SPORT & PLEIN AIR

DÉCEMBRE 2025
N°695 - 3 €

LA REVUE DU SPORT POPULAIRE ET DE LA FSGT

LA VIE DE LA FSGT
APNÉE UTILE !

LA VIE DE LA FSGT
« LA PLONGÉE FSGT ACCUEILLE TOUT LE MONDE »

DÉBATS & HISTOIRES
LE PLONGEON DANS L'INCONNU...

SOMMAIRE

SUR LES TERRAINS
PAGE 4
FÉDÉRAUX : DU TENNIS DE TABLE & DU VTT LE MÊME WEEK-END !

SUR LES TERRAINS
PAGE 6
« LE FESTIVAL DE LA PETITE ENFANCE : UN FORMIDABLE LABO »

LA VIE DE LA FSGT
PAGE 7
APNÉE UTILE !

LA VIE DE LA FSGT
PAGE 8
« LA PLONGÉE FSGT ACCUEILLE TOUT LE MONDE »

LA VIE DE LA FSGT
PAGE 10
UNE AFC 2025 PARTICULIÈREMENT RICHE

DÉBATS & HISTOIRES
PAGE 12
PLONGÉE DANS LE PASSÉ...

DÉBATS & HISTOIRES
PAGE 14
LE PLONGEON DANS L'INCONNU...

AU SERVICE DES SPORTIF·VES
PAGE 16
PLONGEZ EN TOUTE SÉCURITÉ !

AU SERVICE DES SPORTIF·VES
PAGE 18
SOUS LA SURFACE, UN VÉRITABLE ENCADREMENT JURIDIQUE

FSGT 90 ANS
1934 - 2024

www.fsgt.org

@FSGTofficiel

La revue du sport populaire et de la Fédération sportive et gymnique du travail. N°695 - décembre 2025 ÉDITÉE PAR LA FSGT • DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : Antonio Fonseca • CHEFFE D'ÉDITION : Zineb Ajaraâm • RÉDACTEUR EN CHEF/RÉDACTEUR : Antoine Aubry • RÉDACTEUR GRAPHISTE : Nicolas Gérard • CHEF DE RUBRIQUE/RÉDACTEUR : Nicolas Kssis • ABONNEMENTS : Nadine Durand • Ont contribué à ce numéro : Ahmadou Tidiane Ly, Thomas Valle • Photos/Dessins : Droits réservés • PUBLICITÉ : Au journal • IMPRESSION : Imprimerie RAS 94500 Villiers-le-Bel • N° DE COMMISSION PARITAIRE : 0329 G 87812 • FSGT 14 rue Scandicci 93508 Pantin Cedex • 01 49 42 23 59 • spa@fsgt.org • 1 an - 10 numéros : 25 euros • 2 ans - 20 numéros : 44 euros • Prix au numéro : 3 euros • CB : 41020013360 Paris • Dépôt légal à parution.

ÉDITO

LE BÉNÉVOLAT AU CŒUR DU SPORT & DE LA VIE ASSOCIATIVE !

Chaque 5 décembre, l'ONU célèbre la journée internationale du bénévolat et du volontariat ! Et selon la dernière étude du réseau Recherches & solidarités, la France compte 1,6 millions d'associations actives, tous domaines confondus, portées par treize millions de bénévoles... Le rôle du bénévolat dans l'organisation du sport associatif est essentiel et, dans un contexte de désengagement des pouvoirs publics, l'implication des bénévoles est fondamentale pour le maintien de l'accès aux activités physiques et sportives pour toutes et tous. Sans eux/elles, de nombreuses structures sportives ne pourraient pas exister ou fonctionner à une échelle aussi large. En effet, le bénévolat permet aux associations et aux clubs de réduire leurs coûts de fonctionnement et de proposer des cotisations accessibles au plus grand nombre. Contribuant à renforcer le lien social, il joue aussi un rôle important dans l'encadrement des pratiques. Les bénévoles diffusent également des valeurs fondamentales du sport et de la vie associative et sont à l'origine d'initiatives qui dynamisent la vie sportive. Leur créativité et leur implication apportent une valeur ajoutée significative. Le bénévolat renforce évidemment la dimension solidaire du sport. En s'impliquant dans des projets à caractère social, il participe activement au développement de nouvelles formes de pratiques sportives inclusives et émancipatrices. Enfin, le bénévolat est un moyen pour chacune et chacun de s'engager activement dans la société et favorise la formation de citoyen·nes actif·ves, solidaires, responsables et émancipé·es. Il est certain que sans les bénévoles, une grande partie du tissu associatif et sportif de nos territoires serait moins riche. Ils représentent un capital humain considérable qui doit être préservé et amplement soutenu. Pour développer le bénévolat et le rendre encore plus attractif, il est nécessaire de lever les obstacles administratifs, de mieux reconnaître et valoriser l'engagement des bénévoles et d'adapter la vie associative aux besoins des nouvelles générations. C'est en combinant ces actions que le bénévolat pourra être renforcé et se pérenniser sur le long terme...

La direction fédérale collégiale FSGT

J'en découvre plus sur **sportetpleinair.fr**

FÉDÉRAUX : DU TENNIS DE TABLE & DU VTT LE MÊME WEEK-END !

Les 25 et 26 octobre derniers, des amateur·rices de ces deux disciplines ont pris part à des épreuves organisées dans les Yvelines et le Pas-de-Calais...

Texte : Antoine Aubry | Illustrations : © Luc Grelaud © Éric Lancien

La FSGT étant une fédération omnisport, elle propose différentes activités physiques et sportives. Toute l'année, ces activités mettent en place de nombreux championnats de France FSGT, et il arrive que des épreuves nationales se déroulent le même week-end. C'est d'ailleurs ce qu'il s'est passé les 25 et 26 octobre derniers, avec l'organisation du fédéral de tennis de table vétérans et du National de VTT.

Commençons tout d'abord par évoquer la compétition de ping-pong. Le Championnat de France FSGT de tennis de table vétérans a été organisé dans les Yvelines par l'ALJL (Amicale laïque des jeunes de Limay). « *Notre club compte 150 pongistes, dont une vingtaine en situation de handicap mental* », précise Serge Jegou, celui qui occupe actuellement la fonction de président à l'ALJL depuis onze ans et qui est également membre de la CFA (commission fédérale de l'activité) à la FSGT. « *Nos effectifs ont progressé d'environ 20% depuis les JOP de Paris 2024, et nous avons dû doubler le nombre de nos entraînements.* » Heureusement, la mairie de Limay met à la disposition de l'ALJL une salle spécifique dans laquelle douze tables de tennis de table sont installées en permanence, ce qui est un luxe pour les clubs proposant cette activité.

C'est dans cette salle et une autre, spécialement ouverte pour l'occasion, que l'association limayenne a accueilli le dernier fédéral vétérans. Au total, les organisatrices et organisateurs ont comptabilisé pas moins de 170 participant·es de 40 ans et plus. « *Ils venaient de toute la France, et les régions Grand Est et Île-de-France étaient particulièrement bien représentées* », détaille Serge Jegou. « *Les joueurs se sont affrontés dans les catégories "simple dames", "simple messieurs", "double dames", "double messieurs" et "doubles mixtes".* »

Les fédéraux de tennis de table FSGT se déroulent en deux temps : une phase de poules et des phases finales.

