



# Handisub®



# ODYSSEE



Club école de plongée

# Signes-moi la Mer



Didier Salvador donne les indications aux jeunes du Cesda.  
Une langue à écrire



ODYSSEE – 37 corniche de NEUBURG 34200 SETE

Local et navire de plongée agréés : avant-port, base nautique port municipal des quilles Association loi 1901 n°3.19704 agréée JS n° S.05794 établissement APS n° 034.ET.0123

Affilié FFESSM sports sous-marins n° 08.34.275 et FFH Handisport club labélisé

APE n° 926C SIRET n° 420.849.978.00028 – Portable club 06.03.59.82.89

INFO CLUB <http://odyssee-sub.org>

# Signes moi la mer !

## Préambule

L'objectif de ce travail est de rendre la plongée accessible à toutes et tous avec une communication simple, transposable et universelle. Les préconisations se veulent simples pour le monde des plongeurs (on parle souvent de tribu) et les outils proposés sont également simples, et libres de droit.

## Transversalement,

C'est aussi un outil pour donner la possibilité aux encadrants et moniteurs techniques de signer les poissons sous l'eau avec leurs élèves.

## Transversalement,

C'est également donner la possibilité aux encadrants bio de former des plongeurs en situation de handicap.

## Transversalement enfin,

C'est donner la possibilité aux travailleurs sociaux, aux éducateurs et au corps médical en relation avec les personnes handicapées de démontrer que la plongée est une activité éducative et sportive accessibles à toutes et tous avec une pédagogie adaptée et un encadrement compétent.

Cette action ne peut se réaliser sans l'aide technique des deux fédérations délégataires FFESSM Sports Sous-Marins et FFH Handisport qui développe la plongée accessible aux plongeurs en situation de handicap au travers du cursus commun HANDISUB.

Cette action ne peut se réaliser sans les bénévoles et partenaires impliqués.



Cette action est soutenue par des financeurs institutionnels et privés.

Les actions d'ODYSSEE ont déjà été soutenues dans les années passées par la fondation MMA, Fondation de France, la fondation ADPS, la fondation Banque Populaire, les KIWANIS et la fondation caisse d'épargne





## La plaquette ESPECES recto verso « Signes-moi la mer »

 REGARDE	 ANIMAL	 VEGETAL	 ALGUE: L'ULVE
 PLANTE: LA POSSIDONIE	 LE TUNICIER ASCIDIE	 L'ÉPONGE ENCROÛTANTE	 LE SPIROGRAPHE
 CNIDAIRE: L'ANÉMONE	 CNIDAIRE: LA MÉDUSE	 ÉCHINODERME: L'ÉTOILE DE MER	 ÉCHINODERME: L'OURSIN
 CRUSTACÉ: LE CRABE	 CRUSTACÉ: LA LANGOUSTE	 MOLLUSQUE: LE POULPE	 MOLLUSQUE: L'HUÎTRE

 POISSON	 JUVENILE	 ADULTE	 MALE	 FEMELLE	 ASSOCIATION
 POISSON: LE GOBIE	 POISSON: LA BLENNIE	 POISSON: L'HIPPOCAMPE	 POISSON: LE SAR	 POISSON: LA DORADE	 POISSON: LE LOUP / LE BAR
 POISSON: LE MEROU	 POISSON: LE CONGRE	 POISSON: LE REQUIN	 MAMMIFÈRE: L'F DAUPHIN	 REALISATION: ODYSSEE PLONGÉE SETE - CESDA 34 SOURCES DOC: FFESSM-ODYS-ODYSSEY/CPVBC30000	



## La plaquette COMMUNICATION recto verso « Signes-moi la mer »

 Langue Signes Française	 Bonjour	 Au revoir	 Ça va (?) Oui	 Non	
 SVP	 Plongeur	 Comprendre	 Bravo	 Attention	 Aide moi
 QUESTION: Ça va ?	 REPONSE: Ça va ou pas ?	 STOP/Arrête toi	 Saut/Plonge	 Fin plongée	 Bonne plongée
 Monte	 Descends	 Comprenez Outils	 Comprenez Masque		

