



FFESSM

IMMERSION & EMOTION

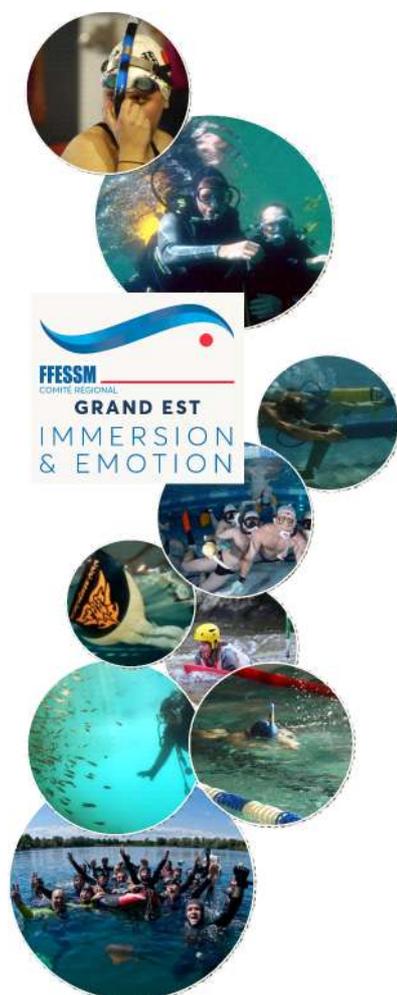
n° **99**
avril 2020



INFO EST

Bulletin d'Information du Comité régional EST
de la Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins

Editorial.....	3-4
Consignes.....	5
Reprise des activités associatives et fédérales	6
Avant le 15 juin.....	7
Sportifs ?	8-9
Campagne de subventions territoriales 2020	10-11
Tir sur cible saison 2019/2020.....	12
La Vie en Vosges – Comité Directeur	13
10 ans au service de l'Image Sous-Marine	14
Handisub stage National	15-16
Handisub	17-25
20 ^e Téléthon à Sarrebourg	26
Semaine de réduction des déchets	27
Hocket Subaquatique Nogent sur Seine	28-29
Orientation Subaquatique	30-38
Apnée	39-50
CODEP 54 – Assemblée Générale	51-52
"FAITES" de la Plongée	53
La Gravière en Rose	54
Stage EH1	55
Stage de formation recycleur CTR EST	56-57
Formation qualifiante Sport Santé	58
Prix régional 2019 pour l'égalité et la mixité	59
Alsace Nautile Club	60-61
ANTEOR 54	62
Vidéo de Formation	63-64
Le jour où j'ai fermé la Gravière... ..	65-66
2010-2020 : 10 ans de la Gravière du Fort	67
ANNULLATION calendrier.....	68
Fête Européenne de l'Image Sous-Marine et de l'Environnement	69-71
Dépliant Comité Régional EST	
Glossaire	



les brochets sont
seuls, pas de plongeurs dans
les Gravières et les lacs...

photographie de couverture :
Thierry Rolland - prix Gravière du Fort 2019

Remerciements infinis à nos photographes fédéraux, passionnés et motivés,
avec nos excuses si des mentions de propriétés sont absentes.

Contactez-nous, on peut corriger le pdf



Chères amies, chers amis,

C'est une situation bien nouvelle pour nous que d'être confronté à cette épidémie de Covid 19, avec de lourdes répercussions sur nos activités préférées.

Toutes les rencontres, réunions, formations, séances piscine, entraînements, péda sont impossible jusqu'à fin mai, pour le moment. L'AG nationale qui devait se tenir à Aix les Bains a également été annulée, nous sommes passés tout juste avec la nôtre début mars. Espérons qu'il n'y aura pas de « prolongations ». La toute dernière nouvelle concerne la CMAS (Confédération mondiale des activités subaquatique) qui a annulé, sans trop de surprises de tous les championnats du monde et championnats d'Europe jusqu'à fin août.

En effet comment envoyer sans préparation des athlètes de haut niveau à ces confrontations ! Sont concerné l'apnée, la nage avec palmes, le hockey subaquatique et la PSP.

Nous avons de façon récurrentes des questions sur l'utilité de mettre à disposition nos bouteilles de plongée aux EPAD. En effet, cette mesure a été prise dans la région Sud où le besoin se faisait sentir.

Pour avoir une réponse précise sur les besoins, j'ai contacté la responsable de la région Est de Synerpa, le syndicat des EPAD. Je suis sans réponse de leur part pour le moment. Mes sondages auprès de beaucoup d'EPAD montrent une absence de besoin de ces bouteilles d'oxygène pour le moment. Essayons de ne pas surcharger et énerver les pharmacies et les EHPAD en prenant tous contact avec eux séparément.

Si ce besoin se faisait sentir, je ne manquerais pas de revenir auprès de vous pour convenir d'une procédure de mise à disposition.

Nous verrons comment se fera la sortie de crise, mais dans tous les cas, il faudra la faire avec précaution.

N'oubliez pas qu'une plongée de réadaptation est nécessaire :

pas à plus de 25 mètres, dans la courbe de sécurité et sans enseignement vertical !

La prévention des accidents est à ce prix.

Notre AG de Tomblaine s'est très bien passée, elle a été organisée de main de maître par Martial Barottin, appuyé de ses bénévoles. Un grand merci à eux.

Les diverses réunions et l'AG elle-même, ont été fort agréables. Ces locaux sont à retenir, car la situation est centrale dans le Grand Est et les locaux bien aménagés. Si vous avez manqué l'événement, les PV sont consultables sur le site, ainsi que les vidéos des commissions. Nos nouveaux statuts et RI ont été adoptés, ils sont également consultables sur le site.

La première formation sport santé se fera les 31 octobre et 1 novembre à la Gravière du Fort. Cette formation sera diplômante, elle concerne les MF 1 ou MEF 1 ou plus. Sont également concernés les médecins et les kinés, pour qui cette formation ne sera pas diplômante (sauf s'ils sont MF ou MEF 1) mais qui sauront à quoi correspond le sport santé et comment cela se passe en pratique, y compris la prescription de ce sport santé. Cette formation concerne le niveau 1 de pratique : "palmer vers sa santé". Dans cet Info-Est vous aurez un lien pour l'inscription, n'hésitez pas à vous lancer.

Autre nouveauté, le passage du CNDS à l'ANS : « Centre National pour le Développement » du Sport à « Agence Nationale du Sport ». En pratique, l'état se décharge de sa mission auprès des fédérations. En fait, une certaine somme sera attribuée à chaque fédération, à elle de se débrouiller avec pour la répartition club et organes déconcentrés en organisant le traitement des dossiers et des projets. Je vous mets un lien vers le site internet du comité régional Grand Est où tout est expliqué. L'utilisation du « compte asso » ne change pas. Une des principales nouveautés est que les petites structures peuvent faire des demandes qui sont inférieures à 1 500 € en passant par leurs Codep qui serviront de tête de réseau, donc permettrons de dépasser cette somme. Ce qui auparavant n'était possible que dans certains Codep devient maintenant possible partout.

En guise de conclusion, je vais revenir vers cette épidémie qui nous frappe : Certains de nos membres sont actuellement hospitalisés, parfois dans un état grave. J'ai une pensée pour eux. J'ai aussi une pensée envers nos membres qui s'investissent à fond dans la lutte contre ce fléau : nos médecins, pharmaciens, infirmières, kinés, aides soignantes, ASH.

Enfin, n'oublions pas tous ceux qui continuent à travailler pour nous : employé(e)s de supermarché, agriculteurs, industrie alimentaire, industrie pharmaceutique, chauffeurs, livreurs, logisticiens, police, gendarmerie, armée, etc ... Un grand merci à toutes ces personnes.

Soyez prudents, protégez vous bien, respectez le confinement, c'est votre meilleure façon d'aider les autres.

Bernard Schittly

COVID-19

CORONAVIRUS, POUR SE PROTÉGER ET PROTÉGER LES AUTRES



**Se laver
très régulièrement
les mains**



**Tousser ou éternuer
dans son coude
ou dans un mouchoir**



**Utiliser un mouchoir
à usage unique
et le jeter**



**Saluer
sans se serrer la main,
éviter les embrassades**

Vous avez des questions sur le coronavirus ?



GOVERNEMENT.FR/INFO-CORONAVIRUS



0 800 130 000

(appel gratuit)

Reprise des activités associatives et fédérales :

Notre Président Jean Louis Blanchard nous a communiqué les dernières communications aux Fédérations :

Un compte rendu par le Comité National Olympique et Sportif d'une réunion de crise au Ministère de Sports le 17 avril 2020 :

ATTENTION, document de travail

Compte tenu de la difficulté de reprendre globalement l'activité sportive, proposition de structurer la reprise en 3 temps :

- 1^{ère} étape : du **11 mai** au 15 juin : reprise des activités sportives **uniquement** pour les associations sportives qui souhaitent aider à la reprise de la **réouverture des écoles** (et donc **pas en dehors de ce cadre scolaire**). Concrètement, proposition que les associations sportives fassent une offre de service à l'échelle locale coordonnée par les Fédérations Déléгатaires pour **permettre le dédoublement des classes** (1 partie de la classe fera cours pendant que l'autre partie fera sport). 14 fédérations disposent déjà d'une convention avec l'Education nationale. Réflexion en cours pour leur proposer de se mobiliser en priorité.

- 2^{ème} étape : partir du **15 juin** : les associations qui le souhaitent pourront **reprendre leurs activités** en petits groupes (proposition de fixer la **limite à 30 personnes**). Au-delà de cette reprise d'activité en petits groupes, proposition que les associations sportives puissent **s'associer au dispositif national** qui va être mis en œuvre autour d'un « **plan vacances** » : que les associations puissent formuler une offre de service autour de stages sportifs pour les enfants avec une priorité pour les publics qui ne partent pas en vacances et qui est estimé à environ 200 000 personnes.

- 3^{ème} étape : **août / septembre : Rentrée sportive** : retour à des **activités "classiques"** (dans le respect des **règles sanitaires et distanciation sociale** probablement toujours en vigueur).

ATTENTION, document de travail

Qui peut néanmoins nous permettre de nous organiser.

- Les piscines ne seront pas ouvertes non plus avant le 15 juin, au mieux.
- La Gravière du Fort devrait suivre,

avec la gestion des 30 personnes maximum dans les 2 cas !

Avant le 15 juin :

Utilisez ce temps pour préparer la reprise et toute l'organisation pratique à mettre en place :

- pensez à la circulation dans vos locaux, à l'organisation de guichets, etc... afin de respecter les règles et la distanciation
- la décontamination prends toute son importance, soyez plus strictes, organisés et efficaces que jamais, à **CHAQUE** utilisation de **TOUT** le matériel prêté !

Là aussi bien sûr, distance, guichet,...

Utilisez ce temps pour consulter si vous avez été confrontés à la maladie :

- Aucun calcul, aucune recommandation, française ou étrangère, ne remplacera une consultation en bonne et due forme.
- Préconisez et imposez vous un avis médical éclairé et avisé, avec tous les examens complémentaires souhaitables, avant toute reprise après maladie Covid 19.

Dans tous les cas une reprise douce s'impose,

une plongée de réadaptation à 25 m max, efforts modérés, courbe de sécurité, et pas d'enseignement vertical.

Tout est de toute façon chamboulé et nos calendriers perturbés; prenons le temps !

Sportifs ?....

Le Ministère de Sport, INSEP, Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance et l'Agence du Sport s'occupent de nous.

Livret adapté, déjà la 3 version.

A télécharger sur le site du ministère !



Avant le 15 juin :

Une pratique minimale d'activités physiques dynamiques

1 h/jour pour les enfants et les adolescents

30 mn/jour pour les adultes

Réaliser plusieurs fois par semaine des activités variées qui renforcent les muscles et améliorent la souplesse et l'équilibre



Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Se lever régulièrement

Marcher ou s'étirer toutes les 2 heures

Lorsque vous téléphonez, marchez !

Utiliser le mobilier pour le renforcement musculaire ou les étirements



Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Les tâches ménagères (nettoyer, balayer...) sont des activités physiques !

Faire des activités que vous avez l'habitude de reporter (bricolage, jardinage...)



Pour maintenir une pratique régulière, de nombreux exercices ne nécessitent pas de machine ou autres équipements sportifs

Faire quelques activités qui favorisent l'équilibre dynamique ou bien les exercices de posture (sur une jambe, sur la pointe des pieds...)

Si vous en avez un, profitez de votre jardin en vous activant



Une pratique minimale d'activités physiques dynamiques

Réduire son temps passé en position assise ou allongée et rompre ces périodes prolongées par de la marche ou des étirements idéalement toutes les heures



**SAUVEZ DES VIES
RESTEZ
CHEZ VOUS**

Campagne de subventions part territoriale 2020



Comment remplir votre demande de subvention.

**Concerne les président(e)s de club
et les responsables des demandes de subventions.**

Si vous avez une action qui correspond aux attentes ministérielles et fédérales, elle sera peut-être subventionnable par l'ANS.

Alors, qu'est - ce que l'ANS ?

C'est la « transformation » du CNDS en l'ANS : « Centre National pour le Développement du Sport » à « Agence Nationale du Sport ». En pratique, l'état se décharge de sa mission auprès des fédérations. Une certaine somme sera attribuée à chaque fédération qui devra la gérer.

Comment procéder ?

Il faudra créer un compte sur « compte asso » si ce n'est pas déjà fait, sur :

<https://lecompteasso.associations.gouv.fr>

Pour vous aider dans cette démarche, je vous joins un document qui s'appelle « Guide le compte Asso 2020 ». C'est sur ce compte que vous devrez remplir la demande. Une des principales nouveautés est que les petites structures peuvent faire des demandes qui seront inférieures à 1 500 € en passant par leurs Codep, qui serviront de tête de réseau et donc permettront d'atteindre ou de dépasser cette somme. Ce qui auparavant n'était possible que dans certains départements, devient maintenant possible partout. Si vous devez mutualiser, adressez - vous à votre Codep.