Et une consolante est toujours organisée en parallèle des phases finales pour les participantes qui n'auraient pas réussi à se qualifier.

« *Des joueurs venant parfois de très loin pour prendre part à ce championnat, nous ne voulons pas qu'ils puissent être éliminés dès la première défaite* », indique Serge Jegou. « *L'objectif est que chacun puisse jouer au minimum cinq matchs dans le week-end.* » Compte tenu de ce format de compétition et du nombre élevé de participantes et participants à Limay, de très nombreuses rencontres - environ un millier, dont 700 durant la journée de samedi - ont eu lieu les 25 et 26 octobre. « *Cela a évidemment donné beaucoup de travail à la vingtaine de bénévoles de l'ALJL, à la CFA tennis de table, au comité des Yvelines et aux arbitres* », note Serge Jegou. « *Mais c'est normal, quand on accueille un championnat de France FSGT, on se doit de le faire correctement.* » Finalement, tout s'est bien passé, et les organisatrices et organisateurs ont eu de très bons retours des participant·es.

Aux côtés de plusieurs élus de Limay, Clémence Beaufrère, chargée de l'activité tennis de table au sein du pôle des activités et culture sportive internationales de la FSGT, a pu assister à des rencontres de qualité. « *Il y a des joueurs de très bon niveau lors de nos championnats* », assure Serge Jegou. « *Et tous s'affrontent toujours dans une superbe ambiance.* » Une soirée festive a d'ailleurs été organisée le samedi soir, et les plus fêtard·es ont pu profiter du passage à l'heure d'hiver pour gagner une heure de sommeil supplémentaire...

À noter que le club hôte est reparti avec cinq titres de champions de France FSGT et douze podiums et que l'association Ping sans frontières était présente lors du week-end. Cette dernière a profité de l'épreuve pour récupérer des revêtements de raquettes qui seront envoyés à des clubs africains qui en manquent...

Le National de VTT FSGT a quant à lui eu lieu dans le Pas-de-Calais.

« *L'organisateur de cet évènement était la SOB (Société olympique de Barlin), avec la collaboration de la municipalité de cette commune et de ses services techniques* », indique Éric Lancien, responsable de la discipline au sein du Cnav (collectif national des activités vélo) de la fédération. « *Il y avait environ une trentaine de bénévoles.* »

Les jours qui ont précédé l'épreuve, la météo n'était pas vraiment du côté des organisateur·rices. Une tempête les a empêché·es de préparer les différents circuits, et les bénévoles ont dû tout mettre en place la veille du championnat. Sous la pluie, évidemment...

Le soleil a heureusement fait son retour

pendant le week-end, et plus de 250 coureuses et coureurs en ont profité. « *Venus d'une quinzaine de comités départementaux, ils ont évolué sur différents circuits selon leur catégorie* », précise Éric Lancien. « *Les plus jeunes, les "moustiques", devaient réaliser deux boucles de 500 m, et les autres, de "minime" à "master", s'affrontaient sur des parcours de 20/30 km.* »

Les courses du samedi ont été plus boueuses et glissantes que celles du dimanche, la faute au mauvais temps des jours précédents, et les circuits comportaient notamment une belle côte ainsi qu'une partie technique dans les bois. « *Mais les participants étaient satisfaits des parcours proposés* », assure Éric Lancien. « *Nous avons pu assister à des épreuves dynamiques et nerveuses du côté des écoles de vélo. Et chez les adultes, il a fallu attendre le dernier tour pour connaitre le vainqueur dans les catégories "espoir" à "junior". C'était vraiment passionnant !* »

Enfin, impossible de pas évoquer l'ambiance qui a régné tout au long du week-end. Lors des courses, mais également autour... « *Le public a joué le jeu et donné de la voix, en particulier les supportrices du comité de Seine-Maritime* », salue Éric Lancien.

Bref, ce National de VTT fut une belle réussite, et le Cnav en est très satisfait. « *Ce championnat a été organisé en moins de six mois* », souligne Éric Lancien. « *Sans le comité du Pas-de-Calais et la SOB, il n'y aurait tout*

simplement pas eu de fédéral cette année. Nous tenons donc à remercier une nouvelle fois les organisateurs et la municipalité de Barlin et donnons rendez-vous en juillet prochain pour l'édition 2026. Le National de VTT aura cette fois lieu dans la Marne. » Entre temps, d'autres fédéraux cyclistes seront organisés : celui de cyclo-cross en janvier, dans le Val-de-Marne, et le National route et contre-la-montre en Côte-d'Or pendant l'été.

« LE FESTIVAL DE LA PETITE ENFANCE : UN FORMIDABLE LABO »

Ayant encore connu un beau succès cette année, cet événement participe au développement des activités enfance à la FSGT…

Propos recueillis par Nicolas Kssis | Illustration : © FSGT

Organisé par le comité des Pyrénées-Atlantiques et l'association FEE (Famille, enfance, éducation), le dernier Festival de la petite enfance a attiré, du 9 au 12 octobre 2025, 7 000 participant·es. Deux membres de l'espace fédéral thématique enfance - Clémence Beaufrère, chargée de développement au sein du pôle des activités et culture sportive internationales, et Marius Hulot, chargé de développement au sein du comité Val-de-Marne - et Valéry Arramon, de la FSGT 64, font le bilan de cette 35e édition.

Quelles étaient les nouveautés de ce Festival de la petite enfance ?

Clémence Beaufrère : Cette année, l'espace sport FSGT s'articulait autour d'une animation organisée sous la forme d'une ruche d'activités. L'idée était d'inviter les enfants à aider un berger à conduire ses moutons jusqu'au sommet du Pic du Midi d'Ossau en réalisant différentes missions.

Marius Hulot : À travers cet univers imaginaire, les enfants ont pu explorer et expérimenter diverses pratiques physiques et sportives.

CB : Une autre nouveauté résidait dans la mise en place d'un espace gymnique dédié à la motricité libre.

Valéry Arramon : Enfin, les temps de formation mutuelle entre animateur·rices ont également constitué un point positif. La présence d'Éric Bernardin, militant de la grimpe FSGT, nous a permis de mieux exploiter notre petite structure d'escalade.

Que retenez-vous de cette édition ?

VA : Je dirais, pour commencer, que les moments conviviaux et culturels - conférences, repas partagés ou encore découvertes locales - ont contribué à renforcer la cohésion du groupe et l'enrichissement collectif.

CB : Je partage ce dernier point. Il faut insister sur la qualité des échanges, permettant de relier théories, pratiques et observations de terrain.

MH : Je mettrais également en avant le cadre de l'hippodrome de Pau, un lieu atypique. Couplé à une belle météo, il a offert un joli décor pour illustrer l'importance du mouvement et du jeu libre dans le développement de l'enfant.

VA : J'ajouterais enfin le rôle fondamental de l'ancrage associatif local, avec l'implication d'une équipe de bénévoles, notamment ceux de l'Association parentale nautique et d'éveil de l'enfant et de FEE, chevilles ouvrières du festival.

Pourquoi la FSGT s'investit dans cet événement ?

CB : Participer au festival, c'est favoriser la rencontre entre comités et clubs de toute la France, mutualiser les savoirs et savoir-faire, et impulser des dynamiques autour des activités enfance, petite enfance et parents-enfants. Cette présence permet de rendre visible la FSGT auprès d'un large public et de professionnel·les.

