Entre Nous d'Octobre 2023

- Carnets Roses * Bilan des Inscriptions * EBS * NEV * Le CPSQY au FISMY 2023

* Agenda de Novembre * Infos pour 2023 et 2024 * Un peu de Lecture, de Pub et de Liens utiles !

Carnet Rose

Naëlle vient de faire surface le 07 octobre 2023 du haut de ses 48 cm et 3,470 Kg après avoir terminé son apnée de 9 mois, sans entrainement. (performance non homologuée !)

Mylène, la responsable du bassin, est soulagée. Tout le monde va bien, y compris Ronan qui tenait le chrono et Eléa sa future compagne de jeu.

L'équipe au complet vous embrasse.

Bises à toutes et à tous.

Heureusement Eléa était là bien préparée et entrainée pour le bon maintien de la tête lors d'un sauvetage éventuel !

Carnet Rose

Par contre, la paternité a l'air de complètement faire tourner la tête de Lolo qui va à la maternité pour se faire des shoots d'O2 pur avec son détendeur !!!

Et le pire, c'est qu'il entraîne
Sandrine dans son délire !
Heureusement que Sophie la girafe est là pour rétablir un peu d'ordre...

Une saison de naissance pour le CPSQY qui n'accueille pas un mais deux bébés !

*Félicitations à Sandrine et Laurent pour la petite **Olivia** née le 29 septembre 2023 (1,375kg pour 40cm). Une crevette à peine née mais déjà apprentie plongeuse a priori ! Vous avez raison, faut pas perdre de temps et lui transmettre d'ores et déjà votre passion :-)*

*Félicitations également à Mylène et Ronan pour la petite **Naëlle** née le 07 octobre 2023 !*

Et bien... va falloir ouvrir une section bébés plongeurs apnéistes au CPSQY !
Plein de bonnes choses à vous tous dans vos nouvelles aventures à 3, à 4, ...

Voici un bilan des inscriptions, il peut évoluer selon les choix des adhérent(e)s.

Nombre			
	Nbre	M	F
Nbre d'adhérents :	**148**	97	51
Actif	138	91	47
Sympathisant	9	5	4
Membre associé	0	0	0
Membre Bienfaiteur	0	0	0
Membre d'honneur	0	0	0
Passager	1	1	0
Licence Club	137	90	47
Licence Externe	11	7	4
Licence Sans	0	0	0
Anciens	**95**	60	35
Nouveaux	**53**	37	35

Répartition Ages				Nouveaux	
Age	**M**	**F**	**Total**	**M**	**F**
<12	2	1	3	1	1
[12-14]	6	2	8	3	1
]14-16]	3	0	3	1	0
]16-18]	2	0	2	1	0
]18-25]	3	1	4	2	0
]25-40]	11	10	21	6	6
]40-50]	22	11	33	8	3
]50-60]	31	16	47	13	5
]60-70]	11	8	19	1	0
>70	6	2	8	1	0
Age Moyen	45	49	47	40	38
	97	**51**	**148**	**37**	**16**

Voici un bilan des inscriptions, il peut évoluer selon les choix des adhérent(e)s.

Saint Quentin en Yvelines	
Maurepas	33
Elancourt	30
Coignières	4
Guyancourt	6
La verrière	1
Les Clayes-sous-Bois	0
Magny-les-Hameaux	2
Montigny-le-Bretonneux	18
Plaisir	2
Trappes	2
Villepreux	1
Voisins-le-Bretonneux	1

