Document d’information – Contre-indications à la plongée sous-marine



1. Pourquoi vérifier son état de santé avant de plonger ?

La plongée sous-marine expose le corps à des variations de pression. Certaines maladies, certains traitements ou un état de santé temporairement altéré peuvent augmenter les risques d’accident pendant ou après la plongée.

2. Situations nécessitant une vigilance particulière

- Problèmes cardiovasculaires
- Maladies cardiaques, troubles du rythme, hypertension artérielle non contrôlée, antécédents de malaise ou de perte de connaissance.
- Problèmes respiratoires
- Asthme, pneumothorax actuel ou antérieur, maladie pulmonaire chronique ou autre affection respiratoire. La compatibilité avec la plongée doit être évaluée individuellement.
- Problèmes ORL
- Otite, sinusite, obstruction nasale importante, difficulté à équilibrer les oreilles ou les sinus.
- Problèmes neurologiques
- Épilepsie, crises convulsives, pertes de connaissance inexpliquées ou certaines maladies neurologiques.
- Médicaments et traitements

Certains médicaments peuvent modifier la vigilance, l’équilibre, la respiration ou la capacité à réagir en situation d’urgence. Un avis médical peut être nécessaire.

3. Situations temporaires dans lesquelles il faut reporter la plongée

- Rhume, nez bouché, sinusite ou otite.
- Fièvre, infection ou fatigue importante.
- Consommation d’alcool ou de substances altérant les capacités.
- Difficultés respiratoires inhabituelles ou état général diminué.
- Blessure, intervention chirurgicale récente ou maladie en cours de récupération, selon la situation.

4. Autres situations nécessitant une évaluation médicale

- Grossesse : la plongée sous-marine avec bouteille est déconseillée pendant la grossesse.
- Diabète, notamment en cas de risque d’hypoglycémie.

- Antécédents de maladie de décompression.
- Chirurgie récente, notamment de l'oreille, du thorax ou des yeux.
- Toute maladie chronique ou tout antécédent susceptible d'affecter la sécurité en immersion.

5. Que faire en cas de doute ?

Ne prenez aucun risque.

Signalez toute maladie, tout traitement et tout antécédent pertinent à votre structure de plongée. En cas de doute, suspendez la plongée jusqu'à l'obtention d'un avis médical adapté, idéalement auprès d'un médecin connaissant la médecine de plongée.

Conditions d'annulation et de remboursement

En cas de mauvaises conditions météorologiques, notre centre se réserve le droit d'annuler une prestation, y compris au moment du rendez-vous, pour des raisons de sécurité. Dans ce cas, nous vous proposerons, au choix, un report de votre réservation à une date ultérieure ou un remboursement intégral.

En cas d'annulation de votre part, si vous souhaitez obtenir un remboursement, votre demande devra être effectuée au moins 48 heures avant la date et l'heure prévues de votre réservation.

Passé ce délai, un remboursement pourra être envisagé sur présentation d'un justificatif valable.

SORTIE CÉTACÉS À LA RÉUNION

Informations et consignes à destination de nos clients

Vivez une rencontre exceptionnelle avec les cétacés, dans le respect de leur environnement naturel !

Nous vous accueillons pour une sortie en mer dédiée à la découverte des baleines, des dauphins et des autres mammifères marins présents dans les eaux réunionnaises.

Notre objectif est de vous faire vivre une expérience inoubliable, tout en respectant la tranquillité des animaux et en garantissant votre sécurité.

1. Les observations et les mises à l'eau ne sont pas garanties

Les cétacés sont des animaux sauvages qui évoluent librement dans leur milieu naturel.

Nous ne pouvons garantir ni l'observation des cétacés, ni une mise à l'eau, ni une rencontre avec eux dans l'eau.

La présence des animaux, leur comportement, les conditions météorologiques et l'état de la mer sont autant de facteurs indépendants de notre volonté.

Même lorsque des cétacés sont observés, les conditions ne permettent pas systématiquement une mise à l'eau.

La décision de mise à l'eau appartient au capitaine et à l'encadrement, en fonction de la sécurité des participants, du comportement des animaux et de la réglementation en vigueur.