MH : Pour les membres de la fédération investis dans ces thématiques, le festival constitue en effet un temps fort de réflexions et d'échanges sur le développement des activités. On y privilégie une approche pédagogique adaptée aux 0-6 ans et pensée pour évoluer au rythme des nouvelles générations de parents et des transformations des pratiques éducatives.

VA : Le festival constitue, de fait, un formidable laboratoire pour expérimenter.

Comment voyez-vous la suite ?

CB : Plusieurs pistes de travail ont émergé. Par exemple la création d'outils communs (kits d'animation et supports pédagogiques). Et, à plus long terme, continuer de faire vivre un projet national autour des activités de la petite enfance à la FSGT, en s'appuyant sur le festival de Pau comme référence.

MH : Nous avons aussi évoqué la possibilité de valoriser le contenu de cette manifestation en y proposant une session de brevet fédéral multi-activités - option petite enfance. Le festival pourrait enfin être « modélisé » afin de se décliner sur d'autres régions, notamment en Île-de-France, où l'activité petite enfance FSGT se développe fortement.

APNÉE UTILE !

Portrait de Team oxygen, un club FSGT associant sport populaire et écologie.

Texte : Nicolas Kssis | Illustration : © Team oxygen

« *Team oxygen est une association d'apnéistes engagées pour la préservation et l'exploration du milieu marin sur la Côte Bleue et dans l'étang de Berre.* » Voici comment le club marseillais se présente sur son site Internet. Et Coralie Tripier, vice-présidente de Team oxygen, nous en dit un peu plus : « *Nous sommes une association éco-engagée, fondée voici quatre ans, avec une pratique responsable pour mieux prendre soin de soi, des autres et de la mer. Un club adepte d'une pratique écologique et bienveillante, qui propose une apnée accessible à toutes et tous.* »
« *Nous voyons l'apnée comme un art de vivre pour apprendre à mieux se connaître, se reconnecter à soi, à la mer et trouver un meilleur équilibre au quotidien* », lit-on également sur le site de Team oxygen. « *Cette pratique mélange activités physiques, respiration, méditation, hygiène de vie et alimentaire.* »
Autre dimension essentielle : l'importance de la vie associative. « *Tout le monde est bénévole* », insiste Coralie Tripier. Mais toujours en respectant les contraintes de sécurité qu'implique ce sport… Ainsi les encadrant·es sont toutes et tous formé·es, titulaires d'un Brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport (apnée) ou d'un brevet encadrant·e apnée FSGT de niveau 2, et ont naturellement suivi une formation de secourisme.
Dans cette perspective, « *l'affiliation à la FSGT nous semblait couler de source* », assure Coralie. « *C'était aussi l'opportunité d'être inscrits dans une fédération multisports afin de pouvoir collaborer avec d'autres activités.* »
La structure compte aujourd'hui 74 membres, dont 50% de femmes. « *Il s'agit d'un choix fort, inscrit explicitement dans nos statuts* », décrypte Coralie Tripier. « *L'apnée étant plutôt un sport masculin, nous souhaitons une mixité paritaire. On fait attendre les inscriptions d'hommes si un déséquilibre se produit.* »

Au quotidien, c'est la préoccupation écologique qui s'impose au sein de Team oxygen. Et l'enjeu est de taille…

L'apnée, surtout en milieu naturel, se confronte directement à cet enjeu de société et interpelle de fait celles et ceux qui s'y adonnent. Un éveil qui exige, en retour, des réponses tangibles. « *Nous cherchons donc à promouvoir une pratique de l'apnée douce pour l'environnement* », indique Coralie Tripier. Team oxygen met ainsi un point d'honneur à ne pas endommager les fonds marins lors de ses sorties.
Dans le même état d'esprit, le club ne s'adonne pas à la pêche sous-marine, et « *nous partons autant que possible à l'eau depuis la côte, sans bateau, afin d'éviter la pollution sonore et l'utilisation de carburant* », continue Coralie Tripier.
Ce positionnement conduit également à privilégier une pratique locale toute l'année. L'objectif est d'éviter les déplacements à l'autre bout du monde, avec leur contrecoup sur l'empreinte carbone, et c'est également l'occasion de découvrir le plaisir des sorties hivernales, une période durant laquelle touristes et bateaux sont beaucoup moins nombreux.
Parmi les actions les plus significatives de Team oxygen, impossible de ne pas évoquer l'opération « Sentinelle ».
« *Pendant une semaine, nous effectuons des plongées collectives pour nettoyer les fonds marins* », raconte Coralie Tripier. Chaque année, le club récupère des centaines de bouteilles et de canettes, mais également des pneus, du métal et des batteries… À noter que cette initiative se prolonge lors de soirées de sensibilisation en compagnie d'autres associations ou auprès de lycéen·nes.
En 2025, les plongeurs et plongeuses de Team oxygen ont remonté près de 2,2 tonnes de déchets de la Méditerranée.
« *Il ne s'agit pas juste de ramasser des déchets* », insiste Coralie Tripier. « *Nous effectuons le décompte précis des déchets, faisons remonter les données aux associations de protection de l'environnement, ainsi qu'aux pouvoirs publics, en espérant que cela provoque une prise de conscience et des actions plus vastes face à l'ampleur de la pollution…* »

« LA PLONGÉE FSGT ACCUEILLE TOUT LE MONDE »

Trois membres de la CFA subaquatiques reviennent sur la philosophie de la commission fédérale et les actions qu'elle mène.

Propos recueillis par Thomas Valle | Illustration : © Commission environnement subaquatique (CFA activités subaquatiques)

Que proposent les pratiques subaquatiques FSGT ?

Virginie Billy, au nom de la coordination de la CFA (commission fédérale d'activités) : Chaque année, nous organisons des formations techniques - en plongée, en apnée, en secourisme nautique, en plongée enfants, pour les plongeurs en situation de handicap et en plongée avec mélanges de gaz - à destination de la centaine de clubs subaquatiques et les 4 000 que compte la fédération. La CFA développe également la préservation de l'environnement, l'entretien du matériel sous pression et les moyens de retour d'expériences et d'analyse des incidents. En revanche, nous n'organisons pas de compétitions de plongée, car cette pratique nécessite de limiter ses efforts pour éviter les risques. Si l'entrainement sans matériel d'assistance ventilatoire permet l'existence de compétitions d'apnée, elles sont, à ce jour, mises en place en dehors de notre fédération.

Quelles sont les principales difficultés rencontrées par les activités subaquatiques FSGT ?

Virginie Billy : Un sondage à ce sujet a été réalisé à ce sujet en 2023. Il a mis en évidence des difficultés au niveau du partage (des moyens techniques et des pratiques) entre les clubs, de la transmission d'informations depuis la CFA et des échanges avec les comités/ligues afin de développer les pratiques et l'animation de leurs groupes de plongeurs. Vanessa Lefevre, responsable de la commission environnement subaquatique, constate aussi qu'il est difficile de promouvoir des animations locales en lien avec la préservation et la connaissance de l'environnement et de mettre en place de nouvelles initiatives sur tout le territoire pour réduire l'empreinte carbone liée aux

2024, un plongeur FSGT découvre les fonds de la Méditerranée...

transports. Nous souhaitons donc déployer tous les moyens et les outils possibles pour partager toutes les activités et les initiatives de nos clubs. Le but est de mieux les faire connaitre.