Quelles sont les actions éligibles ?

Pour trouver ces actions, vous pouvez vous appuyer sur le document « FFESSM Note de cadrage » qui les détaille et qui explique la façon dont votre demande sera évaluée. Il y est aussi précisé quel pourcentage maximum pourra être attribué à une action. Ce document est disponible sur le site du comité Grand Est.

Comment cela se passe-t 'il après remplissage de la demande de subvention ?

Le CTAS « Conseil Territorial d'Attribution des Subventions » au sein du Comité Grand EST, étudiera votre dossier, le notera et décidera en fonction

de cette note, l'attribution d'une somme. Puis le dossier sera transmis au CNAS « Conseil National d'Attribution des Subventions » qui validera la somme proposée. Il a également un rôle d'arbitrage en cas de dossier « difficile ». Ces missions étaient au préalable remplies par des fonctionnaires d'état. Le CTAS se compose de 6 personnes dans le Grand Est : Le président, la trésorière, deux président(e)s de Codep et deux président(e)s de club. Si le dossier est accepté, la CNAS valide la somme, puis transmet à Jeunesse et Sport qui mettra en paiement les subventions directement aux clubs, en principe avant la fin de l'été. Mais ce délai reste aléatoire, au vu de la nouveauté du projet et de l'actuel confinement qui retarde beaucoup d'actions. Dans tous les cas, c'est l'ANS qui reste le décideur final et il est possible qu'elle s'oppose à une décision fédérale.

De combien de temps je dispose pour finaliser ma demande ?

A priori, je dirai que les demandes seront closes le 17 mai, ce qui laisse un peu moins d'un mois pour tout faire. Puis la CTAS devra rapidement étudier tous les dossiers de la région avant de les transmettre au CNAS fin mai.

Le dossier doit-il être bien rempli et complet ?

Oui, absolument. Si vous oubliez une étape, vous ne pourrez pas passer à l'étape suivante et finaliser le dossier. Et lors de l'exploitation du dossier, un dossier non ou mal complété, ne pourra pas être traité. En effet, le logiciel Osis qui permettra au CTAS d'exploiter les dossiers de subvention, fonctionne sur le même mode : une mauvaise réponse ou une réponse incomplète ne permettra pas de passer à l'étape suivante et de valider la demande au final.

Aurai-je ce que je demande ?

J'aimerais beaucoup, mais ... nous ne disposons que d'une somme de 36 644 € pour la région Grand Est, clubs, Codep et comité directeur régional compris. Donc, le montant demandé ne sera peut-être pas accordé en totalité. Sachez toutefois qu'au moins 40 % de cette somme ira aux clubs.

Je suis à votre disposition pour toute question complémentaire.

Bien amicalement à vous.

Bernard SCHITTLY

Saison 2019/20:

Stage final initiateur entraîneur le 12 octobre à Serémange

Séminaire cadres et juges le 19 octobre à Saint Avold de 9h00 à 12h00 (indiquez moi votre présence merci).

Championnat de Meuse à Ligny en Barrois le 24 novembre

Formation initiateur entraîneur les 30 et 1 décembre à Dieuze.

Championnat de Moselle le 14 décembre à Dieuze.

Formation JF1 le 29 février à Serémange.

Championnat Grand Est le 1 mars à Serémange.



~~Championnat de France à Limoges week-end du 9 et 10 mai.~~

~~Coupe du monde des clubs à Caen les 29, 30 et 31 mai.~~

Petit rappel concernant les compétiteurs pour s'inscrire lors d'une compétition, des documents habituel, il faudra désormais être titulaire du "T1".

Merci de diffuser dans vos clubs respectifs.

LA VIE EN VOSGES

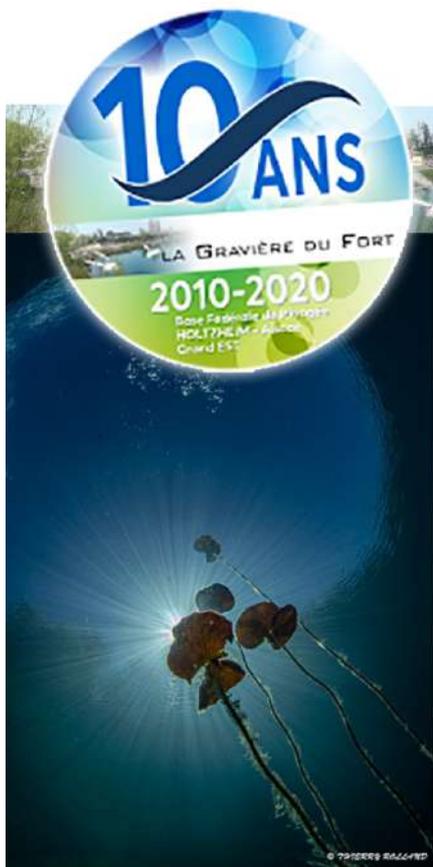
le Comité Directeur en réunion à Gérardmer



ainsi qu'un Conseil des CODEP

Rentrée le 7 septembre 2019, même si les vacances officielles ne sont pas une période d'inaction.





LA GRAVIÈRE DU FORT

La Gravière du Fort a 10 ans, 10 ans au service de l'Image Sous-Marine

La Gravière du Fort a 10 ans. 10 ans qu'un projet associatif rondement mené a ouvert à tous un site d'abord nu, devenu un vrai parc naturel aux habitants et ambiance variés.



Toutes les activités de la Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins y sont accueillies, apnée, nage avec palmes, orientation subaquatique, biologie et environnement,...

La photo et la vidéo déjà très pratiqués ont pris une dimension encore plus importante par l'organisation facilité de grands stages de formation, dans de nombreuses salles de travail ou de vie, avec l'eau bien sûr à disposition immédiate et libre. Les enseignants de la région personnalisent leur intervention, et toute la communauté progresse. C'est un plaisir sans cesse renouvelé pour les créateurs de la Gravière du Fort.



Au moins deux stages régionaux en week end, des formation départementales, une formation en direction des plongeurs handisub (une première !), et des appareils photo et caméras constamment sur le site et sur les réseaux sociaux. Cette année LE stage national regroupant les meilleurs formateurs, eux même en formation et en échanges constants, rassemblait 80 personnes pendant 10 jours !

Enfin, les équipes bénévoles structurées autour des évènements de la Gravière du Fort ont rejoint depuis quelques années l'équipe de la Fête pour un soutien à l'organisation et à l'accueil des spectateurs.

Le 4 juillet 2020, les plongeurs de la Gravière fêteront cet anniversaire. Les 19 et 20 septembre 2020 se tient la 10^e "FAITES" de la Plongée.



Photos : Daniel Beaureperre, Thierry Rolland



Stage Handisub d'Antibes

19 au 25 aout 2019

Deux années de préparation.....

une enquête de localisation du stage National proposé aux responsables

HANDISUB des régions Françaises ... La désignation d'une équipe de "travailleurs" pour mener à bien la logistique de ce stage et enfin un cahier des charges transmis à ces organisateurs, voilà la recette d'un stage réussi !

Mais que de bonheur de plonger avec nos amis PESH (Plongeur En Situation de Handicap)..... et ce à tous niveaux:

- du baptême, avec le regard étincelant que l'on connaît bien chez le débutant
- au confirmé avec les PESH 40 qui effectuent avec aisance la plongée profonde de monsieur tout le monde !



Un peu d'histoire.



HANDISUB est jeune, création en 2011, avec à son actif tout d'abord des stages pour les jeunes plongeurs en situation de handicap, au niveau international, en 2011 et 2012, puis, en 2013, le premier stage examen de la CTN destiné à qualifier de nouveaux MFEH2. Il faut garder à l'esprit que cette formation est complémentaire d'un diplôme Fédéral -ou d'un Brevet d'État- d'enseignant en plongée. Ce diplôme initial d'enseignant sert de base pédagogique, technique, et réglementaire! En HANDISUB, nous ne faisons qu'adapter nos techniques et nos matériels à un plongeur différent... Nous ne faisons pas repasser un diplôme de MF1 ou MF2, mais nous justifions simplement toutes les actions techniques et de sécurité pour que cette plongée différente se déroule à merveille : le handicap est soluble dans l'eau !

Devant cette forte particularité, et ce besoin de pragmatisme, Pascal CHAUVIERE a proposé à ses collègues MFEH2 d'appuyer cette formation qualifiante sur un stage d'accueil de vrais élèves. Depuis 2013, cette organisation est conservée et régulièrement améliorée ; Mais cette organisation très pertinente, sans simulation, a le défaut d'être très complexe à organiser :

- il faut des PESH de tous niveaux de pratique
 - du baptême au PESH40
- de nombreux types de handicap -moteur, mental, sensoriel ...,
- il faut des enseignants de tous niveaux -de EH2E2 à M FEH2E4-
- et il faut un jury conséquent aidé d'un secrétariat sans faille !

Il s'agit donc du quatrième stage pyramidal, ou imbriqué, ou en cascade organisé par la CTN de la FFESSM, avec la participation de la Fédération Française Handisport et de la Fédération Française du Sport Adapté.

Pour mener à bien ce challenge, dès 2018, les votes des régions ont désigné le CREPS du site d'ANTIBES. C'est Yann STREBLER, référent régional SUD, qui a été le grand organisateur local de cette belle aventure, avec plus de 70 personnes présentes à faire plonger et à héberger.

Parallèlement à cette organisation, Pascal CHAUVIERE organisait les inscriptions des candidats MFEH2 des différentes régions.

Au final, 2 candidats MFEH2 étaient retenus (Rodolphe MINET et David CIESZKOWSKI) et ils se sont attelés dès le mois de Février 2019 à l'organisation pédagogique de ce stage, sous la surveillance de leurs parrains et autres jurys. Que toutes ces personnes soient remerciées pour la travail accompli.

La préparation matérielle :

Les régions de la FFESSM s'impliquent aussi beaucoup.

Par exemple, Emmanuel SERVAL référent HANDISUB de l'Occitanie, a préparé un pneumatique avec une grue de mise à l'eau, permettant l'accueil de 2 plongeurs Handi et leurs enseignants.

Yann STREBLER a sollicité :

- le club MOANA pour la mise à disposition un navire avec une potence conçue par un étudiant d'un lycée technique de Nice.
- le CSLGA pour le prêt des combinaisons zippées et d'un masque facial
- le Codep 06 et le CDH06 pour le prêt de matériels adaptés : side-mount et masque facial,
- Handiloisirs pour un minibus,
- "Aller de l'avant" pour un véhicule accessible aux PMR
- et l'handiplage d'Antibes pour des séances de transfert avec les "tiralos" et l'hippocampe".

Le site du CREPS d'ANTIBES a fait aménager ses bateaux et projette de rendre accessible 2 chambres supplémentaires ...

Pascal CHAUVIERE du comité EST a, quant à lui, travaillé durant 1 an et demi sur l'adaptation d'une vedette de 10 m avec:

- la construction d'une plage de mise à l'eau permettant l'autonomie des PESH
- l'implantation d'une grue
- la création d'un abris contre le soleil ou les intempéries
- la gestion de la sécurité (mini pneumatique léger/ Planche BACKSTRAP / poste d'infirmier/ Construction par Fred DUREAU d'une chaise de remontée à bord ...)

A préciser, dans le cas de ce bateau, c'est un petit collectif constitué de deux plongeurs handicapés (Yannick et Vincent) et du propriétaire (Pascal), qui a réfléchi aux adaptations et même qui a financé les travaux.

La réalisation :

Du 19 au 24 août 2019, 22 plongeurs en situation de handicap du Grand Est, de Bourgogne, d'île de France, d'Occitanie et de la région SUD, plongeurs autistes, aveugles, paraplégiques, tétraplégiques et trisomiques sont venus découvrir les fonds marins azurés et se former du PESH6 au PESH40. Ils sont encadrés et assistés par une cinquantaine de personnes, les moniteurs et les accompagnants.

La journée type :

Pour les PESH, les matinées commençaient par des séances de découverte d'activités aquatiques ou 1 culturelles et se terminaient par un cours théorique selon leur niveau. Avec les accompagnateurs, les





**Accueillir... Former... Encadrer... Partager...
Une plongée raisonnable et adaptée !**

2010-2020 Joyeux anniversaire !

Handisub® a en effet 10 ans.

A cette occasion, tous nos remerciements à Jean Louis BLANCHARD, président de la F.F.E.E.S.S.M. quia permis la création de cette entité en réunissant les 3 Fédérations FFESSM, FFH, FFSA.

Permettez-moi de vivement remercier Bernard SCHITTLY, et son équipe, qui, depuis le départ, nous ont aidés, appuyés, encouragés, et financés, ainsi que Laurent MARCOUX, Président de la C.T.R., qui a su suivre et superviser nos actions.

Je ne peux pas oublier les PESH, qui plongent avec nous, mais qui acceptent de bon gré de nous aider lors de toutes nos formations.

Enfin, une infinie reconnaissance à tous les EH, quelque soit leur niveau. Sans eux,

Handisub® ne peut vivre, ni se développer.

En dernier lieu, un grand et simple merci à Pascal CHAUVIERE qui est un des principaux forgerons d' **Handisub®**

Et comme chante BRUEL « Rendez Vous dans 10 ans » !

Bilan de l'Année

- **Tout d'abord**, tous nos remerciements à l'équipe en place qui nous a permis, grâce au budget, d'augmenter nos possibilités.
- **Pour** la première fois, nous avons pu aider les clubs pour les moniteurs lors de stages, et pour les personnes en situation de handicap, ainsi que certains moniteurs en formation.
- **Bilan encourageant**: nous avons innové dans plusieurs formations, avec des commissions partenaires.
- **Belle** ouverture au niveau national avec accord pour partenariat avec formation commune.

