

je Minier

AS. O. C.

PLONGÉE SOUS MARINE



N° 6

SOMMAIRE DU N° 6
+++++

| | Page |
|-------------------------|------|
| EDITORIAL | 2 |
| RECETTES | 3 |
| QUELQUES CHIFFRES | 6 |
| CERGY NEUVILLE | 7 |
| PLONGEUR D'ETANG | 8 |
| POEME | 9 |
| MATERIEL | 10 |
| MOTS CROISES | 11 |
| HOCKEY SOUS MARIN | 13 |
| PETITES ANNONCES | 14 |

E D I T O R I A L

=====

La Mer nous intéresse en premier lieu par ses fonds puisque c'est notre but de les visiter, mais la Mer est un ensemble qui va de son étendue à ses richesses en passant par toutes ses activités professionnelles ou touristiques.

Chacun a pu apprécier combien le contact prolongé de la Mer rendait plus responsable, plus fraternel et plus égaux.

Responsable parce que tenir une barre, changer une voile ou emmener une palanquée c'est être investi de la charge des autres. La Mer permet d'oublier le fameux : "métro-boulot-dodo" ou si l'on préfère : "assurance-garantie-sécurité". La Mer ne peut engendrer des assistés !

Fraternelle, il est plus facile de trouver la fraternité dans les ports que dans les Assemblées Nationales. Dans les coups durs, elle est généralement présente. Il est courant de voir un bateau se dérouter pour en secourir un autre.

Egaux parce que le technicien plonge avec le P.D.G. et sous le ciré, qui reconnaîtrait l'ouvrier du représentant de commerce. La Mer ne distingue pas le riche du pauvre.

L'homme a été sur la lune avant de chercher à comprendre la Mer. C'est le début d'une grande aventure qui n'aura sans doute jamais de fin.

OLIVIER

Inspiré de : "Le nouvel homme et la Mer" Yves LA PRAIRIE.
Edition Mengès 1977.

EN BOITE , CRILLEES , A LA TOMATE , PIQUANTES ,.....
UNE AUTRE FAÇON DE MANGER DES SARDINES.

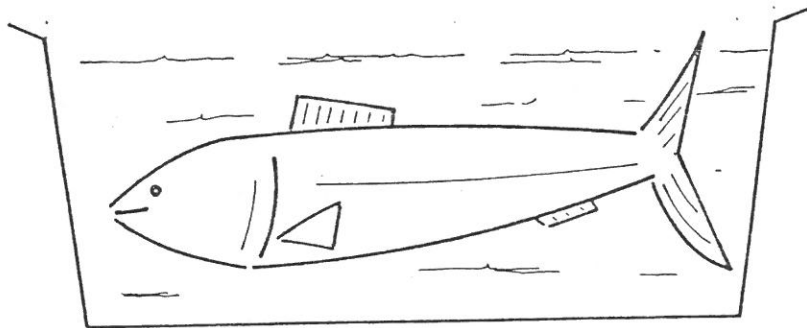
1

INGREDIENTS

3, 4 sardines fraiches par personne, sel, citron,
3, 4 biscottes, choisir un jour d'approvisionnement d'un
poissonnier (Fraicheur),