La formation est la mission principale de la CFA. Comment se déroule-t-elle ?

Virginie Billy : Concernant la formation, la commission porte, au travers de ses clubs, les valeurs suivantes : l'accueil de tous - y compris les plongeurs formés à l'étranger, en reconnaissant leurs cursus - et l'autonomie selon le rythme de chacun, plutôt que de retenir les pratiquants dans un mode de plongée encadré. La CFA met également en place l'évaluation continue, permettant d'acquérir un brevet d'une façon souple et adaptée aux différents rythmes d'apprentissage, la valorisation de l'expérience lors des plongées, uniquement en milieu naturel, pour tous les brevets et la mise en situation réelle pour l'encadrement de plongeurs. Les formations d'encadrants, qui impliquent la réalisation de stages fédéraux pédagogiques spécifiques, s'effectuent par exemple en dehors de toutes situations artificiellement créées par un jury.

Comment fonctionne un club au quotidien lorsqu'il n'est pas à proximité de l'océan ?

Virginie Billy : Les clubs loin des mers sont appelés « clubs de l'intérieur ». Chaque semaine, ils proposent plusieurs séances en piscine et en fosse de 20m pour faire des entrainements par groupe de niveau et avec des thèmes différents (exercices, jeux, cours en salle, etc.). Il s'agit aussi de créer du lien au travers d'une passion commune. Par exemple en impliquant des volontaires dans la tenue de différents postes d'animation : gestion des inscriptions, organisation des sorties en mer, entretien du matériel, communication, mise en place d'évènements festifs...

Les activités subaquatiques sont directement confrontées à la pollution et aux effets du dérèglement climatique. Quelles sont les actions menées par la FSGT à ce sujet ?

Vanessa Lefevre, responsable de la commission environnement subaquatique : La FSGT dispose d'une charte écoresponsable, et des connaissances sur le respect de l'environnement sont intégrées aux formations des plongeurs et des encadrants. Pour les structures qui pratiquent l'activité en milieu naturel, la plus grande vigilance est demandée sur le recyclage des déchets et, pour celles possédant des bateaux, sur les produits utilisés lors de leur entretien et l'évacuation des eaux usées. L'utilisation de matériels et d'ustensiles réutilisables est à toujours privilégier. De plus en plus de clubs associent la pratique de la plongée à des projets de connaissance, de surveillance et de préservation de la biodiversité. Soit lors de leur pratique interne, soit autour de projets collectifs avec d'autres acteurs (associations, collectivités locales, etc.). Ainsi, des adhérents FSGT se trouvent impliqués dans des suivis d'espèces, des restaurations d'habitats, des études de laisse de mer ou encore du ramassage de déchets [à ce sujet, rendez-vous p.7]...

Quelles actions sont mises en place au sein de la FSGT pour rendre la plongée plus inclusive ?

Pierre Bouyges, responsable de la commission handisub : Nous formons chaque année des dizaines d'animateurs afin de doter les clubs de formations adaptées aux personnes en situation de handicap. On profite aussi des initiatives nationales, comme le Téléthon, pour organiser des baptêmes de plongée pour tous. Enfin, il y a également de la pratique partagée, lors de laquelle des personnes en situation de handicap évoluent avec des personnes valides.

Les activités subaquatiques FSGT s'organisent aujourd'hui essentiellement au niveau local, et il n'y a pas de rassemblement fédéral. Est-ce un frein pour leur développement ?

Virginie Billy : Hormis les stages de formation de moniteur fédéral et de formateur, la CFA ne propose effectivement pas de rassemblement national, principalement dû au fait qu'il n'y a pas de compétitions dans nos pratiques. Dans ce contexte, les assemblées nationales des activités FSGT prennent tout leur sens pour rassembler les clubs, et la CFA en prépare d'ailleurs une pour 2027.

« Concernant la formation, la commission porte, au travers de ses clubs, les valeurs suivantes : l'accueil de tous - y compris les plongeurs formés à l'étranger, en reconnaissant leurs cursus - et l'autonomie selon le rythme de chacun, plutôt que de retenir les pratiquants dans un mode de plongée encadré. »

Virginie Billy

Le prochain salon de la plongée sera organisé à Paris en janvier 2026, et, comme chaque année, la CFA y prendra part. Pouvez-vous nous dire pourquoi vous participez à cet événement ?

Virginie Billy : Le salon de la plongée est ouvert avant tout aux plongeurs : il est très orienté loisirs et vacances et, dans une moindre mesure, présente les stands de diverses pratiques et cursus de formations de plongée. Néanmoins, les organismes professionnels et fédérations subaquatiques, comme la FSGT, sont toujours sur place. Avoir un stand lors du salon, c'est l'occasion d'échanger avec le public, souvent sur des sujets d'équivalences et de passerelles entre les brevets des différents organismes. Nous recevons également la visite de nombreux plongeurs de clubs FSGT et leurs représentants. Ce contact direct fait vraiment plaisir et rebooste pour avoir envie de faire mieux !

UNE AFC 2025 PARTICULIÈREMENT RICHE

Organisée à Paris les 14 et 15 novembre derniers, la dernière assemblée fédérale des comités a permis de traiter de nombreuses problématiques.

Texte : La Rédaction | Illustration : © Nicolas Gérard

Proposée par le PVAF (pôle vie associative fédérée) et la DFC (direction fédérale collégiale), l'AFC (assemblée fédérale des comités) constitue toujours le premier temps institutionnel de la saison à la FSGT. Pendant un jour et demi, cet événement annuel mobilise des responsables de la fédération, bénévoles et/ou salarié·es, impliqué·es dans les structures territoriales que sont les comités et les ligues, les pôles, les domaines et les services du siège fédéral, les espaces fédéraux thématiques ou encore les commissions fédérales d'activités.
« *Le principal objectif de l'AFC est de permettre aux militantes et militants présent·es de partager leurs expériences et leurs projets et de croiser des informations et des analyses sur le contexte national et les dynamiques territoriales en œuvre à la FSGT* », explique Cathy Denis, coordinatrice du PVAF.
« *Elle ne doit pas être confondue avec l'AG, un temps fort institutionnel prévu par les statuts de la fédération et qui définit, oriente et contrôle sa politique générale.* »
La dernière AFC s'est tenue à Paris, les 14 et 15 novembre derniers, en présence des responsables de 22 comités départementaux et de cinq ligues régionales ou comités régionaux. Le siège fédéral était aussi très bien représenté par de nombreux salarié·es et bénévoles.

Coconstruits avec ces dernier·ères et la DFC, et en tenant compte des problématiques fédérales et locales, les sujets proposés lors de l'AFC étaient variés.

