

Historique. Depuis 2013, Plongeurs du Monde a travaillé avec l'association ACRASCAS, les actions sociales de l'ACRA (Association Chebab Rif Al Hoceima). Nous y avons formé une dizaine de jeunes jusqu'au niveau PA20, sans hélas pouvoir aller jusqu'au PE40 faute de profondeur jusqu'à maintenant sur nos lieux de plongée. En 2015, une convention a été signée entre nos deux associations et l'ITPM, l'Institut de Technologie des Pêches Maritimes afin de mutualiser les moyens des trois entités (PduM les moniteurs, l'ACRASCAS le club de plongée de Cala Bonita, l'ITPM la logistique terrestre et maritime). 2016 est donc la première année de fonctionnement de cette convention qui va nous permettre d'aller plus loin avec nos plongeurs, les élèves de l'ITPM et même le personnel de l'ITPM que nous avons formé lors d'un stage TIV animé en mai par Louis.



Signature de la convention en 2015

Vendredi soir, les quatre moniteurs de la première semaine, une fois les genoux dépliés du long trajet (en avion de France à Tanger puis cinq heures de voiture), sont allés prendre une eau gazeuse au café Hamchan avec Soulimane. C'est une joie pour Louis et Eric de retrouver Soulimane, et réciproquement. Patrick et Roger découvrent ce personnage très connu à Al Hoceima qui nous accueille et nous facilite toute la logistique. Après une courte conversation, nous rentrons nous coucher à l'ITPM où quatre chambres nous sont réservées.



Présentation de la formation

Samedi 9h30, l'heure du rendez-vous avec les élèves. Les élèves de l'ITPM arrivent à l'heure (l'Institut est assez militaire sur certains aspects) mais nos anciens stagiaires arrivent un peu à la bourre, avec chacun une raison valable ! Une petite remarque ironique sur l'heure et nous savons qu'ils feront attention la prochaine fois. Nous gardons pour cette semaine Anass qui prépare le Rescue en vue du Dive Master et donnons rendez-vous aux autres en semaine deux pour la poursuite de leur formation. Certains stagiaires des années précédentes sont passés régulièrement nous rendre visite durant la semaine, c'était très sympathique de les revoir.

Nous présentons à nos stagiaires le programme de la formation ainsi que le programme des journées qui comprendront à la fois de la théorie et de la pratique, le tout en sous groupes pour s'adapter au nombre d'équipements et de moniteurs. La première journée fut

consacrée à la vérification de l'aisance aquatique de nos stagiaires, ce n'a pas été simple pour tous de tenir 10 minutes dans l'eau sans aide. De même, les huit longeurs en nage libre furent l'occasion pour nos cow-boys d'apprendre à ménager leur monture. Bravo, avec plus ou moins de facilité, tous nos stagiaires ont prouvé leur aquaticité, on va pouvoir commencer la formation proprement dite, ça tombe bien, les bouteilles doivent arriver le lendemain. En attendant, nous consacrons l'après-midi à la première section de théorie. La soirée nous donne l'occasion de redécouvrir "la oficina", le bar où nous avons nos habitudes l'année dernière pour effectuer nos débriefings (entre moniteurs et



Vérifions l'aisance dans l'eau : Haut les mains !

avec Solimane) après les plongées effectuées depuis la jetée du port. L'endroit n'a pas changé, l'ambiance espagnole est la même.



Epreuve de nage, des bouées sont disposées au bord de la piscine pour la sécurité

Dimanche 9h, les bouteilles ne sont pas encore arrivées (demain, demain, inch Allah), nous devons changer de programme car la plongée 1 en milieu protégé c'est un peu compliqué sans bouteille... Nous décidons donc de présenter les exercices de plongée libre. Louis, en grand gourou de l'apnée, a dirigé une leçon en commençant par de la relaxation au sec puis en poursuivant par des exercices d'apnée statique en individuel, en binôme et en groupe. Beaucoup de nos stagiaires ont été étonnés de dépasser la minute d'apnée grâce à cet entraînement express. L'apnée c'est donc bien dans la tête ! L'après midi fut consacré à la seconde section de théorie.