Bilan 2019 pour le groupe



Dépenses totales 2 300

- Salon 137,5137,52 162,5
- Formation bio 300437,51 862,5
- Moniteur TPN 6001 037,51 262,5
- Pesh CAMNS 3501 387,5912,5
- Antibes formateur 2001 587,5712,5
- Antibes moniteur 2001 787,5512,5
- Réunion cadres de la région 108,981 896,48403,52
- banderoles 229,042 125,52174,48
- Autocollants 502 175,52124,48

Nos actions

Salon de la plongée



Sortie Mer rouge avec le TPN

Formateur Bio double casquette



Formation multiniveaux à Antibes



Sortie Mer Rouge avec jeunes MPC

[Voir l'article de JérémY](#)

Info-EST n°99 - avril 2020

Formation EH1 à Chalon en Champagne

Baptême pour Jérémy



Réunion des cadres

Handisub®

Pour2020 :

Réunion des cadres Nationaux lors du Salon de la Plongée. Lors de celui-ci, divers exposés ont été proposés par des médecins, des moniteurs, et des personnes en situation de handicap.

La réunion P.S.P.a eu lieu à TOUL à l'occasion de laquelle des



Les 7,8 et 9 Février une **formation EH1 et EH1 MPC** s'est tenue à Nogent sur Seine.



Sortie mer Rouge avec le TPN en Février



1 semaine de croisière
et 1 semaine en Club.

Formation EH1 à Pont à Mousson les 15 et 16 février.



Pour communiquer :

- Vous pouvez toujours me joindre à mon adresse mail : ppair.fred@wanadoo.fr.
- Pour être plus réactif, je vous propose de créer un mailing, et de contacter au moins 1 personne  qualifiée par club.
- Et toujours Handisub Ctr Est sur Facebook.
- Et surtout Info Est.
- Et enfin dans la rubrique  de la commission technique du comité Est.

Nos propositions pour cette année :

- Salon de la Plongée, Réunion cadres régionaux.
- Plongée sportive piscine, Toul, 2 Février 2020.
- Eh1, Eh1mpc à Nogent sur Seine 7, 8, 9 Février 2020.
- Eh1 à Pont à Mousson 15, 16 Février 2020.
- Plongée Mer Rouge, du 15 au 29 Février 2020.
- Prospective pour EH2. Mars 2020
- Formation Bio pour cadres EH. Mars à juin 2020.
- Plongée pour tous et découverte Lac du Der 20, 21 Juin 2020.
- Formation Eh1 à GDF ; 11, 12 juillet 2020.
- Formation multi niveaux dans le sud de la France du 24 au 29 août 2020.
- Journée découverte, plongée de nuit, 5 et 6 septembre 2020.
- Formation EH1 ou EH1 M.P.C. dans les Ardennes, si demande.
- Réunion cadres de la région.





Malheureusement le maladie nous coince et tout ce qui est en vert est suspendu. Nous attendons les décisions administratives, pour nous permettre une reprise encore plus intense. Les temps sont longs pour certains et je vous propose quelques lectures :

-Facebook : Handisub.CTR.EST

-Handiguide.sport.guide.fr

-Commission médicale nationale et Prévention nationale.

Documentation et lien/Communication scientifique/pitié salpêtrière2016.

Prenez soins de vous ; pensez à nos, à vos amis, un mail, un coup de fil, sont le bienvenu, même pour les plus endurcis ;une aide est toujours la bienvenue.

Gardons le moral !

Vous pouvez me joindre à mon adresse mail :ppair.fred@wanadoo.fr

Un rêve d'enfant... au pays des pyramides et de cette Mer Rouge si bleue

C'est décidé, Christelle, Kenny, Marie, Mattéo, Nathan, Ryad, Yannis seront les piliers de cette pyramide. Ils adorent l'eau, avec ou sans scaphandre chacun à son rythme, gagnant toujours plus en liberté et responsabilité. Nous construirons pour eux et avec eux cette aventure de plongée.

Bien des labyrinthes seront contournés : la date idéale, la prise en charges des enfants à mobilité réduite dans l'avion, l'accessibilité dans l'hôtel, la disponibilité des parents et famille d'accueil, des accompagnateurs et des encadrants. Et de l'appréhension, « *Et l'avion il va pas tomber ?* ».

Tout cela pour atteindre le sommet de la pyramide rêvée, l'aboutissement de quelques années d'eau chlorée : la découverte de l'aquarium de la mer rouge. Et son lot de phrases innocentes « *Pourquoi elle n'est pas rouge la Mer Rouge ?* », « *Il y a beaucoup de poissons* », « *C'est déjà fini la plongée* ».

La fierté des enfants qui tiennent la barre avec la complicité du capitaine. Une semaine de fou rire, de complicité, de bonne humeur, de belles rencontres où l'entraide est essentielle pour aller au-delà du quotidien et du handicap.

Les pierres de l'édifice n'ont pas manqué. Un grand merci à nos institutions fédérales plongée et handisport aux différents niveaux, à l'Institut Universitaire de Rééducation Clémenceau, au CAMNS, aux accompagnateurs, à la structure Alysée plongée et aux moniteurs bénévoles.

Des souvenirs pleins la tête, et une envie, que le rêve se reproduise.

Djemila, Jean-Luc, Jérémy, Myriam.



Handisub





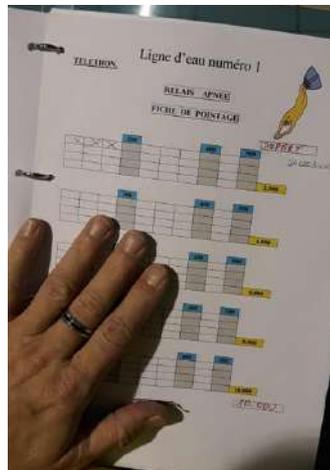
e édition

Téléthon
Sarrebouurg



Samedi 7 décembre 2020 : **4h45** **5h00** : Top départ !
c'est calme !... Patrick est parti, pour 30h de relais !

Avec Michel Lambinet le comité directeur national et le comté Grand EST sont là pour soutenir les membres du club de Sarrebouurg à cette heure très matinale



C'est le début
3 longueurs...



Dimanche 8 Décembre, **11h00**.

premières photos

Nous signons la fin de cette 20^e édition de notre relais 30h. Et il y a plus de monde !...

Plus de 200 000€ de récoltées sur ces 20 dernières années pour le Téléthon !

Merci est un simple mot, pourtant plein de sens. Nous tenons vraiment à tous vous remercier une nouvelle fois, pour votre implication, pour avoir donné de votre temps, et pour votre bonne humeur !



Georges Maury, président adjoint du Comité EST, et Président du CODEP Moselle pour clore cette éditions, avec les élus locaux.



Une semaine pour réduire nos déchets

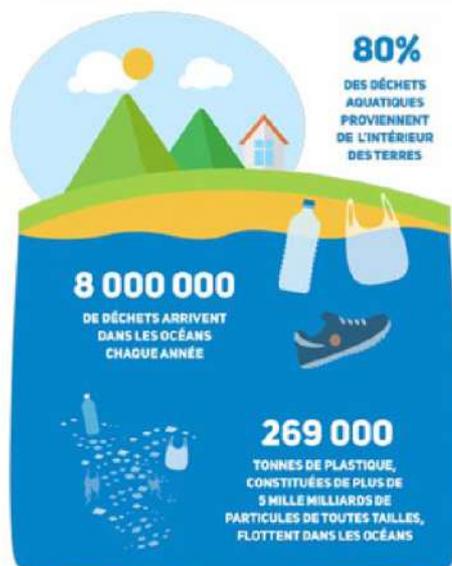
C'est le pari que renouvelle chaque année la Commission européenne depuis 2009, dans le cadre de la **Semaine européenne de réduction des déchets** (SERD). Planifiée durant neuf jours consécutifs, cette opération a pour objectif de susciter l'organisation, partout en Europe, d'actions de sensibilisation sur ce que l'on appelle communément les "3R" : réduire les déchets, réutiliser les produits et recycler les matériaux.

21 au 29 NOVEMBRE 2020



JETER PAR TERRE, C'EST JETER EN MER

100% DES DÉCHETS AQUATIQUES SONT D'ORIGINE HUMAINE. ILS CIRCULENT VIA LE CYCLE DE L'EAU ET FINISSENT LEUR COURSE DANS L'OcéAN. ILS ONT DES IMPACTS CONSIDÉRABLES SUR L'ENVIRONNEMENT...ET SUR L'HOMME



1 000 000

D'ANIMAUX MARINS MEURENT CHAQUE ANNÉE À CAUSE DES DÉCHETS AQUATIQUES



EN SE DÉCOMPOSANT LE PLASTIQUE LIBÈRE DES SUBSTANCES TOXIQUES QUI SONT DES PERTURBATEURS (ENDOCRINIENS, ENVIRONNEMENTAUX...)

89 MILLIARDS

DE BOUTEILLES D'EAU EN PLASTIQUE SONT VENDUES CHAQUE ANNÉE DANS LE MONDE, UNE TROP GRANDE PARTIE SE RETROUVE DANS LES OcéANS



Source : Surfrider Foundation Europe



La saison 2018/2019 s'est très bien terminée suite à notre titre de champion de France 4e division les 18 & 19 mai dernier à Berck/Mer. Nous avons pu former une équipe de Nogent homogène et ayant tous le même état d'esprit, ceci facilitant une cohésion au fond du bassin. Une régularité tout au long du championnat dans notre jeu a permis d'être solide en défense et saisir des occasions précieuses de buts.

Pour marquer le coup de ce titre de champion de France et pour relancer cette nouvelle saison, Sacha Lenoir, joueur de Nogent depuis plus de 15 ans, a souhaité organiser un tournoi de reprise différent de celui que nous faisons par le passé. Un tournoi sur 2 jours avec une ambiance décontractée autour du bassin. Tentes et barbecue de rigueur dans l'enceinte de la piscine. Ce tournoi a regroupé 11 équipes. Sedan, Troyes, Epernay, Neuilly/Marne 1 & 2, Fontenay Tresigny, l'équipe nationale de Belgique, Diderot XII (Paris), Strasbourg ACAL, Strasbourg CAM'S et Nogent/Seine.

Une grande différence de niveau à marquer le déroulement de ce tournoi. Troyes, un jeune club prend pour une des premières fois ces marques dans un tournoi. Strasbourg ACAL est composé de vétérans avec des cadets pour les accompagner dans leur développement du jeu. Tandis que l'équipe de Belgique, de Neuilly ou encore Fontenay Tresigny sont composés de joueurs solides avec une grande expérience. Ce mélange de niveau a permis, malgré tout, de contenter tout le monde. Les équipes les plus faibles étant parfois renforcées de joueurs expérimentés. Ceci favorise la progression des équipes les plus modestes.

Une ambiance bon enfant a eu lieu tout au long de ce tournoi dans cette enceinte aquatique mise à disposition gracieusement tout le week-end end par la municipalité offrant une piscine extérieure idéale pour jouer au hockey subaquatique.

Fontenay Tresigny, Neuilly et la Belgique ont fini sur ce podium. Quant à nous, club organisateur, nous terminons 6e et surtout fier d'avoir pu réunir une centaine de joueurs en ce tout début de saison.

Le championnat de France 4e division a eu lieu à Berck-sur-mer les 18/19 mai 2019. Nous avons été qualifiés à ce championnat à l'issue de notre classement en championnat régional. Nous étions 9 joueurs.

Les matchs ont été répartis équitablement sur le week-end. Nous avons réalisé 4 matchs le samedi et 4 le dimanche.

Nous sommes restés invaincus à l'issue de notre 1ère journée

Lille2-Nogent s/s 0-0

Nantes--Nogent s/s 1-2

Nogent s/s-Pontivy 2-0

Bon encounter (Agen) - Nogent s/s 0-0

L'ensemble de ces matchs se sont révélés très accrochés, un juste équilibre dans notre jeu a permis de rester dans la course pour le lendemain. Quelques petits réglages de jeu ont été apportés tout au long de cette journée et a permis de ne prendre que 1 but. Une des meilleures défenses de cette 1ere journée. Nous avons terminé 2nd de notre poule à l'issu de ce samedi, nous faisant jouer des play-off pour atteindre, éventuellement, les demi-finales.

Les play-off nous font jouer 2 matchs supplémentaires. Nous commençons donc le 1er match du dimanche matin dès 8h00. Conditions particulières pour se mettre dans le rythme très rapidement et ne pas passer à coté du match nous fermant les portes d'un bon classement . Notre motivation et rigueur de placement ont payé, nous remportons notre 1er match contre PESSAC2, club bordelais, 2-0.

Le deuxième match a été remporté contre Compiègne, un début compliqué étant donné que nous prenons le 1er but du match, toutefois nous restons confiants et continuons de dérouler notre jeu. Ceci a été payant au vu du résultat en notre faveur de 6-1. Nous finissons donc 1er de cette poule de play-off et nous envoi par la même occasion en demi-finale.

Nous rencontrons l'équipe de Okéanos Grenoble, en demi finale. Une équipe très solide et physique avec des phases de jeu changeantes. Nous avons mis du temps à ouvrir le score mais la présence de tous au fond sans douter de notre jeu a permis de gagner 2-0. Cette victoire nous envoie en finale, synonyme pour notre région de remporter une place pour la prochaine saison en 3e division.

La finale se joue contre Lille 2, adversaire de notre poule du 1er jour, sans vainqueur à l'issu de cette rencontre. Un match très serré de nouveau dans lequel des occasions de but sont présentes pour les 2 équipes. Il a fallu attendre 3 min avant la fin du match pour que nous mettions le 1er but de la rencontre suite à une supériorité numérique de notre part. Lille 2 nous met une forte pression jusqu'à la fin de la rencontre puisque nous finissons la dernière minute du match acculé dans notre but. A 5 secondes de la fin, nous récupérons le palet pour partir en contre ce qui signifiait notre victoire.

Le buzzer retentit, avec un score final de 1-0, et nous sommes donc, pour la 1ere, fois champion de France D4.