« *Après des échanges sur le contexte national et les dynamiques de reprise de saison des comités sur leurs territoires, le maillage territorial et l'ancrage institutionnel de la FSGT ont été au cœur des travaux* », précise Timothée Brun, gestionnaire de projets au sein du PVAF. « *Avec les élections municipales 2026 en ligne de mire, les participantes et participants ont également pu échanger avec l'Association nationale des élus en charge du sport pour alimenter leurs réflexions dans la coconstruction de la stratégie de la fédération à ce sujet.* »
Une intervention de Natacha Mouton Levreay, vice-présidente de l'Ufolep, a ouvert des discussions sur le développement de la FSGT dans les territoires et les réflexions sur les besoins des

structures pour faire fédération. Le programme de ces deux jours alternait d'ailleurs entre temps d'échanges en plénière et séquences de travail en groupes, permettant à chaque participante et participant de s'exprimer librement.
« *Des temps d'informations et d'échanges sur la vente du siège fédéral, sur l'identité visuelle de la FSGT, sur l'exécution budgétaire 2025/2026 et la rénovation du modèle économique ont aussi été mis en place* », poursuit Cathy Denis. « *Enfin, la remise des diplômes du dernier brevet fédéral de responsables associatifves et le lancement d'une nouvelle promotion et des modules de formation complémentaire ont conclu l'AFC.* »
Le PVAF assure être « *satisfait de cette édition 2025. Le maillage territorial fait partie des priorités du pôle et l'assemblée va permettre d'outiller les comités et les ligues sur la base des besoins identifiés. Elle a également permis de lancer une démarche de travail avec les comités/ligues et les clubs affiliés pour la coconstruction d'un plaidoyer FSGT pour aller vers les élections municipales 2026. La fédération va pouvoir pleinement jouer son rôle de porte-voix du sport populaire...* »

SKIEZ MOINS CHER

La FSGT obtient des conventions de partenariat avec les remontées mécaniques des stations de ski (ci-dessous au 1er décembre 2025).

ALPES-DE-HAUTE-PROVENCE
- Chabanon
- La Foux d'Allos
- Pra Loup - Seignus

ALPES-MARITIMES
- Auron
- Colmiane
- Gréolières-les-Neiges et l'Audibergue
- Isola 2000
- Roubion
- Valberg

CANTAL
- Le Lioran

HAUTES-ALPES
- Abriès
- Aiguilles
- Ancelle
- Arvieux
- Ceillac
- Champsaur
- Le Dévoluy
- Les Orres
- Molines-Saint-Véran
- Mongenèvre
- Orcières - Merlette
- Puy-Saint-Vincent
- Réallon
- Risoul
- Ristolas
- Vars

HAUTES-PYRÉNÉES
- Font-Romeu Saint-Lary
- Peyragudes
- Val Louron

HAUTE-SAVOIE
- Hirmentaz-Bellevaux
- Manigod
- Val d'Arly

ISÈRE
- L'Alpe d'Huez
- Lans-en-Vercors
- Les Deux Alpes

SAVOIE
- Grand domaine
- Les Karellis
- Saint-François Longchamps - Grand domaine
- Espace Diamant

VOSGES
- La Bresse - Hohneck

Une réduction s'obtient sur présentation de votre licence, avec contremarque (se renseigner auprès du comité départemental concerné) ou avec un code promotionnel. Vous pouvez consulter le détail des réductions sur fsgt.org.

www.fsgt.org

PLONGÉE DANS LE PASSÉ...

La FSGT a contribué au développement de la plongée sous-marine. Un rôle spécifique qui a fini par lui garantir la reconnaissance des pouvoirs publics.

Texte : Nicolas Kssis | Illustrations : © FSGT

L'humanité n'a pas toujours regardé que vers les étoiles. Elle a également désiré explorer les merveilles cachées sous la surface des mers et des océans, la curiosité l'emportant toujours sur la crainte des monstres des profondeurs. Afin de dépasser les limites imposées par l'apnée, les tentatives et les expérimentations s'avérèrent nombreuses au fil de l'histoire. Aristote compare ainsi les dispositifs respiratoires utilisés par des plongeurs à une trompe d'éléphant. En 325 avant JC, Alexandre le Grand essaya d'employer une cloche de plongée dénommée Colympha, sans grand succès. Au 16e siècle, Léonard de Vinci esquissa plus intelligemment le premier tuba. Toutefois, la véritable bascule se produisit avec l'invention du scaphandrier au 20e siècle et sa commercialisation hors du champ militaire ou utilitaire à partir de 1946.

À cette époque, la FSGT est alors en pleine reconstruction. Pourtant, malgré un coût onéreux et des impératifs techniques (un apprentissage minimum, l'obtention d'un brevet...), elle s'empare de cette nouvelle activité. Dès 1948, un premier club naît du côté de Marseille.

Plusieurs obstacles se dressaient néanmoins devant la diffusion de ce sport si singulier au-delà d'un cercle de passionné·es, plus ou moins fortuné·es ou célèbres (on songe évidemment à Jean-Jacques Cousteau).

1971, démarrage des activités subaquatiques en piscine dans les Bouches-du-Rhône.

1984, baptême de plongée à Bagnolet (Seine-Saint-Denis).

Il s'est donc rapidement imposé, à l'instar de l'escalade qui s'invitera dans les villes, de développer la pratique en dehors de ses milieux naturels pour construire une véritable audience populaire.

L'implantation de la plongée en région parisienne, à partir de la fin des années 1960, constitua, de ce fait, une étape importante qui s'appuya essentiellement sur de grands clubs omnisports - à Bagneux puis Montreuil, Bagnolet ou encore Vitry-sur-Seine - et sur de gros clubs corporatifs reposant sur des comités d'entreprise dynamiques et solides économiquement (Caso Sud-Aviation, Thomson radar, Dassault sport...).
L'aventure du Red star club de Montreuil affichait, de ce point de vue, des allures quasi-romanesques. « *Le Stade nautique Maurice Thorez fut créé (en 1967), pour l'équipe de France de plongeon* », nous racontait *Sport et plein air* en 2011. « *Des plongeoirs jusqu'à dix mètres de haut, une profondeur de six mètres sous l'eau, luxe rarissime, des volumes qui évoquent plus un centre de loisirs géant qu'un bassin de quartier... Un écrin dans lequel les plongeurs (ceux avec masques et bouteilles) n'avaient pourtant pas droit de cité.* »
Pourtant, continue la revue, « *la légende raconte qu'en mai 1968, la grève des agents d'entretien allait permettre à toute une flore d'algues de se développer au fond de l'eau. Et ce furent les plongeurs qui nettoyèrent la piscine, y gagnant ainsi leur place.* »
Il restait à donner un sens à la plongée FSGT en plein essor. En 1981, *Sport et plein air* en énonçait clairement l'enjeu : « *parvenir à en faire une activité plus accessible, plus populaire* ».
L'une des priorités se focalisa d'abord sur la formation et, en conséquence, la reconnaissance officielle de l'expérience de ses clubs, socle indispensable pour mener ensuite une politique autonome et spécifique. Une victoire obtenue en 1982. La FSGT devint, en dehors naturellement de la Fédération française d'études et de sports sous-marins, la seule fédération habilitée à délivrer des brevets de plongée (pratiquant·es et encadrant·es) en France.
Toutefois, au-delà de la bénédiction institutionnelle, le sport populaire tenait à cultiver son originalité, insistant, dans le respect des règles de sécurité, sur l'autonomie du plongeur ou de la plongeuse, ainsi que sur l'importance de la vie associative et du bénévolat. Et cette démocratisation ne s'effectua pas sans embûches sociétales ni obstacles internes...