 Garde ton gilet	 Ferre ton gilet
 Stabilise toi	 Doucement/Attends
 Paramètre profondeur ?	 Paramètre air ?
 Compte Dizaines/Unités	 Observe Touche
 Ça va ? Oui ça va	 Ça va ? Non ça va pas
 Monte	 Descends
 REALISATION: Club école de plongée ODYSSEE de SETE et CESDA 34 SOURCES DOC: Langue Signes France et Club plongée de VINCENNES	

## PLAN

### PARTIE 1 REPERES LIES A LA COMMUNICATION EN PLONGEE

#### **La communication pour les plongeurs valides**

La communication nécessaire et suffisante en surface

La communication sous l'eau en écran 16/9<sup>ème</sup>

Signes et environnement subaquatique

#### **La communication pour les plongeurs en situation de handicap, mental, psychique**

La communication en surface

La communication sous l'eau

Signes et environnement subaquatique

#### **La communication en plongée pour les plongeurs en situation de handicap auditif**

La communication en surface

La communication sous l'eau

Signes et environnement subaquatique

#### **La communication en plongée pour les plongeurs en situation de handicap visuel**

La communication en surface

La communication sous l'eau

Signes et environnement subaquatique

#### **La communication pour les plongeurs en situation de handicap physique majeur**

La communication en surface

La communication sous l'eau

Signes et environnement subaquatique

### PARTIE 2 CONCEPTION D'OUTILS DE COMMUNICATION

#### **Le groupe de travail et les apports fédéraux**

Groupe de travail « signes moi la mer »

Outils fédéraux commission technique FFESSM

Outils fédéraux commission bio environnement FFESSM

#### **Des outils simples et universels**

Des plaquettes immergeables

#### **Co construction et outil participatif**

### PARTIE 3 ACTIVITES DE PROMOTION FORMATION ET DEVELOPPEMENT

Des jeunes ambassadeurs qui signent la mer

Des actions de formations fédérales et information grand public

### PARTIE 4 FEUILLE DE ROUTE ET BUDGET DE L'ACTION

Planification de l'action

Budget de l'action

## **1.1 La communication en plongée valide**

### **1.1.1 La communication nécessaire et suffisante en surface**

En plongée sous-marine comme dans d'autres sports, les enseignants doivent faire un briefing avant la plongée et définir un cadre d'activité sécuritaire. Le message doit être à la fois succinct et complet. En effet, le public apprenant doit à la fois pouvoir visualiser par avance la séance (enchaînement des exercices, paramètres de plongée), et dans le même temps être précis sur la mise en œuvre sécuritaire. Pour repère pédagogique, le nombre de consignes sécuritaire ne doit pas être excessif ; de même le public a du mal à mémoriser plus de 3 exercices à réaliser. L'enseignant doit donc communiquer avec un maximum d'outils pour capter l'attention.

La communication verbale est souvent insuffisante. Doublée d'un support écrit, type tableau ou plaquette A4 par exemple, l'attention du public est plus soutenue. Sur cette plaquette, on peut imaginer un parcours plongée avec des mots clefs (les exercices par exemple) et des pictogrammes (type warning pour les consignes de sécurité). Pour parfaire le briefing, il est préférable de faire répéter les exercices par le public apprenant (j'entends, je comprends, je restitue).

En fait l'apprenant doit pouvoir « mentaliser » la plongée avant de la vivre.

Il convient naturellement d'être encore plus vigilant sur la communication à destination de personnes en situation de handicap en adaptant son discours au public (contenu, forme, durée). C'est pourquoi il nous a semblé intéressant de développer des outils facilitateurs tels que des tablettes immergeables. C'est un travail collaboratif que nous proposons, en restant en veille active pour toute nouvelle adaptation.

### **1.1.2 La communication sous l'eau en écran 16/9<sup>ème</sup>**

On le sait en plongée : le bras et la main doivent être détachés du corps lorsqu'on signe pour être visibles. En effet, sous l'eau tout tend au bleu et l'on voit différemment les formes et le relief. La conséquence est que la communication sous l'eau est plutôt en 16/9<sup>ème</sup>.

