L'ESSENTIEL DU PLAISANCIER

L'ESPRIT LIBRE, LE VENT EN POUPE

Ce guide regroupe les gestes simples pour :

- adopter les bons réflexes avant de larguer les amarres ;
- agir et réagir en cas de sinistre lorsque vous êtes en mer (par exemple en cas de heurt, de naufrage, etc.) ;
- protéger votre bateau à quai.

AU SOMMAIRE

- **Qui appeler en cas d'urgence ?** - *page 2*
- **Quels sont les bons réflexes à adopter ?**
  - **Avant de prendre la mer** - *page 3*
  - **Pendant la navigation** - *page 5*
  - **Au mouillage et à quai** - *page 6*
  - **L'équipement de sécurité des navires de plaisance** - *page 7*

Ce document est interactif, donc n'hésitez pas !

QUI APPELLER EN CAS D'URGENCE ?

Le Centre Régional Opérationnel de Surveillance et de Sauvetage (CROSS)

En mer : Radio VHF Canal 16

- Appuyez sur la pédale du micro ou bouton poussoir du combiné, pour transmettre votre message, la relâcher pour écouter. Exemple : « MAY DAY – MAY DAY – MAY DAY », au moins trois fois puis appuyez sur le bouton « Distress » si la VHF est équipée de l'ASN (appel sélectif numérique), DSC en anglais.
- Si aucun navire n'est en vue, diffusez tout de même votre message en identifiant votre navire (nom du navire, position par rapport à la côte si possible en mentionnant longitude et latitude).

URGENCE **(PAN PAN - PAN PAN - PAN PAN)**
Le message d'urgence est utilisé en cas de problème grave à bord sans atteinte à la vie humaine :

- problème de moteur qui empêche le bateau de revenir au port par ses propres moyens ;
- démâtage ;
- casse de safran, etc.

DÉTRESSE **(MAY DAY - MAY DAY - MAY DAY)**
Le message est utilisé en cas de danger pour la vie humaine :

- homme à la mer ;
- incendie à bord ;
- voie d'eau ;
- chavirage ;
- échouement dangereux ;
- problème médical grave.

Depuis le littoral : 196

- Il permet de joindre directement et gratuitement depuis un poste fixe ou un téléphone portable, un centre de sauvetage en mer, 7 j/7 et 24 h/24.
- Avec le 196, les CROSS sont considérés comme des services d'urgence. Ils peuvent ainsi solliciter les opérateurs de téléphonie pour pouvoir disposer de la localisation de l'appelant.

Les CROSS peuvent également être joints par région aux numéros suivants :

- Manche Est : **03 21 87 21 87**
- Normandie/Manche Centrale : **02 33 52 16 16**
- Bretagne/Manche Ouest : **02 98 89 31 31**
- Atlantique : **02 97 55 35 35**
- Méditerranée : **04 94 61 71 10**
- Corse : **04 95 20 13 63**
- Antilles/Guyane : **05 96 70 92 92**
- Réunion/Océan Indien : **02 62 43 43 43**

Numéro d'urgence européen : 112

Il peut être composé sans connaître le code du téléphone utilisé et même en cas de réseau saturé, car il est prioritaire sur les autres appels.

Seule exigence dans certains pays européens (dont la France) : la présence d'une carte SIM dans le téléphone pour permettre de localiser l'origine de l'appel. À l'autre bout du fil, un opérateur implanté dans le pays dans lequel vous vous trouvez, traite votre demande ou vous met en relation avec le service approprié : police, pompiers, ou service médical.

QUELS SONT LES BONS RÉFLEXES À ADOPTER ?

Ce guide recense des conseils et recommandations de bonnes pratiques. Il ne se substitue pas au respect de la réglementation et/ou des instructions des autorités compétentes ou des services de secours en mer ou à terre.

Avant de prendre la mer

Pour votre sécurité et celle de vos passagers

- **Renseignez-vous sur l'endroit dans lequel vous allez naviguer.**
  - Quelle est la météo ?
  - Y-a-t-il des courants forts ? Des marées ? Une réglementation particulière ?
- **Contrôlez votre équipement de sécurité[1].**
  - Avez-vous tout ce qu'il faut ?
  - Est-il bien adapté ?
- **Informez une autre personne de votre départ en mer.**
- **Prenez, si possible, la mer avec un équipier.**
- **Apprenez les gestes qui sauvent ainsi que les numéros d'urgence à contacter.**
- **Si vous partez en famille avec de jeunes enfants**
  - Sensibilisez vos enfants aux dangers existants.
  - Montrez-leur les bons réflexes :
    - sur un bateau à moteur, attention à l'hélice en cas de baignade !
    - sur un voilier, attention à la pression exercée par le vent et la mer (winchs, bôme, poulies, écoutes, etc.).
  - Dans tous les cas, tenez-vous toujours au bateau !
  - Du plus jeune au plus grand, enfilez-leur des vêtements adaptés au temps : veste de quart, polaire, chapeau, lunettes de soleil, crème solaire, chaussures antidérapantes et fermées, etc.
  - Informez les passagers adultes du matériel présent à bord comportant un risque pour les enfants.