Fidèle à ses valeurs, la plongée FSGT s'est aussi très tôt interrogée sur les spécificités du public visé ou touché, et notamment les enfants.

En 1997 dans *Sport et plein air*, Jean Charpentier, de l'Entente sportive de Vitry-sur-Seine, se rappelait les premières discussions à ce sujet alors que « *seuls quelques enfants de plongeurs suivaient des cours peu adaptés et le matériel (masque, tuba, combinaison) l'était encore moins, aucun constructeur ne s'était penché sur cette question* ».
La commission sportive fédérale de l'activité décida de marquer sa différence. De la sorte, alors que la fédération délégataire, invoquant des raisons médicales, décidait de fixer l'autorisation à partir de huit ans, la FSGT n'imposa aucune limite. « *La découverte de la plongée par un enfant motivé, quel que soit son âge, est un moyen merveilleux de découverte de son propre corps et du monde aquatique* », précisait Jean Charpentier en 1997. « *À tous les acteurs de cette nouvelle discipline d'inventer des méthodes et les moyens appropriés aux enfants d'âge et de développement psychomoteur variés.* »

Le positionnement fédéral n'était néanmoins ni figé ni sectaire. Pour preuve, le rapprochement avec la structure commerciale Padi (Professional association of diving instructors), la plus grande organisation internationale de formation à la plongée sous-marine de loisir, afin de rendre l'approche de la fédération « *en cohérence avec les logiques de la plongée mondiale* », de « *permettre une meilleure reconnaissance de ses plongeurs à l'étranger* » et de « *recevoir facilement les plongeurs du monde entier en faisant valoir ses différences pédagogiques et les spécificités de ses qualifications* » (communiqué FSGT 2012).
La plongée fut confrontée, rétrospectivement, à un certain nombre de problématiques, désormais d'une actualité brûlante. D'abord, la façon dont une activité de nature peut et doit respecter son environnement. Ensuite, la manière dont l'essor du loisir peut servir de support et, paradoxalement, favoriser la commercialisation de l'activité au détriment de l'associatif.
Autant de questions qui ne doivent pas faire oublier à quel point le sport populaire a contribué au développement de cette discipline dans notre pays, elle qui compte aujourd'hui plusieurs centaines de milliers de plongeur·ses. Une petite précision pour toutes celles et tous ceux qui doutent (encore) de l'utilité de la FSGT dans le sport français.

1979, initiation à la plongée à Ivry-sur-Seine (Val-de-Marne).

LE PLONGEON DANS L'INCONNU...

Essentielles pour l'apprentissage de la nage et la pratique associative, les piscines publiques sont pourtant menacées...

Texte : Nicolas Kssis | Illustration : © Red star diving Montreuil

Les piscines publiques sont également importantes pour nombre de clubs de plongée populaire...

Qui se souvient de ce petit frisson lorsque l'on entrait dans l'eau de la piscine municipale pendant l'hiver 2022 ? En raison de la crise énergétique provoquée par l'invasion de l'Ukraine, un certain nombre de communes - environ 70 %, selon le ministère des sports cité par BFM en février 2023 - avaient en effet décidé de baisser la température des bassins pour alléger leur facture énergétique...

Aujourd'hui, si l'on reste sur le versant financier, la situation n'est clairement pas en train de s'améliorer. Le site *Les Décideurs du sport* annonçait en effet, dans un article de novembre 2025, la future suppression de l'accès régulé à l'électricité nucléaire historique pour les collectivités. « *Cette évolution, au cœur d'un débat entre régulation publique et libéralisation du marché menace directement les piscines municipales, considérées parfois à tort parmi les équipements les plus énergivores du patrimoine local* », précisait le média.

Ces restrictions, tangibles en termes de confort, éclairent la fragilité de ce service public, notamment sur le plan économique. L'accès à un bassin se révèle essentiel pour favoriser l'apprentissage de la nage, en particulier pour les enfants. Or une enquête du Syndicat national d'éducation physique, datée de juin 2025, notait que près de 15 % des établissements scolaires n'ont pas accès à une piscine. Résultat, dans les 751 zones urbaines sensibles, qui réunissent 4,4 millions d'habitant·es, la moitié des filles et des garçons entrant en 6e ne savent pas nager.

Le maintien de ce service public est donc réellement menacé, alors que les offres privées (15 % des bassins à usage collectif) se multiplient, source d'inégalité dans l'accès aux plans d'eau.

Le cas le plus emblématique reste celui de la piscine Molitor. Si elle est la propriété de la ville de Paris, cette dernière a cédé son bail d'exploitation au fonds d'investissement Colony capital jusqu'en 2062 en échange de sa rénovation. Il faut aujourd'hui débourser 180 euros pour une simple visite en journée... Ce constat a conduit les deux nageurs médaillés olympiques, Florent Manaudou et Alain Bernard, à publier une tribune dans *Le Parisien* en août dernier. Jugeant que « *la situation des piscines publiques en France est préoccupante* », ces dignes représentants du succès de la natation française ne sont pas dupes concernant l'héritage des JOP de Paris 2024, avec quelques réemplois symboliques de piscines construites pour l'occasion, et affirment qu'il « *est temps d'initier un nouveau plan national "Mille piscines"* ». L'urgence est en effet indiscutable : en 2025, les bassins de l'Hexagone affichent une moyenne d'âge de 40 ans, et 40 % des centres aquatiques ont été construits avant 1975.

Pour mémoire, le plan « Mille piscines », lancé dans les années 1970, avait en partie permis à notre pays de rattraper un cruel retard sur ses voisins. Comme le rappelait la journaliste Adèle Cailleteau, dans un article paru dans *Mediapart* en août 2025, cette politique d'envergure a surtout pris le visage des fameuses piscines Tournesol : « *Partout en France, des milliers de personnes ont appris à nager grâce à l'une des 183 piscines Tournesol, construites entre 1973 et 1984 dans des quartiers périurbains ou des communes rurales. Leur paternité revient à l'architecte Bernard Schoeller qui a conçu ce modèle préfabriqué en usine à 80 %.* » Ces constructions sont devenues un classique des paysages citadins avec « *son signe distinctif : une coupole découvrable au look futuriste typique des années 1970, entre tournesol, champignon et vaisseau spatial* ».

Aujourd'hui, afin de relancer une telle initiative, alors que la République a depuis pris le tournant de la décentralisation, il s'imposerait de conjuguer une aide financière ciblée de l'État avec un effort significatif des collectivités (régions, départements, intercommunalités, communes). Or rien de tel n'apparaît dans les intentions actuelles des différents acteurs concernés, encore moins dans la loi de finances 2026.

« *Il ne s'agit pas de financer des équipements de luxe ou dispendieux* », assurent pourtant Florent Manaudou et Alain Bernard dans leur tribune, « *mais de construire le juste besoin répondant aux attentes des territoires carencés. À l'instar des piscines Tournesol ou Caneton de l'époque, il existe aujourd'hui de nouveaux modèles, sobres en énergie et tournés vers l'apprentissage. Des modèles innovants permettant de diminuer de manière importante les coûts d'investissement et d'exploitation.* »

Les retours du terrain et des acteurs associatifs, malheureusement moins écoutés, confirment le diagnostic de nos héros aquatiques nationaux.