Regroupement		
SQY	100	68%
IdF	43	29%
Autres	5	3%
	148	

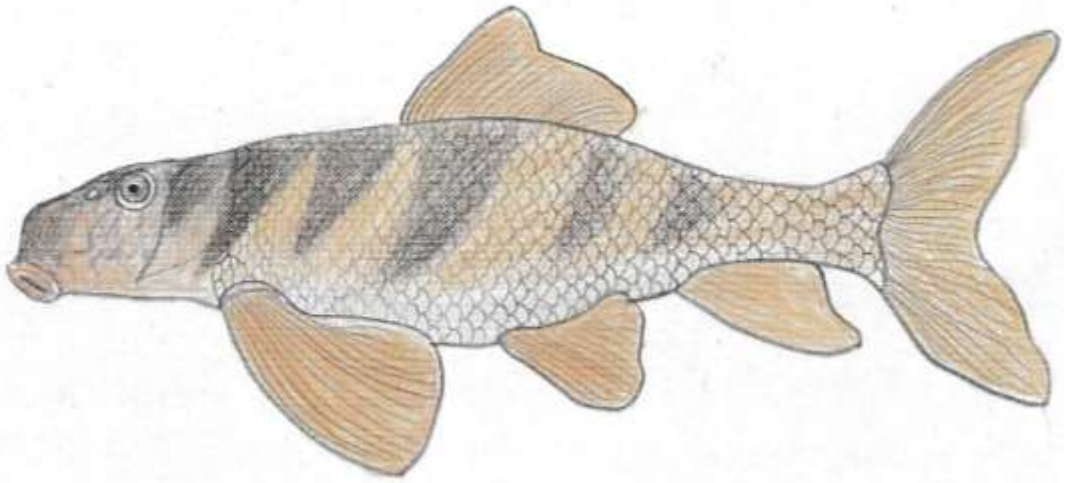
Villes	Nbre
Antony	3
Auteuil	2
Barret Sur Méouge	1
Bazemont	1
Blois	1
Bois d'Arcy	7
Buchelay	1
Bures sur Yvette	1
Charpont	1
Coignières	4
Elancourt	30
Escorpain	2
Fréhel	2
Garancieres	2
Gazeran	1
Guyancourt	6
Jouars-Pontchartrain	8
La verrière	1
Le Mesnil-Saint-Denis	2
Les bréviaires	1
Les Essarts Le Roi	2
Les Moliéres	1
Magny-les-Hameaux	2
Maurepas	33
Mennecy	1
Méré	2
Montigny-le-Bretonneux	18
PARIS	1
Plaisir	2
Saint Légers en Yvelines	1
St Remy l'Honoré	1
Trappes	2
VELIZY-VILLACOUBLAY	2
Versailles	1
Villepreux	1
Voisins-le-Bretonneux	1

FFESSM ENVIRONNEMENT & BIOLOGIE SUB

Le saviez-vous ?

L'Hypentelium nigricans, ou Meunier à tête carrée est un poisson d'eau douce. On le trouve dans les ruisseaux et les rivières aux États-Unis et au Canada. Il peut mesurer jusqu'à 33 cm et vivre jusqu'à 11 ans.
Il préfère les eaux claires et rapides pour se nourrir de crustacés, mollusques, insectes aquatiques, algues et détritus. Il retourne de petits cailloux, gratte les roches et aspire les particules.
D'autres espèces de poissons stationnent parfois en aval de ses activités pour recueillir des fragments de nourriture soulevés.
La reproduction a lieu sur des fonds de gravier plats dans des rapides peu profonds à la fin du printemps.
Le frai (rapprochement sexuel chez les poissons à fécondation externe) a lieu dans des rapides peu profonds, en mai, dans une eau à environ 15 °C. Les mâles reproducteurs se rassemblent sur ces zones de gravier où chaque femelle réceptive peut être courtisée par plusieurs mâles. L'activité de frai est violente et cette agitation creuse des dépressions peu profondes dans le gravier. Les œufs ne sont pas adhésifs et se déposent sur le gravier.

Le meunier à tête carrée



Reprise des entraînements et des compétitions

Samedi 30 septembre Véronique et Alex ont participé au challenge Fr. Lerouge dans le Loing.

Pour sa 1 ère participation, Alex s'est distingué en arrivant 12 ème juste derrière Véronique.

Bravo à tous les deux !

