**La Charte du BON BINÔME**

**quand je plonge en autonome chez**

**Le Crabe de la Côte Bleue**

**Mon comportement :**

Je ne plonge jamais seul durant les sessions du club,

Je considère qu’il n’y a pas de responsable de palanquée, sauf si il s’est clairement identifié,

Je préviens mon binôme si j’ai besoin d’être récupéré en profondeur,

Je regarde mon binôme à chacune de mes sorties d’apnée,

Je préviens mon binôme si ma plongée sera longue ou profonde,

Je ne change pas, de façon significative, mes paramètres de plongée annoncés,

Je m’assure qu’il y ait 1 moniteur ou 2 personnes diplômés de sauvetage dans le groupe,

**Je prends soin de mon binôme :**

Je surveille le départ de mon binôme et récupère son tuba si nécessaire,

Je surveille son virage en tordant la corde,

J’adapte mon départ pour le récupérer en avance à la profondeur pré déterminée,

Je signale à mon binôme que je suis à ses côtés (visuel ou sonore),

Je me positionne à ses côtés pour assurer sa fin d’apnée si nécessaire,

Je reste disponible durant les 30 sec qui suivent son apnée pour l’assister si nécessaire,

J’accompagne la samba ou la syncope de mon binôme avec douceur et bienveillance :

* Je tiens mon binôme droit par la nuque
* J’aide mon binôme à retirer ses éléments faciaux, si nécessaire,
* Je souffle sur le visage de mon binôme afin d’activer ses réflexes, si nécessaire,
* Je demande de l’assistance autour de moi dans le calme.

Je soussigné(e) …………………………………………….………………., atteste que je ferai mon maximum pour respecter cette charte du bon binôme durant mes sorties au sein du club Le Crabe de la Côte Bleue.

Date : Signature :