En septembre dernier, *Le Parisien* notait que, juste après les JOP de Paris 2024, la Seine-Saint-Denis affichait seulement 60 m² de lignes d'eau pour 10 000 habitants.

Or « *on estime qu'il faudrait 100 m² pour 10 000 habitants afin d'avoir un impact significatif sur l'apprentissage de la nage et la pratique en club* », soulignait Clément Rémond - coprésident de la FSGT 93, mobilisée depuis longtemps contre cette carence dans un département jeune et populaire - dans le même article. Et si les clubs de natation dépendent de ce type d'équipement, les clubs de plongée également...

Certes, la France compte encore des milliers de piscines municipales, mais les difficultés économiques actuelles pesant sur les collectivités, cumulées avec le vieillissement des installations, provoquent un accroissement des inégalités territoriales. Et elles ne concernent plus seulement les zones périurbaines... En août dernier, *Mediapart* citait le cas de Saint-Sulpice-la-Pointe - dans le Tarn, département encore très rural - où la majorité municipale (Renaissance) a « *décidé la fermeture définitive de sa piscine, en janvier 2025* ». Le maire, Raphaël Bernardin, justifiait cette décision par le contexte financier national, la hausse des prix de l'énergie et la vétusté d'un équipement inauguré en 1972.

« *Dans la commune, l'annonce de la fermeture a d'abord fait réagir les jeunes mères fréquentant le "baby-plouf", un créneau dédié aux enfants de moins de trois ans pour les familiariser avec l'eau* », pouvait-on lire dans l'article. « *C'est un soutien à la parentalité important* », témoignait l'une d'entre elles. « *La piscine m'a permis de rencontrer beaucoup de personnes ici.* »

Au total, pas moins huit bassins ont été fermés autour de Saint-Sulpice-la-Pointe au cours des cinq dernières années. Les conséquences de ce désert aquatique en train de se constituer pourront se révéler dramatiques, notamment pendant la période estivale. Les dernières données publiées par Santé publique France indiquent une augmentation alarmante des noyades - plus de 41 %, du 16 juillet au 15 août 2024, par rapport à 2023 -, et les enfants de moins de six ans représentent plus d'un quart des victimes...

PLONGEZ EN TOUTE SÉCURITÉ !

La plongée sous-marine est une aventure sportive fascinante. Cependant, cette activité exige prudence, rigueur et maîtrise des risques...

Texte : La Rédaction | Illustrations : © Nicolas Gérard

En France, la plongée avec bouteille dans une structure associative ou professionnelle est très réglementée. Il est indispensable de présenter, sauf pour un simple baptême, un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique datant de moins d'un an, et la délivrance de brevets par la FSGT et la Fédération française d'études et de sports sous-marins détermine le cadre des sorties. Si des certifications permettent à des palanquées (groupes des plongeur·ses) d'être encadré·es par des guides ou des moniteur·trices s'occupant de tout, les clubs FSGT favorisent les cursus tendant vers l'autonomie. Avant chaque sortie organisée, le directeur ou la directrice de plongée d'une association doit tenir compte des brevets et de l'expérience des pratiquant·es afin qu'ils/elles puissent plonger en toute sécurité. Il/elle doit notamment pouvoir répondre à toutes leurs questions.
La température de l'eau, la visibilité et la force du courant varient considérablement d'un site de plongée à l'autre, et il est impératif d'en tenir compte avant chaque immersion. Les milieux froids, avec des eaux inférieures à douze degrés, ou les plongées souterraines et spéléologiques, exigent d'ailleurs des compétences spécifiques et un matériel particulier, comme des combinaisons étanches ou des formations spécialisées.

Pour plonger en sécurité, la commission fédérale d'activités subaquatiques de la FSGT a produit une affiche. Retrouvez-là en scannant ce QR-Code et scotchez-là dans les locaux de votre club de plongée !

Le cadre strict de la plongée ne se limite pas à la maîtrise des paramètres techniques.

Elle comporte également des risques qui peuvent entraîner des conséquences graves pour la santé. Ces risques peuvent être regroupés en quatre grandes catégories et la première d'entre elles regroupe les accidents barotraumatiques.
Le barotraumatisme de l'oreille ou des sinus résulte d'une mauvaise égalisation des pressions pendant la descente ou la remontée, provoquant douleurs, vertiges, saignements ou même rupture du tympan. C'est l'accident le plus fréquent en plongée, et il touche même des plongeur·ses autonomes expérimenté·es. Pour limiter ces désagréments, il est recommandé de descendre lentement et d'utiliser des manœuvres d'équilibrage comme celle de Valsalva. Elle consiste à pincer le nez, fermer la bouche et souffler doucement sans laisser l'air s'échapper. Il est conseillé de ne jamais plonger en cas de rhume, car la pression ne s'égalise plus à cause de l'inflammation des tissus de la sphère ORL.
La suppression pulmonaire, autre accident barotraumatique, survient lors d'une remontée trop rapide sans expiration. Elle peut provoquer une embolie gazeuse, un pneumothorax ou un emphysème médiastinal (présence anormale d'air ou de gaz au centre de la poitrine). Pour l'éviter, il est essentiel de ne jamais bloquer sa respiration et de respecter une vitesse de remontée maximale de quinze mètres par minute. Votre ordinateur de plongée vous avertit lorsque vous remontez trop vite, prêtez-y donc une attention particulière.
Les accidents liés aux gaz respirés représentent une autre catégorie de risques. La narcose à l'azote, qui se manifeste généralement à partir de trente mètres de profondeur, est provoquée par l'effet anesthésiant de l'azote et suscite euphorie, perte de jugement, lenteur et désorientation. La prévention repose sur une descente lente, une communication fréquente avec les membres de sa palanquée et une planification commune pour se donner des points de repère à respecter (consommation, temps, palier, profondeur).
L'intoxication à l'oxygène, ou hyperoxie, survient lorsque la pression partielle d'oxygène est trop élevée. Respecter les limites de profondeur adaptées au mélange respiratoire est primordial pour éviter les convulsions ou une perte de conscience et la noyade qui peut en résulter. La plongée à l'air (sans mélange) est justement limitée à 60 mètres en France pour ne pas atteindre cette pression partielle trop élevée. Si la plongée Nitrox, utilisant de l'air enrichi à l'oxygène, permet d'effectuer des plongées loisir fréquentes moins fatigantes pour l'organisme, il faut néanmoins respecter la limite de profondeur correspondant au mélange.
Entraînant les mêmes risques, l'hypoxie résulte d'un manque d'oxygène causé par une panne d'air ou d'une mauvaise gestion du mélange en plongée technique au-delà de 40 mètres. La vigilance passe par une planification rigoureuse avant de plonger et le respect de cette planification par la palanquée sous l'eau.
Enfin, les accidents de désaturation apparaissent lorsque la remontée est trop rapide ou que les paliers ne sont pas respectés, provoquant la formation de bulles dans les tissus. Ils se manifestent par des douleurs articulaires, des troubles neurologiques, voire la paralysie ou la mort. La prévention repose sur le respect strict des procédures de désaturation, l'usage d'un ordinateur de plongée, une bonne hygiène de vie, une hydratation suffisante et l'absence d'effort pendant et après une plongée. L'alcool est évidemment à proscrire les heures qui précèdent une sortie et celles qui les suivent. N'oublions pas non plus les effets au niveau cardiovasculaire. Le stress lié à la profondeur ou à la durée d'une plongée peuvent

La Réunion, 2023. Un plongeur s'exerce à la manœuvre de Valsalva avant une plongée.

engendrer une forte fatigue et accentuer les risques chez les personnes présentant des problèmes cardiaques ou une hypertension non contrôlée.
Certains accidents sont liés à l'environnement et/ou à des facteurs humains et organisationnels, mais il est toujours possible de limiter les risques. Comme cela est précisé tout au long de cet article, les différents incidents peuvent être prévenus en réalisant toujours une préparation minutieuse du matériel, en possédant un équipement adapté, en étant bien formé·e, en ayant une bonne condition physique, en respectant strictement les consignes de sécurité et en plongeant en palanquée.

