

Édition
2017

Guide des loisirs nautiques en mer

Sécurité et environnement



MINISTÈRE
DE LA TRANSITION
ÉCOLOGIQUE
ET SOLIDAIRE

MINISTÈRE
CHARGÉ DES
TRANSPORTS

Ministère de la Transition écologique et solidaire

www.ecologique-solidaire.gouv.fr

Sommaire



p.4 Avant de partir, vérifiez...

p.6 Partageons le littoral

p.8 À chaque pratique ses règles

p.8 Voile légère (dériveur, catamaran...)

p.10 Croisière côtière

p.12 Plongée (avec bouteilles et en apnée)

p.14 Natation

p.16 Sports de glisse

p.19 Sports motorisés (scooter, ski nautique, motonautisme)

p.20 Respect de l'environnement

p.20 Prévenir les pollutions

p.22 Respecter la faune et la flore

p.24 Pratiquer une pêche durable

p.26 Qui contacter en cas d'urgence ?

p.27 Pour en savoir plus

La mer est un espace naturel privilégié où se côtoient de multiples activités de loisir :

natation, croisière côtière, surf, planche à voile, scooter de mer, plongée, voilier dériveur, etc. Ce guide présente les règles de base à connaître pour pratiquer son activité en toute sécurité et dans le respect des autres usagers.

Sans oublier les conseils pratiques pour assurer la préservation de cet espace naturel fragile qui offre tant d'opportunités ludiques et sportives !

Avant de partir, vérifiez...



Consultez toujours les prévisions météo locales avant d'effectuer votre sortie : le vent et les conditions de navigation ou de baignade peuvent évoluer rapidement !

Pour en savoir plus
Prévisions sur www.meteofrance.com et sur les applications mobiles de Météo-France.

Le guide marine, disponible sur www.meteofrance.fr, rubrique Publications > Nos collections > Guides pratiques.



Renseignez-vous sur les zones de navigation de votre lieu de vacances et leurs caractéristiques : courants, heures de marées, chenaux, côtes dangereuses, rochers, réserves naturelles, zones de cultures marines...

Pour en savoir plus
Capitaineries, bureaux du port, postes de secours, affichage sur la plage et documentation nautique.



Veillez à ce que tout le matériel de sécurité soit en bon état et adapté à votre activité nautique. Un équipement individuel de flottabilité par personne doit être embarqué sur les bateaux ; il doit être porté pour les autres embarcations.

Pour en savoir plus
Fiches *Les loisirs nautiques en mer* et *L'équipement de sécurité des navires de plaisance* disponibles sur www.ecologie-solidaire.gouv.fr > Fiches d'information et éditions de la navigation de plaisance et des loisirs nautiques.



Focus Un équipement individuel de flottabilité, c'est quoi ?

L'expression équipement individuel de flottabilité désigne plusieurs équipements :

- **aide à la flottabilité** : 50 newtons, jusqu'à 2 milles d'un abri ;
- **gilet de sauvetage** : 100 newtons jusqu'à 6 milles d'un abri ; 150 newtons au-delà de 6 milles d'un abri ;
- **combinaison de protection** : cet équipement doit présenter une flottabilité positive. Il remplace l'aide à la flottabilité de 50 newtons jusqu'à 2 milles d'un abri.

Veillez à ce que le matériel soit bien adapté à la morphologie de chacun, en particulier pour les enfants. Les deux premiers équipements (aide à la flottabilité et gilet de sauvetage) doivent être marqués  ou .