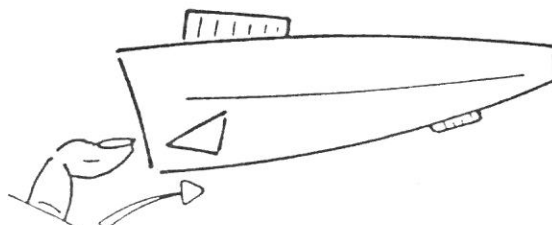
2

- Mettre les sardines dans une bassine d'eau tiède



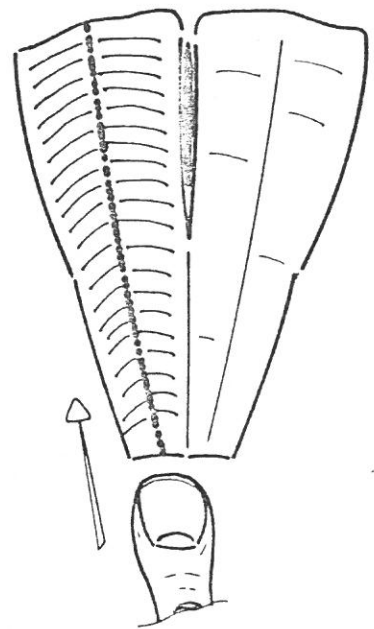
3

- Sur une planchette, étêtez et équeutez
- Avec l'index videz et ouvrez en deux



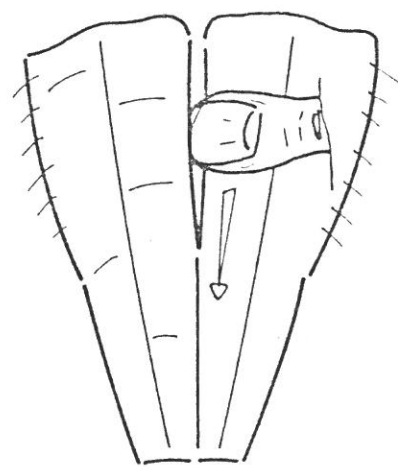
4

- Avec le pouce décollez l'arête principale, retirez la doucement afin que les petites arêtes restent accrochées



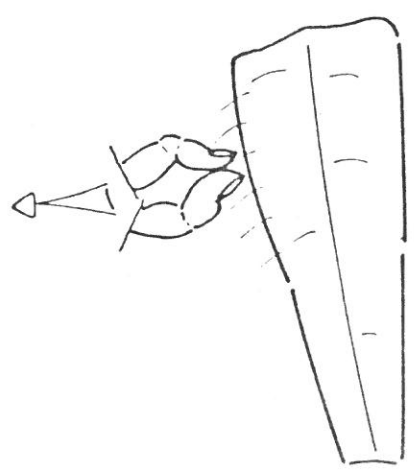
5

- Avec le pouce décollez les filets de la peau



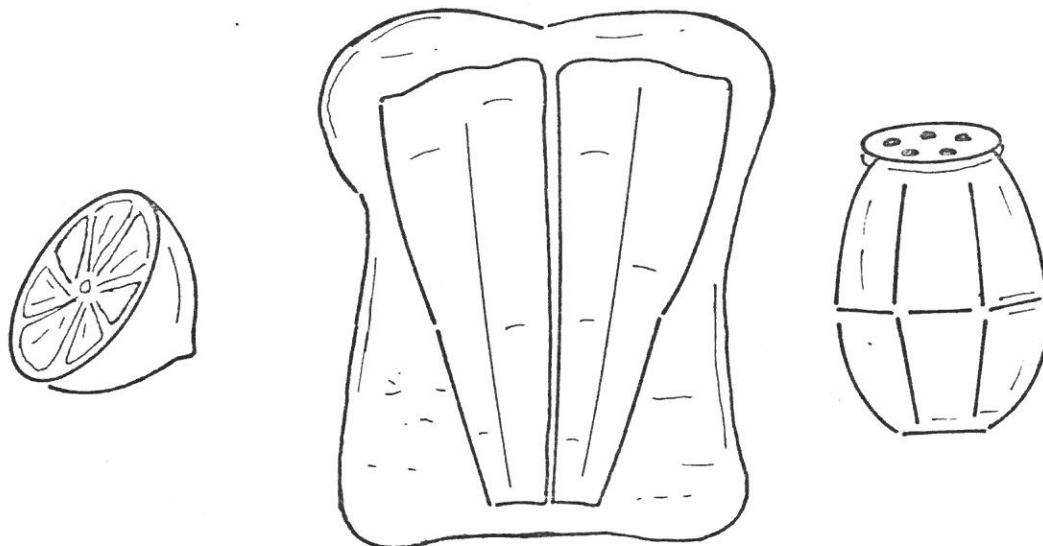
6

- Une par une retirez les arêtes très fines qui seront restées dans les filets



7

- Etalez les filets sur une biscotte,
- Salez, quelques gouttes de citron
- Mangez, vous m'en direz des nouvelles !



- Non je n'ai pas oublié la cuisson,
IL N'Y EN A PAS
- Si vous n'osez pas ou n'avez pas compris
suivez le mode d'emploi simplifié

8

EMPLOI SIMPLIFIE

- Achetez 1 kg de sardines fraîches
- 1 litre de vin blanc (du bon)
- Un peu d'appéro et un dessert
- Venez chez moi, je ferai le reste

SI LES CHIFFRES VOUS PLAISENT...