ASTUCE PRÉVOYEZ DES VÊTEMENTS DE RECHANGE DANS UN SAC ÉTANCHE !

[1] Voir en page 7 le matériel minimum requis en fonction de votre zone de navigation.

Pour naviguer en tout sérénité

Contrôlez votre bateau selon les recommandations du constructeur et de la réglementation

- Changez votre filtre à huile toutes les 250 heures de navigation, ou au moins une fois par an.
- Remplacez votre filtre à gazole une fois par an, ce qui assurera une combustion de qualité.
- Remplissez le réservoir (de préférence à quai) et veillez à ce qu'il ne se déverse pas dans la mer.
- Équipez-vous plutôt d'un système de toilettes avec réservoir à eaux noires, d'autant plus si vous naviguez principalement près des côtes.
- Ne négligez pas l'entretien des passes-coques, vérifiez régulièrement leur étanchéité pour éviter les voies d'eau.
- Fermez bien les hublots et les vannes avant de partir.
- Fermez les placards pour éviter les chutes d'objets.
- **Révisez le Règlement International pour Prévenir les Abordages en Mer (RIPAM).** Ayez en permanence à l'esprit les règles essentielles de route et de barre, le manquement à l'une de ces règles est une des causes principales d'abordage.

Pour respecter l'environnement

Si vous souhaitez pêcher, il est à noter que certains poissons doivent être remis à l'eau immédiatement après leur capture si leur longueur est inférieure à la taille légale.

Consultez le site IFREMER

https://wwz.ifremer.fr/peche/Le-monde-de-la-peche/La-gestion/combien/Tailles-minimales

Pendant la navigation

Pour vous préparer à réagir

Apprenez les gestes qui sauvent. Ayez sur vous les numéros d'urgence à contacter.

ASTUCE SI UNE PERSONNE À BORD A LE MAL DE MER, PLACEZ-LA À L'EXTÉRIEUR ET AU CENTRE DU BATEAU, ET DEMANDEZ-LUI DE FIXER L'HORIZON.

Pour votre sécurité et celle de vos passagers

Si vous partez en famille avec de jeunes enfants

- Il est primordial de leur mettre un gilet de sauvetage adapté à leur morphologie. En cas de mauvais temps, attachez le harnais au gilet de sauvetage (s'il est indépendant) en choisissant un point d'attache sur le pont.
- Naviguez toujours accompagné d'un ou plusieurs autres adultes pour surveiller constamment les enfants dans leurs déplacements.
- Installez les enfants à l'intérieur ou dans le cockpit du bateau pour être à l'aise lors de vos manœuvres.

En cas de baignade, laissez toujours un adulte à bord.

Pour respecter l'environnement

- **Conservez-bien vos déchets à bord** en attendant de pouvoir les débarquer à terre.
- **Évitez d'utiliser des produits d'entretien toxiques.** Privilégiez les produits naturels.
- **Privilégiez la vaisselle réutilisable** plutôt que de la vaisselle jetable en plastique.
- **Limitez vos débarquements dans les zones protégées,** les zones de nidification ou les zones de nurserie pour préserver les habitats des espèces fragiles.
- **Privilégiez la vidange de vos eaux noires** au port si celui-ci dispose des installations.

Visualisez les aires maritimes protégées

https://www.notre-environnement.gouv.fr/donnees-et-ressources/ressources/cartes/article/carte-interactive-referencant-les-aires-marines-protegees-toutes-categories

Au mouillage

Pour votre confort et celui de vos passagers

- **Pensez à vous abriter** ainsi que vos passagers (surtout les enfants) sous un taud que vous installerez sur le bateau pour éviter les insolations pendant les heures chaudes.
- **Fermez les cales-moteurs** et ne laissez pas traîner vos outils.

Pour éviter les accidents au mouillage

À l'approche de la côte ou au mouillage, un de vos équipiers doit se tenir à l'avant du bateau pour pouvoir estimer la profondeur des fonds et éviter les talonnages.