Le secret de l'apnée, c'est la relaxation

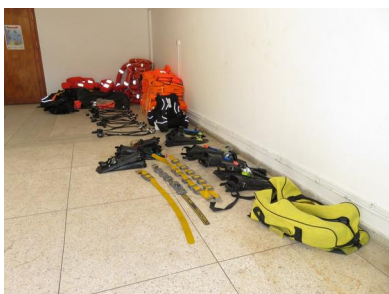


Exercices d'apnée, individuels et en binômes

Lundi, nous n'y croyons pas, les bouteilles sont là, amenée par Mohamed, gérant d'un magasin de plongée à Casablanca et moniteur de plongée, avec qui nous avons pris le petit déjeuner. Formidable, nous nous préparons à faire des exercices en surface avec des bouteilles vides mais nous pouvons maintenant commencer le programme des



plongées en milieu protégé. Mohamed s'est mis en quatre pour assurer la livraison des bouteilles à l'ITPM et il ne s'arrête pas là : il a amené ses affaires de plongée et est prêt à mouiller la chemise (ou plutôt la combi) avec nous. Nous l'embauchons donc comme moniteur supplémentaire, ce qui nous donne l'occasion de découvrir ce personnage très intéressant et fort motivé pour la promotion de la plongée dans son pays.



Bref résumé des moyens mis à notre disposition par l'ITPM : une dizaine d'équipements complets, le minibus, la piscine et un bâtiment très fonctionnel, sans compter le bateau que l'équipe 1 n'a pas eu la chance de pouvoir utiliser

Cette matinée fut donc consacrée à la découverte par nos stagiaires de la respiration sous l'eau, la reprise d'embout, le vidage de masque et l'évolution en flottabilité neutre. Même si pour ce dernier point il y a des progrès à faire, l'ensemble des exercices ont été effectués avec succès. L'après-midi fut également consacré à la théorie, les questionnaires 1 et 2 et la présentation de la section 3. Nous passons la soirée avec Solimane, en compagnie de son ami Mohamed et sommes rejoints par Brahim le chanteur que nous avons rencontré en 2014, c'est un plaisir de se retrouver ainsi. Au retour depuis le taxi, nous apercevons Majid, peut-être allons-nous le croiser plus tard.

Mardi, nous divisons nos stagiaires en deux sous-groupes qui travailleront la pratique et la théorie par demi-journée. Côté théorie, cette journée fut consacrée à la correction du questionnaire 3 et à l'étude de la section 4. Côté piscine, nous avons effectué la plongée 2 en milieu protégé.



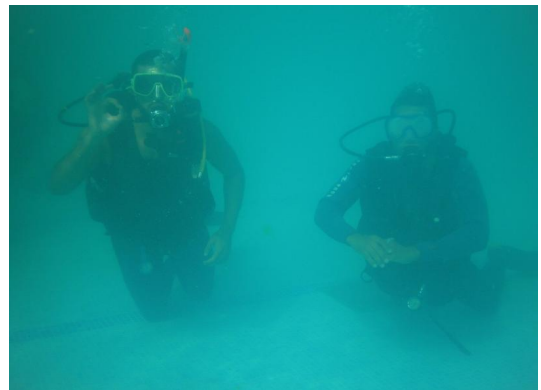
La présentation du matériel, dont les bouteilles apportées par Mohamed (à droite)