Les entraînements à Mézières ont repris pour les anciens et de nouveaux sont venus étoffer le groupe.

Descente de l'Yonne à Migennes …

Le dimanche 1 er octobre, 8 nageurs du CPSQY se sont retrouvés de bon matin pour profiter d'un beau soleil automnal et participer à la moisson des récompenses.

Plein feu sur les vedettes

Sarah

Fabienne

Nadine

Sylvie Muriel Catherine

Challenge G. Ridet et Trophée Téo

Dimanche 15 octobre se déroulaient à Cergy, le challenge G. Ridet et le Trophée Téo.
14 nageurs inscrits pour cette compétition, dont Janine, notre doyenne.

Le CPSQY remporte la coupe du club le plus nombreux.

Photographies présentées au FISMY 2023

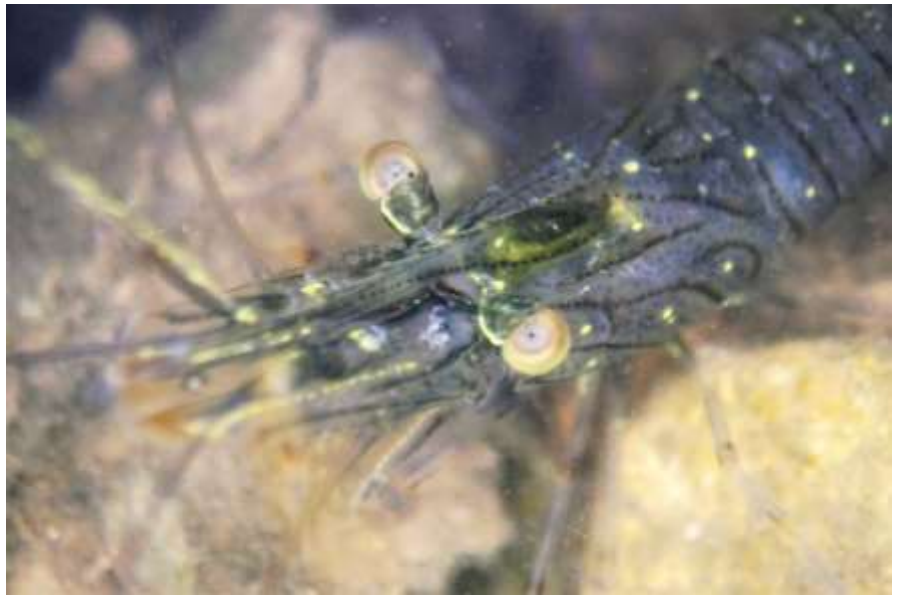
Le FISMY 2023 exposera 109 photographies en compétition « Photos sous-marines ».
Le CPSQY sera représenté par **Benoit M, Olivier G, Philippe P, Ronan BLF** et **Yves R,** exposant chacun deux photos. Venez nombreux les soutenir le 25 novembre 2023 !
Yves R.

Benoit M

Photographies présentées au FISMY 2023

Olivier G

Philippe P



Photographies présentées au FISMY 2023

Ronan BLF

Yves R

Agenda de Novembre 2023

21/10 au 5/11 : vacances scolaires de la Toussaint donc, ***pas de séances piscine*** !!

01/11 : Séjour Plongée à Marseille du 1er au 5/11

05/11 : Nage en rivière (NEV), 1ère manche du trophée de l'Eure, Lac de Bédanne (76)

Reprise des cours en piscine dès le 7/11 !