Les signes d'information entre plongeur sont plutôt statiques

Les signes nécessitant une intervention sont plutôt en mouvement

### **1.1.3 Signes et environnement subaquatique**

Un travail de qualité a été mis en œuvre par la commission biologie environnement FFESSM IDF

Source <http://www.bio-ffessm-cif.fr/index.php/fr/>



Les dessins sont de Laurence Colombo (FB2 CDEBS 94).  
Club de plongée de Vincennes @mail [colombo.lolo@wanadoo.fr](mailto:colombo.lolo@wanadoo.fr)

**C'est un beau travail que nous pourrons compléter en partant des embranchements (travail de Laurence COLOMBO) pour signer les espèces les plus communes et donc en créant un outil familial grand public.**

## 1.2 La communication pour les plongeurs en situation de handicap mental psychique ou cognitif

### 1.2.1 La communication en surface

La communication doit être adaptée à ce public particulier. Dans le cursus HANDISUB, on note que le handicap mental, psychique ou cognitif nécessite un encadrement spécifique et des restrictions de profondeur (limitation à 6 mètres en milieu naturel). L'encadrement est spécifiquement formé à ce public (module complémentaire à l'encadrant HANDISUB de 1<sup>er</sup> degré – dénommé EH1).

L'explication est que ce public peut avoir du mal à comprendre les consignes, et à les « mentaliser ». De plus pour les personnes ayant des troubles cognitifs ou psychiques, des réactions incontrôlées peuvent arriver sous l'eau (en cas de situation non prévue par exemple pour un autiste).

En conséquence, il convient d'avoir un briefing simple, avec des phrases courtes, des reformulations, des répétitions par l'apprenant. La plongée doit absolument être scénarisée (on va se mettre à l'eau ici, descendre là, faire ce parcours, voir tel ou tel poisson, faire tel ou tel exercice). La plongée doit être valorisante (tu vas voir, c'est simple, tu sais faire, c'est bien, ... tu as réussi).

Enfin, ce public est très sensible au changement de milieu (de l'aérien à l'aquatique) et il convient donc d'anticiper ce stress de surface, d'être très présent, rassurant du regard, réconfortant en tenant l'apprenant.

### 1.2.3 La communication sous l'eau

Sous l'eau, la distance entre l'enseignant et l'élève doit être réduite (triangle de sécurité formé par les bras du moniteur, soit à portée de main).

L'apprenant ayant ce type de handicap peut en effet avoir sous l'eau des comportements surprenant (euphorie ou angoisse, mouvements désordonnés, mauvaise maîtrise de la respiration, etc...) Ce qui peut entraîner des remontées rapides, des comportements inadaptés et dangereux.

Par contre sous l'eau, le jeu est un bon moyen de mise en situation positive (exemples : faire la raie Manta, une pirouette). Et ce public est aussi captif quand on lui parle de l'approche du poisson (doucement, en silence, sans trop palmer).

En conclusion, une communication simple, des éducatifs, et un parcours à m'approche du poisson bénéfique à une plongée maîtrisée et sécuritaire pour l'enseignant.

### 1.2.3 Signes et environnement subaquatique

Pour ce public, il convient de rester simple. Les grands embranchements peuvent être abordés, souvent sous formes de jeux (puzzles, dominos, jeux des 7 familles...). Ce public aime particulièrement que l'on décrive des milieux (je vis où) et à la chaîne alimentaire (qui mange qui). Conseil : éviter de parler de reproduction des espèces, car souvent trop complexe selon le handicap, et aussi c'est un sujet complexe pour ce public.

Une particularité pour les autistes, avec qui l'on capte l'attention sur les couleurs des poissons, décrire l'endroit où on les croise, et expliquer les comportements des espèces. Cette curiosité est parfois accompagnée d'une démarche obsessionnelle de tout savoir.

Pour ce public, et en conclusion, on utilise donc un maximum de support, d'éducatifs.

### 1.3 La communication en plongée pour les sourds et mal entendant

#### 1.3.1 La communication en surface

Le public en situation de handicap auditif n'est pas considéré par la fédération de plongée FFESSM comme un public handicapé devant suivre le cursus HANDISUB. En effet, les sourds et mal entendant peuvent suivre un briefing en lisant sur les lèvres, en suivant sur une tablette les explications.

En surface, l'enseignant doit donc être particulièrement vigilant au positionnement lors du briefing (moniteur au soleil, visible). Une attention également pour être de face, ne pas trop bouger la tête car le plongeur lit sur les lèvres, et bien sûr avoir un rythme de parole relativement lent. Attention à ne pas être trop long (fatigabilité du public).

