



PRESENTATION :

Dans le cadre de son programme pédagogique, éducatif et scientifique dédié à la protection de la biodiversité et des écosystèmes de la mer Méditerranée, A.D.E MEDITERRANEE a mis au point un programme spécifique à destination des élèves afin d'être formé au premier niveau de plongée.

Ce programme s'inscrit dans le cadre de l'Aire-Marine-Éducative développée à la Villa Blanche de Menton, et permet aux élèves de pouvoir devenir des écocitoyens mais également de pouvoir participer aux actions que propose A.D.E MEDITERRANEE comme la réimplantation du Corail ou de la Posidonie, ...

Ce programme est ouvert à tous les élèves à partir de la 6^{ème} jusqu'à la terminale. Il s'articule sur deux apprentissages.

- La théorie.
- La technique

L'OBJECTIF :

Enseigner, à tous les élèves, les compétences et délivrer la certification afin de réaliser des plongées d'exploration jusqu'à 20 m de profondeur, au sein d'une palanquée, avec un guide de palanquée (GP) qui prend en charge la conduite de la plongée.

Ces plongées sont réalisées dans le cadre d'une organisation sécurisée, mise en place par un directeur de plongée (DP), selon les règles définies par le *Code du Sport* (CDs).

La progression après 20 mètres (Nive 2, ...) se fait auprès de l'association A.D.E MEDITERRANEE.

CONDITIONS D'ACCÈS À LA FORMATION

- Moins de 14 ans accès aux niveaux Plongeur Bronze/Argent/OR
- Âgé de 14 ans au moins accès au niveau 1.

À la date de délivrance du brevet (autorisation d'un responsable légal pour les mineurs), les élèves doivent être :

- Titulaire de la licence fédérale en cours de validité.
- Présenter un certificat d'absence de contre-indication à la plongée conforme à la réglementation fédérale en vigueur.



NIVEAU 1 :

Enseigner, à tous les élèves, les compétences et délivrer la certification afin de réaliser des plongées d'exploration jusqu'à 20 m de profondeur, au sein d'une palanquée, avec un guide de palanquée (GP) qui prend en charge la conduite de la plongée.

Si l'enfant est volontaire, l'âge peut être abaissé à 14 ans. Dans ce cas, il faut qu'il produise une demande par écrit. Les parents doivent adresser en parallèle une demande au président du club de plongée. Il devra aussi fournir un certificat médical de non contre-indication à la pratique de la plongée sous-marine.

Après l'avis favorable du moniteur et du président, l'enfant pourra commencer la formation.

RÈGLES D'ORGANISATION ET DE DÉLIVRANCE :

L'ensemble des conditions de réalisation des certifications de la FFESSM est défini dans les règles générales des certifications de la FFESSM.

Les brevets de plongeur sont délivrés au niveau A.D.E MEDITERRANEE qui est affilié à la FFESSM.

LES PROGRAMMES :

L'ensemble du programme est adossé au calendrier scolaire. Les formations débutent en septembre et se terminent en juin (Plus quatre séances techniques en Juillet/Aout pour validation en milieu naturel).

Tout le long de l'année scolaire les élèves suivent un enseignement (ci-dessous) au travers d'un programme spécifique. A la fin de ce programme les élèves doivent avoir acquis l'ensemble des compétences du programme.

Aucun examen à la fin de la formation l'ensemble des compétences doit être acquis dans un délai de 15mois à compter de la délivrance de la première compétence (contrôle continu).

Le programme théorique s'effectue dans le cadre de l'établissement. Les modalités sont à l'étude avec la Direction.

La formation technique s'effectue de septembre à juin en piscine.

L'enseignement et la validation des compétences s'effectuent dans l'espace de 0 à 6 m par les encadrements A.D.E MEDITERRANEE. Conformément à l'article A. 322-83 du Code du Sport.



Dans le cas d'une certification délivrée en milieu artificiel, le plongeur doit réaliser, au plus tard, dans les douze mois qui suivent l'obtention de la certification, au moins 4 plongées en milieu naturel attestées sur son carnet de plongée.

Un carnet de plongée permet de garder une trace de vos plongées dans une double optique :

- Faire la preuve de vos dernières plongées : date, profondeur, type ;
- Conserver un souvenir de vos compagnons de palanquée, des espèces rencontrées, des lieux et dates de vos plongées.

Le livret de formation est rédigé par l'équipe d'encadrement afin de vous accompagner lors de vos formations.

A.D.E MEDITERRANEE :

Créée en 2021, la mission d'A.D.E MÉDITERRANÉE a pour but la préservation de la biodiversité de la mer Méditerranée. Son programme Pédagogique-Éducatif-Scientifique s'adresse en priorité aux élèves, des cycles 3 et 4 par la création d'Aire-Marine-Éducative, et aux Lycées par des programmes culturels, scientifiques, économiques et techniques.

