

## SÉCURITÉ EN MER

### Conditions de sécurité en kayak de mer

Avant chaque sortie en mer, le pratiquant doit vérifier son équipement afin que celui-ci soit conforme aux directives des affaires maritimes.

La DIVISION 240, notamment l'article 240-2.10, précise les conditions d'utilisation des embarcations et engins propulsés principalement par l'énergie humaine : cela concerne le kayak de mer selon son équipement.

<https://www.legifrance.gouv.fr/jorf/id/JORFTEXT000038462363/>

En complément de cette directive à caractère obligatoire, il appartient à chacun de vérifier son matériel en y apportant un soin particulier sur les éléments suivants :

- Un kayak en bon état, bien équipé, une ligne de vie présente et vérifiée
- Une jupe étanche avec un nécessaire de réparation
- Un gilet d'aide à la flottaison vérifié régulièrement pour s'assurer de son efficacité
- D'une pagaie et d'une pagaie de secours facilement accessible sur le pont
- D'une pompe ou d'une écope afin de vider l'eau du kayak
- D'un système lumineux afin d'être repéré sur l'eau et des cyalumes accrochés à un petit bout (pour les faire tourner)
- Un dispositif qui permet de remonter seul dans son kayak (paddle-float ou mousse flottante)
- Un dispositif qui permet de communiquer ses coordonnées ou de faire appel aux secours : VHF (canal 16), portable (numéros pré-enregistrés), système de géolocalisation
- Un équipement chaud et adapté à la sortie, avoir également un change complet pour soi ou une personne en difficulté
- Une trousse de pharmacie
- De l'eau et de quoi s'alimenter (barres/gels énergétiques, fruits secs ... )

## **La sécurité et la navigation**

- Prendre en compte l'environnement dans lequel vous naviguez, facile à complexe, en fonction de la géomorphologie du secteur
- Etudier les cartes de navigation, les courants et les bulletins de la météo
- Vérifier la distance et la durée de l'itinéraire avant chaque sortie
- Bien s'équiper avec des vêtements adaptés à la période et à l'objectif fixé, prendre en compte le vent, la température de l'eau, les courants, les changements brusques de la météo
  
- Avoir un moyen de communication comme la VHF (et autres) et savoir l'utiliser (sémaphore, canal 16 ...)
- Prévenir quelqu'un à terre de son plan de navigation, laisser ses coordonnées ;
- Prendre en compte le facteur humain : fatigue, inquiétude, peur, l'imprévu
- S'assurer de son niveau technique en rapport avec son objectif : on ne navigue pas de la même manière dans une mer agitée comme on peut naviguer dans une mer calme
- Bien connaître son matériel et son équipement avant de se lancer dans une randonnée en kayak de mer et ne pas avoir de surprise au dernier moment ou pire, sur l'eau (kayak qui fuit)
- Rechercher les échappatoires avant de partir et si cela est nécessaire, accepter de renoncer à la sortie ou éventuellement, à l'écourter

## **Préparer sa navigation**

Chaque navigation petite ou grande (sur plusieurs jours par exemple) nécessite une préparation méticuleuse où chaque élément sera analysé afin de faciliter une prise de décision responsable en rapport avec l'objectif recherché.

La navigation

- Définir le plan de navigation, l'objectif, la distance, la durée, les contraintes météorologiques, les échappatoires et le renoncement possible
- L'importance du groupe dans lequel on est et le niveau de celui-ci
- Prendre la météo (réf : Météo France) la veille et le jour du départ pour vérifier les écarts et la tendance (la croiser avec une autre source) :

- Marée
- Vent, orientation, (vent dominant : S à S/O)
- Vagues et houle (hauteur et fréquence), orientation
- Etudier correctement les cartes spécifiques de l'endroit de la navigation et la géomorphologie du secteur (hauts fonds et empilage de dalles = risque de déferlement), l'arrivée sur les plages, le risque : shore break possible selon la nature de la pente
- Attention particulière aux passages de caps en fonction de la météo et de l'heure de la marée (le vent contre le courant lève la vague, le courant peut être fort selon le coefficient de la marée)
- Bien repérer les échappatoires et la possibilité de se mettre en sécurité avec le groupe

## **L'hypothermie**

L'hypothermie est le refroidissement du corps humain par un phénomène de convection, la chaleur du corps est aspirée vers l'extérieur. Il donc est important d'anticiper et de prévenir ce risque majeur pouvant entraîner la mort. Il est nécessaire de prévenir ce risque en s'équipant correctement pour lutter contre le froid et l'humidité qui nous enveloppent. On ne fait pas du kayak de mer en short et en petit blouson quand la mer est froide avec un vent relativement fort.

La manière efficace de se protéger est d'avoir des vêtements adaptés à l'activité : combinaison ou pantalon étanche, collant en dessous, maillot thermique en plusieurs couches, blouson épais et étanche. La tête est protégée, les pieds sont aux chauds dans des chaussettes en néoprène et dans des chaussures qui les protègent. Il est préférable d'être trop habillé qu'insuffisamment.

Une personne qui a dessalé dans une eau froide doit être secourue rapidement. Ses vêtements sont remplacés par d'autre vêtements secs et chauds, dans certains cas (personnes somnolente) les secours doivent être immédiatement contactés par la VHF.