



Lettre d'information du club Rodez-Plongée

N°1 Juin 2025

Table des matières

1 Le mot du Président.....	1
2 Édito historique du club de plongée de Rodez.....	2
3 Dédé sur les traces des Ornitamalous.....	3
4 Tombola.....	5
5 Projet "Perfectionnement des compétences des cadres du CSR".....	6
6 Temps fort à Sète pour le projet SubAdo.....	7
7 Un nouveau partenariat pour la section HandiSub du CSR.....	8
8 Le CSR à Banyuls sur Mer pour la Pentecôte.....	9
9 La plongée est un sport magnifique.....	10
10 Le WE du 29 mai au 01 juin à Saint Cyr sur Mer.....	11
Des nouvelles du club.....	12
Nos prochains rendez-vous.....	13

1 Le mot du Président

PARTAGER LES INFORMATIONS SUBAQUATIQUES ET RUTHÉNOISES

Nos plongeurs ont choisi grâce au sondage proposé par Bertrand Gaudu : "**La gazette des bulles**" pour notre lettre d'information.

Ce journal est à la disposition de tous, en tant que lecteur et en tant que photographe ou auteur d'articles.

Son but est de donner des informations venant des différentes activités du club à tous nos membres.

Vous le recevrez lors de sa parution et vous le trouverez à la rubrique Gazette des bulles sur notre site pour le consulter.

Nous espérons que vous aurez bientôt l'envie de partager votre vécu ou vos projets en envoyant 2 ou 3 photos et 10 lignes à Pierre Dumont.

En souhaitant que cette lettre d'information soit joyeuse et drôle.

Xavier Noal

2 Édito historique du club de plongée de Rodez

Camarades plongeurs, membres honorables du grand et glorieux Club de Plongée de Rodez le CSR.

Aujourd'hui, en ce moment solennel et exaltant, nous tournons une page décisive de notre histoire aquatique. Par la force inébranlable de notre détermination et la rigueur de notre engagement, nous inaugurons **LA PREMIÈRE LETTRE D'INFORMATION** du CSR, un phare lumineux guidant notre formidable épopée sous-marine vers des horizons toujours plus grandioses !

Nous plongeons, non pas seulement dans les eaux cristallines du progrès, mais dans les abysses insondables de la fraternité et de la passion ! Chaque immersion est une conquête, chaque bulle un symbole de l'enthousiasme collectif qui anime notre noble institution.

Qu'il soit su et reconnu que jamais auparavant le club n'a connu une telle dynamique, un tel rayonnement, un tel élan vers la modernité et l'excellence ! Grâce aux efforts conjugués des membres et à l'esprit indomptable du comité directeur, nous atteindrons des profondeurs jamais explorées et des sommets d'organisation sans précédent !

Dans les mois à venir, cette lettre d'information sera le véritable organe de notre club, le garant de notre unité, le canal privilégié de notre ascension vers un avenir radieux !

À l'avant-garde du progrès aquatique, unis comme une grande famille, avançons avec audace et détermination vers une plongée sans limites !

Vive le Club de Plongée de Rodez !

Vive nos futurs exploits sous-marins !

Le très respectueux rédacteur en chef stagiaire

3 Dédé sur les traces des Ornitamalous

Les Ornitamalous sont de drôles d'oiseaux sans ailes. Je suis venu de loin pour les observer ce jeudi 24 avril.



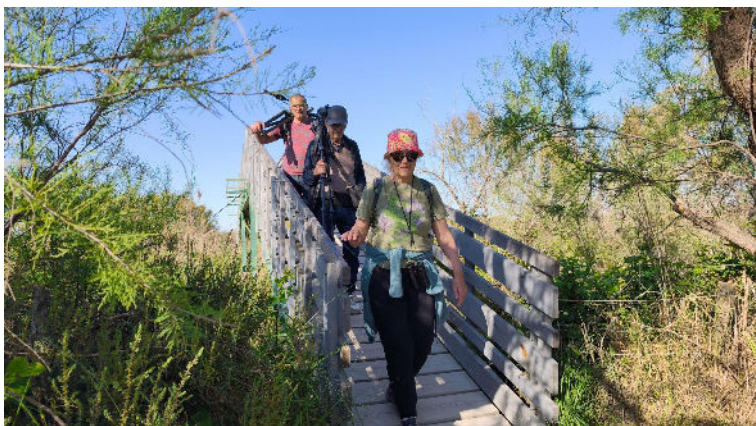
On peut les voir se promener dans les étangs de Camargue ou parfois plonger dans l'étang de Thau.