Le programme périscolaire et scientifique, de Menton, a pour but, lui, de gérer et protéger durablement les récifs coralliens et les écosystèmes. A.D.E Méditerranée souhaite associer des universitaires, des chercheurs, scientifiques ... afin de participer au projet de recherches par la création du pôle « plongée Biodiversité » sur le site du Cap-Martin.

L'Aire-Marine-Éducative que développe A.D.E MÉDITERRANÉE sur la commune de Menton permet de mobiliser 250 élèves, du CM1 au Collège. Une approche « active » qui permet, également, à l'ensemble de la population d'être concernée par les enjeux climatiques.

A.D.E MEDITERRANEE est composé de moniteurs de plongée, tous encadrants, et validés par la Fédération Française d'Étude et de Sports Sous-Marin. L'association est enregistrée auprès de la FFESSM sous le numéro : 33060480.



PROGRAMME THEORIQUE :

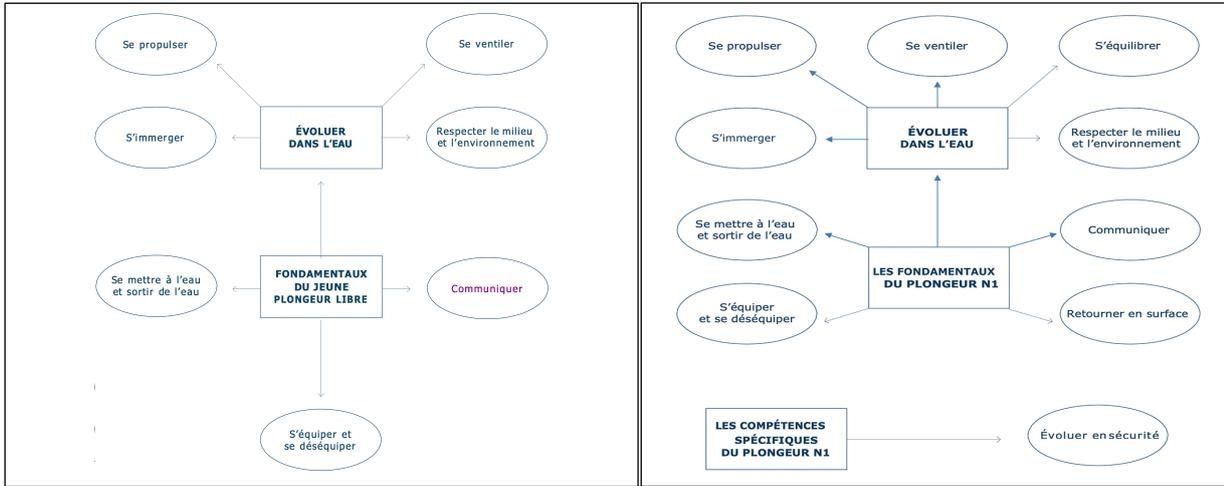
Tout le long de l'année scolaire les élèves suivent un enseignement (ci-dessous) au travers d'un programme spécifique. A la fin de ce programme les élèves doivent avoir acquis l'ensemble des compétences.

<p>COMPETENCE 1</p> <p>LA REGLEMENTATION :</p> <ul style="list-style-type: none">Objectifs de la formationLes confédérationsLa FFESSMLa licenceLe certificat MédicalLes conditions de candidatureLes documents à présenter pour plongerEspace d'évolution	<p>COMPETENCE 5</p> <p>L'ACCIDENT DE DECOMPRESSION (ADD) :</p> <ul style="list-style-type: none">Le principeLes symptômesLa prévention
<p>COMPETENCE 2</p> <p>LA FLOTTABILITE :</p> <ul style="list-style-type: none">Le lestageLa variation de la flottabilité du plongeur	<p>COMPETENCE 6</p> <p>TABLES - COURBE SECURITE - ORDINATEUR</p> <ul style="list-style-type: none">La courbe de sécuritéL'ordinateur de plongée
<p>COMPETENCE 3</p> <p>PRESSION ET COMPRESSIBILITE DES GAZ :</p> <ul style="list-style-type: none">Notion de pressionPression atmosphériquePression hydrostatique (ou relative)Pression absolue (ou ambiante)Notion de compressibilité des gaz	<p>COMPETENCE 7</p> <p>LE FROID – L'ESSOUFLEMENT :</p> <ul style="list-style-type: none">Le froidL'essoufflementLes causesLa prévention
<p>COMPETENCE 4</p> <p>LES BAROTRAUMATISMES :</p> <ul style="list-style-type: none">Les oreillesLes sinusLe placage de masqueLes dentsLe tube digestifLa surpression pulmonaire	<p>COMPETENCE 8</p> <p>LES PROCEDURES DE SECURITE :</p> <ul style="list-style-type: none">Procédure en cas de perte de la palanquéeCe qu'il faut faireCe qu'il ne faut pas faireAprès la plongée
	<p>COMPETENCE 9</p> <p>LES DANGERS DU MILIEU :</p> <ul style="list-style-type: none">DangersRespect de l'environnement
	<p>COMPETENCE 10</p> <ul style="list-style-type: none">Les signes de communication



PROGRAMME TECHNIQUE :

Ce programme se fait en piscine. Il a pour but d'enseigner l'ensemble des compétences que devra avoir le plongeur.