Et il faut bien distinguer les signes en plongée (en 16/9<sup>ème</sup>) et ceux en LSF Langue des Signes Française (en écran carré haut du corps). Attention enfin à un public nombreux de sourds qui peut être dissipé car commentant entre eux en LSF.

Pour finir, il est appréciable que l'enseignant connaisse quelques signes LSF (Bonjour, au revoir, ça va, bravo, et bien sûr plongée ...)

#### 1.3.2 La communication sous l'eau

La communication sous l'eau est instinctive pour ce public, habitué à signer en terrestre. Parfois des situations cocasses où ils se mélangent entre signes LSF et signes de plongée. Des situations incroyables aussi quand deux plongeurs sourds communiquent en LSF sous l'eau, car c'est dans ce cas que l'enseignant devient lui-même le plus handicapé pour communiquer.

#### 1.3.3 Signes et environnement subaquatique

Ce public en situation de handicap auditif est en général très attentif au milieu. Il est habitué à signer les poissons, et c'est lui qui naturellement peut inciter un moniteur à signer lui-même les poissons.

D'où l'intérêt de concevoir des outils universel, simples pour que les moniteurs techniques puissent être au-delà de la technique de véritables guides de la mer en commentant en direct, sous l'eau, ce que la palanquée observe.

Un travail important de recherche et de Co production est ici particulièrement intéressant.



## 1.4 La communication en plongée pour les plongeurs en situation de handicap visuel

### 1.4.1 La communication en surface

Le public mal voyant ou aveugle a un comportement particulier, à savoir qu'il peut beaucoup verbaliser et avoir un comportement postural particulier (raideurs, tensions, bizarreries posturales).

Il a besoin de plus de temps pour « mentaliser » la plongée,

L'enseignant verbalise donc plus, en faisant répéter pour que l'élève enregistre bien le plan de séance. Une grande attention doit être portée sur le fait que la séance sous l'eau doit être confirmée au briefing.

### 1.4.2 La communication sous l'eau

Le docteur Jacques PIQUET (également moniteur HANDISUB) note que ce public mal voyant ou aveugle a une fatigabilité importante sous l'eau du fait de la concentration nécessaire à l'adaptation dans le milieu aquatique. Il faut donc tenir compte de cette énergie mobilisée (temps de plongée) et prévoir des plongées avec un parcours simple pour le débutant (si possible avec des repères tactiles).

### 1.4.3 Signes et environnement subaquatique

Le tactile peut permettre de communiquer ce que l'on voit sous l'eau afin de le retranscrire à une personne mal voyante ou aveugle.

Des expériences avec ce public ont dégagé quelques signes de communication sur les espèces, mais tout reste ici à créer.

Pour cela, comme pour les signes visuels, un travail important de recherche et de Co production est ici particulièrement intéressant.



## 1.5 La communication pour les plongeurs ayant une faible mobilité

### 1.5.1 La communication en surface

L'enseignant doit faire preuve pour ce public handicapé majeur à faible mobilité d'une grande adaptabilité.

Une adaptabilité en surface de posture, car si la personne est en fauteuil, on se met à son niveau en se baissant ou en s'asseyant.

Une adaptabilité de parole, car il faut se faire comprendre, et vérifier que le message est compris. Et là il faut élaborer un mode de communication retour (de l'apprenant à l'enseignant).

Dans beaucoup de situation, ces personnes handicapées sont accompagnées, et si elles ne parlent pas, leurs accompagnants savent comment communiquer (pincement de main, de doigts, hochement de la tête, clignement des yeux, etc.)

Il convient donc de questionner, de s'aider de l'accompagnant, et de trouver une communication adaptée et efficace.

### 1.5.2 La communication sous l'eau

La communication élaborée en surface est souvent reprise sous l'eau (pincement de main, de doigts, hochement de la tête, clignement des yeux, etc.)

L'idée est de se rapprocher le plus possible des signes conventionnels de plongée pour que le plongeur handicapé puisse plonger avec un large public d'encadrants.

Il est judicieux de noter sur son carnet de plongée les adaptations de signes pour que cette communication soit transposable (autre moniteur, autre club).