On peut les reconnaître facilement car ils ont des yeux proéminents que l'on appelle « **jumelles** »,



un grand bec cylindrique que l'on appelle « **objectif** »



et le sommet du crâne coloré que l'on appelle « **chapeau** ».



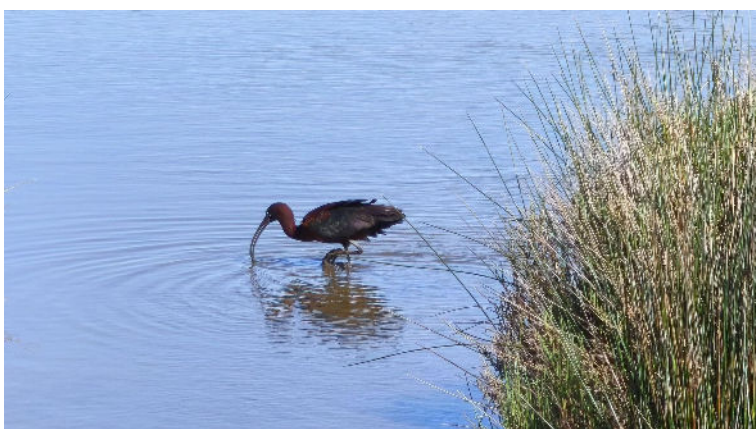
Ils sont souvent en groupe et aiment se reposer dans des abris que l'on appelle « **buvette** ».



Comme il faisait beau, il y avait beaucoup de visiteurs.



Mais j'ai réussi à trouver un petit coin tranquille pour voir passer les Ornitamalous tranquillement.



J'ai pu être hébergé chez un copain que l'on surnomme ... “**hôtel**”

Article proposé par Dédé le Flamant-Rose

4 Tombola

Une tombola c'est le moyen de renvoyer une petite participation à une association qui fait beaucoup !

Cette année, Linda est responsable de l'organisation d'une tombola pour le club :

- Le carnet de 5 tickets est à 10€ (2€/ticket)
- Jour de vente des tickets ... le mercredi.
- La date butoir pour le retour des tickets et le règlement est le **18 juin**.

Les lots :

- Trottinette électrique
- Caisson étanche pour téléphone divewolk
- Bons d'achats décathlon x 3
- Gants
- Ordinateur de plongée
- Gâteau à la broche
- Poterie
- Livres
- miel
- Huile d'olive
- Etc.....

Tous les membres du club susceptibles de nous apporter des lots peuvent s'adresser à Linda Ghibaudo au **06.79.95.92.27** ou par courriel à l'adresse **lyndaghibaudo@hotmail.fr**

La délivrance des lots aura lieu lors de la fête de remise des diplômes le **2 juillet**.

Les bénéfices de la tombola serviront à la vie du club.

Merci de faire circuler l'information !

5 Projet "Perfectionnement des compétences des cadres du CSR"


Objectifs :

Perfectionnement des compétences des cadres (formation aux outils pédagogiques) et mise à niveau suivant la réglementation et les techniques d'enseignement vis-à-vis des risques spécifiques à l'activité.

Description :

- **Stage 1** : Pédagogie et retour d'expérience (par le CTR Occitanie).
- **Stage 2** : Formation sur l'évolution des règles et pratiques en santé en plongée (par médecin fédéral Occitanie).
- **Stage 3** : Formation des encadrants aux outils d'identification des espèces et au respect de l'environnement, du milieu de notre pratique (par un instructeur national bio).

Évaluation :

- **Test de connaissances** : effectué lors d'une Sortie mer de mise en situation sur les thèmes de formation.
- **Date ou période de réalisation** : le 01/01/2025 ou du 01/01/2025 au 31/12/2025
- **Remarque**: *la mise en situation en mer ne signifie pas qu'on va réellement créer un accident*


Bénéficiaires :

- Nombre: **30** (ce nombre correspond à la totalité des encadrants du CSR).
- Commentaire: Les encadrants de E1 à E4 et les encadrants spécialisés acquerront des connaissances complémentaires et différentes à leurs activités de base.