<p align="center">COMPÉTENCE 1</p> <p>S'ÉQUIPER ET SEDÉSÉQUIPER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Gréage et dégréage Capelage et décapelage Choix de son matériel personnel 	<p align="center">COMPÉTENCE 6</p> <p>ÉVOLUER DANS L'EAU - S'ÉQUILIBRER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Gestion du gilet de stabilisation Poumon ballast
<p align="center">COMPÉTENCE 2</p> <p>SE METTRE À L'EAU ET SORTIR DE L'EAU :</p> <ul style="list-style-type: none"> Saut droit Bascule arrière Départ plage Sortir de l'eau 	<p align="center">COMPÉTENCE 7</p> <p>ÉVOLUER DANS L'EAU - RESPECTER LE MILIEU ET L'ENVIRONNEMENT :</p> <ul style="list-style-type: none"> Aisance aquatique
<p align="center">COMPÉTENCE 3</p> <p>ÉVOLUER DANS L'EAU - S'IMMERGER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Canard Phoque 	<p align="center">COMPÉTENCE 8</p> <p>COMMUNIQUER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Exécution des signes conventionnels
<p align="center">COMPÉTENCE 4</p> <p>ÉVOLUER DANS L'EAU - SE PROPULSER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Palmage ventral en surface Palmage dorsal Palmage de sustentation Palmage en immersion Nage en capelé 	<p align="center">COMPÉTENCE 9</p> <p>RETOURNER EN SURFACE :</p> <ul style="list-style-type: none"> Maitrise de la vitesse de remontée Tenue d'un palier Tour d'horizon Gonflage du gilet en surface Remontée en expiration contrôlée
<p align="center">COMPÉTENCE 5</p> <p>ÉVOLUER DANS L'EAU - SE VENTILER :</p> <ul style="list-style-type: none"> Ventilation en immersion Ventilation sur tuba et vidage du tuba Vidage du masque Lâcher et reprise d'embout 	<p align="center">COMPÉTENCE 10</p> <p>ÉVOLUER EN SÉCURITÉ :</p> <ul style="list-style-type: none"> Application des procédures mises en œuvre par le GP Intervention en relais



PRIX :

Le prix pour l'ensemble de la formation est de 350 €.

Il comprend :

- Adhésion
- Licence
- Assurance
- La formation : cours théorique, cours en piscine et 4 plongées en milieu naturel (juillet/Aout)

Tous les équipements (palmes/masque/tuba/Gilet stabilisateur/ Combinaison/Bouteille/...) sont fournis par A.D.E MEDITERRANEE.

Les enfants doivent se présenter avec leur maillot de bain, bonnet de bain (piscine), serviette, ...

PASS'SPORT :

Dans le cadre de l'activité les élèves peuvent bénéficier du Pass'Sport. Grâce au Pass'Sport, vous pouvez bénéficier d'une déduction de 50 euros pour vous inscrire en club et pratiquer votre sport favori.

Cette aide s'adresse à tous les jeunes ou les familles percevant :

- L'allocation de rentrée scolaire (6 à 17 ans révolus)
- L'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (6 à 19 ans révolus)
- L'allocation aux adultes handicapés (16-30 ans)
- Une bourse sur critères sociaux de l'enseignement supérieur (jusqu'à 28 ans révolus)

INSCRIPTION :

L'inscription se fait en remplissant (ci-joint) :

- La fiche d'adhésion.
- L'autorisation Parentale
- Posséder un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique des activités subaquatiques



FICHE D'INSCRIPTION

Le programme « plongée » débute de septembre à juin. L'élève ne pourra suivre le cursus « plongée » que s'il est reconnu par un médecin apte à la pratique de la plongée sous-marine. L'inscription au programme plongée comprend : l'adhésion à A.D.E MEDITERRANEE - La Licence FFESSM- L'Assurance- Les cours théoriques (dans l'établissement) - Les cours pratiques (en piscine) - Les 4 plongées en mer (validation du niveau) - Les carnets de plongée et de formation

RENSEIGNEMENTS ELEVES :

Renseignements Administratifs

Insérez votre Photo

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

Lieu de naissance :