Pour les personnes amputées des deux bras, la communication se fait exclusivement avec la tête et les yeux (position haute, basse, mouvement gauche droite, fermer les paupières...)

### 1.5.3 Signes et environnement subaquatique

Puisque ce public lourdement handicapé se déplace peu ou mal sous l'eau, c'est donc un public souvent très attentif pour les observations naturalistes.

Une fois passées les premières plongées d'adaptation technique et de bonne gestion de la respiration, il est donc parfaitement envisageable de faire de l'approche des espèces dans le calme, en prenant le temps, en se stabilisant en pleine eau, ou en appui sur le fond ou encore sur un rocher.

Tout est envisageable, y compris la photo ou la GO PRO selon la dextérité, et avec adaptation bien sûr.

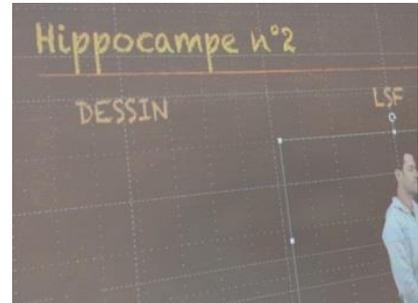
Ce public, souvent ne travaillant pas a du temps pour étudier, pour commenter ce qui a été observé sous l'eau. Il est aussi tout à fait envisageable de faire des formations fédérales bio environnement avec ce public sous condition bien sûr d'être accompagné d'un moniteur HANDISUB lors des immersions.

## PARTIE 2 CONCEPTION D'OUTILS DE COMMUNICATION

Le groupe de travail « signes moi la mer » est composé au départ deux cadres de la Com Bio 34 Camille DANCE et Jean Baptiste PERCHE, d'une équipe mettant en forme les pictogrammes et QR codes avec Luc et Carole MARRAGOU, d'un WEB concepteur travaillant sur Illustrator Jérôme ROCHETTE, l'équipe CESDA avec Didier SALVADOR et Benoît RIGAUD et l'équipe HANDISUB d'ODYSSEE dirigée par Emmanuel SERVAL. 16 jeunes d'ODYSSEE et du CESDA ont été impliqués.



Travail sur les signes des espèces



Dessins avec CESDA et IES IME



Dessins des juniors d'ODYSSEE



Travail sur le contenu de plaquettes



Travail sur les signes inspirés de la LSF



Au total, plus de 100 heures de travail pour la conception et les dessins des pictogrammes en fonction des espèces retenues par l'équipe « signes moi la mer ».

Merci aux juniors impliqués dans cette aventure !

### 2.3 Des outils simples et universels

Pour être « grand public », il faut faire des outils simples, reproductibles, et peu coûteux.

Le format choisi est celui de plaquettes A5 et si possibles immergeables (en recto verso)

Un choix est fait pour que chaque embranchement soit représenté, et ce avec une espèce connue du grand public (y compris la tortue / reptile et le dauphin / mammifère). Pour chaque espèce, une image, un pictogramme, un QR code pour en savoir plus.

### Les PICTOGRAMMES



### Les QR CODES

Des essais sont faits en essayant d'intégrer les QR codes (donnant plus de contenu pour celui qui veut en savoir plus). Et ça marche sous condition de taille 2 cm mini et avec une bonne résolution d'impression. Le texte du QR code est issu de DORIS, et il est réduit au maximum pour rester lisible en QR code.



Exemple, **CRUSTACE: LANGOUSTE**

### Une validation des signes par un comité scientifique.



Merci Visuel LSF pour sa contribution.



### 2.3 Co construction et outil participatif

L'idée est bien de Co construire. Une communication a d'ailleurs été faite en 2018 à Laurence COLOMBO et à Jacques PIQUET du club de Vincennes pour les informer de ces travaux qui pour partie ont repris les pictogrammes de Laurence. Et les sources sont citées sur les plaquettes réalisées. La présentation de la première plaquette « signes moi la mer » au CODEP 34 et à sa commission biologie est prévue le 9 octobre 2018 (plaquette V1).

La version V2 est présentée pour le salon de la plongée en janvier 2019.