Sacha lenoir

Neptune Club Nogentais



RAPPORT D'ACTIVITES

SAISON 2019

CAP ou pas CAP :

Deux séances d'initiation en piscine réalisées cette année à la demande de l'ARDEPE et de l'ANC pour leurs jeunes.



La mise en place d'un parcours en piscine ne prend qu'une dizaine de minutes et c'est l'endroit idéal pour une première approche de la discipline.

Savoir lire et utiliser un compas, nager droit, rester concentrer sur son cap.

La présence de la commission sur les RRJ a permis à quelques uns de ces jeunes soit de découvrir soit de se perfectionner à l'orientation en milieu naturel.



Un mini parcours leur était proposé sur une centaine de mètres avec 4 changements de caps. L'aisance de certains est plutôt prometteuse, et nous espérons les voir sur nos prochaines compétitions jeunes PMT ou plongeurs au printemps 2020.



A la « faites de la plongée », 9ème année de présence, les échanges avec les licenciés sont toujours aussi présents, info sur le matériel, l'utilisation du compas, trucs et astuces en tout genre pour pas perdre le nord.

Quelques initiations dont une avec une PESH accompagné de son moniteur Dominique Steinmetz du CAMNS.



Handisub

Championnat de France et Régionaux :

Le championnat de France individuel s'est tenu sur la base du CAMNS à Bischheim du 07 au 09 Juin. 27 concurrents inscrits dont 9 femmes.

Trois nations présentes, le Kazakhstan l'Allemagne et la France.

10 clubs et 3 comités (CIPBL PACA GRAND EST).



Au classement combiné chez les dames Ploetze Florence remporte le titre de championne de France et chez les hommes c'est un junior qui s'impose chez les seniors, Ploetze Yan devant les Kazaks, qui fait le doublé junior sénior, très belle performance.

Un nouveau record de France junior et senior établi par Zugmeyer Colas du CPS sur la course en M avec un temps de 5'52 (sur 590m) et une précision de 0 metres.



Ce record datait de 16 ans. Les compères remportent également le titre sur l'épreuve MONK et chez les filles se sont Ploetze Florence et Lefevre Pauline.

Première édition du relais mixte orienteur/nageur dans une ambiance survolté, très appréciée des compétiteurs nul doute que nous la reverons et certainement au niveau international aussi. Une épreuve 100% made in Comité Grand EST.

12 juniors au total dont 5 filles, la relève commence à arriver et à se faire entendre au vu des résultats.

2 manches de coupes de France ont eu lieu dans l'EST à la Gravière du Fort, debut mai pour le championnat EST dans une eau à 12 degrés et les 25 et 26 Mai pour le trophée des cigognes. Ploetze Florence et Knobloch Pascal remportent la coupe de France.

Initiation et opengame :

5 interclubs et initiations programmés et réalisés à la Gravière du Fort, quelques plongeurs viennent nous voir timidement, n'hésitez pas à venir à notre rencontre et à vous essayer à la discipline, c'est toujours utile en plongée de savoir se servir de cette grosse montre qui n'est à l'heure que deux fois par jour...

La commission est à votre disposition pour toute initiation au sec ou à l'eau, mettre en place un petit challenge orientation au niveau de votre club, avant ou après votre plongée à la GdF.



Salle comble pour le café plongée proposé par René Kobler en Mai.

Le but est de présenter la commission et surtout d'apporter aux plongeurs des connaissances sur l'utilisation du compas en plongée et des petites astuces pour s'aider à moins se perdre sous l'eau. Proposé soit en soirée soit en journée, vous avez la possibilité de mettre en pratique vos acquis et tester divers matériel mis à votre disposition.

Brèves de compas :

Sur proposition du CODEP67 nos deux jeunes juniors du CPS Yan et Colas ont été récompensés pour leur podium aux championnats d'Europe 2018 lors de la cérémonie des trophées du sport du Bas Rhin. Une belle occasion de faire connaître la discipline, retenus au pôle France NAP ils n'ont pu être présents. Florence y a également reçu un trophée, les entraîneurs(euses) et bénévoles des clubs étaient aussi mis en avant lors de cette soirée.

Ploetze Tobias du CPS s'est vu remettre par Michel Lambinet, membre du CDN, la médaille d'argent de la fédération pour son engagement son implication et son action en tant qu'entraîneur de l'équipe de France.



L'équipe de France a fait son stage de préparation du 20 au 23 Août, avant les championnats d'Europe 2019 à Berlin, à la Gravière du Fort.

Merci à toute l'équipe, organisation, juges, initiateurs pour leur aide et leur travail.

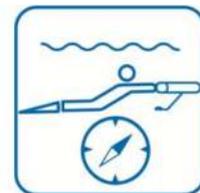
Vous trouverez le calendrier 2020 des activités sur le site de la région rubrique

Nos commissions

commission orientation sub

et dans infoest.

Rieffel Laurent



CAFE PLONGEE

ORIENTATION PLONGEE LOISIRS Gravière du Fort

COVID-19
CORONAVIRUS

Samedi 25 avril 2020

MATIN

09h30 Accueil
Présentation et utilisation du Matériel
10h45 Pause-café
11h15 Reprise

APRES-MIDI (facultatif)

12h00 Repas tiré du sac
13h30 Mise en pratique dans l'eau avec vos instruments
Ou fournis par l'organisation

Mardi 12 mai 2020

SOIR

19h30 Accueil
Présentation et utilisation du matériel
Pause café
Suite

Renseignements : renekobler67@gmail.com

Perdu ?



Ca fonctionne comment ?

Quelle est ma route ?



CALENDRIER DES ACTIVITES 2020

STAGES D'INITIATION ET OPENGAME

25/04/2020	OpenGame d'orientation et café plongée à la GdF
12/05/2020	Café plongée GdF à 19h30
16/05/2020	OpenGame plongeurs/enfants à la GdF
27/06/2020	OpenGame plongeurs/enfants à la GdF
11/07/2020	OpenGame plongeurs/enfants à la GdF
12/09/2020	OpenGame plongeurs/enfants à la GdF (saison 2021) Autres dates et initiation piscine sur demande

STAGES FORMATIONS

03/04 Janvier	Formation juges/IE centre de secours Ouest et caserne Marlenheim
21/22 Fevrier	Formation IE centre de secours Ouest et caserne Marlenheim

CHAMPIONNATS REGIONAUX et MANCHES de COUPE DE FRANCE OPENGAME

02/03 Mai	Trophée des palmeurs du Gatinais Chalette sur Loing (45)
23/24Mai	Championnat de l'EST (PMT&CLASSIC) Gravière du Fort (67)
20/21 Juin	Trophée des cigognes (PMT et CLASSIC)



CHAMPIONNATS DE FRANCE INDIVIDUEL

30 Mai	Championnat de France MONK (Ballastière Bischheim)
31 Mai 01 Juin	Championnat de France individuel (ET + 5P + M+ //) (Ballastière de Bischheim 67)

INTERNATIONNAL

22/30 Août	Championnats d'Europe Viljandi (Estonie) Les dates du stage France pour les nageurs sélectionnés en équipe de France du 14 au 17 aout à la Gravière du Fort à Holtzheim(67)
------------	--

Renseignements : Laurent Rieffel 24 rue de l'hôpital 67190 DINSHEIM Sur BRUCHE
Port: 06 23 64 58 78 – e-mail: laurent.rieffel@hotmail.fr



COVID-19
CORONAVIRUS

CHAMPIONNAT DE FRANCE

OPEN D'ORIENTATION SUBAQUATIQUE

30 mai au 01 juin 2020

**Ballastière de BISCHHEIM (67)
Base de plongée du CAMNS**



FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARINS
avec le soutien du comité régional FFESSM Est
et du comité départemental FFESSM du Bas-Rhin (67)

Plus d'infos sur : orientationsub.ffessm.fr



Crédit: Raphaël Proust - © Communauté de communes du Bas-Rhin



Bilans

Commission Régionale Apnée Grand Est

Saison sportive 2019

1. Bilan des actions

A. Réunions et représentativité

- Participation à la « Faites de la plongée » de Holtzheim
- Participation aux rencontres jeunes licenciés du GE à Holtzheim
- Séminaire des cadres apnée Grand Est
- 2 réunions annuelles Comité CRA Grand Est
- Compétitions Grand Est : circuits Régional, National
- Mise à niveaux des JFA1° et formations JFA1° : nouveau règlement indoor
- Formations apnée

B. Nouvelle banderole:



C. Nouveaux polos

Chaque nouveau cadre à partir du MEF1° reçoit un polo pour le remercier de son implication dans les formations dans le GE





APNÉE
GRAND EST

D.Chasubles et plaquettes juges



2 jeux disponibles pour les compétitions dans le Grand Est



E; Téléthon de Sarrebourg

A. Séminaire des cadres apnée du Grand Est et réunion CRA



Aménagement container Apnée à la Gravière du Fort

Travaux de préparation du container : 11 novembre



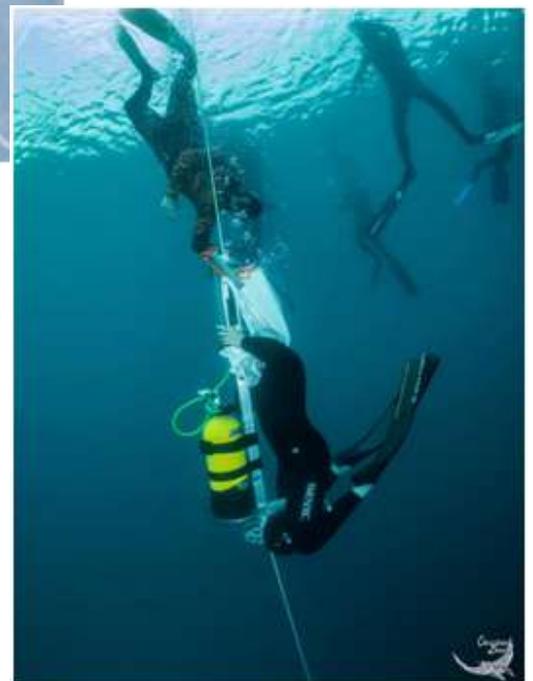
Arrivée du container Apnée à la GdF : les travaux démarrent vite... Co-financement des travaux d'aménagement Com Apnée des Codep 67-68 et CRA Grand Est





Participation aux rencontres des jeunes licenciés FFESSM du Grand Est le 24 juin

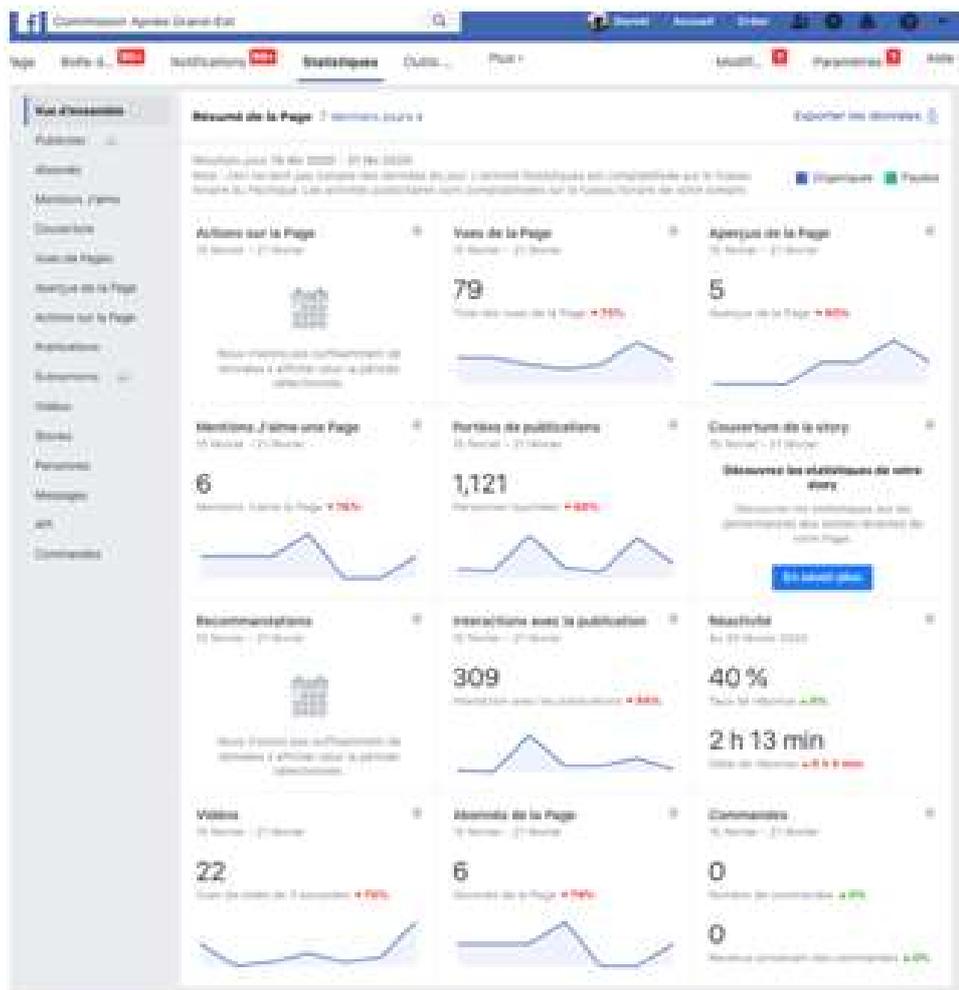
APNÉE GRAND EST



10 cadres apnée du Grand Est ont répondu présent !



<https://www.facebook.com/271141849696094/photos/1451671651643102/>





**APNÉE
GRAND EST**

Nomination IRA GrandEst 2018



Arnaud PONCHE
IRA Grand Est (68)



Marc GROSJEAN
IRA Grand Est (88)

Le CR-FFESSM du Grand Est lors de la réunion élargie aux commissions du 30 novembre 2019 à Metz, a validé la nomination officielle des stagiaires IRA Arnaud PONCHE et Marc GROSJEAN, à la fonction IRA, à la demande du Président de la CRA GE, Daniel GERARD.

