

PLONGEE SOUS-MARINE POUR PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP PHYSIQUE OU PSYCHIQUE



Découvertes Baptêmes Formations

Comité départemental Haute-Vienne



Fédération Française d'études
et Sports Sous-Marins
codep87.fr

- **Dépassement du handicap**
- **Développement de l'estime de soi et de l'image positive**
- **Renforcement musculaire et cardio-respiratoire**
- **Gestion des émotions**
- **Diminution de l'anxiété**
- **Sensation d'apesanteur**



« Ce qui est facilitant pour les uns est bénéfique pour les autres. »



Plaisirs et bienfaits

de l'immersion dans l'eau
La poussée d'Archimède facilite les mouvements dans l'eau.

Cette sensation d'apesanteur redonne une autonomie aux personnes handicapées et leur permet d'effectuer des mouvements parfois difficiles à exécuter hors de l'eau.

Nombre d'entre-elles sont ravies de pouvoir s'immerger en toute sécurité, sans les risques de noyade liées à leurs difficultés fonctionnelles.



Le CODEP 87 est composé de 13 clubs associatifs et plus de 600 licenciés. La pratique de la plongée sous-marine (avec bouteille d'air et détendeur) est accessible à tous grâce au savoir-faire des encadrants Handisub et au partenariat avec l'Aquapolis de Limoges.

Plus d'informations sur codep87.fr



LE HANDICAP EST SOLUBLE DANS L'EAU

Baptêmes gratuits à l'Aquapolis de Limoges le mercredi toute l'année

à 19h45 à partir de 8 ans

Certificat d'absence de contre-indication médicale
Autorisation parentale pour les mineurs

Sur réservation:
contact@codep87.fr

Fédération Française d'études et sports sous-marins
Comité départemental Haute-Vienne
codep87.fr

Handisub®



LES DIPLOMES

LE BAPTÊME



Le baptême permet de découvrir la plongée en bouteille. Il représente généralement la 1ère incursion dans le monde sous-marin. Il permet, accompagné d'un moniteur, de découvrir la beauté des fonds sous-marins en toute sécurité.



LES CURSUS

Il existe quatre niveaux de qualification pour les plongeurs en situation de handicap

- o PESH 6 mètres
- o PESH 12 mètres
- o PESH 20 mètres
- o PESH 40 mètres

Quel que soit le handicap rencontré, Handi moteur ou Handi mental, toute personne est considérée apte à plonger pour peu qu'elle produise un certificat médical d'absence de contre-indication à la pratique de la plongée sous-marine.

Dans le cadre de cette activité, la formation qui débute en milieu protégé d'une piscine amène le moniteur à adapter les moyens techniques aux capacités du Plongeur En Situation de Handicap (PESH) qui font de l'handi-plongeur une personne unique.



Fédération Française d'études et Sports Sous-Marins