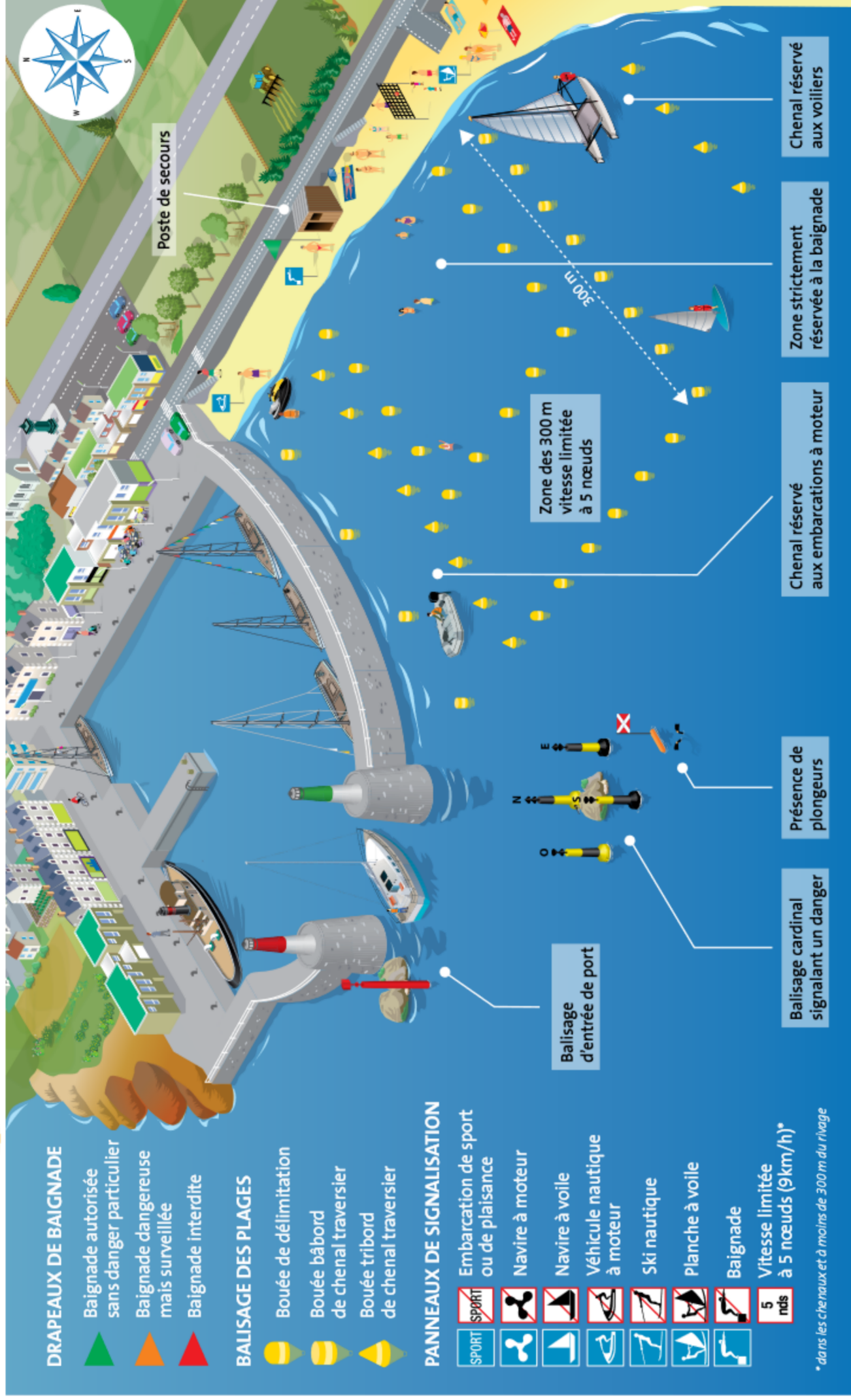


Apprenez les éléments clés de la pratique de votre activité avec des enseignants diplômés ; vérifiez régulièrement votre niveau de compétences. Prenez connaissance des réglementations locales (arrêtés des préfets maritimes) et des consignes des clubs sportifs ou associations.

Pour en savoir plus
Clubs agréés ou affiliés à une fédération sportive
→ Fédération française de voile (FFV), www.ffvoile.fr
→ Fédération française de motonautique, www.ffmotonautique.com
→ Fédération française d'études et de sports sous-marin, www.ffessm.fr
→ Fédération française de surf, www.surfingfrance.com
→ Fédération française de vol libre, www.ffvl.fr
→ Fédération française de canoë-kayak, www.ffck.org

Partageons le littoral

Pour votre propre sécurité et celle des autres, il est essentiel de connaître les principaux drapeaux, balises et panneaux.



DRAPEAUX DE BAINNAGE

-  Baignade autorisée sans danger particulier
-  Baignade dangereuse mais surveillée
-  Baignade interdite

BALISAGE DES PLACES

-  Bouée de délimitation
-  Bouée bâbord de chenal traversier
-  Bouée tribord de chenal traversier

PANNEAUX DE SIGNALISATION

- | | | |
|---|---|--------------------------------------|
|  |  | Embarcation de sport ou de plaisance |
|  |  | Navire à moteur |
|  |  | Navire à voile |
|  |  | Véhicule nautique à moteur |
|  |  | Ski nautique |
|  |  | Planche à voile |
|  |  | Baignade |
|  | | Vitesse limitée à 5 nœuds (9km/h)* |

* dans les chenaux et à moins de 300 m du rivage

Balisage d'entrée de port

Balisage cardinal signalant un danger

Présence de plongeurs

Chenal réservé aux embarcations à moteur

Zone strictement réservée à la baignade

Chenal réservé aux voiliers

À chaque pratique ses règles



Voile légère (dériveur, catamaran...)

Pour apprendre à faire de la voile, pratiquer, régater, renseignez-vous auprès de la Fédération française de voile www.ffvoile.fr

- **Consultez les documents**

nautiques avant de naviguer : une carte marine à jour, le règlement international pour prévenir les abordages en mer (RIPAM) et un document décrivant le balisage de jour et de nuit (essentiel pour éviter l'échouement). Vérifiez que ces documents soient cohérents

avec les informations officielles élaborées par les services hydrographiques nationaux (le SHOM pour la France).

Pour en savoir plus

Service hydrographique et océanographique de la marine (SHOM), www.shom.fr

Vérifiez votre équipement

- **Une aide à la flottabilité** pour chaque personne est obligatoire.
- **Des vêtements adaptés** sont recommandés pour être à l'aise, avoir chaud ou pouvoir affronter un grain (averse soudaine).

- **Tous les points du gréement doivent être contrôlés** : faites-vous aider si besoin par des professionnels.

- **Le matériel de sécurité doit être à bord** (aide à la flottabilité, moyens de repérages, etc.). Vérifiez son état avant de partir. Le matériel de sécurité est réglementé et défini suivant les pratiques nautiques (par exemple : en planche à voile, porter sa combinaison ; en dériveur ou catamaran, porter une aide à la flottabilité ; etc.).

Naviguez avec prudence

- **Restez vigilant** et adaptez votre navigation en fonction de votre environnement, de la météo et des courants.

- **Gardez de la distance de sécurité à la vue des pavillons** signalant la présence de plongeurs.

- **Ne surestimez pas vos forces** : adaptez la durée et la distance de votre sortie en mer à votre condition physique et à votre niveau de pratique.



Faites attention aux vents de terre qui portent au large et rendent les retours difficiles ! En cas de difficulté : ne quittez jamais votre embarcation et ne tentez pas de rejoindre le rivage à la nage. Attirez l'attention en mettant en œuvre vos moyens de repérage qui doivent être individuels, étanches et dotés d'une autonomie d'au moins 6 heures (lampe flash, lampe torche ou cyalume) car les secours peuvent vous retrouver la nuit tombée.