06/11 : Cours de Théorie Niveau 1, Physique, 20h au Palais des Sports d'Elancourt

08/11 : Réunion photo-vidéo 20h au Palais des Sports d'Elancourt

10/11 : Cours de Théorie Niveau 2, Les Accidents, 20h au Palais des Sports d'Elancourt

10/11 : Assemblée Générale de la FFESSM78 (Codep78) à Plaisir

13/11 : Réunion du Comité Directeur, 20h salle du CESA à Maurepas

15/11 : Cours Théorie N3 « Planification-Organisation" par Visio conférence dès 20h

15/11 : Réunion photo-vidéo 20h au Palais des Sports d'Elancourt

19/11 : Fosse Plongée (N2,N3,N4) à Conflans Ste Honorine de 14 à 15h

20/11 : Nage avec palmes NEV, trophée des 3 rivières, Chinon 6Kms

25/11 : Festival de l'Image Sous Marine (FISMY) à Houilles dès 18h **avec la participation du CPSQY !**

Infos pour 2023 ...

> 21E FESTIVAL DE L'IMAGE SOUS-MARINE DES YVELINES (FISMY)

Samedi 25 novembre à 18 heures au gymnase Jean Guimier, 45 rue Condorcet à 78800 Houilles. Les clubs des Yvelines partageront leurs meilleures images à l'occasion de cet événement convivial. Organisation sous la responsabilité du Codep 78 par l'intermédiaire du président de la commission photo vidéo, avec les clubs et plongeurs du département. Ouvert à tous les clubs du département des Yvelines affiliés à la FFESSM, le festival a pour but de promouvoir l'image sous-marine auprès d'un large public. Avec la présence de l'association Sharks Mission France, du photographe Fabrice Guérin, du dessinateur Sébastien Salingue, de l'hydrobiologiste et photographe Anne-Cécile Monnier. Entrée gratuite.

Info pour 2023 !!

L'ATELIER DES LUMIERES

Ce centre d'art numérique situé dans le 11 ème arrondissement de Paris, 38 rue ST Maur, est installé dans une ancienne fonderie.

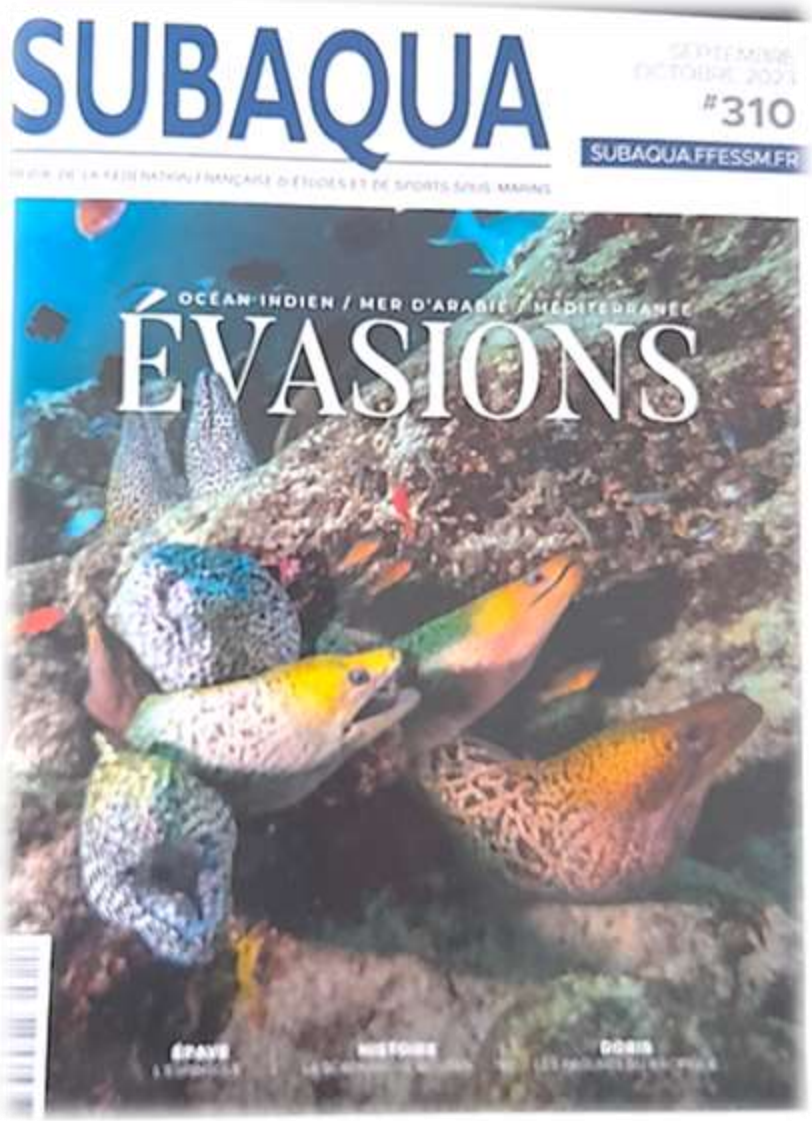
Il propose du 20 octobre au 7 janvier, tous les après-midis, à partir de 14 h «Océans, l'odyssée immersive»