Briefings d'avant-plongée

Mohamed s'est révélé être un moniteur de plongée hors pair et volontaire. Avec 2 ou 3 stagiaires par moniteur on avance vite et en toute sécurité. Ça tombe bien, la plongée n°2 est assez dense, avec des exercices effectués pour la première fois dans le grand bain (plus exactement « à une profondeur trop grande pour avoir pied »). A midi hélas, les blocs sont séchés et nous devons les faire remplir pour la séance pratique de l'après-midi. Anass, grâce à ses bonnes relations avec le club de Cala Bonita, nous sauve la mise et revient en début d'après-midi avec les bouteilles pleines. Tous nos stagiaires se sont montrés à la hauteur (ne devrait-on pas dire "à la profondeur" ?), les exercices sont effectués avec succès. Le soir, nous allons en ville prendre un thé à la menthe en compagnie de Mohamed (celui de Casa) dans un café avec vue sur la baie, Louis en profite pour prendre des selfies du groupe, c'est son côté ado. Ou suicidaire, car depuis l'année dernière, les selfies font davantage de victimes dans le Monde que les requins !



Révision du signe "OK" entre deux exercices



Louis prend goût aux grades, qui lui vont comme un gant

Mercredi, nous reprenons nos immersions dans la piscine en deux groupes pour s'adapter aux nombres de matériels et d'encadrants. Ce jour sont au programme les plongées 3, 4 et 5 en milieu protégé. Ces trois plongées comportent beaucoup d'exercices en commun avec les plongées déjà effectuées et quelques exercices inédits. Un stagiaire vide sa bouteille en une seule plongée en piscine, nous savons qu'il nous faudra le surveiller de près en mer. Pendant qu'un groupe est dans l'eau, les autres stagiaires travaillent les tables de décompression avec Louis, avant qu'il ne s'occupe de Miloud et Anass pour des exercices de prise en charge et remorquage d'un plongeur fatigué ou paniqué. A 14 heures, quelques stagiaires sont là (nous avons oublié de donner une heure de rendez-vous), Patrick et Eric en profitent pour approfondir les calculs de temps maximums d'immersion sans palier. A la fin de la plongée de l'après-midi, nous remontons sous une pluie battante. Oh non, nous allons être mouillés ! Nous terminons la journée à l'Association autour d'un thé à la menthe



La théorie au soleil, c'est quand même plus agréable

avec Solimane et avons la joie de retrouver Majid, notre Passe-Partout et officier de liaison des années précédentes, toujours aussi enjoué et souriant !





Briefings d'avant-plongée et séances de théorie se succèdent (y compris en faisant plancher nos stagiaires au tableau !)

Jedi, c'est le grand jour, c'est le jour de la plongée en mer, la plongée en milieu naturel n°1 ! Hélas, la pluie est tombée toute la nuit et les conditions en mer risquent d'être un peu difficiles... C'est BALLO comme n'aurait pas dit l'autre, le temps se gâte au moment même des premières bulles en mer de nos jeunes plongeurs d'eau douce, ça promet ! Le rendez-vous est donné à la piscine pour organiser le matériel et ce dernier est convoyé avec stagiaires et moniteurs jusqu'à Cala Bonita à l'aide du minibus de l'ITPM. C'est royal ! A Cala Bonita, c'est avec joie que nous retrouvons le compresseur que nous avons réparé l'année dernière (Patéric, pneumatique et électricité, l'équipe qu'il vous faut) en pleine forme. Nous gonflons les bouteilles et partons pour une plongée d'exploration (sans exercices) à 6 mètres maximum pour faire découvrir le milieu naturel en bouteille à nos plongeurs (la plupart connaissent le site pour y pratiquer l'apnée). En début de plongée, l'eau n'est vraiment pas claire et nous sommes obligés de nous tenir pour ne pas nous perdre. Nous évoluons agglutinés en bloc jusqu'à une pointe après laquelle la visibilité s'améliore assez pour se lâcher et travailler la stabilisation. Nous avons ainsi l'occasion d'apercevoir des castagnoles, girelles, serrans écriture, poulpes, nudibranches, oursins, anémones, ophiures... La stabilisation de nos plongeurs débutants n'est pas parfaite mais ça va s'améliorer, ils savent déjà évoluer en trois dimensions sans trop se laisser aspirer par la surface.

