

1. Adaptations au public PESH et transferts

1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles



ADAPTATIONS NECESSAIRES

Précautions Préventions Et Astuces

Avant de démarrer une formation HANDISUB, il est indispensable de connaître les risques liés à la pratique de la plongée sous marine pour ce type de public.

Ces risques sont : médicaux, techniques, et nécessite la mise en œuvre d'outils, et le partage d'astuces !

1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

PRECAUTIONS RISQUES MEDICAUX

Colonne vertébrale

Système urinaire

Appuis cutanés

Système respiratoire

Déplacements (précautions)

Thermiques hypo/hyper et contacts (chaleur)



ASTUCE

En fonction du handicap, demandez à quoi l'on peut aider « en complément », cela permet de jauger l'autonomie en amont et d'éviter les surprises !

1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

RISQUES MEDICAUX

...

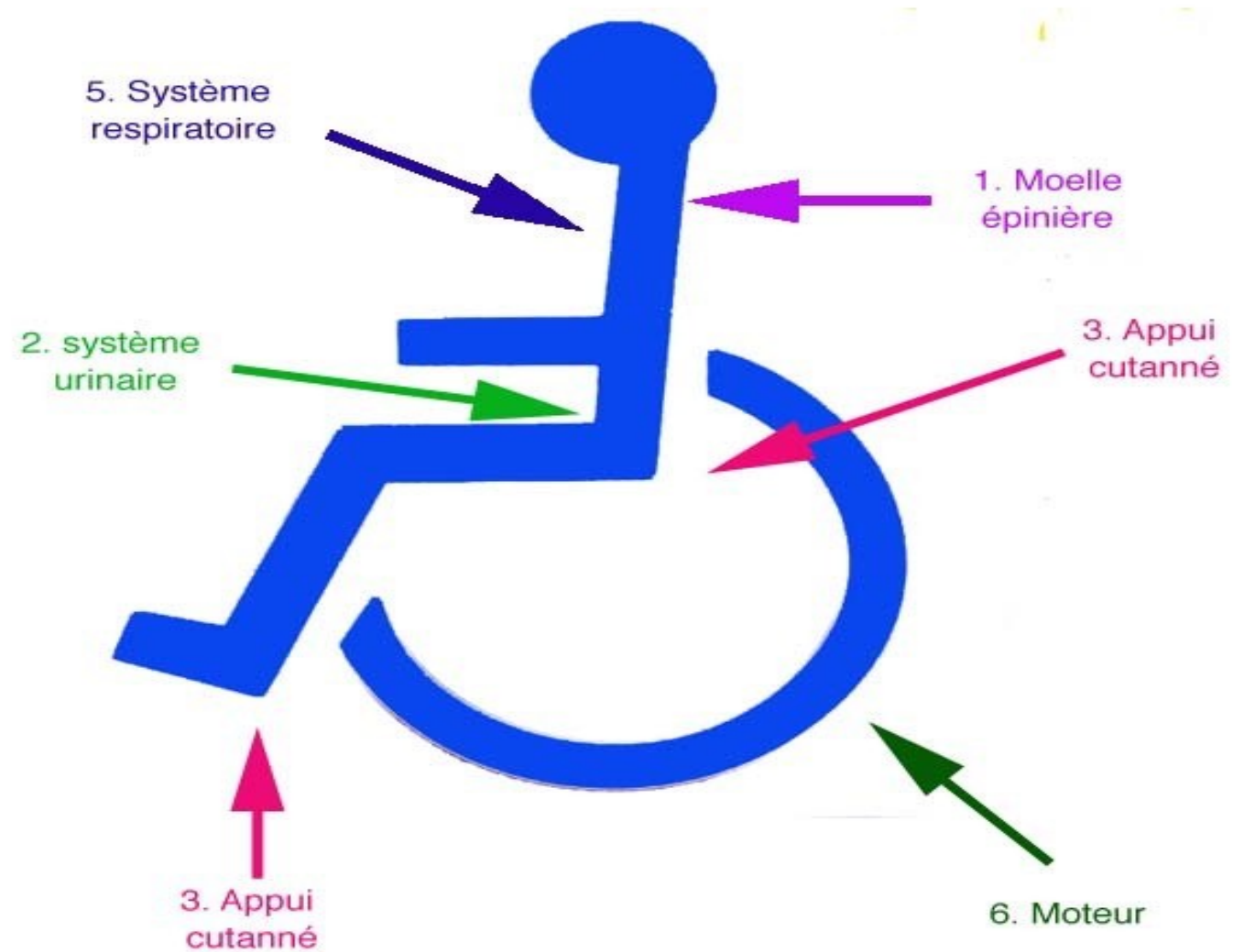
RECAPITULATIF



4. Hyperthermie

4. Hypothermie

35°C



1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

AUTRE RISQUE : LA FATIGUE

Une personne à mobilité réduite est plus rapidement fatigable qu'un valide, il faut prendre en compte la fatigue générée par les déplacements, le déshabillage, l'équipement (enfiler une combinaison en néoprène, des gants demande pour une personne handicapée une dépense d'énergie parfois incroyable)



ASTUCE

Questionner le plongeur sur son état physique, adapter

1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

AUTRE RISQUE : LA THERMOREGULATION

Hypothermie ou hyperthermie. Les deux peuvent avoir des conséquences graves.