Les pêches françaises en 1981

| | QUANTITE (en MT) | VALEUR (en MF) |
|----------------------------------|---------------------------|----------------|
| Poissons | 469 (+ 2 %) | 3 206 (+ 16 %) |
| Crustacés | 28 (- 5 %) | 502 (+ 14 %) |
| Mollusque de pêche | 46 (- 30 %) | 338 (+ 10 %) |
| Mollusque d'élevage | 160 (+ 7 %) | 761 (+ 9 %) |
| Autres produits | 31 (+ 22 %) | 15 (+ 0 %) |
| | 733 (+ 0 %) | 4 821 (+ 14 %) |
| Emploi : effectifs embarqués* | 21 033 personnes (-4,5 %) | |

* On considère qu'un emploi en mer génère quatre emplois à terre.

COMPOSITION DE LA FLOTTE ARMÉE DE PECHE.

| | NOMBRE | JAUGE |
|--------------------------|--------|---------|
| Chalutiers | 1 803 | 110 992 |
| Thoniers ligneurs | 43 | 4 158 |
| Thoniers senneurs | 40 | 21 889 |
| Drageors | 119 | 1 922 |
| Cordiers, ligneurs | 228 | 1 994 |
| Palangriers | | |
| Casseyeurs langoustiers | 215 | 3 963 |
| Polyvalents | 5 888 | 35 077 |
| TOTAL (y compris divers) | 9 422 | 191 547 |

LES ETANGS DE CERGY NEUVILLE

Qu'est-ce qui peut bien pousser des gens à vouloir à tout prix plonger en Etang et à Cergy Neuville ? La question est posée, tâchons d'y répondre.

Le lieu tout d'abord ! Si nous plongeons à Cergy, ça n'est pas par plaisir de traverser la Forêt de Saint-Germain (très belle au demeurant !), mais c'est le seul endroit proche où ce sport est autorisé en Etang. Partout ailleurs, la pêche ou la voile rendent la plongée dangereuse et nous font interdire l'accès des plans d'eau.

Les motivations ensuite. Mettons les choses au point, à Cergy il n'y a pas d'épave, peu de faune, pas de flore. La visibilité est fort réduite et l'eau souvent fraîche. Alors pourquoi ? Je dirai simplement parce que la plongée est un sport qui se pratique dans l'eau (et non dans le chlore d'une piscine) et que c'est l'occasion de découvrir ou de renouer avec l'élément naturel. C'est aussi pour certain la première vraie plongée avec tout le matériel, en particulier la combinaison. C'est l'apprentissage de la palanquée, du froid, de l'eau trouble, toutes ces choses qu'on retrouve en mer.

C'est enfin une sortie du club, où on apprend à mieux se connaître, c'est aussi très important.

Question pratique, comment s'organisent ces plongées. Il faut être équipé, donc avoir son matériel de plongée habituel, plus une bonne combinaison (location possible au Refuge 78 aux CLAYES-SOUS-BOIS). Le bloc et le détenteur seront pris au club avant le départ. Inutile de prévoir de lampe, elle ne servirait à rien !

Autre point parfois critique, le transport. Si vous désirez aller à Cergy et que vous n'avez pas de moyens de locomotion, dites-le moi, on trouvera toujours une voiture pour vous emmener là-bas.

CERGY

J'aime bien, pas vous ?

Ah bon !