## PARTIE 3 ACTIVITES DE PROMOTION FORMATION ET DEVELOPPEMENT

### 3.1 Des jeunes ambassadeurs impliqués

16 jeunes du CESDA / ODYSSEE qui ont travaillé sur les plaquettes et contribuent à leur visite au salon de la plongée le 12 janvier en ayant réalisé une opération « puces » à Sète le dimanche 6 janvier 2019.

220 € récoltés aidant au financement du voyage en train. Bravo !



### 3.2 Des actions de formations fédérales et d'information grand public

Il s'agit ici de former les moniteurs techniques à « signer la mer » pour commenter en direct ce que la palanquée observe sous l'eau. Les moyens mis en œuvre sont des interventions dédiées ou ponctuelles lors de manifestation fédérales.

Il s'agit également de former les moniteurs Bio et environnement à signer la mer pour le public en situation de handicap dans le cadre des directives fédérales développant une plongée durable accessible à tous.

Le cadre des actions grand public peut être large, et les partenaires nombreux, aussi les porteurs de cette action construiront les interventions au fil des travaux et des avancées, et en fonction des appétences du grand public.

#### Développement de perspectives

Bien sûr, l'objectif final est la banalisation de « signes moi la mer ».

Les promoteurs sont les fédérations délégataires, et les institutionnels impliqués dans le sport pour tous.

#### « I HAVE A DREAM »

Nous pourrons ainsi voir dans un proche avenir, nos moniteurs de plongée qui signent les poissons à leur palanquée. Cette palanquée étant mixte avec des valides et plongeurs handicapés sensoriels et mentaux.



16 JEUNES DONT 12 SOURDS AVEC 8 ACCOMPAGNANTS D'ODYSSEE CESDA



REVISION DANS LE TRAIN SUR LES SIGNES AVANT LA PRESENTATION AU SALON DE LA PLONGEE



PRESENTATION DU PROJET SUR LE STAND HANDISUB ET DIVERS EDUCATIFS POUR LES JEUNES



SOIREE A DISNEY VILLAGE ET GALETTE PARTY AU REPAS A MARNE LA VALLEE



RETOUR EN TRAIN A MONTPELLIER LE DIMANCHE 13 JANVIER

## PROJET SIGNES-MOI LA MER 2019 / 2020

Après le franc succès de la présentation des outils au salon de la plongée, nous avons décidé de mettre à disposition en haute définition les plaquettes immergeables.

Pour cela, nous utilisons le site INTERNET de l'école de plongée et créons une rubrique spécifique



[www.odyssee-sub.org](http://www.odyssee-sub.org) rubrique **SIGNES-MOI LA MER**

### Pour 2019/2020, le programme est le suivant :

Hiver 2019 : quelques corrections sur les signes les cadres HANDISUB de France

Printemps 2019 : relecture et validation des signes par la FAF (Fédération Aveugles de France)

Avril 2019 : stage vacances de PAQUES, 3 jours, perfectionnement plongée pour les jeunes

Juin 2019 : plongées en mer et lâcher de tortues marines

Été 2019 : plongées au club école les samedis matins

Septembre 2019 : stage en haute Savoie et promotion des outils « Signes-moi la mer »

Toussaint 2019 ou vacances d'hiver 2020 : stage en Guadeloupe avec promotion des plaquettes

2020 : Promotion des outils et continuité de formation des moniteurs de plongée et des plongeurs

### Budget indicatif de l'action,

Dépenses		Recettes	
Plaquettes immergeables réédition	1000	Financeurs publics	1400
Site WEB + BLOG + communication	500	Financeurs fédéraux	1000
Frais de réunion et déplacements	300	Financeurs privés	6000
Formation et promotion	1000	Financement CESDA	2000
Stages technique 16 ambassadeurs	12800	Financement ODYSSEE	2000
8 encadrants stages technique	6400	Participation des familles	6400
		Participation des encadrants	3200
<b>Total</b>	<b>22.000</b>		<b>22.000</b>

Comme vous le lisez ci-dessus, le soutien de financeurs privés et institutionnels permet de réduire sensiblement le coût des stages techniques pour nos jeunes plongeurs.

Fait à Sète, le 14 janvier 2019,

Emmanuel SERVAL,  
Président d'ODYSSEE PLONGEE  
Conseiller Technique Fédéral Handisport Plongée Région OCCITANIE  
Référént Régional Occitanie HANDISUB Fédération Sport Sous-Marins