Stage initial MEF1° Grand Est Metz les 19-20 janvier 2019





APNÉE
GRAND EST

ExamenMEF1° : Holtzheim CRA- Est- 7 et 8 septembre 2019

Jean-Marc GOFFEZ (57)

Laurent MOINEL (57)

Guy BADRE (57)

Jean-Yves BRONNER (67)

Manu SIRAUD (68)

Nicolas CIPOLLINO (74)

8 candidats, 6 Reçus, 75% de réussite





APNÉE GRAND EST

A.Examen IE1-2 : 2019 CRA- Est à Strasbourg le 25 mai 2019

Organisation : Patrick LOUIS IRA/Hélène GASS, Vincent MULLER,
Pierre- Alexandre TERRIER, Stagiaires MEF2°

Melissa REIN (68) – Alexandre GASS (67)

Matthieu DUREY (67) – Lucas WOLF (67)

Arnaud BLEU (67) – Sylviane TORMEN (57)

Romane PEIGNER (57) – Ondine DISPAGNE (62)

Pierre-Luc CHABRIER (62)

11 candidats, 9 reçus, 80% de réussite



A.Examen AEEL Grand Est 2019 – 28 septembre 2019 à Holtzheim:
3 candidats inscrits. Organisé par Patrick LOUIS IRA/Michel KOEBEL
stagiaire MEF2° et Gwendal KERVEN MEF1.

Patrick SEYER (57)

Maxime HOUDE (67)

Gary FERNANDEZ (67)

3 reçus - 100%



A.Guide de Randonnée Subaquatique Grand Est 2019- 08 juin 2018 à Holtzheim

Organisé par Michel FUCHS IRA/Alexis DENIS MEF2 et Manu SIRAUD stagiaire MEF1
(Stage et examen dans la foulée)

Hassina MEZIANE (67) –

Franckie PFISTER (67)

Patrice PIERRAT (88)

3 candidats, 3 reçus, 100% de réussite



APNÉE
GRAND EST



Compétitions

- Ø3 Compétitions Départementales
- Ø2 Compétitions Dépt & Régionale
- Ø5 Compétitions Régionales
- Ø2 compétitions Interrégionales



APNÉE GRAND EST



Éric MARCHAL: Vice-champion du monde d'apnée statique aux MONDIAUX CMAS

Le champion de France en titre, prend la deuxième place du classement des mondiaux CMAS en apnée, c'est également un nouveau record de France. Une superbe performance pour une première participation internationale.

Calendrier 2019-2020 Grand Est

COVID-19
CORONAVIRUS

Programme compétitions CRA Grand-Est 2019-2020														
Appellation	Lieu	Départ	Date	Région organisatrice	Type	Compétitions	Organisateur	Statut						
Marche de Coupe de France 1	Andilly-la-Tour	Grand-Est	Dimanche 21 novembre 2019	CR - Région Grand Est	NATIONAL	Open (M/F)	CR Grand Est	1	1	1	1	1	1	1
Coupe départementale de Haute et Moyenne	Gravelotte Saint-Vincent	MO	Dimanche 1 décembre 2019	Grand Est	Inter	Jeune 2019	ASPTT Gravelotte	1	1	1	1	1	1	1
Coupe d'Apnée de l'Est	Willingy	FF	14 & 15 décembre 2019	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Willingy	1	1	1	1	1	1	1
Compétition interdépartementale BFC&EST	Willingy	FF	Dimanche 17 janvier 2020	BFC&Grand Est	NATIONAL	Open (M/F)	Région BFC&EST	1	1	1	1	1	1	1
Marche Coupe de France 2	Levallois	Grand-Est	Dimanche 23 janvier 2020	CR - Région Bourgogne-Franche-Comté	NATIONAL	Open (M/F)	CR Bourgogne-Franche-Comté	1	1	1	1	1	1	1
Coupe Apnée	Levallois	CR Bourgogne-Franche-Comté	Dimanche 23 janvier 2020	Grand Est	Inter	Moins 20 ans	ASPTT Levallois	1	1	1	1	1	1	1
Coupe des écoles	Levallois	CR Bourgogne-Franche-Comté	Dimanche 23 janvier 2020	Grand Est	Inter	Jeune 2020	ASPTT Levallois	1	1	1	1	1	1	1
Marche Coupe de France 3	Fontenay	Grand-Est	13 & 14 février 2020	CR - Région Bourgogne-Franche-Comté	NATIONAL	Open (M/F)	CR Bourgogne-Franche-Comté	1	1	1	1	1	1	1
Trophée des enseignants	Fontenay	CR Bourgogne-Franche-Comté	Dimanche 16 février 2020	Grand Est	Inter	Moins 20 ans	ASPTT Fontenay	1	1	1	1	1	1	1
Coupe Daniel DROICARDY	Fontenay	CR Bourgogne-Franche-Comté	Dimanche 23 février 2020	Grand Est	Inter	Moins 20 ans	ASPTT Fontenay	1	1	1	1	1	1	1
Open d'Apnée de Langres	Langres	Grand-Est	Dimanche 8 mars 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Langres	1	1	1	1	1	1	1
Championnat Régional apnée	Langres	Grand-Est	Dimanche 15 mars 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Langres	1	1	1	1	1	1	1
Coupe d'Apnée de Mulhouse	Mulhouse	Grand-Est	Dimanche 22 mars 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Mulhouse	1	1	1	1	1	1	1
Marche Coupe de France 4	Reims	Grand-Est	22 & 23 avril 2020	CR - Région Bourgogne-Franche-Comté	NATIONAL	Open (M/F)	CR Bourgogne-Franche-Comté	1	1	1	1	1	1	1
Séance compétition Apnée de Trévilly	Trévilly	Grand-Est	Dimanche 1 avril 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Trévilly	1	1	1	1	1	1	1
10 ans Coupe de Commeny	Commeny	Grand-Est	4 & 5 avril 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Commeny	1	1	1	1	1	1	1
Championnat départemental de Moselle	Levallois	Grand-Est	Dimanche 11 avril 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Levallois	1	1	1	1	1	1	1
Competition Apnée - Lunéville 2020	Lunéville	Grand-Est	Dimanche 1 juin 2020	Grand Est	Inter	City régional	ASPTT Lunéville	1	1	1	1	1	1	1

ASSEMBLEE GENERALE DU CODEP 54 A PONT A MOUSSON LE 25 JANVIER 2020



Cette année, le Comité avait décidé de faire son assemblée générale extraordinaire au centre du département. C'est donc tout naturellement que Martial BAROTTIN a proposé la ville de Pont à Mousson, ville où il préside également le club Subaquatique, son club depuis toujours.

Après avoir remercié Monsieur Le Maire, Henry LEMOIRE pour sa présence et pour son accueil, il a également souhaité la bienvenue et remercié de leurs présences Anne Sophie KESSELER Présidente Adjointe du Comité Directeur Régional Grand Est en charge de la Lorraine et Madame Nicole BERNARD qui représentait le Comité Départemental Olympique et Sportif de Meurthe et Moselle.

Malgré l'absence de plusieurs clubs, le quorum était atteint et c'est sans problème que les nouveaux statuts ainsi que le règlement intérieur ont été approuvés à l'unanimité en AG extraordinaire.

Il a ensuite déroulé l'AG en commençant par son rapport moral, en rappelant que le département compte à ce jour 29 clubs + 1 SCA pour 1531 licenciés, ce qui le place au niveau de la région Est, dans le haut du tableau.

Il a également rappelé que 2020 est une année exceptionnelle puisqu'il y aura deux Assemblées Générales, celle-ci et celle qui se déroulera fin octobre et qui elle, sera électorale. Il n'a d'ailleurs pas manqué de rappeler, que le Comité était prêt à accueillir les personnes volontaires, qui souhaiteraient s'investir dans notre CoDep.

Après son rapport, ce fut au tour des Présidents de Commissions de présenter leurs rapports qui ont été écoutés avec attention et votés également à l'unanimité.

Ce fut aussi l'occasion de présenter deux nouvelles Commissions, la Nage avec Palmes ainsi que la Photo-Vidéo, nous leurs souhaitons une bonne intégration dans notre Comité.

Toutes les Commissions et leurs Présidents, ainsi que les cadres et les bénévoles qui les accompagnent, ont chaleureusement été remerciés par Martial pour le travail qu'ils accomplissent tout au long de l'année et ce, pour le plus grand plaisir de nos licenciés. Il a également rappelé, que toutes les Commissions restaient à l'écoute des clubs et qu'en cas de besoin, celles-ci étaient à votre disposition.

Après avoir passé la parole aux personnalités et avoir remercié l'ensemble des présents, Martial BAROTTIN a passé un petit message personnel, « le club de Pont à Mousson fêtera ses 50 ans les 9 et 10 octobre 2020 ». Pour cette occasion, Laurent BALLESTA sera présent le 9, pour une conférence qui sera donnée en soirée. Il a donc demandé aux présents de réserver cette date et surtout de ne pas hésiter à en faire de la publicité autour d'eux.

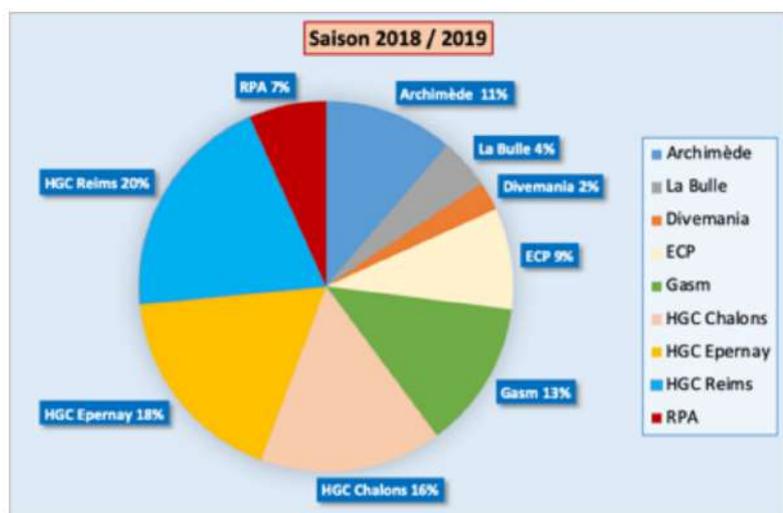
Il était temps ensuite de passer au pot de l'amitié, accompagné de quelques douceurs.

Communication « info Est » (Février 2020)

Informations générales

★ Bilan des licenciés 2018- 2019

Avec les mêmes difficultés d'accès à des bassins en adéquation avec nos activités scaphandre, nous restons à un niveau le plus faible depuis 6 ans en nombre de licencié sur le département. Les clubs de Reims ont baissés en cumul de 300 adhérents en 6 ans.



Le nouveau centre Aqualudique de Reims verra le jour en Septembre et sera géré par l'UCPA, les activités de plongée en scaphandre seront toute regroupées pour les clubs de Reims dans la piscine des Thiolettes.



Féminisation de la plongée : Avec une représentation féminine de 32% en moyenne, la marne est le 1^{er} département de la région Grand Est.

FAITES de la Plongée

Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins

FAITES DE LA PLONGÉE

Ecole Française de Plongée

10^e

19 & 20 septembre 2020
découvertes pour tous

NATURE
PLONGÉE
ARCHEOLOGIE
SPORTS SUBAQUATIQUES
PHOTO VIDEO
HOCKEY APNÉE
SOUTERRAINE

**Gravière du Fort
HOLTZHEIM**

entrée gratuite
participation forfaitaire aux initiations **10 €p**



la gravière en rose

solidarité au féminin

FÉDÉRATION FRANÇAISE D'ÉTUDES ET DE SPORTS SOUS-MARINS

GRAVIÈRE EN

À la GRAVIÈRE DU FORT

je cours.

je marche.

je nage*

au profit de la Recherche

contre

LE CANCER DU SEIN

ROSE

SAMEDI 10 OCT 2020
À 15H00
À HOLTZHEIM



A vos agendas:

Prochaine édition:

samedi 10 octobre 2020

On compte sur vous!!!



Bischwiller, le 21/10/2019

STAGE EH 1 Gravière du Fort été 2020.

Mes chères amies, mes chers amis,

Cet été, se tiendra le WE du 11 & 12 juillet un stage de formation en vue des qualifications pour enseigner la plongée à des Personnes En Situation de Handicap. Ces formations s'adressent aux initiateurs ou moniteurs désirant aborder ce type de plongée ou se perfectionner. Cette approche est d'une extrême richesse, transférable à beaucoup de situations ne concernant pas que des PESH, n'hésitez pas à vous inscrire. Pour info, je vous mets quelques réflexions des stagiaires des années précédentes lors de leur évaluation de fin de stage :

« C'est ma plus grande expérience en formation de plongée – on apprend à avoir confiance en l'autre – on redevient débutant, on réapprend à se stabiliser – c'est émouvant, bluffant – tous les apprentissages sont transférables aux plongeurs valides : enfants, personnes âgées ou fragilisées – on réapprend à communiquer – les maîtres mots sont humilité, humanité – je voudrais donner plus. »

Le stage est limité à 20 personnes maximum et se déroulera sous la responsabilité de Yves Gaertner, MFEH 2, organisé par la CTR Est. Il aura lieu à la Gravière du Fort.

Inscrivez vous sur le site du comité Est :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSejIHKLk7EE5qWy6eK12lvR5KG3Mir2Yi-Vq4X_HHUcsjvyg/viewform?usp=sf_link

et envoyez moi votre chèque de réservation de 20 € et votre CACI à mon adresse postale : Bernard SCHITTLY 64, rue du général Rampont 67240 BISCHWILLER. Votre inscription sera complète quand vous aurez complété la fiche d'inscription et que j'aurai eu le chèque et le CACI.

Des renseignements plus détaillés ainsi que le programme parviendront ultérieurement aux inscrits. D'entrée, veuillez noter que le samedi soir ne sera pas libre.