L'hypothermie se prévient dans l'eau (durée et sensation ?).

L'hyperthermie semble plus facile à gérer (arroser, refroidir), sur le bateau.



ASTUCE

Demander si le PESH sent le froid, questionner sur les expériences dans les autres sports (exemple : ski) et adaptez votre pratique en conséquence. Bien sur, le matériel adapté est ici primordial (combinaison isotherme ajustée, avec une épaisseur suffisante).

1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

AUTRE RISQUE : FRACTURES ET ESCARRES

Fractures provoquées par des chocs à l'échelle...,
Brûlures provoquées par une pièce métallique au soleil...,
Escarres provoqués par appui, frottement sur une surface dure...
2 à 3 minutes seulement peuvent suffire



ASTUCE

La vigilance lors des déplacements.
Des tapis et coussins à terre avec des appuis pratiques
Des appuis souples et « water proof » sur le bateau.

1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

Partage d'astuces

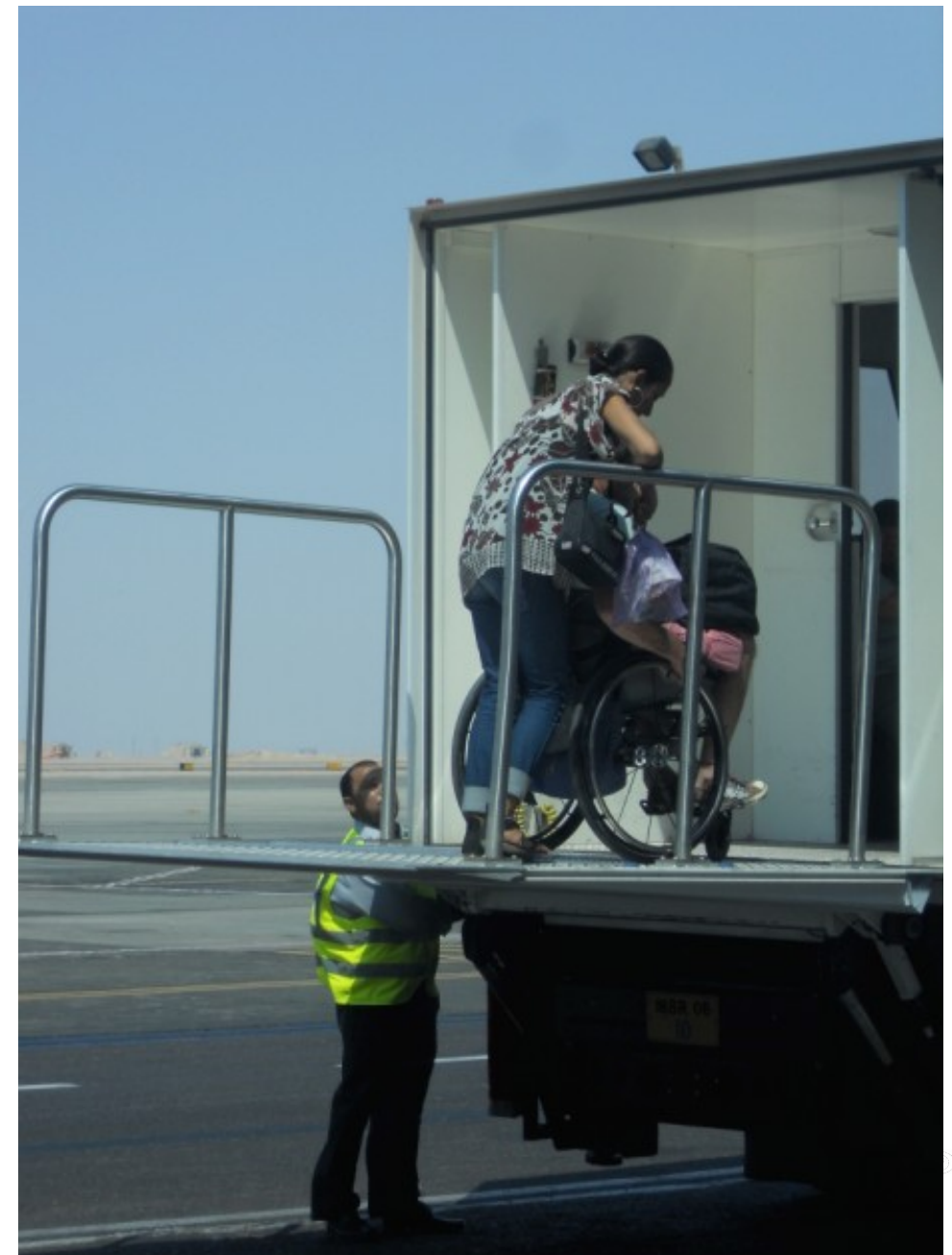


1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

Les transferts (véhicule, avion)

Toutes les astuces
sont bonnes

Si elles sont
« sécu » !!!