Si vous ne connaissez pas, allez-y, c'est « bluffant ».
Nadine

Info pour 2024 !!

Un peu de lecture …

Subaqua, la revue Fédérale FFESSM vendue en kiosque ou via le secrétariat du Club !



SOMMAIRE

SEPTEMBRE OCTOBRE 2023

6 /// ACTUS
Première convention de la confédération Mer et Libertés, plongée jeunes (Pass'sport), prévention (certificat médical de non-contre-indication), formation aux premiers secours (PSC1), Festival de l'image sous-marine de Mayotte, agenda, sortie livres, etc.

30 /// HANDISUB®
Le maître mot de l'initiative Handisub®? L'adaptabilité. La preuve en est encore apportée dans ce compte rendu d'une journée de découverte de la plongée pour des enfants malvoyants à Carry-le-Rouet (Provence).

32 /// ÉPAVE
Jean-Michel Mille propose de (re)découvrir l'*Espingole*, qui fête cette année 120 ans d'immersion. L'épave de ce contretorpilleur français ayant sombré près de Cavalaire (Var), en 1903 donc, est devenue au fil du temps un superbe habitat pour la faune locale.

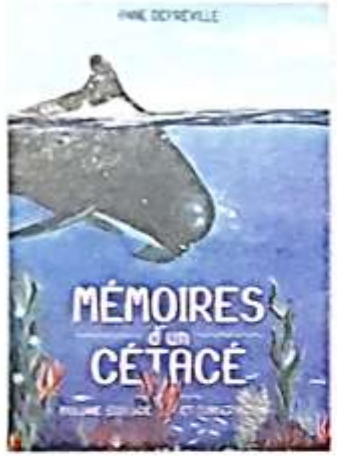
36 /// BIOLOGIE
Chercheur au Muséum national d'Histoire naturelle, Frédéric Ducarme aborde dans ce remarquable article le cas des Ancasthers, cette famille, encore méconnue, d'étoiles de mer géantes, venimeuses et dévoreuses de corail.

44 /// HISTOIRE
François Brun nous livre un passionnant et richement documenté récit sur Auguste Boutan, l'inventeur du scaphandre autonome à recyclage de gaz. Un dispositif dont les premiers essais ont eu lieu en 1915, soit en pleine Première Guerre mondiale !

58 /// INDONÉSIE
Sans conteste l'Indonésie représente un lieu privilégié pour la plongée. La vie sous-marine y est variée et exubérante, ce que ce retour dans l'archipel de Komodo, suivi d'un court crochet par celui des Raja Ampat nous prouve.