Au plaisir de vous y retrouver.

Bien amicalement.

Bernard SCHITTLY

Handisub®



Bernard SCHITTLY

Président
Comité Régional Grand Est
Fédération française d'Études et de Sports Sous-Marins
p. +33 6 62 38 93 26
a. 64 rue du Général Rampont - 67240 Bischwiller
w. www.ffessmest.fr
e. president@ffessmest.fr

FFESSM - Comité Régional de la Fédération Française d'Études et de Sports Sous-Marins

Maison départementale des sports de Moselle. 3, rue de la bibliothèque. 57000 METZ - www.ffessmest.fr

Affilié à la Fédération Française d'Études et de Sports Sous Marins sous le N° 06. Statuts déposés au tribunal d'instance de Metz le 26/05/2014.

Volume 164 Folio n° 22. Agrément Ministériel Jeunesse et Sport - SIRET 448 108 118 00036, Code APE 9312Z

Bernard SCHITTLY
Responsable de la section recycleur.
64, rue du Général Rampont
67240 BISCHWILLER
bernardschittly@icloud.com

STAGE de FORMATION RECYCLEUR SCR CTR Est 2020

La CTR Est organise son traditionnel stage recycleur SCR, au 5, rue des casernes à Bischwiller, dans le Bas-Rhin.

Pour les non-initiés, il s'agit de recycleurs à circuit semi fermé. Ce sont des machines simples d'emploi, très sûres, idéales pour l'approche de la faune et pour la plongée sans bruit et sans bulle. Les cadres sont tous instructeurs recycleurs confirmés et expérimentés.

Les dates du stage : début le 22 juin 2020, à 8 H 30. Fin du stage : vendredi 26 juin 2020 en cours d'après midi. Attention, les soirées ne sont pas libres.

Le programme sera remis aux inscrits. Il comportera des formations théoriques, de la manipulation de recycleur : montage, démontage, entretien, et 7 plongées, dont 6 dans nos plus belles gravières. Il y aura plus de 7 heures d'immersion. Les machines seront des Ray et Dolphin de Draeger. Il y aura éventuellement des UBS et des Azimuth. D'autres machines seront visibles pendant le stage (mais sans formation) : Buddy Inspiration, rEvo, Sentinel et autres DC 55 ...

Le prix du stage est de 550 € par participant. Sont compris dans le prix : certification FFESSM ; chaux ; location des machines ; documentation recycleur ; repas. *(Pour l'hébergement, me contacter).*

Les conditions d'inscriptions : Niveau 2 et qualification Nitrox confirmé. Licence et certificat médical en cours de validité. Au moins 10 plongées en milieu naturel. Pour les MF 1 : qualification Nitrox confirmé.

Si vous êtes intéressé(e)s, remplissez la fiche de demande d'inscription ci-jointe et renvoyez-la avec un chèque de 550 €, établi à l'ordre du « Comité Est ». Le chèque ne sera encaissé que pendant le stage. Le nombre de places est limité.

Si vous êtes un groupe d'au moins 4 personnes et qu'il vous faut une date de stage pendant les congés scolaires, contactez-moi.

Je vous invite vraiment à découvrir un autre monde de la plongée : le vrai monde du silence.

Bien amicalement.

1

Bernard Schittly

**FICHE de DEMANDE D'INSCRIPTION
 AU STAGE RECYCLEUR CTR EST 2020
 Dates : du 22 au 26/06/2020**

Nom : Prénom :

Adresse :

Code Postal : Ville :

Photo N° de licence :

 Nom du club : N° du club :
 Téléphone :
 Adresse mail :

Documents à présenter au début du stage :

- Licence 2019 -2020
- CACI en cours de validité
- Carte de niveau
- Carnet de plongée
- Carte Nitrox confirmé
- Carte MF 1

Fiche d'inscription et chèque de 550 € (le chèque ne sera encaissé qu'à l'issue du stage) à l'ordre de « **Comité Est** » à renvoyer à :

Bernard SCHITTLY
 64, rue du Général Rampont
 67240 BISCHWILLER
bernardschittly@icloud.com
 06 62 38 93 26

Votre inscription ne sera effective qu'après réception de votre dossier complet avec le chèque.

Date et signature du candidat.

Formation qualifiante sport santé premier niveau : palmer vers sa santé.



Bonjour les ami(e)s,

C'était devenu une sorte d'arlésienne car constamment reportée ; cette fois, ça y est, nous allons enfin pouvoir réaliser cette formation.

Elle se tiendra à la gravière du Fort les 31 octobre et premier novembre 2020. Accueil samedi à partir de 8 H 15, début de la formation à 9 H; fin du programme le samedi à 19 H ; début de la formation le dimanche à 8 H 30, fin de la formation à 18 H 30.

Cette formation permettra de développer dans votre club des actions sport santé au premier niveau : faire découvrir l'activité à des gens qui ne la pratiquent pas, lutter contre la sédentarité, l'obésité, accueillir des seniors. Elle est le premier échelon du sport santé, le deuxième étant le sport sur ordonnance pour les gens atteints d'ALD, affection longue durée.

Ce thème répond à une demande forte du ministère de la jeunesse, des sports et de la cohésion sociale. Ces actions crédibilisent un club de plongée. Les clubs qui répondront à cette demande réaliseront une action de santé publique, puisque le premier facteur de risque des maladies cardio-vasculaires est devenu la sédentarité ! Ainsi en luttant contre celle-ci, vous remplirez une mission d'utilité publique. Cette action est bien sûr subventionnable au niveau d'un club.

Le prix de la formation est de 60 €, sans hébergement. Les repas de midi sont compris.

Votre inscription sera validée quand vous aurez complété le formulaire sur le lien suivant : <https://forms.gle/tGzq7tZ9VnqRRUCK8> et lorsque le virement de 60 € sera effectif sur le compte de la CMDP du comité régional Est, RIB ci-joint.

Veillez préciser impérativement le motif du virement: formation sport santé nv 1.

Pour l'hébergement, compter 45 € la chambre (qui peut être partagée) et 6 € le petit déjeuner par personne (Roi Soleil à Holtzheim).

J'espère que j'aurai le plaisir de vous y rencontrer.

Bien amicalement.

Bernard SCHITTLY.

Crédit Mutuel			
CCM MEINAU-CANARDIERE TEL 08-20-00-06-12 13 RUE DE TOURAINE 67100 STRASBOURG			
Identifiant national de compte bancaire - RIB			
Code Banque	Code Guichet	Numéro de Compte	Clé RIB
10278	01083	00020819401	19
Identifiant international de compte bancaire			
IBAN (International Bank Account number)		BIC (Bank Identification Code)	
FR76 1027 8010 8300 0208 1940 119		CMCIFR2A	
TITULAIRE DU COMPTE ACCOUNT OWNER		COMITE INTERREGIONAL DE L'EST FFESSM	



lauréat du prix Grand Est 2019 de l'Égalité et la Mixité

pour la mise en œuvre de ses actions de féminisation des activités subaquatiques au niveau régional

Prix régional 2019 pour l'égalité et la mixité.

C'est lors d'une très belle cérémonie organisée par le conseil régional Grand Est que le Codep 67 s'est vu attribué le prix régional 2019 pour l'égalité et la mixité, le 28 janvier 2020.

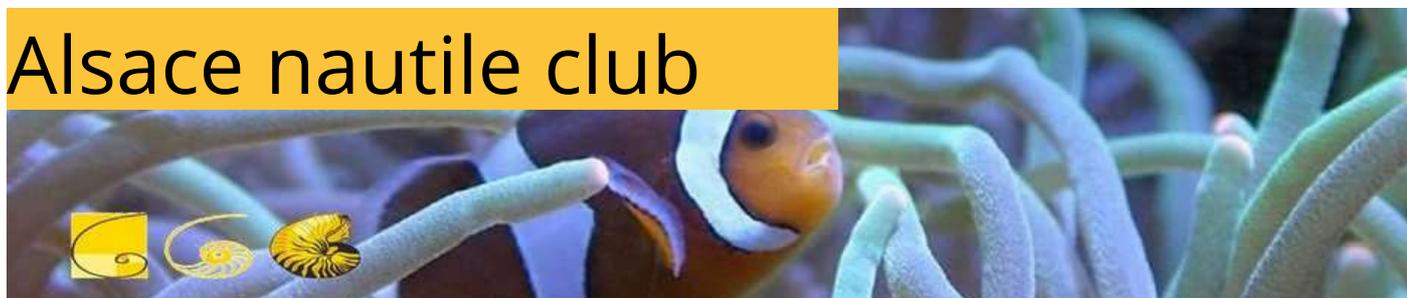
Les actions en faveur de la féminisation de nos activités ont été mises à l'honneur sur la magnifique scène de la cité de la danse et la musique.

Une nouvelle occasion de mettre à l'honneur les actions du groupe de féminisation du Bas Rhin, créateur de la plongée avec un E.

J'adresse un remerciement particulier à Valérie et Kathy pour la rédaction du dossier, entre autres.



Alsace nautile club



L'Alsace Nautile Club, club de plongée de Bischwiller, vient de clôturer fin août 2019, une première session de plongée jeune. Ce club, très investi sur le plan local, a réalisé une formation dans le domaine de la plongée subaquatique qui a concerné plus de 20 jeunes, âgés de 8 à 16 ans. Les formations « plongée jeune » se sont achevées le 27 août par une sympathique cérémonie de remise de diplômes, en présence des parents, de l'adjoint au sport et du personnel administratif de la mairie.

L'ANC n'est pas novice dans la plongée enfant, puisque dans le passé, le club avait déjà mis en place cette activité avec les jeunes de l'école Erlenberg, dans le cadre des nouvelles activités périscolaires.

Cette année, un nouveau pas est franchi. Nous avons créé une section de plongée jeune. L'activité a été initiée début mai. Il y a eu deux séances de formation théorique au local de l'ANC au 5 rue des casernes, puis 14 séances à la superbe piscine de Bischwiller. Il a également été proposé de nombreuses séances de plongée en milieu naturel, à la Gravière du Fort à Holtzheim, dont l'ANC a été l'un des principaux membres fondateurs.

Les apprentissages ont porté sur diverses disciplines de notre fédération :

-la plongée bouteille, discipline principale, où l'on est dépendant de son binôme. La joie d'évoluer sous l'eau a été palpable.

-l'apnée (qui consiste à arrêter volontairement sa respiration) sous différentes formes, statique où l'on reste sur place le plus longtemps possible, dynamique où on se déplace sur la grande distance réalisable par le jeune. Nous avons détecté de véritables talents dans cette discipline chez plusieurs jeunes.

-l'orientation subaquatique, car il est encore plus difficile de s'orienter dans l'eau qu'à l'air libre.

-le hockey subaquatique, sport surprenant, très physique et très amusant.



Pour permettre cette activité, le club a réalisé d'importants investissements financiers pour acquérir du matériel à la taille des participants : petites bouteilles de plongée, combinaisons enfant, masques de taille réduite, petites palmes ; et de nombreux jeux aquatiques, car l'enseignement en plongée jeune se fait essentiellement par le jeu.

Ces apprentissages ont beaucoup de vertus. Le premier est le ressenti des plongeurs, jeunes ou pas. La sensation de bien être dans ce sport dépasse celle de toutes les autres activités physiques. Elle est d'ailleurs utilisée en médecine pour soigner les grands traumatisés (militaires blessés, rescapés du Bataclan ...). Les jeunes apprennent aussi le respect de l'autre, la dépendance au groupe, la dimension éthique ayant été particulièrement mise en avant. Et surtout, tout s'est passé dans la bonne humeur, il suffit de voir le peu d'absentéisme parmi les participants et le plaisir qu'ils avaient à se retrouver.

L'encadrement a été assuré par une douzaine de moniteurs du club, tous bénévoles et très motivés. Le club a été soutenu par les responsables départementaux de l'apnée, de l'orientation subaquatique et du hockey subaquatique. Qu'ils en soient tous remerciés, bien que le sourire des enfants ait été la plus belle récompense.



Le groupe de jeune a été constitué avec l'aide de la ville de Bischwiller, dans un esprit volontiers ouvert : tous publics confondus, avec une parfaite mixité : autant de garçons que de filles et autant de jeunes issus des quartiers prioritaires de la ville que d'autres jeunes. Participaient à l'activité, des personnes en situation de handicap, ce qui représente aussi une grande première. Une parfaite harmonie a régné dans ce groupe, sans aucune connotation de racisme, sans aucune exclusion, sans aucune différence de traitement ou de considération. Et c'est un bon signe pour notre avenir.

Nous tenons ici expressément à remercier la ville de Bischwiller, son maire Jean Lucien Netzer et son adjoint au sport, M. Jean Pierre Datin ; son personnel administratif : le directeur des sports M. Philippe Helbringer, Mme Anne Martin accompagnatrice de réussite scolaire, Mme Olga Winieswska, responsable de la politique de la ville. Ils nous ont encouragé, soutenus, aidé à réaliser cette belle opération. La politique associative de la ville de Bischwiller est à mettre en exergue, elle est remarquable et il est important de le dire.

Vivement juin 2020, qu'on recommence !!!

Valérie Heidt, présidente de l'ANC
Bernard Schittly



Les ANTEOR du 54 réunis en formation continue : une action innovante.

Un constat simple, mais multiple à la fois : la formation initiale ANTEOR est excessivement courte, elle n'impose pas de remise à niveau périodique, les plongeurs ou moniteurs certifiés ne pratiquent pas toujours régulièrement dans l'enseignement du secourisme spécifique à la plongée ou l'apnée. Par ailleurs, alors que le MFT (manuel de formation technique) n'a pas évolué de longue date dans les chapitres RIFA-X ou ANTEOR, toutes les autres formations nationales de secourisme, isolé ou en équipe, ont fortement actualisé leurs enseignements techniques au cours des dernières années. Enfin il persiste une incertitude, pour ne pas dire parfois des contradictions, dans les préconisations fédérales d'administration d'aspirine et la gestion médicalisée des accidents de plongée/apnée.