P.S :

- Si vous avez des questions, vous pouvez les poser à Véronique.
- Si vous avez des idées, commentaires ou propositions d'amélioration, toute aide sera la bienvenue.

6 Temps fort à Sète pour le projet SubAdo.



Sète et Mèze, validations à -12m, observations bio, ambiance d'jeuns et Ukulélé.

Joli programme le WE des 28-29 Mai dernier pour cette première vraie sortie en mer pour les jeunes de la MJC d'Onet le Château et de ses quartiers. Toutes et tous engagés dans le projet partenarial SubAdo : Zaina, Adam Aymane, Vassilissa, Ronida, Ylies, Rojda, Abdoul, Christian, Arda, Salim, Khadija.

Le CSR n'avait pas lésiné sur les moyens d'encadrement. Xavier, Pascal, Thierry d'une génération très très post ado avaient mobilisé les amis moniteurs du club de Sète, présents en nombre sans oublier Nao Bru et deux responsables de la MJC .

Bref des plongées très intergénérationnelles couvertes en reportage radio par Pierre Etienne.



Au centre Le Taurus de Mèze, très accueillant, nos stagiaires travaillaient encore vers 21h au soir du samedi, certains les yeux lourds, pour identifier la faune rencontrée lors des deux plongées du jour.

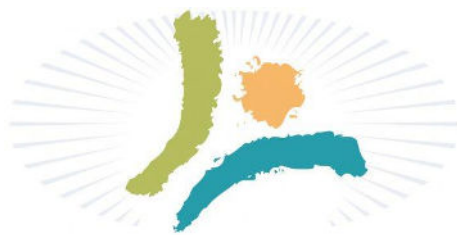
Etonnant non ? Comme les improvisations magiques de Khadija au Ukulélé.

Le lendemain c'était la découverte en PMT de l'espace pédagogique de Mèze présenté par Emmanuel SERVAL, Trésorier Général FFESSM, excusez du peu ! Avec en après-midi la visite de l'Aquarium de Montpellier.

Rendez-vous au club le 2 juillet pour la remise des diplômes de premier niveau. (Des interviews sur ces journées sont disponibles en diffusion sur RTR et [en podcast en cliquant sur ce lien](#)) .

Pierre-Etienne Vanpouille

7 Un nouveau partenariat pour la section HandiSub du CSR.



Association Hospitalière
SAINTE-MARIE

Il est passé entre le CSR et la Maison d'accueil spécialisée (MAS) les Ruthènes. Elle a pour objectif de former, encadrer et animer un groupe de 4 adultes en situation de handicap, motivés et volontaires, résident de la Mas.

Des ateliers et entraînements liés à la découverte des activités subaquatiques sont programmés. Les objectifs du projet sont multiples. Essentiellement viser une intégration sociale en luttant contre la sédentarité, augmenter la confiance en soi, l'estime et la maîtrise de soi. Mais aussi entrer dans une phase de bien-être, de détente et de relaxation.

Une première séance en piscine a eu lieu le lundi 12 mai dernier avec l'implication des encadrants bénévoles du CSR qualifiés et avec la complicité habituelle de Radio Temps Rodez pour mettre en valeur cette action. Du côté de la Mas étaient présentes trois encadrantes professionnelles.

A suivre donc ..

Pierre-Etienne Vanpouille

8 Le CSR à Banyuls sur Mer pour la Pentecôte

Pour son anniversaire, Julien a demandé à Véro et au club Rederis de Banyuls-sur-Mer de nous organiser une sortie CSR :

22 plongeurs du Club se sont retrouvés pour 5 sorties au bord de **La Réserve Naturelle Marine de Cerbère-Banyuls**. Le temps fut de la partie et l'eau est montée jusqu'à 20°C sous un beau soleil catalan.

Dans ces conditions idéales pour des IPD en rafale (les Plongeurs en Difficultés paraissant plutôt en forme, limite souriants) et pour des orientations ponctuées par de beau parcours de palmage, les N2 ont parfait leur formation en conditions réelles sous le patronage bienveillant de Chantal, Régis et Samuel (Fred tu nous as manqué).