De plus, il faut rappeler que la plongée sous-marine offre de nombreux bienfaits physiques et mentaux.

Elle favorise le renforcement musculaire en sollicitant l'ensemble des muscles, des bras et des épaules aux abdominaux, fessiers et cuisses. La plongée stimule également le système cardiovasculaire, tout en épargnant les articulations, car elle se pratique sans impact. Selon les conditions, une sortie de quarante-cinq minutes peut brûler entre 450 et 500 calories, l'équivalent d'une course à pied modérée.
Et surtout, la plongée détend. L'immersion dans un univers silencieux et dépaysant favorise le lâcher-prise et l'émerveillement face à la nature, parfois accompagnée d'une prise de conscience écologique. Apprendre à maîtriser sa respiration constitue également un excellent outil anti-stress, dont les effets sont largement reconnus. Alors n'hésitez plus à plonger, mais en toute sécurité.

SOUS LA SURFACE, UN VÉRITABLE ENCADREMENT JURIDIQUE

La plongée sous-marine est l'une des disciplines les plus strictement encadrées par le droit français...

Texte : Ahmadou Tidiane Ly, juriste en droit du sport

La France est une nation de plongeurs et plongeuses. Des côtes méditerranéennes à la Bretagne, en passant par les eaux d'Outre-mer, la pratique compte des dizaines de milliers de passionné·es. Mais derrière l'apparente simplicité d'une sortie en mer se cache une machinerie réglementaire redoutablement précise et fondée sur le code du sport et le code du travail. Ces textes établissent un véritable droit de la plongée, garantissant la sécurité des pratiquant·es et la qualification des encadrant·es.

Selon l'article R. 322-41 du code du sport, toute personne encadrant, enseignant ou entraînant la plongée subaquatique et désirant être rémunérée doit être titulaire d'un diplôme reconnu par l'État, comme le BPJeps (brevet professionnel de la jeunesse, de l'éducation populaire et du sport) ou le Dejeps (diplôme d'État), mention « plongée subaquatique ».

Ces titres valent également certificat d'aptitude à l'hyperbarie et certificat de conseiller·ère à la prévention hyperbare au sens du code du travail. En d'autres termes, un ou une moniteur·rice de plongée est aussi un·e professionnel·le de la sécurité sous pression. Cette double compétence n'est pas anodine : elle vise à prévenir les accidents de désaturation ou d'hyperoxie, risques spécifiques à la pratique subaquatique.

Dans un environnement où la moindre erreur peut coûter la vie, l'État exige une rigueur absolue.

À la lumière des articles A. 322-86 et suivants, des brevets peuvent être délivrés par la Fédération française d'études et de sports sous-marins, la FSGT, l'Union nationale des centres sportifs de plein air, l'Association nationale des moniteurs de plongée, le Syndicat national des moniteurs de plongée ou encore la CMAS (Confédération mondiale des activités subaquatiques).

Ces articles précisent que la qualification du directeur de plongée en milieu naturel dépend du type de plongée encadrée. Pour les plongées à l'air ou au nitrox en exploration, la fonction peut être assurée par un·e directeur·rice de plongée en exploration ou un·e plongeur·se de niveau 5 titulaire d'un brevet reconnu. La FSGT délivre d'ailleurs un brevet de MF (moniteur·rice fédéral·e) reconnu par le code du sport, mais, à la différence des BPJEPS et DEJEPS, celui-ci ne permet pas de rémunération.

Les plongées à l'air, au nitrox ou aux mélanges en enseignement, ainsi que les plongées au trimix ou à l'héliox jusqu'à 40 mètres, nécessitent un·e encadrant·e titulaire du MF1, d'un brevet CMAS équivalent ou d'un diplôme d'État. Au-delà, pour l'enseignement et l'exploration aux mélanges en eaux profondes, la direction doit être assurée par un·e MF2 ou un·e diplômé·e d'État de niveau supérieur.

Les ressortissant·es européen·nes ne sont pas exempté·es de ces obligations. Conformément à l'article A. 212-193, celles et ceux qui souhaitent enseigner ou encadrer en France doivent déposer une déclaration. Si leur formation diffère substantiellement du standard français, une épreuve d'aptitude peut être imposée : tests techniques, théoriques et pratiques en matière de sécurité.

Sur le terrain, chaque plongée organisée par un établissement est placée sous la responsabilité d'un·e directeur ou directrice de plongée. Présent sur le site de mise à l'eau et véritable pivot du dispositif, il ou elle fixe les caractéristiques de la plongée - profondeur, durée, composition des palanquées (groupes de plongeur·ses) - et établit une fiche de sécurité récapitulant les aptitudes de chaque participant·e.

Le/la directeur·rice de plongée doit également disposer d'un plan de secours, de matériel d'oxygénothérapie, d'une VHF (appareil qui permet de communiquer grâce à des ondes radio hertziennes) en mer et d'un ensemble d'équipements d'assistance et de désaturation. Sa responsabilité technique et morale est considérable. En cas d'accident, il ou elle doit prouver que toutes les mesures de sécurité réglementaires ont été respectées. Cette exigence transforme chaque plongée en une opération encadrée comme une manœuvre quasi militaire, où rien n'est laissé au hasard.

Pour éviter tout relâchement, le code du sport prévoit des peines pouvant aller jusqu'à un an d'emprisonnement et 15 000 euros d'amende pour toute personne enseignant la plongée sans qualification, ou pour tout employeur recrutant un·e moniteur·rice non diplômé·e. Ces dispositions rappellent que l'encadrement sportif, et plus encore celui d'une activité hyperbare, relève d'une responsabilité pénale.

JE M'ABONNE À *SPORT ET PLEIN AIR*

NOM : .....

Prénom : .....

Adresse : .....

.....

FORMULES :

- ☐ 1 an - 10 n° - **25 €**
- ☐ 2 ans - 20 n° - **44 €**
- ☐ Étranger - 1 an - **41 €**

Ci-joint un chèque de ..... euros, à l'ordre de « FSGT - Sport et plein air ».
Adresse : FSGT - Sport et plein air, 14 rue Scandicci, 93508 Pantin Cedex.

« J'ai vu plus de morts durant ma première année ici qu'au cours de toute ma vie d'avant. »

Le podcast
Vent Debout
revient pour une saison 2

ventdeboutpodcast.fr

Retrouvez le premier épisode avec Victor Galuchot, freerider et Juliette Craplet, doctorante en sociologie

Avec le soutien de PETZL Fondation