En ce début d'année 2020, le groupe de travail « secourisme » de la CTD54 réuni autour de Christian MOLÉ a souhaité réunir les plongeurs, apnéistes et moniteurs qualifiés ANTEOR du département de Meurthe et Moselle.

Autant de thèmes qui ont pu être abordés autour de la présentation d'un référentiel technique ANTEOR développé par Christian MOLÉ et Bertrand LEPOUTERE (Colonel SDIS), et de présentations associées effectuées par Pascal CHAUVIERE (IN, FFESSM), Franck Georges (Formateur de formateurs de secourisme) et le Dr. Anaïs REIS, qui travaille activement sur les accidents désaturation, et qui a apporté un point de vue médical à la problématique de l'administration d'aspirine lors des procédures de secours.



Une demi-journée intense en présence de Martial BAROTTIN (Pdt du CoDep54), riche en échanges d'expérience et en enseignements actualisés, que semblent avoir fortement appréciés les nombreux participants, qui à l'évaluation de cette action, en redemandent...



Je m'appelle Daniel Mell, j'ai créé deux formations présentées dans les numéros N°288 et 289 de Subaqua.

D'une part, une formation en ligne sur les détenteurs qui a pour titre :

« **Comprendre le principe de fonctionnement des détenteurs, un jeu d'enfant** ».

D'autre part, l'écriture d'un livre qui a pour titre « **S'orienter en plongée sous-marine** » et pour sous-titre « **Savoir revenir à votre point de départ pour votre plaisir et votre sécurité** ».

Quelques lignes pour me présenter

Passionné d'enseignement, j'ai consacré l'essentiel des 10.000 plongées que j'ai effectuées à la formation de plongeurs et plongées, de monitrices et moniteurs fédéraux et d'État.

J'ai été très actif pendant 35 ans au sein de la FFESSM (depuis 1965), en 2000 à mes 60 ans, j'ai arrêté mes fonctions d'Instructeur National (nommé en 1970, N° 18) pour laisser la place aux jeunes.

J'ai été membre du Comité Directeur du CIBPL pendant de nombreuses années, président et vice-président de la CTR pendant 12 ans, membre du CDN pendant 20 ans (vice-président 4 ans), président-adjoint de la CTN 4 ans.

En 1985 j'ai été chargé par le CDN d'apporter une réponse au problème posé par l'explosion de 3 blocs au 3^{ème} trimestre 1984, ce qui m'a conduit à mettre en place avec Jean-Pierre Montagnon la formation TIV et sa procédure.

J'ai créé 3 structures : en 1964 le GISSACG à Ploumanac'h, en 1967 le CAP Trébeurden, en 1987 le Centre de plongée « Les Heures Saines » en Guadeloupe.

Genèse de ma formation sur les principes de fonctionnement des détenteurs

En 2001, j'ai créé pour la CTR Bretagne et Pays de Loire une formation à base de transparents (repris d'ailleurs par d'autres CTR) que je superposais pour construire, pièce à pièce, les divers types de détenteurs.

Fin 2017 en rangeant des archives, alors que je commençais la rédaction d'un e-book sur mes 50 années d'enseignement, j'ai retrouvé ces transparents qui à l'époque avaient rendus de grands services aux formateurs. Je me suis dit qu'avec les moyens modernes de création et de projection il me serait possible de réaliser **une formation inédite, très pédagogique, simple sans être simpliste, pour permettre à chacun, quel que soit son expérience et ses motivations, de s'approprier facilement ce savoir.**

J'ai donc mis la rédaction de mon e-book en sommeil pour me consacrer, pendant un an, à raison d'une moyenne de 4 heures par jour, soit un peu plus d'un millier d'heures au total, à la création de cette formation que j'ai peaufinée au fur et à mesure des suggestions faites par les uns ou les autres auxquels je soumettais mon travail.

Pour qui cette formation est-elle faite ?

- Pour celui ou celle qui ne veut ne plus être largué dans les conversations entre amis,
- Pour celui ou celle qui veut comprendre l'argumentaire d'un vendeur afin de décider de son achat en toute connaissance,
- Pour celui ou celle qui doit acquérir des compétences pour passer un niveau,
- **Pour tout cadre** qui y trouvera un apport de connaissances, associé à une démarche pédagogique simple, ludique et efficace **et pourra l'utiliser directement pour dispenser ses cours.**

Contenu des vidéos

Pour toutes les vidéos j'utilise un plan identique :

- Un préambule,
- L'objectif poursuivi et le résultat attendu,
- Une photo des pièces et leur représentation dans les schémas,
- La construction pas à pas du détenteur avec le nom des pièces,
- L'analyse de fonctionnement par des images animées,
- La synthèse du fonctionnement par des images animées,
- Un bilan des forces qui régissent le fonctionnement des 1^{er} étages pour bien comprendre l'intérêt (ou les limites) du principe étudié.

La formation (en streaming)

- ❖ Elle est composée de 12 vidéos pour une durée d'environ 2 heures.
- ❖ Toutes les vidéos sont immédiatement et intégralement disponibles en permanence dans un espace de formation personnalisé.
- ❖ Chacun peut apprendre à son rythme, mettre sur pause, revenir en arrière.
- ❖ Les explications s'affichent sur l'écran ce qui favorise la mémorisation et permet une relecture fluide.
- ❖ Pour une meilleure unité pédagogique, j'utilise les mêmes couleurs pour les organes ayant des fonctions identiques. Par exemple tous les ressorts sont de couleur verte ; les membranes, clapets et joints toriques de couleur rouge etc.
- ❖ Les schémas sont simples et les déplacements des pièces sont décomposés par images animées.

Les 12 vidéos

- 1 – Les ensembles clapets-siège et le principe de la compensation
- 2 - La robinetterie
- 3 - Principe de détente de l'air
- 4 - Le 1er étage d'un détendeur à piston non compensé
- 5 - Le 2ème étage d'un détendeur standard (clapet aval)
- 6 - Synthèse de fonctionnement des 1er et 2ème étages non compensés
- 7 - Le 1er étage d'un détendeur à piston compensé
- 8 - Le 2ème étage d'un détendeur à clapet compensé
- 9 - Synthèse de fonctionnement d'un 1er étage à piston compensé et 2ème compensé
- 10 - Le 1er étage d'un détendeur à membrane clapet compensé
- 11 - La synthèse de fonctionnement des 1er et 2ème étage à clapet compensé
- 12 - Les détendeurs surcompensés.

Le prix

Le prix de cette formation en streaming est de 47 € pour les 12 vidéos. Il est possible de n'acheter qu'une vidéo (de 5 à 7 €, selon sa complexité), ou un groupe de vidéos (de 12 à 17 € selon le nombre de vidéos).

Pour plus d'informations et accéder à la vidéo offerte « Le 2^{ème} étage compensé » :

<https://www.daniel-mell-plongee.com/courses>

Contenu de mon livre « S'orienter en plongée sous-marine »

La notion d'autonomie en plongée n'est pas seulement liée à des aptitudes physique, technique et théorique ; il faut de plus que vous soyez apte à gérer complètement votre incursion sous-marine. Vous devez donc apprendre à vous situer à tout moment par rapport à votre point de départ et à y revenir.

	<p>Contrairement à ce que l'on pense, le sens d'orientation n'est pas inné, il n'est pas réservé à une élite ou, alors, vous pouvez faire partie de cette élite car dans cet ouvrage, vous allez trouver toutes les clefs pour y parvenir !!</p> <p>Vous y trouverez la description des différents moyens que vous pouvez utiliser, l'intérêt qu'ils présentent, comment les identifier, pourquoi et comment les associer, et quelles sont leurs limites.</p> <p>Vous apprendrez à utiliser efficacement et à bon escient votre instrument d'orientation.</p> <p>Vous y trouverez une méthode d'apprentissage que vous mettrez progressivement en œuvre au cours de vos plongées bien sûr, mais aussi à terre dans vos déplacements quotidiens, afin que cela devienne une habitude que vous pourrez réinvestir sous l'eau, presque par réflexe.</p> <p>Monitrices ou moniteurs de plongée, vous allez trouver une démarche pédagogique simple et efficace pour apprendre à vos élèves à se situer par rapport à leur point de départ et à y revenir.</p>
---	---

Prix du livre : livre broché 17X22 cm 11,90 €, livre e-book (format e-pub, kindle) 4,49 €

Plus d'informations sur mon site, notamment une vidéo de présentation du livre, et un lien pour le commander directement sur le site de l'éditeur : <https://www.daniel-mell-plongee.com/courses>



Le jour où j'ai fermé la Gravière...

Si on m'avait dit un jour que j'allais fermer la Gravière du Fort, en cette année qui s'annonçait festive et très occupée.

Vendredi 13 mars 2020, 10h30 environ, l'arrêté préfectoral tombe, pas de rassemblement de plus de 50 personnes dans le Bas-Rhin...

Nous sommes nombreux comme bénévoles au travail à la Fête de l'Image Sous-Marine et de l'Environnement de Strasbourg. Nous fermons, annulons et démontons.

Après avoir déchargé et rangé le matériel à la Gravière nous nous interrogeons avec Bernard sur la suite à donner. Raisonnablement avec les nouvelles qui nous parviennent et hélas la proximité du Haut-Rhin nous faisons partir une mailing liste pour annoncer la fermeture de la Gravière du Fort.



Les anti-spam ralentissent sa diffusion et un club se présentera quand même le lendemain matin devant la grille.

Toutes nos excuses, et de votre côté veillez à maintenir des adresses mails valides avec notre trésorier, je recopie et ajoute systématiquement tout son fichier avant les mailings importants.

Je parle de la proximité du Haut-Rhin en toute amitié, hélas ils sont plus touchés que nous dans le Bas-Rhin, formant tous une Alsace relativement touchée, au sein d'un Grand EST uni dans cette épreuve.

Encore un peu de rangements dimanche, et puis lundi avant midi, avant de quitter le site.

Difficile de savoir quoi ranger, quoi emmener, quoi faire et pour combien de temps ?

J'ai dit un moment que j'allais me confiner à la Gravière où j'ai beaucoup de travail... soyons sérieux, là, je rentre chez moi.

Un tour autour du bâtiment.



Les arbres plantés à l'automne ont des feuilles et des bourgeons, ils fleurissent, mais je ne pourrais pas les arroser régulièrement comme il est souhaitable la première année.

Un tour autour de la Gravière, en fait je n'arrive pas à partir.

Des fleurs, des pousses, le débroussaillage donne de l'air, de la place. Il reste des souches, j'aimerais rester avec une pelleteuse, il y a tant de détails à régler, tant de temps à passer encore sur ce qui peut être des détails, mais qui construit le



bonheur facile d'être à la Gravière, de plonger certes, mais de pouvoir s'y poser à sa guise aussi, quand on le souhaite...



Il y a des traces importantes d'animaux dans les sous-bois, les pentes. Je m'approche d'un très gros terrier. Prendre le temps d'explorer, qui habite là ? renard, blaireau ? autre chose ? je mettrais une caméra.

L'eau est claire, les oiseaux tranquilles, et ils vont le rester...

Je prends encore quelques outils, quelques notes. Il y a aussi du travail en retard à la maison.

Je surveille le portail en train de se refermer.



La Gravière est fermée.

Michel Lambinet



13 mars 2020

Chères amies plongeuses, chers amis plongeurs,

Dans le contexte épidémique qui nous frappe, il me paraît raisonnable d'**annuler jusqu'à nouvel ordre toutes les plongées à la Gravière du Fort.**

En effet, nous sommes une base fédérale, responsable ; nous nous devons de véhiculer une éthique sportive et citoyenne cohérente.

Nous nous devons également d'appliquer les directives nationales et de mettre en application l'arrêté préfectoral du **Bas-Rhin** de ce jour qui **interdit tout rassemblement de plus de 50 personnes**, en intérieur et en extérieur.

C'est donc avec regret, mais fermeté, que les plongées sont annulées, merci d'en avvertir vos membres, vos proches, vos binômes.

Toutes les plongées, y compris celle en autonomie sont concernées et interdites.

Vous serez averti en temps utile de la réouverture de la Gravière du Fort.

Bien amicalement.

Bernard SCHITTLY, président de la FROG

2010 - 2020 10 ANS DE LA GRAVIÈRE DU FORT



LA GRAVIÈRE DU FORT



LA GRAVIÈRE DU FORT
BASE FÉDÉRALE
FÉDÉRATION FRANÇAISE
ÉTUDES & SPORTS SOUS-MARINS



la Matinale 7.0

La Fédération c'est fixé le 1 juin comme date pour l'annulation de ces événements, mais les championnats de France d'apnée en mer prévus fin juin ont aussi été annulés. Les grands rassemblement sont limité jusqu'au 15 juillet. Nos voisins allemands prévoient carrément ion Août...

Aussi il nous est difficile de maintenir notre grand rassemblement de la Matinale, avec un prévu les 6 juin 2020. Avec tous nos regrets.



Nous cherchons une belle occasion de valoriser cette part féminine comme nous le faisons habituellement en cette matinée.



la fête d'Anniversaire ...



Lorsque la maladie a changé notre vie nous préparions un grand évènement, le 10e anniversaire de l'ouverture à tous de la Gravière du Fort, début juillet 2010 : Grand rassemblement et grande fête prévus le 4 juillet 2020.

Les évènements et les consignes latentes ou à venir nous invitent à reporter ce grand évènement qui compte pour nous; Recevoir tous les fans de la Gravière et passer un moment avec eux.

Nous reportons et vous donnons rendez-vous en 2021, sans doute les samedi 3 juillet 2021.

une Fête interrompue !

Après une nouvelle année tournée vers la prochaine Fête, la date approchait, Léo Barkate avait reçu et trié des centaines de photos et réceptionné 62 films dont une quarantaine et des avant-premières de la part des professionnels. Nombreuses rencontres au Salon, derniers callages avec les invités.