ET AUSSI: 5 > Édito / 15 > Rubrique Juridique / 16 > Matériel 50 > DORIS / 54 > Sport Santé-Dopage / 64 > Sport & Santé 66 > Côté sports / 76 > Sécurité & Prévention 78 > Bullimages / 84 > Sciences participatives 87 > La plongée avec un e / 88 > Infos fédérales / > 94 Infos clubs 98 > Petites annonces

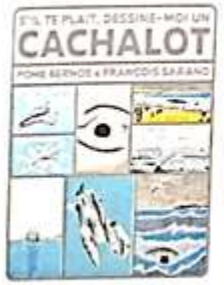
Un peu de lecture



SI LES CÉTACÉS POUVAIENT PARLER…

Riche de détails sur la biodiversité marine, cet album nous embarque à la découverte des cétacés. Avec humour, pédagogie et originalité (l'histoire se déroule dans un futur lointain où les animaux parlent), l'auteur se demande si notre comportement actuel vis-à-vis de l'océan n'est pas à reconsidérer…

Mémoires d'un cétacé Biologie, écologie et conservation, par Anne Defréville, Éditions Delcourt, 136 pages, **17,95 €**



DANS LA VIE INTIME DES CACHALOTS

Ce livre est le récit de la rencontre entre l'illustratrice Pome Bernos et l'océanographe François Sarano, raconté avec la fraîcheur inimitable et le style faussement naïf de l'illustratrice. Avec humour et tendresse, il réussit le tour de force de nous faire rentrer dans l'intimité de la vie sociale d'une famille de cachalots et de découvrir en parallèle les coulisses de la recherche scientifique.

S'il te plaît, dessine-moi un cachalot de Pomme Bernos et François Sarano, Éditions Actes Sud, 128 pages, **22 €**

TÉMOIGNAGE

Pas mal de lecteurs connaissent son père, président d'honneur de la FFESSM. Mais Mathieu Blanchard, bien que lui-même moniteur de plongée, s'est tourné avec succès vers la course d'endurance en montagne (l'ultra-trail). S'il parle de plongée, cet athlète exprime dans cet ouvrage autobiographique avant tout sa quête d'émotions et de sens, ainsi que sa passion de la nature et de l'aventure. Des valeurs qui résonnent en chacun d'entre nous.

Vivre d'aventures de Mathieu Blanchard Éditions Flammarion, 256 pages, **20€**

GUIDE D'IDENTIFICATION IMMERGEABLE DES POISSONS DE MÉDITERRANÉE

Vous en avez rêvé, ils l'ont fait ! Les biologistes photographes Pascal Girard et Vincent Maran, tous deux collaborateurs de *Subaqua* (voir pages suivantes) et grands doridiens devant l'éternel, ont réalisé 26 plaquettes immergeables afin d'identifier plus de 200 poissons de Méditerranée (noms communs et scientifiques indiqués et livrées mâle/femelle, nocturne et juvénile aussi illustrées si pertinent). Chaque espèce est illustrée par plusieurs images, afin de la distinguer d'une autre proche. Grâce à leur format pratique (19 x 10 cm, recto verso avec reliure spiralée), ces supports fins et résistants s'emporteront partout.

Jeu de 26 plaquettes immergeables, **29 €**, à commander depuis www.palanquee.com

Pascal Girard est également l'auteur du « *Guide d'identification des limaces de mer de Méditerranée* », **29,90 €**, à

POUR TOUT SAVOIR SUR LES COQUILLAGES

Avec ce guide, identifiez les coquillages de nos rivages de métropole (Méditerranée, Atlantique…) et au-delà (Baltique). Des fiches détaillées décrivent l'aspect de la coquille, la biologie et la répartition de chacune des espèces. Photographies et dessins illustrent aussi les caractères distinctifs, les silhouettes de coquilles ou les espèces semblables.

Guide photo des coquillages de France et d'Europe de Gert Lindner, Éditions Delachaux et Niestlé, 96 pages, **14 €**

POUR TOUT SAVOIR SUR LA RIA D'ÉTEL

Site naturel remarquable prisé (lire *Subaqua* 303, pages 85/88), la ria d'Étel méritait un ouvrage actuel sur sa richesse subaquatique. Fort de sa grande expérience et connaissance du lieu, c'est à quoi s'est attelé le photographe Daniel Blin. Fiches pédagogiques, une bonne centaine de photographies sous-marines légendées et liens vers des vidéos (QRCode) font de cet ouvrage une véritable référence.

