, boussole, lampe(s)
- Matériel adapté (mer/eau douce)
- **Matériel habituel**

# Planification - Faune / Lieu



- Réglementation pays/site : Profondeur max / PpO2 max / Déco OK
- Température eau / Courant / Thermocline
- Météo / Vent
- Caractéristiques : Plan / Maquette , Attraits, **Dangers**
- **Envies particulières**

# Planification - Gas



- **No déco**
  - Réserve : 50 bars
  - Pression de demi-tour (Turn pressure) :  $1/2 + 25$  bar
- **Déco**
  - Règle des  $1/3$  :  $1/3$  aller,  $1/3$  retour,  $1/3$  réserve
  - Pression de demi-tour :  $2/3$  de la quantité de départ
- Voir par exemple : <https://diving.streamlit.app/planning>

# Planification - Sécurité



- Prévoir **bouteille d'oxygène, bouteille de sécurité** pour palier, **trousse de premiers soins** et **défiбрillateur**
- Prévoir de quoi s'hydrater
- Moyen de communication : GSM, radio VHF
- Adresse caisson hyperbare le plus proche
- Numéros d'urgence : Application 112 sur le GSM, DAN, caisson
- Matériel de sécurité spécifique du lieu (infirmerie, défiбрillateur,...)
- Organisation de la sécurité / Protocole en cas d'incident
- Rédiger un **Plan de secours**

# Plan de plongée



Le plan de plongée est la synthèse de la planification.

- **Site** : lieu précis, conditions attendues (courant, visibilité, température).
- **Objectif** : exploration, formation, photo, etc.
- **Logistique** : bateau, horaires, météo, moyens de communication.
- **Palanquée** : rôles, serre-file, binômes et responsabilités.
- **Paramètres** : profil (carré, multilevel), profondeur maximale, durée maximale, pression de demi-tour, paliers, pression de réserve
- **Sécurité** : procédures d'urgence, matériel de secours, point de sortie.

# Exemple : Site/Logistique (1/4)



- **Site** : Lac de la Plate Taille - Rue d'Oupia 2, 6440 Froidchapelle - Profondeur de 30m - Température surface de 18°C - Thermocline à 9m avec température qui descend à 8°C - Visibilité de 3m
- **Objectif** : plongée d'exploration à 30m.
- **Logistique** : RDV à 9H00 sur place. Mise à l'eau à 10H00. Temps ensoleillé annoncé avec température extérieure de 22°C.



# Exemple : Palanquée (2/4)



- **Plongeurs**

- Sébastien - AM Lifras - RMV 16 - 20 pl sur site - 2\*10L air à 190bar
- Kathy - 4\* Lifras - RMV 9 - 30 pl sur site - 10L air à 210bar
- Jonas - IANTD AOW - RMV 17 - 2 pl sur site - 15L air à 200bar
- Sibylle - IANTD DD - RMV 15 - 3 pl sur site - 12L air à 210bar

- **Rôles :**

- Chef de palanquée : Sébastien
- Serre-file : Kathy
- Binômes : Sébastien/Jonas et Kathy/Sibylle

# Exemple : Profil (3/4)



- Plongée NO\_DECO
- Profondeur maximale de 30m.
- Durée maximale 50min
- Réserve 50 bars
- Palier de sécurité de 5min à 5m

# Exemple : Plan de sécurité (4/4)



- **Lieu** : Lac de la Plate Taille - Rue d'Oupia 2, 6440 Froidchapelle; Point de sécurité PT09A
- **Matériel** : O2/DEA/Civière disponibles à l'infirmierie à coté de l'accueil; O2 personnel et bouteille sécurité à côté de la mise à l'eau
- **Contacts** : Urgences : 112 - DAN Belgique : 0800 / 123 82
- **Caisson hyperbare** : CHU de Charleroi – Vésale – Service des urgences; Route de Gozée, 706 – 6110 Montigny-le-Tilleul; 071 / 923 461 ou 071 / 923 462
- **Procédure** : Une personne à la barrière pour diriger les secours...

# Briefing (PPP-SS-M)



**Plongée Sous-Marine : 3, 2, 1 plonger !**

- **P**aramètres
- **P**rofil
- **P**rotocoles (What if ?)
- **S**écurité
- **S**ignes
- **M**atériel (Gear check)

# Briefing - Paramètres



Rappel des paramètres du plan de plongée.

- Profondeur max - Temps max - TTS max
- Pression de demi-tour
- Réserve
- Profondeur et durée de palier de sécurité

# Briefing - Profil



## Visualiser la plongée.

- Mise à l'eau : gonfler son gilet, CP premier et SF dernier
- Arrêt à 5m : bubble check, check ordi, check pression
- Descente : pas plus bas que CP
- Fond : signaler "turn pressure" / 100 bars, signaler réserve, position
- Remontée : vitesse max de 10m/min, pas plus haut que CP
- Palliers : parachute
- Surface : rester groupé, palier de surface
- Sortie : SF premier, CP dernier

# Briefing - Protocoles



- 5 stops
  - TTS atteint
  - Temps de plongée atteint
  - Réserve atteinte
  - Rappel (bateau)
  - Incident non maîtrisé ou événement imprévu qui perturbe la planification
- Protocoles en cas d'incidents
  - **Perte de compagnon**, Essoufflement, Givrage, Désorientation

# Briefing - Sécurité



- Plan de secours à portée
- Place du défibrillateur
- Bouteille d'oxygène équipée et sur le bord
- Bouteille de réserve équipée
- **Annonce départ, annonce retour**



# Briefing - Signes



- Questions : ok, pression, TTS, question
- Commandement
  - Direction : hold, descendre, monter, demi-tour
  - Autres : ouvre parachute
- Informations
  - **Pression** : mi-pression, réserve, chiffres
  - Problème : panne d'air, oreille, froid, essoufflement, crampe
  - **Palier** : une minute avant, TTS atteint, Profondeur/Temps
- Signes avec lampe (éviter d'éblouir)

# Briefing - Matériel



- **check respiration**

mélange / pression / détendeur principal / détendeur secondaire

- **check équilibrage**

gilet / inflateur / purges / lestage

- **check matériel**

ordinateur(s) / lampe(s) / parachutes(s) / masque de secours /  
couteau

- **signes distinctifs**

couleurs / matériel particulier

# Plongée



1. Signaler son départ
2. Mise à l'eau : **gonfler son gilet**, surveiller ordre de mise à l'eau
3. Arrêt à 5m : bubble check, **check ordi**, check pression
4. Descente : pas plus bas que CP
5. Fond : **check consommation**, check froid
6. Remontée : pas plus vite que CP
7. Surface : rester groupé
8. Sortie : surveiller sécurité échelle
9. Signaler son retour

# Debriefing



- **Paramètres** de la plongée / Compléter le carnet
- **Echange** : commentaires, observations, incidents, points positifs/négatifs
- **Sécurité** : pas d'effort, pas d'apnée, pas d'avion avant 12H si plongée unitaire no déco et 24H sinon, s'hydrater, pas de sauna

# Questions ?