Classe :

Téléphone :

Mail :

Renseignements Médicaux :

Certificat Médical : OUI NON Date :

Restriction médicale : OUI NON Si Oui :

Allergie aux médicaments (nom du médicament) :

Allergie à l'aspirine : OUI NON

RENSEIGNEMENTS PARENTS (ou représentant légal) :

Nom :

Prénom :

Adresse

Code postal :

Ville :

Pays :

Téléphone :

Mail :

Personne à prévenir en cas d'accident :

Téléphone :

L'adhésion à A.D.E MEDITERRANEE implique le strict respect des statuts, du règlement intérieur, et des règles de sécurité définies par la FFESSM et autres Fédérations

	OUI	NON
L'adhérent donne son accord pour la diffusion sur les supports de l'association des différentes photos ou films pris durant les activités de l'association.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Le pratiquant autorise la FFESSM et autres Fédérations à céder ses coordonnées postales ou électroniques à des partenaires ou à des tiers pour toute opération de mailing	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
L'adhérent s'engage à respecter le contrat Républicain signé par A.D.E MEDITERRANEE	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
JE RECONNAIS AVOIR ETE INFORME DE TOUTES LES OBLIGATIONS ET M'ENGAGE A LES RESPECTER	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Date :

Insérez votre signature

A.D.E MEDITERRANEE

Le Globe – 21 Avenue de Verdun - 06500 Menton

Tél: 0686074623

admediterrance@gmail.com - <http://www.ade-mediterrance.org>

Association Loi 1901 - N° W062017335-JO 18.08.2021

SIRET 90400979200014 / APE 90400979



AUTORISATION PARENTALE POUR LA PLONGEE JEUNE (Mineur)

A.D.E MEDITERRANEE

- Plongeur encadré 20m (PE20*) à partir de 14 ans (niveau 1)

Le ou les personnes désignée(s) ci-après détentrice(s) de l'autorité parentale :

Je, soussigné (e), (nom, prénom, adresse) :

.....
.....

Autorise (ent) le mineur nommé ci-dessous :

Nom :

Prénom :

Né (e) le :

A participer aux activités de plongée subaquatique, notamment en scaphandre, au sein de cette structure affiliée ou agréée à la FFESSM.

Fait à Le

Signature du responsable légal :

*) En référence au Code du sport (Annexe III-14-a de l'article A-322-77)



Certificat médical d'Absence de Contre-Indication à la pratique des activités subaquatiques

Je soussigné(e) Docteur,

Exerçant à,

Rayez la mention inutile*

médecin,

généraliste*

du sport*

fédéral* n° :

diplômé de médecine subaquatique*

autre* :

Certifie avoir examiné ce jour :

NOM :

Né(e) le :

Prénom :

et ne pas avoir constaté, sous réserve de l'exactitude de ses déclarations, de contre-indication cliniquement décelable à la pratique :

de l'ensemble des activités subaquatiques EN LOISIR

Ou bien seulement (cocher) :

DES ACTIVITÉS DE PLONGÉE EN SCAPHANDRE AUTONOME

DES ACTIVITÉS EN APNÉE

DES ACTIVITÉS DE NAGE AVEC ACCESSOIRES

de la ou des activité(s) suivante(s) EN COMPÉTITION (spécifier en toute lettre) :

Pour mémoire les particularités suivantes nécessitent un certificat délivré par un médecin fédéral, du sport ou qualifié :

- TRIMIX Hypoxique

- APNÉE en PROFONDEUR > 6 mètres en compétition

- Pratique HANDISUB

- Reprise de l'activité après accident de plongée

NOMBRE DE **COCHÉE(S)** (obligatoire) :

Remarque(s) et restriction(s) éventuelle(s) (en particulier pour l'encadrement en plongée subaquatique...) :

Un certificat est exigible toutes les 3 saisons (si renouvellement sans discontinuité de la licence) pour les disciplines : Nage avec Palmes, Nage en Eau Vive, Tir sur Cible, Hockey Subaquatique, Apnée jusqu'à 6 mètres. Pratique de l'activité jusqu'à expiration de la licence. **Un certificat est exigible tous les ans** pour la pratique de la Plongée Subaquatique (Plongée en Scaphandre en tous lieux et en Apnée au-delà de 6 mètres).

Sauf en cas de modification de l'état de santé ou d'accident de plongée, qui suspend la validité de ce certificat.

Il est remis en main propre à l'intéressé ou son représentant légal.

Pour consulter la liste des contre-indications à la pratique des activités subaquatiques fédérales et les préconisations de la FFESSM relatives à l'examen médical, disponibles sur le site de la Commission Médicale et de Prévention Nationale : <http://medical.ffessm.fr>

Fait à :

Signature et cachet :

date :