1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

Frite et filet

1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

Les transferts d'un quai :

4 personnes,
Prises assurées



1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

Les transferts (potence)



1. **Adaptations & transferts**
2. Adaptations matérielles

La mobilité

Fauteuils de mise à l'eau

(ex: départ de plage)



1. **Adaptations & transferts**
2. *Adaptations matérielles*

Prévention des chutes et des escarres

Les tapis



2. Adaptations du matériel pour & par les PESH

1. Adaptations & transferts
2. Adaptations matérielles

Le masque facial

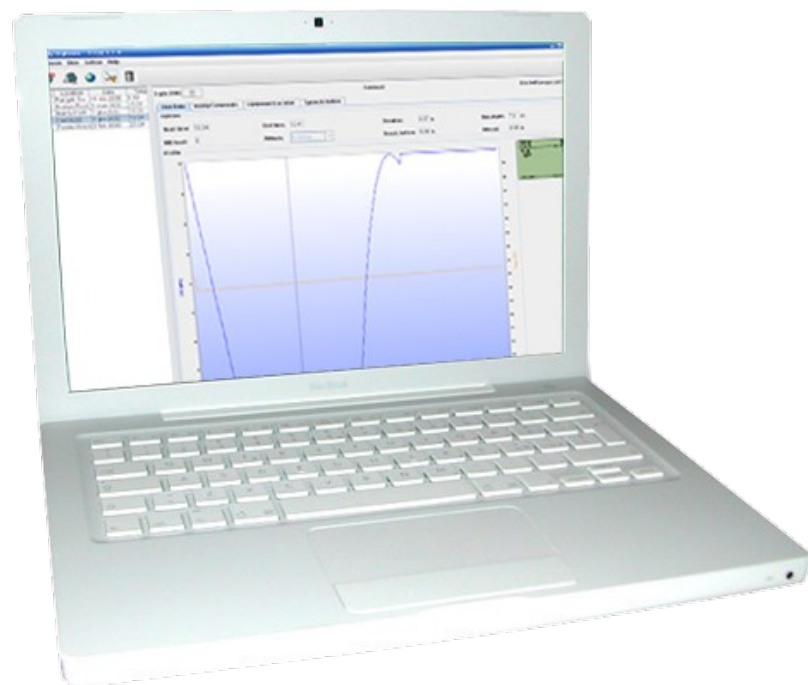
une ventilation sécurisée ++



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Les instruments sonores (des informations audibles...)

EON STEEL



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Combinaisons isothermes adaptées

(fermeture éclair ++)



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Equilibre et respiration sous l'eau

Le fil conducteur



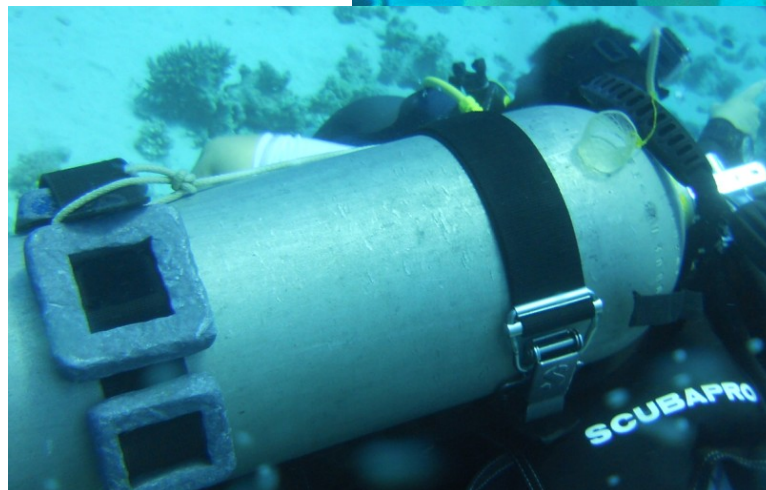
Les ventouses



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Equilibre et propulsion sous l'eau

(Le lest sur le bloc, aux palmes, ou aux chevilles)



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Equilibre et propulsion sous l'eau

Le Diodon, une flottabilité autonome ++



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Equilibre et propulsion sous l'eau

(les adaptations du gilet)



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Le Side mount

équilibre latéral ++



1. Adaptations & transferts
2. Adaptations matérielles

Equilibre et propulsion sous l'eau

Les mains palmées - Les minis palmes



1. Adaptations & transferts
2. **Adaptations matérielles**

Equilibre et propulsion sous l'eau

(Apprentissage du déplacement)



1. Adaptations & transferts
2. Adaptations matérielles

Equilibre et propulsion sous l'eau

(Scooter sous marin)



3. Mise en pratique des transferts

- de l'hébergement au centre de plongée ;
 - du centre de plongée au bateau ;
 - du bateau à l'eau...

4. Verticalisation et descente

- de profil « Position Latérale de Sécurité » ;
- de face « Maintien de l'axe jambes - bassin - épaule - tête » ;

Maintien de la ventilation fluide durant la descente