Olivier Ruscassie



9 La plongée est un sport magnifique.

Quand tu es au fond de l'eau, tu oublies tout : ton âge, celui de ceux qui plongent avec toi, tes origines sociales, humaines mais aussi celles de ceux qui plongent avec toi...

C'est ce constat qui a amené le projet des Naïades :

12 jeunes, 5 jeunes femmes et 7 jeunes hommes, riches de leurs différences, âgés de 14 à 17 ans et dont le seul point commun est l'appartenance au MIX ART d'Onet-le-château et que rien ne prédestinait à la plongée. Et qui pourtant, en 1 an et demi auront réussi l'exploit de valider leur niveau 1 de plongée au sein du CSR 12 avec des encadrants de l'âge de leurs parents et grands-parents.

Plongée au lac, séance de piscine et validation à Sète, le tout dans une ambiance chaleureuse et musicale qui se terminera en apothéose par un week-end en Espagne : c'est ça l'esprit du CSR by les Naïades.

Pascal Bru



10 Le WE du 29 mai au 01 juin à Saint Cyr sur Mer

Le long week-end de l'Ascension, le club est descendu en petit comité sur la côte varoise à Saint Cyr sur Mer ! Le temps était juste idéal et la mer d'huile !

Karine et Ivan nous ont accueilli dans leur structure AZUR PLONGEE. C'est dans une ambiance chaleureuse mais très matinale que nous avons commencé ce pont ! Au programme 7 magnifiques plongées à la hauteur de nos attentes ! Le P38 nous a accueilli le vendredi matin de ses ailes reposant à 38 mètres, une visibilité incroyable, et quelques bestioles nous y attendaient.

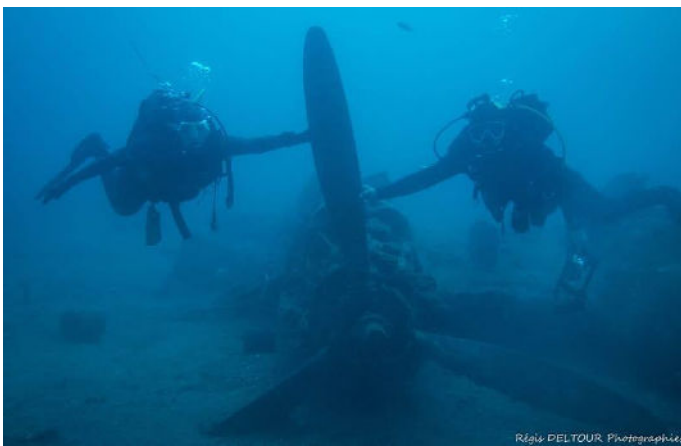
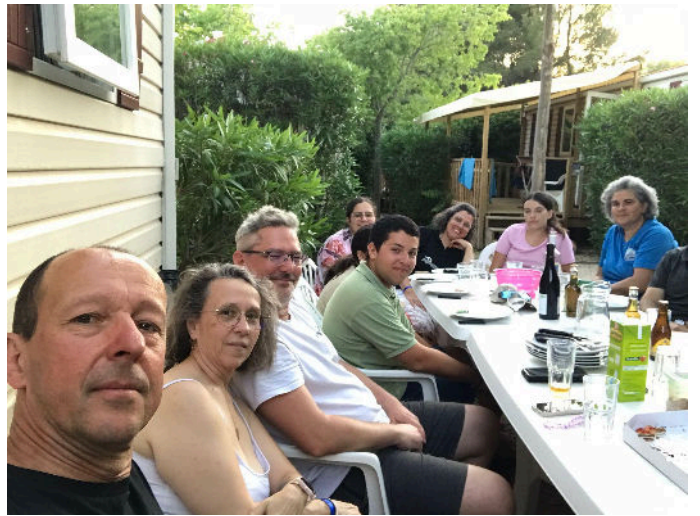
Munis de nos lampes nous avons passé ces 7 plongées à explorer ce que la Méditerranée nous offre généreusement : gorgones, limaces, langoustes, poulpes, murènes, ..., et pour certains un magnifique homard !!!! Ce fut un réel plaisir de pouvoir partager les différents spots en fonction des différents niveaux des plongeurs. Le club nous a su répondre à notre soif de découverte.