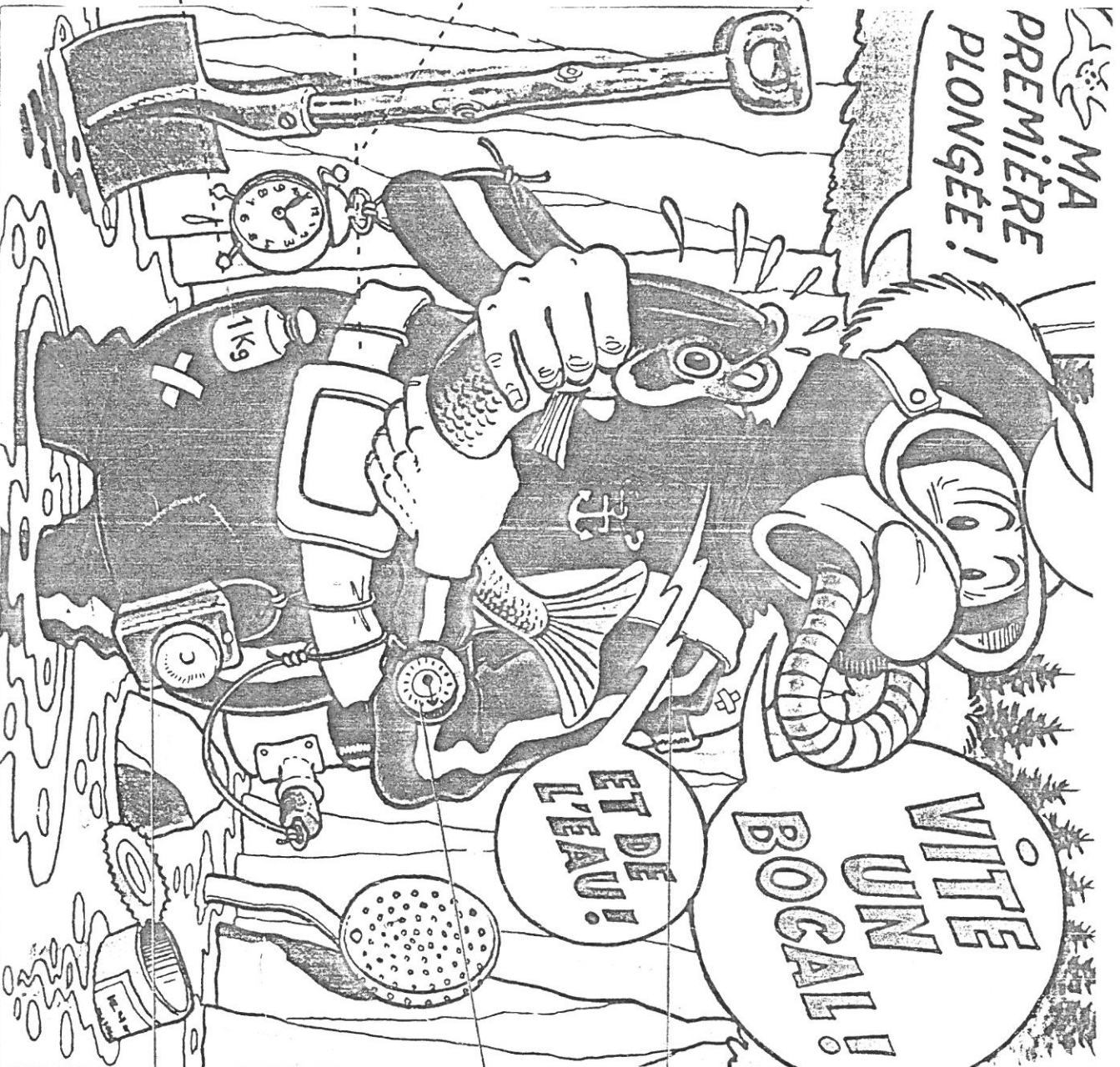
PHILIPPE

PLONGEUR D'ÉTA NG

MA
PREMIÈRE
PLONGÉE!

VITE
UN
BOCAL!

ET DÉ
L'EAU!



PELLE
(pour trouver
- 10 m)

Montre

Ceinture

Plomb

Combinaison

Profondimetre

Lampe

A PROPOS D'UNE DESCENTE DE RIVIERE
CELLE-CI ETAIT SUPER
SANS EN AVOIR L'AIR
J'AI FAIT CES VERS

CHERISY
NOUS VOICI,
NON PAS ICI,

RUFFIN
AU MATIN,
C'EST LE BAIN,

OH ! SOLEIL,
OH ! MERVEILLE,
AIL ! MES ORTEILS.

MORMOULINS,
AIL ! MES MAINS,
CONTINUE C'EST BIEN,

UN CHEVAL,
IL CAVALE,
PAS BANAL.

VILLEMEUX
4 KM DE MIEUX,
VAS Y MON VIEUX.

UN COL-VERT,
JOLI VERT,
NOUS PALMONS VERS...

LE MESNIL PONCEAU.
QUE C'EST BEAU
AU FIL DE L'EAU.

MATERIEL, Saison 83/84

En fin de saison, trois fenzy's, 2 détendeurs et une boîte à outil, pour l'entretien courant du matériel, ont été achetés. Aucune révision de blocs ne sera nécessaire cette année.

Une subvention a été demandée auprès de la commune du Chesnay pour acheter blocs et détendeurs, nous attendons toujours la réponse. Pour mémoire, la section possède que 10 blocs et 12 détendeurs pour environ 100 adhérents. Le reste appartient au C.E d'Intertechnique et aux fondateurs d'un ancien club. Ce matériel peut nous être réclamé à tout moment.

Je rappelle que les blocs et détendeurs sont utilisés très souvent, que ce soit en piscine, en mer ou en étang et là ils subissent de nombreux chocs.