Une mise à l'eau peut être refusée ou interrompue à tout moment si les conditions ne sont pas réunies.

2. Les principales règles préfectorales à respecter

À La Réunion, les activités nautiques à proximité des cétacés sont encadrées par l'arrêté préfectoral n° 944 du 4 juin 2025, modifié par l'arrêté n° 1098 du 27 juin 2025.

Les principales règles à retenir sont les suivantes :

- **Période concernant les baleines à bosse :** du 1er juillet au 30 septembre, les règles spécifiques d'approche et d'observation s'appliquent. En dehors de cette période, les navires doivent notamment rester à plus de 300 mètres des baleines à bosse.
- **Horaires :** l'approche et l'observation depuis un navire sont généralement autorisées de 9 h à 16 h. La mise à l'eau est autorisée uniquement de 9 h à 13 h.
- **Nombre de navires :** la présence autour des cétacés est limitée selon les conditions fixées par l'arrêté, notamment à trois navires ou embarcations dans les situations réglementées.
- **Mise à l'eau :** un maximum de sept personnes, encadrement compris, peut être autorisé dans l'eau. La durée d'observation dans la zone réglementée est limitée à 30 minutes, selon les modalités prévues par l'arrêté.
- **Protection des animaux :** il est interdit de poursuivre, harceler ou perturber intentionnellement les cétacés. Les distances, vitesses et modalités d'approche réglementaires doivent être respectées.

Ces règles peuvent varier selon l'espèce, la période et la situation rencontrée en mer. La réglementation officielle prévaut en toutes circonstances.

3. Consignes lors de la mise à l'eau

Pour votre sécurité et le respect des animaux, nous vous demandons de :

- Écouter attentivement le briefing avant toute mise à l'eau.
- Respecter strictement les consignes du capitaine et du guide.
- Ne jamais entrer dans l'eau sans autorisation.
- Rester groupés et à proximité de l'encadrement.
- Ne jamais poursuivre les animaux, chercher à les toucher ou à les bloquer.
- Ne pas tenter de les nourrir ni de modifier volontairement leur comportement.

- Garder une attitude calme et éviter les mouvements brusques.
- Remonter à bord dès que l'encadrement le demande.

Le comportement des cétacés reste imprévisible. Nous ne pouvons pas imposer une interaction à un animal sauvage.

4. Sécurité et conditions de participation

La mise à l'eau est une activité en milieu naturel qui nécessite de respecter les consignes de sécurité.

Le capitaine et l'encadrement peuvent décider de ne pas autoriser une personne à participer à la mise à l'eau si son état de santé, ses capacités physiques ou les circonstances présentent un risque.

Merci de signaler avant le départ toute difficulté particulière susceptible d'affecter votre sécurité dans l'eau.

La mise à l'eau peut également être annulée en raison de la météo, de l'état de la mer, du comportement des animaux ou de toute autre circonstance compromettant la sécurité ou le respect de la réglementation.

5. Notre engagement

Nous mettons tout en œuvre pour rechercher les meilleures conditions possibles d'observation et de rencontre, dans le respect de la réglementation et du bien-être des cétacés.

Nous vous remercions de votre compréhension et de votre participation à une démarche responsable de découverte du milieu marin réunionnais.

Observer sans déranger, c'est préserver la possibilité de rencontres futures.

ℹ INFORMATION À NOS CLIENTS

Des casiers, toilettes et douches sont mis à votre disposition sur place afin de vous permettre de vous changer et de laisser vos effets personnels en toute tranquillité.

Pour des raisons de sécurité, **il est fortement déconseillé d'emporter des effets personnels à bord du bateau** (téléphones, sacs, portefeuilles, appareils photo, etc.).

Si vous choisissez malgré tout d'emporter vos effets personnels à bord, veuillez noter que notre centre de plongée décline toute responsabilité en cas de perte, de détérioration ou de chute accidentelle dans l'eau.

Nous vous remercions de votre compréhension et vous souhaitons une excellente expérience de plongée !