Ria d'Étel sous-marine de Daniel Blin avec Élisa Mathon, illustrations d'Élise Hoogardie, Les Éditions Agitées, 160 pages, **21 €**

Un peu de Pub

LA PALANQUEE
Magasin OUVERT
Lundi au Samedi 9h à 19h

DIVER
AUTOMATIQUE
MARINE
ECO DRIVE
229€
à partir de
PROMASTER
Eco-Drive Diver 200m
J'en profite !
CITIZEN
BETTER STARTS NOW

EN STOCK
Montre Ordinateur
SMART
229€
J'en profite !

Voir tous les ordinateurs
Découvrir !
Choix fabuleux et conseils de vrais plongeurs !
OLYMPUS
TG-7
854€
Pack
Appareil
+
Caisson
Macro hallucinantes !
Étanche même sans caisson
J'en profite !

Un peu de Pub

LA PALANQUEE NEWS

Un peu de Pub

Découvrir

Les combinaisons **Iceland** et **Solaflex** offriront chaleur, confort et élégance lors de votre exploration du monde sous-marin.
Aqua Lung s'engage à utiliser des matériaux et des procédés respectueux de l'environnement afin de réduire son empreinte carbone.

Un peu de Pub

Nouveauté

SCUBAPRO G3

Avec un affichage en couleurs vives permettant une lecture facile, le Galileo 3 est un ordinateur de plongée au format montre qui offre les mêmes fonctionnalités que le G2 : Air, Apnée, Nitrox, Trimix, CCR ainsi que compteur de pas et de nage !! (Disponible avec ou sans émetteur).

LUNA 2.0 AVEC GESTION D'AIR ET ÉMETTEUR SMART PRO+

Le NOUVEAU Luna 2.0 de SCUBAPRO est un ordinateur de plongée multi-usages élégant et intuitif aux fonctions simples à utiliser et offrant une excellente lisibilité.

Nouveauté

MK25 EVO/S620ti ÉDITION 60e ANNIVERSAIRE

Scubapro célèbre son 60e anniversaire en tant qu'innovateur du secteur de la plongée avec un détendeur emblématique en édition limitée : le MK25 EVO avec un second étage S620ti en édition limitée

Un peu de Pub

LE MASQUE MAXLUX S

Masque avec un très grand champ de vision et un très faible volume

Fadis Diving
Tout pour le plongeur

PACK PMT BEUCHAT

PACK comprenant :
Le masque 1 DIVE ou OCEO
Les palmes 1 DIVE
Le tuba SPY

PACK PMT MARES

PACK comprenant :
Les palmes AVANTI TRE
Le masque WAHOO
Le tuba SAILOR

Un peu de Pub

Fadis Diving
Tout pour le plongeur
mares
OFFRE MONITEUR
-40%
419€ AU LIEU DE 699€*
SUR LE DETENDEUR
ATLAS ADJ 62 TBP
2 EME ETAGE :
- COMPENSE
- CONFORT RESPIRATOIRE REGLABLE
- TECHNOLOGIE TOUT METAL : RÉSISTANT ET PARFAIT POUR UTILISATION EN EAU FROIDE
1 ER ETAGE :
- A MEMBRANE COMPENSE
- SYSTEME TBP + AST POUR ISOLER COMPLETEMENT LE DETENDEUR DE L'EAU
- SPECIAL EAU FROIDE