Vendredi, dernier jour déjà de plongée pour l'équipe 1. Nous partons vers Cala Bonita pour la plongée n°2 en milieu naturel. L'organisation est plus fluide que la veille, chacun a pris ses marques et sait où se trouve tout ce dont il a besoin. Le briefing est effectué par Louis qui explique à tous les exercices qui seront effectués sous l'eau. Ce briefing est complété par chaque encadrant au sein de sa palanquée pour apporter une touche personnelle et repreciser une dernière fois les points importants. Pour cette plongée, nous sommes accompagnés par les deux élèves Rescue et de Louis, leur encadrant personnel qui veille sur eux... et sur nous ! Les exercices s'effectuent sur un fond de 8 à 12 mètres, les stagiaires sont très consciencieux et font de leur mieux pour réussir ces exercices déjà effectués en piscine. A Cala Bonita, nous retrouvons Jamal, l'un des piliers de l'ACRA et responsable de l'activité Voile, toujours prêt à nous aider, sauf pour gonfler les blocs, ça il n'aime pas, mais pas du tout !

Ce soir là, Eric emmène les moniteurs à la oficina pour fêter son premier cinquantenaire et Louis en profite pour annoncer qu'il est reçu à l'examen de Dive Master, une grande journée pour lui !





Cala Bonita :

L'équipe 1 et une partie des stagiaires

Jamal et Louis devant le club de plongée

Briefing et préparation du matériel sur la plage

Départ pour une plongée

Samedi 8h, grasse matinée, aujourd'hui c'est repos ("roppo", avec l'accent local, suivi d'un grand éclat de rire !). Au lieu d'aller à la plage, nous en profitons finalement pour travailler sur la logistique du matériel de plongée de l'ITPM en lui ajoutant des étiquettes. La matinée fut consacrée donc à la recherche d'étiquettes de porte-clés et de marqueurs. Des repères sur les matériels améliorera leur gestion et responsabilisera davantage nos jeunes plongeurs quand ils s'occuperont des équipements qui leur seront prêtés. A midi heure espagnole (comprendre 15h), nous sommes attendus chez Solimane pour déguster en famille (étendue aux sympathisants de l'association) une délicieuse pastilla préparée par son épouse Fatima. En plus de nos amis de l'ACRA, nous faisons la connaissance de David, un entraîneur français de foot envoyé à Al Hoceima par sa fédération pour "un certain temps". Le temps vire à la pluie, nous revenons vite à l'ITPM pour mettre le matériel à l'abri... et découvrir qu'il l'était déjà grâce à l'attention du personnel très serviable de l'Institut. Notre matériel étant bien sec, c'est tout ça de confiture de figue que nous pourrons ramener en France sans craindre le supplément de bagage !

Fin d'après-midi, enfin nos successeurs arrivent ! Il était temps !! Patrick et Didier arrivent un peu fourbus de leur long voyage plein de péripéties, ils ont à peine le temps de reprendre leur souffle que l'on fonce vers la oficina pour une soirée en compagnie de Solimane autour de quelques poissons frits.



Dimanche 5h30 : C'est la fin pour la première équipe qui prend la route avec Saïd, notre conducteur émérite, vers Tanger. Malgré une pause petit-déj. d'au moins 20 minutes et toute la bonne volonté de Roger, nous n'arrivons pas à rater l'avion de Tanger, ni celui de Madrid malgré notre long arrêt casse-croûte – lasagnes – yahourt – café – sieste et retrouvons notre chère "Tour Iffil" et les bouchons parisiens.

L'équipe 1 (Louis, Roger, Patrick H., Eric)



Arrivés à Orly, nous n'avons pas résisté à cette photo !



Situation d'Al Hoceima