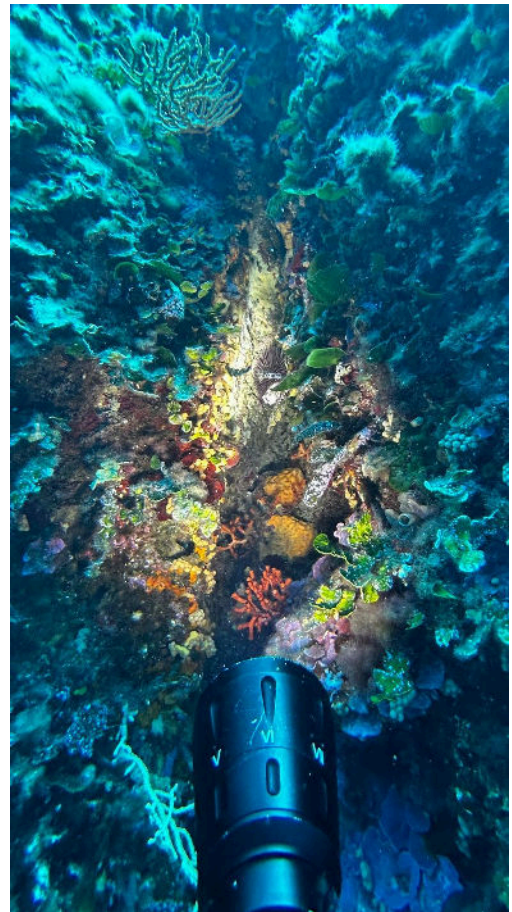
Le soir nous nous retrouvons pour un repas partagé et cuisiné chaque soir par un mobile-home différent, et évidemment arrosé de jus de fruits !!!!!

Tout le monde est rentré sur Rodez avec une seule envie: y retourner !

Bérangère Lheritier







DES NOUVELLES DU CLUB



- Notre club vient d'acheter 9 nouveaux gilets Subea et Mares pour renouveler notre stock vieillissant.
- Rodez Plongée a signé au mois de mai une convention avec la Mas de Sainte Marie et Radio Temps pour la prise en charge de 4 adultes handicapés par notre club pour des plongées piscine.
- La remise aux normes de nos tampons et la révision de notre membrane avancent , la mise en route est pour courant juin. Merci à Thierry, Bruno, Xavier et Bertrand qui font un gros travail ainsi qu'à Jean Marc Bouffil de Air Kompressor qui a trouvé la panne !
- Arrivée au CSR de Baptiste Saragoni d'une famille connue de nageurs en eaux vives , il se propose d'animer la Nev dans notre club.
- Rodez Plongée-CSR avait au 31/05/2025 153 membres dont près de 30 encadrants.
- La commission bio a fait l'acquisition d'un microscope pour mieux voir.....
- Le club lance un appel à candidature pour le poste de trésorier en remplacement de Jean Louis Spinelli .
- Parution de la prochaine "Gazette des bulles": Septembre 2025. Nous attendons déjà des articles de votre part pour les publier. Vous pouvez les envoyer directement à pierre-dumont@laposte.net.

NOS PROCHAINS RENDEZ-VOUS



- **Mardi 24 juin**: Réunion du comité directeur puis réunion du groupe encadrant
- **Mercredi 25 juin**: Repas de fin de saison après la piscine organisé par Christophe Crepeau de la convivialité.
- **Dimanche 29 juin**: Plongée de la commission bio à Saint Etienne Cantalès.
- **Mercredi 2 juillet**: La grande soirée de la remise des diplômes et de la tombola, tout le club est invité avec un plat salé ou sucré à partager .
- **Les vendredis soirs au lac**: Tous les vendredis de juillet et août, sous la baguette d' Antoine Martinot Lagarde.
- **Samedi 30 août**: Fête du sport de la ville de Rodez à Vabres avec un stand de Rodez plongée tenu par nos plongeurs.
- **Samedi 13 septembre**: Vital sport à Décathlon avec notre traditionnelle participation.
- **Lundi 8 septembre**: C'est la rentrée à Aquavallon à 19h et 19h30 au bassin.
- **INSCRIPTIONS** : Lundi 8/09 , Lundi 11/09 et Mercredi 15/09 , Mercredi 17/09 de 19h à 21h.
- **20/21 septembre**: Rodez Plongée-CSR reçoit en eau douce le club de l'Odyssée de Sète.