Les jurys s'étaient tenus fin janvier, avec leurs présidents remarquables

- 2 jours pour les photos et les diaporamas, présidé par André Ruoppolo, avec Sabine Trenz, Bernard Lesaout et Michel Lambinet

- 3 jours pour les films avec Sabine Trenz, Jean François Barthod, Pierre Man, Michel Lambinet, Bernard Lesaout et le président du jury Christian Petron.

Nous avons la chance de recevoir Christian Petron à la Gravière, et au Festival quelques semaines plus tard.

Christian Petron est un passionné, un conteur, et nous avons passé de merveilleux moments.

Pensez... le cameraman du Grand Bleu, des animaux du monde, marine nationale, COMEX, éclairagiste du Titanic pour James Cameron, ... tout à tour et en même temps, en permanence, artiste, journaliste, ingénieur, technicien,...



Christian est passionné et respectueux du matériel, rappelez-vous l'exposition au Salon de la Plongée en 2019, et r^vez à ce que pourra être le musée qu'il est en train de constituer !!!



la salle 5 en mode cinéma !

Un peu de technique et de souvenirs entre deux films, des caissons historiques montrés et offert à Christian par Michel Barkate et Michel Lambinet.



Du très vieux, formidable pour Michel Barkate, merci !

Les dons sont destinés au Musée des Caissons : le BUCAM (Barcelonea Underwater CAMERA Museum). Il a été créé par Andrés Clarós (francophone) qui le dirige en collaboration avec Christian. Il rassemble tout ce qui a pu exister en matière de caméras, appareils photos et caissons sous-marins depuis les débuts de l'exploration sous-marine.

Rappelez vous la formidable exposition au Salon de la Plongée en 2019, et rêvons à ce formidable musée !

Vos dons sont les bienvenus, ils pourront se faire lors de la prochaine venue de Christian, obligé de revenir à la prochaine Fête !



photo : Yvon Chocloff



Après les mauvaises nouvelles de Chine et d'Italie, les premiers cas et déjà l'encombrement des urgences de Mulhouse les préparatifs se poursuivent. Nous devons à tous ceux qui nous ont confié leurs images de tout faire pour les présenter au plus grand nombre.

Des annulations tombaient tous les jours pendant la semaine, des italiens bien sûr, André Ruoppolo, Christian Petron sur des avis médicaux très réservés sur l'évolution en Alsace... une tension s'installait.

Tirage des photos, préparation des accrochages, montage du palmarès, préparation des ordinateurs, vidéoprojecteurs pour les murs, la grande salle, les autres salles, les stands, quelques décors, les trophées,...



Tournage de deux émissions de France3, une à la Gravière avec Bernard et Michel (G'sunTheim de Christian Hahn), une en studio avec Serge Dumont et Léo. Un jeu concours sur France3, un vote des spectateurs et des entrée à gagner sur Alsace 20. Un direct Jeudi soir sur Alsace 20, des annonces radio France Bleu Alsace et des très beaux articles des DNA. Jamais nous n'avions eu une telle couverture.



Un long travail de contact tout au long de l'année, bien sûr.
Info-EST n°99 - avril 2020

Jeudi 12 mars, la grande et belle équipe des bénévoles libres le jeudi de la Fête déménage et installe..

Vendredi 13 mars 2020, 10h, nous sommes prêts, Fabrice Guérin, très grand photographe et le créateur de nos 3 dernières affiches, est à sa table pour échanger, et dédicacer son dernier livre. De nouveaux exposants, un peintre, SOS méditerranée, la LPO, ... nous ouvrons et lançons la première projection.



10h30 environ, l'arrêté préfectoral tombe, pas de rassemblement de plus de 50 personnes dans le Bas-Rhin... la direction de la Cité de la Danse et de la Musique s'isole, la Cité est pleine d'enfants, de classes, d'élèves, et s'apprête bien sûr à recevoir des centaines de musiciens le lendemain, samedi.

Les services de sécurité, le service de sécurité, tournent en rond, attendent....



Nous nous attendons le texte officiel, fermeture ce soir. Nous anticipons, ce que nous envisageons hélas, l'arrêt de la Fête 2020. Nous laissons les spectateurs terminer la séance, circuler dans les photos, plutôt bien disposées cette année malgré leur nombre. Et nous fermons !

Après avoir démonté chargé, déchargé et rangé le matériel à la Gravière, nous mangeons et partageons un verre, déjà dans les gestes barrières qui s'imposeront quelques jours plus tard. : distance, contacts, pas d'assiettes de cacahouettes, la nourriture en barquettes individuelles, les couverts pour chacun, etc... Merci

Claude, merci Michel pour la prise en compte rapide des situations.

La Fête 2020 est close
vive la Fête 2021 !





à vos agendas

4 juillet 2020 : les 10 ans de la Gravière du Fort

13,15 et 15 mars 2020 : Fête Européenne de l'Image Sous Marine et de l'Environnement à Strasbourg

28,29 mars 2020 : Assemblée Générale Nationale à AIX les Bains

8,9 et 10 mai 2020 : Championnats de France des Sports Subaquatiques à Limoges

19 & 20 septembre : "FAITES" de la Pongée - Gravière du Fort

10 octobre 2020 : la Gravière en Rose

15 novembre 2020 : Assemblée Générale Grand EST à Metz

(21,22 décembre 2020) : Assemblée Générale Nationale à Lyon

avec une interrogation sur la suite de nos assemblées générales à recaler avec le report de l'assemblée générale nationale.



Dernière Nouvelle

24 avril, soir.

Sollicitée par la Fédération et en test avec nos athlètes apneistes la marque CERAMIC fournisseur textile des équipes de France propose un masque pour athlètes pour la reprise.

Athlète = Débit d'air important

A suivre !

Un masque offert à tous les sélectionnés en Equipe de France l'an passé, et un prix raisonnable pour les autres.

Restez en contact par le site ou les réseaux sociaux !

ceramic



www.facebook.com/ComiteEst.Ecolefrancaiseplongee/



Bernard SCHITTLY
Président



Georges MAURY
Président adjoint
Relations avec les commissions
Conseil disciplinaire



Pascale BECK CARPENTIER
Vice-présidente
Région Champagne-Ardenne



Anne Sophie KESSELLER
Vice-présidente
Région Lorraine



Michel LAMBINET
Vice-président
Région Alsace
Communication



Véronique GOEHNER
Trésorier



Jean Luc ADE
Trésorier adjoint
Licences et brevets
Conseil Disciplinaire



Marc WINTERHALTER
Secrétaire



Marielle MA SSEL
Secrétaire adjoint
Communication, féminisation



Thomas ANTH



Vana ASSIS SANTOS



Isabelle BETH



Pascale CETRE



Pascal CHAUVÈRE



David DEBOURCES



Raymond ERTLÉ
Représentant des SCA



Valérie GEORGEON



Gerard HORNUT



Pascale MIGNON



Kathy SCHMITT



Florian AUBERSON
suppléant



Laurent CONDENSEAU
suppléant



Equipe dirigeante a été élue le
par l'Assemblée Générale du
Est pour l'Olympiade 2017-
2021.

Elle propose une stratégie de
développement, formalisée dans son projet de
développement qui s'appuie à la fois sur les
projets électoraux de la liste, sur la stratégie de
développement fédérale nationale dont nous
sommes un organe déconcentré et sur la réalité
de terrain.

Cette stratégie se veut à la fois innovante,
performante, efficace et au plus près des
attentes de nos clubs et de nos licenciés. Elle a
pour but de donner de la lisibilité à nos valeurs
pour qu'elles soient comprises et que l'ensemble
des acteurs concernés se les approprient et
nous aident à les porter.



le plaisir
est sous
l'eau

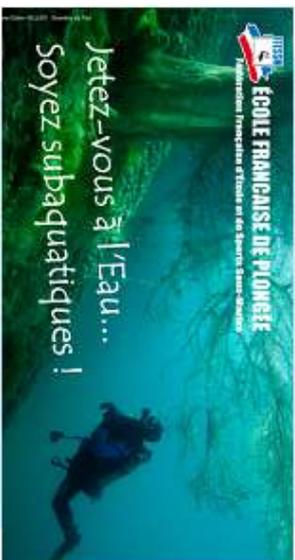
8 758 licenciés. (31,4% de femmes)
159 Clubs dont 5 Structures Commerciales Associées
10 départements
3 anciennes régions administratives : Alsace,
Lorraine, Champagne-Ardennes





www.ffesmest.fr

Notre projet se concentre sur des thématiques comme la promotion de nos activités auprès de tous les publics, le sport et la santé, la sécurisation des pratiques et le respect de l'environnement, l'amélioration de la communication dans toutes ses dimensions, l'optimisation des ressources de plongée par la création d'une base fédérale inter régionale et la création de ligues pour coller à la réalité territoriale.



Président :

Bernard SCHITTLY 06 62 38 93 26

plongée nature, sports subaquatiques

64, rue du Général Rampont

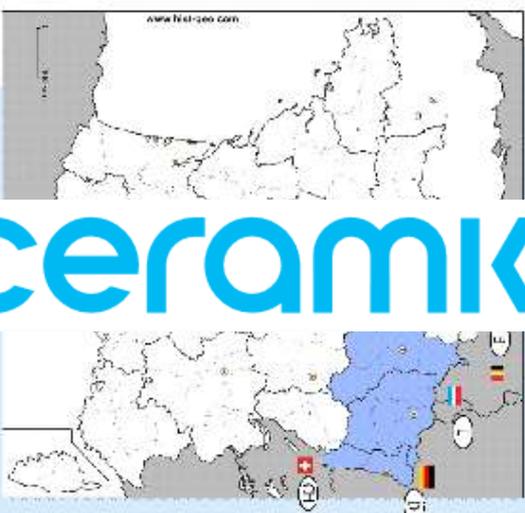
67240 BISCHWILLER

president@ffesmest.fr



GRAND EST

Comité Régional Grand Est



CERAMIA

Organe de la FFESSM Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins www.ffesmest.fr

Grand Est ALSACE CHAMPAGNE-ARDEENNE LORRAINE

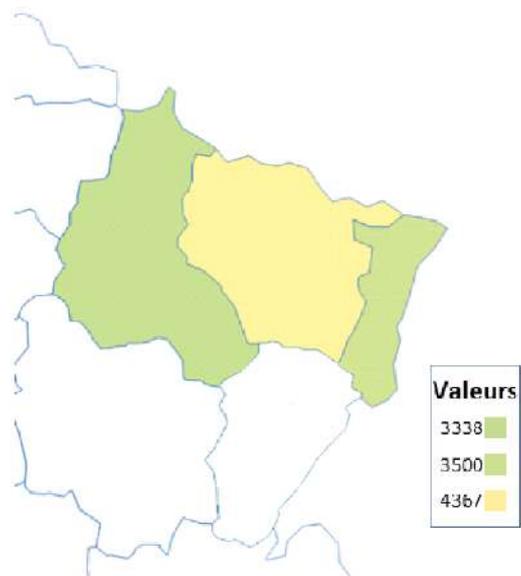
Fédération Française d'Études et de Sports Sous Marins

Région Grand Est



Glossaire

La région Est représente 159 clubs dont 5 structures commerciales agréées (SCA) pour un total de 8 758 plongeurs licenciés.



Fédération Française d'Etudes et de Sports Sous-Marins

CDN : Comité Directeur National

CNA : Commission Nationale Apnée

CODEP : Comité Départemental

CTD : Commission Technique Départementale (plongée et enseignement)

CTR : Commission Technique Régionale

IR EST : Inter Région EST, parfois région EST, formée des régions administrative, Alsace, Champagne Ardennes, et Lorraine, 10 départements. Ancienne Inter région avec la Franche-Comté en plus.

NAP : Nage avec Palmes

NEV : Nage en Eaux Vives

OD : Organisme Déconcentré

PESH : Plongeur En Situation de Handicap

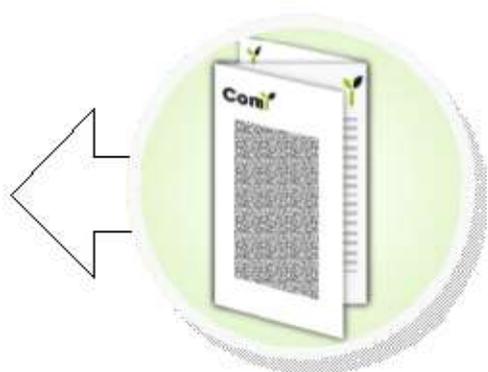
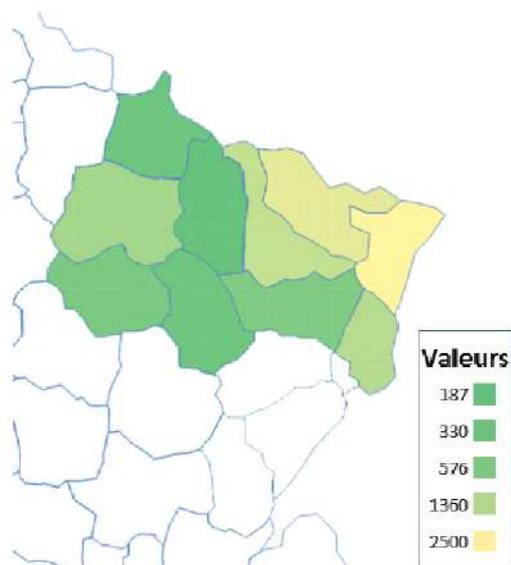
Et s'il nous en a échappé, nous attendons vos messages.



facebook

FFESSM Comité Régional EST

www.facebook.com/Comite.Est.Ecolefrancaiseplongee



Edition du Comité EST de la FFESSM :
 Maison Départementale des Sports
 3 place de la Bibliothèque
 57000 METZ
 Directeur de la publication : Bernard SCHITTLY, président
 Rédactions des élus, mise en page et publication :
 Valérie Gorgeon, Marielle Massel, Kathy Schmitt, Michel Laminet