Fadis Diving
Tout pour le plongeur

OFFRE CLUBS 2023
COLLECTION ROVER 100 % EXCLUSIVE
POUR LES CLUBS ET CENTRES DE PLONGÉE,
CONÇUE POUR UN USAGE INTENSIF ET DURABLE
PACK DÉTENDEUR ROVER
• 1er étage à piston simple et compact.
• 2e étage en techno-polymère léger et résistant.
• Capot souple pour purger facilement.
• Grand confort respiratoire grâce au système VAD.
• DIN ou INT
259 €
Fadis Diving
Tout pour le plongeur
229 €
GILET ROVER
• Doubles boucles pour un ajustement parfait et tailles intermédiaires selon le gabarit du plongeur.
• Enveloppe en Cordura 1000 pour une très bonne solidité et résistance.
• Code couleur et taille brodés sur l'épaule pour faciliter l'identification.
• Inflateur grand débit.
Plus de renseignements auprès de nos magasins revendeurs.
www.mares.com
mares
diving center
Offre valable jusqu'au 27 Octobre 2023

OPÉRATION EXCEPTIONNELLE
REPRISE DE VOTRE ANCIEN DÉTENDEUR POUR 129€**
329 €*
-129 € =
200 €
mares
ROVER
Fadis Diving
Tout pour le plongeur
ROVER 15X
PREMIER ÉTAGE
• COMPENSÉ À MEMBRANE, LÉGER ET COMPACT
• SORTIE DFC POUR UN FLUX D'AIR ELEVE A TOUTES LES PROFONDEURS
• 4 SORTIES MP + 2 SORTIES HP PRÉ-ORIENTÉES
• DISPONIBLE EN DIN OU INT
DEUXIÈME ÉTAGE
• BREVET VAD FOURNISSANT UNE COMPENSATION DU DEUXIEME ETAGE POUR UNE RESPIRATION SOUPLE ET NATURELLE
• FLUX D'AIR ÉLEVÉ
• DEUXIÈME ÉTAGE COMPACT LÉGER ET RÉSISTANT
• LARGE BOUTON DE SURPRESSION
*Prix Public conseillé 2023. **Quels que soient la marque et l'état de votre détendeur ! Valable jusqu'au 01/11/2023 et dans la limite des stocks disponibles.
mares just add water

Liens et Infos utiles

Liens utiles

- **Site du CPSQY : http://s349259143.onlinehome.fr/**
- Site de la FFESSM France : https://ffessm.fr/
- Site de la FFESSM Ile de France : https://ffessmcif.fr/
- Site de la FFESSM 78 : https://ffessm78.fr/
- Site longitude181 : https://www.longitude181.org/
- Site de DORIS "Bio" FFESSM : https://www.doris.ffessm.fr

Magasins pour location / achat de matériel …

- **FADIS DIVING : 19 rue de la Bonne Aventure, 78000 Versailles, 01.39.51.39.48, www.fadis-diving.fr**
- **AQUATIK : 1 bis Rue de la Gare, 78640 Villiers-Saint-Frédéric, 0187085600, www.aquatik-market.com/**
- **BOULOGNE PLONGEE : 55, avenue Pierre Grenier , 92100 Boulogne Billancourt, 01.46.05.92.66, www.boutique.boulogneplongee.fr**

pour des voyages et/ou du matériel !

- **Travel Evasion** : contact@travelevasion.com Contactez-nous par téléphone au 0826101005
- **C6BO** : contactez-nous par téléphone au 0582086490 – WWW.c6bo-plongée.fr
- **Explorasub** : Contactez-nous par téléphone au 0611011954 – https://explorasub.fr/
- **Aquarev** : 2 rue du cygne 75001 Paris devis@aquarev.cpm
- **Phocea** : www.myphocea.com info@myphocea.com Phone : +52 984 8731210
- **Dive Trip Adékua** (France) +33 4 13 33 30 36 tripadekua@email.voyages-adekua.fr
- **Subocea** 04 28 70 89 00
- **SCUBAWIND** ZAC de Fond Ratel 20 rue de l'Europe 38640 Claix Tel: 04 76 98 06 12 Email : contact@scubawind.com
- **Cabesto, La Palanquée, L'atelier de la mer** Marseille info@atelierdelamer.com 04 91 72 54 12

Au vieux Campeur à Paris et bien d'autres …