Prenez en soin...

La vase, le sable et la boue rentrent dans les détendeurs au niveau du 2ème étage. Aussi il serait bien qu'après les W.E et chaque sortie, vous les rincez avant de les rendre. Pour cela il suffit de les tremper dans l'eau propre, après avoir bouché le premier étage.

De plus tous les mercredis soirs, il y a trente blocs et détendeurs qui sont rangés dans le local qui n'est pas immense. Aussi, je répète qu'il faut **accrocher les sangles et les sous-cutales** avant de les ranger, et accrocher également les détendeurs au ratelier à cet effet.

Le matériel du club n'est plus tout jeune et ne peut être renouvelé facilement, s'il est traité correctement son entretien est facile, mais certaines négligences rendent parfois ce matériel dans un état lamentable et à long terme ceci peut être irréversible.

Aussi, à nouveau, je vous demande d'en prendre grand soin.

MERCI.

CHRISTIAN

Horizontalement

- 1) Ville de FRANCE (3 mots)
- 2) Poète latin - Commune de Savoie
- 3) Fils de Jacob - Archipel de Guinée - Champion
- 4) Epoque - Site archéologique - Rivière allemande
- 5) Partie aval d'une vallée - Port d'Haïti (1e) - tête de PNEU
- 6) Fenêtre ronde - poisson
- 7) Symbole du sélénium - Métal jaune - Dans olé - Romain Rolland
- 8) Confrérie musulmane - îlot près de Marseille
- 9) Emmigrants anglais - Abime océanique
- 10) Dans dernier - Champion anglais (Athlé.) - Enduit imitant le marbre
- 11) Sur la Bresle - Nom donné à Hadad - Financier écossais (1671-1729)
- 12) Paradis - Près d'Amsterdam - Patrie d'Abraham - Symbole du Sodium
- 13) Nicolas RAY (init.) - Décomposée un mot - Métro parisien
- 14) Pillage - Assez (phonétique) - Emigration en masse
- 15) Homme d'état hongrois - Epouse de Clotaire 1er

Verticalement :

- A) Ville de RUSSIE (2 mots)
- B) Ile - Dans pie - Fleuve d'AFRIQUE
- C) Général Français (1804-1863) - Fils de Pélops - Céder (phonétique)
- D) Prénom - Action de rire - Pronom - Article
- E) Pouffé - Ville du JAPON - Sorte de poche - Préposition
- F) Mille pattes - Ville de POLOGNE
- G) Père de Jason - Grand bassin artificiel - Jean Louis
- H) Aride - Dans oeuf - Rois d'ISRAEL
- I) Infinitif - Fleuve d'ASIE - Poète allemand
- J) Roi Babylonien
- K) Banque nationale - Dans RTL - Désert de pierres
- L) Ville de l'INDE - Dévêtu - Ecrivain danois
- M) Poète et peintre suisse - Chef lieu de St DIZIER
- N) Adverbe - Infinitif - Dora DOLL
- O) Ville de GRANDE BRETAGNE - Double voyelle

Le Hockey Subaquatique

Notre section de Hockey s'entraîne tous les lundis de 20 h à 22 h, à la piscine du Chesnay. Cette section a été créée en 1981, et depuis nos progrès en compétition sont constants.

Le dimanche 23 octobre, nous avons organisé un tournoi amical, qui a réuni les principales équipes de l'Île de France (Plaisir, Chelles, Maurepas et St Germain). Nous avons terminé 2ème, après Plaisir.

Un autre tournoi est prévu à Sedan au mois de décembre d'où nous espérons repartir avec un classement favorable. Nous participerons également au Championnat d'Île de France et si nous nous qualifions, au Championnat de France qui aura lieu à Clermont Ferrand.

Du fait qu'un grand nombre de très jeunes nous ait rejoint cette année notre équipe est encore plus dynamique.

Nous rappelons que pour faire partie de cette équipe aucune cotisation supplémentaire à celle nécessaire à l'entraînement du Mercredi n'est utile.

De plus une équipe de filles pourrait être créée facilement si quelques éléments supplémentaires venaient s'ajouter.

Mesdames à vous de jouer...

Cette discipline demande, un bon entraînement en apnée et en jeu collectif, qui peuvent s'améliorer très facilement en nous rejoignant régulièrement. Si cela vous intéresse, venez nous voir le lundi au bord du bassin Jean Luc sera toujours ravi de votre visite.

A bientôt, nous l'espérons.

CHRISTIAN

