

MARCHE AQUATIQUE

Retour d'Expérience (REX)

De la

MAC du 24 Novembre 2023



LES FAITS

Situation météorologique

1. Samedi 4 novembre tempêtes **CIARAN**
2. Lundi 6 novembre tempête **DOMINGOS**

Deux tempêtes avec des vents violents et des vagues de submersion

Conséquences:

- Modification profonde des dunes et des plages
- Apparition de nombreux galets
- Perte de beaucoup de sable
- Apports d'algues importants

Prévisions météo du vendredi 24 novembre :

Site Winguru :

- vagues de 0,6 m toutes les 12 secondes
- Vent de 11 à 12 km/h et rafales à 18km/h

Site Météo consul :

- vagues de 0,4m toutes les 12 secondes
- Vent de 10 km/h et rafales à 18km/h
- Température de l'air 11° de l'eau 14°

Marée :

- Coefficient 77
- Basse mer à 07h54
- Début du montant à 08h14 (20 mn d'étalement théorique).

MAC du 24 novembre

PREPARATION

- Encadrement assuré par **quatre** animateurs + deux adhérents en cours de formation
- **Deux** titulaires sont absents pour raisons personnelles
- **19** adhérents présents pour la MAC **tous sachant nager**
- **Le nombre d'animateurs est suffisant pour assurer l'encadrement de la MAC**
(Règle de la FFRS: 20 adhérents maxi / animateur + assistant)
- Deux groupes par taille ont été composés:
 - Gr 1 (les grands) encadré par 2 animateurs
 - Gr2 (les moins grands) encadré par 2 animateurs
- Entrée dans l'eau après échauffement, **vers 10 h soit 1h46mn** après le début du montant
- A ce moment, la vitesse de montée de la mer était de 2/12
- Le courant devait être dans le **sens mer=> terre**.
- Absence de vague de grande amplitude (conforme aux prévisions). La cassure des vagues se faisait à différentes distances du bord de plage.

Les conditions étaient favorables pour une MAC en sécurité

L'INCIDENT

Constat des animateurs et des adhérents

Gr1:

Dès qu'ils ont eu de l'eau au niveau de la taille ils ont ressenti un courant dirigé vers le large. Les animateurs soupçonnent alors la présence de baïnes.

Ils demandent aux adhérents de se déplacer obliquement vers la plage pour se dégager du courant expulseur et reprendre pied.

Dans le même temps les marcheurs perdent pied et sont obligés de nager pour retrouver pied.

Deux adhérents ont du mal à revenir à la nage car ils sont entraînés par le courant. Les animateurs réussissent à les ramener à l'aide de la bouée tube (BT) qui a été saisie par le bout (cordage) de la BT

La BT n'a pas pu être saisie (trop lisse et d'une grosse section carrée).

L'animateur a été obligé de nager sur le dos une de ses mains étant mobilisée pour tirer la BT.

Constat des animateurs et des adhérents (suite)

Gr2:

Dans le même temps, le Gr2 situé plus près de la plage certains marcheurs, dont l'animateur, après avoir senti un courant sous-marin au niveau des jambes, perdent pied car ils tombent dans un trou et sont obligés de nager.

Comme ils luttaienent contre le courant, certains ont éprouvé des difficultés pour nager afin de rejoindre la plage.

Ils ont ressenti un certain épuisement.



ANALYSE ET PROPOSITIONS D'AMELIORATION

ENVIRONNEMENT

- **Aspect de la mer en surface :**

S'assurer de la conformité de la hauteur des vagues par rapport aux prévisions,
De la présence plus ou moins importante de sable dans l'eau,
d'absence d'algues

Ces 1^{ers} constats doivent permettre de décider si la MAC doit avoir lieu ou pas.

Une reconnaissance en amont de l'état de la mer (j-1) doit permettre d'aider à la décision.

Si la plage de Saint Gilles reste dangereuse, la recherche d'une plage de remplacement sera à faire.

- **Force et sens du vent:**

Il joue sur l'état de surface de la mer,
La formation et la fréquence des vagues.

- **Présence ou non d'orage.** S'il y a orage la MAC doit être annulée.

MOYENS

Le club possède 3 BT ce qui aujourd'hui est suffisant.

Par contre dans le cas du sauvetage d'une **personne consciente**, il lui est difficile voire impossible d'attraper la BT.

Pour le sauveteur la tenue de la corde de la BT gêne ses mouvements.

- *Il est décidé de placer une sangle équipée d'un flotteur fixée aux deux mousquetons d'extrémité pour faciliter la prise en main par la personne en danger.
Cette sangle permettra aussi en situation normale de fixer la bouée autour de la taille de l'animateur.*

Un sifflet spécifique (120 dB) est affecté à chaque animateur

Une pochette de téléphone étanche sera attribuée à chaque animateur qui devra avoir avec lui son téléphone pendant la MAC.

Un gilet jaune spécial mer sera fourni à chaque animateur et assistant.

COMMUNICATION

- Un rappel des règles de sécurité devra être fait à chaque début de séance
- Les règles de sécurité seront indiquées sur le site de l'association dans le pavé MAC
- Un support plastifié reprenant les règles de sécurité sera réalisé et remis à chaque participant en début de saison.
- Il faut privilégier la nage sur le dos à la nage classique en cas de difficulté
- La combinaison favorise la flottabilité
- Les animateurs se présenteront en précisant leur prénom à leur groupe avant le début de chaque MAC
- Une information du CODERS sur ce REX sera à faire. L'objectif étant de partager cette « expérience » avec les autres associations
- Une demande sera faite auprès de la protection civile maritime pour qu'en début de saison une information sur les dangers de la mer, les règles de sécurité à respecter et les moyens de secours mis en place.

ORGANISATION

- A chaque début de séance, les participants devront acclimater leur corps en se mouillant la tête.
- Chaque groupe devra rester groupé au cours de l'exercice afin de faciliter la surveillance par les encadrants
- Les groupes devront rester suffisamment proches pour faciliter la surveillance globale, la communication et l'assistance mutuelle.
- La mise en mouvement des groupes sera simultanée, le départ sera donné par l'animateur du groupe des plus grandes tailles en levant le bras (ils vont plus loin en mer).
- Le serre-fil a un rôle important de surveillance du groupe et d'assistance auprès de l'animateur
- Chaque adhérent a également un rôle de surveillance de son voisin et d'alerte auprès des animateurs (en cas d'alerte, il lève le bras).
- Si un marcheur quitte son groupe pour arrêter la MAC, il doit impérativement alerter l'animateur

ORGANISATION (suite)

- Nouvelle règle d'utilisation du sifflet :
- **Un coup** de sifflet : les membres du groupe considéré s'arrêtent
- **Deux coups** de sifflet : tous les membres du groupe considéré sortent de l'eau
- **Trois coups** de sifflet : les membres de tous les groupes sortent de l'eau
- Les horaires de regroupement et de démarrage de la MAC devront être respectés. Les retardataires ne seront pas acceptés à la séance.