À quai

Pour éviter les risques d'intrusion ou de vols

- **Prévoyez une fermeture renforcée** de la porte de cabine, des placards et coffres de rangements à l'aide de cadenas et/ou de tout autre système de protection contre les intrusions.
- **Munissez-vous d'une alarme** active (sonore ou lumineuse) pour éviter les intrusions.
- **Fixez de façon sécurisée** les moteurs de hors-bord avec des écrous antivol ou cadenas.
- **Pensez à vérifier régulièrement** que la porte de l'habitacle de votre bateau résiste aux effractions.

Pour éviter les risques d'incendie

Pensez à débrancher le circuit d'alimentation électrique de la borne du quai en cas de non-utilisation prolongée de votre bateau.

Pour respecter l'environnement

Versez les huiles moteurs usagées dans les bacs de retraitement prévus à cet effet sur les quais.
Déposez vos déchets dans les conteneurs de recyclage à votre arrivée au port.

L'équipement de sécurité des navires de plaisance

Le matériel de sécurité et de navigation présent à bord doit être conforme à la navigation pratiquée :

- basique (jusqu'à 2 milles nautiques d'un abri*) ;
- côtière (entre 2 et 6 milles nautiques d'un abri*) ;
- hauturière (à plus de 6 milles nautiques d'un abri*).

LE MATÉRIEL OBLIGATOIRE A MINIMA

Pour la navigation basique (jusqu'à 2 milles)	**Pour la navigation côtière** (entre 2 et 6 milles)	**Pour la navigation hauturière** (à plus de 6 milles)
• Un équipement individuel de flottabilité (gilets de sauvetage). • Un dispositif lumineux (par exemple : lampe torche étanche) à longue autonomie (6 heures au moins). • Des moyens mobiles de lutte contre l'incendie (au moins un extincteur). • Un dispositif d'assèchement manuel (une écope). • Un dispositif d'amarrage et de remorquage. • Une ligne de mouillage - ancre et chaîne - (si masse lège supérieure ou égale à 250 kg). • Un moyen de remonter à bord une personne tombée à l'eau. • Un annuaire des marées. • Un pavillon national si vous vous rendez en dehors des eaux territoriales.	• Le matériel obligatoire pour la navigation basique. • Trois feux rouges à main. • Un compas magnétique (ou GPS en côtier). • Des cartes marines officielles. • Le règlement international pour prévenir les abordages en mer. • Une description du système de balisage.	• Le matériel obligatoire pour la navigation basique et côtière. • Trois fusées à parachute et deux fumigènes. • Un radeau de survie. • Un matériel pour faire le point. • Un livre des feux tenu à jour. • Un journal de bord. • Un dispositif de réception des bulletins météorologiques. • Un harnais et une longe par navire et par personne embarquée pour les voiliers. • Une trousse de secours. • Un dispositif lumineux pour la recherche et repérage de nuit. • Une radiobalise de localisation des sinistres. • Une VHF fixe et portative.

Pour retrouver le matériel obligatoire prescrit par la réglementation, consultez le site du ministère :
https://www.mer.gouv.fr/sites/default/files/2020-11/equipement_secu_plaisance_4p_DEF_Web.pdf
ce matériel risque d'être modifié, consultez ce site régulièrement !

**abri : endroit de la côte où l'embarcation et son équipage peuvent se mettre en sécurité en mouillant ou accostant et en repartir sans assistance.*

Document non-contractuel à caractère publicitaire. Les garanties peuvent donner lieu à exclusions, limitations et franchises.
Pour connaître le détail, l'étendue et les conditions de garantie, reportez-vous aux dispositions générales et particulières du contrat.
La souscription d'un contrat ou de certaines garanties demeure soumise aux règles d'acceptation des risques de l'assureur.

Generali Iard, Société anonyme au capital de 94 630 300 euros. Entreprise régie par le Code des assurances - 552 062 663 RCS Paris.
N° d'identifiant unique ADEME FR232327_01NBYI.

Generali Concierge Services
Société par actions simplifiée au capital de 50 000 euros - 819 460 478 RCS Paris.

Siège social des Sociétés : 89 rue Taitbout - 75009 Paris.
Sociétés appartenant au Groupe Generali immatriculé sur le registre italien des groupes d'assurances sous le numéro 026.

Europ Assistance S.A.
Société Anonyme au capital de 61 712 744 €. Entreprise régie par le Code des Assurances, immatriculée au Registre du Commerce et des Sociétés de Paris sous le numéro 451 366 405, sise 89 rue Taitbout, 75009 Paris, numéro ADEME-IDU : FR398967_01DJMJ1.

SG2444MARK-25 - RAC - Décembre 2025 - Photos : Getty Images - Studio Graphique